

# 「学校給食摂取基準」と 学校給食の充実に向けた考え方について

平成30年12月20日

仙台市教育委員会健康教育課

# 学校給食の意義と目標

## <学校給食とは（学校給食法第1条）>

- 児童生徒の心身の健全な発達に資するもの
- 児童生徒の食に関する正しい理解と適切な判断力を養う上で、重要な役割を果たすもの

## <学校給食の目標（学校給食法第2条）>

- 適切な栄養摂取による健康の保持増進

**栄養摂取**

**「学校給食摂取基準」を踏まえた栄養管理**

- 食事に関する正しい理解、健全な食生活を営む判断力、望ましい食習慣
- 社交性・共同の精神の涵養
- 自然の恩恵への理解、生命・自然の尊重、環境の保全に寄与する態度
- 食生活を支える人々の活動への理解と勤労を重んずる態度
- 我が国や各地域の伝統的な食文化への理解
- 食料の生産・流通・消費への理解

**食育**

# 「学校給食摂取基準」について

厚生労働省  
(健康増進法)

国民の健康保持、生活習慣病予防を図るために1日に摂取することが望ましい栄養量を算出 (5年ごと改定)

日本人の食事摂取基準

1日の1/3の量を基本として算出

文部科学省  
(学校給食法)

・学校給食を実施するために必要な事項について、維持されることが望ましい基準  
・基準に照らして適切な実施に努めるものと規定

学校給食実施基準

○実施の対象 ○実施回数等  
○健康状態への配慮 ○栄養内容

学校給食摂取基準

(文部科学省)

・児童生徒の食事状況を反映  
・体格、活動量、性別、地域性等を平均化して算出

仙台市

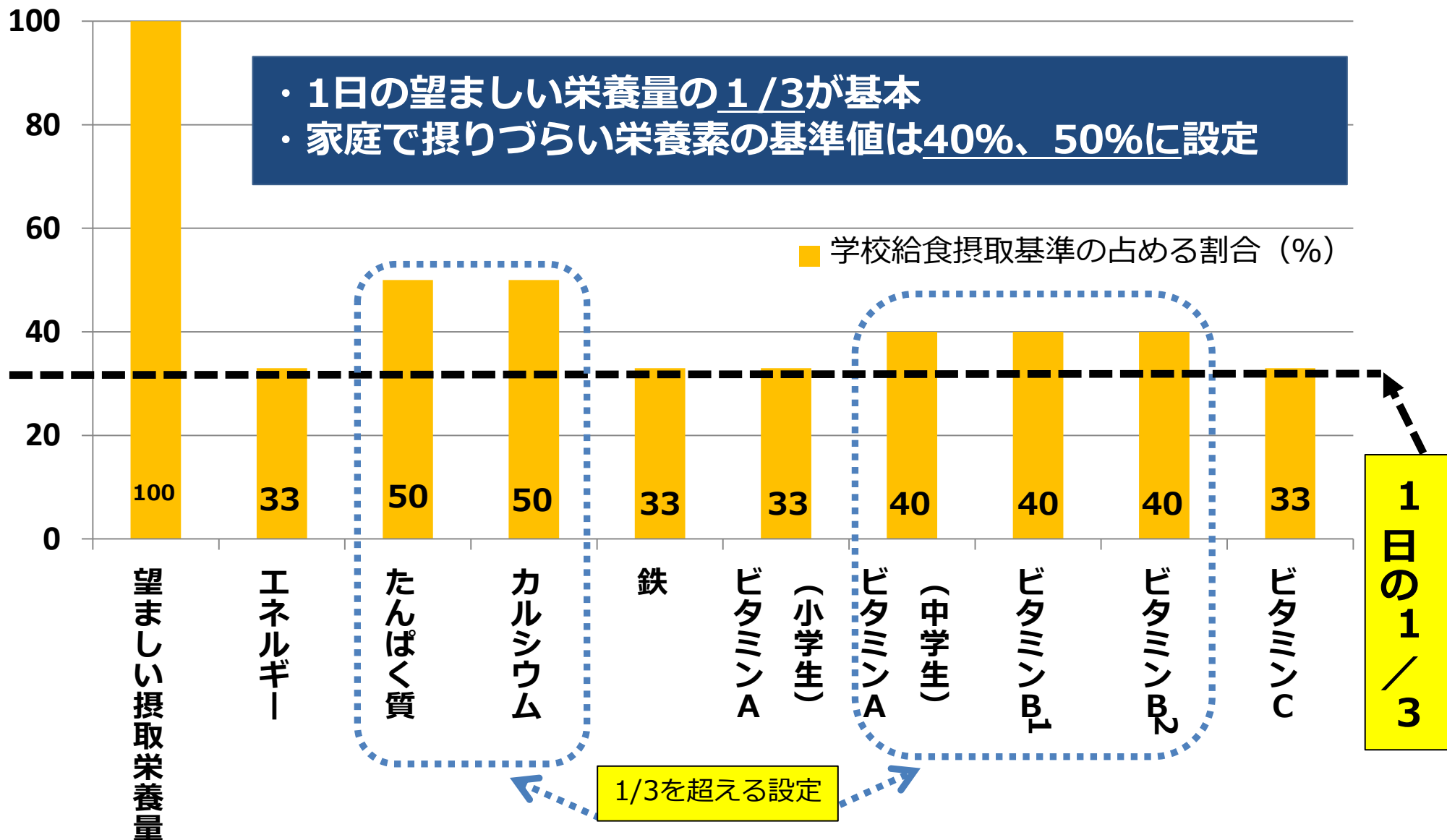
(義務教育諸学校設置者)

・身体測定結果を基にエネルギー、たんぱく質、脂質の基準値を設定  
・他の栄養素は文部科学省と同様

学校給食摂取基準  
(仙台市)

児童生徒個々の健康及び生活活動等の実態、地域の実情に配慮した弾力的運用

# 文部科学省「学校給食摂取基準」の基準値設定



※1日の望ましい摂取栄養量は「日本人の食事摂取基準（2010年版）」より  
※文部科学省「学校給食摂取基準」（平成25年4月1日施行）の基準値を使用

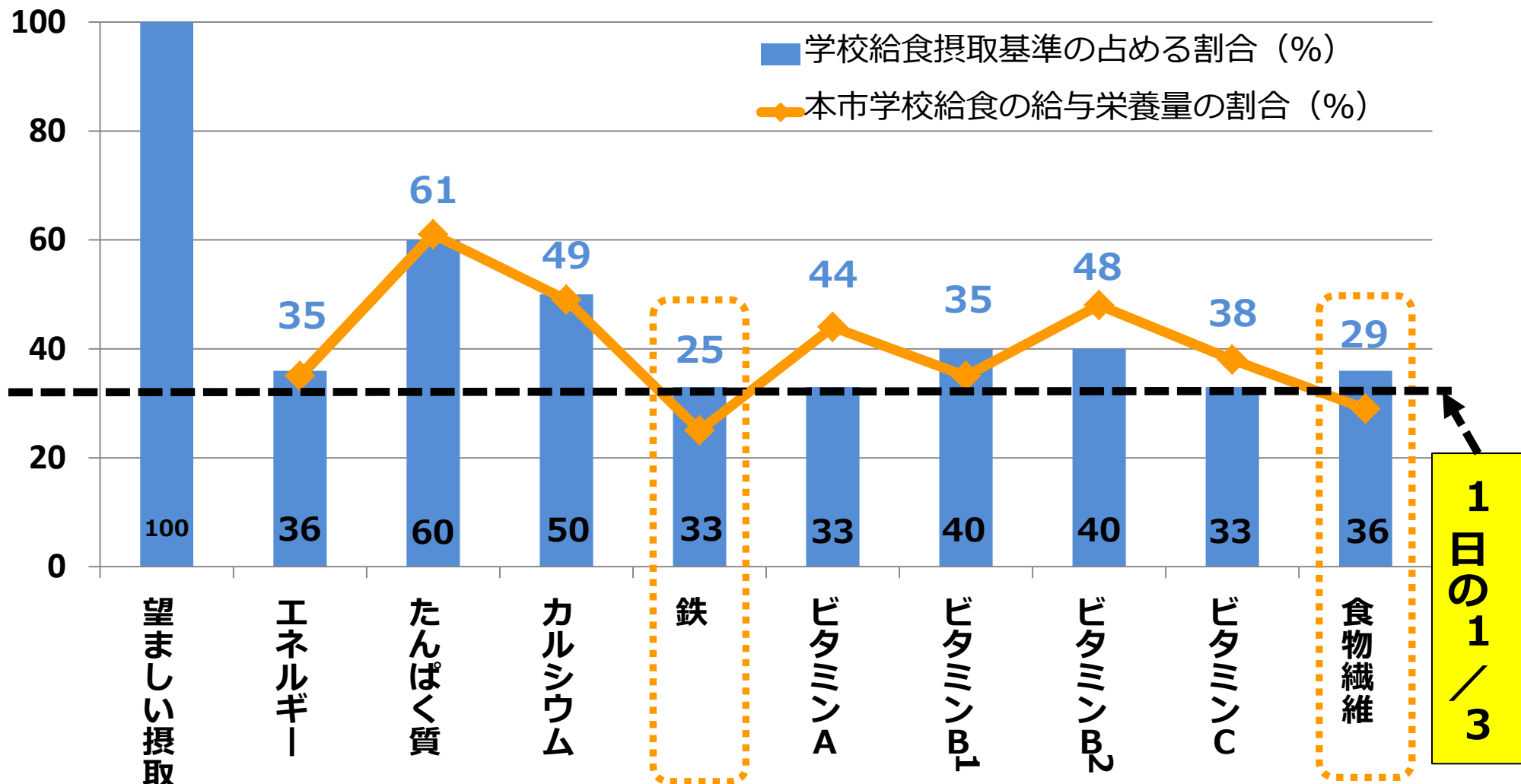
# 本市の学校給食摂取基準と給与栄養量

小学校 (3・4年生)		平成29年度			平成30年度			中学校		平成29年度			平成30年度		
区分	単位	学校給食 摂取基準	給与栄養量 (充足率)		学校給食 摂取基準	給与栄養量 (充足率)		区分	単位	学校給食 摂取基準	給与栄養量 (充足率)		学校給食 摂取基準	給与栄養量 (充足率)	
エネルギー	kcal	646	624	97%	637	615	97%	エネルギー	kcal	818	815	100%	819	806	98%
たんぱく質	g	24.1	24.9	103%	24.0	24.5	102%	たんぱく質	g	30.7	30.8	100%	30.8	30.4	99%
脂質	g	学校給食による摂取エネルギー全体の25～30%													
カルシウム	mg	350	345	99%	350	343	98%	カルシウム	mg	450	377	84%	450	376	84%
鉄	mg	3.0	2.1	70%	3.0	2.1	70%	鉄	mg	4.0	2.9	73%	4.0	2.8	70%
ビタミンA	μgRE	170	227	134%	170	218	128%	ビタミンA	μgRE	300	283	94%	300	283	94%
ビタミンB1	mg	0.40	0.36	90%	0.40	0.35	88%	ビタミンB1	mg	0.50	0.44	88%	0.50	0.43	86%
ビタミンB2	mg	0.40	0.52	130%	0.40	0.50	125%	ビタミンB2	mg	0.60	0.60	100%	0.60	0.58	97%
ビタミンC	mg	20	27	135%	20	25	125%	ビタミンC	mg	35	31	89%	35	30	86%
食物繊維	g	5.0	4.2	84%	5.0	4.0	80%	食物繊維	g	6.5	5.3	82%	6.5	5.1	78%
ナトリウム (食塩相当量)	g	2.5未満	2.7	108%	2.5未満	2.5	100%	ナトリウム (食塩相当量)	g	3.0未満	3.4	113%	3.0未満	3.2	107%

※学校給食摂取基準は、単独調理校及び給食センターごとに算定した値の平均値

※給与栄養量は、6月と11月の単独調理校及び給食センターの平均値（平成30年度は6月のみの平均値）

# 1日の望ましい摂取栄養量を100とした場合の 学校給食摂取基準の占める割合と本市の給与栄養量の割合 (%) (小学校3・4年生)

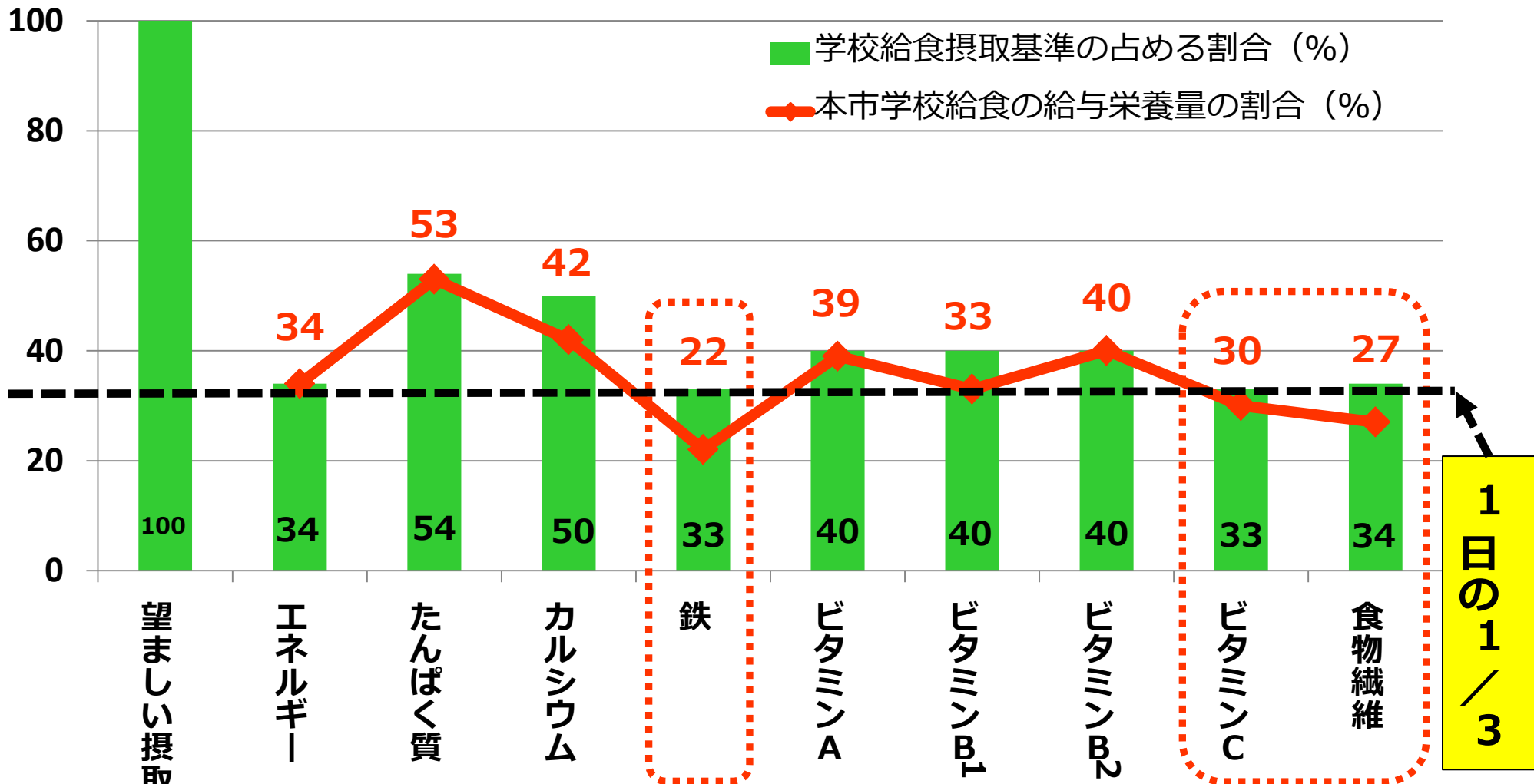


※1日の望ましい摂取栄養量は「日本人の食事摂取基準（2010年版）」の値

※文部科学省「学校給食摂取基準」（平成25年4月1日施行）の基準値（I初等、たんぱく質は本市の基準値）

※給与栄養量の値は平成30年6月における各単独調理校・学校給食センターの平均値

# 1日の望ましい摂取栄養量を100とした場合の 学校給食摂取基準の占める割合と本市の給与栄養量の割合 (%) (中学校)



※1日の望ましい摂取栄養量は「日本人の食事摂取基準（2010年版）」の値  
 ※文部科学省「学校給食摂取基準」（平成25年4月1日施行）の基準値（E初等、たんぱく質は本市の基準値）  
 ※給与栄養量の値は平成30年6月における各単独調理校・学校給食センターの平均値

# 「学校給食摂取基準」に対する考え方

＜「学校給食摂取基準」を全て満たそうと考えた場合の課題＞

全ての栄養素の充足

- 一部の食品の使用に偏った献立  
(摂取しづらい栄養素)
- 栄養強化食品の使用

## 課題

### 多様な献立作成に支障

- 使用する食品、料理の偏り

### 残食の増加

- 児童生徒の嗜好に合わない献立

### 保護者負担の増大

- 高単価の食品使用頻度の上昇

- 摂取基準は全国的な平均値として算出 ⇒ 適用に当たっては、実態に配慮した弾力的な運用
- 個々の児童生徒により大きく異なる実態 ⇒ 画一的な達成を求める趣旨ではない

**適切な栄養管理の目安**



# 学校給食の充実を検討する上での留意点

## 栄養摂取

- ◆各学校・給食センターにおける**摂取基準**を目安とした栄養管理
- ◆健康の増進、健全な成長に資する**バランスの良い**栄養摂取
- ◆**1日の食事の1食**である学校給食の栄養量のあり方

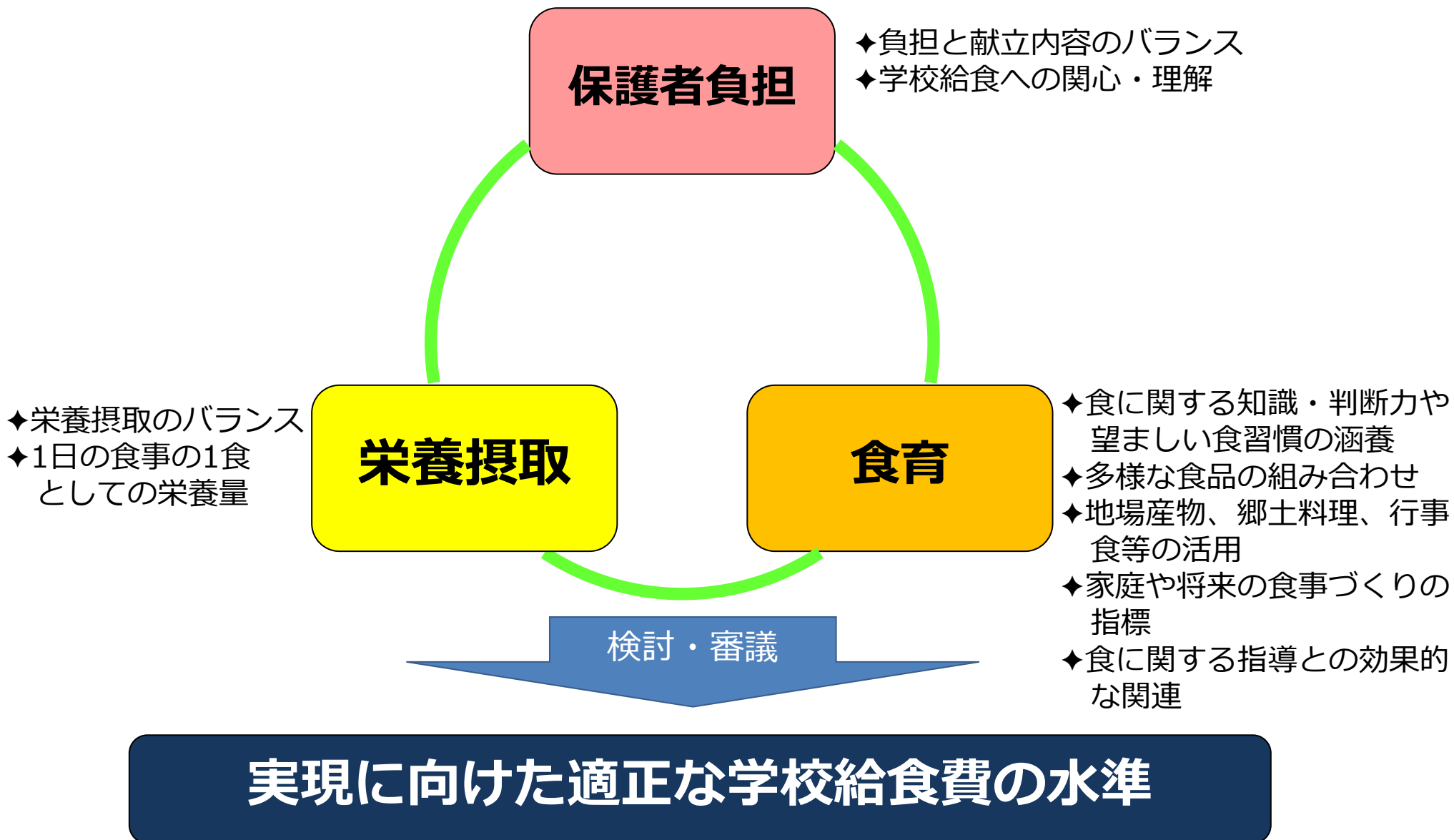
## 食育

- ◆**食に関する知識・判断力**や望ましい食習慣の涵養
- ◆様々な食に触れることができる**多様な食品**の組み合わせ
- ◆食文化や生産への関心・理解を深める**地場産物、郷土料理、行事食等**の活用
- ◆主食、主菜、副菜を基本とした**家庭での日常や将来における食事づくりの指標**となる献立
- ◆教科における**食に関する指導との効果的な**関連

一体的な取組

学校給食の充実

# 学校給食費の水準を検討する際の視点



# ＜参考＞ 「学校給食摂取基準」改定について

## ＜国の動向＞

- 平成26年3月 厚生労働省「日本人の摂取基準」が2015年版に改定
- 平成30年8月 文部科学省「学校給食摂取基準」改定



## ＜本市の対応＞

- 平成30年10月～ 文部科学省の摂取基準の改定内容を踏まえるほか、本市の児童生徒の発育状況等の本市基準への反映及び算出方法等について検討
- 平成31年4月（予定） 検討結果を本市基準に反映、適用開始

### ＜参考＞

前回の文部科学省「学校給食摂取基準」の改定の際（平成25年4月）には、改定内容を踏まえた本市の摂取基準を平成26年4月から適用している。（平成26～平成30年度は、この際の基準を用いている）

# ＜参考＞ 「学校給食摂取基準」の改定内容

## ＜文部科学省「学校給食摂取基準」（平成25年4月1日施行）＞

児童又は生徒一人一回当たりの学校給食摂取基準

区 分	基 準			値
	児童（6歳～7歳）の 場合	児童（8歳～9歳）の 場合	児童（10歳～11歳）の 場合	生徒（12歳～14歳）の 場合
エネルギー（kcal）	530	640	750	820
たんぱく質（g）	20	24	28	30
範 囲 ※1	16～26	18～32	22～38	25～40
脂 質（%）	学校給食による摂取エネルギー全体の25%～30%			
ナトリウム（食塩相当量）（g）	2未満	2.5未満	2.5未満	3未満
カルシウム（mg）	300	350	400	450
鉄（mg）	2	3	4	4
ビタミンA（μgRE）	150	170	200	300
ビタミンB <sub>1</sub> （mg）	0.3	0.4	0.5	0.5
ビタミンB <sub>2</sub> （mg）	0.4	0.4	0.5	0.6
ビタミンC（mg）	20	20	25	35
食物繊維（g）	4	5	6	6.5

- (注) 1 表に掲げるもののほか、次に掲げるものについてもそれぞれ示した摂取について配慮すること。  
 マグネシウム・・・児童（6歳～7歳）70mg、児童（8歳～9歳）80mg、児童（10歳～11歳）110mg、  
 生徒（12歳～14歳）140mg  
 亜 鉛・・・児童（6歳～7歳）2mg、児童（8歳～9歳）2mg、児童（10歳～11歳）3mg、  
 生徒（12歳～14歳）3mg

2 この摂取基準は、全国的な平均値を示したものであるから、適用に当たっては、個々の健康及び生活活動等の実態並びに地域の実情等に十分配慮し、弾力的に運用すること。

※1 範 囲・・・示した値の内に納めることが望ましい範囲

# ＜参考＞ 「学校給食摂取基準」の改定内容

## ＜文部科学省「学校給食摂取基準」（平成30年8月1日施行）＞

…前回基準との変更点

児童又は生徒一人一回当たりの学校給食摂取基準

区 分	基 準 値			
	児童（6歳～7歳）の 場合	児童（8歳～9歳）の 場合	児童（10歳～11歳）の 場合	生徒（12歳～14歳）の 場合
エネルギー（kcal）	530	650	780	830
たんぱく質（%）	学校給食による摂取エネルギー全体の13%～20%			
脂 質（%）	学校給食による摂取エネルギー全体の20%～30%			
ナトリウム（食塩相当量）（g）	2未満	2未満	2.5未満	2.5未満
カルシウム（mg）	290	350	360	450
マグネシウム（mg）	40	50	70	120
鉄（mg）	2.5	3	4	4
ビタミンA（ $\mu$ g RAE）	170	200	240	300
ビタミンB <sub>1</sub> （mg）	0.3	0.4	0.5	0.5
ビタミンB <sub>2</sub> （mg）	0.4	0.4	0.5	0.6
ビタミンC（mg）	20	20	25	30
食物繊維（g）	4以上	5以上	5以上	6.5以上

- (注) 1 表に掲げるもののほか、次に掲げるものについても示した摂取について配慮すること。  
 亜鉛……児童（6歳～7歳） 2mg、児童（8歳～9歳） 2mg、  
 児童（10歳～11歳） 2mg、生徒（12歳～14歳） 3mg
- 2 この摂取基準は、全国的な平均値を示したものであるから、適用に当たっては、個々の健康及び生活活動等の実態並びに地域の実情等に十分配慮し、弾力的に運用すること。
- 3 献立の作成に当たっては、多様な食品を適切に組み合わせるよう配慮すること。