

健康長寿 食から始める健康あきた <前半>

食通じた健康づくりに取り組むボランティア 高齢化背景 県推進協、活動周知に力

「食改さん」10年で4割減



「食改(しょっかい)さん」の愛称で知られる食生活改善推進員が急激に減少している。県食生活改善推進協議会(榎本鈴子会長、県推進協)によると、会員数は952人(2025年6月現在)で、10年前の1690人から4割以上減った。高齢化の進展に加え、新たな会員の確保に難儀しているためだ。推進員の減少は、地域の健康寿命低下や食育推進活動の減少にもつながりかねない。県推進協事務局の県健康づくり推進課は「多くの人に興味を持ってもらえるよう、活動内容を周知していきたい」としている。(佐々木緋彩)



推進員は、食を通じた健康づくりに取り組むボランティア。市町村推進協に所属し、住民を対象とした料理教室を開いたり、学校で食育指導に当たったりしながら、野菜の摂取量を増やし、塩分を控えた食事を意識するよう呼びかけている。

県推進協には現在、19市町村に設置された推進協が所属。秋田市、藤里町、三種町、八峰町、八郎潟町、大潟村の計6市町村は未設置だ。事務局を務める行政側の体制が整わないなどの理由だが、秋田市では「地域保健推進員」と呼ばれるボランティアが食生活改善推進員と同様の活動をしている。

地域の健康づくりに欠かせない存在だが、会員数は減少の一途をたどる。県事務局によると、高齢化や家族の介護などを理由に推進協を離れる人が多いほか、定年後も働く人が増加。平日の活動も多いため辞めていく人もいる。

推進員になるには、講習や調理実習といった全国一律のカリキュラムを計20時間受講する必要がある。関係者の話では、行政が担当する養成講座は平日開催が多く、休まず全て受講できる人が少ないことも、なり手不足に拍車をかけているという。

講習を受けても入会しない人もいる。横手市推進協では毎年養成講座を開催。約20人が受講するが、実際に入会するのは4、5人程度。仕事があり活動できないことが主な理由だ。市推進協会長は「平均年齢は70歳を超える。高齢化で辞める人が多いが、ボランティアなので無理に引き留められない。新たな会員を確保したくても若い人は働いていて、活動に参加できない場合が多く難しい」と漏らす。

県事務局は「本県の食改さんは積極的に活動してくれている。推進員1人当たりの活動回数は全国平均の2倍というデータもある。地域の健康づくりに必要不可欠な存在なので、どうすれば新たな会員が増えるか、関係者で協議を続けたい」としている。

今後は、県推進協の機関誌やホームページを活用した広報活動、未設置市町村への働きかけなどに力を入れていく考えだ。

(令和8年7月10日(金)秋田魁新聞より一部抜粋)