

横浜市学校保健審議会資料（給食）

- 1 横浜市学校保健審議会委員名簿 . . . P1
- 2 横浜市として望ましい小学校給食のあり方について . . . P2
- 3 【参考】諮問 . . . P3

1 横浜市学校保健審議会委員名簿

任期：平成 29 年 1 月 15 日から平成 31 年 1 月 14 日まで

※ 大久保委員は平成 29 年 6 月 23 日から平成 31 年 1 月 14 日まで

河野委員は平成 29 年 7 月 7 日から平成 31 年 1 月 14 日まで

氏名	職名
いとう しゅういち 伊藤 秀一	横浜市立大学医学部教授
うながみ りょうた 海上 良太	横浜市 P T A 連絡協議会会長
おおき あきこ 大木 昭子	横浜市薬剤師会常務理事 学校薬剤師部会部会長
おおくぼ たつお 大久保 辰雄 (新)	横浜市医師会常任理事 学校医部会副部会長
かわの しんじろう 河野 伸二郎 (新)	横浜市歯科医師会副会長
しぶや ひろこ 渋谷 裕子	共立女子大学家政学部非常勤講師
すずき しほこ 鈴木 志保子	神奈川県立保健福祉大学保健福祉学部栄養学科教授
やまおか よしたく 山岡 義卓	神奈川大学経営学部国際経営学科准教授 特定非営利活動法人アクションサポート横浜理事
わだ きくえ 和田 喜久枝	横浜市食育フォーラム委員 よこはま一万人子育てフォーラム会員

2 横浜市として望ましい小学校給食のあり方について

(1) 本市の取組み

諮問における4点の指標について、本市では次のように取り組んでいます。

ア 学校給食摂取基準や食品構成の充足について

文部科学省の示す学校給食摂取基準に近づけるよう努めます。また、食品構成については、いろいろな食品を組み合わせるよう工夫しています。

⇒資料1及び資料2

イ 家庭における日常の食生活の指標となる給食の献立について

主食、主菜、副菜を食事の基本形とし、おかずは3品（主菜・副菜・副菜または、主菜・副菜・果物など）をそろえるように努めています。

⇒資料1及び資料2

ウ 日本型食生活や和食の伝承について

米飯給食を週3回から週3.5回に回数を増やしており、日本で昔から食べられてきた魚や肉、野菜、海藻、豆類等の多様なおかずを組み合わせます。また、和食を伝承するために日本の行事食や伝統食を取り入れ、季節感が感じられるように旬の食材を取り入れています。

⇒資料3

エ 横浜の食文化への知識を深める献立について

横浜の食文化への理解を深めることで、子どもたちが横浜に関心を寄せ、感謝の心と社会性を育むため、横浜発祥の食材や国際理解につながる献立、地場産物（農畜産物、漁業海産物等）を取り入れています。

⇒資料3

(2) 本市の抱える課題

本市の小学校給食においては、(1)の4つの指標についてどのようなレベルで維持していくべきか、一定の目安がない状況です。

例えば、資料1の図1では、栄養価の充足率について、献立A、B、Cとばらつきがありますが、どの程度までなら許容できると言えるのか、線引きができていない状況です。特に鉄や食物繊維等、あまりとれない栄養素をどのように維持していくかが課題となっています。

また、「横浜らしい」給食とは、どのような給食なのか。横浜産という食材が少ないなかで、現在本市が献立作成において取り組んでいるような考え方でよいのか、客観的なご意見をいただきたいと考えています。

3 【参考】 諮問

横浜市学校保健審議会条例第2条第1項第1号に基づき、次に掲げる事項について、理由を添えて諮問します。

「横浜市として望ましい小学校給食のあり方について」

- 1 学校給食摂取基準や食品構成の充足について
- 2 家庭における日常の食生活の指標となる給食の献立について
- 3 日本型食生活や和食の伝承について
- 4 横浜の食文化への知識を深める献立について

(理由)

平成28年3月に国が策定した「第3次食育推進基本計画」では、若い世代の食生活の内容改善や充実の必要性、日本の食文化に関する意識の希薄化が課題になっていると記載されています。

横浜市においても、「第2期横浜市食育推進計画」の中で挙げている「食育に関心をもっている市民の割合」は、21年度の73.7%から26年度の64.2%へと減少しています。また、「健康的な食生活を実践するため参考にしているものがある市民の割合」が全体の平均29.8%に対して17.6%となっている若い世代に向け、栄養バランスのとれた食事についての理解を深めることが課題となっています。

こうした現状を踏まえ、子どもたちが健全な食生活を実践することができる市民となるには、家庭とも連携しながら、学校における食育の中心的役割である給食を通し、食品の選び方や適切な食事の形、調理の方法等についての基礎的な知識を学ぶことが必要と考えます。また、横浜の食文化への知識を深めることで地域の特色を理解し、横浜市に関心を寄せ、感謝の心と社会性を育てることも重要です。

このため、本市として望ましい小学校給食のあり方をどのように定義するのか、上記の4点について、御意見を伺います。

1 望ましい献立を検討するための献立例（ごはん献立）

献立A	
献立名	麦ごはん 牛乳 ちくわの磯辺揚げ きんぴら みそ汁 ごま塩

献立B	
献立名	麦ごはん 牛乳 ちくわの天ぷら 豚汁 こんぶのつくだ煮

献立C	
献立名	麦ごはん 牛乳 ちくわの天ぷら みそ汁

献立のねらい 旬の食品（新ごぼう）について知る

献立のねらい 旬の食品（新ごぼう）について知る

献立のねらい 旬の食品（新ごぼう）について知る



献立の特徴
 ◆ちくわの磯辺揚げ（主菜）
 卵アレルギー児童への配慮のため、卵白を使用しないちくわをひとり1/2本使用しました。国産の青のりが香りづけに入っています。
 ◆きんぴら（副菜）
 旬の新ごぼうとにんじん、つきこんにゃくのきんぴらです。新ごぼうの香りが残るようにさつと炒め、歯ごたえを残して作ります。
 ◆みそ汁（副菜）
 豆腐やじゃがいもなどの実が入ったみそ汁です。削り節を1.5g使用しだしを取りました。

献立の特徴
 ◆ちくわの天ぷら（主菜）
 ちくわをひとり1/3本使用しました。
 ◆こんぶのつくだ煮（副菜）
 藻類摂取のために、こんぶのつくだ煮を取り入れました。
 ◆豚汁（副菜）
 豆腐や豚肉、じゃがいも、ごぼう、つきこんにゃくなどの実が入った豚汁です。豚肉からうまみが出るので、だしを取る削り節は1gにしました。

献立の特徴
 ◆ちくわの天ぷら（主菜）
 献立Bと同様です。
 ◆みそ汁（副菜）
 豆腐やじゃがいも、ごぼうなどの実が入ったみそ汁です。

献立名	主材料	使用量 (g)
ちくわの磯辺揚げ	ちくわ	1/2本
	青のり	0.3
きんぴら	ごぼう	20
	にんじん	10
	つきこんにゃく	15
	みそ汁	
みそ汁	豆腐	20
	じゃがいも	15
	だいこん	10
	こまつな	9
	ねぎ	5
	にんじん	5
	みそ	8
	削り節	1.5
ごま塩	ごま	2

献立名	主材料	使用量 (g)
ちくわの天ぷら	ちくわ	1/3本
	豚汁	
豚汁	豆腐	20
	豚肉	10
	じゃがいも	15
	だいこん	10
	こまつな	9
	ごぼう	8
	ねぎ	5
	にんじん	5
	つきこんにゃく	10
	みそ	9
削り節	1	
こんぶのつくだ煮	糸こんぶ	2
	しょうが	0.2
	ごま	2

献立名	主材料	使用量 (g)
ちくわの天ぷら	ちくわ	1/3本
	みそ汁	
みそ汁	豆腐	25
	じゃがいも	20
	だいこん	15
	こまつな	9
	ごぼう	8
	ねぎ	5
	にんじん	5
	みそ	9
削り節	1	

エネルギー	640 kcal
たん白質	22.3g
脂質	17.6g

鉄	2.7mg
食物繊維	4.3g

エネルギー	617 kcal
たん白質	22.1g
脂質	17.0g

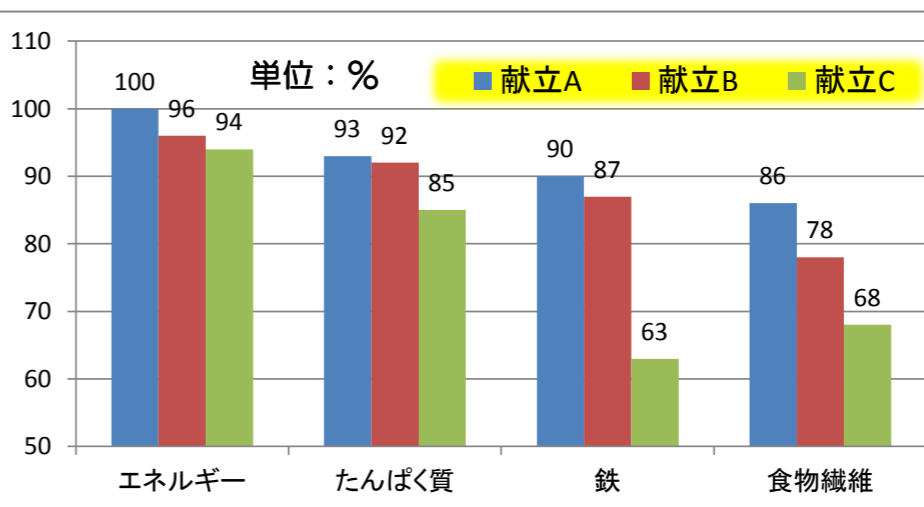
鉄	2.6mg
食物繊維	3.9g

エネルギー	599 kcal
たん白質	20.3g
脂質	15.7g

鉄	1.9mg
食物繊維	3.4g

【図表1】 学校給食摂取基準に対する献立A・B・Cの栄養価の充足率（単位：％）

現在、基準献立の提供栄養量は月ごとに算出し、各月の摂取基準に対する充足率は90%以上を維持しています。
 今回は個々の献立A・B・Cの栄養価を比べてみました。鉄や食物繊維といった家庭でも摂取しにくい栄養素は、エネルギーやたんぱく質と比べ、充足率が下がっています。鉄や食物繊維は充足することが難しいので、日々の摂取を心がける必要があります。



【図表2】 魚が主菜の献立回数と魚の種類（年間）

横浜市では食育の観点から「旬の魚」を取り入れたいと考えていますが、魚の価格の変動で取り入れることが難しい状況です。
 そこで、魚肉練り製品を利用したり、比較的安価な魚を取り入れたりして「魚が主菜」の献立を減らさないような工夫をしていますが、使用している魚の種類は減少しています。

	H26年度	H27年度	H28年度	H29年度
年間献立の回数	55回	46回	42回	53回
魚の種類	37種類	30種類	21種類	18種類

【図表3】 おかず3品献立の実施率（％）

主食・主菜・副菜をそろえて食べることで、栄養のバランスがよくなります。学校給食の献立は、日常の指標となるようにおかずは3品（主菜・副菜・副菜または、主菜・副菜・果物）をできる限りそろえるようにしています。

3実品献立の実施率	H26年度	H27年度	H28年度	H29年度
	72.6%	63.2%	60.5%	63.2%

2 望ましい献立を検討するための献立例（パン献立）

献立D	
献立名	ツイストロールパン 牛乳 マカロニのクリーム煮 アスパラガスのソテー メロン1/8個

献立のねらい 旬の食品（アスパラガス、メロン）について知る



献立の特徴

- ◆マカロニのクリーム煮（主菜）
バターと小麦粉でルーを作り、鶏肉と魚介類摂取のためにむきえびを入れました。
- ◆アスパラガスのソテー（副菜）
アスパラガスとキャベツ、にんじんは「開港菜」です。旬のアスパラガスと神奈川県産のキャベツを使用しています。アスパラガスそのものの味を知らせるために、味つけは塩とこしょうでつけました。
- ◆メロン（果物）
大きさは1/8です。5月から6月にかけて旬の果物のメロンを取り入れました。

献立名	主材料	使用量 (g)
マカロニのクリーム煮	マカロニ	25
	鶏肉	15
	むきえび	10
	たまねぎ	45
	にんじん	10
	ほうれんそう	5
	バター	2
アスパラガスのソテー	アスパラガス	15
	キャベツ	10
	にんじん	8
メロン	メロン	1/8

エネルギー	634 kcal
たん白質	26.0 g
脂質	20.1 g

鉄	1.8 mg
食物繊維	4.2 g

献立E	
献立名	ツイストロールパン 牛乳 マカロニのクリーム煮 アスパラガスのソテー メロン1/16個

献立のねらい 旬の食品（アスパラガス、メロン）について知る



献立の特徴

- ◆マカロニのクリーム煮（主菜）
マーガリンと小麦粉でルーを作り、鶏肉を20g使用しました。
- ◆アスパラガスのソテー（副菜）
献立Dと同様です。
- ◆メロン（果物）
大きさを1/8から1/16にしました。

献立名	主材料	使用量 (g)
マカロニのクリーム煮	マカロニ	25
	鶏肉	20
	たまねぎ	45
	にんじん	10
	こまつな	5
	マーガリン	2
	アスパラガスのソテー	アスパラガス
	キャベツ	10
	にんじん	8
メロン	メロン	1/16

エネルギー	625 kcal
たん白質	25.5 g
脂質	20.4 g

鉄	1.8 mg
食物繊維	4.2 g

献立F	
献立名	丸パン 牛乳 マカロニのクリーム煮 野菜ソテー

献立のねらい 旬の食品（アスパラガス）について知る



献立の特徴

- ◆マカロニのクリーム煮（主菜）
鶏肉を25g使用しました。旬のアスパラガスをクリーム煮の青みに入れました。
- ◆野菜のソテー（副菜）
もやしとキャベツ、にんじんのソテーです。旬の神奈川県産のキャベツを使用しています。

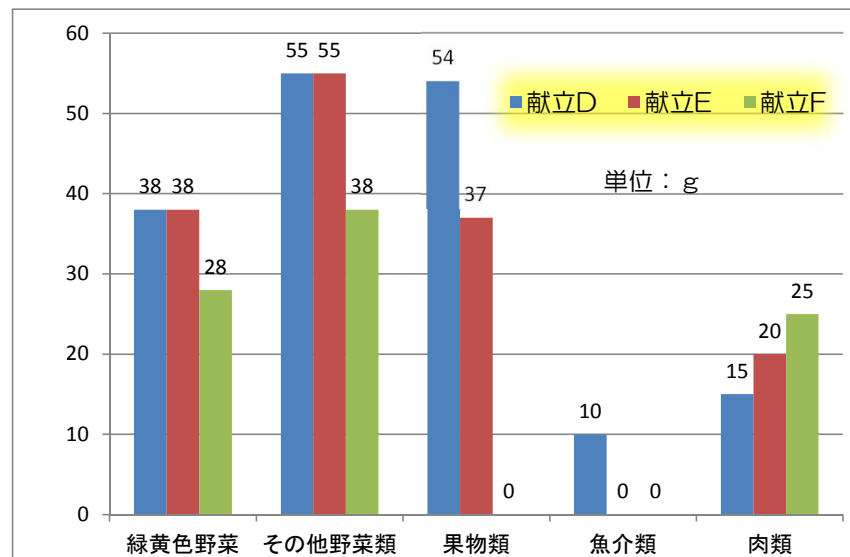
献立名	主材料	使用量 (g)
マカロニのクリーム煮	マカロニ	25
	鶏肉	25
	たまねぎ	45
	にんじん	10
	アスパラガス	10
	マーガリン	2
野菜ソテー	もやし	25
	キャベツ	15
	にんじん	8

エネルギー	614 kcal
たん白質	26.5 g
脂質	18.5 g

鉄	1.8 mg
食物繊維	4.4 g

【図表4】 食品構成からみた献立D・E・Fの使用食品量（単位：g）

献立作成に当たっては、基準値や栄養比率に配慮しつつ、国が示す食品構成の標準量に近づけるように、各月の学校給食食品構成表を作成し、学校給食の献立が「生きた教材」になるよう、幅広く食品を使用しています。



【図表5】 年度別食品構成(単位：g)

食品構成の標準量と比べて、豆類、野菜類、藻類などはほぼ90%以上満たしているものの、果物類やきのこ類のように30%台以下の食品があります。また、魚介類が63%に対して、肉類は140%摂取しています。献立作成の際は、魚介類や果物類、きのこ類の使用量を増やし、肉類の使用量を減らすことが課題です。

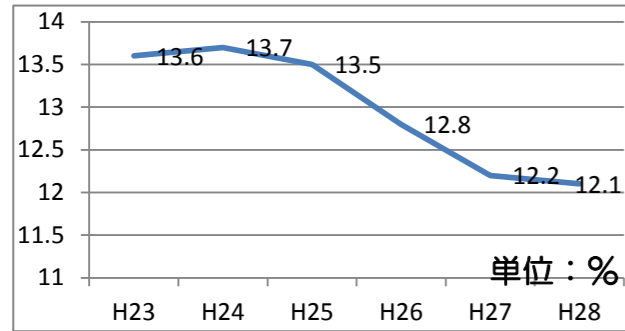
使用食品の分類	食品構成の標準量(g)	H26年度使用量	H27年度使用量	H28年度使用量	H29年度使用量(単位: g)と充足率
豆類	6	6	6	6	6 100%
豆製品	20	16	16	15	16 80%
緑黄色野菜類	23	22	23	23	23 100%
その他野菜類	70	63	63	64	64 91%
果物類	32	10	7	10	7 22%
きのこ類	4	1.9	1.2	1.3	1.5 38%
藻類	2	3.4	1.8	2.2	2 100%
魚介類	16	12	10	10	10 63%
小魚類	3	1.7	2.3	2.3	2.3 77%
肉類	15	22	22	22	21 140%
卵類	6	5	4	5	4 67%
1食の提供量	530.5	491.77	485.33	490.77	489.77

3 望ましい献立を検討するための各種資料

農林水産省及び厚生労働省策定の第3次食育推進基本計画には、学校給食における地場産物を使用する割合を30%以上、国産の食材を使用する割合を80%以上にすることを示されました。

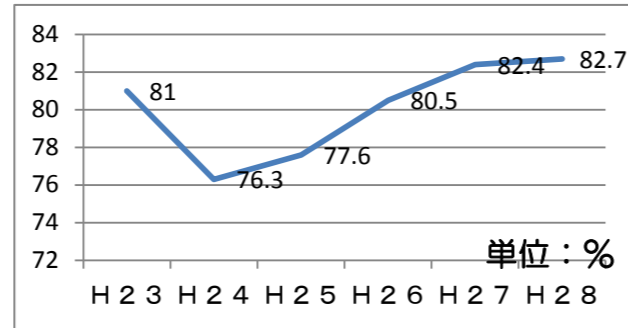
【図表6】学校給食食材の地場産率（単位：%）

横浜市の地場産物に関心を寄せることは、子どもたちの感謝の心と社会性を育てることに繋がります。横浜市では、JA横浜や地元の農家などと協力して、地場産物の使用割合を高めるために一斉供給を行っています。しかし、一斉供給ができる品目が限られていることや配送手段がないことが課題になっています。



【図表7】学校給食食材の国産率（単位：%）

国産率を上げることは、食料自給率を上げることに繋がります。横浜市でも国産と外国産の価格差、使用量の確保、さらには天候による作柄概況など課題はありますが、国産率80%以上を維持できるようにしています。



【図8】基準献立年間計画の行事食（実施例）

**7月の行事食
七夕を知らせる献立**

ごはん、牛乳、五目ずしの具、すましそうめん、えだまめ

旬の食材
さやいんげん、こまつな、えだまめ

**12月の行事食
冬至を知らせる献立**

ごはん、牛乳、たらちり(ゆずしょうゆ)、かぼちゃのそぼろあんかけ、焼きのり

旬の食材
たら、ゆず、はくさい、ねぎ

**2月の行事食
節分を知らせる献立**

ごはん、牛乳、煮魚(いわし)、五目豆、みそ汁

旬の食材
ねぎ、こまつな

【図表9】基準献立の横浜らしい献立（実施例）

横浜発祥の牛鍋(すき焼き)を知らせる献立

ごはん、すき焼き風煮、みそ汁、牛乳

地産地消月間の取組として、市内産野菜(だいこん)をはま菜ちゃん料理コンクール受賞作品の献立の食材として一斉供給

ごはん、ひじきのふりかけ、はま菜ちゃんこんにやくだいこん、みそ汁、牛乳

横浜産の米(さとじまん)を使用したオリンピック開催国ブラジルの料理(カンジャ・デ・ガリーニャ、米入りスープ)

ロールパン、ウインナーソーセージ、ポイルドキャベツ、カンジャ・デ・ガリーニャ、牛乳

【図表10】平成29年度基準献立年間計画

月	4月	5月	6月	7月
行事	入学式・進級式	端午の節句 八十八夜	開港記念日 歯と口の衛生週間	七夕
献立のねらい	・入学・進級を祝う献立 ・春を感じられる献立 ・1年生に親しみやすい献立	・こどもの日を祝う献立 ・アイスクリームの日 ・さつき汁の名前の由来	・横浜にゆかりの深い献立（5月末から） ・食育月間（まごわやさしい） ・かみごたえのある献立	・七夕の献立 ・夏野菜を使った献立
旬の食材	さわら・春キャベツ・たけのこ・みつば・こまつな・晩柑	あじ・かつお・あさり・新わかめ・さやえんどう・キャベツ・アスパラガス・こまつな・メロン	いか・いわし・きびなご・オクラ・新ごぼう・さやいんげん・ピーマン・じゃがいも・こまつな・パセリ・メロン	あじ・きゅうり・ズッキーニ・トマト・とうもろこし・えだまめ・すいか・なす・かぼちゃ・こまつな
国際理解の献立	・麻婆豆腐の名前の由来を知る ・韓国料理の食べ方について知る	・横浜の開港と横浜の中華街の関わりについて知る ・横浜にゆかりが深い中国料理の回鍋肉について知る ・横浜港と友好港である上海料理について知る	・中国料理（チンジャオロースー）の名前の由来について知る ・ラタトゥイユはフランスの家庭料理であることを知る	

月	9月	10月	11月	12月
行事	敬老の日	十五夜	十三夜 勤労感謝の日	冬至
献立のねらい	・主食の大切さを知る献立 ・長寿料理（沖縄）を知る献立	・秋の味覚を味わう献立 ・体をつくるもとになる食品を知る献立 ・緑黄色野菜を使用した献立 ・十五夜にちなんだ献立	・秋の味覚を味わう献立 ・地産地消月間（一斉供給）	・冬至にちなんだ献立 ・体が温まる献立 ・かぜを予防する献立
旬の食材	さんま・かつお・さば・なす・こまつな・かんぴょう（ユウガオ）・なし・ぶどう	さば・さんま・鮭・ほうれん草・栗・さつまいも・さといも・しめじ・えのきだけ・エリンギ・まいたけ・りんご・みかん	鮭・いわし・さば・ししゃも・さつまいも・ごぼう・しめじ・えのきだけ・エリンギ・まいたけ・キャベツ・はくさい・かぶ・だいこん・ほうれん草・ブロッコリー・さといも・にんじん・こまつな・柿・みかん・りんご	いわし・たら・にんじん・だいこん・ごぼう・さといも・こまつな・はくさい・ブロッコリー・ほうれん草・長ねぎ・かぶ・みかん・りんご・ゆず
国際理解の献立			・麻婆豆腐が四川料理であることを知る	ロシアの料理（ボルシチ）について知る

月	1月	2月	3月
行事	正月・（七草） 学校給食週間	節分	ひな祭り 卒業式
献立のねらい	・日本の伝統食（正月料理）について知る献立 ・学校給食の歩みについて知る献立 ・横浜発祥の牛なべ（すき焼き）を知らせる献立	・大豆を使った献立・バランスのよい食事の手本（給食） ・冬に美味しい食べものを知る献立 ・寒い国や寒い地方の料理を知る献立	・卒業を祝う献立 ・ひな祭りを祝う献立 ・主食・主菜・副菜がそろった献立 ・思い出に残る献立
旬の食材	さば・ぶり・わかさぎ・たら・だいこん・ごぼう・はくさい・こまつな・かぶ・春菊・にんじん・ブロッコリー・ほうれん草・ゆず・みかん・りんご・はっさく	メヒカリ・かぶ・こまつな・長ねぎ・はくさい・ほうれん草・だいこん・ぼんかん・いよかん	さわら・なばな・ブロッコリー・キャベツ・長ねぎ・かぶ・こまつな・ほうれん草・はっさく・いよかん・でこぼん
国際理解の献立	・横浜と関わりの深い中国の料理（点心）について知る ・横浜と関わりの深い中国の料理（麻婆豆腐）について知る	・ワンタンスープの作り方について知る	

【図表11】実施したい献立

献立名	横浜に関連のある献立	伝えていきたい伝統食の献立
	市内産物を活用した献立 サンマーめん ナポリタン ハッシュドビーフ ポテトリコネース	かぼちゃのいとこ煮 煮豆（とら豆） 炒りどり・七草がゆ 八十八夜にちなんだ献立（茶） 重陽の節句にちなんだ献立（菊花あえ）