



# 豊かな育ちを 支える学校給食



関連するSDGs目標 /



問 (市)教育施設課 給食係

市では、昭和34年から学校給食を開始。「子どもたちにより良い食生活を」と、給食に関わる多くの人の思いとともに、学校給食は進化を続けてきました。

学校給食では、成長期にあたる子どもたちの健康を保ち、よりよく成長できるように、家庭で不足しがちなカルシウムなどの栄養素を補うためのメニューづくりをはじめ、薄味の習慣化、脂肪を多くとりすぎないようにするなど、生活習慣病などの予防にも配慮しています。

今月号では、給食に関わる方々の声を紹介するとともに、原材料費などの高騰による学校給食費改定の内容などについてお知らせします。



▲学校給食のホームページはこちら

栄養教諭の立場から

## 給食からはじまる 食の基礎づくり

学校給食は、児童・生徒に栄養や食事について考えてもらうための教育の一環です。今後の人生の中で、自分たちで食材を選んだり調理をしたりする際に、学校給食は、それが良い食なのかどうかを判断する基準になると考えています。

また、食べ物や栄養について学び、豊かな食生活につなげていく「食育」を進める中で、食材を育てる生産者があることや、食事と環境問題の関係を伝えることも、友達と一緒に食べることに意義や楽しさを分かち合うことも大切です。

たくさんの味・食材に触れてほしい

子どもの好き嫌いは、大人たちの頭を悩ませる問題です。育ち盛りの子どもた

ちは、全ての栄養を必要量とることが求められるため、子どもたちにいるいろいろな味や食材に触れてもらえるよう、日々、おいしい給食づくりに励んでいます。

また、一度嫌いだと思っただ食べ物も大人になると好きになった経験のある方は多いのではないのでしょうか。これは、成長に伴って味覚が変化することだけでなく、同じ食材でも味や香りの感じ方が、日によって異なることが関係しています。そのため、子どもたちには、「いつか好きになれるかもしれないよ」と諦めずに伝えるようにしています。

地元産の食材を大切に

地元産の食材は、日常の暮らしの中で、畑になっているものを見つけたり、作っている人の姿が見えたりと、より身近に感じられる存在です。

食育の観点からも給食の効果が高められる食材であることから、できるだけ取り入れるようにしています。



【令和5年/2023年11月15日の給食】  
(献立)ご飯、牛乳、小松菜まんじゅう、しらすと野菜の炒め物、田舎汁、りんご

### 近年の三木市の給食



【昭和54年/1979年の給食例※1】  
昭和51年に学校給食制度に米飯が正式に導入される



【昭和27年/1952年の給食例※1】  
昭和29年に「学校給食法」が成立。学校給食は第2のスタートをきる



【明治22年/1889年の給食例※1】  
山形県の小学校で貧困児童に昼食が提供されたのが給食のはじまりだった

### 日本の給食の変遷



栄養教諭  
(三木小学校)  
黒木 明信さん

学級担任  
の立場から

小学校の高学年から中学生の時期は、元気な身体づくりに食べ物が必要な影響を与えるため、たくさん食べて、栄養をしっかりとっていくことが大切です。

給食は、子どもたちが知らなかった食材やメニューに触れる機会でもあるため、これからの食生活を送る中でも学びになることが多い機会であると考えています。

## 心の健康も垣間見える 給食の時間



三木小学校 教諭  
稲本 寛之 さん

高学年になると、自分たちが食べられる量を把握できなくなるようになるため、食べる量も自分たちで調節してもらうようにしています。

また、給食中に子どもたちの表情や食事を量を見てみると、気持ちの面での異変に気づけることもあるため、大切な時間だと考えます。

子どもたちにたくさん給食を食べてもらうには、教室の雰囲気も大切です。これからは子どもたちと一緒に楽しい給食時間をつくっていきます。

生産者の  
立場から

## 食がどのようになれるかを 考えてみてほしい



ようしょう会 副会長  
実業管農組合 組合長  
西田 昇一 さん

給食に使われる野菜は、子どもたちに食べてもらうものだから、安全・安心を最優先にし、農薬はできる限り使わないようにしています。

一方で、農薬を減らすと安全な野菜を求めて虫が発生しやすくなります。そのため、畑の見回りの回数を増やしたり、収穫物のチェックを強化するなど、手間をかけて作っています。

また、給食に使われている野菜は収穫してから2〜3日で子どもたちのもとへ届きます。とても新鮮ですよ。

子どもたちには給食を通じて、自分たちが食べているものかのように感じてほしいです。

食材がどのように作られるのか、どのように育ていくのかを知ることが、食に対する興味がどんどん広がると思います。

### 原材料費などの高騰による学校給食費改定について

市では、令和6年4月から学校給食費を下表のとおり改定します。

物価高騰や原油価格の高騰に伴う輸送経費などの値上がりなどの影響により、給食に使用する食材価格が大幅に上昇しています。これまでも、限られた予算の中、工夫を凝らしながら経費削減を進めてきましたが、子どもたちの健康に必要な質・量の維持が難しくなりました。物価が上がり続ける中で負担をお願いすることになりますが、ご理解をお願いします。

今後も、子どもたちの安全安心な給食の提供と食育の推進を一層努めてまいります。

【表】学校給食費の改定額

		現行の給食費	令和6年4月からの給食費	変動額
幼稚園	1食単価	225円	262円	+37円
	月額	600円*	600円*	±0円*
小学校	1食単価	234円	272円	+38円
	月額	3,940円	4,575円	+635円
中学校	1食単価	265円	310円	+45円
	月額	4,100円	4,790円	+690円

※市内幼稚園では、保育料無償化にあわせ、3歳児以上の副食費を無償としているため、主食費(600円)のみ保護者負担  
●市では、学校給食法上、保護者負担とされている光熱水費についても市が負担  
●変動額には食材費上昇分に加え、地産地消推進のため、パンに使用する小麦粉を輸入品から県産品に変更する費用を含む  
●給食費は、小・中学校は8月を除く11カ月。幼稚園は4・8月を除く10カ月分を徴収。3月は給食回数により、精算額を徴収

調理員の  
立場から

## 安全安心・おいしさには 手を惜しまない

給食を提供する上でなにより大切なことは、安全・安心を確保することです。

そのために、まずは自身自身が食中毒の原因となる菌の保菌者とならないよう、衛生習慣には家族ぐるみで気を付けています。

調理場では、食材の検品を細かく行い、野菜などは、異なるシンクで3回以上洗うなど、食べ物の中に異物が入らないようにしています。

子どもたちから「おいし

かった」と言ってもらえたり、空っぽになった容器が返ってくるのが本当に嬉しくて、調理員の皆でガッツポーズを取りながら喜んでいきます。

反対に、頑張ったけど、あまり好まれなかったメニューもあります。そこは、次の改善につなげるためのステップとして受け止め、安全・安心で、子どもたちにおいしいと思ってもらえる給食をこれからも作っていきます。



三木小学校 調理員  
富田 さおり さん (写真の前列左)

6 いただきます！



5 教職員による検食



校長・栄養教諭が検食し安全性を確認

4 調理開始



十分に加熱されているかをチェック

3 肉の検品/下処理



かたまりをほぐし、異物混入がないか確認

2 野菜の下処理



検品をしながらシンクで3回以上洗う

1 食材の納品/検収



朝早くから食材が続々と届く

給食が届くまで

### 三木市学校給食審議会



学校給食の実施に関する重要事項は、学識経験者、保護者代表、学校教職員代表からなる委員により審議しています。