



高瀬中だより

郡山市立高瀬中学校
2021年9月14日(火)
《第20号》文責:校長 草野 仁

給食フードロス(残菜)&食育 SDGs 高瀬小中コミュニティ・スクール



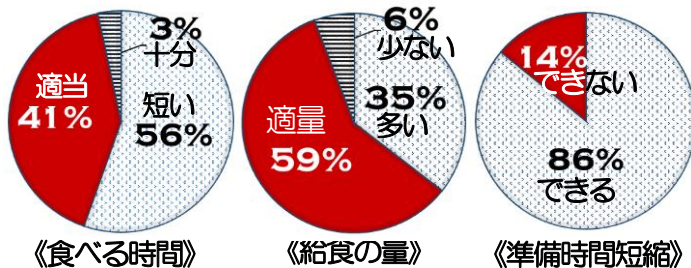
本校は毎回、給食の残菜が相当量発生しています。そこで、食育とフードロス(環境問題)の観点から、残菜解消の取組を推進しています。〔「保健だより9月」9.3参照〕

ただ残菜を減らすためだけの取組というのではなく、人生百年時代を健康に生きるための土台となる体作りや持続可能な発展を目指すSDGsの取組を実践的に学ぶ機会として捉え、養護教諭を中心に教職員、生徒会保健委員会など学校全体で取り組んでいます。以下、取組みの概要をお知らせします。

(1) 給食に関する本校の課題

- ① 残菜が多い。特に、副菜の残食率が高い。※給食センター調べ(「保健だより9月」参照)
- ② 残菜が多いことから、成長期に必要な栄養、カロリーを十分に摂取できていない。(SDGs: 3)
- ③ フードロス(残菜)が環境に負荷をかける一因となっている。(SDGs: 1・2・12・14・15)

(2) 考えられる主な原因



- ① 給食を実際に食べる時間が短い。
※ アンケート(上掲左): 全校生の5割以上の生徒が食べる時間が短いと回答している。
※ 小学校の給食の時間50分(準備の時間+食べる時間15分以上)、中学校30分(食べる時間実質10分未満)
- ② 給食の量が多い。
※ アンケート(上掲中): 全校生の3割以上の生徒が給食の量が多いと回答している。
- ③ 給食の準備に時間がかかる。特に、4校時目が体育館や理科室など他教室での授業であった場合
※ 但し、アンケート(上掲右)で86%の生徒が準備時間を短縮できると回答している。
- ④ 健康な体作りの土台となる食の大切さに関する理解が十分でない。

(3) 給食に関する課題改善のための取組

- ① 食べる時間の十分な確保(15分確保)
食べる時間が少ないと回答した生徒が5割以上いることから、2学期から給食時間を5分延長し(30分→35分)、実際に食べる時間を正味15分確保できるようにしました。
- ② 体格に応じたエネルギー必要量算出・供給量調整
給食センターと連携し、全校生の体格に応じたエネルギー必要量を算出しました。その結果、1学年は必要量730Kcal(※中央値)のところ、給食センターから780Kcal供給されていたことがわかり、2学期から汁物を中心に供給量を必要量に調整しています。
- ③ 食育の推進(成長期の食事・食事と健康等)
成長期に必要な栄養やカロリーを1日の1/3を占める給食でしっかりと摂取することの大切さや一生の健康を支える体作りに必要不可欠な食事の大切さについて学ぶ機会を設けます。
ア 養護教諭による食育 ※ 昼の放送(3回)
イ 生徒会保健委員会による呼びかけ(随時)
ウ 給食センター栄養教諭による食に関する講義
・ 10月4日(月): 1・2学年
・ 10月5日(火): 3学年
エ 学級・学年による食育 ※ 給食時等

④ 配膳方法の改善

86%の生徒が準備時間の短縮ができると回答していることから、配膳方法の改善により実際の食事の時間を十分に確保します。また、必要量を食べるための配膳方法も工夫します。



- ア 現在の配膳方法
・ 一旦、全員に配膳し、食べる前に、「食べきれないと思う分だけ」食缶に戻す。
・ 食缶に戻された分をお代わりができる生徒が食べる。※この方法の課題は、戻された分がそのまま残菜となる場合があります。
- イ 改善策(※今週試行)
・ 配膳された分量は、体格に応じたカロリーを摂取するために必要な分量であることから、食前に食缶に戻さず、できるだけ完食に努める。
※ 配膳時に体格に応じて配膳量は調整する。
・ 体調などにより食べきれなかった分を食後に食缶に戻す。

- ⑤ 高瀬小中コミュニティ・スクールの活動としてSDGsの観点から取り組みます。

(4) 目指す姿(目標)

- ① 成長期の体作りと生涯の健康の土台となる食の大切さを理解することができる。
- ② 食の大切さを理解した上で、給食を残さずに食べようと努めることができる。
- ③ SDGs(Goal 1・2・12・14・15)の観点から、身近な給食を通してフードロス(残菜)問題を考え、その解消に向けて実践することができる。

