

河内長野市の学校における食育  
及び中学校給食について  
(報告)

平成22年7月30日

河内長野市の学校における食育及び  
中学校給食調査検討委員会

## 目 次

はじめに

I	学校における食育について	
	1. 食をめぐる現状と課題	1
	2. 食育の必要性とその背景	1
	3. 学校における食育の推進方策	1
	(1) 食に関する指導	2
	(2) 食に関する指導の観点	2
	4. まとめ	3
	提 言（食育について）	4
II	中学校の給食について	
	1. 中学校の食生活と中学校での食育	5
	(1) 中学校での食生活	5
	(2) 中学校での食育	5
	2. 中学校給食の意義と課題	5
	(1) 意義	6
	(2) 課題	6
	3. 持参弁当の意義と課題	7
	(1) 意義	7
	(2) 課題	7
	4. 中学校給食の実施方法等	8
	(1) 形態	8
	(2) 方式	8
	5. まとめ	9
	提 言（中学校の昼食について）	11

資料編

## はじめに

「食」は生きる上での基本であり、健康で豊かな生活を過ごすための根源である。しかし、近年、食生活を取り巻く社会環境が大きく変化し、野菜の摂取不足や朝食の欠食に代表されるような「栄養の偏り」や「食生活の乱れ」等、食をめぐる問題はますます大きくなっている。

そのため、「望ましい食習慣の形成」や「食に関する知識と食を選択する力の習得」等、成長期の子どもに対する「食育」の推進がこれまで以上に求められているところである。

こうした状況を踏まえ、河内長野市ではこの新たな課題を解決するため、学校における食育を組織的・計画的に行うことが重要であると考え、また、中学生に栄養バランスに配慮された昼食を提供するとともに、望ましい食習慣を身に付けさせることを目的に、学校における食育及び中学校における昼食のあり方について検討を始めたところである。

河内長野市の学校における食育及び中学校給食調査検討委員会（以下「本委員会」という。）は、「小・中学校における食育の推進」と、「中学校給食の望ましいあり方」について、河内長野市教育委員会より、必要な事項についての幅広い意見を求められ、慎重かつ熱心な議論を行った。

この報告は、本検討委員会で述べられた意見を集約し、提言として河内長野市教育委員会に提出するものである。

## I 学校における食育について

### 1. 食をめぐる現状と課題

近年、子どもの食生活においては、「好きなものしか食べない」という偏った食事や朝食の欠食率、そして、一人で食べる「孤食」等が増加している。こうした現状を受け、肥満・痩身傾向児が増加するとともに生活習慣予備軍の増加が心配されているところである。

平成20年度全国学力・学習状況調査によれば、本市の小学生で「朝食を食べないことがある」という児童の割合は、全体の約13.2%である。(全国平均より0.4ポイント低い)。また、本市の中学生では約20.1%(全国平均より1.3ポイント高い)という結果となっている。

また、平成22年5月に河内長野市教育委員会によりまとめられた「中学校での食生活等に関するアンケート調査」(以下「アンケート調査」という。)では、本市の中学生において、「1週間に1回以上朝食を欠食する」という中学生が約17.1%もいるという結果となっている。加えて、少数ではあるものの家庭で作った弁当を持ってこなかったときに「昼食を食べない」中学生が約2%いるという結果がでている。

こうしたことから、子どもたちが将来にわたって健康な生活を送るため、食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身につけさせることが、河内長野市の子どもたちにとって重要な課題であると考えられる。

### 2. 食育の必要性とその背景

食育は、望ましい人間関係の形成や感謝の気持ちの醸成といった人間形成の営みに関わるものであり、平成17年7月に施行された「食育基本法」の中では、『「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てる』ことであるとしている。

また、平成18年3月に策定された「食育推進計画」において、食育の推進の目標に関する事項が掲げられ、さらに平成20年3月に改訂された学習指導要領では、「学校における食育の推進」が明確に位置付けられた。

そして、同年6月には「学校給食法」も改正され、学校給食を活用した食育の重要性が示された。

### 3. 学校における食育の推進方策

食に関する問題は、本来家庭が中心となって担うものと考えられる。し

かし、現在の子どもの食生活をめぐる問題が大きくなる中で、学校はその改善を進めていく場として大きな役割を担っている。そのため、学校は、家庭や地域と連携しつつ、あらゆる機会とあらゆる場所を利用して、積極的に食育の推進に努めなければならない。

特に、子どもの成長に合わせた切れ目のない、適切な生活習慣を形成させていくことが重要と考えられる。

#### (1) 食に関する指導

全体計画の作成や具体的に指導を進める際には、何より校長のリーダーシップのもと、栄養教諭等が中心となって関係教職員と連携・協力しながら、次のような組織的な取組みを進めることが必要と考えられる。

- ① 全教職員が継続的かつ体系的な食に関する指導の必要性や考え方について共通理解を図る。
- ② 校内組織に食育の担当教員を校務分掌として位置づけるなど、食育の推進体制を整備する。
- ③ 生活科、社会科、理科、体育科の保健領域、家庭科の食領域等において、食育に関する題材を積極的に活用し取り組むとともに、これらの学習が実際の食生活につながるように指導の工夫を行う。
- ④ 現在、本市では栄養教諭が各小学校を計画的に訪問し、学級活動や給食の時間等において食育の指導を実施しているが、中学校においても栄養教諭の高い専門性を生かし、食に関する指導に積極的に参画するなど、食育の推進を図る。
- ⑤ 各学校においては、適切な時期にアンケート調査等を行い、児童生徒の食生活の状況や実態について把握に努める。
- ⑥ 食育について、小・小連携を図るとともに、児童自ら弁当を作る「弁当の日」を設定するなど小学校から中学校への継続したカリキュラムを検討する。
- ⑦ P T Aの行事と連携して、朝食や昼食の調理講習会を実施するなど保護者や地域との連携・協力体制をつくる。
- ⑧ 給食献立計画との関連付けを図るとともに、児童生徒の生活リズムの向上（「早寝・早起き・朝ごはん」）をめざし、保護者への呼びかけを行うなど、学校や児童・生徒の状況に応じて創意工夫に努める。

#### (2) 食に関する指導の観点

食に関する指導を進める場合には、栄養教諭など高い専門性をもった人

材を生かし、次の観点で子どもを指導していくことが必要である。

- ① 食事の重要性、食事の喜び、楽しさを教える。
- ② 心身の成長や健康の保持増進の上で望ましい栄養の取り方を理解し、自ら管理していく能力を身に付けさせていく。
- ③ 正しい知識・情報に基づいて、食物の品質及び安全性等について自ら判断できる能力を身に付けさせていく。
- ④ 物を大事にし、食物の生産等に関わる人々への感謝する心を育んで行く。
- ⑤ 食事のマナーや食事を通じた人間形成能力を身に付けさせていく。
- ⑥ 各地域の産物、食文化や食にかかわる歴史等を理解し、尊重する心を育んでいく。

#### まとめ

食育は、人が生きていく上での基本であり、知育、徳育、体育の基礎となるべきものであり、とりわけ、子どもに対しては、心身の成長及び人格の形成に大きく影響を及ぼし、生涯にわたって健全な心と身体を培う豊かな人間性をはぐくんでいく基礎となるものである。

本市においても、家庭・学校・地域における子どもの健全な食生活の実現に向けて、今後、更に食育の推進に向けて取り組む必要があると考えられる。

## 提 言

河内長野市の学校における食育及び中学校給食調査検討委員会は、「学校における食育」について、様々な角度から議論してきた。

その内容を踏まえて、次のことを提言する。

### 1. 食育の全体計画の策定

小学校はもとより中学校においても、食育の全体計画並びに食に関する指導計画の策定を図られたい。

### 2. 食育の指導の具体化

- ① 食育の担当教員を校務分掌に位置付けるなど、教職員全体の共通理解を得て指導体制の充実を図られたい。
- ② 給食だより・食育だより等の発行や保護者向けの試食会を開催するなど、創意工夫し、家庭との連携を図られたい。
- ③ 小学校及び中学校の各教科等において、計画的かつ系統的に指導をおこなうため、栄養教諭の高い専門性を積極的に活用されたい。
- ④ 食育の指導においては、食事の重要性や食品を選択する能力だけではなく、食物を大事にしたり、生産者等への感謝の心を育てることや食事のマナー、食文化などの観点も含めて取り組まれたい。
- ⑤ 小学校においても児童自ら弁当を作る「弁当の日」を設定するなど、小学校から中学校への継続したカリキュラムの検討を図られたい。

## II 中学校の給食について

### 1 中学生の食生活と中学校での食育

中学生は、体格や運動量において個人差が大きくなるとともに、食事量、嗜好などが多様化する時期である。また、生活習慣や個人の体の違い等から、心身の成長に必要となる栄養の摂取量に大きく影響することから、中学生にとって食は重要なものである。

このことから、本委員会は中学生の食生活の現状と中学校における食育の推進状況を把握し、中学校給食の望ましいあり方を検討していくこととした。

#### (1) 中学生の食生活

独立行政法人日本スポーツ振興センターによる「平成19年度児童生徒の食生活等実態調査報告書」によると、全国的には中学生の約13.2%が朝食を食べないことがあるという結果が出ている。

また、平成22年5月に実施した「アンケート調査」の結果では、河内長野市の中学生の約0.5%が1週間のうちほとんど家庭からの弁当を持参していない状況であった。

加えて、少数ではあるものの家庭で作った弁当を持ってこなかったときに「昼食を食べない」中学生が約2%いるという結果がでている。

また、中学生の約17.1%が朝食を食べないことがあるという状況であることもわかった。

こうしたことから、中学生の子どもたちが将来にわたって健康な生活を送るため、食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身につけさせることが、河内長野市の子どもたちにとって重要な課題であると考えられる。

#### (2) 中学校での食育

現在、河内長野市の中学校における食育は家庭科等の教科の中で行われ、「中学生の栄養と食事」や「食品の選択と日常食の調理の基礎」、「食生活の課題と調理の応用」などが中学校学習指導要領に基づいて指導されている。

しかし、自分たちが食べる場や食べる食材を教材として取り上げたり、家庭や地域と結びつけた食育は、実際されていない状況にある。

そのために「給食」の実施は、中学校における食育をさらに進めるひとつの方策と考えられる。

### 2 中学校給食の意義と課題

学校給食の普及充実を図ることを目的とする学校給食法では、中学校も対象



とされており、文部科学省の「学校給食実施状況調査」（平成20年5月1日現在）によると、中学校での完全給食は全国的には高い実施率（学校数75.6%）である。

しかし、大阪府の実施率（学校数7.7%）は極端に低い状況にある。

### （1）意義

学校における「給食」の利点として、まず栄養のバランスが取れた食事を子どもに提供できることが挙げられる。心身共に成長期にある中学生にとって、栄養バランスに配慮された給食は、心身の望ましい発達及び健康管理の面から大きな意義がある。

また、「アンケート調査」において、「弁当を作れない理由は主に何ですか」という保護者への問いに対する回答では、「作る時間がないから」が、28.0%であった。

このことから、保護者にとって毎日の弁当作りが負担となり、「給食」実施の要望が高くなっていることがうかがえる。生活スタイルの変化から、「給食」の実施は保護者負担の軽減を図ることができるのではないかと考えられる。

食育の観点からも、学校給食献立表等の給食に関連する資料は、子どものみならず、大人も勉強することができ、学校における食育及び家庭における食育に繋げることができる。

特に、中学生には、給食により自分自身の食生活を管理する能力の大切さを学習して、健全な食生活を判断できる能力を身に付けることが期待できる。

「給食」の実施は、中学校で食育をさらに推進するひとつの方策となり、食事・健康について考える自己管理能力を高める場になれば、給食実施の意義はさらに高まるものと考えられる。

### （2）課題

給食は子どもたちの健全な発達や健康管理、食育の推進などに意義のあることであるが、実施にあたっては解決しなければならない様々な課題も考えられる。

保護者側の観点として、「給食」が実施されると、子どもの昼食が保護者の手から離れてしまい、弁当では可能であった子どもの健康管理ができなくなる。

また、弁当を通して、子どもへの愛情を表現したり、コミュニケーションをとることができなくなってしまう。

実施上の課題として、生徒が「給食」の準備と後片付けを行うとなると、それらに時間が掛かり、心身共にリラックスする生徒の昼休みの時間が短くなり、今までどおり昼休みの時間とすると、放課後の生徒会活動や部活動等の時間の

確保が十分できなくなり、生徒の教育活動への影響も懸念される。

また、異物混入の問題や学校でのごみ・残菜の処理などの課題も考えられる。

### 3 持参弁当の意義と課題

現在、河内長野市では、「アンケート調査」の結果から、ほぼ毎日家庭で作った弁当を持参している生徒と週3～4日家庭で作った弁当を持参している生徒を併せると98%であった。中学校給食のあり方を考えるにあたり、家庭からの持参弁当の状況等も十分考慮する必要がある。

#### (1) 意義

中学生は、身体的に成長期にある。しかし、その成長過程は同年齢でも個人差があり、発育状況に応じた必要な栄養量はそれぞれ生徒によって異なる。家庭からの持参弁当には多様な状況にある生徒に応じて、食事の量等を合わせることができるという利点がある。

また、「給食」では、食物アレルギーを持つ子どもへ十分対応できないことなど、様々な子どもへの個別対応を可能とすることができる。

加えて、持参弁当は、保護者が朝早くから作ることなどから、子どもから感謝の気持ちを引き出せたり、弁当を通じて保護者と子どものそれぞれが思いを伝え合うことができる。

さらに、中学生の年齢では、子ども自身が、十分持参弁当を作ることができることから、心身共に成長していく時期に、生徒が自ら身体について考え、食に対して関心を持つ機会となることから、食育という観点からも大きな意義を持つものである。

#### (2) 課題

家庭からの持参弁当にも多くの意義があるものの、中学生としては、課題も見受けられる。

持参弁当は、子どもが登校する前に調理されるため、喫食までの時間が長くなり食中毒の危険性が高くなる。「アンケート調査」において、「家庭で弁当を作るとき、気を付けていることは何ですか」という保護者への問いに対する回答では、「食中毒に気を付けている」が最も多いことから、保護者も共通の思いであることがうかがえる。

また、食事量を個別に増減できることは、持参弁当の利点の一つであるが、個別対応ができるが故の弊害もある。若い女性において顕著に見られる過度の瘦身志向は、思春期にある中学生にも及び、必要のないダイエットへと駆り立

て、小さい弁当箱による少量の食事で昼食を済ませている現状がある。中学生の健全な発達に必要な栄養量を摂取していない状況への対応も課題である。

食育の推進という点でも、家庭からの持参弁当より学校給食のように生徒が同じメニューを同じ環境で、同じように食べたほうが進めやすい。一方、弁当のメニューは千差万別であり、栄養のバランスという点でも望ましいものもあれば望ましくないものもあるなど、健全な食生活を身に付けさせるための指導を行うにあたっては困難な面もある。

#### 4 中学校給食の実施方法等

##### (1) 形態

学校給食は、学校における教育活動の一環であり、食に関する指導の大きな役割を担うものである。学校給食の趣旨から考えると、基本的には全員一斉給食とすることが望ましい。ところが近年、新たに中学校給食の実施を始めた自治体では、給食と家庭からの持参弁当を各家庭が選択できる方式の採用が増えつつある。

「アンケート調査」の結果においても、保護者においては全員給食が良いとする回答（64.3%）が多かったものの、生徒においては、『希望により、持参弁当や購入でパンを購入等』（68.5%）と『学校給食』をどちらでも選べる方法（以下「選択制」）が良い（20.7%）の方が、「学校給食（全員対象）」が良いとする回答（10.4%）よりも圧倒的に多かった。

選択制とした場合の問題点として、望ましい昼食を摂れていない生徒も給食を選択するかどうかは家庭任せになる点や、家庭の事情で給食を選択せざるを得ない生徒の心境、給食費の徴収方法など運営上の課題も指摘された。

しかし、保護者と子どもの絆を深めるために弁当作りに励んでいる保護者の頑張りも活かすことができる選択制が良いとする、「持参弁当」の教育的意義を重視した意見や今のままの各家庭で昼食方法を選ぶ自由を認めるほうが良い、食物アレルギーを持つ生徒のためにも選択制にして持参弁当という方法も残すことが望ましいとする意見が多く委員からあり、選択制のほうが良いのではないかと考える。

##### (2) 方式

学校給食の実施方式については、他の自治体をみると様々な方式が採られている。

主なものは、校内の給食棟で調理を行う「自校方式」、給食センターで調理を

行う「センター方式」、給食棟を持つ自校方式の学校が近接する給食棟を持たない学校分も調理し配送する「親子方式」、民間業者が業者の施設で調理し弁当箱に詰めて配送する「弁当方式」など、調理場によりいくつかの区別ができる。

この中で、「自校方式」及び「センター方式」は、現在小学校で提供しているような多様な献立や温かいものを提供できるメリットがあり、特に「自校方式」では作る人の姿が見えるため児童及び生徒の食育を進める上でも最善である。

しかし、「自校方式」及び「センター方式」などでは、昼食準備のために時間がかかる。生徒同士のコミュニケーションや放課後の生徒会活動や部活動の時間の確保から、昼食準備に時間をかけないことが望ましい。

また、これらの方式の実現には、大掛かりな施設を整備すること、その施設整備のための場所を確保すること、また、巨額の初期投資経費や整備のための期間が必要なことから、現実的でないと思われる。

一方、「弁当方式」は、業者の調理した給食が詰められた弁当箱を生徒に配ることから、準備と後片付けの時間は短時間で済むことや、また、給食費の徴収事務についても、業者に委託することができるなどのメリットもある。

しかし、弁当箱に詰めなければならないという制約により、汁物や麺類などの多様な献立の提供は難しく、衛生管理上、温かい食事は期待できないのではないと思われる。委託する弁当の製造業者が、栄養や衛生面で安心して任せることや安定的な供給ができるか、将来にわたって継続して実施できるのかという課題もある。これらの課題も、弁当代金を高く設定すれば、ある程度解消可能と思われるが、コンビニなどで販売している弁当等の比較などから、あまりに高額とならないよう配慮しなければならない。

「自校方式」や「センター方式」、「弁当方式」など、それぞれの方式のメリット・デメリットがある。河内長野市では、「センター方式」で運営されていることから、学校給食会や食に関するこれまでのノウハウ、安全面、コストの問題、食育の推進という観点などの理由から、「センター方式」と「弁当方式」の両者の良さを最大限に生かす方法があるのではないかと考える。

## 5. まとめ

心身ともに個人差が大きくなる成長期にある中学生にとって、日常の食事は大変重要なものであり、各家庭の責務は極めて大きいと言える。

その上にとって、基本的な生活習慣の形式や栄養摂取など心身の望ましい発

達や健康管理に教育行政と学校・家庭それぞれが役割を分担し、連携して食育を推進することが求められる。

そこで、中学生の給食については、栄養のバランスに配慮された学校給食の意義を踏まえながら、他の学校教育活動とのバランスや個々の生徒の発達の差への対応、弁当の教育的意義、財政支援の費用対効果等を勘案し、家庭からの持参弁当を基本としながら、何らかの理由で家庭からの弁当が持参できない場合の個別対応等、昼食の選択肢を増やすことが必要であると考え。

そして、アンケート等にある生徒の思いや保護者・教職員の意向等を総合的に考え、本委員会としては、中学校の給食は弁当またはパン等と給食を選択できる方式がよいとの結論に至った。

## 提 言

河内長野市の学校における食育及び中学校給食調査検討委員会は「中学校給食のあり方について」について様々な角度から議論してきた。

その内容を踏まえ次のことを提言する。

1. 家庭で作られる弁当には親と子の人間関係から大きな意義が認められる。  
しかし、家庭からの弁当を持参できない場合にも安心して登校できるように、家庭からの持参弁当又はパン等と給食を選択できる方式で実施されたい。
2. 中学生は心身とも個人差が大きくなる時期であり、食事量などの多様性を考慮する必要がある、栄養価に配慮し、衛生面や安全面にも留意した昼食を提供するための対策を実施されたい。
3. 中学校における給食には、昼食時間の設定や弁当の保管場所など多くの課題がある。そのためモデル校での試行の結果を踏まえ、課題解決を図りながら段階的に全中学校において給食を実施されたい。
4. 栄養価に配慮した給食を安全かつ確実に提供していくためには、高コストになることが考えられる。  
そのため、工夫を凝らし、保護者の過重な負担とならないよう適正な費用で給食を実施されたい。