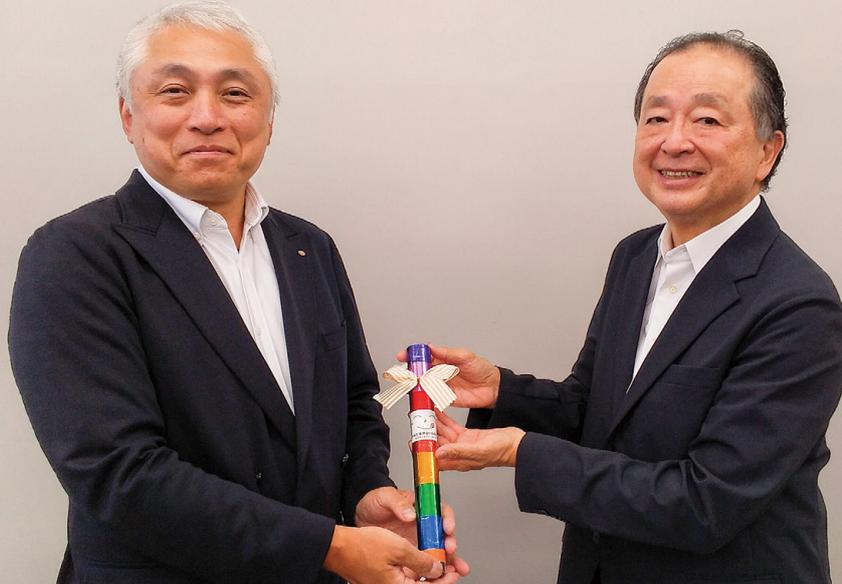




食育の芽 第20号



多様なつながりで、協働・協創の新たな取組へ 新体制誕生！ 佐伯理事長から大久保代表理事へバトンタッチ

2024年5月24日に行われたすみだ食育goodネットの総会で、goodネットの新体制に関する議題が提出され、出席した会員から承認を得ました。

goodネットは、2010年4月に設立、来年2025年で15周年を迎えます。その取組は、墨田区内にとどまらず他地域にも広がりました。

2019年度からは、北海道芽室町との交流もスタート。官と民、官と官、民と民による食育活動へと発展。goodネットは、2023年10月山本亨区長が芽室町を表敬訪問する際に同行、手島旭町長との対談の場に同席し、ワークショップも担当しました。さらに、今後多様な分野との協働、協創による新たなネットワークの構築などを目指しています。

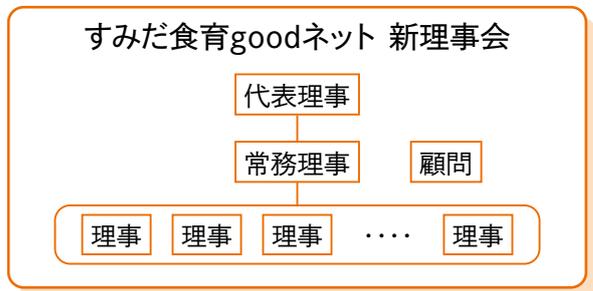
このように新たな活動のステージに向けて柔軟に対応するため、組織改革を行うことになったのです。

これまでの理事会は理事長、副理事長、理事で構成されていましたが、新たに代表理事制を導入。新たな理事会は代表理事、常務理事、理事で構成されます。また、保健、医療、福祉、商業、観光、農業、地域づくり、全国の食育事例や行政等への幅広い知識、経験をもつ常務理事を配置することで、各自の得意分野を活かしながら様々な取組に対応できる体制へと強化していきます。

昨年度まで理事長を務めていた佐伯信郎氏（有限会社亀屋代表取締役）は、2期4年同職を担当し「すみだの食育」の立て直しに尽力されてきました。今年度からは大久保勝久氏（公益社団法人東京都向島歯科医師会理事）が代表理事に就任し、新体制の誕生となりました。



山本亨区長が北海道芽室町を表敬訪問、ワークショップ終了後の集合写真



講演会「子ども（乳幼児期、学童期）の食べる機能といざ!という時の対応について」を開催

goodネット、公益社団法人東京都向島歯科医師会、北海道芽室町の協働開催

6月に開催された「すみだ食育フェス 2024（主催：墨田区、協力：すみだ食育 good ネット）」の期間中に good ネットは公益社団法人東京都向島歯科医師会と北海道芽室町との協働で講演会を実施。1部では同歯科医師会の永尾真以先生と大久保勝久先生が、「乳幼児期と学童期の食べる機能について」2部では東京消防庁向島消防署の岡田知己氏による「いざ!という時の対応について」講演を行いました。

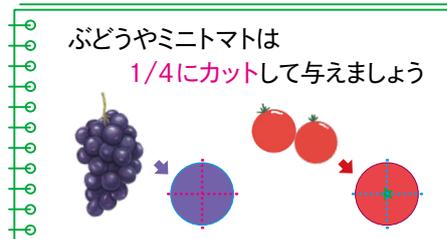


乳幼児期から食べる機能を育む

「食べる機能を育てることの重要性」、「哺乳時と咀嚼時・乳児嚥下と成人嚥下の違い」などについてお話ししました。気になる場合は、歯科医師などへの相談をお勧めします。

よく噛む習慣を身につける

よく噛むと唾液の分泌が盛んになり、食べ物をおいしく味わえます。また、固形食を飲み込みやすくなり、窒息事故を防げます。窒息を起こしやすい食品は、丸くてつるつとしていて、粘着性が高く唾液を吸収し飲み込みづらいもの、固く噛み切りにくいものです。特にミニトマトとぶどうは、必ず4分の1にカットしてあげましょう。



【参考】公益社団法人日本小児科学会「食品による窒息に注意!」
https://www.jpeds.or.jp/modules/guidelines/index.php?content_id=123

学童期は、歯の生えかわりと食事時の行動に注意が必要

乳歯が抜け、しばらくしてから永久歯が生える学童期は注意が必要です。前歯がなかったり、上下の歯が噛み合わないために、食べ物をうまく噛み切れず、窒息が起こりやすくなります。ほかにも学童期には食事中にふざける、早く遊びたい気持ちから早く食べようとする傾向があります。食べ物が口に入った状態で上を向く、走り回ることなど、これらはすべて窒息のリスクが高い行動です。

窒息事故を予防するための食べ方

1. 食べることに集中する
2. 遊びながら食べない
3. 食べやすい大きさにする
4. よく噛んで食べる
5. 食事の際は姿勢を整え、大人がそばで見守る

伝える場があるのはありがたい

文花子育て広場で月に1回、「歯のお話と相談」を担当しているのですが、書籍やネットに書かれている通りにいかないと悩んでいる保護者の方が多いと感じます。お話を伺い、大丈夫なようであれば、考えすぎず、楽しく大らかに進



(公社)東京都向島歯科医師会
歯科医師 永尾真以先生

めていただけるようにお伝えしています。乳幼児期から食べる機能を育てられれば、窒息予防だけでなく歯並びも良くなります。そのことを伝えるためにも、今日のような場はありがたいです。

大切なのは環境づくり

子どもの窒息事故をなくすには環境づくりが大切です。学校、児童館、保護者、行政、歯科医師会などが協働で取り組むことが必要です。

今回の講演会は多様な関係者がつながることで



(公社)東京都向島歯科医師会
歯科医師 大久保勝久先生

実現しました。単に講演会を行うだけでなく、これをきっかけに子どもたちの窒息事故をなくすための環境づくりに役立てていくことが大切です。そして、そのことが高齢者の誤嚥性肺炎や窒息事故予防にもつながっていくのです。

いざ!という時に命を守るには?

1部で食べる機能を学んだ後、2部では喉に食べ物が詰まった時の対処法を学びました。講師は、向島消防署の岡田知己氏です。救急車が到着するまでの平均時間がおよそ7分。さらに、応急処置開始までの時間が3分以上になると救命率が急激に低下するため、命を守るには、その場に居合わせた人が可能な対応を行う必要があります。



岡田氏の指導で児童館職員が、人形を使い対処法を学んだ

講習会で実習した乳児の窒息時の対処法

①背部叩打法



うつぶせになった乳児の背中を強く叩き詰まったものを取り除く。除去できない場合は②を実施。

参考動画
東京消防庁公式チャンネル



②胸部突き上げ法



①の背部叩打法で異物が除去できない場合に実施。胸部を圧迫して詰まったものを取り除く。

参考動画
東京消防庁公式チャンネル



多様なスペシャリストが つながる場だからこそ

窒息が疑われる人を目撃した時、1人でも多くの方が、できる範囲で救命活動をしてくださることが大切です。本日のような食をキーワードに多様なスペシャリストの方々がつながる場で講習会を実施できることは、とても意義があることだと思っています。



東京消防庁 向島消防署
警防課 防災安全係
地域防災担当係長
岡田知己氏

参加者の声

いざ!という時、なんとか対応できそう

窒息に注意が必要だと分かっていたのですが、小学生になっても窒息の危険があると初めて知りました。歯が生えかわる時期には、リスクが高くなるんですね。もしも、うちの子が食べ物を喉に詰まらせたらパニックになってしまいかもしれません。でも、プロの方に教えていただいて実習できたので、いざ!という時にも、なんとか対応できそうな気がします。



参加者の親子

体験を通して食育を学ぶ場に参加したい

都会では野菜などの栽培体験が難しいので、保育園や幼稚園を探す時、食育に力を入れている所を探したいです。



児童館などで食育体験ができればいいですね。good ネットさんには、そういう情報も発信してもらえると嬉しいです。

児童館メンバーと早速共有したい

窒息事故を防ぐために、「食べている時に上を向かせない」というお話が印象的でした。もちろん、これまでも事故を防ぐための勉強はしていて、口に食べ物が入っている時は喋らない、立ち歩かない、寝転がらないなどの指導をしてきました。でも、上を向くことが危険だと初めて知ったので、早速メンバーと共有します。



フレンドリープラザ中川
児童館館長 上原敏也氏

専門家の話を聞ける機会を求める 保護者は多いはず

墨田区の児童館では、月に1回子育て講座を実施しています。その講座で、可能であれば歯科医師に講師をお願いしたいですね。食べる機能について、専門家の先生からお話を聞きたいと考えている保護者の方は多いと思います。

食で!育む!「協働」の芽! goodネット・北海道芽室町・墨田区 第19回食育推進全国大会で発信と交流

食育活動を推進するため、農林水産省の主催で毎年行われる食育推進全国大会。大阪府で実施された第19回大会にgoodネットが出展しました。今回は、北海道芽室町と墨田区3者との協働で出展しました。ブースの訪問者との交流を深めるための「しゃべり場」を設置、goodネットの多様な会員を紹介するための展示を行い、ネットワークの大切さを発信しました。

「しゃべり場」で来場者との交流を実現

今年度はブースに来られた方との交流を行う「しゃべり場」を設置しました。目的は、食育活動の夢を共有して、語り合い知恵を出し合うことです。「しゃべり場」には、行政の担当者が多く来られ、様々な状況を知る機会となりました。



北海道芽室町との協働



昨年度までは墨田区とgoodネットの2者で出展していましたが、今年度は北海道芽室町も含む3者で出展。ブース間の仕切りを取り、3者のつながりを発信しました。

展示を見た方の声

- ・大生産地の北海道芽室町と大消費地東京都墨田区が協働していることに驚きました。
- ・官と民の協働が継続しているのはすごい!

全国の食育関係者にgoodネット会員を紹介



「すみだらしい食育文化」を育むまちづくりを目指す区民、地域団体、NPO、事業者、企業、大学などの会員情報を掲載しました。

展示を見た方の声

児童館や食品事業者も含めて、広くつながることが大切なんですね。行政の担当者としてネットワークづくりの参考にしたいです。

すみだ食育フェス2024で報告

食育フェスを訪れた山本区長にも、現地でどのような発信を行い、交流があったのかを報告しました。



区長は「『しゃべり場』の取組は貴重でしたね」と話されました。

北海道芽室町との協働出展の実現まで 5年間の道のりとは?

顔を合わせ互いを知る 2019年度

特別区全国連携プロジェクトで連携先として北海道芽室町を訪問。両者の協働で実施できる活動を探るためワークショップを実施。食を通して交流を深めた。



想いを育む 2020～21年度

2020年、新型コロナウイルスの感染拡大予防で交流事業の見直しを迫られた。諦めず、オンライン会議を重ねることで両者の想いを育んだ。



夢を実現する 2022～24年度

2022年の全国大会にはgoodネットのブースを芽室町の生産者団体が見学。23年は、芽室町役場職員と生産者も参加。24年は、初めて芽室町として生産者と共に出展した。

