学校給食の改善を目的とする献立評価に関する研究

長崎大学大学院生産科学研究科
秋永　優子

近年，わが国では，社会環境の変化，食の欧米化や家庭外依存，海外依存などが進み，栄養の偏りや肥満，生活習慣病の増加をはじめとした心身の健康に関わる様々な問題が起きている。これらを背景として，平成 17 年に食育基本法が制定され，食育はあらゆる世代に必要であり，とりわけ子どもに対しては，生涯にわたって健全な心と身体を培い豊かな人間性をはぐくんでいく基礎となるものであると位置づけられた。平成 18 年に策定された食育推進基本計画にも，冒頭に「今や我が国の食をめぐる現状は危機的な状況を迎えていると言っても過言ではない。例えば，脂質の過剰摂取や野菜の摂取不足，朝食の欠食に代表されるような栄養の偏りや食習慣の乱れが子どもも含めて見受けられる。これらに起因して，肥満や生活習慣病の増加が見られ」と記されている。

問題のみられる食生活の多くは，家庭での食のあり方の乱れが直接的な原因であると考えられている。一方，子どもたちが毎日食べている学校給食では，栄養所要量の基準が定められ，学校栄養士による徹底した栄養計算による献立管理が行われている。しかし，栄養過多や組み合せ方などの問題も指摘されてきた。年間 200 日もの昼食を教育として提供し，現在の健康状態に対してだけではなく，将来にわたっての嗜好および食習慣形成に大きな影響力を持つ学校給食の内容について，改めて見つめ直すことが求められる。

本論文は，すべての子どもたちが，現在および生涯の健康につながる食生活を実現していくための学校給食の実施を目的として，献立の評価に取り組み，改善をめざした。

まず，１章では，子どもの健康状態については，肥満傾向児の出現率は減少傾向が認められるものの，依然として１クラス当たり２～３名に相当する割合の子どもに肥満傾向がみられ，中等度以上の肥満度の子どもも少なくないこと，さらに，血液検査からみた生活習慣病やその予備群の子どもの割合はそれほど減少していない可能性もあることが明らかになった。肥満や生活習慣病の原因の一つとして懸念されている脂質摂取量について調べ，食事摂取基準と照らし合わせると，年齢や性別による多少の差はあるものの，また最近改善の傾向は見られるものの，かなりの割合の子どもが摂取基準の上限を超えて脂質を過剰に摂取する食生活となっていることが確認された。

２章では，学校給食に含まれる脂質量の全国平均は，国民健康･栄養調査の結果と近似したものであり，減少の傾向が認められたが，日本人の食事摂取基準公表後の 2006 年１月に，福岡県内の種々の給食実施態勢の学校 10 校で実施された個々の給食内容を調べたところ，

学校による差が大きく，脂質過多傾向のみられる学校もあることが明らかになった。10 校の全給食献立について，脂質量が特に増加する要因を分析したところ，「揚げ物含有」「和食以外」「その他主食(主食が米飯以外)」「魚，豆，豆製品以外主菜」の各献立群において，有意に脂肪エネルギー比率が高く，いずれも基準値の上限を上回っていた。二次加工品については，どのような食品を使用するかによって，１回の献立中の脂質量が大きく異なった。

３章では，各研究者の見解を検討した結果，学校給食献立評価の必要性が認められた。そこで，実際に実施されている学校給食の評価についての基礎的考え方を得るため，学校給食の質の総合評価に取り組み，評価の実施・フィードバック・改善の仕組み作りに対する大きな方向性が得られたことを確認した。この評価の手法と，同様に著者らが開発し実用されている地場産自給率調査の手法を応用して，学校給食献立改善のための献立評価の仕組みづくりに取組んだ。まず，２章で明らかにした脂質の増加要因をもとにしつつ献立評価の項目の柱と，15 個の評価項目を選定した。食育基本法ならびに食育推進基本計画を詳細に検討したところ，選定した評価項目は，食育基本法の趣旨に合致するものとなっていると判断された。この 15 の項目の配点と採点の基準について検討し，１日ごとに献立をチェックする一ヶ月単位の学校給食献立評価票を作成した。

４章では，作成した学校給食献立評価票を用い，５つの学校の給食献立について評価を試みた結果，各学校の給食献立の状況が客観的に把握でき，妥当な結果の得られる評価票となっていると判断され，また，評価結果から，これからの献立改善に取組むための具体的な方策を得ることのできる評価票となっていることを示した。

５章では，脂肪エネルギー比率の最も高かった M 小学校の給食献立について，学校給食献立評価票を用いて評価し，改善に取組んだところ，合計評点は，月によって多少の変動がみられたものの，年度ごとの平均値は６ー８点ずつ増加し，１％の危険率で年度間に有意な差が認められた。

以上，本論文では，子どもの健康に大きく影響を及ぼす食生活において重要な役割を果たしている学校給食について，献立評価票を提案し，用いることによって献立改善が有効であることを確認した。