

給食通信

令和7年7月16日第132号
調布市学校給食運営協議会
会長 濱松章洋
(調布市立杉森小学校校長)

調布市食育推進連絡協議会担当 濱松章洋

全市公立小中の力を結集した 調布市食育推進連絡協議会の取組

「調布市民の健康づくりに関する意識調査」によると、「食事のあいさつやマナーを大切だと思う人」の割合が、なんと**34%**しかありませんでした。

最低限の食事マナーは、人と人をつなぐ、身に付けておくべき大切なものです。この結果を受けて、調布市の全公立小中学校の代表2名が先月6月17日に集まって、話し合いをし、それぞれの学校と中学校区ごとに目標と取組を策定しました。(詳しくは、各校にお問い合わせください)

子どものころの学びは一生の財産

子供のころに学んだことが一生の財産となることはたくさんあります。例えば、歯磨き習慣。保育園や幼稚園で盛んに取り組んできた結果、60代50代では多い虫歯の本数が、年代が下がるごとに劇的に減っているのです。これも、歯科医の方々の、幼少期の刷掃指導へのご尽力のたまものです。したがって、食習慣なども、小さいころに身に付けることが大事です。逆に、様々な生活習慣に起因する病気があり、子どものころからの食習慣がしっかりしていれば、大人になってからの食事制限や服薬など、避けられることはたくさんあります。

幼少期の確かな学び・身に付けた習慣



健やかな成長や生涯にわたる健康

食育

という言葉が言われるようになって、20年近くになります。食育は、「知育・徳育・体育」の基礎とされ、教育に携わる者は、これを積極的に推進することとされています。本市では、先の協議会を設けて他地区に先駆けて食育に取り組んでいるのです。

学校教育では、食育を6つの内容に分けて取り上げています。その中の一つがマナーを含めた「社会性」です。口を開けて、くちゃくちゃと音を立てて食べないとか、茶碗の正しい持ち方など。他にも、肘をついて食べないなどのミニマムは、小さい子どものころから身に付けさせてあげたいものです。

火を使わない簡単レシピ
夏休みにいかがでしょうか?

「きびだんご」



材料(5人分)

- もち米: 50g (1/3合) 〇砂糖: 13g (大さじ1) ●砂糖: 13g (大さじ1)
- もちきび: 100g (2/3合) 〇塩: 少々 ●塩: 少々
- 水: 適量 きなこ: 5g (小さじ約1.5)

作り方

- もち米ともちきびの準備**
もち米ともちきびをボウルに入れ、水を入れて優しく洗う。
洗ったもち米ともちきびをザルにあげて水を切る。
- もち米ともちきびを炊く**
炊飯器にもち米ともちきびを入れ、通常より少なめの水を入れ炊飯する。
- お団子の生地を作る**
炊き上がったもち米ともちきびをボウルに移し、〇砂糖と〇塩を加えてよく混ぜる。
- お団子を形作る**
粗熱が取れたら、手を水で濡らし、もち米の混ぜたものを手のひらに取り、1人分で2個になるように丸める。
- 仕上げ**
きなこ、●砂糖、●塩を混ぜ、できたお団子にまぶして完成!

食育推進連絡協議会の取組

調布市では、令和 5 年度から全公立小中学校の栄養士・栄養教諭と食育リーダーの教員が一堂に会する調布市食育推進連絡協議会が発足しました。年 2 回あり、給食を中心とした自校の食育の課題を話し合い、具体的な課題改善策に取り組みます。昨年度は、全市内小学 6 年生と中学 2 年生に食育に関するアンケートを行いました。アンケートの内容は、「給食の時間は楽しい」「給食は栄養のバランスを考えて食べようと思うか」「衛生面に気を付けて、給食の準備をしている」「給食にかかわる人々への感謝の気持ちをもって、給食を食べている」「給食では、食事のマナーを意識している」「食材や食文化に興味・関心をもって、給食を食べている」等の調査を 2 回行い、成果を話し合いました。この話し合いで、出てきた課題と取組と成果は以下の通りです。

各校の課題

- ・残菜が多い
- ・食事のルールと片付けのマナーが良くない
- ・食べる時間がない
- ・食材や食文化の興味関心が低い等

各校の取組

- ・家庭科で栄養バランスを考えた 1 食分の給食の献立作り
- ・各クラスへ片付け方の掲示物を配布
- ・食事のマナーについての動画作成
- ・給食メモの活用
- ・給食室での調理の様子の動画視聴
- ・ポスター作成
- ・給食委員会による取組等



各校の成果

- ・望ましい片付け方を実践している例を紹介したことで、教員と児童の意識が変化し、片付け方に大きな改善が見られた。
- ・食事マナーの取組では、自分を振り返りながら、食事をしている姿が見られた。
- ・家庭科での一食分の献立を考える学習をしたことにより、バランスを考えて食べようと思う児童が増えた。
- ・体験活動を通して、様々な食材に興味をもつようになり、食べる意欲につながった。盛付表の位置への意識が高まった等

いよいよ、夏休みが始まります。夏休みには給食がありませんので、栄養バランスを意識して、食べるようにしましょう。また、衛生面や安全面に気を付けて、家族と一緒に料理をしてみるのもよいですね。食事の時には、マナーにも気を付けながら、食事を楽しみましょう。