

和食給食・米飯給食

平成28年夏に実施したアンケートに回答のあった

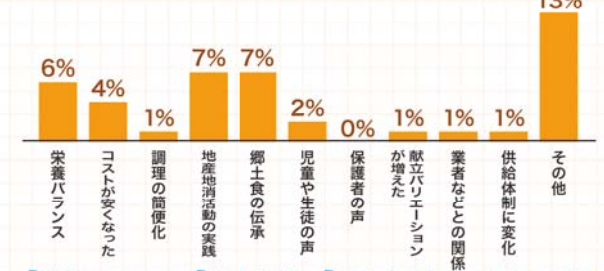
緩やかながら米飯給食は増加傾向 積極的に米飯を取り入れたい学校は約3割!

Q1 米、パン、麺の1週間の提供回数は?



「米」の提供回数は週に3回以上
米飯の提供回数が小学校で3.1回、中学校で3.2回と最も多い。続いてパンが1.1回、中華が0.6回と続く。

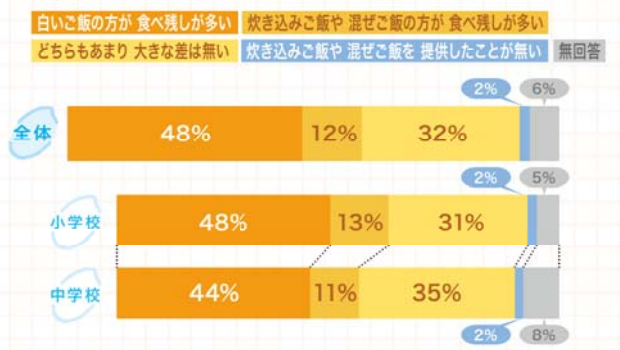
Q3 米飯の提供回数が増えた要因は?(複数回答)



「栄養バランス」、「地産地消」、「郷土食の伝承」が主な要因
地元のお米を提供できるなど積極的な回答のほかに、一部では市町村の方針やパン業者との関係、充分提供しているなどの理由で提供回数を増やせないとの回答もあった。

→ 米飯回数を増やした事例 P.14 太田市立城東中学校

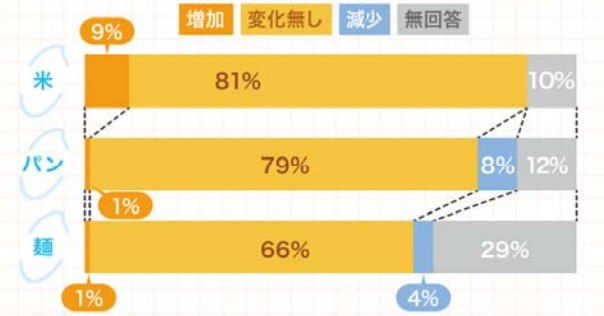
Q5 米飯給食の食べ残し傾向を教えてください。



「白いご飯の食べ残し」がやや多い傾向に
ただ「どちらも大差ない」が約3割もあった。

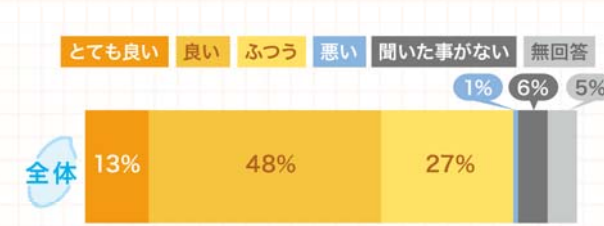
→ 食べ残しをなくす事例 P.13 紀北町立三浦小学校 P.15 南丹市立美山中学校

Q2 米・パン・麺の増減傾向を教えてください。



「米」9%、「パン」1%、「麺」1%の増加
「米」は小学校で特に増えている傾向。パン、麺はやや減少しているのは「米」が増えたため。

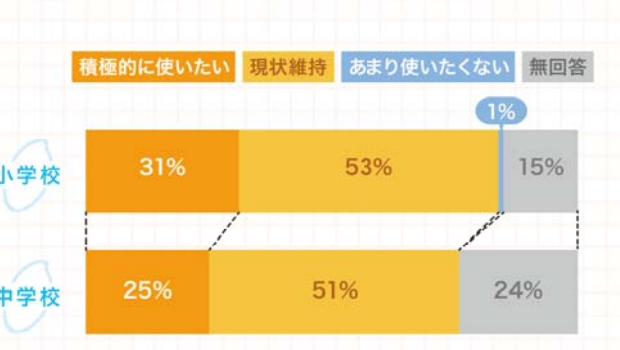
Q4 児童や生徒の米飯給食に対する反応は?



「とても良い」、「良い」が全体の61%
「ふつう」をあわせると全体の88%が米飯給食が受け入れられていると回答。

→ 米飯をもっとおいしくする事例 P.14 妙高市立新井中学校

Q6 今後も米飯を積極的に取り入れたいですか?



小学校のほうがやや前向きな意向
地域別では関東地方38%、沖縄地方39%、中部地方と九州地方の29%が米飯を積極的に使いたいと回答。

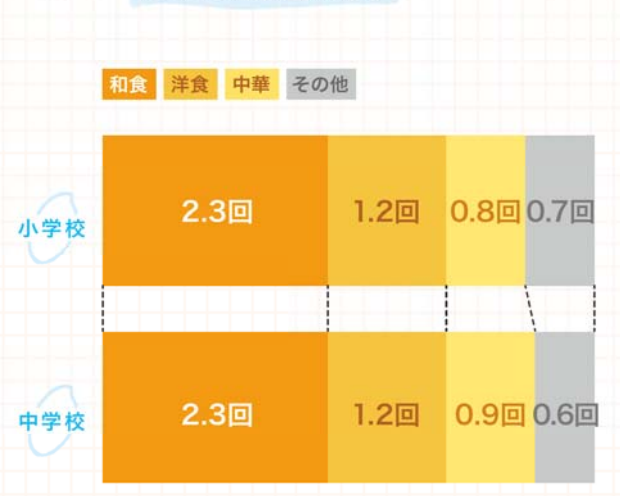
→ 完全米飯給食の事例 P.07 江津市立青陵中学校

米粉給食の調査結果

小学校・中学校の調査結果を発表!

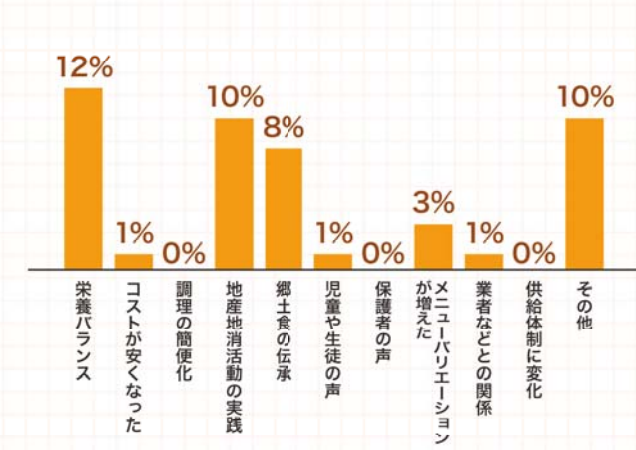
和食の提供回数は2.3回/週で増加傾向 要因は、「栄養バランス」、「地産地消」、「郷土食の伝承」

Q1 和食、洋食、中華メニュー別の1週間の提供回数は?



小中学校とも「和食」は週に2.3回
和食の提供回数が最も多い。続いて洋食が1.2回、中華が0.8~0.9回と続き、小学校、中学校どちらも同様の傾向。

Q3 和食メニューの回数が増えた要因は?(複数回答)

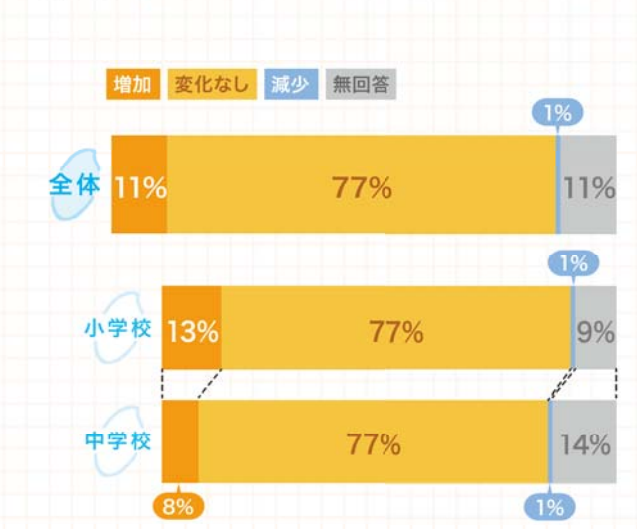


「栄養バランス」、「地産地消」、「郷土食の伝承」が主な要因
栄養バランスがとりやすいのはもちろんのこと、地域に根付いた食材や献立を提供しやすい背景があるのでは。

→ 地産地消の事例 P.09 浦河町立荻伏小学校

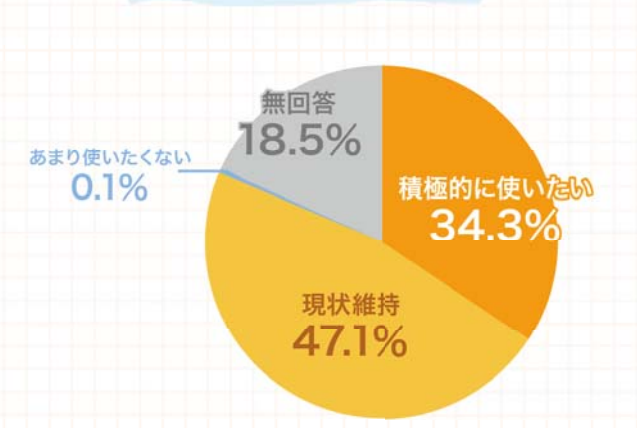
→ 郷土食伝承の事例 P.12 長生村立一松小学校

Q2 和食メニューの増減傾向を教えてください。



小学校13%、中学校では8%が増加
小学校、中学校どちらも和食メニューが増えている。小学校のほうがやや増加傾向が強い。

Q4 今後も和食メニューを積極的に取り入れたいですか?



「積極的に使いたい」が全体の1/3以上
一方で、他の献立との兼ね合いで和食メニューを増やすことができず「現状維持」とする回答が約半数にのぼる。

→ 和食の理解を深める事例 P.10 足立区立梅島小学校

栄養教諭・学校栄養士に 聞きました

児童や生徒にする 和食・米飯のはなし

家庭科の学習で、ご飯と味噌汁を作ることがあり、その際に出汁について掘り下げ、さらに味覚について、日本の食文化の奥深さについて話をします。

「米たん」というお米の人形の教材を使って、もみがらから白米になるまでの話をします。一般的には、お米は栄養バランスの優れた食品であるといわれており、さまざまなおかずと相性が良いこと、飽きないことなどを伝えています。

地域で学校給食向けに低農薬・低化学肥料の「ひとめぼれ」を作付けしています。さらに、七分づき米に精米して提供しているため、鉄分、ビタミンB1、Ca、Mgが多く、ビタミン強化米を使う必要がなくなったことを紹介しています。

米粉 児童や生徒にする 米粉のはなし

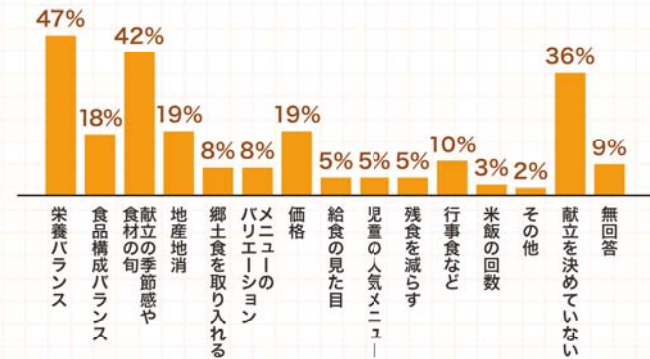
小学3年生の食育の授業「旬の食べ物、地元の食べ物を知ろう」の中で、県の食料自給率やお米の生産量と合わせて米粉の紹介をしています。

昔から使われているお米の粉に上新粉がありますが、最近の米粉は粒が細かく小麦粉のようにパンを作ったり、おだんごを作ったりすることができることなどを話しています。また、そのままシチューに入れるとトロミがつくなど、米粉の特徴も紹介しています。

給食で提供している米粉パンは古米や古々米を加工して作られていることを話します。また、5年前に比べてお米を食べる人が減ってきており、エネルギーとして占める割合も低くなったなど、お米を取り巻く現状も伝えています。

献立は、栄養バランスや季節感を重視 前年のメニューやレシピ集でひと工夫

Q1 献立を決める時に気をつけていることは？

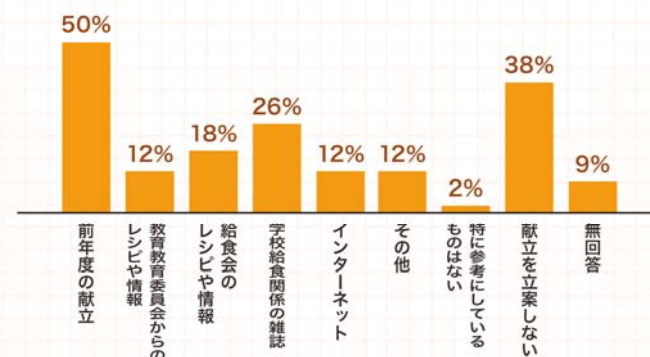


「栄養バランス」、「献立の季節感や食材の旬」

全体としては、「栄養バランス」、「季節感・旬」に票が集まった。特に単独調理場で意識が高い傾向。食育との連携のしやすさが要因では。

→ 食育と運動した給食の事例 P.11 日野市立仲田小学校

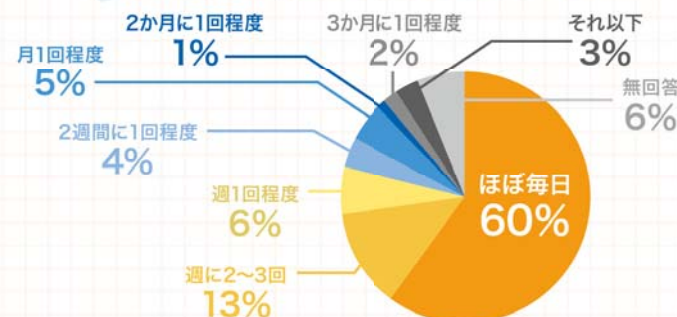
Q2 献立を決める時に参考にしているものは？



半数が「前年度の献立」を参考に

続いて「学校給食関係の雑誌」26%、「インターネットサイト」12%。インターネットではクックパッドの利用が比較的多い。

Q3 栄養教諭や学校栄養士が 児童や生徒と触れ合う機会はどのくらい？

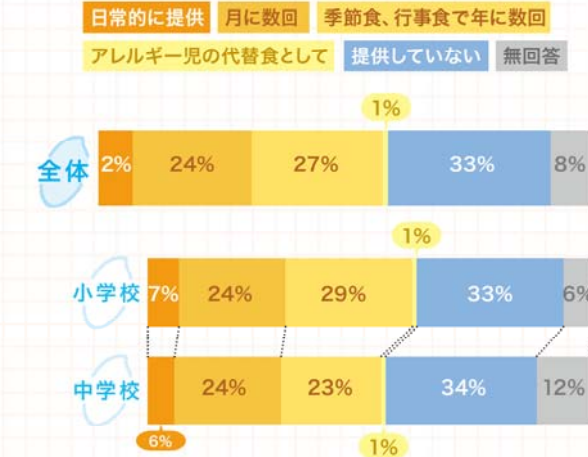


全体の6割が「ほぼ毎日」と回答

傾向としては中学校よりも小学校のほうがやや頻度が高い。児童や生徒とのコミュニケーションがよりよい給食提供につながっているのでは。

米粉パンを提供している学校は半数以上 米粉メニューは3割以上

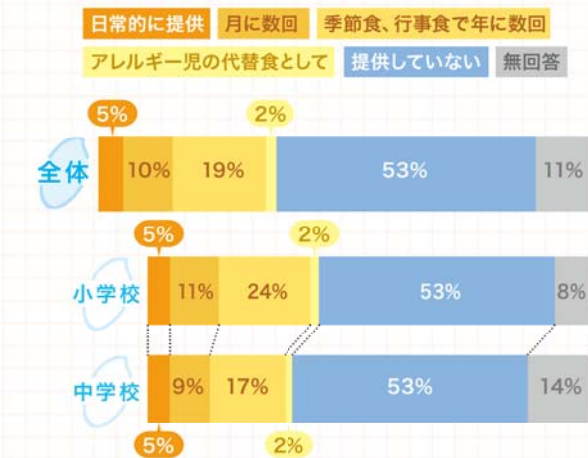
Q1 米粉パンの提供状況は？



頻度の差はあれ半数以上が米粉パンを提供

小学校、中学校で大きな差はない。栄養教諭の配置や設備でも大きな差はみられないが、地域差が大きい傾向に。

Q3 米粉メニューの提供状況は？



3割以上の学校が「提供している」と回答

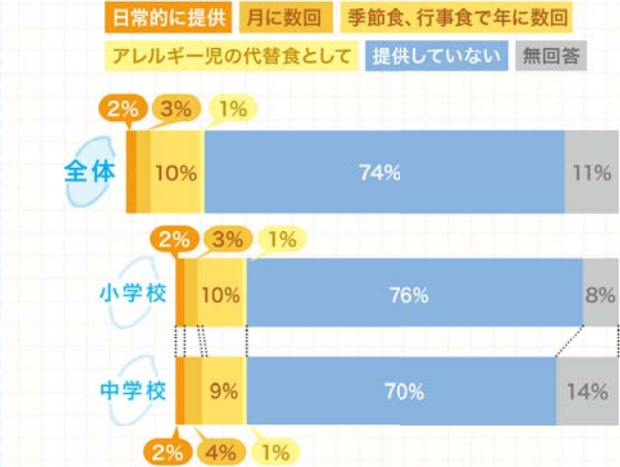
米飯提供の多い地域でよく提供されている。米粉メニューを提供することで米の摂取量アップにもつながる。

→ 米粉メニューの事例 P.12 旭市立中央小学校

Q5 米粉を使ったメニューを教えてください。

ケーキ パン シチュー スープ(トロミづけ) 揚げ衣
白玉 餃子(皮) グラタン タルト クレープ ムース
魚フライ 団子 ドーナツ 蒸しパン 天ぷら ホワイトソース
カレー シチュー から揚げ 竜田揚げ

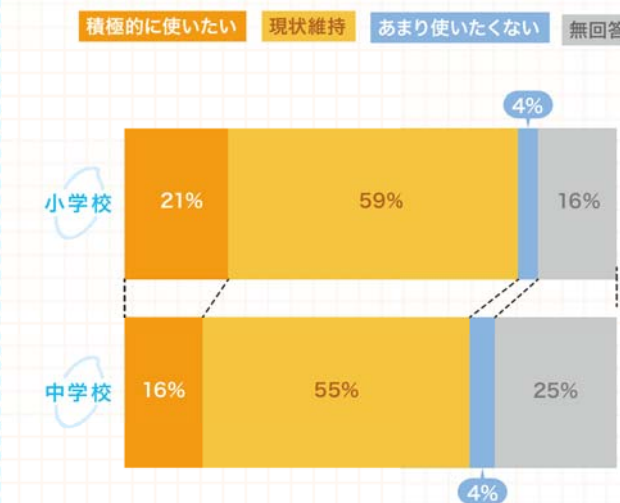
Q2 米粉の提供状況は？



「提供している」はまだ1割強

米粉を提供している学校は少ないが、地域別でみると東北地方、中国地方で比較的多い。

Q4 今後も米粉パンを積極的に取り入れたいですか？



「積極的に使いたい」小学校21%、中学校16%

積極的に取り入れたいという意向があるものの全体としては「現状維持」との回答が多い。

揚げ物の衣づけ、トロミづけ、パンなどの生地、カレーやシチューのルーなどが人気

アレルギー対策だけでなく、米の摂取量アップや稲作体験と絡めた食育の一貫として利用することも。

→ 失敗しない米粉の活用術はP.16へ