平成10年度

全国魚食普及担当者 育成検討会 報告書

平成11年3月

社団法人 大日本水産会

まえがき

本会は、平成10年10月12日、東京・三会堂ビル・石垣記念ホール において、「全国魚食普及担当者育成強化検討会」を開催した。

本検討会は、国の水産物消費改善総合対策事業の一環として位置 づけられており、全国都道府県及び各主要団体が、それぞれ実施し ている魚食普及事業の相互情報交換の場を提供すること、併せて、 時世に適った講演会の実施等によって、各々の事業活動が効果的に 展開されることを開催目的とした、非常に意義深い検討会とされて いる。

当日は、全国の水産担当官並びに民間団体及びその他の関係者総計65名の参加を得て、水産物の消費にかかわる熱心な活動報告と意見交換が行われた。併せて、日本大学名誉教授の大国真彦先生による「生活習慣病予防のための小児期からの食生活」という講演が行われ、上記の検討会参加者のほかに今年は一般の皆様70名にも参加していただき、成功裡に本検討会を終了することができた。

ここに、熱心にご講演いただいた講師、開催にご協力いただいた 関係各位に対し、心から謹んで御礼申し上げます。

平成11年3月

社団法人 大日本水産会

目 次

まえがき		
講演	「生活習慣病	病予防のための小児期からの食生活」 日本大学名誉教授 大国 真彦4
<付1>	水産物消費品	女善総合対策事業について24
<付2>	平成10年度	水産物消費改善総合対策事業·····26 (社)大日本水産会
	• 平成10年	F度 民間事業 ·····32
<付3>		水産物消費改善総合対策事業33 司組合連合会(中央シーフードセンター)
<付4>	平成10年度	中央団体の消費拡大事業の現状報告37
<付5>	平成10年度	都道府県の角食普及事業の現状報告41

生活習慣病予防のための 小児期からの食生活

講師/日本大学名誉教授 大国 真彦

本日は、"子供の時から食事に気をつけないと、大人がなる病気に早くかかってしまいますよ"というテーマでお話したいと思います。

まず、今の子供たちの食生活がどういう状況におかれていて、それが日常の生活習慣とどのような関係にあるのか、をよくご理解いただきたいと思います。そして、今の子供たちの健康状態、あるいは生活習慣については、将来を憂いさせる要素がたくさんあること。さらに、このまま放っておけば、将来、子供たちの平均寿命は、42歳くらいになってしまうだろうというショッキングな見方があることも知ってほしいと思います。

10万人に約2人の子供が糖尿病

これまで大人がかかる病気といわれ、厚生省が昭和30年代から使い始めた "成人病" といういい方が、最近、"生活習慣病"と変えられました。というのは、成人病を英語に訳すと"性病"になってしまい、誤解を招くので、"生活習慣からくる病気"と名称を変更したのです。しかも、この変更は、従来の治療中心の医療から、予防重点にもスタンスを改めた、厚生省の政策 転換ともいえます。

その生活習慣病に、現在、多くの子供たちがかかっていることが、色々な研究の結果わかってきました。中でも糖尿病は、学校検診によると10万人に2人ぐらいいるといわれています。また、心筋梗塞で入院したり亡くなった

りする10代の子供がたくさん見受けられ、死亡者数だけでも年間50人にものぼります。

胃潰瘍、十二指腸潰瘍などはごく当り前にかかり、特に受験生に多くみられ、さらに、動脈硬化の初期病変については、10代で亡くなられて解剖された子供の、実に98%にもみられます。

動脈硬化は"静かな病気"ともいわれ、症状が現われた時にはかなり手遅れになっているケースが多く、早いうちに処置しなければなりませんが、そのためには、魚介類や野菜類をもっと食べるなどの食生活習慣の改善が必要になります。

生活習慣病の危険因子

ここで生活習慣病の危険因子について考えてみましょう。その危険因子は、 すでに子供の時にみられます。生活習慣病の予備軍は、肥満児やコレステロ ール、中性脂肪の高い高脂血症児、そして血圧の高い子供などですが、今、 この予備軍が非常に多く、その将来が心配されています。

さて、危険因子とはどういうものかですが、例えば、ハゲの危険因子から、その予防法を考えると3つあります。1、生まれるときハゲの両親を選ばない。2、若いうちに去勢する。3、ハゲる前に死ぬ。つまり、ハゲるには、遺伝性体質と男性ホルモン、それに年齢を重ねるという3つの危険因子があるわけです。

危険因子にも色々あります。まず、遺伝的素因。これは、皆さん、親を取り替えることはできないので、現実問題としては管理不可能です。次に環境的素因。そして心理的素因です。この心理的素因は習慣病とも呼ばれています。タバコをやめられない人は習慣病です。しかし、タバコを吸わない奥さんが、旦那さんが吸っているタバコのために肺ガンになってしまったという場合は環境病です。また、血圧を上げるストレスや最近話題になっている環境ホルモンも危険因子の1つです。

ここで付け加えておきたいことは、各自の持っている危険因子は、家系や生活環境によって全部違うということです。ですから、各自が自分の体質を考えて危険因子を除くことが重要になるわけです。また、すべての生活習慣病を予防しようと思っても容易ではないので、自分の持っている危険因子の中で一番危ない病気を、まず、予防することも能率的な予防法です。

次ページに、生活習慣病の危険因子をまとめてみました。

・心筋梗塞 ‥‥ 高脂血症、高血圧、喫煙、低HDLコレステロール

(善玉コレステロールが低い状態) 、肥満、糖尿病

・高血圧症 …… 食塩のとりすぎ、腎障害、ストレス、体質、肥満

・胃潰瘍 …… ストレス、ヘリコバクター・ピロリ

・ガン

胃ガン …… 高食塩食、低タンパク食

大腸ガン … 便秘、発ガン物質、高脂肪食

肺ガン ・・・・・ 喫煙

食道ガン …強い酒、熱い食事

以上が危険因子ですが、体質や家族性を考えて、ご自分やお子さんはどれ が危ないかを見極めて予防するのが一番効果的です。

バブル期に上がった子供のコレステロール平均値

ここで、心臓病に絞ってお話してみます。心臓病は、①高脂血症、②コレステロールが高い、③最低血圧が高い、この3つの状態が危険ですが、それに加えて、家族性や肥満、糖尿病、喫煙、血圧を上げるストレス等も危険因子に挙げられます。サラリーマンなら、上役からしごかれ部下から突き上げられ、家に帰ると奥さんの愚痴が待っている、課長、係長が一番心筋梗塞になりやすいわけです。日本では男性の厄年が42歳ですから、年頃も合っています。ですから、一番危ないここを通り越したら、しばらく大丈夫です。

心臓病にとっては、これらの危険因子の数が多いほどよくないし、程度が 高いほど危険だということになります。

図1は、日本人とアメリカ人の血液コレステロールの平均値について、文 部省研究班が調べたものです。

現在、アメリカは心筋梗塞が、日本はガンが死亡原因のトップですが、コレステロールの平均値をみると、その違いが分かります。ご覧のように、50~60歳になると、アメリカ人は、男女とも日本人をはるかに上回っています。

そのためアメリカでは、1970年から心筋梗塞予防の大キャンペーンを行い、その結果、25%も減らすことに成功しました。一方、日本でも、現在、心筋梗塞が増加中です。しかも、20歳以下の若い世代を比べると、アメリカの若い世代の平均値よりも高いのが心配です。

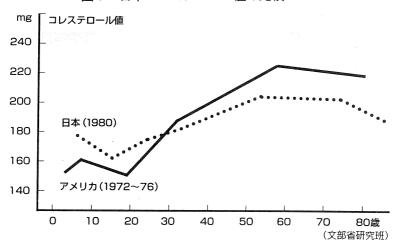


図1 日米コレステロール値の比較

この、若者たちのコレステロール値の上昇は、ハンバーグ、カレーライス、スパゲッティーという、三種の神器に代表される子供たちの食生活に原因があります。というのは、いずれもコレステロール値が高い食べ物だからです。さらに問題は、今までの日本人の場合は、年をると和食に戻る傾向が強かったのですが、洋風食に馴れた若い世代が、はたして年をとってから和食に戻ることができるか疑問だということです。それが、将来、日本人が健康でいられるかどうかの一番のカギだといえます。

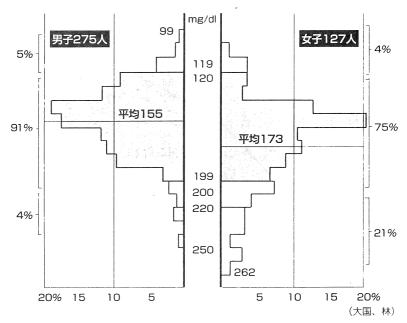
さて、現在、子供たちがどのくらいコレステロールをとっているかというと、コレステロールは、 $200 \, \text{mg} / d\ell$ を超えると一応高いということになりますが、女子の場合は全体の15%、男子は $5\sim10\%$ がその $200 \, \text{mg}$ を超えるという調査結果が出ています。

また、昭和53~62年の、いわゆるバブル期の 9 年間に、東京の小・中学生の男女のコレステロールは、平均値が 9~ $10 \, \mathrm{mg} \, \mathrm{b}$ 上がったという私たちの報告もあります。

図 2 は、ある高校の 3 年生全員を測った結果です。男子の 4 %と女子の21 %がコレステロール値が $200\,\mathrm{mg}/d\ell$ を超えています。中には、 $260\,\mathrm{mg}$ という高い人もいます。一方、 $119\,\mathrm{mg}$ 以下の、コレステロールが低く過ぎる男女も 5 %いました。

しかし、コレステロールの値には個人差があり、また、低ければ低いほど 良いというものではありません。

図2 高校生(3年)のコレステロール値



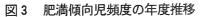
コレステロール値が高過ぎると、心筋梗塞や狭心症、脳梗塞が多くなり、 血液が固まりやすくなります。また、黄色腫という、小さな黄色い腫瘤が踵 や膝などにできることもあります。しかし、逆に、感染性の病気に対しては コレステロール値が高いほうが強くなります。

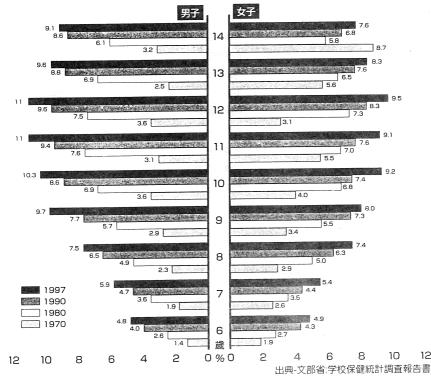
コレステロール値が低く過ぎてもいけません。細胞膜が壊れやすい、**貧**血になりやすい、あるいは脳出血を起こしやすい、また、感染症に弱くなるために風邪をひいても治りにくいといった問題も出てきます。つまり、コレステロール値は高くもなく低くもない、ほどほどがいいのです。

肝心なことは、自分や子供のコレステロールのレベルを知っておくことです。中でも、善玉コレステロールといわれるHDLコレステロールのレベルを知っておくことが大切です。

肥満傾向が進む子供たち

では、なぜ子供のコレステロール値が高くなったかですが、その要因として、ハンバーグ、カレーライス、スパゲッティーなど、食生活の洋風化、運





動不足と食べ過ぎ、そして、母親が子供のいうことを聞いて献立をたてるという食生活の過保護があげられます。

私たちがNHKと行った調査で、子供に料理の名前をいくつ知っているか聞いたところ、中学生が大体20~30ぐらい、小学生は20以下でした。カレーライス、ハンバーグ、スパゲッティー、グラタン、ビーフステーキ、ギョーザ、うどんがその代表で、この、知っている料理の数が乏しい子供たちに、「今晩、何を食べたい」と聞いても、先ほどいったような料理しか出てこないのは当然です。ですから、母親が、子供に聞いて食事をつくると、どうしても偏ってしまう傾向になります。そうすると結果的にコレステロールが高くなるわけです。さらに、もう1つの問題は、肥満児が増えているということです。

図3は、1970年、80年、90年、97年に行った文部省の統計ですが、肥満傾向児は2~3倍、時には約4倍も増えた時期もあります。肥満傾向児は12歳

表1 死因別肥満死亡率(普通の人を100とする)

男性	11.4-1947.236133413442343343454	死因	女性
383 9	6	糖尿病	372 %
249		·· 肝硬変 ······	147
223		虫垂炎	195
206		胆石	284
191		慢性腎炎	212
159		脳出血	162
142		肝疾患	175
131		·· 自動車事故 ·····	120
78		·· 自殺 ·····	73
21		結核	35

がピークで、14歳の女子はスタイルを気にするためか減りますが、それ以外はどんどん増加の傾向にあります。6歳から14歳の子供全体でみると、10%は肥満児、もしくは肥満傾向児です。

では、なぜ肥満児がよくないかというと、肥満児の80%は肥満成人になります。そして、肥満成人の3分の1は子供の時から太っていて、残りの3分の2は中年太りです。太っている大人は普通のスタイルの人と比べて生活習慣病にかかりやすく、死亡率が何倍も高いからなのです(表1)。

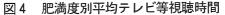
男性の死因のトップは糖尿病で、約4倍。次が肝硬変の2.5 倍。肝硬変の男と女の死亡率の差はアルコール量の違いです。お相撲さんがよく亡くなる虫垂炎が2倍、胆石は女性が多く、破れたり、胆嚢ガンになったりします。慢性腎炎も約2倍。脳出血、心筋梗塞も増えています。なぜか自動車事故も多く、居眠り運転が増えるからではないか、などといわれています。

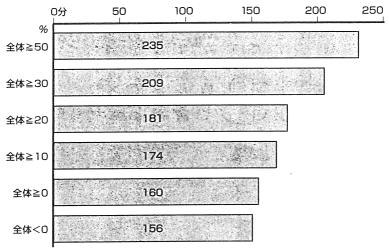
ただ、悪いことばかりではありません。太っている人は自殺が少なくなり、 結核のような感染症に強くなります。太っていると体脂肪の貯金があるから、 感染してやせていっても、薬が効くまでもつということなのでしょうか。

また、70歳を越えたら太めの人の方が長生きするという統計もあります。 だから、太っているおじいちゃんやおばあちゃんに痩せろということは、早 く死ねということになりかねませんからご注意を。

全体的にみて、小太りの人が長生き、大太りは短命で、70歳までに亡くなるケースが多いようです。

肥満児の頻度は、住んでいる地域によっても違います。全国平均が8.4%、





テレビ等平均視聴時間は肥満度が増すほど長くなり、 30%以上の肥満児は1日平均200分以上見ていた

(大国、他)

ですが、都市部の7.4%に比べ、農村部が11.6%と高くなっています。理由は、子供たちが外で遊ぶには農村部のほうがいいはずなのに、通学に距離があるから乗り物を利用して意外と歩かない。外で遊ぶにも、近くに友だちがいない。茶の間にはいつでも貰い物の菓子ある。などで、様々な要素が重なって肥満児が多いという面白いデーターが出ています。

図4は、肥満度とテレビ視聴時間の関係をみたものですが、50%以上は高度、30%以上は中等度、20%以上が軽度の肥満児です。

テレビを見ている時間との関係では、高度な肥満児は1日平均4時間、中等度が3時間半、軽度が平均3時間。テレビを見たり、テレビゲームやファミコンなどをやる時間が長いほど肥満度が高くなります。

アメリカや日本の小児科学会では、母親たちに、子供にはテレビを1日平均3時間以上見せてはいけないと提案しましたが、子供のほうのパワーが強くてなかなか実現できないようです。こういうデータを見ると、肥満児は長いことテレビを見て、その間、物を食べたり、運動しないでいることがわかります。決していいことではありません。

肥満の原因には体質もありますが、両親の肥満傾向にも注目すべきでしょう。両親が太っていれば子供の8割は太ります。母親が太っていると6割、 父親は4割。ということは、母親の生活習慣に子供が似てくるわけで、哀し いかな、現在の父親の権限がいかに家庭内で弱くなっているかが、ここでも 裏付けられています。

その他、食べ過ぎや、子供のいう通りに食べ物を与える食生活の過保護も原因します。また運動不足もあります。例えば、エレベーターのない4階建て団地の4階に住んでいると親も子供も太るといいます。一度帰宅すると外出するのが億劫だといって、テレビを見て、マンガを読んで、お菓子を食べて、鼻くそをほじっていれば、だいたい子供は太ります。

子供が太るといけない理由の続きですが、血圧が上がり、コレステロールや中性脂肪が高くなります。中性脂肪が高くなると、脂が肝臓に溜って脂肪肝になり、肝機能障害を起こします。さらに太ると糖尿病になりやすく、また体操が不得手ですから、学校でいじめられたりします。さらに、睡眠時無呼吸といって、眠っている間に呼吸が止まるという異常が起り、時々、そのまま静かに亡くなることもあります。

だから、太った子供がイビキをかいていたら耳鼻科の先生に診てもらってください。さらに将来は成人肥満症へ移行して、肥満による生活習慣病にかかるなど、色々な障害も起こります。

肥満児に低い善玉コレステロール

ここで、善玉コレステロールのHDLコレステロールについて説明しましょう。総コレステロールから善玉を引いた残りが悪玉です。これを善玉で割ったものを動脈硬化指数といって、5.0を越えると、だいたい、動脈硬化が早く進行します。

HDLがなぜ善玉かというと、悪玉コレステロールを動脈壁から引き出して肝臓に運び、再生産する働きがあるからです。動脈硬化は悪玉のコレステロールが、フリーラジカルといって、過酸化物資によって酸化されることにより血管の中に溜るのです。それを防ぐのがHDLや抗酸化食品です。

こういう食品を中心に献立を考えることによって、動脈硬化の予防ができます。肥満児と痩せている子供の総コレステロール値は変わりませんが、HDLは、太った子供に低く、痩せていると高いのです。女子でも同様で、悪玉は太った子供が高くなります。従って、太っている子供は動脈硬化指数が高いということになり、動脈硬化が早く進行する傾向にあります。また、太った6歳の子の肝臓をCTでみると、脂肪肝になっていることがあります。子供でも脂肪肝で肝機能障害が起こることを知っておいてください。

肥満予防対策

肥満児には精神的な問題もあります。母親ベッタリ症候群の子供や、臍帯 残存症候群といって、まだ臍の緒が母子の気持ちの中でつながっている状態 の子供です。太ったお母さんが多いことから、"太った親子で手をつないで 歩いている、みっともない症候群"という人もいます。

子供が太っていると母親も安心するのでしょうか。何よりも、まず、母子 共々、精神的に自立させることが大切です。

肥満児対策は、太ってしまってからではなかなか難しいので、できるだけ早く子供の体質を見つけてください。そして、太り過ぎが健康によくないことを親子共に理解してください。

肥満児への具体的な指導としては、十分に運動させることです。それに、 先ほどもいったように "親離れ、子離れ" をすることです。食事指導は甘い ものを抑えること。ただし、身長を伸ばして体重を現状維持にするのが原則 ですから、タンパク質は十分にとらないといけません。脂肪はバランスよく 適量をとること。食塩を抑えた食事をこころがけ、間食と夜食を制限します。 もちろん、朝・昼・晩の三回の食事は規則的に摂ることが大切です。

しかし、体重が大人の体重(60kg)以下なら無理な減量をしないこと。現状の体重を維持しながら身長を伸ばしていき、2~3年かけて肥満度を下げるとよくなります。また、本人と母親に目的意識をもたせることも重要になります。例えば、"恰好よくないと女の子にモテない、男の子にモテない"などという意識を持たせることです。本人にやる気がないと治療はうまくいきません。

大人も子供も肥満者は早食いで大食いです。しかも脂っこいものや甘いものが好きで、食卓に食事を全部並べると、人の分まで食べてしまうという特徴があります。食事はゆっくりよく嚙ませる。揚げものよりも炒めものにする。油を少なくして野菜を多くする。間食と夜食をできるだけ減らすなどを心掛けてください。

また、年齢によって、肥満児の指導方針が異なることがあります。乳児は太り過ぎても減食の必要はありませんが、食事以外に興味をもたせることが大切です。離乳期から1歳過ぎにかけて、お母さんに遊んでもらえなかったり、構われなかったりした子供は、食べることしか興味がなくなってしまいます。そうすると太ります。食べることのほかに興味をもち、動き出すようになると、幼児の体は非常にしまってきます。幼児は自分で痩せる気がまっ

たくありませんから、運動と食事の内容にポイントを絞って改善します。

学童の場合は、肥満対策に意欲をもたせて、食事内容や日常の運動について理解させます。それにはまず、なぜ肥満はよくないかということを親が理解し、子供にきちんと説明することです。

次に、肥満児と運動の関係についてですが、学校の体育教科のスポーツテストを見ると、肥満児が不得意なものは、走る、幅跳び、ジグザグドリブル、けん垂、逆上がりなどです。逆に水泳は、脂肪が多くよく浮くせいか得意です。水泳と同程度にできるのは、ソフトボール投げ。野球選手には、結構太った人がいますが、投げる能力があるからなのです。相撲や柔道もやはり太っていたほうが強いのですが、走らせると太った子は長続きしませんからスイミングをさせるのが一番いい方法でしょう。

余談になりますが、逆仏(さかさほとけ)という言葉があります。お年寄りが自分の息子や娘のお葬式を出すことをいうのです。

山梨県の上野原町の棡原(ゆずりはら)地区は、農村で70~80歳代のお年寄りが元気に働いていることで有名な長寿村でした。ところが、昭和50年代に入って、棡原地区に自動車道路が開通したら、急にお葬式が増えたのです。それまで、ほとんど車がなかった村だったのが、子供たちが車を乗り回し、肉食し、その結果、親より先に亡くなるケースが増えてしまったのです。せっかく育てた子供が親よりも早く亡くなって逆仏になってしまったら話になりません。

朝食は太らない

では、そうならないためにはどうすればいいかということですが、まず、 朝食抜きの生活を改めることです。深夜までテレビなど見ていると、どうし ても朝食をとる時間がなくなってしまいます。それに、朝食を抜くとトイレ に行っても便通がよくありません。家庭で決まった時間に排便している子が 約40%、残りは学校へ行ってから用を足したりしています。

ところが男の子は、学校でトイレの個室に行くことに相当抵抗感があるようで、我慢すれば便秘になります。便秘は大腸ガンのもとですから、朝ごはんを食べさせ、きちっと排便をさせてから学校に送り出すことです。

また、朝食というのは食べてもあまり太りません。今は、朝、昼、おやつ、夕食、夜食と、1日5食の時代なんていわれていますが、普通の子供でも肥満児でも、夜遅く食事をするとコレステロールが高くなります。ですから夜

食を食べさせるときは、できるだけ軽いものにしてください。

今の子供たちは、朝食を食べるのが少なく、間食や夜食が多いのです。そして甘いもの、油もの、インスタント食品、スナック食品が多いから、どうしても食物繊維やカルシウムが足りなくなります。

日本の土地の多くは火山灰地なので、水は軟水でカルシウムが少ないのです。カルシウムが不足するとどうなるか。落ち着きがなくなります。例えば、ネズミを低カルシウムの餌で飼っていると、他のネズミに食いつきます。

校内暴力や家庭内暴力を起こした子供の食事を調べてみると、カルシウムが不足していたというデータがあります。暴れるから足りなくなるのか、足りないから暴れるのか、そのへんは定かでありませんが、子供が落ち着きをなくすこととカルシウム不足には関係があるかもしれません。

また、若い人の食事をみると、牛豚肉と鶏肉が多くて、魚と野菜が不足していますし、食塩の摂取量が多かったり、偏食も多いなど色々な問題があります。

野菜類と魚介類の残食率が高い学校給食

子供が好きな料理は、カレーライス、ハンバーグ、ラーメン、スパゲッティー、ステーキ、焼肉、寿司、グラタン、ドリア、シチュー、サラダ、うどん、チャーハン、すきやき、焼きそば、から揚げ、ピザ、刺身、タマゴ焼き、お好み焼き、オムライス。

嫌いな料理は、サラダ類、野菜炒め、ナス料理、酢のもの、焼き魚、漬物類、煮魚、サバのミソ煮、ミソ汁、野菜の煮もの、酢豚、カレーライス、刺身類などです。

カレーライスと刺身はどちらにも出てきますが、やはり、好きな食品に焼き魚、煮魚など魚がないのが問題です。

では、子供が単品で嫌いな食品はというと、ピーマン、ナス、ニンジン、レバー、セロリー、トマト、しいたけ、玉ねぎ、グリーンピース、長ネギなどで、野菜が非常に苦手なようです。

学校給食での残食率を調べてみるとよく分かります。残食率が高いのが、 ピーマン、ニンジンなどの緑黄色野菜と白菜などの淡色野菜で、緑黄色野菜 については40%もの子供が残しています。野菜類以外では魚介類や豆腐も残 食率が高く、20%の子供が残しています。

なぜ、子供たちは野菜と魚が苦手なのか。その理由は2つあります。1つ

は、家庭で魚料理や野菜の煮物をしないこと。特に、幼児期に家庭で食べさせていないと子供は嫌いになります。もう1つは、箸の持ち方が下手な子供が多いことです。

箸の持ち方は、"親が下手なら子供も下手"という統計があるくらいですから、まず、お母さんお父さんが自分の持ち方を改めて、子供にしっかりと教えてほしいものです。

ちなみに、箸を使う米飯給食が、週何回くらい行われているかというと、 平成8年度の統計では、全国平均が週2.7回と、約半分です。地域的にみる と大都市ほど悪く、神奈川1.8回、大阪1.9回、東京2.0回、広島2.3回で、 東京はワースト3ということになります。

調理時間と栄養素

さて、最近、よくいわれるのが家庭での手抜き料理です。皆さんご存じの有名な言葉に"オカアサンハヤスメ""ハハキトク"がありますが、<u>オ</u>ムレツ、<u>カ</u>レーライス、<u>ア</u>イスクリーム、<u>サン</u>ドイッチ、<u>ハンバーグ、焼</u>き飯、 スパゲッティー、<u>目</u>玉焼が母親を休ませるメニュー。そして、<u>ハンバーグ、ハムエッグ、ギョーザ、トースト、ク</u>リームスープが母親を病気にしてしまうメニューです。

また、手抜き料理を "お"が取れた "ふくろの味"などといいます。完全 調理されたレトルト食品や冷凍食品が袋に入っていることからきた皮肉です。 もちろん、これがいけないというわけではありません。でも "これだけでは" いけないと思います。

次は、おすすめしたい和風メニューです。 "お母さん大好き、ママ素敵" 。 と母親を褒めています。 <u>お</u>から、、 <u>か</u>ば焼き、<u>あ</u>ずきごはん、<u>さん</u>まの塩焼き、<u>だ</u>て巻き卵、<u>い</u>も料理、<u>す</u>し、<u>き</u>んぴらごぼう。そして、<u>ま</u>めごはん、 <u>ま</u>る干し、<u>す</u>きやき、<u>て</u>んぷら、<u>き</u>り干し大根というように和風料理がずらりと並んでいます。

厚生省の統計に、"夕食の調理に要する時間別栄養素摂取量"があります。 興味深いのは、夕食の準備が15分以内にできるという、大変料理の才能がある主婦たちによって作られた料理を分析すると、カルシウムが足りず必要量の70%しかありませんでした。また、ビタミンAや緑黄色野菜に含まれているカロチン、ビタミンB2も足りません。ところが、1時間かけた料理はほとんどの栄養素が足りています。 15分以内でつくるという手軽な料理は、どうしてもカルシウム、ビタミンA、 B_2 が足りません。これだけ足りないとつくっているお母さんの美容にもよくありません。手抜きをするとどうしても、食品数が足りなくなり、味付けが濃く、インスタントものや動物性脂肪が多くなります。動物性脂肪が多いと、おいしい反面、栄養のバランスがとれなくなります。

学校保健会で、子供たちが1週間にとった食品数を調べたところ、40食品以下という子供が10%もいました。41~80食品というゾーンが多く、80食品以上とっている子供は15%しかいません。

厚生省は、当初"1日30食品、1週間で100食品が必要"といっていましたが、この調査結果を見て、100食品を撤回してしまいました。実は、食品を100品目もとると太るということも判明したのです。

子供たちの1週間の食事で、40食品以下が10%もいるとなると、どうしても学校給食が必要になってきます。

脂肪の質のバランスと抗酸化食品

これからの食生活で考えたいことは、動物性の脂肪、植物性の脂肪を適量とり、魚の脂肪もとって、脂肪の質のバランスを良くすることと、ビタミンA、ビタミンC、ビタミンEなどを含んだ抗酸化食品をとることです。

過酸化食品が体の中で暴れると動脈硬化を促進しますが、それを防ぐ役割 を抗酸化食品が果してくれるのです。

抗酸化食品には、ほうれん草、パセリ、にんじん、かぼちゃ、トマトなどの野菜類に多く含まれます。また、レモン、イチゴ、グレープフルーツなどの果物にはビタミンCが多く、ゴマ、アーモンド、ピーナッツ、大豆などのタネ類や豆類にはビタミンEがたくさん含まれています。その他、緑茶、紅茶、ココア、ウーロン茶、ハーブスパイス、赤ワイン、穀類、味噌、しょう油、納豆なども抗酸化食品です。また、食物繊維も便秘、肥満、高脂血症の予防になりますから必要です。

そして、1日30食品を目標に栄養のバランスをとり、主食、主菜、副菜を 規則正しく揃えることと、よく噛んで、おいしくいただくという"食べ方" も健康にとって大事なポイントになります。

和風料理のよさの1つに、野菜が多いことから食物繊維がとれることがあ げられます。その他、和風料理のよさとしては、食品数が多く、大豆や大豆 製品がよく使われるなどがあります。大豆で作った味噌汁には、胃ガンを防 ぐ物質があるといわれています。

また魚料理が多いことも特徴です。魚の油は、心筋梗塞を防ぐのに役に立ちます。魚の油に含まれている多価不飽和脂肪酸が働いて、血液が固まるのを防ぐからです。さらに和風料理のよさを加えるなら、植物性脂肪が多くて動物性脂肪が少ないことで、これはコレステロールの上昇やストレスを防ぎます。

ただし、和風料理の欠点は、食塩が少し多過ぎるのと、動物性タンパク質が足りない傾向があることです。その点は色々な食品を食べることによって補ってください。洋風料理は、ヨーロッパに野菜が少ないせいもあって、どうしても野菜が少なくなります。

ここで食品に含まれる脂肪について簡単にまとめておくと、脂肪には、大きく分けて、飽和脂肪酸と不飽和脂肪酸があります。飽和脂肪酸はバター、チーズ、家畜肉の脂など常温で固まる油です。コレステロールを上げる働きがあります。不飽和脂肪酸は、単価不飽和脂肪酸と多価(高度ともいう)不飽和脂肪酸があって、いずれも常温では液体の油です。コレステロールを下げる働きがあります。

単価の不飽和脂肪酸であるオレイン酸は、オリーブ油、菜種油など。多価不飽和脂肪酸には、紅花油、ひまわり油などのリノール酸、エゴマの実からとった油のリノレン酸、そしてEPA、DHAなどで知られる魚の油があります。

魚で注目される栄養素としてタウリンがあります。コレステロール量が多くてもそれを上回る量のタウリンがあれば、動脈硬化症や心筋疾患に対する予防効果が期待できます。

それから、子供たちの食生活に不足しがちな栄養素として、カルシウムがあげられます。このカルシウムの摂取にも気をつけてください。

1日の摂取量の目安は、高校生で600~700 mg、中学生で600 mg、小学生低学年で400 mgです。学校給食の牛乳には200 mgのカルシウムが含まれていまが、中学生以上になると、給食がないことがあったり、日常、牛乳も飲まなくなるために、どうしても絶対量が不足します。ですから、カルシウムは家庭で意識的に摂らせないと不足してしまいます。

先ほどお話したように、カルシウムは、歯や骨にとって必要というだけでなく、イライラを抑制するなどの役割を果す重要な栄養素ですから、不足しないように気をつけてください。

幼児期の食生活

離乳が終わって小学校へ入るまでの期間が幼児期ですが、この時期は、別名"すり込み期"といわれています。食生活を含めて色々な生活習慣をつけさせる(すり込む)時期というわけです。

"三つ子の魂百まで"という諺がありますが、幼児期についた生活習慣は一生続くといわれています。食生活でいうと、味の好み、固さの好み、おやつの習慣、食器の持ち方、食べる道具(特に箸の使い方)、食習慣などがこの時期に習慣づけられます。例えば、幼児期に塩辛い味になれると、大人になっても塩辛い味付けが好きになるし、魚や野菜を食べなれていないと、魚嫌い野菜嫌いになってしまうこともあります。

肝心なのは、たとえ母親が魚や野菜の中で嫌いなものがあっても、幼児の時に何でも食べさせておくことです。魚や野菜を上手に調理して、子供においしさを知ってもらうには、ある程度、料理の腕も必要でしょうが、母親の努力なしでは子供の健康は守れないことを知っておいてください。

学童期の食生活

学童期は、その食習慣の完成期になります。1日3食を規則的にとり、栄養バランスのよい食事をすることと、カルシウムが多い牛乳・乳製品の補給、ビタミン、ミネラルを含んだ野菜と果物を十分にとります。食べ過ぎや偏食なしの習慣をつけることも大切です。

おやつについては、子供が好きだからといって、いつも同じ食品ではなく 色々な食品を使うことです。インスタント食品やレトルト食品を利用する場 合は、少し手を加えることによってだいぶよくなります。例えば、塩けが強 いと思ったら、一度お湯をかけて絞ることにより塩分が落とせるし、味を付 け直す工夫もできます。また、野菜を加えることによって不足する栄養素を 補うこともできるでしょう。

与え方も要注意です。おやつは1回の軽食と考えて量を与え過ぎないこと。 そのためには、一定量のおやつが入る"おやつボックス"などの入れ物をつ くり、食べすぎを防ぐといった母親の知恵が必要です。

ダラダラ食いもいけません。長椅子に寝そべって、テレビを見ながらポテトチップスを食べる"カウチポテト"というのが一時流行しましたが、あれはやめさせましょう。どうしても食べすぎてしまいます。おやつは、やはり

時間を区切って与えたいものです。また、油っこいものをとりすぎない、手作りのものや歯ごたえのあるものを与える、買い食いをさせない、などがポイントになります。

"一家団欒の楽しくおいしい食事"という、食べるときの環境づくりも大切です。夕食が小言の時間になり、母親の顔を見ると食欲がなくなる子供もいるようですが、そうなると困りものです。父親の帰宅時間が夕食に間に合わない家庭も多いでしょうが、週に何回かは父親も加わった一家団欒の楽しい食事を心掛けてください。

また、学校給食の狙いと内容をよく理解しておくことも必要です。子供が持ってくる "給食だより" をよく見ておいて、昼も夜も同じ献立にならないようにしてください。

次に、学童期は、"成長のため、健康のために何を食べるべきか"を教えはじめる時期でもあります。つまり、食品の知識と栄養指導です。

アメリカからきた10歳の子供に、ざるそばを食べさせたところ、「これは低カロリー食品だね」といったというエピソードがあります。一方、団体旅行で香港を訪れた日本の中年女性たちが、空港食堂で食べるメニューはというと、肉だけの料理、脂っこいめん料理、甘味の強いデザートなど、栄養的にみてバランスの悪いものが多いそうです。その点、東南アジアの知識階級の方々はきちんとバランスよくとっているといいますから、やはり学校における栄養学的な教育がいかに大切かがわかります。

思春期の食生活

思春期にみられる食生活の問題点は、朝食抜きと栄養バランスの悪いことです。栄養素でいうと、給食がなくなるのでカルシウムが足りなくなります。特に女性は、20歳までがカルシウムの大切な貯蓄時期ですから、意識的に牛乳・乳製品でカルシウムを補給しなければなりません。また、野菜と果物を十分にとることと、食べ過ぎ、偏食、無理なダイエットも要注意です。

今、中学生の女子に貧血が非常に増えています。これは、栄養知識がない まま無理なダイエットをすることから起こります。

思春期は行動が夜型になりがちです。夜食によってコレステロール値が高くなるので、食品を選ぶように注意してください。

思春期にかかわらず、子供の生活には、規則正しいリズムが必要です。遅寝、遅起きが一番いけません。朝、食欲がないという子供がいますが、夜食

を食べるから食欲がなくなるのです。それから、肥満に注意する、体をよく動かす、清潔習慣をつける、虫歯の予防をする、テレビを見過ぎない、なども子供にとって欠かせない生活指針です。そして、 "楽しく食べようみんなで食事" "気を配ろう適度な運動と健康づくり"を心がけてください。

子供の健康食の基本は"雑食"

アメリカのジョークに、 "亭主を早死させる10箇条" というのがあります。 ①旦那さんを太らせる。②酒をたくさん飲ませる。③甘いものとお菓子を たくさん食べさせる。そうすると中性脂肪があがり、肝障害も起こり、肝臓 は脂肪肝になります。特に欠かせないのは、④いつも座らせておいて運動不 足にすることです。

次に、⑤飽和脂肪酸の多い動物性脂肪をたくさん食べさせるとコレステロールが上がります。⑥塩辛い食べ物になれさせると血圧が上がります。⑦コーヒーを1日5杯以上飲ませると心筋梗塞が増えます。⑧タバコをすすめて夜ふかしをさせ、⑨休暇旅行には行かせません。

そして最後の仕上げに、⑩始終文句をいっていじめ、ストレスを与えます。 この10箇条が実行できたら、あなたは"メリーウィドー"となり、人生気 楽に過ごせますよと、このジョークはいっています。

これはいいかえれば、愛するご主人にはこういう生活をさせてはいけませんよ、というわけで。子供の生活にもいくつかあてはまります。

生活習慣病を予防する子供の食事の基本は、まず、雑食にさせることです。 1日30品目を食べさせようと、一つひとつ数えていたら面倒だし、洋食・和食・中華食など1回に全部つくるのもたいへんですから、今日のメインが洋食なら明日は中華食、次は和食にするなど、1週間を雑食にして、色々なものを食べさせればいいのです。

そして、薄味でおいしく調理し、砂糖を摂り過ぎず、野菜やカルシウムを十分に与え、間食の時間を位置づけることです。食卓を楽しくすると偏食も減ります。

今の子供は洋風食など柔らかい食事が多過ぎて、噛む力が非常に弱くなっています。だから嚙み応えのある食品を与えることも心がけてください。固いものが嚙めないと野菜を食べても嚙み切れないことがあり、だんだん野菜嫌いになっていきます。

運動習慣と家系

生活習慣病の予防としては、子供のころから個人に適した運動習慣をすり込むことが大切です。個人に適した運動とは、その場限りに漠然と運動するのではなく、生涯運動につなげるということです。生涯にわたって、いつも体を動かす習慣をつけることが大事なのです。

例えば、学校体育の場でいえば、いくらその学校がサッカーが盛んだから といって、サッカーばかりさせるのではなく、水泳が好きな子供もいれば、 走ることが得意な子供もきっといるはずです。要は、その子供、その子供に あった運動をさせることが大切で、そうしないと長続きもしません。

また、生活習慣病の予防を考える時、念頭においてほしいのが"家系(家族性)"です。家系を、おじいさん、おばあさんまでさかのぼってみて、血圧の高い人が多い場合は脳卒中を心配します。しかし、脳出血と脳梗塞は違っていて、脳出血は、血圧が高くコレステロールが低いことが多く、脳梗塞はコレステロールが高い家系に多いのです。しかし、いずれにしても、血圧を高くしない食事習慣にすることが大切です。

ガンは、それが起こる部位によって予防法も違ってきます。胃ガンは食塩の摂り過ぎです。肝硬変は肝臓ガンになりますから、HB、HCの肝炎が分かったら肝硬変になる前に早めに治療することです。

心筋梗塞は、若い頃からコレステロールが高い方が多く、糖尿病には明らかに家系的な要素がみられます。そういう家系の人は太らないように注意することです。胃潰瘍の場合は神経質な家系に多いので、あまり深刻に考えたりくよくよしたりしないで、ストレスに強くなるようにすることです。

また、交通事故も家系的なのです。 "親がとろいと子もとろい" ということがあるようで、親子、あるいは兄弟そろって同じような交通事故を起こすことがあります。兄弟の1人が交通事故を起こしたら、もう1人の子供に安全教育をしなさいという話まであるくらいです。今は交通事故が多く、幼児期の死亡では事故が死因のトップですから、その予防も重要です。

まとめになりますが、生活習慣病予防のためには、まず、子供のころから 正しい食事習慣をつけることです。それには、幼児期の正しいすり込み、そ して、家庭の食事献立の充実など、お母さんたちの努力です。保育園、学校 給食の持つ意味も十分に理解してください。そして、学校では、次代の親に なる人への教育を、中・高校でもっと行うことです。 運動は、体に合った日常の運動習慣をつけて継続し、そして楽しみながら 行うことです。教科体育の見直し、学習塾やお稽古事を整理してテレビとか 室内遊びを制限することも必要でしょう。

肥満と高脂血症の予防は、家系的に数値の高い人がいるかどうか、家族歴を知ることが大切になります。 "KYB" という運動がありますが、これは "Know Your Body"の頭文字で、あなたの体を知りなさいということです。自分の体を知り、危険因子やかかりそうな病気を予防するのが一番大事なのです。

本日は、子供の食事についてお話しましたが、子供の時は色々なものを食べさせ、雑食にさせることが将来の健康のために、何よりも必要であることを申し上げて私の話を終わりたいと思います。

☆この講演は平成10年10月に行われたものです。

<付1>

水産物消費改善総合対策事業について

1. 趣旨

- (1)最近の水産物の消費動向を見ると、健康志向が進むととも に有職女性の増加等を反映した簡便化志向が見られる等、消 費者ニーズは多様なものとなっている。また、海なし県の消 費が少ない等、地域差が見られるとともに、小中学生の魚離 れも指摘されている。
- (2)動物性タンパク質供給量に占める水産物の割合は、昭和40年には約6割であったが、食生活の洋風化等に伴い平成4年には約4割に減少しており、水産物と競合関係にある畜肉と比べて割安感がなくなった現状においては、水産物の消費拡大について適切な対策を講じないと、水産物の消費の減退を招く恐れがある。
- (3) また、輸入水産物も増加しており、このような状況に対応して、国産水産物を中心とした水産物の消費拡大のためには水産物の利用動向の把握分析を行うとともに、若年層対策、水産物の有用性の普及啓発、地域水産物の情報収集提供の推進、専門家の理解の促進等を図る必要がある。
- (4) 更に、栄養士、保健婦等を対象に作成した普及資器材をも とに、これら専門家に対し、魚の生態、季節性、栄養特性、 調理方法等に関する講習会を行い、水産物についての正しい 知識を普及し、もって国産水産物の消費拡大を図る。

2. 事業内容

- (1)消費拡大のための調査、方策の検討
- (2) 専門家及び一般向け普及啓発
- (3)地域水産物の情報収集、提供
- (4) 若年層を対象とした消費拡大対策
- (5)多獲性魚利用拡大対策、水産缶詰等の海外市場開拓

3. 事業実施主体

(社) 大日本水産会、全国漁業協同組合連合会

4. 事業実施期間 平成7年度~平成11年度

- 5. 平成10年度予算額 93,530千円(114,157千円)
- 6. 補助率 定額、1/2

<付2>

平成10年度 水産物消費改善総合対策事業

(金額は事業実施時点のもの)

社団法人 大日本水産会

1. 水産物消費拡大基礎事業 12,822,000円

(1)消費利用動向調查事業

7. 350.000円(定額)

*変化する消費者ニーズ等を的確に把握し、水産物の活用促 進に資するため水産物の消費動向、販売動向、利用意識等に 関し調査分析提供を行うことを目的とする。

*調査企画委員会(委員数6名)を設置し、調査テーマ、調 査対象、調査方法等について検討。

*平成10年度は調査対象を小学生とその親とし、子供達の魚 介類の利用の調査を行うことにより、水産品に関する食の好 み、認知度、他食材との比較、水産物の位置づけ等を確認し、 今後の具体的施策の方向を見いだすことを課題としている。

(2)消費拡大方策検討事業

165.000円(定額)

* 生産者、流通関係者、消費者、学識経験者等による消費拡 大方策検討会(委員数6名)を設置し、消費利用動向調査で 得られた結論を基に水産物の消費拡大を図る上での当面する 課題及び食生活での活用を促進するための方策の検討を行う ことを目的とする。本年度は、消費利用動向調査の対象が小学 生であり、子供の消費拡大に関して調査研究を行う。

(3) 流通合理化検討事業

3, 754, 000円(定額)

*水産物の消費拡大を図る上で、流通部分でも種々の重要な問題が発生していると考えられる。水産物流通の合理化を図る上での問題点の把握及びその解決のための方策の検討を行うことを目的とする。

具体的には学校給食への食材納入に関し、その食材の納入業者、流通業者、受入側の栄養士、学識経験者等7名からなる委員会を設置し、調査の業務は調査会社に委託して事業を実施する。

*平成10年度も平成7年度から着手している流通容器の規格 統一のフォローアップを実施し、流通合理化の推進に資する 事としている。

(4)担当者育成強化事業

1,553,000円(1/2以内)

*各地域における水産物消費拡大活動を支援するため、当該活動の担当者を対象に、その育成強化を目的とした検討会の開催等を行う。

*当該講演会・検討会の開催。講演録及び資料は後日、取りまとめの上配布。

2. 水産物普及啓発事業 12,741,000円

(1)特定対象普及啓発事業

6, 791, 000円(定額)

*特定対象者(医療関係者、栄養士、保健婦等の専門家)が

- 一般消費者に対して行う食事指導等の場合の参考資料として 栄養特性等水産物に関する知見を与えるための普及資器材を 作成する。
- *企画委員会(委員数5名)を設置し、普及資器材の作成に 関して必要な事項及び当該普及資器材が効果的に使用される ための方策の検討を行う。
- *平成10年度も作成会社を(株)協和企画とし、全国の栄養 指導を行う小児科医師(特定対象者)を対象に、『魚の栄養 事典』を作成・配布する。

(2) 不特定対象普及啓発事業

5, 950, 000円

ア. 普及放送事業

- 1,800,000円(1/2以内)
- *普及放送企画委員会(委員数8名)を設置し、放送の内容、 時期等事業実施に必要な事項についての検討を行う。
- *平成10年度は普及放送の制作及び放送実施を全国漁業協同組合連合会に委託し、CS放送を利用して各種の情報提供を行う。
- イ. 普及資器材作成事業(該当なし:全漁連)
- ウ. 相談・提供事業
 - 4, 150, 000円(定額)
 - *相談窓口(おさかな相談室)を設置し、一般消費者等からの相談への対応及び資料の作成・提供を行うとともに、シンポジウムの開催等により情報提供を行う。
 - *相談内容・・・小学校5年生の副読本に、大日本水産会の 名称登録を行ったことにより、小学5年生を中心に子供たち

からの水産業に関する問い合わせが多い(手紙300通、電話500件)。その他一般、マスコミより問い合わせ多数。

*シンポジウムの開催・・・10月28日に銀座ガスホールで、 『キレる子、キレない子 子供の心の健康と食生活』と題し たシンポジウムを開催し、講演録を作成し配布。

- 3. シーフード情報ネットワーク事業 24, 200, 000円
 - (1)シーフード情報収集・蓄積・分析・提供事業 (該当なし:全漁連)
 - (2) 地域水産物全国交流普及事業:

24, 200, 000円(1/2以内)

*各地域水産物の全国的な普及を推進するため、水産物に対する消費者ニーズ及び業務需要を把握するとともに、需要の開拓、流通経路の確立を図るため、各地域の水産加工品等を集め、その市場性の評価検討を行う。

*事業は全国水産加工業協同組合連合会と全国漁業協同組合連合会に委託し、全国各地域の水産加工品を集め市場性の評価・検討・表彰を行う事業及び東京と福岡でフェアを実施した。

- 4. 若年層緊急特別対策事業 13,013,000円
 - (1)学校給食対策協議会事業

813,000円(定額)

*学校給食における水産物の利用を促進するため、水産物を 活用した学校給食用メニューの開発及び学校給食関係者に対 する水産物の栄養特性等についての情報提供を行う事を目的 とし、学校給食対策協議会(委員数 9 名)を設置し、学校給 食における水産物の利用を促進する上での問題点の把握及び その解決のための方策の検討を行うとともに、学校給食用メ ニュー開発のためのメニュー選定委員会(委員数20名)を構 成し、必要な事項について協議。

(2) 学校給食メニュー開発事業

7,000,000円(1/2以内)

- *平成10年度は実施会社を(株)N&Sプロモーションとし、 (社)全国学校栄養士協議会との連携により実行した。
- *メニュー集は全国の学校給食栄養士に配布する。

(3)移動ふれあい交流事業

5, 200, 000円(定額)

- *これまで水産物に接することの少なかった地域や若い世代に対して、水産物の栄養特性や調理方法等水産物に関する情報を提供するため、学校、イベント会場、団地等、人の集まる場所において、おさかなシャトル号を運用し、おさかな教室を開催する。
- *事業の実施にあたっては、香川県漁業協同組合連合会に委託し、全国4カ所における小学校を中心とした「おさかな教室」を開催した。
- 5. 水産物消費拡大特別対策事業 13,668,000円
 - (1)多獲性魚利用拡大推進事業(該当なし:全漁連)

(2)新市場開拓推進事業

13,668,000円(1/2以内)

- *水産加工品や水産缶詰について、海外での市場開拓を推進するため、試食展示会の開催等の普及啓発を行った。
- *開拓推進検討会(委員数3名)を設置し、試食展示会の開催国、場所、時期、内容等事業実施に必要な事項について協議。
- *事業は水産加工品グループは北海道漁業協同組合、水産缶詰グループは日本貿易振興会にそれぞれ委託し、水産加工品グループは大連、香港。缶詰グループは香港、上海でそれぞれ試食展示会及び市場調査等を行った。

(合 計 額 76,444,000円)

平成10年度 民間事業 (参考)

- 1. キャンペーン事業 9,500,000円
 - (1) 魚食普及講演会の開催 *一般、生徒、栄養十等を対象に年間約30回開催。
 - (2)フォーラムの開催 *10月28日(水)銀座ガスホールにおいて『キレる子、キレない子 子供の心の健康と食生活』と題するトークショーを開催。
 - (3) インターネット・ホームページの運営

 *http://web. infoweb. ne. jp/
 fishworld/
 *Eメール
 jfish@mb. infoweb. or. jp
- 広報事業 14,131,882円
 *会報の「SAKANA」 年度内2回発行
- 3. 関連事業協力費 1,100,000円*講師研修、地域活動への協賛、魚食普及功績者表彰(平成10年11月25日)等。
- 4. 国庫補助協力費 200,000円
- 5. 管理運営費 9, 190, 000円 *会議費、旅費、人件費、事務費等。
 - (合 計 額 34, 121, 882円)

<付3>

平成10年度 水産物消費改善総合対策事業

全国漁業協同組合連合会(中央シーフードセンター)

1. 水産物消費拡大基礎事業

担当者育成強化 910,000円 (1/2)

全国の地方ステーション・魚食普及担当者を対象に、研修 会を次のとおり実施すると共に、その結果を講義録としてと りまとめ配布した。

- (1) 日時:平成10年10月22日(水)~23日(木)
- (2)場所:大分県・蒲江町・マリンカルチャーセンター
- (3)内容:講演と説明
 - ①「大山町農協の挑戦」〜私たちの一町一品運動〜 大分大山町農協管理部長 森 克男
 - ②「2000年度魚食普及予算について」(意見交換)
 - ③「魚食普及は積極的に」 シーフード香川専務 松田 勝成
 - ④「料理講習会の進め方」 料理研究家 高橋 知子

2. 水産物普及啓発事業

(1) 不特定対象普及資器材作成

8,736,000円 (定額)

産地水産物市場を対象に、衛生管理の普及開発のため のビデオを作成配布。

- ①企画作成委員会 年度中3回・6名(学識経験者等)
- ②ビデオ作成
- (2) 水産物普及啓発支援

22, 274, 000円(1/2)

地方ステーションと連携し、栄養士、調理師、子供、 学生等を対象に、魚介藻類の生態・季節性・栄養特性等 に関する講習会と魚介藻類を利用した調理実習会を開催。 また、参加者アンケート報告書と調理実習メニュー集 を発行。

- ①開催時期:平成10年6月1日~平成11年2月28日
- ②開催場所:全国各地域
- (3) 衛生管理普及啓発

5, 985, 000円(定額)

産地水産物市場を対象に、衛生管理普及啓発のためのマニュアルを作成すると共に、マニュアルに基づく研修会を実施する。

- ①企画委員会 年度中4回・6名
- ②衛生管理マニュアルの作成
- ③衛生管理普及研修会の開催 年度中4カ所

3. シーフード情報ネットワーク事業

13,130,000円 (定額・1/2)

産地情報を収集・分析し、量販店、外食産業、生協、鮮魚 小売店等に提供する。併せて、情報活用動向調査を実施し、 報告書にまとめる。

- (1)情報企画委員会 年3回 7名(学識経験者等)
- (2) 冊子「シーフードシーズンニュース」

A 4 判 4 色刷 12頁 1 回8,000 部×4回

①配布対象:量販店、生協、外食産業、水産物小売商等

②内 容:旬の魚、地魚、磯魚、水産加工品、シー

フードクッキング等

(3)活用動向調査

「シーフードシーズンニュース」の活用状況を確認 すると共に、今後、さらに国内水産物の販売促進を図 るにあたり、必要な情報等を調査し、報告書としてと りまとめる。

4. 水産物消費拡大特別対策事業

4, 902, 000円 (1/2)

いわし食用化協会に委託し、消費動向調査や新商品の開発や改善のための技術開発等を行う。

- (1) 事業実施検討委員会の開催
- (2) 利用状況実態把握調査
- (3) 多獲性魚加工利用技術開発及び普及

<付4>

平成10年度

中央団体の消費拡大事業の現状報告

中央団体名 担当者の所属役職名	日本鰹鮪漁業協同組合連合会 販売部 販売企画課 副調査役 本間 恵
平成10年度予算規模	79,500,千円
平成10年度 魚食普及の事業名称 と事業概要及び事業 予算	1. 販売促進事業 33,000千円 ①生産者直売会等の実施 本会並びに各県組合が生産者直売会等を実施。 ②販促資材の作成・配布 ポスター、パンフレット等の販促資材を作成し、生産者直売会等に活用。 2. かつお消費対策 6,500千円 ①特約販売先等への支援活動 ②新製品開発 ③マスメディアを活用した商品特性の差別化PR 3. まぐろ消費対策 40,000千円 ①料理講習会等の実施 関東甲信越の生協組合等に解凍・料理方法の講習会を実施。 ②冷凍ストッカーの活用等による販路の拡大 冷凍ストッカーを一定期間無償貸与し、高品質製品の販売を実施。 ③その他

中央団体名 担当者の所属役職名	全国蒲鉾水産加工業協同組合連合会
平成10年度予算規模	26、320千円

平成10年度事業概要

1. 全国かまぼこ祭り~第51回全国蒲鉾品評会~

全国のかまぼこを一堂に展示し、消費者のかまぼこに対する関心を高めるとともに かまぼこ業者に対しては、品評会により農林水産大臣賞を授与するなどにより、技術 の向上に資することを目的としている。

なお、毎回併催しているかまぼこ製造機械・資材展は、今回は会場スペース等の関係で行わない。

- ・会場:徳島県鳴門市で開催される第18回全国豊かな海づくり大会特設会場に併設 の「阿波の天然食フェア」会場内(毎年全国各地持ち回り開催)
- ·開催期間:平成10年11月14~15日(2日間)
- · 事業費: 10, 320千円
- 2. 消費拡大のための広報活動

「マスコミと消費者に水産練製品の魅力を知ってもらう」というテーマのもと、年間を通じた広報活動に取り組む。

- (1) 第1回水産練製品料理アイデア大賞の実施
 - 家庭で手軽にできる水産練製品を使った料理レシピを一般公募
 - ・募集方法:パブリシティ活動による告知及び募集チラシの作成配布 ・実施期間:平成10年7月13日~9月10日を募集期間とし、11月6日に受賞者発表
 - 賞品: 大賞(1名)賞金20万円、優秀賞(3名)賞金10万円 入賞(6名)水産練製品詰合せ
- (2)マスコミ懇親会の開催 マスコミ各担当者との交流を図り、記事掲載を推進するため料理アイデア大賞 授賞式に併せ懇親会を実施。
- (3) マスコミ向け広報資料の配布 料理アイデア大賞のレシピや水産練製品を紹介・解説した資料を配布し、マスコミでの露出を図る。
- (4)店頭配布用パンフレットの作成 消費者に対する理解促進、利用機会の拡大を図るため、レシピや水産練製品を 紹介したパンフレットを作成。
- (5) テレビ番組タイアップの実施 消費者に関心の高いテレビ料理番組の中で、水産練製品を使った料理を紹介。
 - 事業費:16,000千円(会員メーカーの負担)

中央団体名 担当者の役職氏名	全国水産加工業協同組合連合会 指導部課長 大畑文孝
平成10年度予算規模	8,000,000円
平成10年度 魚食普及の事業名称 と事業概要及び事業 予算	地域水産物全国交流普及事業 各地域水産物の全国的な普及を推進するため、水産物に対する消費者ニーズ及び業務需要を把握するとともに、大口需要の開拓及び流通経路の確立等を図るため、各地域の水産加工品等を集め水産物流通関係者、量販店、外食産業関係等による市場性の評価検討を行う。 事業費:8,000千円 補助率:1/2

< 付 5 >

平成10年度

都道府県の魚食普及事業の現状報告

都道府県・担当部署 担当者の役職氏名	青森県漁業振興課流通ほたて振興室 主事 鹿内 勉
平成10年度予算規模 補助金・民間総計額	国庫補助金 0円 都・道・府・県費 18,000,000円 民間負担金 36,000,000円 (合計額) (54,000,000円)
平成10年度 魚食普及の事業名称 と事業概要及び事業 予算	・青森ホタテ消費宣伝パワーアップ事業 事業主体:青森県ほたて流通振興協会 事業費 : 54,000,000円 補助率:1/3 事業概要 (1)広告宣伝事業 (37,000千円) ポスター、マスメディア等による宣伝 青森ほたての標語、貝殻イラストの一般公募 広告看板、青森ほたでキャラクターによる宣伝 県内、首都圏におけるテレビコマーシャル放映 (2)消費拡大対策事業 (17,000千円) 展示即売会、料理コンクール、ほたて宣伝キャンペーン 試食懇談会、市場調査、浅草旬の市販売促進キャンペーン

都道府県・担当部署 担当者の役職氏名	岩手県林業水産部漁業振興課 主任 赤平英之
平成10年度予算規模 補助金・民間総計額	国 庫 補 助 金 0円 都・道・府・県 費 7,635,000円 民 間 負 担 金 7,635,000円 (合 計 額) (15,270,000円)
平成10年度 魚食普及の事業名称 と事業概要及び事業 予算	事業名称 秋さけ等利用拡大推進事業 事業概要 ・インターネットへのホームページの継続実施 ・「鮭の日」キャンペーンの開催 ・お米との共同キャンペーンの実施 ・消費資系いわてフェスティバル '98への参加 ・銀河系いわてフェスティバル '98への参加 ・いわてめぐみフェアーへの参加 ・ ABCラジオ祭りへの参加 ・ 第18回岩手の鮭まつり ・ 空とぶいくら大作戦の実施 ・ 料理コンクール、料理セミナー、試食会の開催 ・ 岩手の鮭、いくら丸ごとプレゼントの実施 ・ 岩手県水産加工品コンクール、バイヤー商談会 事業主体 ・ 岩手県秋さけ消費拡大推進協議会 補助率 1 / 2

都道府県・担当部署 担当者の役職氏名 岩手県林業水産部漁業振興課 主任 荒浜清一	
	長興課 主任 荒浜清一
平成10年度予算規模 国庫補助金 6,556,000円 補助金・民間総計額 都・道・府・県費 556,000円 市町村費 1,791、000円 民間負担金 4,209,000円 (合計額) (13,112,000円)	556,000円 1,791、000円 4,209,000円
平成10年度 魚食普及の事業名称 と事業概要及び事業 予算 ・ 消費宣伝用VTRの活用による宣伝活動の実施 ・ 産直宅配商品の開発 ・ 浜料理の紹介 ・ デパート等の物産展への参加 ・ イベントの実施 ・ イベントの参加 ・ 水産まつりの開催、情報交換会の実施 ・ パンフレットの作成、配布 ・ サンブルの提供 ・ さんまふるさと便の販売促進活動の実施 ・ 秋さけ定番料理の開発 ・ モニター試験の実施 ・ 特産物化推進検討委員会の開催 ・ 事業主体 ・ 県、市町村、漁業協同組合 ・ 補助率 1 / 2	を物化推進事業 D活用による宣伝活動の実施 を 及への参加 首都圏・陸前高田市 県内陸部 情報交換会の実施 な、配布 D販売促進活動の実施 開発 を と 日会の開催

parameter and the same and the	
都道府県・担当部署 発表者の役職氏名	宮城県水産林業部漁政課流通加工係 技師 吉岡 直樹 " 水産課構造改善係(国庫補助事業担当) 技術主査 熊谷 明
平成10年度予算規模 補助金・民間総計額	国 庫 補 助 金 2,500,000円 都・道・府・県 費 6,200,000円 民 間 負 担 金 7,700,000円 (合 計 額) (16,400,000円)
平成10年度 魚食普及の事業名称 と事業概要及び事業 予算	1. 地域水産物マーケティング促進事業 (1)事業主体: 県漁連、加工連等 (2)事業費 : 8, 400千円
	2. まぐろ流通開拓パイロット事業 (1) 事業主体:宮城県北部鰹鮪漁業協同組合 (2) 事業費 : 3, 000千円 県 費 1,500千円 民間負担金 1,500千円 (3) 事業概要: ①まぐろの「食」普及事業 「まぐろ食うデイ」の設立による食の普及拡大、消費者 志向の情報収集などを実施する。 ②情報提供事業

気仙沼ブランド直売品の開発とブランドステッカーの制 作、まぐろ漁業情報誌の配布等を行う。

- 3. みやぎ「浜の幸」味わい事業(沿岸域水産物地域特産化推進事 業)
 - (1) 事業主体: 県、県漁連
 - (2) 事業費 : 5, 000千円

国庫補助金 2,500千円

県 費 500千円

民間負担金 2,000千円

(3) 事業概要:

沿岸域において、馴染みが薄く限られた地域だけで消費さ れている水産物や、料理方法等が普及していないために有 効に利用されていない水産物の消費拡大を図るため、地域 水産物の特産物構想を策定するとともに、試食会、販売会 等のモデル事業を実施する。

都道府県・担当部署 担当者の役職氏名	秋田県農政部水産漁港課企画振興担当 技師 藤田 学
平成10年度予算規模 補助金・民間総計額	
平成10年度 魚食普及の事業名称 と事業概要及び事業 予算	1. 沿岸域水産物地域特産物化推進事業 県内には、鮮度低下が速い、知名度が低い、見た目が悪い等の理由により、流通に乗りにくい魚貝類があることから、地場産物の高鮮度や季節感を消費者に紹介すると共に、宅配・加工・直販、それぞれの漁協の特徴に合った販路を拡大し、資源の有効利用と漁家所得の向上を図る。 事業費:7,080,000円(国庫補助1/2) (一部は漁協負担3/10) 2. 水産物高付加価値化技術開発事業ホッケやアジ等の多獲性魚類を原料として、これまでにない加工食品を開発することにより、沿岸漁業の経営改善に資すると共に、漁協の加工施設等の一層の有効利用を図る。 事業費:3,500,000円(国庫補助1/2) (間接補助部分は、国、県、事業主体がそれぞれ1/3づつ)

都道府県・担当部署 担当者の役職氏名	福島県農林水産部水産課漁業構造改善係 主査 斎藤 健
平成10年度予算規模 補助金・民間総計額	国庫補助金 6,001,000円 都・道・府・県費 3,226,000円 民間負担金 2,775,000円 (合計額) (12,002,000円)
平成10年度 魚食普及の事業名称 と事業概要及び事業 予算	水産物流通対策費(沿岸域水産物地域特産物化推進事業) 県事業 902,000円 補助事業 11,100,000円
	補助率: 3/4(国1/2 県1/4) 補助先:相馬市、新地町 事業主体:相馬原釜漁協 磯部漁協 新地町

都道府県・担当部署 茨城県農林水産部漁政課企画調整担当 主任 根本 孝 担当者の役職名 1,860,000円 平成10年度予算規模 国庫補助金 7,673,000円 補助金・民間総計額 都・道・府・県 費 民間負担金 42,859,000円 (合 計 額) (52,392,000円)水産物消費拡大事業のうち 平成10年度 魚食普及の事業名称 1. 魚食普及キャンペーン事業 と事業概要及び事業 「魚と健康の集い」を開催し、消費者に対する魚食普及の啓 予算 蒙を行い、全国水産加工品フェアに参加して、ニーズを把握 する。 事業主体: 茨城県水産物開発普及協会 事業費 : 3, 2 0 0 千円 (県補助1,600 千円:1/2) 2. 学校給食供給事業 茨城県漁連が自ら生産した多獲性魚の水産加工品を学校給食 として供給し、学童期からの水産食品に対する理解と親しみ を醸成し、消費の拡大に資する。 事業主体: 茨城県漁業協同組合連合会 事業費 : 42, 400千円(県補助4,000千円:定額) 3. 地域水産物有効利用推進事業 消費者や魚食普及指導者を対象に、いわし、さんま等の栄養 特性、調理方法についての講習会やコンクールを開催し、魚 食普及と地域水産物の有効利用を図る。 事業主体: 茨城県水産物開発普及協会 事業費 : 1, 2 8 0 千円(県補助640 千円:1/2) いばらぎの味イメージアップ事業のうち 1. 県のさかな消費拡大事業 県のさかな及び旬のさかな等を中心とした本県水産物の消費 者に対するイメージ高揚を図るために、各種イベントにおい て展示、試食、販売を行う。 事業主体: 茨城県水産物開発普及協会 事業費 : 6 4 6 千円 (県補助323 千円:1/2) 2. 漁連ブランドまつり 県のさかな「ひらめ」、旬のさかな「鹿島灘はまぐり、かつ お、ひらめ、あんこう」、淡水の魚「わかさぎ」が制定され たことに伴い、水産物のPRを図るため、全国漁連ブランド 食品まつりを開催する。 事業主体: 茨城県漁業協同組合連合会 事業費 : 6 4 6 千円 (県補助323 千円:1/2) 県のさかな等啓発普及用の印刷物作成 本県の水産物等を一般県民に紹介するパンフレットの印刷 事業主体: 茨城県 事業費 : 500千円(県単) *参考 県のさかな:ひらめ 旬のさかな:春/鹿島灘はまぐり、夏/かつお 秋/ひらめ、冬/あんこう 淡水のさかな:わかさぎ いばらぎの魚マーケティング推進事業 今後の本県水産物流通の基本方向を検討するとともに、鹿島灘は まぐりの新たな流通チャンネルを開拓するため、流通実態の調査 や広報宣伝等のマーケティング事業の計画策定を実施する。 事業主体:県、漁協 事業費 : 3, 720千円

(国1/2:287 県1/2:287及び国1/2:1,573 漁協1/2:1,573)

都道府県・担当部署 担当者の役職氏名	千葉県水産部水産課流通加工班 技師 三井美咲子
平成10年度予算規模 補助金・民間総計額	国庫補助金 0円 都・道・府・県費 10,715,000円 民間負担金 6,875,000円 (合計額) (17,590,000円)
平成10年度 魚食普及の事業名称 と事業 発享	事業名:県産水産統通促進活動事業 事業概要: (1) 旬の県産水産流通促進活動事業 事業主体:千葉県シーラ流連・加工連、共済組合、 構成:県漁保険、振興財金・1、465千円(1/2㎞) 事業書生体 4、465千円(1/2㎞) 事業世体 4、465千円 県補助金・4、465千円(1/2㎞) 事業機要: (2) ちばのおな音葉(1) で、「県内でなので、「県内でないので、でで、の、「県内でないので、でで、の、「県内でででで、の、「場内のででででで、の、「場内のでででで、の、「場内のでででで、で、で、で、で、で、で、で、で、で、で、で、で、で、で、で、で、で

都道府県・担当部署 担当者の役職氏名	長野県農政部園芸特産課水産係 技師 川之辺素一
平成10年度予算規模 補助金・民間総計額	
・ 平成10年度 魚食普及の事業名称 と事業概要及び事業 予算	・長野県園芸特産振興展において、天然角寒天の品評会と展示即 売及び淡水魚加工品の即売を行って、消費拡大を図る。 開催年月日 平成10年11月6日~11日 場 所 長野市
	•

都道府県・担当部署 担当者の役職氏名	新潟県農林水産部水産課指導普及係 水産業改良普及員 本間智晴
平成10年度予算規模 補助金・民間総計額	国庫補助金 0円 都·道·府·県費 0円 民間負担金 600,000円 (合計額) (600,000円)
平成10年度 魚食普及の事業名称 と事業概要及び事業 予算	 ◎魚食普及協議会事業(総事業費 600千円) 1. 魚料理講習会(100千円) ①おさかな教室 市町村及び関係機関等と協調し、消費者や高校生等を対象に 魚に対する情報の提供と調理実習を実施する。 ②浜と山の交流会 県漁婦連を主体として、漁協婦人部員を講師として農村婦人部を対象に魚料理講習会を実施し、交流を通して農村部への普及を図る。 2. 新潟県さかなまつり(450千円)県内の漁協が扱う鮮魚・加工品の展示即売を中心に、県内で漁獲される魚の消費拡大に係わる啓蒙普及を実施する。 3. その他(50千円) ①漁協や関係団体が実施する水産物の消費拡大に関するイベント等に情報や資器材を提供し協力する。 ②水産物の啓蒙普及に関する情報を収集し整理する。

都道府県・担当部署 担当者の役職氏名	富山県農林水産部水産漁港課振興係 主任 渡辺 健
平成10年度予算規模 補助金・民間総計額	国 庫 補 助 金 0円 都·道·府·県 費 6,000,000円 民 間 負 担 金 11,000,000円 (合 計 額) (17,000,000円)
平成10年度 魚食普及の事業名称 と事業概要及び事業 予算	おさかな普及推進事業 I (県単)補助率 1 / 4 ・事業主体:富山県おさかな普及協議会 ・事業費:13,000千円 ・事業内容:料理講習会の開催 広報活動(新聞、テレビ等) イベント等への出展参加
	おさかな普及推進事業 II (県単)補助率 3 / 4 ・事業主体:富山県おさかな普及協議会 ・事業費: 4,000千円 ・事業内容:水産業、地域水産物等解説冊子作成(小学生向)

都道府県・担当部署 担当者の役職氏名	石川県農林水産部水産課 専門委員 大橋洋一
平成10年度予算規模 補助金・民間総計額	国庫補助金 3,000,000円 都・道・府・県費 3,000,000円 民間負担金 0円 (合計額) (6,000,000円)
平成10年度 魚食普及の事業名称 と事業概要及び事業 予算	「石川の四季のさかな」新鮮実感キャンペーン事業 1. バックアップスポークスマン事業 首都圏、関西圏で、石川県の魚の良さをPRできる人材や話題を雑誌を通じて公募し、賞品として石川県産の魚を送付する。 2. フォーカスグループ調査 魚介類の消費を阻害する問題や石川県の魚に対する期待や課題を県民から数十名を無作為抽出し、聞き取り調査をする。 3. インターネットのホームページの充実 石川県水産課のホームページの中で、「石川の四季のさかな」を紹介するとともに、石川の魚にまつわる話題を提供する。 事業予算:6,000千円

都道府県・担当部署 担当者の役職氏名	福井県農林水産部水産課水産振興グループ 主査 有賀計子
平成10年度予算規模 補助金・民間総計額	国庫補助金 1,250,000円 都・道・府・県費 0円 民間負担金 1,250,000円 (合計額) (2,500,000円)
平成10年度 魚食普及の事業名称 と事業概要及び事業 予算	越前・若狭「旬」のさかな流通強化事業 事業概要:
	越前・若狭「旬」のさかなとして福井の四季のさかなを選定し 消費者の高鮮度・本物志向のニーズに応えるとともに、福井県で 生産される優れた水産物の宣伝・普及を積極的に進め、イメージ アップを図ることにより、消費の拡大や魚価の向上を促進し、水 産物流通体制の改善を推進する。
	事業期間:平成9年度~
	事業主体:福井県、福井県漁業協同組合連合会
	平成10年度事業 ・事業内容:越前がにマーキングの実施 他地域産のズワイガニと「越前がに」(福井県沖合で漁獲される雄のズワイガニ)を区別するため、県内の関係漁協が連携して統一標識を取り付けることにより、生産者自らの品質管理の徹底と、ブランドとしての信頼性の向上による価格の安定を目指す。 ・事業主体:福井県漁業協同組合連合会 ・予算額:2,500千円(国庫1/2)

都道府県・担当部署 担当者の役職氏名	静岡県農林水産部水産振興室 技師 鈴木進二
平成10年度予算規模 補助金・民間総計額	国庫補助金 都・道・府・県費 8,000,000円 民間負担金 8,000,000円 (合計額) (16,000,000円)
平成10年度 魚食普及の事業名称 と事業概要及び事業 予算	1. 旬感フレッシュおさかなチャレンジ事業費助成一般消費者に漁業の現場から魚を見て、水産物の消費拡大を図る。(事業主体:静岡県おさかな普及協議会)(1)漁体感事業 定置額漁、刺し網漁を見学し、獲れたての魚を食材とした料理教室を開催(年3回、45人/回)(2)親子おさかな料理チャレンジ 消費地市場を開放し、親子理で挑戦(干物つくり魚料理は地市場を開放し、知発・実演)(3)魚料理番組の放映 (NHK、年12回)(県費補助1/2 以内 2,000千円 総事業費4,000千円) 2. 静岡の味おさかな逸品事業費助成 本県水産加工品のPRパシフトで成・配布や料理コンテストの開催などにより、地元特を図る。(1)PR事業により、地元特を図る。(1)PR事業により、地元特を図る。(1)PR事業により、地元特を図る。(1)PR事業にのPRパシフを利して、少・県内外の観光案内所、各種イベントでの配布(2)地元特産品再発見事業 (事業主体・焼津水産加工業協同組合)・小中学校における廃産利回)・家庭実習の結果アンケート(3)料理コンテスト開催事業 (事業主体・富士養鮮和に料理コンテスト及び表彰式の開催・受賞者作品の料理メニュー冊子の作成(県費補助1/2 以内 6,000千円 総事業費12,000千円)
··	

都道府県・担当部署 担当者の役職氏名 三重県農林水産商工部農芸畜産振興課流通対策担当 主事 服部 素尚 平成10年度予算規模 補助金・民間総計額 国 庫 補 助 金 3,000,000円 都・道・府・県 費 0円 民 間 負 担 金 3,000,000円 (合 計 額) (6,000,000円)		
補助金・民間総計額 都・道・府・県 費 0円 民間負担金 3,000,000円		者の役職氏名 三重県農林水産商工部農芸畜産振興課流通対策担当
		金・民間総計額 都・道・府・県 費 0円 民間負担金 3,000,000円
平成10年度 魚食普及の事業名称 と事業概要及び事業 予算 1. 食品商業人材育成推進事業 200千円 研修会開催 2. 組織活性化事業 5,800千円 ・広報普及活動の実施 ・お魚料理コンクールの実施 ・親升理数室の開催 ・料理講習会の開催 ・テレビお魚料理放送等 (その他) 国庫補助事業・・・補助率1/2	無食普及の事業名称 と事業概要及び事業	事業主体:三重県水産物消費拡大促進協議会事業概要: 1.食品商業人材育成推進事業 200千円 研修会開催 2.組織活性化事業 5,800千円 ・ 広報普及活動の実施・ お魚料理コンクールの実施・ 親子料理教室の開催・ 料理講習会の開催・ テレビお魚料理放送等

都道府県・担当部署 担当者の役職氏名	滋賀県農政水産部水産課水産振興係 主事 大橋淳也
平成10年度予算規模 補助金・民間総計額	国庫補助金 0円 都・道・府・県費 1、680、000円 民間負担金 1、680、000円 (合計額) (3,360、000円)
平成10年度 魚食普及の事業名称 と事業概要及び事業 予算	事業名:水産物流通促進対策事業 事業主体:滋賀県漁業協同組合連合会 滋賀県水産加工業協同組合 事業費 : 3, 360,000円(補助率 1/2) 事業概要:・魚食普及啓発用パンフレット、カレンダー、 料理集等の作成 ・料理講習会の開催 ・イベント等への参画による活魚販売 ・水産物加工品品評会の開催 ・全国農林水産祭への参画 ・消費実態調査 ・魚病・飼料研修会

都道府県・担当部署 担当者の役職氏名	大阪府環境農林水産部水産課 企画調整係 主事 谷口孝夫
平成10年度予算規模 補助金・民間総計額	国庫補助金 500,000円 都·道·府·県費 500,000円 民間負担金 2,804,805円 (合計額) (3,804,805円)
平成10年度 魚食普及の事業名称 と事業概要及び事業 予算	魚食普及キャンペーン 1. 料理冊子の作成 (1,926,000円) 2. 料理教室の開催 (230,000円) 3. 魚食普及啓発グッズの作成・購入及び配布 (970,000円) 4. イベント出展・協力 (470,000円) 5. その他 (208,805円) ☆事業実施は、大阪府も構成団体に入っている大阪おさかな 健康食品協議会が行っている。

都道府県・担当部署 担当者の役職氏名	奈良県中央卸売市場業務課
平成10年度予算規模 補助金・民間総計額	国庫補助金 0円 都·道·府·県費) 1,000,000円 民間負担金 2,020,000円 (合計額) (3,020,000円)
平成10年度 魚食普及の事業名称 と事業概要及び事業 予算	水産物消費拡大推進事業 1. 目的 中央卸売市場の水産物流通関係団体及び開設者が一体となって、消費者の水産物に対する理解と関心を高め、健康食品としての魚食の普及促進を図ることにより、市場流通の拡大と活性化に努める。 2. 補助金交付団体 奈良県魚食普及協議会(設置 昭和62年10月~) 構成中央卸売市場水産物卸売業者(2社)

都道府県・担当部署 担当者の役職氏名	和歌山県農林水産部水産課漁業振興班 技師 森 康雅
平成10年度予算規模 補助金·民間総計額	国 庫 補 助 金 0円 都・道・府・県 費 900,000円 民 間 負 担 金 900,000円 (合 計 額) (1,800,000円)
平成10年度 魚食普及の事業名称 と事業概要及び事業 予算	平成10年度 おさかなママさんクッキングセミナー (県単事業) 事業主体:和歌山県漁協婦人部連絡協議会 事業費 : 1,800,000円(補助率1/2) 事業目的:水産物の消費拡大を目的として、一般主婦層を対象に 県内数カ所で「おさかなママさん」による漁村料理の 講習会を開催し、県内水産物の積極的活用及び普及を 図る。 事業内容:漁村料理を紹介する冊子の作成 料理講習会の開催 事後アンケート調査の実施

都道府県・担当部署	山口県水産課経営普及班 主任技師 高田茂弘
担当者の役職氏名	
平成10年度予算規模 補助金・民間総計額	国庫補助金 0円 都・道・府・県費 800,000円 民間負担金 900,000円 (合計額) (1,700,000円)
平成10年度 魚食普及の事業名称	1. 水産物消費拡大対策事業(補助率1/2以内)
と事業概要及び事業 予算	山口県魚食普及推進協議会の広報、普及活動への助成
,	

都道府県・担当部署 担当者の役職氏名	徳島県農林水産部水産課 普及係長 湯浅明彦
平成10年度予算規模 補助金・民間総計額	国庫補助金 4,500,000円 都·道·府·県費 4,200,000円 民間負担金 2,500,000円 (合計額) (11,200,000円)
平成10年度 魚食普及の事業名称 と事業概要及び事業 予算	1. 沿岸域水産物地域特産物化推進事業 事業概要; 県産魚の消費拡大のために、魚の旬や料理方法などの情報を消費者に提供するとともに、地場の魚の消費拡大と消費者教育のために漁協等が行う産直事業を支援する。また、これらの産直事業の実態調査、県下量販店における鮮魚販売及び県産魚の取り扱い実態の調査を行う。 事業主体: 県及び漁業系統団体 事業予算: 6,500,000円 国庫補助率1/2(漁協等への間接補助率1/2) 2. 水産物流通情報調査・水産加工業育成事業 事業概要: 県下の産直イベントへの参加促進、水産加工品の普及・販売促進。大都市消費地市場の情報収集と市況調査の実施。 事業主体: 県 事業予算: 2,200,000円

都道府県・担当部署 担当者の役職氏名	愛媛県農林水産部水産局水産課流通加工係 技師 池田由美子
平成10年度予算規模 補助金・民間総計額	国庫補助金 0円 都·道·府·県費 11,127,000円 民間負担金 20,422,000円 (合計額) (31,549,000円)
平成10年度 魚食普及の事業名称 と事業概要及び事業 予算	事業実施主体:愛媛県魚食普及推進協議会
	(1)魚食普及の推進体制づくり ①魚食普及推進のリーダー(おさかなママさん)育成 ア)おさかなママさん養成セミナー イ)おさかなママさんレベルアップ研修会 ②魚食普及活動計画の協議・推進 ア)魚食普及推進協議会 ウ)おさかなママさん代表者会
	(2) えひめの魚食文化の普及推進 ①「県産魚」料理の普及 ア)「えひめ旬の魚」料理教室 イ)えひめの魚料理メニューづくり ②魚食普及地域フォーラム開催 ・基調講演 ・パネル討議 ・郷土料理等展示 ・シーフード実践校体験発表等
	(3) 若年齢層への魚食普及 ①おさかなヘルシー1日教室 ・県産魚利用料理の家庭への普及 ②シーフード実践校育成 ・学校内行事における本県水産業への理解 ③おさかなキャラバン隊 ・人形劇での魚食普及
	2. 養殖魚消費拡大推進事業 (県単 1/3 補助)事業費:8,118 千円
	事業実施主体:愛媛県漁業協同組合連合会
	(1)養殖魚フェアーの開催 (2)販売促進情報収集 (3)産地懇談会

3. えひめ水産まつり(県単 1/3 補助)事業費:12,000千円

事業実施主体:えひめ水産まつり実行委員会

- (1) 稚魚放流
- (2) 水産物の展示即売(活魚、鮮魚即売・海の幸レストラン)
- (3)海の環境保全啓発
- 4. えひめ産業文化まつり水産課関係事業費:916 千円

事業実施主体:愛媛県文化振興課

- (1)お魚料理の展示(愛媛県魚食普及推進協議会)
- (2) 水産加工品等の展示 (愛媛県漁協婦人部連合会)
- (3)料理教室~さばき方の実演(愛媛県漁協婦人部連合会)
- (4) 啓蒙活動~人形劇の上演(愛媛県魚食普及推進協議会)
- (5) 協賛展~鮮魚即売、バザー(水産関係団体)

都道府県・担当部署担当者の役職氏名	高知県海洋局海洋漁政課 主幹 三觜 徹
平成10年度予算規模 補助金・民間総計額	国庫補助金 1,829,000円 都道府県費 330,000円 市町村費 1,500,000円 民間負担金 30,450,000円 (合計額) (約34,109,000円)
平成10年度 魚食普及の事業名称 と事業概要及び事業 予算	1. 産地流通機能強化事業 事業概要: ・都道府県推進協議会(県協議会)の開催 ・地域推進協議会(地域協議会)の開催 ・産地市場統合等促進事業(アドバイザー派遣等) ・新事業展開促進事業(人材育成等) ・地域流通機能強化促進事業(普及啓発等) 事業予算:3,659,000円 負担割合 県協議会 国1/2、県1/2

都道府県・担当部署 担当者の役職氏名	福岡県水産林務部水産振興課 主任主事 松本かおり
平成10年度予算規模 補助金・民間総計額	
平成10年度魚食普及 の事業名称と事業概 要及び事業予算	うまかお魚喰わんね事業 消費者に対しておいしい福岡の魚の認識を深め、地物の魚を中心 にした消費及び販路の拡大を推進するため、次のとおり実施してい る。 平成10年度事業の内容
	(1)ふくおかのお魚普及検討委員会 ・内容:県内産水産物の消費拡大と知名度アップ。消費者のニーズに即応できる普及のあり方を協議する。 ・事業主体:福岡県 ・総事業費 220 千円 (2)幼稚園等給食導入実験 ・内容:栄養士、保母の協力の下で鮮魚を使ったメニューを開発し幼稚園給食に試験的に供給する。 ・事業主体:福岡県魚食普及協議会 (3)水産物モニター設置 ・内容:老人ホームを「福岡の魚」を素材とした料理で慰問する。モニターを募集し、魚の消費動向調査を行う。・事業主体:福岡県魚食普及協議会 (4)料理講習会 ・内容:6歳児、PTA高校生と対象者分けた講習会を開く。魚と健康をテーマにした講義や調理実習指導を行う。・事業主体:福岡県魚食普及協議会 (5).市場祭開催 ・内容:お魚祭りを実施する。・事業主体:福岡県魚食普及協議会 以上(2)~(5)合計総事業費 4,148 千円:補助率1/2 (6)釣り大会 ・内容:各地で釣り大会を開き、淡水魚の調理講習会・試食会を実施する。 ・事業主体:福岡県内水面漁業協同組合連合会・総事業費 1,600 千円:補助率1/2 事業費合計 5,968千円

担当者の役職氏名	佐賀県水産振興課 主事 徳安圭司
補助金・民間総計額 都	庫 補 助 金 0円 ・道・府・県 費 2,592,000円 間 負 担 金 0円 (合 計 額) (2,592,000円)
無食普及の事業名称 と事業概要及び事業 予算	事業名:お魚グット食べようフォーラム事業 事業概要:目的 若年層の水産物消費が低迷する中、次世代消費を担う若い女性(主婦等)、子供を主対象とし、水産物の良さについての認識を新たにしてもらう講義、討論会等を通して魚食普及を推進する。 内容:・魚食普及シンポジウム ・佐賀の魚講座 ・佐賀の魚試食会

都道府県・担当部署 担当者の役職氏名	長崎県水産部生産流通課流通加工班 主事 馬場久司
平成10年度予算規模 補助金・民間総計額	
平成10年度 魚食普及の事業名称 と事業概要及び事業 予算	1. お魚ふれあい交流事業 若い世代における魚の消費低迷のなか、次世代の消費確保のため、公教育の場において、調理方法、栄養等について学習を行う。 1) 補助事業(事業主体:長崎、佐世保、松浦魚市場協会)事業費 8,400千円 (県費 4,200千円 補助率1/2) 2. 長崎さかな祭り 魚食普及のための企画検討、会場設営、アトラクション等を実施する。 事業費:9,500千円 (補助率1/2 3,000千円を限度とする。) 3. 県魚消費促進事業 平成8年2月に県魚が制定されたことを機会に、県内外への啓発を行うことにより、県魚への認識を深め、併せて消費拡大を図る。 1)県魚広告宣伝 ①県魚広告方に、(お魚バス)の運行 事業費:4,800千円 (委託先:長崎県営バス観光) ②県魚料理コンテストの開催 事業費:3,200千円 (委託先:長崎魚市場協会) ③県魚カレンダーの作成 事業費:353千円 2)お魚健康ガイドブックの作成 事業費:1,800千円 (事業主体:長崎魚市場協会連合会、補助率1/2)

都道府県・担当部署 担当者の役職氏名	熊本県林務水産部漁政課企画流通係 主任技師 梅本 敬人
平成10年度予算規模 補助金・民間総計額	国庫補助金 2,000,000円 都·道·府·県費 4,392,000円 市町村費 2,900,000円 民間負担金 1,139,000円 (合計額) (10,431,000円)
平成10年度 魚食普及の事業名称 と事業概要及び事業 予算	地域水産物有効利用推進事業 漁業者、水産加工業者、流通関係者、小売関係者等の密接な連携 の下に、県内で水揚げされる水産物を対象に水産加工原料や給食素 材としての利用促進、消費者ニーズに即した新製品の開発、新規販 路の開拓等により、地域の特性を生かした水産物の有効利用・魚食 普及の促進を図る。
	①モニター設置事業 553,000円(県単) お魚リーダーとして、消費者への魚食啓発事業を実施するため の育成研修を行う。 ②基本方針策定事業 300,000円(国1/2、県1/2) 水俣・芦北地域の水産物流通機能強化に関する事項について協 議・検討する。
	事業主体:熊本県魚食普及推進協議会 ③有効利用指導事業 958,000円(県1/2) お魚リーダーを講師としたお魚料理教室や高校等での料理教室を実施する。 ④学校給食利用促進事業 1,472,000円(県1/2) 学校給食への食材提供。 ⑤普及啓発事業 1,248,000円(県1/2) 県産魚介類のPR用パンフレット等の印刷・配布、小学生を対象とした体験学習会の実施、消費者団体を対象とした試食会等を実施する。
	事業主体:水俣・芦北地域水産物流通機能強化推進協議会 ⑥新規販路開拓推進事業 6,000,000円 (国:1,850,000円、県:1,850,000円、市:2,000,000円) 水俣市で開催される「海の幸フェアー」への支援、事業実施地 域の旅館及び小中学校給食への食材提供。

都道府県・担当部署 担当者の役職氏名 大分県林業水産部漁政課 主査 槙野信光 平成10年度予算規模 補助金・民間総計額 1,500,000円 市町村費 3,900,000円 民間負担金 9,600,000円 (合計額) (18,000,000円) 平成10年度 魚食普及の事業名称 と事業概要及び事業 予算 1. 水産物需要拡大促進事業 (県単) 補助率:1/2 事業主体:大分県魚食普及推進協議会 事業費:2,000,000円 県:1,000,000円 事業主体:1,000,000円 事業性:1,000,000円 事業概要:①一般消費者、親子、子供を対象とした料理教室の開催 ②小中学生を対象に、お魚チャレンジ講座の開催。 魚のおろし方等体験 シャトルバス(移動魚展示バス)展示 ③小中学校を回る「移動お魚教室」の開催 2. 水産加工業活性化促進事業 補助率:1/2 事業主体:大分県水産加工業振興協議会 事業費:1,000,000円 県:500,000円 事業費:1,000,000円 1,000,000円 事業主体:大分県水産加工業振興協議会 事業費:1,000,000円 事業主体:大分県水産加工業振興協議会		The state of the s
補助金・民間総計額		大分県林業水産部漁政課 主査 槙野信光
無食普及の事業名称 と事業概要及び事業 予算 補助率: 1 / 2 事業主体: 大分県魚食普及推進協議会 事業費: 2,000,000円 県: 1,000,000円 事業主体: 1,000,000円 事業概要: ①一般消費者、親子、子供を対象とした料理教室の 開催 ②小中学生を対象に、お魚チャレンジ講座の開催。 魚のおろし方等体験 シャトルバス(移動魚展示バス)展示 ③小中学校を回る「移動お魚教室」の開催 2. 水産加工業活性化促進事業 補助率: 1 / 2 事業主体: 大分県水産加工業振興協議会 事業費: 1,000,000円 県: 500,000円		都道府県費 4,500,000円 市町村費 3,900,000円 民間負担金 9,600,000円
事業概要: ① 市場、テハート寺流通関係者へのPR ②水産加工品消費拡大に向けての展示即売及びPR 事業 3. 大分県水産振興祭 事業主体: 大分県水産振興祭実行委員会 事業費: 17,000,000円 県負担: 3,000,000円 市町村負担; 3,500,000円 その他: 10,500,000円 事業概要: 放魚、式典、水産物展示即売、料理教室等	魚食普及の事業名称 と事業概要及び事業	#助率:1/2 事業主体:大分県魚食普及推進協議会 事業費:2,000,000円 県:1,000,000円 事業主体:1,000,000円 事業主体:1,000,000円 事業主体:1,000,000円 事業概要:①一般消費者、親子、子供を対象とした料理教室の開催。 ②小中学生を対象に、お魚チャレンジ講座の開催。魚のおろし方等体験シャトルバス(移動魚展示バス)展示 ③小中学校を回る「移動お魚教室」の開催 2. 水産加工業活性化促進事業 補助率:1/2 事業主体:大分県水産加工業振興協議会 事業費:1,000,000円 県:500,000円 事業主体:500,000円 事業性:500,000円 事業機要:①市場、デパート等流通関係者へのPR ②水産加工品消費拡大に向けての展示即売及びPR 事業 3. 大分県水産振興祭 事業主体:大分県水産振興祭実行委員会 事業費:17,000,000円 県負担:3,000,000円 に額) 市町村負担;3,500,000円 その他:10,500,000円

都道府県・担当部署 担当者の役職氏名	宮崎県農政水産部漁政課企画流通係 技師 中村充志
平成10年度予算規模 補助金・民間総計額	国 庫 補 助 金 0円 都・道・府・県 費 6,881,000円 民 間 負 担 金 8,300,000円 (合 計 額) (15,181,000円)
平成10年度 魚食普及の事業名称 と事業概要及び事業 予算	1. いきいき宮崎のさかな販売促進事業 (1) 水産物ブランド確立推進事業 事業主体:いきいき宮崎のさかなブランド確立推進協議会 事業費 : 2,400千円(県費1,200千円) 補助率 :1/2以内 事業内容:宮崎ブランド確立のための検討、試験販売、P R等。みやざきのさかなの販売促進
	(2)水産物県内消費拡大事業 事業主体:宮崎県おさかな普及協議会連合会 事業費 : 4,000千円(県費1,200千円) 補助率 :1/2以内 事業内容:お魚フェアの開催、料理教室、研修会等
	2. かつお一本釣漁業対策事業 (1) かつお販売促進事業 事業主体:宮崎県かつお漁業対策協議会 事業費 :5,129千円(県費2,629千円) 補助率 :1/2以内 事業内容:県内及び九州圏内における販売促進活動
	(2)新かつお加工品開発事業 事業主体:宮崎県かつお漁業対策協議会 事業費 : 3,652千円(県費1,852千円) 補助率 : 1/2以内 事業内容:新たな加工品の制作、既存製品の改良、販路開 拓

都道府県・担当部署 担当者の役職氏名	鹿児島県林務水産部水産振興課漁業構造改善係 技術主査 江夏竜郎 主事 中村喜寿
平成10年度予算規模 補助金・民間総計額	国庫補助金 0円 都·道·府·県費 3,868,000円 民間負担金 5,497,000円 (合計額) (9,365,000円)
平成10年度 魚食普及の事業名称 と事業概要及び事業 予算	1. 事業名 かごしま旬のさかな消費促進事業 2. 事業概要 (1)事業種目:水産物消費拡大支援事業 事業主体:鹿児島県漁業協同組合連合会 事業内容:国内市場開拓、HACCP品質管理指導者育成 (2)事業種目:いきいき旬のさかな消費拡大キャンペーン事業 事業主体:鹿児島県漁業協同組合連合会 事業内容:①料理コンクール、料理教室、おさかなフェスティバル、水産朝市の開催等の魚食普及活動 ②量販店での消費拡大キャンペーンの活動 (3)事業種目:水産物品評会 事業主体:鹿児島県 事業内容:県内の水産加工品を一堂に集めての品評会の実施 3. 事業費等 (1)水産物消費拡大支援事業 事業費:761,000円 原費:369,000円 事業主体負担金:196,000円 事業主体負担金:196,000円 補助率1/2 (2)いきいき旬のさかな消費拡大キャンペーン事業 事業費:8,257,000円 原費:155,000円 原費:155,000円
	補 助 率:①の事業費の1/3 ②の事業費の1/2 (3)水産物品評会 事業費: 347,000円 事業費: 347,000円 事業費: 9,365,000円 県費: 3,868,000円 事業主体負担金: 5,497,000円

全国魚食普及担当者育成検討会報告書 平成11年3月 編集兼発行 社団法人 大日本水産会

〒107-0052 東京都港区赤坂1-9-13

三会堂ビル8階 電話 (03)3585-6684

FAX (03)3582-2337

