

様式第2号(第7条関係)

会議の開催結果

1 会議の名称	第3回西区区民会議
2 会議の開催日時	平成26年7月10日(木) 14時00分から15時40分まで
3 会議の開催場所	西区役所2階 大会議室
4 出席者名	委員：新井左和、井坂 功、小野順枝 熊谷安次、小島幸子、島田正次 中嶋富子、並木攻一、星野治男 丸山 正、村瀬敬子、森川照子 矢部恒男 区役所：金子副区長 事務局：(コミュニティ課) 飯塚係長、轡田主査、村田主事 運営支援：山口宣(エコまちづくりフォーラム 株式会社)
5 議題及び公開又は非公開の別	議題： (1)今回の会議の概要について (2)講演会の参加報告について (3)事例確認について (4)西区の「食」と地域資源について (5)「体力づくり」の追加情報について (6)その他 公開・非公開の別：公開
6 非公開の理由	
7 傍聴者の数	0人
8 審議した内容	別添次第のとおり
9 問い合わせ先	西区役所 区民生活部 コミュニティ課 電話番号 620-2620
10 その他	

## 第3回西区区民会議次第

日時 平成26年7月10日（木）  
午後2時00分から

### 1 開会

※報告事項（前回議事録の確認等）

### 2 議事

- (1) 今回の会議の概要について
- (2) 講演会の参加報告について
- (3) 事例確認について
- (4) 西区の「食」と地域資源について
- (5) 「体力づくり」の追加情報について
- (6) その他

### 3 閉会

# 1. 今回の会議の概要

		みんなで意見交換		施策や事例の確認	
<b>第 1 回</b> H25/05/10 区民会議の概要 役員の選出	<b>第 2 回</b> H25/06/11 区内視察 委員アンケート	<b>第 3 回</b> H25/07/03 アンケート結果 具体的協議へ	<b>第 4 回</b> H25/09/10 進め方の検討 健康とは？		
<b>第 5 回</b> H25/10/10 現況や事例の確認 課題の確認	<b>第 6 回</b> H25/12/10 全体像の再確認 とりまとめ方針	<b>第 7 回</b> H26/02/05 提言書(体力づくり) 項目の最終確認	<b>第 8 回</b> H26/03/20 提言書(体力づくり) 原案の確認		
提言(体力づくり)のとりまとめ					
<b>第 1 回</b> H26/05/13 提言(体力)最終確認 「ノルディックウォーキング」講習会	<b>第 2 回</b> H26/06/11 提言書①原案の確認 次のテーマの選択	<b>第 3 回</b> H26/07/10 「食」の検討① 現況などの確認	<b>第 4 回</b> H26/09/09 「食」の検討② 課題の整理	「食」の検討	
<b>第 5 回</b> H26/10/08 視察(予定) 「運動と食」	<b>第 6 回</b> H26/12/11 「食」のとりまとめ 提言書素案の確認	<b>第 7 回</b> H27/02/04 提言書原案の確認	<b>第 8 回</b> H27/03/19 提言書の最終確認		
提言(食)のとりまとめ			提言書の提出		

<p><b>■前回 [第 2 回]</b></p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>■講習会(確認) 「ノルディックウォーキング」の講習会の結果を再確認しました。</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>■提言(体力づくり)の最終確認 三役で整理した「提言書(体力づくり)」(原案)の最終確認を行いました。</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>■次の検討テーマの選択 2番目の検討テーマを「食」とすることをにしました。</p> </div>	<p><b>■今回 [第 3 回]</b></p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>■講演会(参加報告) 「食育月間セミナー」の参加報告です</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>■事例紹介 「食」に関する活動事例を紹介します</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>■「食」についての意見交換 西区の「地域資源」にもつながる「郷土食」「特産品」「地域での取り組み」「アイデア料理・食品」「その他の活動」などを、出し合ってみましょう。</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>■「体力づくり」追加情報 「ロコモ予防」の情報を紹介します</p> </div>
--	---



引き続き

- ・ 提言書(①体力づくり)へアイデア等の追加修正は可能です。
- ・ 視察や体験を検討中です

## 2. 食育セミナーの参加報告

食育に関する講演会が開催されましたので、参加してきました。

名 称：平成26年度食育月間セミナー

テーマ：食べ方が変わるとつよい選手になる

日 時：平成26年6月26日（木） 午後2時～4時

場 所：さいたま新都心合同庁舎2号館5階大会議室501

主 催：農林水産省（関東農政局）

参 加：森川副会長、事務局、コンサルタント

概 要

### 1) 講演会

スポーツ選手のアドバイザーとしても活動している大学教授（スポーツ栄養学）から、スポーツ選手の食生活とその管理の現状について事例紹介がありました。

### 2) パネルディスカッション

大学教授、高校教師、現役大学生、元プロ野球選手、行政（農林水産省）によるディスカッションがあり、それぞれの立場からの現状や持論などが意見交換されました。

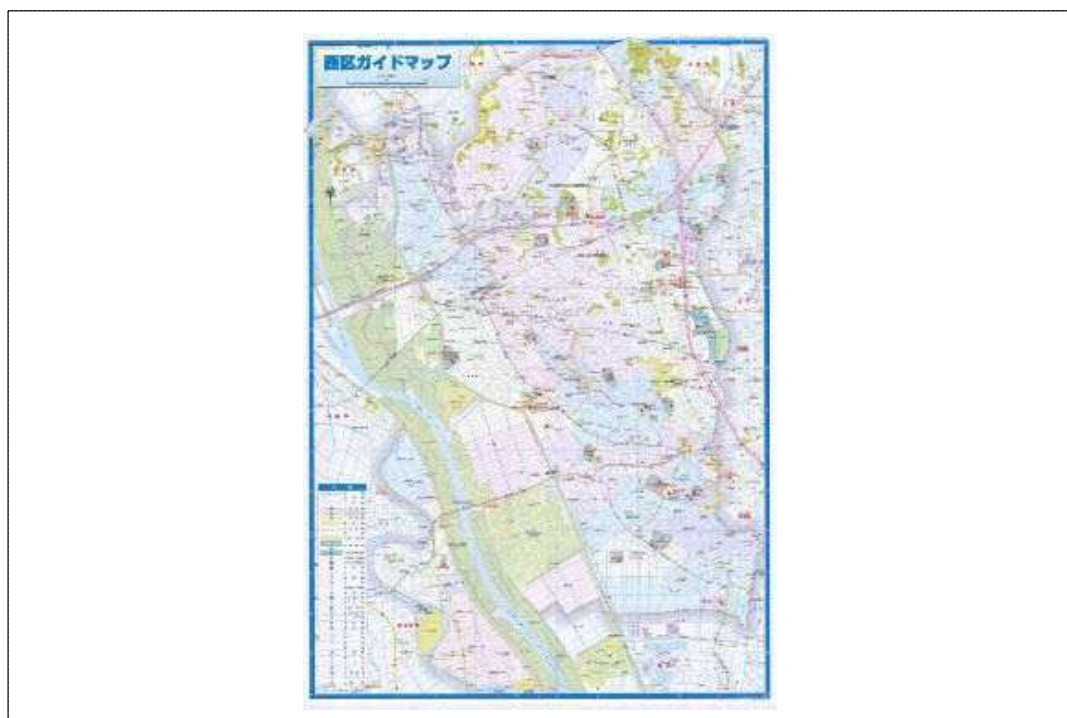
### 3. 西区の「食」に関わる地域資源を探そう

食育に関する検討を進めていくにあたり、西区にはどのような食の情報があるか、みんなで確認してみましょう。

#### 方 法

■西区のガイドマップに次のような「食」に関する情報を書き入れてみましょう。

- ・西区で特に収穫量の多い農産物（コメ、麦、野菜、果実、その他）
- ・昔から作られていた郷土料理や、最近はやっている新作料理など
- ・西区の食材を使ったおいしい食堂やレストランなど
- ・西区の特産物やそれを使った加工品（おかず、お菓子、その他）
- ・市民活動などで頑張っている食育の啓発活動など
- ・給食での取り組み
- ・BBQなどのレクリエーションや、収穫体験（市民農園）など
- ・その他



前回の会議で話題になった「ごじる」について調べてみました。何か面白い取り組みにできないか、検討してみましょう。

## 呉汁

呉汁(ごじる)は日本各地に伝わる郷土料理である。大豆を水に浸し磨り潰したペーストを呉(ご)といい、呉を味噌汁に入れたものを呉汁という。磨り潰した枝豆を入れた味噌汁は青呉汁あるいは枝豆呉汁という。

秋に収穫された大豆が出回る秋から冬が旬。呉汁に入れる大豆以外の具材は、人参、大根、牛蒡、玉葱等の根菜類、豆腐、厚揚げ、油揚げ等の大豆加工品、葱、芹、唐辛子等の薬味、芋がら、こんにゃく、椎茸、煮干し、鶏肉等々、地域毎に様々。磨り潰した大豆と野菜類が豊富に入った呉汁は栄養価が高く体が温まり、冬場の郷土料理として日本各地で昔から親しまれている。

富山県などではダイスをすらずに、おからをそのまま使って、油揚げやネギを入れたみそ汁を作ることも多かった。

呉汁の起源は諸説あり定かでない。呉汁の「呉」は磨り潰した大豆を意味する。中国の呉王朝や広島県呉市とは無関係。

#### 4. ロコモ予防の取り組み

「体カづくり」に関して、前回会議で「ロコモ予防」を提言の核にしてみることを確認しましたが、その具体的な取り組み事例について委員さんからの情報提供をスライド等で紹介します。