

給食通信

令和4年12月15日第124号
調布市学校給食協議会
会長 濱松章洋
(調布市立深大寺小学校校長)

食育って、なに？

調布市教育委員会指導室
統括指導主事 門田 英朗

近年、偏った栄養摂取、朝食欠食など食生活の乱れや肥満・痩身傾向など、子どもたちの健康を取り巻く問題が深刻化しています。こうした問題を解決するために重要な役割を果たすのが食育です。

平成17年に食育基本法が、平成18年に食育推進基本計画が制定され、子どもたちが食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身に付けることができるよう、学校においても積極的に食育に取り組んでいくことが重要となっています。

令和3年3月には、これまでの食育に関する取組の成果と課題を踏まえ、「第4次食育推進基本計画」が決定されました。概ね5年間を対象とし、食育の推進に当たって以下の基本的な方針が掲げられています。

- 基本的な方針
 - (1) 生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進
 - (2) 持続可能な食を支える食育の推進
 - (3) 「新たな日常」やデジタル化に対応した食育の推進

食育をめぐる状況

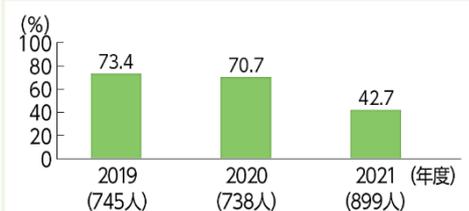
【新型コロナウイルス感染症の感染拡大と食育】

新型コロナウイルス感染症の影響によるテレワークの増加等で、在宅時間や家族で食を考える機会が増加し、家庭での食育の重要性が高まっています。

そのような中、子どもの基本的な生活習慣の形成について、特に朝食に注目が集まっています。朝食の摂取は栄養補給だけではなく、体内時計のリズムを整えることになり、適切な生活習慣の育成と、心身の健康の保持につながります。文部科学省は、独立行政法人国立青少年教育振興機構、「早寝早起き朝ごはん」全国協議会と連携・協力し、「早寝早起き朝ごはん」国民運動を推進しています。

また、小・中学生の朝食欠食率は、近年は横ばい傾向にあり、生活習慣の改善を軸とし、朝食摂取率の更なる向上、栄養バランスのとれた食事の摂取を目指した取組を行う必要があります。

地域等で共食したいと思う人が共食する割合の推移



(出典：令和3年度 食育白書)

小・中学生の朝食欠食率の推移



資料：文部科学省「全国学力・学習状況調査」

- 注：1) 2011年度は、東日本大震災の影響等により、調査の実施を見送り
2) 2020年度は、新型コロナウイルス感染症の影響等により、調査の実施を見送り
3) 「朝食を毎日食べていますか」という質問に対して、「あまりしていない」、「全くしていない」と回答した割合の合計
4) 小学校6年生、中学校3年生が対象

(出典：令和3年度 食育白書)

参考資料：令和3年度 食育白書 (令和4年5月31日公表) 農林水産省

調布市では、子どもたちの健康と豊かな心を育むため、学校給食の充実と学校での食育の取組を推進していきます。





中学校の食育の取り組み



『もりもり食べようプロジェクト』



第五中学校の生徒会では、「残食が気になる」という生徒からの声がきっかけとなり、一番身近なSDGs的活動として、給食を盛り上げ残食を減らそうという趣旨で7月から『もりもり食べようプロジェクト』を開始しました。

その中の一つの取り組みとして、夏休みを使って給食についてのCM動画を作成しました。給食が学校に届き、教室までの運ばれる様子や給食の時間の風景、校長先生や学年の先生方のインタビューの他、調理校である布田小学校にも協力をいただいて給食調理の様子などを撮影しました。その中から動画を選び、40秒～2分ほどの時間に編集し、加えて字幕を入れるなどを生徒会本部の生徒が行い、CM動画が完成しました。このCM動画は8月30日の朝学活の時間に1・2学年のクラスが視聴した他、職員室前の液晶モニターで昼休みの時間などに流しています。CM動画を見た生徒からは、「いつも授業中の時間で見るができない給食準備の様子を見て知ること、たくさんの人の力があって給食のコンテナが教室前に届いていると分かって良かった」などの感想を聞くことができました。

今後は給食委員会に引き継ぎ、食物アレルギー対応にも配慮しながら活動を行っていく予定です。



～給食のおすすめレシピ〈サーモン春巻き〉～

外はパリパリ、中はふんわり！鮭のすり身を使った色もキレイな春巻きです。

●材料(4人分)

鮭(サケ)のすり身	80g
鱈(タラ)のすり身	80g
玉ねぎ	40g
生姜	0.8g
塩	0.4g
しょうゆ	4g
片栗粉	4g

春巻きの皮	4枚
揚げ油	適量

●作り方

- ①玉ねぎはみじん切り、生姜はすりおろす。
- ②すべて混ぜてよくこねる。
- ③②を4等分にして、春巻きの皮で1本ずつ包む。
- ④160℃に温めた油で、きつね色になるまで揚げる。
中まで火が通ったら出来上がり。

★ななめ半分に切って盛り付けるとキレイです★

