

島しょ地域の食環境整備をめざして ～栄養情報へのアクセスと食文化の視点から～	
島しょ保健医療圏 島しょ保健所	
実施年度	開始 平成18年度 終了（予定） 平成20年度
背景	島しょ地域においてもメタボリックシンドロームの概念を踏まえた生活習慣病予防対策は重要な保健福祉課題である。栄養状態や食物摂取状況を改善するためには、住民が適切な知識とスキルを得て具体的な食行動として実践することが必要であり、行動変容には、適切な情報とより健康的な食物が身近で利用可能であるような食環境の改善が重要である。 適切な栄養情報の流れのシステムを考えた時、社会資源が多いとはいえない島しょにおいて、住民が食物入手の際に関わる飲食店、食品販売業、民宿等の食品関連事業者は、住民に対する栄養情報発信の拠点となり得るため、事業者の健康・栄養に関わる知識向上・スキルアップは有効な環境整備となる。また、豊かな食文化が伝承されており、郷土料理等を一つの柱にした食育が展開しやすい状況にある。
目標	1 食品関連事業者が健康・栄養情報発信の拠点となること 住民に食品、料理等を提供する飲食店、食品販売業、旅館、民宿、弁当・惣菜店等の食品関連事業者は、食の情報を発信、提供できる重要な社会資源である。 島しょに観光で訪れる人々に対しても、食品関連事業者から適切な情報を発信できる。 2 郷土料理など島しょの食文化を活かした食育の推進 有効なツールの作成により関係者が食育を実施しやすい状況を整える 3 関係者の連携体制づくり
事業内容	1 食品関連事業者による健康・栄養情報発信拠点づくり (1) 必要な特産品の栄養成分分析 (2) 表示方法の普及等による栄養成分表示及び栄養情報発信の促進 (3) 食品関連事業者等関係者への研修の実施 2 食文化を踏まえた食育を推進するツール等の作成と普及 (1) 郷土料理の記録作成（レシピ集等）と地域での活用 (2) 島しょ特産品を活用した食育の推進 (3) 食育シンポジウム等普及啓発イベントの開催 (4) 食事バランスガイド島しょ版の作成 3 関係者のネットワークづくり 既存のネットワークを活かし町村産業課、商工会、漁協、農協、食協等との連携を図る。
評価	1 標準食品成分表に掲載されていない地域の魚介類 17 食品の栄養成分分析を実施し、加工食品・料理等の成分表示や郷土料理の栄養価の把握が可能になったものが増えた。 2 食環境整備の一環として、食品関連事業者研修を実施したことにより、事業者の食や健康の知識及び住民への適切な情報提供スキルの向上が図られた。18年度は新島支所で実施し、19年度は他出張所においても実施していく。 3 島しょの食文化を活かした食育推進のため、①郷土料理の調査、記録、普及の実施、②地元の食材を使用した食育推進のための関係者の連携等を進めた。 4 食育推進の契機の間として食育シンポジウムを開催し、関係者と検討することができた。 5 関係者との連携を強化しネットワークづくりをめざして活動した。
問い合わせ先	島しょ保健所 大島出張所 新島支所 電 話 0 4 9 9 2 - 5 - 1 6 0 0 ファクシミリ 0 4 9 9 2 - 5 - 1 6 4 9 E-mail S0000778@section.metro.tokyo.jp

1 目的

誰もが健やかな生涯をおくるために、食のよりよい選択に必要な適切な情報と、より健康的な食物が身近で利用可能であるような状況をつくり、住民をとりまく食環境を整備することは重要である。

このため、島しょという地域特性を活かし、適切な栄養・食生活情報へのアクセスの整備及び食文化を踏まえた食育の推進等により食環境の整備をすすめ、健やかな食生活をとおして糖尿病等生活習慣病等を予防し、住民等の QOL の向上を図ることを目的として実施する。

2 取組の背景及び事業目標

現状

- ・地域内において、適切な栄養情報源となる社会資源が十分とはいえない
- ・特産品や外食料理の栄養情報、ネット等による栄養情報等の発信が少ない
- ・地元産の農・水産物等の食材が入手しにくい
- ・郷土料理など地域の食文化が伝承されている



課題

適切な健康・栄養情報の流れのシステムの整備
飲食店・食品販売業・民宿等食品関連事業者からの情報発信の促進
島しょの食文化を活かした食育の推進
食環境の向上を図る機運の醸成と関係者の連携体制



目標

- 1 食品関連事業者が健康・栄養情報発信の拠点となること
- 2 郷土料理や地元の食材等食文化を活かした食育の推進
- 3 関係者のネットワークづくり

3 18年度の事業内容

食品関連事業者が健康・栄養情報発信拠点となること

食は誰にも関係するものであり、食品を入手しない人はいないため、入手の際に関わる食品関連事業者が、健康的な食物とともに適切な栄養情報の提供を行えるよう支援するため次の事業を実施した。

(1) 成分が不明な地域特産品の栄養成分分析

食品の栄養成分表示による情報提供は、身近な食環境整備の一つであるが、島しょの場合、その加工品に栄養成分表示がなされている食品は少ない。成分が不明な食品は栄養量の計算ができないため、標準食品成分表に掲載されていない地域の魚介類 17 食品の栄養成分分析を実施した。

18年度分析食品

アカハタ	アオウメガメ（刺身用）	アオウメガメ（煮込み用）	クサヤモロ		
メダイ	シッタカ	イシモン	アカイセエビ	赤いか	ぶだい
たたき3種	ニザダイ	ぶだいの干物	イスズミ	ゴマ鯖	

(2) 食品関連事業者研修の実施

食品関連事業者の「食」や健康の知識の向上及び住民への適切な情報提供のスキルアップを目標に研修を実施した。参加者数は講演会が25名、パートⅡの研修は少人数での実施とし、9回で33名であった。18年度は新島支所で実施し、今後は他の出張所においても実施していく予定である。

食品関連事業者研修会

パートⅠ 講演

19年2月2日（金曜日）午後7時～9時

「あなたの食育・ビジネスの食育～情報の見方・見せ方～」

講師 首都大学東京大学院助教授 稲山貴代氏

パートⅡ 研修

19年2月～3月（計9回開催）

- 1 「知っておきたい新しい食生活・食育の情報」
- 2 「情報を伝えるためのスキルアップ～食品成分表を使いこなす～」



講演の様子

食文化を踏まえた食育を推進するツール等の作成と普及

食文化が比較的豊かに伝承されている島しょ地域では、郷土料理や行事食、地元の特産品を使用した食育の展開が有効と考えられる。先人から伝えられてきた料理や食品をとおして地域の文化や季節、旬を理解する。また、農作物等の作り手の顔が見える地元産の食品の活用により、栽培者・生産者、調理する人、食品そのものへの感謝の心等を育むことができる。

(1) 郷土料理の調査・記録

既に郷土料理のレシピ等が印刷物等にまとめられている町村もあるが、あまりすすんでいないところでは、地域の高齢者等に協力を求め、取材して記録を作成した。また、住民の自主的研究会のある村では、記録集の作成等活動を支援した。

(2) 郷土料理の伝承と普及

各出張所において郷土料理や行事食等の食文化を伝承し普及するための講習会を開催した。

- ① 大島町では、大島町栄養士会主催、保健所支援による「親子料理教室」を6月、12月に実施した。保育園児及び小学生を対象とし、はんば、つみれ、天草やさつま芋など大島産の食材を使用した「はんばご飯」、「つみれ汁」、「フルーツ寒天」、「さつまいも入りカレーライス」など郷土料理を調理した。計2回で38人の参加があった。

② 三宅出張所では12月2日、郷土料理に詳しい講師による郷土料理実習の講習会を開催し、12名の参加があった。保健所だよりも掲載し普及を図った。

郷土料理講習会実習献立

- 1 はんばご飯
- 2 亀の手汁物
- 3 ムロ鱒すい身揚げ物
- 4 あしたばと里芋の胡麻和え
- 5 さつま芋のあしたばパウダー和え



③ 八丈出張所では、八丈島栄養士会が島の季節の食材を使用した郷土料理を開発し、10月17日に出張所で調理実習を行った。献立は、病院・老人ホーム・高校から提案された。

島食材を使った料理献立

- 1 トミメのチリソース
- 2 ムロと豆腐のさつま揚げ
- 3 メダイ(ムロアジ)のグラタン

食の講演会

18年12月3日(日曜日)午後1時～3時

「食事で生活習慣病を予防する」

講師 女子栄養大学・生涯学習講師 古川知子氏

試食会では、お互いの機関が利用しやすいように工夫改良し、普及していくことが確認された。普及活動では、高校PTAの学校保健委員会と連携して食の講演会を実施した。現代の子ども達の食環境や食生活について学び、学校・家庭・地域が協力して食環境整備を考える機会となった。参加者は、高校生の保護者や教育・栄養関係者20名であった。今後も島の食文化の伝承を踏まえ、時代に即した食育の展開をしていく。

④ 小笠原出張所では保健所が主催している「健康栄養連絡会」において、戦前から島で生活している島民の方を講師として招き、島に伝わる郷土料理の話を聞いた。「健康栄養連絡会」はそれぞれの機関で食育リーダーとなる職員が委員として出席しているので、「とても参考になった」という感想が聞かれた。

(3) 地元の食材を使用した食育の推進

島しょでは地理的に魚介類が入手しやすいと考えられがちである。島にもよるが流通システムやコストの関係から、店舗には遠隔地からの食品が多く並んでいる。各種給食施設においても地産地消は思いのほか進んでいない。このため、各出張所では地元の食材を使用した食育を推進する観点から、農業・漁業等の生産者、食品販売者、給食施設等利用者側、関連する行政機関等関係者との連携をすすめているところである。

大島町では、農協及び漁協関係者を講師に招き、「地場産食材の現状(漁業・農業)」につい

での講演会および意見交換会」を開催した。出席者は農協伊豆大島支店、波浮漁協、大島町栄養士会、教育庁大島出張所、大島支庁産業課、島しょ農林水産総合センターなど地域の食に関する関係者計15人の参加があった。

今後も地元産食品を活用した食育について懇談の場等を設けて推進を図る。

(4) 食育シンポジウムの開催

地域で食育を推進する契機の間として、新島支所で食育シンポジウムを開催した。当日は、栄養士、保育園・学校関係者、食品事業者、農業生産者、行政関係者、郷土料理研究会員等40名が参加し、食育について考えることができた。

食育シンポジウム「新島発の食育を考えるⅡ」

講演 「食育がめざすもの」

講師 首都大学東京大学院助教授 稲山貴代氏
平成19年2月2日（金曜日）午後3時～4時45分

パネルディスカッション

- ①「新島村の子どもたちの食生活の状況」
栄養・食生活ネットワーク会議ワーキンググループ
さわやか健康センター 栄養士
- ②「食育をとりまく新島村の農業事情」
郷土料理研究会長



パネラーの発表

関係者との連携強化、ネットワークづくり

地域の食環境を整備し、島しょ住民が食のよりよい選択に必要な適切な情報と、より健康的な食物が身近で利用可能であるような状況をつくるために保健所が行うべきことは多い。地域の社会資源の状況等の把握とともに、関係者が何を考えどのような活動をしているのか、しようとしているのか等を把握し、個々の活動を結び付けていくことも必要である。このため、さまざまな機会をとらえ連携を図っている。

4 評価と課題

- (1) 食品関連事業者が適切な情報提供を行うよう意識の醸成とスキルアップを試みた。情報提供の必要性の理解は深まったが、具体的な実施に向けては更なる支援が必要である。
- (2) 食文化を踏まえた食育の推進については、各島で様々な活動が展開できた。栄養士をはじめ、食育を担当する人材の育成も図ることができた。
- (3) 成分が不明な地域特産品の成分分析を実施し、過去に分析した食品も加え、加工食品・料理等の成分表示や郷土料理の栄養価の把握が可能になったものが増えた。
- (4) 今後の課題
 - ◇ 食品関連事業者による住民への情報提供に対する有効な支援策の検討
 - ◇ 栄養連絡会やネットワーク会議等島しょ保健所においてこれまでに設置した既存のネットワークを活かしながら、商工会、漁協、農協、食品衛生協会、町村産業課等との連携を強化し、食環境向上に向けた協働体制を作り上げていくこと