令和８年度第２回練馬区食育推進ネットワーク会議（第 10 期）会議要録

１　開催日時

令和８年 10 月 30 日（金）午後２時 30 分～４時 30 分

２　開催場所

練馬区役所本庁舎地下２階　多目的会議室

３　出席者

委員長	健康部長
副委員長	健康部健康推進課長
委員	小野委員、鈴木委員、割田委員、髙安委員、小倉委員、石井委員、栗原委員、熊木委員
幹事	大泉保健相談所長、都市農業課農業振興係長、清掃リサイクル課清掃事業係長、保健給食課学校給食係長、保育課保育所給食係主査、生活衛生課食品衛生担当係長、健康推進課健康づくり係長、健康推進課歯科保健担当係長、豊玉保健相談所栄養担当係長、石神井保健相談所栄養担当係長
事務局	健康推進課栄養食育係４名
欠席委員	上月委員、杉山委員、松前委員、佐藤委員、茂木委員、平野委員

４　公開の可否　公開

５　傍聴者数　　０名

６　配付資料

資料１－１	第 10 期　委員名簿
資料１－２	第 10 期　幹事名簿
資料２	食育推進ボランティアとの協働事業「ちゃんとごはんプロジェクト」について（前期報告）
資料３	若い世代への食育の取組について
資料４－１、４－２	ねりまの食育応援店事業について
資料５	朝食の欠食割合を減らすための取組について
資料６	野菜摂取量向上を目指した取組について
資料７	食育推進講演会について

７　会議要録

（１）開会

（委員長）皆様こんにちは。本日はお忙しいところお集まりいただきましてありがとうございます。私の方で進行させていただきますので、どうぞよろしくお願いいたします。それでは令和８年度第２回練馬区食育推進ネットワーク会議を開催いたします。

前半は前回と同じように全体会、後半は意見交換会となってございます。ただいまのところ5名の委員から欠席のご連絡をいただいております。よろしくお願いいたします。それでは全体会につきましては、お手元の次第に沿って進めさせていただきます。次第の（2）第10期の活動経過です。食育推進ボランティアとの協働事業「ちゃんとごはんプロジェクト」についての前期報告【資料2】、若い世代への食育の取組について【資料3】の説明をお願いいたします。

（事務局）資料2、資料3の説明

（委員長）資料2と資料3の説明がございました。
ここで何かご質問ご確認等ありますでしょうか。
10月16日実施の「ちゃんとごはん」にボランティアでご参加いただいた委員の方、何かございますか。

（委員）　ボランティアをやっております。16日の実施状況を申し上げます。
光が丘にある学校教育支援センターで、中学生を対象に全体で確か20名ほどの参加だったと思います。子ども達を5つのグループに分けて1つのグループが4人、私のグループには中学3年生の生徒が4人いました。見ていると、仲良し2人の子たちで、2人はすごくお話をするおしゃべりな子たちで、もう2人はどちらかというと黙っている感じの子たちでした。
最初は私を含め、5人とも緊張しながら料理をスタートしました。小学生の「ちゃんとごはん」では、私たちボランティアが率先して、そして一緒に作っていくという形が多いのですが、今回の中学生を対象にした「ちゃんとごはん」では、あらかじめ作っておいた簡単なレシピを見ながら、中学生の生徒たち4人に読んでもらって、作ってもらうことにしました。
私は見守りと洗い物を中心に担当をしていましたが、そうするとだんだんその4人の子たちが、例えばお味噌汁にはどの鍋を使おうかみたいな感じで話をしていって、そのあと野菜の切り方ですとか、そういったのを話すきっかけになって、最後は私の班が一番に料理を完成することができました。事務局担当者も含め6人で共食をしているときに、始まってから2時間近く経っていたので打ち解けていて、自分のことも少しずつ話してくれました。いろいろ家庭のご事情もあるとは思うのですが、共食をしていると、みんなたくさん話をして、最初2対2に分かれた子たちが本当は話したかったということを言い出して、4人が最後打ち解けていくのを見てすごく嬉しく思いました。そういう場面を見ることが出来て、とてもいい経験ができました。食の自立に向け、少しだけ何かお手伝いできたかなと思います。

（委員長）ありがとうございました。他に何かご感想とかございますか。
来月、高松みらいのはたけでの「ちゃんとごはん」があるということで、ご協力いただく委員さん何か一言ございませんか。

（委員）　来月、高松みらいのはたけでやらせていただくということで、先日打ち合わせに行ってきました。9月の長雨で、野菜の生育がどうかというころもありながら、当日実施する内容等をお話させていただきました。打ち合わせをし、当日は9組ですが楽しみながらやっていきたいと思います。また後日、ここで報告できたらと思います。今後ともよろしくお願いします。

（委員長）ありがとうございます。来月よろしくお願いいたします。他で若い世代への食育の取組について説明がありましたけれども何かございますか。

（委員）　資料3を見て感じたことは、やはり区の20代男女共に国の目標値に達していないということです。主食・主菜・副菜の揃った食事をとるタイミングというのは、朝食と夕食がメインになると思います。昼食は難しく、今日の午前も明日から始まる学校の文化祭の準備がありましたが、みんなお弁当ではなく、ファーストフードだったり、金銭的に苦しい部分があるので、お腹にたまるものを朝昼兼用で食べています。朝ごはんに関しても、サークルの集合時間が平日も土曜も9時で早いのか朝食を抜いてくる人が多いです。うちのサークルは養蜂をやっていて、外に出て蜂の世話をするのでかなり体力も使います。ルールとして朝食を食べてくることを明記していますが、それでも食べない人が多く、朝も昼もしっかり食べられないとなると、主食・主菜・副菜をそろえた食事を1日2回以上っていうのはとても難しいと思います。解決策があるとすれば学食になると思いますが、学食でも人気があるのはほぼワンコインで食べられる麺類・丼物で、なかなか野菜をとることができないメニューです。その辺は大学を含めて改善していければ、昼食に主食・主菜・副菜の揃った食事をみんなが食べやすい環境ができればよいと思いました。

（委員長）ありがとうございます。そうですね、私も若い時は朝食をよく抜いていました。行政としても若い世代の食生活という部分については、アプローチをしていきたいと思っています。またいろいろアイデア等教えていただければと思います。ありがとうございます。他にございますか。それでは次に進みたいと思います。
ウのねりまの食育応援店事業について【資料４－１、４－２】、エの朝食の欠食割合を減らすための取組について【資料５】説明をお願いいたします。

（事務局）資料４－１、４－２、資料５の説明

（委員長）ありがとうございます。今の説明で何かございますか。

（委員・幹事）特になし。

（委員長）先日の練馬まつりのときに、区民の皆様に朝食を食べてきたかというアンケートにご協力頂き、意外に朝食を食べているのだなと感じました。先程、委員からお話がありましたが、保育園の子供達の朝食はどのような状況か、教えていただいてもよろしいでしょうか。

（委員）　基本的には食べて来ていると思っていますが、食べている内容が様々だなと感じています。子供自身が用意して食べるというよりも、親が用意したものを食べることになるので、親の意識というのに非常に左右されるのかなと思います。急いで来るお子さんの中には、パンを持って自転車に乗せられてかじりながら来る子もおりますので、そういった意味でやはり子供自身だけでなく保護者への啓発の方も大事かなというように感じております。

（委員長）ありがとうございます。他にはございますか。

（委員幹事）特になし。

（委員長）続いて、オ、野菜摂取量向上を目指した取組について【資料６】、カ、食育推進講演会について【資料７】説明をお願いいたします。

（事務局）資料６、資料７の説明

（委員長）講演会にご登壇いただく幹事の方、一言願いします。

（委員）　皆様方には高松みらいのはたけで大変お世話になっております。
食育推進講演会の主役は農園園主さんですが、都市農業課は練馬の農家の皆さんの熱意で引っ張られて仕事をしております。農家さんというか、練馬の農を使って練馬区が盛り上がって、みんなが健康になるのに、少しでもお手伝いができればと思っています。今回、農園園主さんがとても意欲的でいらっしゃるので私もお付き合いさせていただくことといたしました。先日打ち合わせをし、前半が農園園主さんの話、後半途中から私も加わる流れで、大枠は決まりました。よろしければぜひお越しいただければと思います。

（委員長）ありがとうございます。
ご都合が合えばぜひご参加をお願いできればと思います。資料の説明についてはこれでよろしいですか。それでは、全体を通して何かございますか。
この資料に限らず、皆様の日頃の活動や何かお気づきのことあれば、ご意見いただければと思います。それでは、ご発言１人１つ何かしらいただければと思っております。ご発言いただいてない委員の方お願いします。

（委員）　私は夏に「ちゃんとごはん」に参加させていただきました。子供達は作ることが大好きで、お話を聞いてみるとリピートしているお子さんが多いようなので、少しでも裾野をもっと広げたいと感じました。私も 11 月の高松みらいのはたけで、「ちゃんとごはん」に参加をさせていただきます。とても楽しみにしております。よろしくお願いします。

（委員長）ありがとうございます。委員の方お願いします。

（委員）　先ほどのお話ですが、10 歳未満のお子さんは朝食をほぼ食べていて、若者は食べていない。でも年配の方は食べているという、各世代の動きが面白いと感じました。若者が親世代になった時には子供に朝食を食べさせていると思うと、いろいろ考えさせられました。話は変わりますが、宣伝させてください。小学校の栄養士が集まって研究している食育研究部というものがありまして、11 月 25 日（水）の午後、小竹小学校で著名な栄養士の先生をお招きして講演会を行う予定です。もし参加希望の場合は小竹小学校までご連絡ください。

（委員長）ありがとうございます。
この後の意見交換会で詳しいお話しをお聞きできればと思います。

（委員）　朝食の重要性や野菜摂取の重要性は重々理解し、私も推進をしている側ではありますが、自分に置き換えたときに、我が子たちにすごくバランスのよいものを朝から食べさせられているかというとそうでもないなというところで、ちょっと耳が痛い時間を過ごしておりました。ただ感想になりますが以上になります。

（委員長）ありがとうございます。
10 月 23 日に開催された「ちゃんとごはん」について感想をお願いします。

（委員）　10 月 23 日に初めて「ちゃんとごはんプロジェクト」を一緒にさせていただきま

した。参加者は成人から高齢者の方を募集していたのですが、今回は障害のある方のみの参加となりました。B 型作業所に通っている比較的自立度の高い方や、グループホームや一人暮らしをされている方で、年齢層は 20 代から 40 代くらいでした。たまたま女性ばかりの参加でした。4〜5 人のグループでカセットコンロを囲みながら調理をしていたのですが、皆さんとても楽しそうに取り組まれていました。普段、一緒に調理をする機会はあまりないので、そういった意味でも良い機会になっていたのではないかと思います。また、ボランティアの方や事務局の方が食について丁寧に説明してくださったことで、皆さん非常に関心を持って参加されていたと思います。最後に自分たちで作ったものを一緒に食べるという楽しみもあり、とても素敵だなと感じました。
参加された方からは、「とても楽しかった」「おいしかった」という感想がありました。また、「電子レンジでも簡単に作れますよ」といったことも教えていただけたのが良かったと思います。
最後には一緒にごはんを食べて、実際に調理を体験できるので、自分で食事を作る必要がある方や、食に関心のある方にとって、とても良い事業だと改めて感じました。また機会があれば参加したいと思います。

（委員長）ありがとうございます。皆さんご発言をいただきましたでしょうか。
全体として、特に何か言い足りないことがあればお聞かせいただければと思います。よろしいでしょうか。

（委員・幹事）特になし。

（委員長）それでは、（3）各課からの連絡等です。幹事の方で何か報告等あれば、お願いします。

（委員・幹事）特になし。

（委員長）それでは本日はお忙しい中ご協力いただきましてありがとうございました。一通り議事は終了いたしました、ありがとうございます。次回は 12 月 3 日（木）に開催する予定になってございます。どうぞよろしくお願いいたします。ご案内は改めてお送りさせていただきます。これで本日の練馬区食育推進ネットワーク会議全体会を閉会させていただきます。どうもありがとうございました。