令和２年３月

令和元年度「中学校給食の充実及び食育の推進に関する実態調査」の結果について

中学校における３年間は，人生の中でも特に心身ともに成長する大切な時期であり，生涯を通じて健康で心豊かに過ごすため，この時期に正しい食習慣を確立するとともに，自ら実践する態度を育むことが大変重要であることから，本市中学校給食の更なる充実及び食育の推進を目的として，一層幅広く，きめ細やかに学校現場や生徒・保護者の意見や実態の把握を行いました。

この度，令和元年１０月に実施した調査を集約しましたので，集計結果について御報告いたします。

１　各調査の概要について

	対象	内容	設問数
学校調査	全市立中学校及び小中学校（後期課程） ７３校	① 学校の取組や学校が把握する生徒・保護者の食生活・意識	13 問
生徒 アンケート	市立中学校及び小中学校（後期課程） １７校※の２年生約２，０００名	②−Ａ 生徒の食生活や意識	121 問
		②−Ｂ 栄養摂取状況等	101 問
保護者 アンケート	「生徒アンケート」の生徒の保護者 約２，０００名	③ 生徒・保護者の食生活や意識	71 問

※１７校について

【北区】西賀茂中学校，旭丘中学校　【上京区】嘉楽中学校　【中京区】朱雀中学校，中京中学校

【下京区】下京中学校　【南区】九条中学校　【東山区】東山泉小中学校（後期課程）

【左京区】高野中学校　【山科区】花山中学校　【右京区】西京極中学校　【西京区】樫原中学校

【伏見区】醍醐中学校，栗陵中学校，深草中学校，桃陵中学校，向島東中学校

２　調査票の回収状況

		配付数	回収数	回収率
学校調査	①	73	73	100%
生徒アンケート	②－Ａ	1,905	1,780	93%
	②－Ｂ	1,905	1,777	93%
保護者アンケート	③	1,905	1,499	79%

３　各調査結果の概要

⑴　学校調査（※学校として把握している生徒や保護者の実態について回答を記載。）

① 学校の取組や生徒の食生活・意識

ア　生徒の１か月の昼食状況【P. １（1−1)】

「選択制給食を利用」については，実施している６５校のうち，２割未満が８校，２～３割が４０校，４割台が１３校，５割台が４校であった。また，「家庭から持参」については，８～９割が７校，５～７割が５４校であり，多くの生徒が給食または家庭から持参している。

イ　昼食における栄養の摂取状況【P.1（1−2)】

「給食利用」「弁当持参」については，９割以上の学校が「十分」又は「どちらかといえば十分」と回答しているが，「コンビニ購入」については，約３分の２の学校で「不十分」又は「どちらかといえば不十分」と回答している。

ウ　現行の選択制中学校給食について【P.2,3（2−1〜2−5)】

「分量」については，「主食」「副食」とも約６割が「ちょうどよい」と回答しているが，約４割は「どちらかといえば多い」と回答している。「副食の味付けが適切か」については，約８割の学校が「そう思う」「どちらかといえばそう思う」と回答している。

エ　生徒の食生活に関して（自由記述）【P.4（3−1〜3−3)】

学校として把握している生徒・保護者・教職員のそれぞれの「生徒の食生活に関する主な意見」については，７３校から複数の回答を得ており，回答件数及び多数の回答がされている意見は下表のとおり。

（　）は回答件数

	生徒	保護者	教職員
回答件数	159 件	146 件	146 件
意見（上位）	・好き嫌いがあるので，食事が偏っているような気がする（44）	・好き嫌いが多くて困っている（44）	・朝食を食べる習慣がない家庭が多数ある（29）
	・食に関する家庭科の授業を通してバランスのとれた食事を摂ることの大切さがわかった（33）	・育ち盛りなので栄養バランスを考えてきちんと食べさせたい（37）	・家庭での食環境が充実している家庭が多いと感じる（18） ・好き嫌いが多い気がする（18）
	・朝食の時間がなくて食べないときが時々ある（26）	・塾の関係で一人で食べることがある（12） ・朝食をとらずに学校へ行っているので困っている（12） ・おやつをたくさん食べる（12）	・日によって食事を摂る時間がまちまちで規則正しい食生活ができていないように思う（16）
	・食生活が不規則になりがちである（21）		・朝食を摂ることの重要性について認識していない生徒・保護者がいる（13）

オ　生徒の昼食に関して（自由記述）【P.4（4－1～4－3)】

学校として把握している生徒・保護者・教職員のそれぞれの「生徒の昼食に関する主な意見」については，７３校から複数の回答を得ており，回答件数及び多数の回答がされている意見は下表のとおり。

（　）は回答件数

	生徒	保護者	教職員
回答件数	171 件	155 件	148 件
意見（上位）	・弁当の方がよい（41）	・毎日の弁当作りは結構大変である（47）	・弁当は栄養面だけでなく，親子の繋がりを深めることができるように思う（29）
	・好き嫌いが多く，給食は味が好みでない（33）	・給食を食べているので親としては助かっている（46）	・生徒に好き嫌いが多いように感じる（28）
	・給食が冷たい（28）	・昼食の時間が短い（20）	・選択制はよいので，現行のままでよい（21）
	・ゆっくり食べたいので，食べる時間を増やしてほしい（21）	・好き嫌いが多く，給食を食べて欲しいが嫌がって聞いてくれない（8）	・給食のおかずの冷たさは改善できないか（16）
	・給食でエネルギー・栄養をいっぱいとることができる（17）		

＜考察＞

・　昼食の状況を見ると，「コンビニ購入」の生徒は約５％となっているが，そのうち約３分の２の学校が栄養の摂取状況が「不十分」又は「どちらかといえば不十分」となっており，それらの生徒や保護者への働きかけや昼食時間の指導の充実が必要である。

・「分量」や「味付け」については，多くの生徒が「ちょうどよい」と回答しているが，更に充実・改善を図る必要がある。

・昼食時間について，「短い」と感じている生徒が多数おり，検討の必要がある。

⑵　生徒アンケート

①－Ａ　生徒の食生活や意識

ア　生活習慣【P. 5～11（1～10)】

前回と比較して，平日・休日ともに起床時刻が早くなっていた。平日では7時より前に起床する生徒が４３．５％であり，前回の１２．６％から約３０％増加した。休日においても８時より前に起床している生徒が４３．２％であり，前回の１６．３％から約２７％増加した。

また，(P.6 3-2) 就寝時刻も早くなる傾向を示し，「睡眠不足を感じていますか」の質問には「感じていない」と回答した生徒が３０．４％で，前回の２５．４％から５％増加している。(P.7 3-3) 睡眠不足を感じる者のうち，その理由については「深夜テレビ」「深夜ラジオ」「本やマンガ」が減少し，「スマホ・ケータイ・PC」が２９．３％であった。

イ　食事準備【P. 12～15（11－1, 11－2)】

家庭で食事の準備をする人は全ての食事において「母親」が圧倒的に多い傾向は前回と同様であるが，今回では，「母親」の次に「自分」と回答している生徒が多かった。また，(P.14 11-2(3)) 平日の昼食の準備をする人で仕事をしている割合は，約３分の２であった。

ウ　朝食【P.16～17（12－1～12－5)】

平日の朝食摂取について「いつも食べる」と回答した生徒は７５．４％で，前回の６８．７％から約７％増加した。(P. 16 12-2) 朝食を食べない理由として「食べる時間がない」がやや増加し，「食欲がない」「食べない習慣である」「朝食が用意されていない」が減少傾向であった。また，(P.17 12-5) 朝食の組み合わせについては，主食，主菜，副菜，果物がそろった朝食をとっている生徒が１１.０％であった一方で，主食のみ摂取している生徒が２５.３％であった。

エ　学校での昼食【P.18～41（13－1～13－16)】

学校での昼食は，給食が２６．９％，家で作られた弁当が６８．３％で，その他，パンと牛乳など市販のものが４．８％であった。(P.18 13-2) 学校で昼食を摂らないことがある生徒は「ほとんど毎日」「かなりある」「時々ある」を合計すると７.７％で，前回５．４％からやや増加した。また，(P.18 13-3) 食べない理由は「食欲がない」が６１.５％で最も高かった。

また，「これまでに利用経験がない」と回答した生徒が約６割であるが，そのうちの約３割は，今後「必要があれば利用したい」と回答していた。

(P.37 13-15) 給食の利用経験者の満足度については，主食・副食とも約６割が「とても満足している」「満足している」と回答していた。

＜上記エ「学校での昼食」に関する具体的回答＞

(ｱ)　中学校給食の良いと思う点【P.20～24（13－7)　総括表はP. 24】】

生徒が中学校給食の良いと思う点について，「栄養バランスが良い食事が食べられる」「安全な食材が使用され，夏場の弁当の傷みなどを気にしなくてよい」「荷物が軽くなる」「温かいごはんなどが食べられる」の項目において「とても思う」と「思う」との回答が多かった。

(ｲ)　利用しない理由（現在給食を利用していない人）【P. 25～30（13－10)　総括表はP.29,30】

利用しない理由の上位は１，７８０人の生徒のうち，１，２４６人の回答があり，「家の人の作った弁当が好きだから」「家の人が家族の弁当を作るから」であった。続いて「苦手なメニューがあるから」「返却当番になると昼休みが短くなるから」の回答も多かった。また，その他の自由記述では８７件の回答があり，「美味しくなさそう」という回答が多かった。

(ｳ)　課題（現在給食を利用していない人）【P. 31～35（13－11)　総括表はP. 34, 35】

中学校給食の課題について，１，７８０人の生徒のうち，１，２４１人の回答があり，「苦手なメニューがある」「昼休みが短くなる」「申し込みが面倒である」「量が多い」という回答が多かった。また，その他の自由記述では３７件の回答があり，「味の改善」という回答が多かった。

(ｴ)　要望（利用経験者）【P.38～40（13－16)　総括表はP.40, 41】

１，７８０人の生徒のうち，６４８人の回答があり，利用者からは「おいしさ」「温かさ」への要望が７割を超えていた。次いで「分量を減らしてほしい」という回答が３割程度あった。

オ　夕食【P.42～44（14－1～14－6）】

夕食の状況では，「だれと夕食を食べることが多いですか」の問に対して「家族全員」と回答した生徒が５７.６％で，前回の４６.５％より１１.１％増加していた。（P.43 14-5）夕食の時間帯は平日・休日ともに午後６時台がやや減少傾向で，午後７時台が半数以上を占めていた。

カ　食習慣【P.45～48（15－1～19－2）】

間食・夜食の状況では，いずれも「ほとんど食べない」と回答した生徒がやや増加傾向にあったが，最も頻度の高い群（間食「３回以上」，夜食「ほぼ毎日」）の割合は前回と同様であった。

（P.45 16-1 ）外食の頻度では「月１～２回くらい」が，４９．４％で前回の５４．１％から４．７％低下し，「週１～２回くらい」と回答した生徒が２３．２％で前回の１４．２％から９.０％増加しており，頻度が高くなる傾向がみられた。

（P.46 17-1）食べ物の好き嫌いについては「たくさんある」の回答者が２７.９％で，前回の１７．４％から　１０.５％増加していた。

また，（P.48 19-1）普段の食事に関する栄養バランスについては，「時々考える」「いつも考えている」の合計が５９.２％で，前回の４３.７％から１５.５％の増加であった。

キ　身体状況【P.49～54（20－1～21－5）】

自分の体型についての意識は，「普通」と回答した生徒が４７.３％で，前回の結果と同様であった。自分の体型をどうしたいと思いますかについて，わずかではあるが，「やせたい」「少しやせたい」が減少，「今のままで良い」「少し太りたい」「太りたい」が増加している傾向がみられた。

（P.50 21-1）普段の体調については，「良い」「大変良い」の合計が６１.３％で，前回の５１．２％から，１０．１％増加した。また，（P.51 21-3）健康のために心がけていることとして，「十分な睡眠」「規則正しい生活」への意識がやや増加する傾向であった。

＜考察＞

- 食事の時に食品の組み合わせや栄養バランスなどについて「考えたことがない」と回答した割合が約４割になる一方，普段の食事で栄養のバランスがとれているかについては「とても思う」「思う」が約４分の３となっており，生徒の食に関する意識を高める必要がある。
- 食事とともに，睡眠や運動などの大切さについての意識は高まっているが，健康で充実した生活を送るためには，更に理解を深める必要がある。

①-Ｂ 栄養摂取状況等（ＢＤＨＱ）

ア　食事の特徴（摂取頻度等）【P.55～66】

	食品群	特徴
	肉類	１週間のうち，毎日，どれかの肉・加工品を食べていた。
	魚介類	「週１回未満」が最も多く，肉類に比べて頻度が低いことがわかった。
P.56 P.57	漬物，生野菜・緑葉野菜・キャベツ	野菜は生野菜で摂取することが最も多かった。
P.58	菓子類・おやつ	「週２～３回」洋菓子・スナック菓子を食べている傾向が見られた。
P.59	果物類	「週１回未満」が最も多く，果物離れが見られる結果となった。
P.59	麺類・パン	パンは「毎日１回」が最も多いが，「週１回未満」も増加している。

P.61	「平均的な１日」に食べたごはんとみそ汁	「１日に１杯程度」が最も多く，次いで「２杯」であった。「食べなかった」は少なく，毎食ではないが，ごはんとみそ汁は食卓に欠かせないものであることがわかった。

イ　ＢＤＨＱ:判定（シグナル）結果【P. 67,68】

傾　向		栄養素
ほぼ適正		たんぱく質，ビタミンB_2，ビタミンC
過剰	半数が過剰	脂質
	９割が過剰	食塩
不足	半数が不足	ビタミンA，カルシウム
	９割が不足	ビタミンB_1，鉄

＜考察＞

・　「食塩」や「脂質」の取り過ぎ，また，「鉄」や「カルシウム」の不足など，全国状況と同様の結果であった。

⑶　保護者アンケート

① 生徒・保護者の食生活や意識

ア　朝食【P.69～74（1－1～1－7)】

生徒に用意する「主食」については，平日・休日とも「ごはん」「パン（菓子パンを除く)」がそれぞれ約３～４割となっているが，「主食のみ」を用意すると回答した割合２５．３％で主食，主菜・副菜・果物が揃った朝食を用意すると回答した割合は１１％となっている。

（P.73 1-4,1-5）保護者の喫食状況では，約２割が食べない日がある中，「ほとんど食べない」が８．８％と生徒の６．７％と比べて多くなっており，食べない理由は，「食べる時間がない」が４１．１％，「食欲がない」が３１．７％の他に，「食べる習慣がない」が１７．８％，と続いた。

イ　中学校給食【P.75～89（2－1～2－9)】

現在，利用していない保護者は全体の７３．２％で，そのうちの（P.75 2-2)「今後，必要があれば利用したい」と回答した割合は約５割あり，多くの保護者が給食を利用したいと思っているが，引き続き「弁当」と考えている保護者も同様にいる。

＜上記イ「中学校給食」に関する具体的回答＞

(ｱ)　中学校給食の良いと思う点（利用経験者)【P. 75～80（2－3）　総括表はP.80】

「とても思う」「思う」の合計をみると，「栄養バランスが良い食事が食べられる」「安全な食材が使用され，夏場の弁当の傷みなどを気にしなくて良い」が上位であり，概ね給食に対する評価は生徒と類似していた。また「とても思う」の回答は，生徒では「荷物が軽くなる」で多く，保護者では「弁当を作らなくて良い」で多かった。

(ｲ)　課題【P. 81～85（2－4）　総括表はP. 84, 85】

保護者が課題と思っている点の上位は，「申し込みが面倒」「昼食時間が短い」「苦手なメニューがある」であった。予約システムの導入については，好意的に受け取られている。また，（P.85）その他の自由記述での回答では1，４９９人の保護者のうち，１７７件の回答があり，「温かいおかず」や「味の改善」が多かった。

(ｳ)　中学校給食について（自由記述）【P.89（2−9)】

１，４９９人の保護者のうち，約１６％の２４４件の回答があり，そのうち「全員給食にしてほしい」という回答が全回答者の約７％の１０４件あった。その他，「保護者としては給食にしてほしいと思っているが，子供が嫌がっており，そのため，メニューや味付けの改善を望む」という回答が７６件あるとともに，「現状の選択制のままでよい」「安くて美味しいことをもっとアピールすべき」という現行の選択制に肯定的な回答は１５件であった。

ウ　夕食【P.90，91（3−1〜3−4)】

「主食・主菜・副菜が揃った夕食」を「ほぼ毎日作る」と回答した割合は7割を超えている。

エ　食習慣【P.92（4−1〜4−2)】

「好き嫌い」に対しては，「苦手なものも食べさせる」と回答した割合は４１．４％であるが，一方で「苦手なものは出さない」と回答した割合は７．３％となっており，「食卓に出すが食べない」と合わせると４１．６％となっている。また，(4-2) 保護者自身の「好き嫌い」に対しては，「苦手なものは出さない」が１７．６％で「子どもに出さない」の７．３％より１０．３％高く，「食卓に出すが食べない」の１９．８％と合わせると３７．４％だった。

オ　ご家庭の食事【P.93〜99（6−1〜6−4）　総括表はP.98，99】

(P.94 6-4) 食生活で特に力を入れたい食育の内容として，６５．７％の保護者が「栄養バランスのとれた食生活の実践」を１番目に挙げていた。次に「規則正しい食生活の実践」２２．２％，「食品の安全性について理解」２１．５％と続いた。

＜考察＞
・　家庭においても生徒の食に関する理解が深まり，望ましい食習慣を身につけられるよう，学校や地域と連携し，取り組む必要がある。

４　今後の取組の方向性について

(1)　「中学校給食」について

①　「栄養バランスのよい食事が食べられる」と答えた生徒が多くいる一方で，「苦手なメニューがある」「量が多い」と答えた生徒も多く，献立の充実を図るとともに，ごはんのサイズの選択制の導入などの検討の必要がある。

②　栄養摂取状況等調査（ＢＤＨＱ）の結果を基に，判明した栄養素の過不足の状況を踏まえ，食品構成の検討や給食の献立の改善を図り，給食の良さをもっと知ってもらうように働き掛ける。

③　昼食を食べる時間が短いと感じている生徒が約半数おり，昼食時間について学校と課題を共有し，検討を行う必要がある。

④　給食を利用しない理由については，生徒・保護者とも「申込みが面倒」と回答した割合が多く，予約システムの活用を一層図る必要がある。

⑵　「食育」について

①　学校，生徒，保護者それぞれに共通する課題として，「好き嫌いのある生徒が多く」「バランスよく栄養摂取することに課題がある」と考えており，学校・家庭・地域の連携の下，生徒が栄養バランスのとれた食生活の実践力を身に付けることができるよう，食育の推進を図っていく必要がある。

また，保護者においても「好き嫌い」が見られ，保護者への働き掛けも行っていく必要がある。

②　中学校給食について，「頼みにくい雰囲気がある」と回答した生徒があり，健康のために，何をどのように食べればよいかを選ぶ力「食選力」を育み，必要な生徒が必要な時に利用できるように，中学校給食に対するマイナスイメージの払拭や，魅力化を図る必要がある。

③　上記①・②を踏まえ，生徒への指導資料や保護者の啓発資料として発行している「食育だより」，「健食ニュース」の内容の充実を図る。

④　更に，教員が昼食指導に給食を生きた教材として，食や健康に関する放送（食育放送）をする際，活用できるコンテンツ資料を制作するとともに，生徒が自らの「食選力」をチェックするシートを作成する。

５　これまでの対応と今後の予定について

⑴　栄養摂取状況等調査（ＢＤＨＱ）に回答した生徒に対して，令和２年２月にその結果を一人一人に通知したところであり，今後とも，学校を通じて，自らの食生活に役立てるように指導を行う。

⑵　今後，中学校へ調査結果を報告するとともに，全中学校に配置している食教育主任を対象にした研修等においても報告し，引き続き，指導の充実を図る。

⑶　更に，学識経験者に分析を依頼し，ＰＴＡ等にも意見を聴きながら，約２０年前の調査との経年変化や関連する項目のクロス集計等により詳細な分析を行い，校長会等とも調査結果を共有しながら連携のうえ，本市における必要な取組を検討する。

＜今後の予定＞

令和２年４月	中学校へ調査結果を報告 栄養摂取状況等調査（ＢＤＨＱ）の結果を踏まえ，中学校給食の献立の充実と改善に着手
６月	食教育主任研修会の実施 教員向けの指導コンテンツ資料「食育放送」の制作 生徒の「食選力」チェックシートの作成
１０月	学校へ詳細な分析結果の報告

６　添付資料

別　紙　「中学校給食の充実及び食育の推進に関する実態調査」の結果