



たのしい学校給食

学校給食は、これからの日本を担う子どもたちの豊かな心と丈夫な体をつくる大切な教育活動の一環です。

学校給食の目標

(学校給食法第2条)

適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図る。

日常生活における食事について、正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、望ましい食習慣を養う。

学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養う。

食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境保全に寄与する態度を養う。

食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養う。

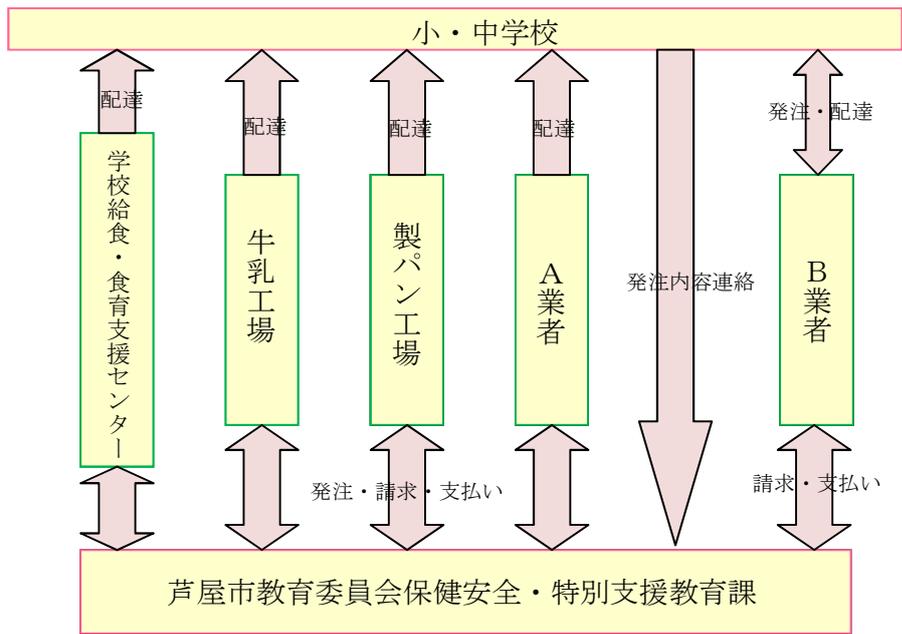
我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深める。

食料の生産・流通及び消費について、正しい理解に導く。



1 学校給食物資の流れ

概要図



2 実施状況

(令和5年5月1日現在)

	給食形態	校数	児童生徒数	栄養士	調理員
小学校	完全給食	8	4, 416	8	48
中学校	完全給食	3	1, 641	3	32

1 実施方法

- ☆ 給食の形態は、「主食・牛乳・おかず」の完全給食です。
- ☆ 献立及び調理は、学校ごとの単独校方式です。
- ☆ 献立表は、毎月1回家庭に配布します。
- ☆ 月曜日から金曜日まで週5日実施しています。(米飯給食は週3回程度)
- ☆ 施設・備品・光熱費・人件費は、全額市負担です。(保護者負担は食材料費のみ)
- ☆ 食器類は、平成11年9月末から強化磁器食器を使用し、学校で洗浄しています。はし等は、家庭から持ってきたものを使います。中学校は、給食開始時からペン樹脂食器を使用しています。小学校も、食器洗浄機更新に合わせてペン食器を導入していきます。

2 学校給食費（保護者負担額）と年間予定回数 (令和6年3月現在)

学校	1食単価	年間回数	給食費月額
小学校	250円	182回	月毎の喫食回数による
中学校	290円	167回	

※中学校は、学校行事の設定の仕方により多少回数が前後します。

3 一回当たりの平均学校給食摂取基準と食品構成 (文部科学省 平成30年7月31日改正)

摂取基準	エネルギー Kcal	ナトリウム 食塩相当量 g	カルシウム mg	鉄 mg	ビタミン				食物繊維 g	マグネシウム mg	亜鉛 mg
					A μgRE	B1 mg	B2 mg	C mg			
低学年	530	2未満	290	2.5	170	0.3	0.4	20	4以上	40	2
中学年	650	2未満	350	3	200	0.4	0.4	20	5以上	50	2
高学年	780	2.5未満	360	4	240	0.5	0.5	25	5以上	70	2
中学生	830	2.5未満	450	4	300	0.5	0.6	30	6.5以上	120	3

* たんぱく質は、摂取エネルギー全体の13~20%です。

* 脂肪は、摂取エネルギー全体の20~30%です。

※学校給食の摂取基準は、子どもが1日に必要な量の3分の1を基本としつつ、不足または摂取過剰が考えられる栄養素について算出されています。家庭の食事でも一般的に不足しがちなカルシウムは、1日の必要量の50%、ビタミン類は、33~40%を摂取できるように考えられています。

※学校給食における食品構成については、「学校給食摂取基準」を踏まえ、

- (1) 多様な食品を適切に組み合わせて、児童生徒が各栄養素をバランスよく摂取しつつ、様々な食に触れることができるようにしています。
- (2) 各地域の実情や家庭における食生活の実態把握の上、日本型食生活の実践、我が国の伝統的な食文化の継承について配慮するよう努めています。

3 学校給食の内容

1 パンについて……基本的に週2回程度実施

小麦粉	100 に対して
ショートニング	5%
砂糖	4%

※小麦粉は、平成24年度から県内産の小麦粉を使用しています。また、米粉パン(小麦グルテンを含む)については、県内産米粉を使用しています。

パンの大きさは、30g・40g・50g・60g・70gがあり、献立によって大きさを変えて使用しています。パンの種類は、コッペパン・パンパン・パンキンパン・ライ麦パン・アップルパン・ぶどうパン等があります。米粉入りコッペパン(小麦グルテンを含む)もあります。

その他、ナン・フォカッチャ・ピタパン・食パン・ロールパン・クロワッサン・フランスパン等のメニューもあります。きなこパン・フレンチトーストは、学校で調理します。

2 米飯について……週3回程度、それぞれの学校で炊飯しています。

学校給食用にブレンドした県内産の自主流通米を主に使用しています。

メニューは豊富で、赤飯・牛飯・ひじきごはん・栗ごはん・松茸ごはん・梅干ごはん・マイおむすび・いなりずし・手巻きずし・カレーライス・ピラフ・オムライス・ピピンパ等あります。

3 牛乳について……成長期に欠かせないため、毎日つけています。
牛乳1本には、以下のような栄養があります。



4 おかずについて……できるだけ加工食品を使わずに素材から調理しています。

「和風だし」には、削り節を使ったり、カレーやシチューはルウから作ったりというように、手作り給食に努めています。

また、季節の果物や行事食を取り入れて、食事に楽しさと変化をつけています。加工食品についても、発色剤・保存料を使わないで製造されている兵庫県学校給食・食育支援センターのハム・ベーコン・ウインナー等を使っています。

地産地消の取り組みとして、県内産の食品・低農薬・有機栽培の野菜や果物等も使用するようになっています。可能な限り原材料を使い、調味料にも注意して薄味にしています。

献立例

和風献立



白米・鮭のつや煮・小松菜のおひたし
すずなすずしろふりかけ・すまし汁・牛乳

中華風献立



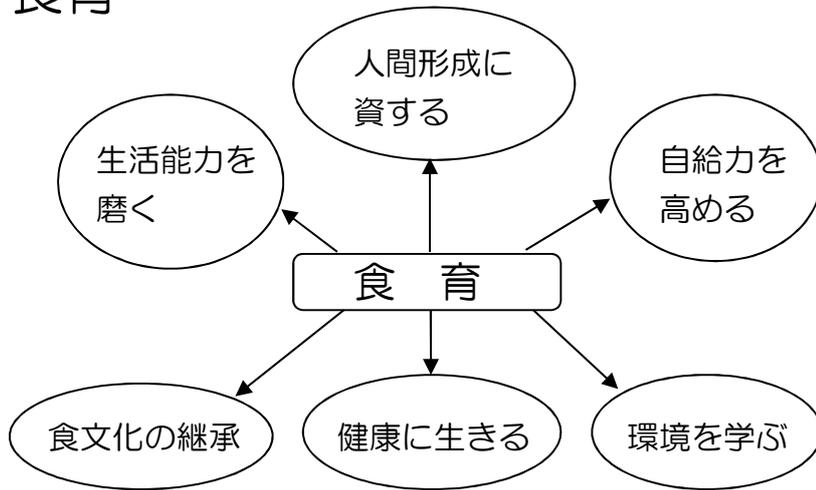
チャーハン・手作り春巻き・中華スープ・紅白なます・牛乳

洋風献立



ロールパン・コーンクリームスープ・ローストチキン・ツリーサラダ・いちごのブランマンジェ・牛乳

4 食育



食育の取り組み

令和5年度「芦屋の教育指針」には次のように示しています。

健康教育及び食育の推進

ア 食に関する正しい知識と望ましい生活習慣を身につけることができるよう、食育の授業研究を実施します。

イ 適切な食物アレルギー対応ができるように、研修会を継続して実施するとともに、多様化する食物アレルギーに対応できるように、状況に応じてマニュアルを適宜改訂します。

今年度の主な取組

【安全・安心な学校給食の実施を図る】

- 食物アレルギー事故や異物混入等による事故防止に徹底して取り組むとともに、安全・安心でおいしい給食を提供できるように努めます。

【教育活動全体を通じた食育の推進を図る】

- 学級担任、教科担任等と栄養教諭、栄養職員が連携しながら関連教科等において食に関する指導を進めていきます。
- 望ましい食習慣や食事を通して豊かな心と好ましい人間関係を育てるために、学校給食を「生きた教材」として活用した指導を行います。小学校においては、児童が諸感覚を使って食事を味わうことの大切さを実感するために、「味覚の一週間」を設け、市内に店をかまえるシェフによる「味覚の授業」を実施します。この他にも、食への正しい理解と高い関心を育む様々な食育に取り組みます。
- 学校給食において、多くの県内産の食材を使用する地産地消週間を実施し、県産品を知るとともに生産者の苦労や思いを感じ、食物への感謝の気持ちを高めるなど、地産地消を取り入れた食育を進めます。

食育基本法 第一章 総則

(目的)

第一条 この法律は、近年における国民の食生活をめぐる環境の変化に伴い、国民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性をはぐくむための食育を推進することが緊要な課題となっていることにかんがみ、食育に関し、基本理念を定め、及び国、地方公共団体等の責務を明らかにするとともに、食育に関する施策の基本となる事項を定めることにより、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進し、もって現在及び将来にわたる健康で文化的な国民の生活と豊かで活力ある社会の実現に寄与することを目的とする。



県内産の食材を使った献立

生姜ごはん・七夕そうめん・鱧のフライ・玉ねぎあんかけ・青菜のおひたし・牛乳



県内産の食材を使った献立

たこ飯・白菜とひねどりの甘酢あえ・ばち汁・千種焼き・牛乳



北海道森町から届いたホタテを使った献立

アップルパン・ホタテフライ・大根サラダ・クリームシチュー・牛乳

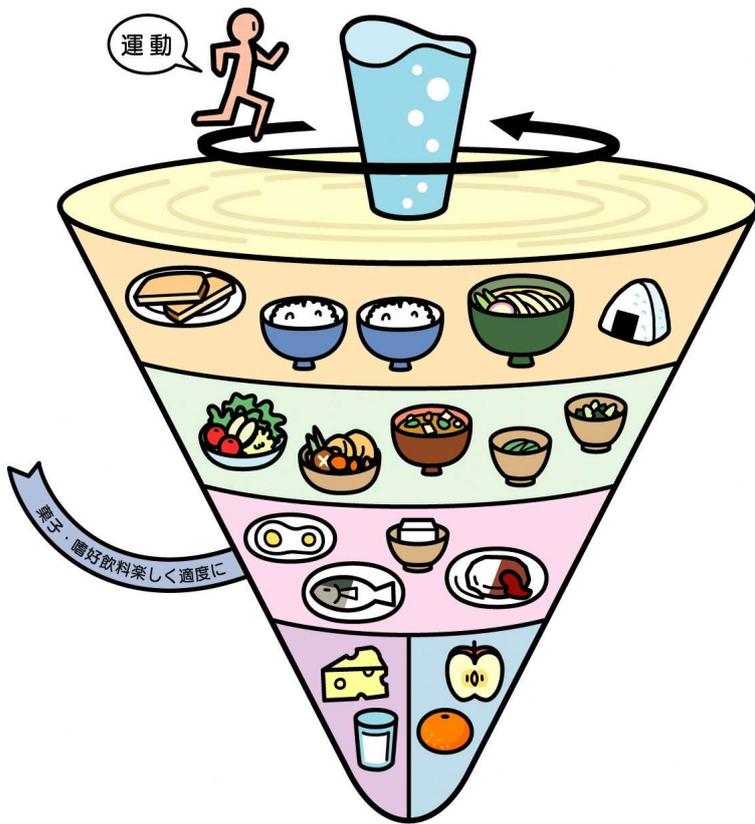
5 芦屋市学校給食展

- (1) 目的は、給食について広く理解を求め、学校・家庭・地域との連携を強め、児童生徒の健全な心身の発達に資する望ましい食生活を探求すること
- (2) 開始年度は、昭和62年度から。今年で、37回を数える。
- (3) 内容は、児童生徒の食生活に応じたテーマを設定し、開催している。
- (4) 令和5年度（第37回）の内容等

- ①日程 令和5年7月27日・7月28日
- ②会場 芦屋市民センター 301号室・302号室
- ③テーマ 心と体に栄養を
おいしく たのしく つながる輪
- ④内容 学校給食・栄養・食生活についてのパネル、
児童生徒作品等展示、試食



6 食事バランスガイド



1日に何をどれだけ食べたらよいかをわかりやすく示した、食事の目安になるのが「食事バランスガイド」です。

上から、主食、副菜、主菜、牛乳・乳製品、果物の5つのグループの組み合わせでバランスがとれるように、それぞれの適量をコマであらわしています。

体に欠かせない水やお茶などの水分は、コマの軸としています。

回転することで、コマが安定するように運動の必要性を示し、さらにお菓子・嗜好飲料は、コマを回すためのヒモの役割を示しています。

食品・食材ではなく、日常食べている状態の「料理」であらわしています。

例

主食（ごはん・パン・麺）
副菜（野菜・きのこ・いも・海藻料理）
主菜（魚・肉・卵・大豆料理）
牛乳・乳製品
果物

ごはん（中盛り）なら4杯程度
野菜料理5皿程度
魚・肉・卵・大豆料理から3皿程度
牛乳なら1本（200mL）程度
みかんなら2個程度