

岡山県における栄養指導車（キッチンカー）の足跡

History of the Kitchen Car in Okayama Prefecture

(2012年3月31日受理)

森 恵子 橋本 規子
Keiko Mori Noriko Hashimoto

Key words : 栄養指導車(キッチンカー), 地区組織活動, 栄養委員, 昭和30年代, 食生活の変化

要 約

日本人の食生活は、昭和20年の終戦を契機に大きく変化してきたが、この栄養・食生活の大変革に栄養指導車による栄養教育が大きな役割を果たした。栄養指導車はキッチンカーの愛称で親しまれ、昭和30年代には爆発的な人気を博し、会場には婦人を中心にしてお年寄りから子どもまで押しかけてきて黒山の人だかりができた。栄養指導車が住民に歓迎された理由として1、車の機動性を生かし、住民の生活の場に向かった。2、料理や健康に関する新しい情報を得ることが出来た。3、身近な材料を使った目新しい料理を知ることが出来た。4、栄養指導車が便利で美しい台所の見本となった。5、栄養委員が喜びを持って率先して活動に取り組んだ。ことなどが挙げられる。

栄養指導車を活用した地区組織活動は、住民自らが栄養委員というボランティアとして、住民に身近な場所で、住民のニーズに応じて、手軽で簡単な方法でかつ楽しい活動を展開した。そして、気楽に無理なく参加した人々はそこで得た知識を生活の中で実践し、食習慣を変えていった。

栄養・食生活支援の効果をあげるためには、栄養指導車の手法をいかして多様な課題を抱える人が、その課題に応じて、身近で無理なく、継続して楽しく、簡単にサービスの提供を受けることの出来る仕組み作りを考えていくことが必要である。

1. はじめに

日本人の食生活は、昭和20年の終戦を契機に大きく変化してきた。第二次世界大戦直後、わが国の食糧生産は、著しく低下し、国民は飢えと栄養失調に苦しみ、食べることに精一杯だった。昭和20年代の半ばを過ぎると、食糧事情も順次好転し、昭和28年頃には食糧消費水準が戦前の水準までに回復した。

昭和30年頃を境にして、経済的に豊かになり、加工食品の普及や調理法の変化がみられ、食生活が洋風化、多様化したといわれるようになってきた。国民栄養調査結果を見ると、昭和37年頃になると油脂類、肉、卵、乳類

等の畜産食品の摂取量が着実に伸びてきている。

昭和40年代に入ってから、国民の食生活は高度経済成長のもと、食料流通の合理化、冷蔵庫の普及などを背景に著しく改善された。

この栄養状態の向上に栄養指導車による栄養教育が大きな役割を果たした。昭和50年代に米の生産量の増大と食事の欧米化、多様化による米類を中心とした穀類の摂取量の減少に伴い、米の生産過剰が問題となったとき、一部マスコミ等はパンを主食としてきた学校給食と栄養指導車による栄養改善活動が日本人の米離れを助長させたと報じていたことから、栄養指導車による栄養教育が人々食生活の向上に果たした役割は大きかったといえ

るのではないか。

現在の日本人の栄養状態は、栄養状態が不足しがちな潜在的な栄養素欠乏状態の人たちと、メタボリック症候群に代表される食べ過ぎや運動不足による栄養過剰状態の人たちが多く存在する。一方、2005年には、食育基本法が制定され、各地域で食べることや健康づくり、食文化、食糧生産や農業、環境問題など幅広い分野にわたっての食育が展開されている。

今、一度、岡山県で栄養指導車の運営に携わった者として食生活の大きな変革に果たした栄養指導車の役割を検証することが、改めて現在各地で展開されている食育活動の進め方の一助になるのではないかと考える。

2. 栄養指導車から健康増進車、骨塩量測定車へ

1 日本における栄養指導車

「日本食生活協会のあゆみ」をみると昭和31年に「栄養指導車」8台が建造され、10月10日に日比谷公園で出発式が挙行された。栄養のバランスのとれた食生活のあり方を普及するため、機動的な講習会ができるよう調理台を備えたこの車は「キッチンカー」の愛称で呼ばれるようになり、2、3ヶ月毎に次々と都道府県にバトンタッチされ、日本国内のあらゆる市町村を巡回した。昭和33年にはさらに4台が新造されて12台となり、35年には小型栄養指導車が新造された。

36年には栄養指導車の国庫補助が認められ、都道府県がこの栄養指導車を所有するようになったので、日本食生活協会の所有する栄養指導車8台を希望する県に贈呈し、日本食生活協会による栄養指導車での巡回指導は終了した。ちなみに岡山県は寄贈を受けている。

当時の様子について日本食生活協会の松谷満子会長の話がある。「栄養指導車で巡回指導を始めたころは、まだ着るものも食べるものも十分ではなかった時代で、栄養のバランスのとれた食生活のあり方を国民全般に普及するのが目的でした。バスを改造して調理設備を備えた車をつくり、町や村、山の中まで巡回して講習会をやったんです。栄養についての話をし、実際に料理をつくって試食してもらいました。料理が珍しかったこともあって大変好評で、どこでも大勢の方が集まってくださいました。」

その後、日本食生活協会は、昭和41年から昭和58年まで栄養指導車で使用する教材「栄養指導車のしおり、ゆたかな食生活への道」を作成、配布した。毎年4回、年160万部、総数2,720万部と膨大な数の教材が全国の各家庭に配布された。

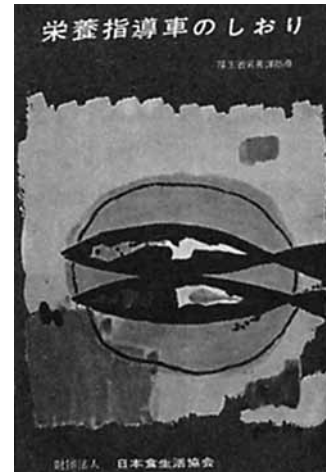


写真1 栄養指導車のしおり

昭和31年度版から発行された厚生白書の昭和39年度版から昭和53年度版までに栄養指導車の記載がみられる。昭和39年度版には「栄養改善は、各家庭の個人の自覚にまつところが非常に大きい。(略)個別指導の件数は毎年増加しており、38年には延べ約140万人が個別指導を受け、約7万7,000回の集団指導が実施された。これらの栄養指導には、栄養指導車による指導が含まれ、特に、農山村などにおける指導には大きな効果をあげている。栄養指導車は、現在各都道府県に1台以上整備されているが、さらに今後の整備および活動の発展が望まれる」と記載されている。栄養指導車の台数は厚生白書によると昭和40年度72台、42年度78台、43年度86台、44年度90余台となっている。

昭和53年度版の「栄養水準の低い農山村やへき地では栄養指導車が巡回指導を行っている。」という記載を最後に栄養指導車という言葉は厚生白書から消えている。

2 岡山県における栄養指導車の登場

岡山県は、昭和32年4月から5月に日本食生活協会から大型栄養指導車「うぐいす号」の貸与を受け、初めて県下の巡回指導を行った。

栄養指導車には県衛生部の栄養士2名と保健所の栄養

士が乗って調理実演や栄養に関する講話などを行った。この年の講習会回数は100回、受講人員は延16,711人、1回当たり受講者数は167人だった。

昭和32年にとったアンケートによると講習内容がよく分かった人が97.1%、これからも栄養指導車が度々来て講習会を開催して欲しい人が78.3%となっており、栄養指導車は地区の人から歓迎された。

その後、昭和36年まで毎年3～4ヶ月間、貸与を受けて県下各地を巡回した。



写真2 うぐいす号



写真3 昭和32年4月13日 落合町



写真4 参加者の様子

3 小型栄養指導車「やまびこ号」の誕生

昭和30年代に岡山県の映画館で上映された「岡山県ニュース」の貴重な映像の中に「栄養指導車誕生」がある。ナレーション内容は、「11月2日、和気郡備前町の片上中学校で栄養指導車の入魂式が行われました。やまびこ号と名付けられたこの栄養指導車は、和気郡婦人協議会の募金をもとにして、県で購入したものです。街に繰り出した栄養指導車の中では、早速保健所の栄養士さんが安くておいしい、しかも栄養価の高い料理を作ってみせ、詰めかけた婦人たちに試食をしてもらいました。この指導車は、町や村を巡回して食生活改善の指導に当たります。」となっている。

昭和33年に、「県に1台の栄養指導車では、なかなか自分達の地区に来てもらえない」、そこで「自分達の手で栄養指導車を作ろう」という機運が高まり、和気郡婦人協議会が地域の婦人たちに呼びかけて100円募金を行い、70数万円の資金を調達し、県費補助20万円を加えてようやく栄養指導車が完成した。当時の三木県知事が「おーいと呼ばばおーいと応える」意味で「やまびこ号」と命名した。



写真5 「やまびこ号」入魂式



写真6 当日の街頭活動



写真7 やまびこ号（昭和33年）

4 岡山県の栄養指導車とその活動

栄養指導車の配置状況を表1に示した。

小型栄養指導車「やまびこ号」は、和気郡を管轄とする備前保健所管内だけでなく、昭和37年1月からは西大寺、瀬戸、岡山の各保健所管内の巡回も始め、昭和39年に「やまびこ1号」と名称を変えて昭和42年4月まで活躍した。

日本食生活協会から譲り受けた大型栄養指導車「かもめ号」が、昭和37年1月から44年12月まで巡回した。その走行km数は14万km、講習回数3,000回、参加人員延12万人となっている。

県では、昭和39年に中型栄養指導車「やまびこ2号」を手始めに、4号まで順次整備し、備前、備南、備北、美作の4地域に配備し、県内をくまなく巡回したが、昭和63年11月をもって栄養指導車の運行は全て終了した。栄養指導車による講習会の開催状況や1回当たりの参加数を表2に示した。

栄養指導車は、キッチンカーの愛称で親しまれ、昭和30年代には爆発的な人気を博し、会場には婦人中心にして男性、お年寄りから子供まで押しかけてきて黒山の人だかりだったといわれている。

昭和32年から63年までの32年間に22,970会場、延606,053人の参加者がいた。昭和30年代には1回当たりの参加人数は30人を超えていたが、60年代になるとその数は約20人になった。



写真8 やまびこ1号（昭和63年）

表1 栄養指導車、健康増進車、骨塩量測定車の配置状況

名称	配置年度
大型栄養指導車 「うぐいす号」	昭和32～昭和36年度
大型栄養指導車 「かもめ号」	昭和37～昭和44年度
小型栄養指導車 「やまびこ号」	昭和33～昭和42年度
中型栄養指導車 「やまびこ1～4号」	昭和39～昭和63年度
健康増進車 「しあわせ1, 2号」	昭和55～平成9年度
中型健康増進車 「しあわせ3～5号」	昭和60～平成8年度
骨塩量測定車 「骨太1, 2号」	平成7～平成10年度

表2 年度別開催状況及び運行台数

年 度	32年度	33年度	34年度	35年度	36年度	37年度	38年度	39年度	40年度	41年度	42年度
開催回数	100	120	116	144	108	361	294	386	734	801	945
参加人数	16,711	6,882	10,145	8,458	5,451	14,695	9,656	12,668	24,240	23,568	27,311
1回当たり 参加人数	167	57	87	59	50	41	33	33	33	29	29
運行台数	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2

年 度	43年度	44年度	45年度	46年度	47年度	48年度	49年度	50年度	51年度	52年度	53年度
開催回数	926	931	922	903	952	1,038	1,091	1,088	1,104	1,082	1,173
参加人数	25,037	23,725	23,930	22,627	22,366	24,360	26,057	25,519	23,664	23,455	26,898
1回当たり 参加人数	27	25	26	25	23	23	24	23	21	22	23
運行台数	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4

年 度	54年度	55年度	56年度	57年度	58年度	59年度	60年度	61年度	62年度	63年度
開催回数	1,196	1,239	1,026	816	802	809	760	479	289	235
参加人数	27,833	31,068	25,251	23,187	16,163	17,364	16,127	11,175	5,926	4,536
1回当たり 参加人数	23	25	25	28	20	21	21	23	21	19
運行台数	4	4	4	3	3	3	3	2	1	1

5 栄養指導車から健康増進車へ、そして骨塩量測定車

昭和53年に「第一次国民健康づくり運動」が開始され、これを受けて岡山県では表1に示したように昭和55年度から順次栄養指導車が健康増進車に更新された。

2台の大型健康増進車は、自転車エルゴメーター等を搭載し、運動実践のための運動処方を行い、3台の中型健康増進車は、足裏測定器等を搭載し、歩行を中心とした運動の指導を行った。

中型健康増進車は、運動と栄養の両方の指導ができるように調理設備も持っていたが、各地域にある調理施設の整った公民館等で講習会を行うことが多かったため、車の調理設備が使われることは少なかった。

平成7年には骨粗鬆症予防啓発のための「骨塩量測定車」が誕生したが、地域保健法の施行に伴い、平成10年度で岡山県における車による事業は全て終了した。

3. 栄養指導車と栄養委員活動

1 栄養改善活動と地区組織活動の始まり

第二次世界大戦直後の食糧事情が極端に悪化した中で、「どうにかして命のみは保ちたい」という切実な願いが基になって「生きるための栄養改善活動」が自然発生的に開始され、その活動から岡山県の地区組織の一つである「栄養改善協議会」、「栄養委員」が生まれたと言われている。

昭和30年頃の講習会の様子を栄養サロンの「栄養指導車さようなら号」の手記からうかがうことができる。手記には「活動は町ぐるみで成人病多発地域または乳幼児死亡率の高い地域に保健婦とともに出向いて衛生指導と栄養料理実習を巡回しました。(中略) 調理室はもちろん、会場とてなく広場に机、一畳台を並べ「こんろ」で炭火をおこし調理したものです。水道とてもなく、汲池にバケツを持って運び、道具は皆んなで背負ったり、ボール箱を2人で持ってエッサカエッサカ坂道を行ったものです。そのうち三木知事さんのときやっとキッチンカー

が出来ました。どんなに嬉しかった事でしょう。」と書かれている。

「新しい知識を得たい」、「新しい料理を習いたい」と栄養改善の地区組織活動が活発に行われた。婦人たちは苦労を重ねて実施しており、機動力と機能的な台所を持った栄養指導車という活動手段を得て昭和30年から40年代の目を見張る活動につながっていったのではないだろうか。



写真9 昭和30年頃の料理講習会

2 地区組織活動育成に果たした栄養指導車の役割

和気郡での募金活動の中心になった永島しな子元婦人協議会長は、栄養サロンの「栄養指導車さようなら号」の手記に栄養指導車購入のための募金活動に至った想いを「次第に、会社、工場に勤めるご婦人の数も増してとにかく食事を作る時間も少ないせいか、お店で店屋物を買って帰る人が多くなりました。それではご本人はもとより、育ち盛りの子供や、家庭にも栄養面で不足し、健康上にも憂うべきことと話し合い、その結果が誰でも簡単に出来、栄養価もあるお総菜作りをご婦人方に勉強して頂き、家庭でも実践できたらということに話は決まりました。一定の場所より、移動が出来、広場か、集まりやすい場所で実習しやすいキッチンカーが購入できれば(後略)」と記している。

婦人会員が地域の人たちの健康づくりは自分達の手で

やるという気概をもち、その有効な活動方法として栄養指導車が選ばれた。

やまびこ号の運営は、「やまびこ号運営委員会」を中心に行った。委員会は婦人会代表、保健所、農業改良普及所職員の12名で構成され、日程や献立表を決定した。材料費は1会場300円とし、婦人会が負担している。婦人たちは栄養指導車の運営に携わり、材料費は自分持ち、そして地区の希望を聞き、日程や献立を決めていくという自主的に行う地区組織活動の方法を会得していったと思われる。

昭和39年10月に岡山県栄養改善協議会が結成された。協議会は「健康のもとであるよい食生活は住民自らが作り出さねばならず、県民一人ひとりが良い食品の組み合わせとそれを診断する態度を身につける」という目的で「食品くみあわせカード」を作成し、栄養指導車の建造資金や栄養改善事業の資金とするために、1枚10円の寄附を募った。昭和42年1月から運行を始めた「やまびこ3号」はこの寄付金120万円を基に県が建造した。このように栄養委員は、自分達の活動に必要なだと考える資材を自ら作成し、自分達の活動にどうしても必要だと考えた栄養指導車を建造する資金を自ら集めた。

昭和40年に創刊された岡山県栄養改善協議会の機関誌「栄養サロン」の表紙には栄養指導車による講習会の写真が用いられており、栄養改善協議会の活動の中心が栄養指導車を活用した事業だったことを示している。

栄養委員の主な任務は、準備と車内での手伝い、前もっての人集めのための声かけで、三々五々集まってこられる大勢の地元の人を相手に活動するのは、やり甲斐



写真10 栄養改善協議会機関誌創刊号

があって楽しい活動だったようである。

また、栄養指導車は、栄養委員の育成にも活用された。昭和42年5月に発行された「栄養サロン13号」の記事によると、建部町では栄養指導車を使って栄養委員自らが調理実習と話を栄養委員に向かって実施し、実習方法や話し方についての勉強を行っている。

栄養委員は、保健所医師や栄養士等から学んだことを地域の方々に伝えていく伝達講習を行っており、栄養委員が地区の人たちに伝達をしていく上で必要な技術身につける機会になっていた。



写真11 実演と話をする栄養委員とそれを聞く栄養委員

昭和42年岡山県が作成した「栄養指導車のしおり」の表紙には「やまびこ3号」の写真とともに次の記事が掲載されている

「この自動車には、調理設備が一切積んでありますが、ただ、お料理を見ていただくためだけのものではなく、栄養の知識を得、それを家庭生活にどのように活用するかを考え乍ら勉強していただくことが目的ですから、保健所の栄養士や地区の栄養委員さんの話をよく聞いていただいてわかり難いことは、その場でよく研究して今晚からの食事にも生かしていただきたいと願っています。」

栄養指導車が巡回していった先々で、料理の実演と同時に成人病予防、肥満予防、成長期の食事等健康づくりに関する話題がいろいろと提供された。その他、緑黄色野菜をもっと食べようとビタミン菜の栽培、調理法の普及や会場で体重測定（昭和40年頃）やみそ汁の塩分濃度測定（昭和50年～）を行っている。昭和50年には栄養指導車等で好評だった料理を収載した冊子「わが家の料理」が創刊され、約3万冊頒布された。この献立集は第10集

表3 栄養指導車による講習会の様子
(昭和59年発行「創立20周年記念 栄養改善協議会のあゆみ」から)

開催日	1月19日
会場	神郷町役場から40分かかる会場
指導者	保健婦 栄養士
参加者	30～70歳代の婦人18名
献立	魚の揚げ煮 ジャガイモのカレー揚げ 野菜のクリームスープ
その他の内容	バランスのとれた食事作りの話し合い 食事診断の実施 血圧の話
この日には、地区内の後2カ所まわって35名の参加	

4. 栄養指導車を使った栄養改善活動の内容

栄養指導車での講習会の様子を表3に、実演・試食を行った料理例を表4に示した。当時、摂取量が少なかった緑黄色野菜や牛乳・乳製品や油を使った料理や「畑の肉」として大豆の料理を実演しているが、実演だけでなく、バランスのとれた食事作りの話し合いや食事診断等を行っている。

表4 実演料理例(栄養サロンや記念誌等の資料から)

年	料理名
昭和32年	マフィン、マカロニのトマトソース煮、カレー、サラダ、鯨肉の中華風 ユニセフミルク入りドーナツ(幼児グループの催しでの試食)
昭和33年	シチューうどん、豆腐の味噌煮、かき揚げ、けんちん蒸し、揚げボール
昭和40年頃	イワシのしそ巻き、レバーのコロッケ、ひじきの三杯酢、パイアムとレバーの炒め物
昭和42年	若鶏のコロッケ、グリーンサラダ、フルーツのクリームかけ、揚げ肉と野菜のケチャップ和え
昭和50年代	魚の揚げ煮、ジャガイモのカレー揚げ、野菜のクリームスープ、牛乳くず餅
昭和63年	大豆のかき揚げ、大豆入りオムレツ、いわしのつけ焼き、たあさいのマヨネーズ和え ひじきごまネズ、若鶏とピーナツのトマト煮、あじの味噌フライ、コーンのお焼き 青菜とエノキダケのピーナツ和え、小魚のチーズ揚げ、チーズ入り蒸しカステラ 等



写真12 キッチンカー会場での体重測定

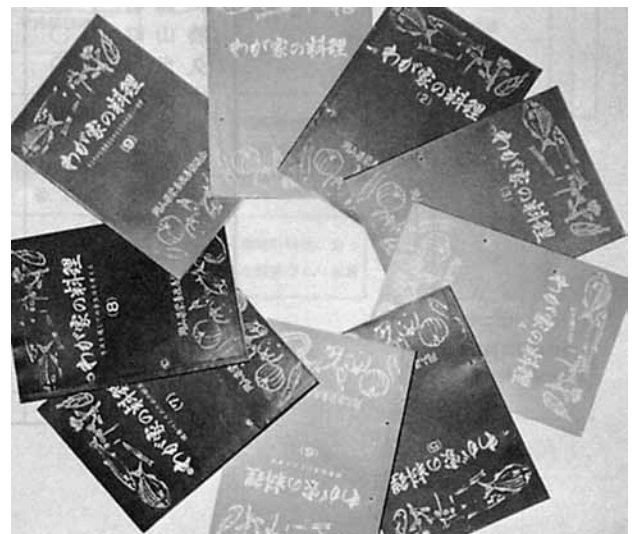


写真13 我が家の料理

まで発刊された。

5. なぜ、栄養指導車が各地で歓迎されたか

栄養指導車は、各地で歓迎された。その理由を栄養指導車に関わった人たちの手記から考える。

1 車の機動性を生かし、住民の生活の場に出向いた

昭和60年2月に英田郡栄養改善協議会が発行した「栄養改善20年のあゆみ」の手記に「英田郡内に栄養改善協議会が結成されて、時を同じくして昭和40年に栄養指導車が配車された。早速、調理施設の整った栄養指導車「やまびこ2号」を各町村の配車計画により運行してもらい、各小部落を回っての試食作り、又、年々働く婦人が増加していく中、時には縫製工場、鉄工所等へ依頼して昼休

みの時間を利用して普及もいたしました。」と書かれている。このように、栄養指導車は、町や村の小集落のみならず、町工場にも出向いている。

栄養指導車で実演や講話を担当した栄養士は「栄養指導車が着くと、田から畑から台所から、果ては役場の男性まで、走って集まってくれました。そして、くい入るように見たり聞いたりしてくれたのです。」と書いている。

地域住民に地区の拠点となる施設に集まってもらうのではなく、住民の生活の場に出かけ、身近な場所で健康教育を実施したことにより、人々が普段着のまま、農作業の途中でも気楽に無理なく参加できたことが、栄養指導車が各地で歓迎された理由の一つである。



写真14 農作業途中の参加者

2 料理や健康に関する新しい情報を得ることが出来た

山陽新聞に「県北へ文化を運ぶキッチンカー」という川柳が掲載された。昭和32年に岡山県で最初に運行した栄養指導車は真庭郡から津山市を巡回し、そこでの参加者は、栄養指導車の最新式の台所で、当時としてはまだまだ普及していなかった牛乳・乳製品、油や緑黄色野菜を使った料理を試食し、カルシウムやビタミンの話に熱心に耳を傾けたことを、当時の県の安江栄養係長が川柳に詠んだものである。

昭和28年にテレビ放送が始まり、昭和33年に山陽放送がテレビ放送を開始、昭和33年からはNHKテレビで「きょうの料理」がスタートしたが、現在ほど料理に関する情報はもちろん健康に関する情報も少なかった頃に、栄養士による調理実演を伴う健康と食の話題や同行した保健師による健康の話は地域の人々の求めていた最新の情報だったことが栄養指導車の魅力だったのではないかと。

3 身近な材料を使った目新しい料理を知ることが出来た

栄養委員の手記に「その料理献立は手近に求められる材料で、しかも簡単にできる料理が好評でした。この様に手軽にできる料理を2～3品作りながら説明して試食していただくと他の人への伝達にも大きく役立ち、やはり実際に目で見て食べて頂くことによってその理解も深まってきます。」「鯨肉の食べ方を余り知らなかった当時、鯨肉のしぎ焼きはとてもおいしくて好評で、魚屋さんで飛ぶように売れたようだ。」「次々と出来上がる料理を食べて「おいしいわ」、「こんな料理方法もなあ」とか、又質問などして関心を示されるのを見て良かったなあと思います。帰りには近所の店で大勢の人がその日の献立に使った材料を買い求められるものですから品切れの食

品もでる状況がしばしば見られます。」と書かれている。

それまで見たこともないステンレスの調理台や流し、そこから鍋やフライパンが出てきて料理が次々と出来る。そして、車で実演される料理は、今まで経験したことのない料理であり、揚げたり、炒めたり、その調理法は目新しかった。しかし、使用する材料は出来るだけ安価かつ地元で手に入るものだった。『集まってきた人が畑からトウモロコシをとってきて「これを使って欲しい」と、その日のメニューが確かカレースープだったので急遽、そのトウモロコシも使ったことがある』と栄養士から聞いたことがある。

住民にとって手近な材料で簡単にでき、その上調理法は目新しい料理を知ることが出来たということも、栄養指導車が歓迎された理由の一つであろう。

4 栄養指導車が便利で美しい台所の見本となった

動く台所といわれた栄養指導車の中にはステンレス張りの調理台とガスコンロや食器棚が効率よく配置されていた。上述の栄養士が「初めて「栄養指導車」に接したときの感動は、とても言葉に言い尽くせない程のものでした。「世の中には、こんなに便利で美しい台所があるのだ」ということを知った喜びがありました。こじんまりした調理台から、鍋やフライパンを取り出して下準備をしておいた材料を揚げたり、炒めたりしていくと「まるで手品みたい」と言ってくれました。そして口々に「うちの台所もこんなにしたい」と言っておられた。」と書いているように、日常の仕事の能率化と台所改善をはじめとした生活改善の手本になったと思われる。



写真15 栄養指導車内での調理の様子

5 栄養委員が喜びを持って率先して活動に取り組んだ

栄養委員は行政の支援を受けながら、会場を決め、地区の人たちを集め、地域の実情に応じた献立を選び、材料を購入し、栄養指導車がきたら下準備や実演を行っている。栄養指導車の活動は、地元で行う活動であり、その場で感想が聞け、早速に試食した料理の材料を購入している姿を見ることもできた。栄養委員は、近隣の人たちが喜んで実践する姿を見て、自分たちの活動にやり甲斐と誇りを持つことができた。

住民自らが、住民の健康づくりのために、地域のニーズに合わせて、自らが率先して行う地区組織活動の楽しさ、喜びを知ったことが、栄養指導車による活動が成果を上げた大きな要因だった。

5. おわりに

栄養指導車の講習会に参加した一人一人の食生活が変わっていき、地域全体の食生活が大きく変わっていった事は確かであろう。

社会経済構造の変化や日常のライフスタイルの多様化が、栄養の偏り、不規則な食事、肥満やメタボリック症候群、生活習慣病の増加等の問題が生じてきている現在、食に関わる問題を抱える人が多い。急速な高齢社会の進展にともない、生きがいを持って生涯を送ることが出来る基盤となる栄養・食に関する指導・啓発はますます必要とされるようになってきている。

多様化、個別化、複雑化した各人の抱える栄養・食生活の課題解決にどのように取り組んでいくかの原点が栄養指導車の活動にあるのではないか。栄養指導車を活用した地区組織活動は、住民自らが、住民に身近な場所で、住民のニーズに応じて、手軽で簡単、かつ楽しく実践できることを企画し、活動した結果、気楽に無理なく参加した人々はそこで得た知識を生活の中で実践し、その生活習慣を変えていった。

これからの栄養・食生活支援は、多様な課題を抱える人がその課題に応じて、栄養指導車の活動のような身近で無理なく、継続して楽しく、簡単にサービスの提供を受けることの出来る仕組み作りを考えていくことが必要である。

謝 辞

この研究を進めるにあたって、岡山県の行政栄養士の方々、なかでも、矢吹邦子様、福吉さち子様、そして、前岡山県栄養改善協議会会長藤井秀子様は資料提供やお話しを伺いました。ありがとうございました。

また、栄養指導車の運営に関わられた多くの方々に心より感謝と敬意を表します。

参 考 文 献

- (1) 健康・栄養情報研究会 栄養調査班編 (1998) 戦後昭和の栄養動向 国民栄養調査40年をふりかえる. 第一出版. 東京
- (2) 国民健康・栄養調査の現状—平成20年厚生労働省国民健康・栄養調査報告より— (2011). 第一出版. 東京
- (3) 稲垣宏子, 女子大学生における身体組成と栄養素等摂取量や食生活習慣との関連 (2012) 中国学園大学大学院現代生活科学研究科 修士論文
- (4) 食育活動 (自然と人間を結ぶ) (2006) vol.2 社会法人 農山漁村文化協会. 東京
- (5) 財団法人日本食生活協会/日本食生活協会のあゆみ.
http://www.shokuseikatsu.or.jp/about/abt_03.html
- (6) 公益財団法人健康・体力づくり事業団/日本食生活協会の取り組み. 月刊誌「健康づくり」2001年11月号 抜粋<http://www.kenkounippon21.gr.jp/index.html>
- (7) 厚生白書(昭和39年度版~昭和53年度版)
<http://www.hakusyo.mhlw.go.jp/wp/index.htm>
- (8) 岡山県ニュース/栄養指導車誕生
<http://www.youtube.com/watch?v=wkS7RWyWb4s>
- (9) 岡山県栄養改善協議会. 創立20周年記念(1985)
- (10) 岡山県栄養改善協議会. 創立30周年記念(1995)
- (11) 岡山県栄養改善協議会. 創立40周年記念(2005)
- (12) 岡山県栄養改善協議会機関誌. 栄養サロン創刊号~第189号(1965~2010)
- (13) 岡山県発行「県民栄養の現状」,「岡山県の健康増進・栄養改善」,「岡山県の健康づくり」
- (14) 「おかやまの栄養」編集委員会編(1990), おかやまの栄養. 西日本法規出版(株). 岡山