

なめがた市民 100 人委員会「第1班」議事概要

議論した基本目標	日本一元気で包容力のある地域を作る。
コーディネーター	石井聡(神奈川県逗子市)
審議員	石渡秀朗(構想日本)
説明担当者(自治体)	健康増進課、生涯学習課、スポーツ推進室
日時	2021年7月17日(土)13時40分から14時45分
その他	参加者数 会場4名 オンライン:0名 欠席者数16名

総括

コーディネーター総括

- 今回がアイデアをいただく最後の機会です。今後、これまでの議論をまとめ総合戦略改訂版の素案作り作業を進める。そのためにも改善提案シートの提出をお願いします。

協議の流れ(摘録)

◀前回の振り返り▶

- コ)食生活に対する意識を高くすることが重要であるとの意見があった。
- コ)健康な惣菜の購入をしたいという意見もあった。

◀今回の議論▶

【食について】

- コ)足立区の例を紹介する。足立区では「野菜を食べて健康になる」という目標あり、「ベジタベLIFE」(一口目を野菜から食べる=「ベジファースト」)の推進をしている。飲食店にも協力を求め、野菜料理の提供やイベントをしてもらった。
- コ)行方の野菜の活用など、「ベジファースト」につながると思う。いろいろな力を借りて行方の健康を考えるのがいいと思う。
- 市)特定健康指導などを通して野菜が少ないと感じる。今後、検討を考えたい。
- 委)行方の地場野菜を販売するところが欲しい。
- 委)農家も家庭菜園も多い。獲れすぎた野菜について配りたいが、レシピのバリエーションがあれば楽しい。
- 委)野菜の保存方法について、ノウハウほしい。レンコンたくさん煮ても、食べきれない。保存方法を教えてほしい。
- 市)レシピや保存方法についての情報収集は市役所でできる。
- 委)小松菜は冷凍にしてスムージーにできる。
- 委)おすそ分けでとても助かるし、自分もする。名物レシピを作ってほしい。畑に食べられる野菜が放置されていることがある。もったいない。名物レシピの開発をして使える野菜をできるようにしたい。
- 委)地域の人たちが集まってレシピ開発ができると思う。

委)：委員、コ)：コーディネーター、審)：審議員、市)：説明担当者

委)なめがたの野菜を使ったレシピ開発について、アンケート調査も有効ではないか。

委)レシピを市報で紹介することもいいと思う。

コ)すべてを健康増進課でやることは大変だが、レシピ開発やその広報はいろんな人の力を活用できる分野だと思う。

市)レシピを集めたり料理コンテストをしたり、これまではしていない。レシピなどの情報やアイデアは市民が持っているので、それを行政がコーディネートすることができると思う。

【身体を動かすこと】

コ)ラジオ体操や健康体操など他の自治体でも多くの例がある。デジタル万歩計を市民に配ってポイント制にするなど、まちにあった身体の動かし方があるのではないか。

委)いろいろな取組みの情報発信が重要だと思う。身体を動かすことに対するインセンティブ(ポイント制、アプリの提供)があるといい。

市)情報発信はまだまだだと認識している。今後、考えていきたい。

委)農繁期、農閑期があり、農繁期はとても忙しく、リラックスができる時間が欲しい。リラックスして次の仕事に繋がりたい。何か工夫できないか。

コ)ネット、テレビを活用した畑仕事をしている人のための運動プログラムの提供などでできそうだが。

市)なめテレを活用して紹介をしたことがある。

委)健康増進課では、運動教室やリラックス教室を提供しているが、農繁期、農閑期などを考慮していないので、今後、工夫したい。

コ)古民家の活用について、逗子の例を紹介する。逗子では古民家を活用して高齢者の集まるサロン、家庭菜園、ハーブ、月桂樹の栽培などを行っている。同じ場所で放課後に子どもも集まる。不登校の子もそこに集まる。4団体ほど活用しているが、全員ボランティアで家賃はタダ。税金も免除した。

委)自分は古民家を持っているが、畑もあるし柱は立派。みんなが集まる場所にしたいが、投資するお金がない。でも利用してほしい。

コ)逗子の例もそうだが、コーディネーター役がいるとうまくいく。行政がコーディネーターになれないか。

委)学校開放を利用して運動していたが、統廃合で場所が少なくなっている。

コ)逗子ではノルディックウォーキングをする人が増えた。高齢者でもできる運動の推進など考えられないか。

市)行方では自転車振興をやっている。

委)糖尿病の人に対する指導ができないか。歩き方、歩く時間などの指導がほしい。

市)生涯学習課やスポーツ推進室は場の提供、健康増進課は健康につながる運動の指導が役割だが、これまで連携はしてこなかった。今後、連携を図って何か考えたい。

ホワイトボードの写真(コーディネーターが議論をまとめた資料含む)

