

# 中学校給食における牛乳の提供について

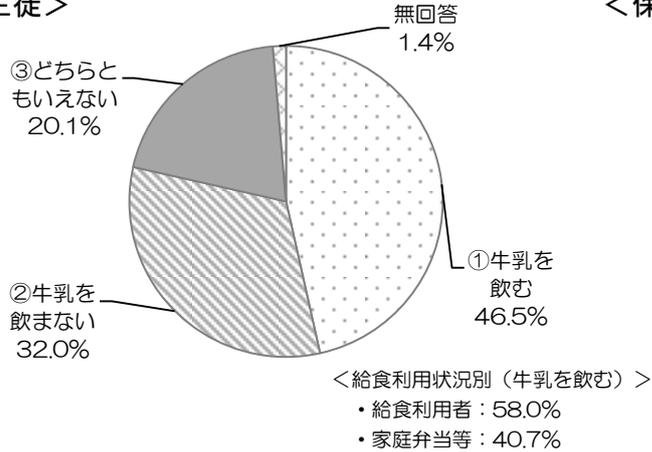
## (1) 中学校給食に関するアンケート結果

### 【生徒〔問12〕・保護者〔問3(3)〕】

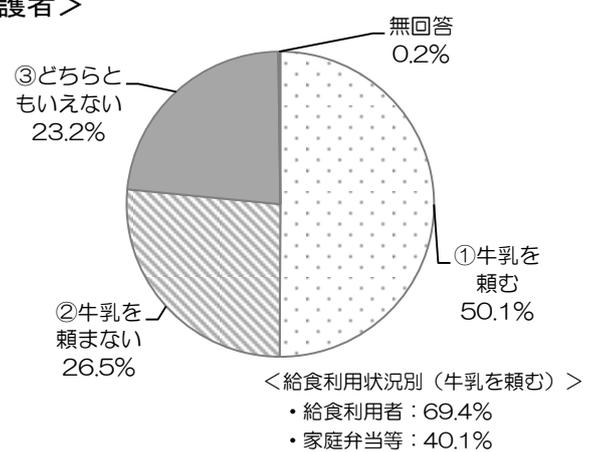
問：給食で牛乳の有無を選択できるとすれば、どうしますか。

給食を利用していない場合でも、昼食時に牛乳を注文できるなら、どうしますか。

#### <生徒>



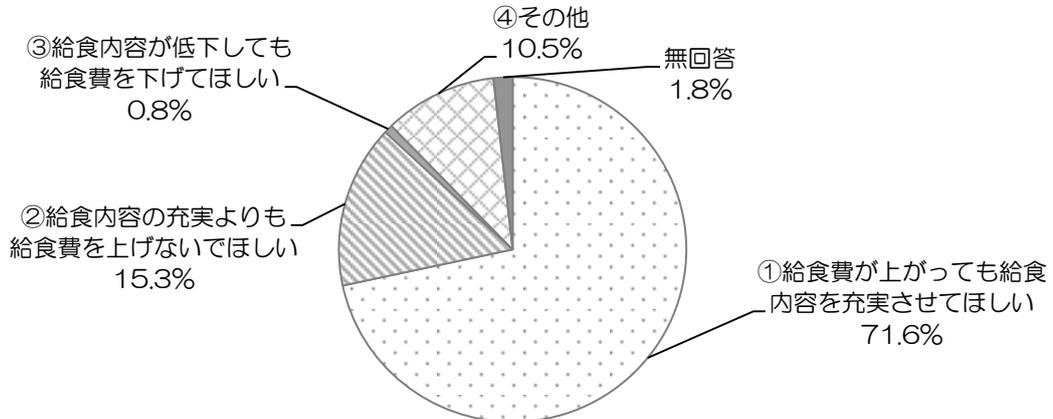
#### <保護者>



### 【保護者〔問2(2)〕】

問：今後、さらに給食内容を充実させるためには相応の経費が必要になります。

このことについてどう思いますか。



#### <自由意見（牛乳・給食費に関するもの）>

- ・ご飯に牛乳は合わない。
- ・牛乳を飲まないで返却する子もおり、フードロスの問題として改善が必要だと思う。
- ・子どもが牛乳をどうしても嫌がり、給食を利用することができない。牛乳の有無を選択できるようになれば給食を利用したい。
- ・牛乳だけ単品で頼めるようにしてほしい。
- ・家庭弁当でも牛乳を頼めるようにしてほしい。
- ・牛乳分の費用を食材に回したらよいと思う。
- ・牛乳を選択制にして、牛乳以外を300円以内で提供してほしい。
- ・牛乳の有無を選択できるようにすると、牛乳なしの場合、給食費が抑えられるので助かる家庭もあると思う。
- ・給食費が高くなっても良いので、子どもたちが喜んで食べられる献立にしてほしい。

## (2) 今後の対応について

### ①家庭弁当を持参している生徒への対応

- ・アンケート結果では、家庭弁当を持参する生徒・保護者の約4割が牛乳を注文したいという希望があった。
- ・また、毎日の食事で不足しがちであり、かつ成長期にある中学生にとって特に摂取が必要なカルシウムを多く含む牛乳の飲用は、適切な栄養量の摂取という観点からも望ましい。

### ②給食を利用している生徒への対応について

- ・本市の中学校給食は主食、副食、牛乳をセットとした完全給食として、文部科学省の定める学校給食摂取基準に基づき、中学生の成長に必要な栄養量に十分配慮したうえで提供していることから、本来は牛乳も含めての喫食が望ましい。
- ・一方で、中学生では体格や運動量だけではなく、嗜好も個人差が大きく、また、食育の観点からも「食」に関する知識とともに、「食」を選択する力を養うことも重要である。
- ・アンケートでの意見や個人の嗜好の問題、さらには多量の飲み残しが発生している実態などを踏まえて、給食における牛乳の提供について選択できるようにするのか検討が必要である。

<参考：牛乳選択制の他都市事例> ※令和元年7月12日に視察（中学校給食の魅力化検討のため）

#### ○神奈川県 藤沢市

- ・開始時期：平成26年11月～中学校給食実施
- ・実施方式：デリバリーランチボックス方式
- ・喫食率：約30%（平成30年度末）

#### ※牛乳選択制について

- 中学校給食開始前、ミルク給食を希望制で実施していたため、給食実施後も継続して実施しているもの

# カルシウムの食事摂取推奨量・学校給食摂取基準について

## ○「食事摂取基準」における推奨量

(単位:mg/日)

年齢	男性	女性
1～2歳	450	400
3～5歳	600	550
6～7歳	600	550
8～9歳	650	750
10～11歳	700	750
<b>12～14歳</b>	<b>1,000</b>	<b>800</b>
15～17歳	800	650
18～29歳	800	650
30～49歳	650	650
50～69歳	700	650
70歳以上	700	650

※出典:厚生労働省  
「日本人の食事摂取基準(2015年版)」

## ○「学校給食摂取基準」における基準値

(単位:mg/回)

基準値	児童・生徒の年齢
290	児童(6～7歳)の場合
350	児童(8～9歳)の場合
360	児童(10～11歳)の場合
<b>450</b>	<b>生徒(12～14歳)の場合</b>

(「食事摂取基準」の推奨量の50%を基準値とする)

※出典:文部科学省  
「学校給食摂取基準(2018年8月)」

## ○給食で提供している牛乳



共進牧場  
(西区以外)

雪印メグミルク  
(西区)



(共進牧場)

(雪印メグミルク)

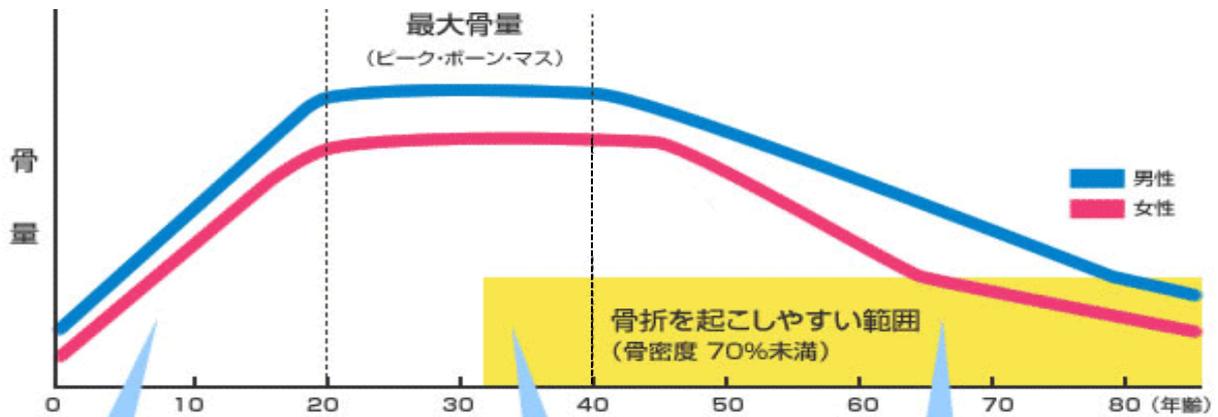
1パック(200ml)当たり、  
カルシウム:227mg

## ○【参考】カルシウムが多くとれる食品

食品群	食品名	摂取量	カルシウム含有量
牛乳・乳製品	<b>牛乳</b>	<b>コップ1杯(200g)</b>	<b>220mg</b>
	ヨーグルト	1パック(100g)	120mg
	プロセスチーズ	1切れ(20g)	126mg
野菜類	小松菜	1/4束(70g)	119mg
	菜の花	1/4束(50g)	80mg
	水菜	1/4束(50g)	105mg
	切り干し大根	煮物1食分(15g)	81mg
海藻	ひじき	煮物1食分(10g)	140mg
小魚	さくらえび(煮干し)	大さじ1杯(5g)	100mg
	ししゃも	3尾(45g)	149mg
豆腐	木綿豆腐	約1/2丁(150g)	180mg
	納豆	1パック(50g)	45mg
	厚揚げ	1/2枚(100g)	240mg

※出典:農林水産省ホームページ([http://www.maff.go.jp/j/syokuiku/minna\\_navi/topics/topics1\\_05.html](http://www.maff.go.jp/j/syokuiku/minna_navi/topics/topics1_05.html))

## <参考データ>



**3~20歳**

女性は10代半ば、男性は10代後半まで著しい骨の成長があります。その後ゆるやかに骨量は増加します。

骨をつくる  $>$  骨を壊す

**21~40歳**

成長期を過ぎると、40歳前後まで最大骨量をほぼ維持します。

骨をつくる  $=$  骨を壊す

**40代以降**

40代以降は、加齢とともに骨量が減少していきます。

骨をつくる  $<$  骨を壊す

## カルシウムが足りないと・・・

