令和4年9月号

第445号

学校給食会だより

ご回覧ください

［編集・発行］
公益財団法人
福島県学校給食会
〒960-1241 福島市松川町字平舘16-2
TEL：024-567-4711
FAX：024-567-4451
URL：http://www.fgk.or.jp
★ホームページにも掲載しております。
E-mail：info@fgk.or.jp

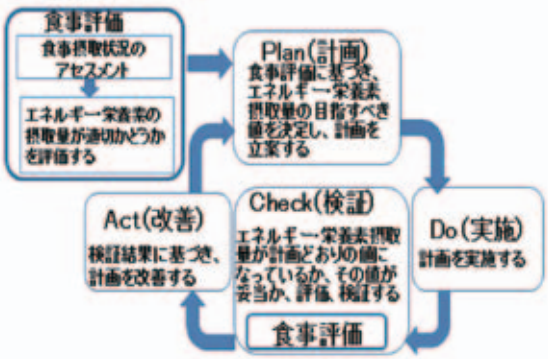
栄養教諭の経験から現在の学校給食に望むこと

郡山女子大学
家政学部食物栄養学科
准教授 亀田明美

1 はじめに

私が栄養教諭として勤務したのは、福島県に栄養教諭制度が導入された平成19（2007）年度から平成24（2012）年度までの６年間でした。この経験をもとに、現在は管理栄養士養成課程の大学で、「給食管理論」を担当しています。給食管理論は、給食施設で栄養面・安全面・経済面等を考慮して、より良い給食を提供するための理論を扱う領域です。中でも栄養管理は、管理栄養士の重要な任務であるため、学生たちには給食現場での実践例を示しながら指導しています。栄養管理は、厚生労働省が示す「日本人の食事摂取基準」の考え方に基づき行われます（図１）。私はこの理論を学校給食の現場で、「どのように実践していけばよいのか」を、研究の対象としています。そのきっかけは、東日本大震災でした。

図１　食事摂取基準の活用と PDCA サイクル



2 研究テーマ設定の理由

東日本大震災が発生した当時、私は福島市内の小学校に勤務していました。震災後最初の給食を提供した日、教室から戻ってきた食缶を見て驚きました。いつもなら、空になって戻ってくる食缶に、大量の食べ残しが入っていたのです。数日様子を見ましたが、やはり食べ残しは減りませんでした。近隣の学校に聞いたところ同じ状況でした。当時子どもたちは、原発事故の影響で外遊びや屋外運動が制限されており、昼休みも室内で過ごさなくてはならなかったのです。こうした状況が影響して、以前と同じ量の給食が食べられないのではないかと、考えるようになりました。食べきれないなら減らせば良いのですが、どのくらい減らせば良いのか？当時はその根拠に辿りつくことはできませんでした。そして成長期の子どもたち一人一人に、「望ましい給食量を提供するには、どうすれば良いのか？」という問題意識を持つようになったのです。

多くの学校給食施設では、文部科学省が示す「学校給食摂取基準」を基に、献立が考えられています。この基準には「日本人の食事摂取基準（厚生労働省）」を参考に、子どもたちの成長に必要な１日当たりのおおよそ１／３のエネルギーと栄養素の量が示されています。基準のエネルギーには、児童生徒の標準体重や身体活動レベルから求めた、推定エネルギー必要量の全国的な平均値が示されています。推定エネルギー必要量は、体重を維持するのに必要なエネルギー量の目安で、一人一人がそれぞれに異なります。それ故、給食を計画する際は、単に基準値を参照して献立を作成するのではく、一人一人の実態を調べて把握するところから始めるのが理想的なのです。このように「実態を調べて把握すること」をアセスメントと言い、食事摂取基準活用の理論では重

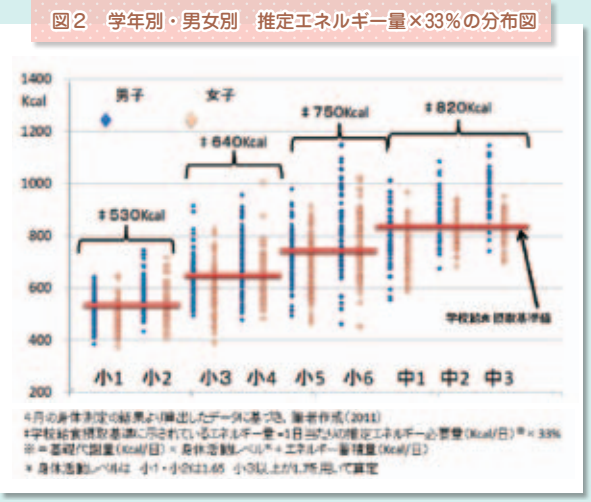
※給食会で取扱う精米は、全袋について放射性物質検査を実施しています。（2016年４月精米加工分より）
※精米工場の施設見学をご希望の方は、当会業務課までご連絡ください。

要視されています。そこで、「学校給食の現場では、具体的にどのようにアセスメントすればよいのか？」私はこれを、研究のテーマとすることにしました。

3 児童生徒一人一人のアセスメント

アセスメントでは、給食を提供する児童生徒一人一人の年齢や体格に加え、給食やその他の食事からどれくらいの栄養量を摂取しているのか等、多くのことを調査する必要があります。しかし、実際の学校現場で全ての調査をいっぺんに行うのは難しいことです。そこで当時勤務していた学校給食センター受配校の児童生徒の身体状況を把握するところから始めました。まず各学校の校長先生宛に、一人一人の学年、組、性別、生年月日、４月と９月の身長・体重のデータを提出するよう文書で依頼しました。集まった約1,500人分のデータから肥満度を求め、肥満や痩身傾向の割合を確認しました。次に推定エネルギー必要量を求めました。図２は、４月の推定エネルギー必要量の分布図です。学年が上がるにつれ値が高くなっていることや、小学校３年生くらいから男子のほうが女子に比べ高い位置に分布していることも確認できました。また、文部科学省の基準値は各年齢区分のほぼ中央付近に位置していますが、それを大きく上回る子や下回る子がいることも確認できました。図３は小学校３・４年生の４月と９月の値の分布を示したグラフです。子どもたちは日々成長しているため、４月に比べ９月の値が高くなっていることも確認できました。

図２　学年別・男女別　推定エネルギー量×33％の分布図



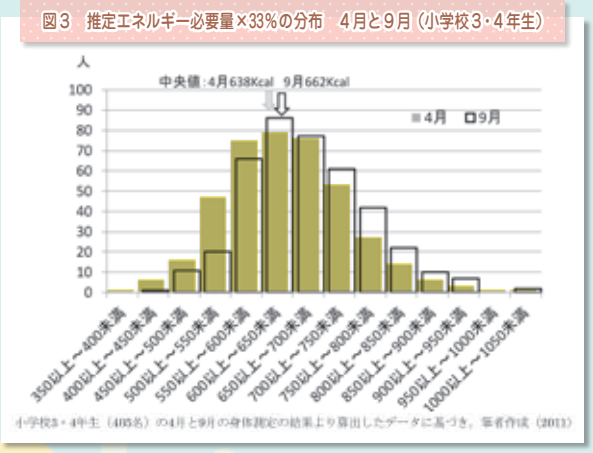
児童生徒一人一人のデータから得られた情報は、それまで経験則で行ってきたことを、推定エネルギー必要量という値を用いて説明するのに役立ちました。例えば主食量は、４月から６月頃までは前年度末と同じ量を提供し、９月頃から徐々に増やしていましたが、成長に伴ってエネルギーの必要量が増えていくためと説明できました。また、エネルギーの必要量が基準値を大きく上回る子や、下回る子の特定も可能となりました。こうした情報に基づいた給食の立案を、実際の学校給食の現場で実践できたことは、大変貴重な経験だったと実感しております。しかし、計画はあくまでも机上の計算でしかありません。給食では実際にその量を食べているか？その量は適切なのか？観察して把握する必要があります。このように「観察して把握すること」をモニタリングと言い、アセスメントと同様に重要視されています。（モニタリングの実践については、別の機会に説明できれば幸いです。）

4 まとめ

私のこれまでの研究から「アセスメント」の実践について述べてきました。学校給食の栄養管理においてアセスメントは、不可欠な要素です。しかし、求めた数値にとらわれるのではなく、最終的にはエネルギーの摂取量と消費量のバランスが維持されているか評価することかが重要なのです。そのためにも、学校給食の栄養管理を行う者は、児童生徒のエネルギー摂取状況の指標となる肥満度を把握する必要があります。学校保健統計調査の結果より、福島県では肥満傾向の子どもの増加が課題となっています。課題を解決するため様々な取り組みが行われています。子どもたちにとって身近な「学校給食」は、課題解決のツールになると考えます。

栄養教諭は、給食管理と食に関する指導を一体のものとして行うことにより、教育上の高い相乗効果をもたらすとされています。学校給食の栄養管理を行う栄養教諭や学校栄養職員が、児童生徒のアセスメントを行うことは、児童生徒の実態に即した学校給食や食に関する指導行う上でとても重要なことだと考えます。

図３　推定エネルギー必要量×33％の分布　４月と９月（小学校３・４年生）



会場貸出報告

令和４年度 福島県学校給食研究会栄養士部会研修会が開催されました!!

去る７月29日㈮、福島県学校給食研究会栄養士部会研修会が、当会を本部会場として、県内７方部（全16支部）、学校、給食センター、市役所等の公共施設の会場とオンラインで結び、栄養教諭・学校栄養職員・市町村教育委員会栄養士等の皆様の参加のもと、リモートにより開催されました。研修会は、福島県学校給食研究会会長 石井隆博様（福島市立蓬萊小学校長）の主催者あいさつの後、来賓の福島県教育委員会教育長代理として県教育庁健康教育課長 佐藤隆宏様、続いて、当会の佐藤俊市郎会長があいさつし、次のとおり講義・講演・総会報告等が行われました。

講義Ⅰ「福島県の食育の推進について」

福島県教育庁　健康教育課　課長　佐藤隆宏 様

「食育を学ぶメリット」、「発達段階に応じた食育」、「当県の食育実践」について講義されました。

講義Ⅱ「学校給食会の役割について」

公益財団法人福島県学校給食会　事務局参事兼総務課長　三浦初男

当会の食品提供及び食育推進事業等、特に現在の食品価格高騰への対応、令和元年度以来となる委託加工工場への巡回調査、コロナ禍における研修事業等について説明いたしました。

講義Ⅲ「福島県の食育の現状と課題」

福島県教育庁　健康教育課　指導主事　左雨貴子 様

食育推進に向けて、当県の児童生徒の健康課題、学校における食育の推進、食に関する指導及び食育事業について講義されました。

講　演「栄養教諭・学校栄養職員に期待すること」

二本松市教育委員会学校教育課　指導主事　粉田祐子 様

「食に関する指導」の背景、学習指導要領の理解、栄養教諭制度と役割、諸計画の作成と実際、「生きた教材」としての学校給食及び個別的な相談活動について、事例をもとに講演されました。

令和２年度は新型コロナウイルスの感染拡大により本研修会は中止され、令和３年度は検温、マスク着用や座席間を広くとるなどの感染対策を行いながら、郡山市（ユラックス熱海）で開催されました。今年度は第７波の感染拡大が心配されたことにより、第一学期早々から、栄養士部会様と約240名の全会員が参加できるZOOMでのオンライン開催の方法について、複数回の打合せ、接続テストや調整を行い、当会におきましても初めて県内各方部の複数拠点と結び、当日開催することができました。関係機関並びにご協力いただきました皆様に感謝申し上げます。　（総務課）

県教育庁健康教育課
佐藤隆宏課長

当会
佐藤俊市郎会長

県教育庁健康教育課
指導主事 左雨貴子様

二本松市教育委員会
指導主事 粉田祐子様

令和4年度 委託加工事業者衛生研修会を紙面開催しました！

当会では、毎年、学校給食用米飯、パン及びめん全ての委託加工事業者の代表者等を対象に、衛生管理意識向上並びに品質管理の徹底を図ることを目的として標記研修会を開催しておりますが、新型コロナウイルスの終息が見通せない状況であることから、昨年度と同様に８月18日㈭に紙上にて開催いたしました。

今年度は、当会食品安全衛生管理室　衛生管理アドバイザーの大﨑、昨年度委嘱いたしました食品衛生管理アドバイザーの長谷川を講師として、全事業者に対しHACCP対応や異物混入対策等に関する資料を作成・配布して、衛生管理等の徹底について啓発を行いました。

委託加工事業者及び当会が一丸となって、今後も衛生管理に努め製造・納品を行ってまいります。

（業務課）

職員紹介

８月１日付けで採用となりました業務課事務補助員の**黒澤美華子**（くろさわみかこ）と申します。

至らない点もあるかと思いますが、早くお役にたてるように頑張りますのでよろしくお願いいたします。

担当地区等

福島市（共同調理場を除く）、玉川村、浅川町、三春町、小野町、鮫川村、南相馬市、新地町、飯舘村、広野町、楢葉町、川内村、双葉町、浪江町、葛尾村、富岡町内の単独実施校及び共同調理場、県立たむら支援学校

実りの秋、食欲の秋!!

秋向け・ハロウィン商品のご案内!

食欲の秋到来!

秋の味覚を集めました!

添加物を使用せず、素材の味をそのままに冷凍しました！
それぞれのきのこの味、風味、食感をお楽しみください！

冷凍ぶなしめじ

1kg

食品コード：308004　通年取扱品
含有アレルゲン：なし
コンタミネーション：りんご、もも

冷凍えのきカット

1kg

食品コード：308001　通年取扱品
含有アレルゲン：なし
コンタミネーション：りんご、もも

冷凍まいたけカット

1kg

食品コード：308005　通年取扱品
含有アレルゲン：なし
コンタミネーション：なし

冷凍国産さといも（乱切）

500g

国産の良質なさといもをバラ凍結しました。一口サイズにカットしていますので、様々な献立にご使用いただけます。

食品コード：302028
通年取扱品
含有アレルゲン：なし
コンタミネーション：えび、かに、小麦、いか、ごま、鮭、さば

冷凍かぼちゃドーナッツ CaFe

25g

つくりたてのおいしさを『ギュッと』瞬間冷凍！

申込締切日は９月14日㈬、お届けは10月13日㈭からとさせていただきます。

サクサクとしたオールドファッションの食感が楽しめるかぼちゃのドーナッツです。フィルムはハロウィンをイメージしたかわいらしいデザインがプリントされております。**カルシウム・鉄分強化品**です。

食品コード：31530　含有アレルゲン：小麦、卵、乳成分、大豆
コンタミネーション：りんご、くるみ、オレンジ、バナナ、アーモンド

10月の行事予定

日	行事名	主催	場所
5㈬	県学校給食研究会栄養士部会役員会（会場貸出事業）	県学校給食研究会栄養士部会	県学校給食会
6㈭	伊達市子ども食堂ネットワーク「衛生管理研修会」（派遣事業）	伊達市教育委員会	伊達市
9㈰	ふくしまっ子ごはんコンテスト審査会（共催事業）	県教育委員会	県学校給食会
12㈬	精米工場視察研修（食品提供関連事業）	県学校給食研究会岩瀬支部	JAパールライン福島㈱
12㈬･13㈭	栄養教諭・学校栄養職員研修会	県学校給食会	県学校給食会
13㈭･14㈮	第73回全国学校給食研究協議大会（オンライン開催）	文部科学省他	国立オリンピック記念青少年総合センター
14㈮	学校給食用パン品質調査会	県学校給食会	県学校給食会
15㈯	こども食堂ボランティア養成講座（派遣事業）	伊達市社会福祉協議会	伊達市
20㈭	牛乳･乳製品利用料理コンクール県大会（後援事業）	県牛乳普及協会	県学校給食会
26㈬	学校給食優良団体・功労者表彰式	県学校給食会 県学校給食研究会	福島市
27㈭	第４回食育に関する調査研究会	県学校給食会	県学校給食会

※新型コロナウイルス感染症の状況により、開催期日等が変更となる場合がございます。

編集後記

朝夕の風に少しずつ秋の気配を感じられるようになってきましたが、まだまだ残暑の残る毎日、関係の皆様におかれましては体調管理に気を付けてお過ごしください。

当会では、二学期も引き続き、季節の商品や県産品など楽しい給食となるような食品をご用意いたしますので、ぜひよろしくお願いします。

ご多忙のところご寄稿いただきました皆様に厚く御礼申し上げます。

（業務課　副主任　安藤直貴）

※給食会で取扱う精米は、全袋について放射性物質検査を実施しています。（2016年４月精米加工分より）
※精米工場の施設見学をご希望の方は、当会業務課までご連絡ください。