



ビジネス会議D

「食でつながる元気なまちづくり」

開催日時：10月24日（水）14:45～16:00

主催者：食まちうおぬまネットワーク推進協議会

概要

1. 食まちうおぬまネットワーク推進協議会

委員 大平 實 氏



食は生活から欠かすことができず、健康、福祉、教育、環境といった分野や農林水産業、製造業、飲食業、観光業等の幅広い産業に関係するが、消費者と生産者の距離が広がったことから、食料自給率の低下、生活習慣病の増加等の様々な問題が発生している。

こうした食に関する問題を解決するために、魚沼市では市民、生産者、事業者、行政が一体となって、平成28年度に「食でつながる元気なまちづくり推進計画」を策定した。本計画は第二次魚沼市総合計画の個別計画の一つであり、期間は10年である。官民協働の場として「食まちうおぬまネットワーク推進協議会」を設け、計画実施に取り組んでいる。本計画の基本的な方向と施策として健康の保持・増進、食の教育と食文化の継承、産業の振興、観光の振興と交流の促進、環境の保全を掲げている。健康の保持・増進では、バランスの良い食生活と規則正しい生活のリズムを身につけるための普及啓発活動等を実施している。食の教育と食文化の継承では、郷土料理の情報発信、農業体験、料理実習等を実施している。産業の振興では、地場産農産物付加価値向上のための販路開拓支援や一次産業と二次産業の連携等を実施している。観光の振興と交流の促進では、農業と観光に地域との交流を組み合わせ、豊かな地域素材を活かした体験交流型観光の取組等を実施している。環境の保全では、森林環境維持のPR活動や生ごみを堆肥化するバイオマス活動等を実施している。

2. 魚沼市健康課

本計画による取組の具体例として、地産地消弁当と減塩の推進を紹介する。

地産地消弁当は、平成29年度に湯之谷小学校の6年生が総合

的な学習で、魚沼市が県内20市の中で住みたい市ランキングワースト1位、人口減少率ワースト2位であることにショックを受け、魚沼市のイメージアップのために行った取組である。児童が魚沼市の良さについて話し合った結果、魚沼市には豊富な食があることから、食をテーマとした魚沼市のアピールを行い、イメージアップを図ることとなった。児童は地域の生産者や直売所を取材し、食生活改善推進員から弁当作りのポイントを学び、魚沼市の食材を使用した栄養バランスの良い地産地消弁当を作り「食まちうおぬま秋の陣」において販売するとともに、この取組について発表したところ大変好評であった。

減塩の推進は、魚沼市の健康課題の一つである塩分の過剰摂取に起因する高血圧への対策として実施した取組である。魚沼地域は食品を長期保存のために塩漬けにするなど、塩分の摂取量が多い。平成28年度に保健所と魚沼市が事務局となり、調理師会や食生活改善推進員協議会等と「魚沼・食と健康おいしく食べても減塩実行委員会」を立ち上げ、学校関係者・飲食店関係者等を対象とした減塩料理の研修会等を開催し、これをもとに実践的な取組として、魚沼市立小出病院の食堂や市内の小中学校で減塩メニューの提供を行った。これらのメニューをまとめた「だしをきかせて適塩レシピ」を作成し、市民へ配布するとともに各種イベントでの試食会等によりレシピの普及を進めている。こうした取組の結果、薄味を意識している市民の割合は平成27年の53.5%から平成29年には66%となり、減塩意識は向上してきているが、減塩を実践してもらうためには魚沼の食の魅力を活かし、おいしく食べながら健康を守る魚沼市の食事スタイルを作るとともに発信し、地域の健康づくりを充実させていかなければならないと考えている。

