

横浜市として望ましい小学校給食のあり方について
(答申)

平成 29 年 11 月

横浜市学校保健審議会

【諮問】（平成 29 年 1 月 27 日教健第 2635 号）

横浜市学校保健審議会条例第 2 条第 1 項第 1 号に基づき、次に掲げる事項について、理由を添えて諮問します。

「横浜市として望ましい小学校給食のあり方について」

- 1 学校給食摂取基準や食品構成の充足について
- 2 家庭における日常の食生活の指標となる給食の献立について
- 3 日本型食生活や和食の伝承について
- 4 横浜の食文化への知識を深める献立について

（理由）

平成 28 年 3 月に国が策定した「第 3 次食育推進基本計画」では、若い世代の食生活の内容改善や充実の必要性、日本の食文化に関する意識の希薄化が課題になっていると記載されています。

横浜市においても、「第 2 期横浜市食育推進計画」の中で挙げている「食育に関心をもっている市民の割合」は、21 年度の 73.7%から 26 年度の 64.2%へと減少しています。また、「健康的な食生活を実践するため参考にしているものがある市民の割合」が全体の平均 29.8%に対して 17.6%となっている若い世代に向け、栄養バランスのとれた食事についての理解を深めることが課題となっています。

こうした現状を踏まえ、子どもたちが健全な食生活を実践することができる市民となるには、家庭とも連携しながら、学校における食育の中心的役割である給食を通し、食品の選び方や適切な食事の形、調理の方法等についての基礎的な知識を学ぶことが必要と考えます。また、横浜の食文化への知識を深めることで地域の特色を理解し、横浜市に関心を寄せ、感謝の心と社会性を育てることも重要です。

このため、本市として望ましい小学校給食のあり方をどのように定義するのか、上記の 4 点について、御意見を伺います。

平成 29 年 11 月 24 日

横浜市教育長
岡田 優子 様

横浜市学校保健審議会
会長 鈴木 志保子

横浜市として望ましい小学校給食のあり方について
(答申)

平成 29 年 1 月 27 日教健第 2635 号で諮問のあった横浜市として望ましい小学校給食のあり方については、次のとおり答申します。

学校給食は、学校給食法に規定されているとおり、成長期にある児童・生徒の心身の健全な発達に資するもので、次の目標が掲げられている。

学校給食法

(学校給食の目標)

- 第二条 学校給食を実施するに当たっては、義務教育諸学校における教育の目的を実現するために、次に掲げる目標が達成されるよう努めなければならない。
- 一 適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。
 - 二 日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。
 - 三 学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。
 - 四 食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。
 - 五 食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。
 - 六 我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。
 - 七 食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。

これを踏まえたうえで、横浜市として望ましい小学校給食のあり方について、横浜市学校保健審議会で審議を行った結果、諮問で述べられた4点について次のとおり括るに至った。

1 学校給食摂取基準や食品構成の充足について

(1) 学校給食摂取基準について

学校給食法の目的から、健康の保持増進に必要な栄養を摂取することを第一と考えて、献立を作成していく必要がある。また、子どもの貧困が大きな問題となっている近年、エネルギーをはじめとする栄養素や栄養バランスのよい食事を給食に依存している子どもも増えてきており、給食の重要性が増している。したがって、文部科学省告示に示された「学校給食摂取基準」(以下、摂取基準という)については、すべての栄養素について100%の摂取に近づけるよう努力をしていくべきである。

ただし、鉄や食物繊維といった給食でも摂取しにくい栄養素については、学校で給食の食べ残しがないように指導するとともに、家庭においても積極的な摂取への協力を求めていきたい。

しかしながら、摂取基準を100%満たすことに拘りすぎることなく、子どもが毎日楽しく、おいしく給食を食べられるよう、可能な限りバラエティに富んだ食材を使用することが大切である。この点に関しては、摂取基準の90%から105%までの範囲で給食を実施することができれば、100%に足りる日があったり、足りない日があったりしてもよいと考える。

(2) 食品構成の充足について

食品構成の充足については、横浜市の献立では魚が主菜の献立回数と使用する魚の種類が減少している。わが国は海に囲まれており、和食では魚が主菜になることが多く、旬の魚は季節を感じられる食材である。子どもにとって、生涯を通じて肉と魚をバランスよく食べるようになることが望ましいと考え

るため、横浜市においては、食品構成の充足率を考慮した献立作成を行ってほしい。

さて、提供資料や給食の試食によって確認してみたところ、平成23年度以降、摂取基準に対する充足率や食品構成の標準値に対する充足率等は年々徐々に減少してきている。栄養価や品数も豊富な献立を提供できれば子どもにとってより望ましいものとなるので、審議会としては当然23年度の献立が望ましいものとする。一方、給食にかかる食材費について考えるに、仮に現在、23年度当時の献立を実施すると、それ以降の他の年度と比べ最もコストが高くなるとの説明もあった。給食は保護者の費用負担とのバランスもって実施すべきものであるから、費用面まで考慮すると、三品献立の実施率が高く、栄養価においても23年度に最も近い26年度の献立原案でも望ましい水準を満たしていると考えられる。

2 家庭における日常の食生活の指標となる給食の献立について

子どもの頃に数多くの食材を食べる経験が、将来的に食の幅を広げることにつながることから、給食においてもさまざまな種類の食材を使うことが望ましい。また、「食」を通して豊かな人間性を育むためには、子どもが給食を楽しみ、おいしく味わうことも重要である。この観点を踏まえて、給食の献立について次の4点について提案する。

(1) おかずの種類について

一回の食事に味覚が異なるものを食べることで、味の変化を楽しむことができる。そのため、味が同じものを大量に食べるよりも、おかずのバリエーションを増やし、複数のおかずを提供することが望ましい。

また、おかずの種類を多くして、食べる時間も長く充実させることで、友達や教職員との関係を育み、食事の場としての給食の意味をもたせることができる。さらに、わが国では柔らかい食べ物が広まり噛む回数が減少していることから、給食に噛む回数が増えるおかずを取り入れることで、その機会を増やすことができる。

(2) 素材を活かした献立について

食材を素材に近い形（生または、ゆでる程度）で提供することが重要である。加工度（調理工程の回数）を上げると味が濃くなり、本来の味と乖離してしまう。魚は喉に引っかからない程度になるべく骨のある状態で、季節を知らせる野菜は量を十分に、果物は子どもにとって食べごたえのある量を食べやすく提供することが必要である。

(3) 給食の見た目について

子どもの「食べたい」という思いや食欲を高めるためには、給食に彩や華やかさを必要とする。また、見た目は、給食への楽しさにも影響を及ぼす。給食は、子どものためのものであることから、ある程度は子どもの嗜好に考慮した献立を作成する必要がある。

(4) 将来を見据えた食育について

給食は、生涯を通じて、自分で食事を選択・決定する能力を身に付けるための「生きた教材」として活用すべきである。また、給食は、子どもが親になったときに、どのように子どもに食べさせるべきなのか、発育過程でどのように食事量（摂取量）が多くなっていくかを体験から知ることができる。この体験を通して、子育てにおける食事の基礎を知ることができる。

3 日本型食生活や和食の伝承について

(1) 日本型食生活の伝承について

日本型食生活の一汁二菜・三菜のようにおかずは2、3品ある方が栄養バランスの整った食事となる。日本型食生活の特徴である野菜を豊富に使ったおかずが、子どもにとって「おいしいな、もっと食べたいな」と思うような献立を実施して行ってほしい。

(2) 和食の伝承について

和食の伝承について、現在、横浜市の給食では、削り節や昆布からだしをとっている。昨今では、このようにだしをとっている家庭は減少している。子どもに対し、日本食の文化の理解を促す1つとして、だしについて理解を深める食育を進める。また、だしを効かせることによって、減塩にもつながることも給食では必要な観点である。

和食はものによっては手間も費用もかかるが、子どもに伝承していくためには、まず、子どもが和食に親しみ、和食をおいしいと感じることが必要である。

我が国は海に囲まれた国であり、ひじきやわかめといった和食でよく使用される食材は、栄養も豊富な食材であり、引き続き給食でとり入れていくべきである。併せて、日本食をテーマにした伝統食のような特別な献立の日には、飲み物をお茶や麦茶等にすることも検討願いたい。

また、和食を食育で取り上げる時には、企業の出前授業等を活用することも考えられる。

【参考】日本型食生活と和食の特徴（農林水産省）

○日本型食生活の特徴

日本の気候風土適した米（ごはん）を中心に、魚や肉、野菜、海藻、豆類などの多様なおかずを組み合わせる食生活のことをいいます。栄養バランスに優れているだけでなく、日本各地で生産される農林水産物を多彩に盛り込んでいるのが特徴です。

○和食の特徴

①多様で新鮮な食材とその持ち味の尊重

日本の国土は南北に長く、海、山、里と表情豊かな自然が広がっているため、各地で地域に根差した多様な食材が用いられています。また、素材の味わいを活かす調理技術・調理道具が発達しています。

②健康的な食生活を支える栄養バランス

一汁三菜を基本とする日本の食事スタイルは理想的な栄養バランスとされています。また、「うま味」を上手に使うことによって動物性油脂の少ない食生活を実現しており、日本人の長寿や肥満防止に役立っています。

③自然の美しさや季節の移ろいの表現

食事の場で、自然の美しさや四季の移ろいを表現することも特徴のひとつです。季節の花や葉などで料理を飾りつけたり、季節に合った調度品や器を利用したりして、季節感を楽しみます。

④正月などの年中行事との密接な関わり

日本の食文化は、年中行事と密接に関わって育まれてきました。自然の恵みである「食」を分け合い、食の時間を共にすることで、家族や地域の絆を深めてきました。

4 横浜の食文化への知識を深める献立について

(1) 横浜の食文化への知識を深める献立について

「今日は横浜の食文化を理解する日」という献立の目的をしっかりと子どもに伝えることにより、横浜の食文化への知識を深めることができる。献立については、横浜の食文化を子どもに伝えることが主な目的なので、摂取基準値にとらわれる必要はなく、他の日で満たせばよいと考える。

(2) 地場産物の使用について

地場産物の使用については、地産地消の観点でも効果的である。地場産物は一斉に供給することが難しく、購入価格が多少高くなることもあるが、地元の農産物を地元の農家から購入することで、最終的には税金や消費行動によって市民に返ってくる経済循環となる。

また、地場産物を使用した献立を実施することで、食べ物は工業製品と異なり、太陽と水と土によってつくられ、時として天候不順等が原因で収穫できず、献立が変わってしまうことを食育として教えることもできる効果がある。

(3) 国際色豊かなメニューについて

横浜は国際化の入り口であり、国際色豊かな都市である。横浜の文化的側面である、国際的なもの、多様性のあるものを次々と取り入れていった横浜らしい特質＝進取の気風を持ち味とし、様々なメニューを横浜風アレンジして、新たなメニューを開発していただいたい。

以上

横浜市学校保健審議会委員名簿

氏名	選出区分	職名
鈴木 志保子 (会長)	学識経験者	神奈川県立保健福祉大学保健福祉学部栄養学科教授
渋谷 裕子 (副会長)	学識経験者	共立女子大学家政学部非常勤講師
伊藤 秀一	学識経験者	横浜市立大学医学部教授
海上 良太	学校保健関係者	横浜市PTA連絡協議会会長
大木 昭子	学校保健関係者	<ul style="list-style-type: none"> ・横浜市薬剤師会常務理事 ・学校薬剤師部会部会長
大久保 辰雄 (H29.6～) [小川 憲章 (～H29.6)]	学校保健関係者	<ul style="list-style-type: none"> ・横浜市医師会常任理事 ・学校医部会副部会長
河野 伸二郎 (H29.7～) [富田 雅彦 (～H29.7)]	学校保健関係者	横浜市歯科医師会副会長
山岡 義卓	学識経験者	<ul style="list-style-type: none"> ・神奈川大学経営学部国際経営学科准教授 ・特定非営利活動法人アクションポート横浜理事
和田 喜久枝	学識経験者	<ul style="list-style-type: none"> ・横浜市食育フォーラム委員 ・よこはま一人子育てフォーラム会員