



学 校給食について思うこと

構成 寺下邦彦

まずその前に、法律について記載しておきますと、**学校給食法**は平成21年に大幅に改正されました。

第1条に、「学校における食育の推進」を新たに規定し、学校給食を、「生きた教材」として学校において食育を推進して行く上で重要なものとして位置付けています。

また**第2条**では、食育の観点を踏まえ、新たな目標も加え、以下の7項目に整理、充実させています。すなわち、

- (1) 適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること
- (2) 日常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、および望ましい食習慣を養うこと
- (3) 学校生活を豊かにし、明るい社交性および協同の精神を養うこと
- (4) 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、生命および自然を尊重する精神ならびに環境の保全に寄与する態度を養うこと
- (5) 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
- (6) 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
- (7) 食料の生産、流通および消費について、正しい理解に導くこと

この目標の整理、充実により、学校給食が単なる栄養補給のための食事にとどまらず、学校教育の一環であるという趣旨がより明確となりました。さらに栄養教諭の仕事が明確になったといえます。

食べることは、「日常茶飯事」という言葉があるように毎日毎日食べることで慣れてしまっていますが、人間にとって飲み込むということが極めて危険な行為なのです。給食を口いっぱいに入れてみせたり、早食いを競ったり、ガサガサ動き回って食べる等、食べる時のマナーや姿勢は極めて重要であると考えています。「食育は食卓に始まる」ように、小さいころからの家庭でのしつけが大切でしょう。

学校給食では、**○食の安全確保** **○食のアレルギー対策** **○食べる時の姿勢、マナー** **○製造者の衛生管理、異物混入を防ぐ注意**この項目をぜひとも高い指導力、技術力をもって最善の方法で管理を進めていただきたいと思います。

さてここからは、私見ということで委員にご意見をいただきました。

岩本； やはり郷土を尊重した豊かな食を子どもたちに提供すべきだと思います。

あくまで教育の一環として捉えるべきで、安全や栄養面に考慮するのは当然として、地域の家庭料理を調査して給食に反映させるのも一つの方法ではないでしょうか。

毎日のおかずは、それほど変わらないでしょうが、節気に応じた特色を調べてみたら面白いかもしれませんね

山本； O-157罹患区域でした、食の安全を切に願います。

関； 給食時間も不足してると思いますが、メニューもいかにせん問題があるように思います。

娘の給食でももう少し大ぶりにカットしてくれたらなと思います。早く流し食べ、みたいな感じに見受けられます。

福田； 給食時間が短かすぎる。

竜門； 私自身は給食の経験が少なく、幼稚園の頃に週に一度パンと牛乳の日があったくらいですが、ご飯食とパン食の割合が『ご飯>パン』だったらいいのでは、ということです。どうしてもパンが多い、とよく聞くので。私個人の希望割合は、『ご飯9：パン1』です。

(寺下) 「給食の経験が少なく」というのは？気になりますね。

竜門； 給食に縁がなかった、というのは、すべてお弁当だったのです。

なぜか幼稚園からお弁当で、高校までずっとそうでした。ほとんど母に作ってもらいましたが…。面倒だったと思います。幼稚園では週に一度パンの日があり、その日は牛乳・コーヒ牛乳・いちご牛乳・フルーツ牛乳を早く席について準備をした列から先に選ぶ、というゲーム？もありました。もちろん、いちばん最後になった列の人は牛乳になります。早くできた人から、ではなく席順の1列というチームプレイの練習でしょうか??? 連帯責任でしょうか。小学校は、低学年のみ毎週水曜はパンの日で、希望者だけパンを選ぶことができました。

多分、保護者の負担を1日減らそう、ということだったのだと思います。母は、『家の味を子どもに伝える』という教育方針に惹かれて幼稚園や小学校を選んだ、と言っていました。それとちょっと変わっていたのが、小学生の時には月に一度『つけものデー』というのがあり、おかずをなくしてご飯と漬け物、

(次ページに続く)

クラスや学年を越え、通学の地域に分かれて食べる、という日がありました。カトリックだったせいもあり『おかずの浮いた分を募金して貧しい国の子どもたちに送りましょう』と、1人100円（上限は自由…）をクラスで集めていました。

学校側は募金が目的だったのでしょうが、質素なご飯でしっかり素材の味を感じるには良いことだったのかもしれませんが。

このお弁当生活のせいもあって、大学生になってからは極力学食ではなく自分でお弁当を作るようになり、母の大変さも知りました！

自分のでもそこそこ面倒くさいのに、早朝から妹の分も含めると18年間作り続けてもらったことに感謝です。しかも、作ってもらったお弁当を忘れて行くこともしばしば…そんなことされたら、私だったら怒りそうです(笑) 大学4年生くらいの米不足の頃はタイ米で苦戦しましたが、ジャガイモを主食として何とかお弁当生活を続けました。そういう訳で、給食を食べたことがないんです。なので給食のコッペパンがちょっと羨ましい気持ちでした。

学校歯科医の給食への関わり方 文責：松本 仁

成長期における子どもが“健全な食生活”を身につけることは、心身の健康につながり、将来の食習慣の形成に大きな影響を及ぼすため極めて重要です。その食育を推進するために重要なものが、「歯・口」の健康です。学校における食育の授業に「歯・口」の話を加え、ゲストティーチャー（G. T.）として、関わりを持つことが望まれます。

『小学校』

低学年：“好き嫌いをなく食べる”“野菜を食べよう”“偏食と健康”また、“正しい食べ方として姿勢や箸の使い方”“よく噛んで食べる”等、食育と「歯・口」のことを教えます。

中学年：この時期は乳臼歯の生え変わりがあり、食べるのに時間がかかることがあります。先生や親が食事を急がせると、丸のみや、水で流し込むようになり、悪癖となります。“食べることの喜び”や“よく噛むこと”を教えます。

高学年：体位・体力が向上する時期であり、成長に必要な栄養の摂り方を理解し、栄養のバランスを自分の考えで決め、自主的に選択することができるように指導します。そのためには、「歯・口」の健康が大切であることを教えます。

『中学校』

この時期は“生活のリズム”が壊れやすく、この状態が高校時代へと続きます。すなわち、「寝る」、「起きる」、「学校へ行く」、「部活をする」、「塾へ行く」、「受験勉強をする」、この日常のリズムが忙しすぎるにより、睡眠時間が短かかったり、食事の時間が不規則になります。そのため、寝る前の夜食の問題や朝食を食べない問題が起きます。その上、身体のリズムより、学校や部活や塾のほうが優先されてしまいます。当然、ストレスが溜まり、過食になったり、甘いものを食べすぎたり、タバコや非行といった問題も起こってきます。

食を通して、“生活リズム”の重要性を教え、朝、昼、晩、と規則正しく食事を摂るように指導します。また、将来の体づくりの基礎となる望ましい食生活のあり方を理解し、実践できるように教える必要があります。それから、街中にあふれているファーストフードの店やコンビニについても、その上手な利用法を学習させるべきです。例）“発育期に必要な栄養の摂り方”“調和のとれた食生活”“間食や夜食”の食育の内容に思春期性歯肉炎・唾液の働き・生活習慣の予防・タバコの害等を組み合わせ、学校における食育の授業にG. T.（ゲストティーチャー）として関わりを持つことが望まれます。

『高校生』

高校生は中学生とよく似ていますが、ほぼ成長期が終わり成人の体格になっています。しかし、1日に必要な栄養量を理解し、自分で食事を作り、理想的な食生活をしている高校生はほとんどいないでしょう。でも、高校を卒業すれば、一人住まいをする人は少なくないと思います。また、近い将来、家庭をもち食事を作る人もいるでしょう。そこで、卒業するまでの間に、自分の食生活を正しく評価して、必要な栄養の摂り方を理解し、バランスのとれた食生活を実践できることが必要です。食育の基本は食事を作ることです。食育といえば、子どもというイメージがありますが、高校生にも積極的に関わりをもつことが必要です。

引用：『学校給食の舞台に踏み出す新しい一歩』（一社）日本学校歯科医会

「箕面市の公立学校給食」の紹介

現在、箕面市では単独校調理方式（各学校に給食室が設置され、できたての料理が子供たちの元に届く方式）で、市内20校（小学校12校、小中一貫校2校は親子方式、中学校6校）で給食を実施。

箕面市の給食の献立は、市内20校すべて統一され、栄養士がたてた献立案に基づき、保護者代表、各校教職員代表、調理員代表でつくる「献立作成委員会」で毎月話し合わせ、決定されている。

コンセプトは「ピュアでシンプル」

子供たちの健やかな育ちを願って、安全、安心な材料を使い、食べ物の本来の味がわかる手作りの給食を目指している。また、地産地消、食材は箕面市内で統一購入している。以上、箕面市HPを参考にされたい。

小学校の給食に異物混入、児童3人が体調不良

9月20日、茨城県つくば市の小学校で給食に異物が混入しているのが見つかり、

児童3人が体調不良を訴えました。警察が詳しいいきさつを調べています。

茨城県つくば市の市立小野川小学校の給食で、高学年の1クラスに出されたスープから異臭がするのにも担任と児童数名が気付きました。担任がスープの鍋を確認したところ、白い固形物が入っていて、塩素のような臭いがしたということです。

学校によりますと、この時点でクラスの数名の児童が給食を食べていて、3人が体調不良を訴え、早退したということです。いずれも症状は軽いということです。

警察は、何者かが給食に異物を混入した可能性もあるとみて、詳しい状況を調べています。(04日21:39)

狐と狸はいつから人を化かすようになったか？

寺下邦彦



古代中国に、大変怖い「狐狸（こり）の妖怪」がいました。

この妖怪は、高貴な女性に化けて、国をも滅ぼす力を持っていたようです。

それを見抜いた周の皇帝が法力の助けを借りてこの妖怪を退治したといえます。

その後、1000年は経ったでしょうか、遣隋使が仏教を日本に持ち帰った際、この「狐狸の妖怪」も日本にやってきます。

大変怖い妖怪ですからたまりません。

やはり女性に化けて宮中に入り込み鳥羽上皇を暗殺しようとしたそうですが、ここでも法力の助けを借りて「狐狸の妖怪」を退治したそうです。

いかがでしょうか、ここで気が着かれたと思いますが、仏教を信奉することで、魔物を滅ぼすという図式がわかります。

ウルトラマンと怪獣のように、ヒーローには悪が付き物。そうして広まったのですね。

当時、日本には狐や狸が多くいたようで、農作物を荒らしたり、家の中まで入ってきて食べ物を盗んだといえます。さらに、狐が伝染病を媒介したりと人々を苦しめていたようです。

しかし、日本古来の信仰では、狐は神の使いであったり、田神の化身とされていました。仏教がこの古来の信仰を追いやっていく勢いがあったことが伺われます。

しかし、ヨーロッパの悪魔や吸血鬼伝説のように、さらに恐ろしい妖怪にまでは育たなかったようです。

もともと日本古来の信仰は、自然の中に神が存在すると信じてきましたし、神社は森や山の中にありました。自然とともに生きる信仰が根強く日本人の心の中にありましたから、「狐狸の妖怪」は文字通り分解し、狐と狸に別れて人を化かすようになってしまったのですね。

※ところで、狐狸の妖怪「白面金毛九尾の狐」の画を掲載しようと思ったのですが怖かったので、申し訳ありません。個々、ネットで調べてください。<m()m> 狐狸とは中国ではキツネをさすことばのようです。

府学歯 学術講演会のご案内

『食育の現状—管理栄養士の立場から—』

講師 公益社団法人大阪府栄養士会 会長 藤原政嘉氏

11月5日(土)午後3時～大阪府歯科医師会館大ホール

通信Q&A

Q: 「食料自給率ってなに？」

A: 食べものは、日本国内でつくられているものと、外国から輸入されたものに分けることができます。食べもの全体のうち、どのくらい日本国内でつくっているかを示す割合のことを、食料自給率と言います。

食料自給率には、その食料に含まれるカロリーを用いて計算する「カロリーベース食料自給率」と、価格を用いて計算する「生産額ベース食料自給率」があります。

普段（ふだん）食べている身近な食べものの食料自給率を見てみましょう。わたしたち日本人の主食であるごはんの食料自給率は100%ですが、一方でみそ汁など日本ならではのメニューの食料自給率が、意外に低いことがわかります。

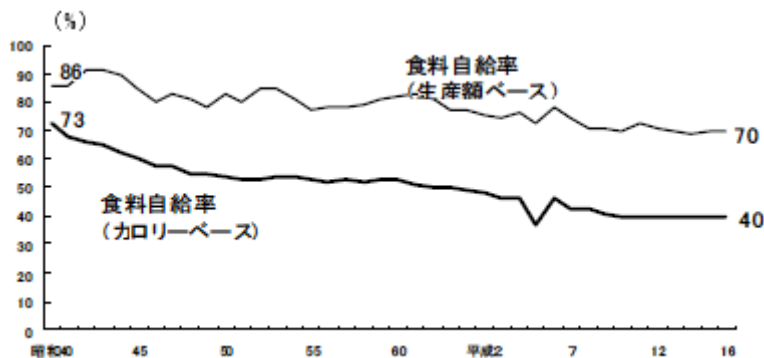
みそや豆腐（とうふ）などの原料となる大豆のほとんどを輸入にたよっているためです。わたしたちがよく口にする大豆の食料自給率はたった7%なのです。

肉類の場合、飼育されているのは国内でも、牛や豚（ぶた）が食べるえさを輸入しているため、食料自給率が低くなってしまいます。

「我が国の食料自給率」について

我が国のカロリーベースの食料自給率は、近年は40%で推移しているものの、長期的には低下傾向が続いている。また、主要先進国の中で最低の水準となっている。

○食料自給率の動向



資料: 農林水産省「食料需給表」

(平成16年度)

○食生活の変化と食料自給率の変化

資料: 農林水産省「食料需給表」

(平成16年度)を基に農林水産省で試算

