

## 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」の詳細分析結果について

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、きめ細やかに生徒・保護者の食生活・意識等や学校の取組等に関する実態の把握を行うため、令和元年10月に実態調査を実施し、単純集計の結果については、令和2年3月の教育福祉委員会で御報告いたしました。

この度、中学生の発達段階に応じた望ましい食生活の在り方について、学校・家庭それぞれの役割を明確にするとともに、生徒自らが食に関する意識を高め、栄養バランスを考えた食事の実践につながる食育の取組の推進ならびに中学校給食の更なる充実に向け、クロス集計を実施し、それを基に詳細な分析・考察を行い、「分析結果報告書（案）」としてとりまとめましたので御報告いたします。

### 1 分析方法及び内容

分析方法としては、生徒アンケート及び保護者アンケートの各項目について「クロス集計※」を行い、その結果を基に、統計学上の関連性が認められた項目を中心に分析を行いました。

また、主な分析内容として、生徒アンケートでは、「心身共に健やかな成長」を目指すためには、食生活のみならず、体調や精神の安定も必要であると言われることから、「生徒の生活の充実感」に着目し、「充実している」と感じている生徒、又は感じられていない生徒の食生活等の特徴について分析を行うとともに、生徒の食生活や意識と中学校給食との関連、栄養摂取状況等についても分析しています。

更に、平成10年度の「中学生の食生活に関する実態調査」から約20年を経て、中学生の食生活がどのように変化したのかについても検証を行いました。

なお、学校調査については、新たに令和2年度に別途実施した「食に関する指導関係調査」を基に、経年変化による分析を行っています。

項 目		主な分析内容
生徒アンケート	生徒の食生活や意識	生活の充実感との関連及び経年変化 中学校給食との関連及び経年変化
	栄養摂取状況等	特に成長期に大切又は過不足が懸念される栄養素等
保護者アンケート	生徒・保護者の食生活や意識	朝食・夕食の摂取状況、中学校給食との関連等
学校調査	学校の取組や学校が把握する生徒・保護者の食生活・意識	経年変化

※ クロス集計

… 収集したアンケート調査の回答データについて、設問を掛け合わせて集計する方法。

詳細は報告書 P.3 参照

なお、各図表の  $p$  値は、検定結果の有意差（相関関係）の度合いを示しており、この値が 0.05 (=5%) より小さい場合は有意差ありと判定でき、 $<0.01$ 、 $<0.001$  と小さいほどに有意差が顕著であることを表し、N.S. (Not Significant の略) は有意差なしを示している。

## 2 詳細分析結果の概要

クロス集計結果を基に分析・考察を加えた項目は多岐にわたるため、その中から関連性が認められるものや、今後取組を進めるうえで重要となる項目等を報告いたします。

### (1) 生徒アンケート【報告書 P. 8～45】

#### A 生徒の食生活や意識

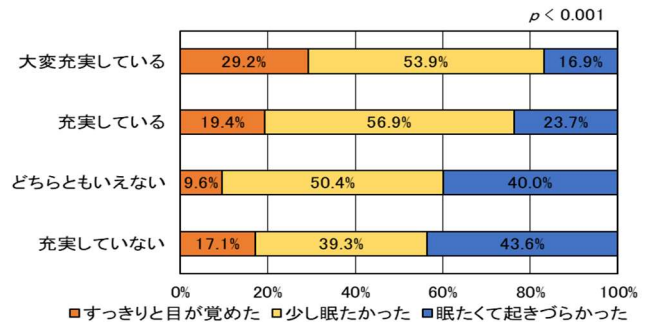
##### ① 「生活の充実感と起床・就寝」(報告書 P. 12)

###### ア クロス分析

- ・「生活の充実感」と起床・就寝に関する項目の関連では、学校へ行く前日、休みの日においても早寝早起きの生徒ほど充実感が高い傾向が認められた。【報告書 P.12,13 図表 2～5 参照】
- ・充実感が高い生徒ほど、「眠たくて起きづらかった」と回答するものが少なく、睡眠不足を感じていない生徒が多かった。【図表 1,2 参照】
- ・「テレビ・スマホなどの視聴時間」では、どの群においても 2 時間を超える視聴をしている生徒が半数程度いた。【図表 3 参照】

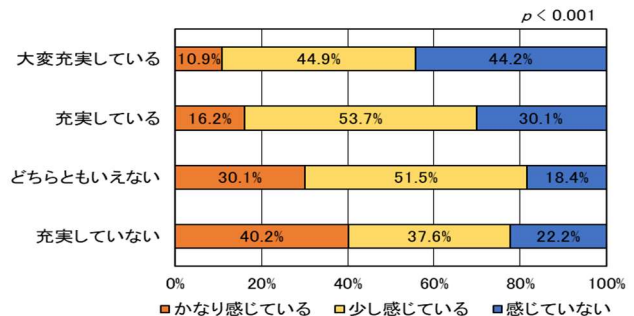
【図表 1】「生活の充実感」×「目覚め」

		すっきりと目が覚めた	少し眠たかった	眠たくて起きづらかった	合計
大変充実している	度数	121	223	70	414
	パーセント	29.2%	53.9%	16.9%	100.0%
充実している	度数	169	497	207	873
	パーセント	19.4%	56.9%	23.7%	100.0%
どちらともいえない	度数	36	189	150	375
	パーセント	9.6%	50.4%	40.0%	100.0%
充実していない	度数	20	46	51	117
	パーセント	17.1%	39.3%	43.6%	100.0%
合計	度数	346	955	478	1779
	パーセント	19.4%	53.7%	26.9%	100.0%



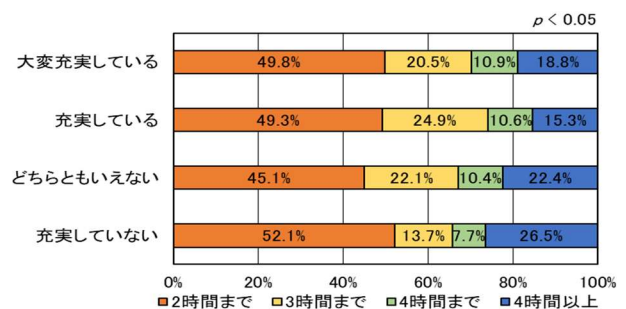
【図表 2】「生活の充実感」×「睡眠不足」

		かなり感じている	少し感じている	感じていない	合計
大変充実している	度数	45	186	183	414
	パーセント	10.9%	44.9%	44.2%	100.0%
充実している	度数	141	469	263	873
	パーセント	16.2%	53.7%	30.1%	100.0%
どちらともいえない	度数	113	193	69	375
	パーセント	30.1%	51.5%	18.4%	100.0%
充実していない	度数	47	44	26	117
	パーセント	40.2%	37.6%	22.2%	100.0%
合計	度数	346	892	541	1779
	パーセント	19.4%	50.1%	30.4%	100.0%



【図表 3】「生活の充実感」×「テレビ・スマホなどの視聴時間」

		2時間まで	3時間まで	4時間まで	4時間以上	合計
大変充実している	度数	206	85	45	78	414
	パーセント	49.8%	20.5%	10.9%	18.8%	100.0%
充実している	度数	429	217	92	133	871
	パーセント	49.3%	24.9%	10.6%	15.3%	100.0%
どちらともいえない	度数	169	83	39	84	375
	パーセント	45.1%	22.1%	10.4%	22.4%	100.0%
充実していない	度数	61	16	9	31	117
	パーセント	52.1%	13.7%	7.7%	26.5%	100.0%
合計	度数	865	401	185	326	1777
	パーセント	48.7%	22.6%	10.4%	18.3%	100.0%



## イ 前回調査との比較（報告書 P.15）

上記において生活の充実感との関連を分析した起床・就寝時刻について、平成 10 年度の前回調査と比較し、現状については、次のとおりの状況が見受けられる。

- ・平日では 7 時より前に起床する生徒が前回の 12.6%から 43.5%に増加し、休日においても 8 時より前に起床している生徒が前回の 16.3%から 43.2%に増加したことから、前回調査と比較して、平日・休日ともに起床時刻が早くなっていた。【報告書 P.15 図表 11,12 参照】
- ・加えて、就寝時刻も早くなっており、「早寝早起き」の傾向がみられ、『睡眠不足を感じていませんか』の質問には「感じていない」と回答した生徒が前回より 5%増加しており、早寝早起きに伴った現象と推測される。【報告書 P.15,16 図表 13,14,15 参照】
- ・睡眠不足を感じる生徒のうち、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。【報告書 P.16 図表 16 参照】
- ・前回調査には「スマホ・ケータイ・PC」の選択肢はなかったもので、明確には述べられないが、約 20 年の間の社会環境の変化が影響していると思われる。

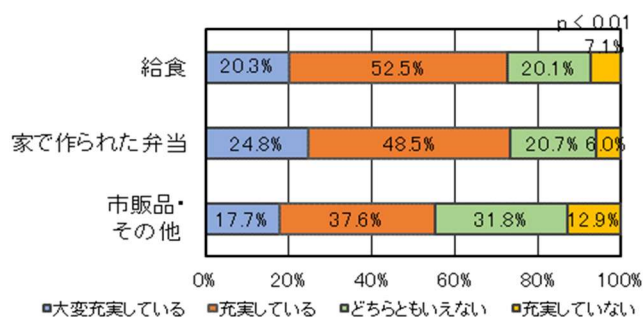
## ②「生活の充実感と昼食摂取状況」（報告書 P. 21）

### ア クロス分析

- ・昼食の種類との関連では、給食や家で作られた弁当と回答した生徒では「大変充実している」「充実している」を合わせて 70%以上であるが、市販品・その他では約 55%であった。【図表 4 参照】
- ・「充実していない」と回答した生徒において、「欠食することがある」と回答した生徒は 27.4%（32 人）で、充実しているなど他の群より割合が高かった。【図表 5 参照】

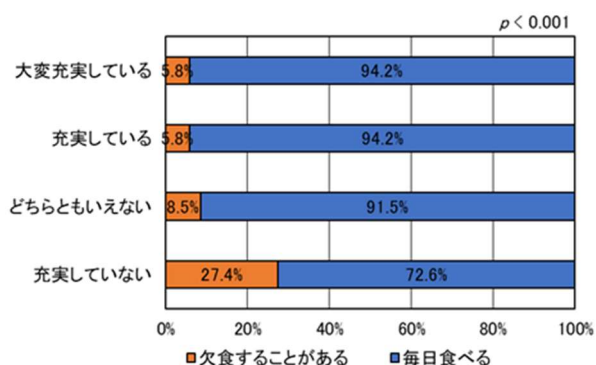
【図表 4】「生活の充実感」×「昼食の種類」

		大変充実している	充実している	どちらともいえない	充実していない	合計
給食	度数	97	251	96	34	478
	パーセント	20.3%	52.5%	20.1%	7.1%	100%
家で作られた弁当	度数	302	590	252	72	1216
	パーセント	24.8%	48.5%	20.7%	6.0%	100%
市販品・その他	度数	15	32	27	11	85
	パーセント	17.7%	37.6%	31.8%	12.9%	100%
合計	度数	414	873	375	117	1779
	パーセント	23.2%	49.1%	21.1%	6.6%	100%



【図表 5】「生活の充実感」×「昼食の欠食」

		欠食することがある	毎日食べる	合計
大変充実している	度数	24	390	414
	パーセント	5.8%	94.2%	100.0%
充実している	度数	51	822	873
	パーセント	5.8%	94.2%	100.0%
どちらともいえない	度数	32	343	375
	パーセント	8.5%	91.5%	100.0%
充実していない	度数	32	85	117
	パーセント	27.4%	72.6%	100.0%
合計	度数	139	1640	1779
	パーセント	7.8%	92.2%	100.0%



## イ 前回調査との比較（報告書 P.23）

上記において生活の充実感との関連を分析した昼食の摂取状況について、平成 10 年度の前回調査と比較し、現状については、次のとおりの状況が見受けられる。

- ・学校で昼食をと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」を合計すると前回調査は 5.4%，今回調査は 7.7%であった。【報告書 P.23 図表 37 参照】
- ・学校で昼食を食べない理由は、「食欲がない」が前回調査の 57.3%から 61.5%に増加し最も多く、次に多かったのが「太りたくない」で前回調査の 3.9%から 8.2%に増加した。【報告書 P.23 図表 38 参照】
- ・昼食時間は 15 分未満が、前回調査の 23.4%から半数を超える 54.0%に増加し、20 分以上は半減した。【報告書 P.23 図表 39 参照】

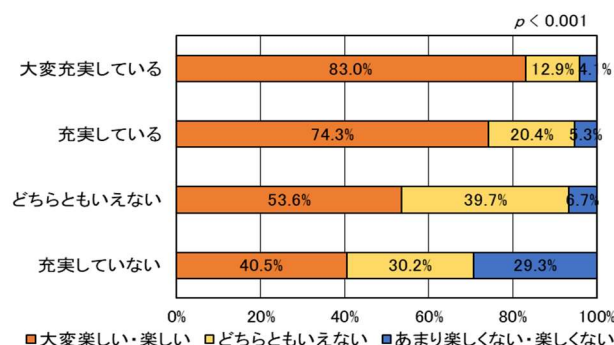
## ③「生活の充実感と好き嫌いや食事の楽しさ、栄養バランスに対する意識」（報告書 P. 26）

### ア クロス分析

- ・好き嫌いの有無、嫌いな食べ物があるときの対応については、生活の充実感の程度との関連はみられなかったが、食事の時間の楽しさとは関連性が認められ、充実している生徒ほど食事の時間が楽しいと感じていることがわかった。【図表 6 参照】
- ・「充実していない」群では、食事の時間は「あまり楽しくない・楽しくない」と回答した者の割合が他の群に比べて顕著に高かった。【図表 6 参照】
- ・「栄養バランスがとれていると思うか」についても、生活の充実感との関連性が認められ、充実している生徒ほど栄養バランスがとれていると思っている。【図表 7 参照】
- ・「充実していない」群では、栄養バランスについて「あまり思わない・思わない」と回答したものが約半数であった。【図表 7 参照】

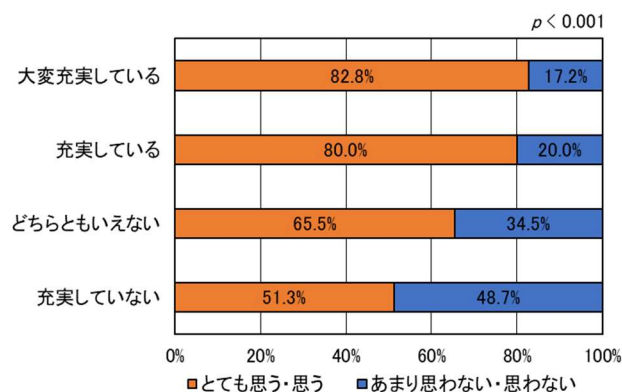
【図表 6】「生活の充実感」×「食事の時間は楽しいか」

		大変楽しい・楽しい	どちらともいえない	あまり楽しくない・楽しくない	合計
大変充実している	度数	342	53	17	412
	パーセント	83.0%	12.9%	4.1%	100.0%
充実している	度数	647	178	46	871
	パーセント	74.3%	20.4%	5.3%	100.0%
どちらともいえない	度数	200	148	25	373
	パーセント	53.6%	39.7%	6.7%	100.0%
充実していない	度数	47	35	34	116
	パーセント	40.5%	30.2%	29.3%	100.0%
合計	度数	1236	414	122	1772
	パーセント	69.8%	23.4%	6.9%	100.0%



【図表 7】「生活の充実感」×「栄養バランスがとれていると思うか」

		とても思う・思う	あまり思わない・思わない	合計
大変充実している	度数	342	71	413
	パーセント	82.8%	17.2%	100.0%
充実している	度数	698	174	872
	パーセント	80.0%	20.0%	100.0%
どちらともいえない	度数	245	129	374
	パーセント	65.5%	34.5%	100.0%
充実していない	度数	60	57	117
	パーセント	51.3%	48.7%	100.0%
合計	度数	1345	431	1776
	パーセント	75.7%	24.3%	100.0%



## イ 前回調査との比較（報告書 P.27）

上記において生活の充実感との関連を分析した食習慣について、平成 10 年度の前回調査と比較し、現状については、次のとおりの状況が見受けられる。

- ・間食・夜食の状況では、いずれも「ほとんど食べない」の回答者がやや増加傾向にあったが、最も摂取頻度の高い群（間食「3 回以上」、夜食「ほぼ毎日」）の割合は、それぞれ 7%、13.2%と前回と同様であった。【報告書 P.28 図表 53,54 参照】
- ・外食や調理済み食品等の摂取状況では、前回調査から「月 1～2 回くらい」が 4.7%低下するとともに、「週 1～2 回くらい」が 9.0%増加しており、頻度が高くなる傾向がみられた。【報告書 P.28 図表 55 参照】
- ・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 10.5%増加していた。【報告書 P.28 図表 56 参照】
- ・『食事時間は楽しいですか』の質問では、「楽しい」「大変楽しい」の合計が 69.7%であり、20.5%の増加であった。【報告書 P.29 図表 57 参照】
- ・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。【報告書 P.29 図表 58 参照】

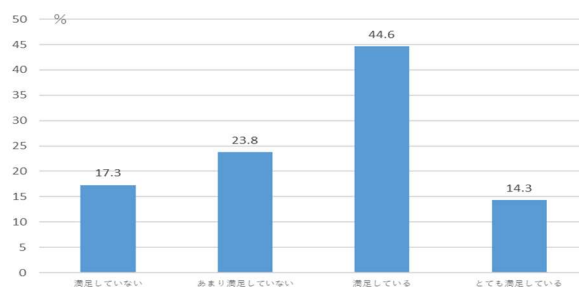
## ④ 「中学校給食との関連（単純集計結果の再確認）」（報告書 P. 32）

### ア 中学校給食の満足度（報告書 P. 35）

- ・中学校給食について、「満足している」・「とても満足している」生徒と答えた生徒は、主食で 58.9%，副食で 54.9%であった。【図表 8, 9 参照】
- ・「満足していない」・「あまり満足していない」と答えた生徒も一定数おり、量のことや苦手なメニューがあることなどについて課題と感じていることがわかった。【報告書 P. 33 図表 70 参照】

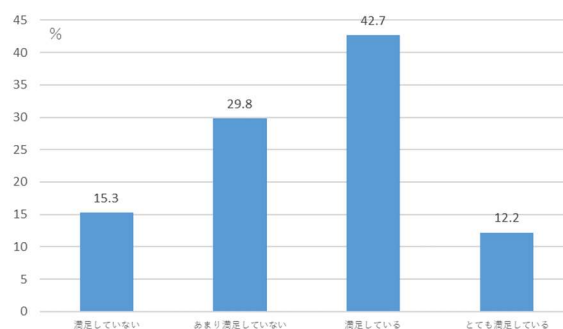
【図表 8】 中学校給食の主食（ごはん）の満足度について【単純集計の再掲】

		度数	パーセント	有効パーセント
有効	満足していない	111	6.2	17.3
	あまり満足していない	153	8.6	23.8
	満足している	287	16.1	44.6
	とても満足している	92	5.2	14.3
	合計	643	36.1	100
欠損値	システム欠損値	1137	63.9	
合計		1780	100	



【図表 9】 中学校給食の副食（主菜・副菜のおかず）の満足度について【単純集計の再掲】

		度数	パーセント	有効パーセント
有効	満足していない	80	4.5	15.3
	あまり満足していない	156	8.8	29.8
	満足している	224	12.6	42.7
	とても満足している	64	3.6	12.2
	合計	524	29.4	100
欠損値	システム欠損値	1256	70.6	
合計		1780	100	

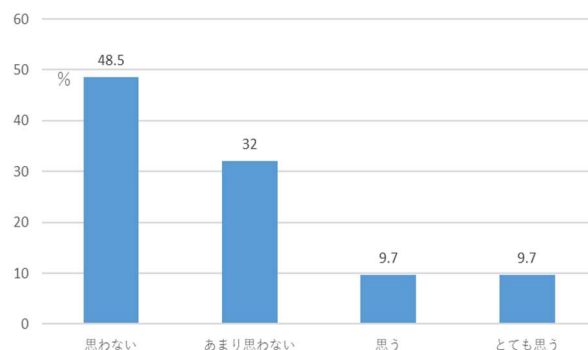


## イ 中学校給食に対する要望（報告書 P. 36）

- ・量に関しては、主食・副食ともに、「ちょうどよい」と感じている生徒が最も多いものの、多いと感じている生徒も一定数いる中、量の増減を望むことに対して、「とても思う」・「思う」と答えた生徒が2割～3割程度である。【図表 10～13 参照】
- ・主食（ごはん）と同様に、副食も温かくしてほしいと「思う」・「とても思う」と回答した生徒は72.2%で、もっとおいしくしてほしいと「思う」・「とても思う」生徒72.9%と同程度いることがわかった。【図表 14, 15 参照】

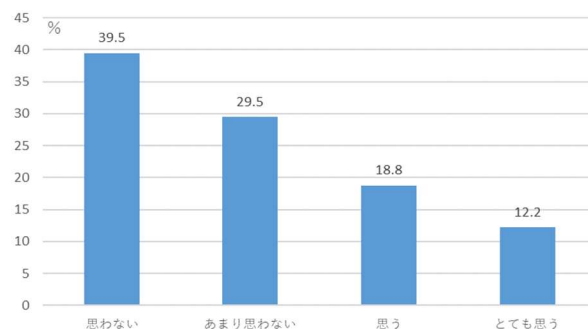
【図表 1 0】 主食（ごはん）の量を増やしてほしい【単純集計の再掲】

		度数	パーセント	有効パーセント
有効	思わない	314	17.6	48.5
	あまり思わない	207	11.6	32
	思う	63	3.5	9.7
	とても思う	63	3.5	9.7
	合計	647	36.3	100
欠損値	システム欠損値	1133	63.7	
合計		1780	100	



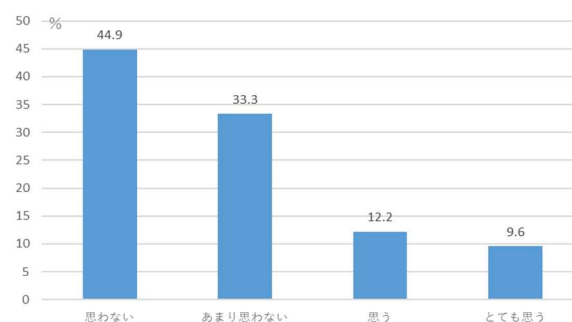
【図表 1 1】 主食（ごはん）の量を減らしてほしい【単純集計の再掲】

		度数	パーセント	有効パーセント
有効	思わない	256	14.4	39.5
	あまり思わない	191	10.7	29.5
	思う	122	6.9	18.8
	とても思う	79	4.4	12.2
	合計	648	36.4	100
欠損値	システム欠損値	1132	63.6	
合計		1780	100	



【図表 1 2】 副食（主菜・副菜）の量を増やしてほしい【単純集計の再掲】

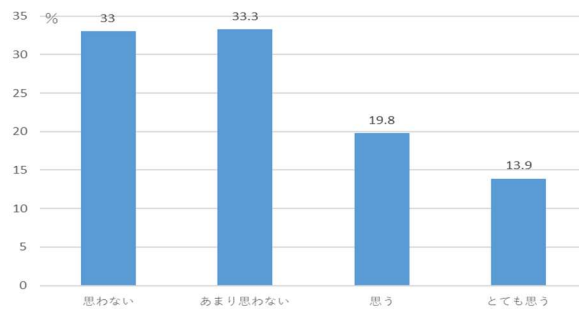
		度数	パーセント	有効パーセント
有効	思わない	290	16.3	44.9
	あまり思わない	215	12.1	33.3
	思う	79	4.4	12.2
	とても思う	62	3.5	9.6
	合計	646	36.3	100
欠損値	システム欠損値	1134	63.7	
合計		1780	100	





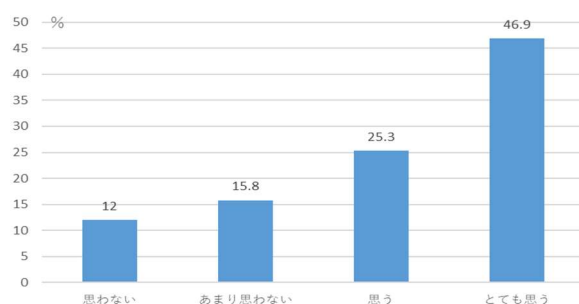
【図表 1 3】副食（主菜・副菜）の量を減らしてほしい【単純集計の再掲】

		度数	パーセント	有効パーセント
有効	思わない	213	12	33
	あまり思わない	215	12.1	33.3
	思う	128	7.2	19.8
	とても思う	90	5.1	13.9
	合計	646	36.3	100
欠損値	システム欠損値	1134	63.7	
合計		1780	100	



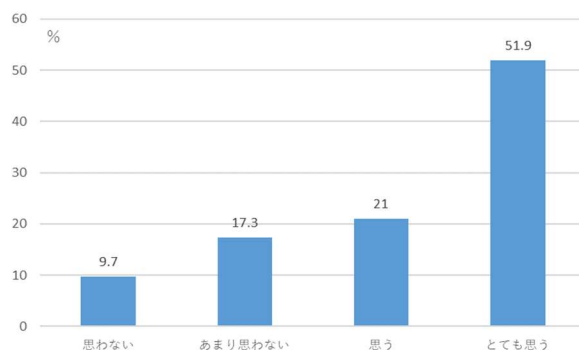
【図表 1 4】おかずも温かくしてほしい【単純集計の再掲】

		度数	パーセント	有効パーセント
有効	思わない	77	4.3	12
	あまり思わない	102	5.7	15.8
	思う	163	9.2	25.3
	とても思う	302	17	46.9
	合計	644	36.2	100
欠損値	システム欠損値	1136	63.8	
合計		1780	100	



【図表 1 5】もっとおいしくしてほしい【単純集計の再掲】

		度数	パーセント	有効パーセント
有効	思わない	63	3.5	9.7
	あまり思わない	112	6.3	17.3
	思う	136	7.6	21
	とても思う	336	18.9	51.9
	合計	647	36.3	100
欠損値	システム欠損値	1133	63.7	
合計		1780	100	

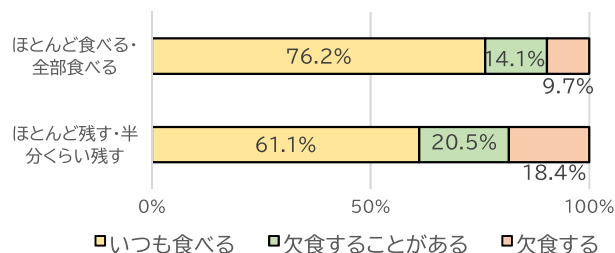


⑤ 「中学校給食を利用している生徒の食意識との関連」（報告書 P. 37）

- 給食の主食を残す割合と朝食の欠食の関係を分析すると、朝食をいつも食べる生徒ほど主食を残さずに食べる傾向が強いことが分かった。【図表 16 参照】
- 給食の副食の残食と栄養バランスの意識については目立った相関関係はみられないが、副食を残す割合と味付けについてみると、「ほとんど食べる・全部食べる」生徒の 62.2%が味付けを「ちょうどよい」と感じており、「ほとんど残す・半分くらい残す」生徒と比べて、17.4%も高い結果となった。【図表 17, 18 参照】

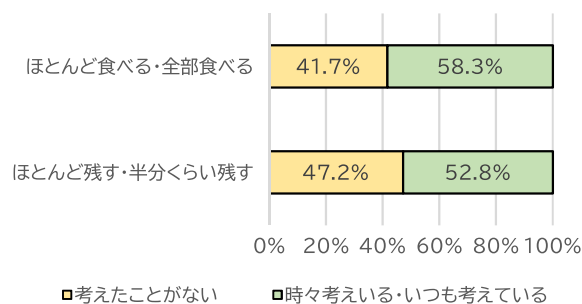
【図表 1 6】 給食の主食の喫食状況×朝食の欠食（学校がある日）

		いつも食べる	欠食することがある	欠食する	計
ほとんど食べる・全部食べる	度数	345	64	44	453
	%	76.2%	14.1%	9.7%	100.0%
ほとんど残す・半分くらい残す	度数	113	38	34	185
	%	61.1%	20.5%	18.4%	100.0%
計	度数	458	102	78	638
	%	71.8%	16.0%	12.2%	100.0%



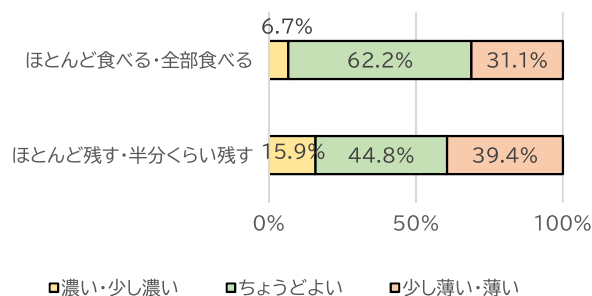
【図表 1 7】 給食の副食の喫食状況×栄養バランスの意識

		考えたことがない	時々考える・いつも考えている	計
ほとんど食べる・全部食べる	度数	131	183	314
	%	41.7%	58.3%	100.0%
ほとんど残す・半分くらい残す	度数	151	169	320
	%	47.2%	52.8%	100.0%
計	度数	282	352	634
	%	44.5%	55.5%	100.0%



【図表 1 8】 給食の副食の喫食状況×給食の味付け

		濃い・少し濃い	ちょうどよい	少し薄い・薄い	計
ほとんど食べる・全部食べる	度数	21	196	98	315
	%	6.7%	62.2%	31.1%	100.0%
ほとんど残す・半分くらい残す	度数	50	141	124	315
	%	15.9%	44.8%	39.4%	100.0%
計	度数	71	337	222	630
	%	11.3%	53.5%	35.2%	100.0%



## B 栄養摂取状況 (BDHQ) (報告書 P. 41~45)

単純集計から、「食塩」や「脂質」の取り過ぎ、また、「鉄」や「カルシウム」の不足の傾向が明らかになったことから、単純集計結果を再分析するとともに、料理別や食品群別にクロス集計し、摂取量との関連性を分析した。

### ① 栄養素と料理や食品との関係 (報告書 P. 44)

- ・カルシウムについては、摂取量が多い生徒は少ない生徒に比べて、乳製品とともに、豆腐・厚揚げ、緑黄色野菜等の摂取頻度が高かった。
- ・鉄については、摂取量が多い生徒は少ない生徒に比べて、鶏卵、緑黄色野菜の摂取頻度が高かった。
- ・脂質については、摂取量が多い生徒は、少ない生徒に比べてパンやアイスクリームの摂取頻度が高かった。一方で、摂取量が少ない生徒は、多い生徒に比べてご飯の摂取頻度が高かった。



- ・食塩については、摂取量が多い生徒は少ない生徒に比べて、練り製品の摂取頻度が高く、醤油・ソースの摂取頻度が高かった。一方で、摂取量が少ない生徒は、多い生徒に比べてご飯の摂取頻度が高かった。

## (2) 保護者アンケート【報告書 P. 46～54】

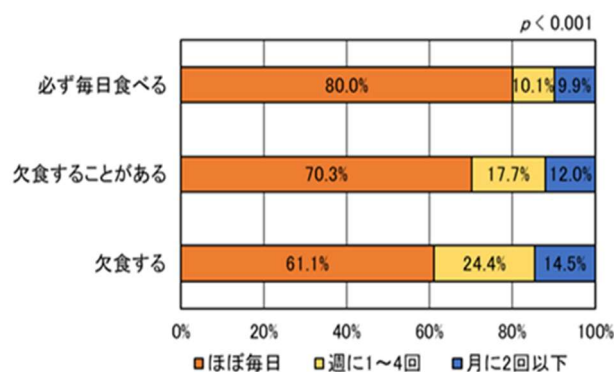
### ①「保護者の朝食摂取状況と子どもの朝食に用意しているもの（平日）」（報告書 P. 46）

#### ア クロス分析

- ・朝食を欠食する保護者において、保護者が用意する平日の子どもの朝食は、主食および牛乳・乳製品・海藻など（おそらくパンと牛乳・乳製品が主ではないかと推測する）が、比較的高い割合であった。【図表 19, 22 参照】
- ・朝食を欠食する保護者は、たんぱく質を多く含む食品や野菜を用意する頻度が低いことから、主菜や副菜に相当する料理の用意はなされていない状況が推察される。【図表 20, 21 参照】

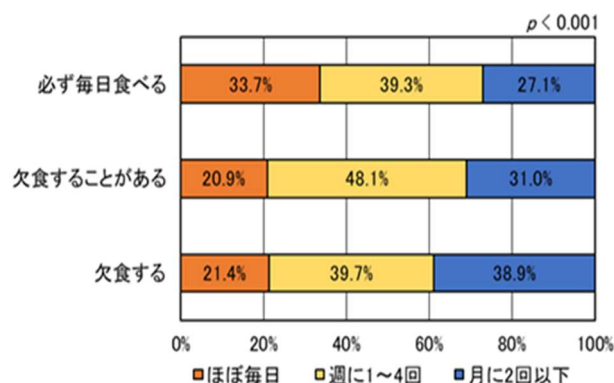
【図表 19】「保護者の朝食の欠食」×「子どもの朝食に主食を用意する頻度（平日）」

		ほぼ毎日	週に1～4回	月に2回以下	合計
必ず毎日食べる	度数	963	122	119	1204
	パーセント	80.0%	10.1%	9.9%	100.0%
欠食することがある	度数	111	28	19	158
	パーセント	70.3%	17.7%	12.0%	100.0%
欠食する	度数	80	32	19	131
	パーセント	61.1%	24.4%	14.5%	100.0%
合計	度数	1154	182	157	1493
	パーセント	77.3%	12.2%	10.5%	100.0%



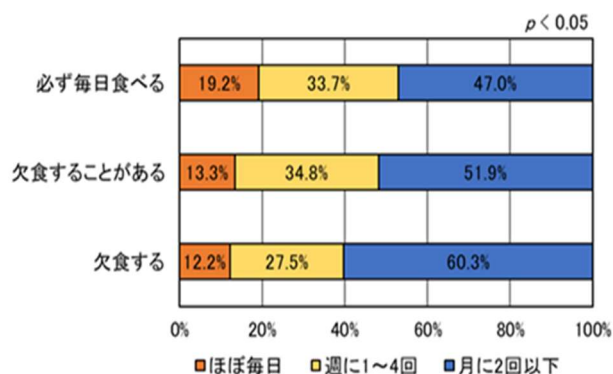
【図表 20】「保護者の朝食の欠食」×「子どもの朝食にたんぱく質を多く含む食品を用意する頻度（平日）」

		ほぼ毎日	週に1～4回	月に2回以下	合計
必ず毎日食べる	度数	406	473	326	1205
	パーセント	33.7%	39.3%	27.1%	100.0%
欠食することがある	度数	33	76	49	158
	パーセント	20.9%	48.1%	31.0%	100.0%
欠食する	度数	28	52	51	131
	パーセント	21.4%	39.7%	38.9%	100.0%
合計	度数	467	601	426	1494
	パーセント	31.3%	40.2%	28.5%	100.0%



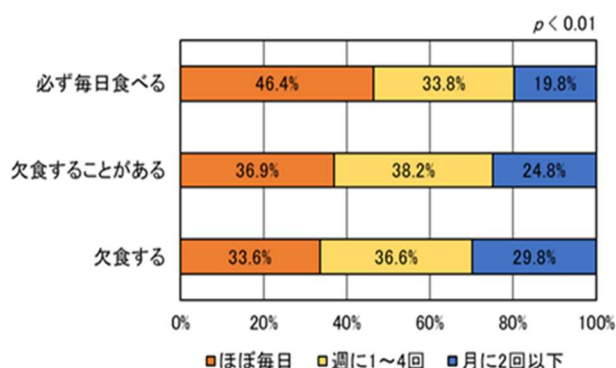
【図表 2 1】「保護者の朝食の欠食」×「子どもの朝食に野菜を用意する頻度（平日）」

		ほぼ毎日	週に1~4回	月に2回以下	合計
必ず毎日食べる	度数	231	406	566	1203
	パーセント	19.2%	33.7%	47.0%	100.0%
欠食することがある	度数	21	55	82	158
	パーセント	13.3%	34.8%	51.9%	100.0%
欠食する	度数	16	36	79	131
	パーセント	12.2%	27.5%	60.3%	100.0%
合計	度数	268	497	727	1492
	パーセント	18.0%	33.3%	48.7%	100.0%



【図表 2 2】「保護者の朝食の欠食」×「子どもの朝食に牛乳・乳製品・海藻などを用意する頻度（平日）」

		ほぼ毎日	週に1~4回	月に2回以下	合計
必ず毎日食べる	度数	559	407	238	1204
	パーセント	46.4%	33.8%	19.8%	100.0%
欠食することがある	度数	58	60	39	157
	パーセント	36.9%	38.2%	24.8%	100.0%
欠食する	度数	44	48	39	131
	パーセント	33.6%	36.6%	29.8%	100.0%
合計	度数	661	515	316	1492
	パーセント	44.3%	34.5%	21.2%	100.0%



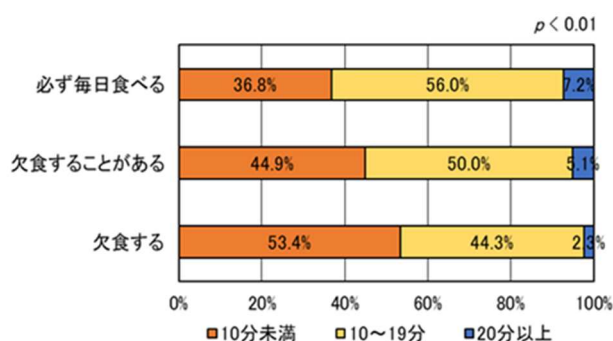
②「保護者の朝食摂取状況と子どもの朝食所要時間、朝食の孤食、中学校給食、夕食の状況との関連」  
(報告書 P. 49)

ア クロス分析

- ・保護者の朝食を欠食する頻度が高くなるほど、子どもの朝食所要時間の10分未満の割合が高くなった(必ず毎日食べる36.8%, 欠食することがある44.9%, 欠食する53.4%)【図表 23 参照】
- ・また、子どもの朝食の孤食についても同様の傾向が見られた。(必ず毎日食べる23.5%, 欠食することがある43.7%, 欠食する44.3%)【図表 24 参照】
- ・朝食を毎日食べる保護者ほど、夕食において、主食・主菜・副菜がほぼ毎日そろっていると回答した割合が他群より高かった。【図表 25 参照】

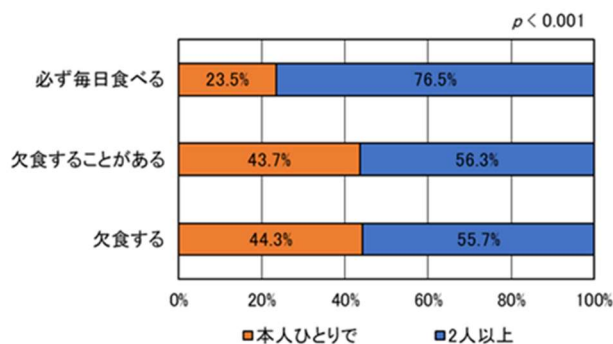
【図表 2 3】「保護者の朝食の欠食」×「子どもの朝食所要時間」

		10分未満	10~19分	20分以上	合計
必ず毎日食べる	度数	443	675	87	1205
	パーセント	36.8%	56.0%	7.2%	100.0%
欠食することがある	度数	71	79	8	158
	パーセント	44.9%	50.0%	5.1%	100.0%
欠食する	度数	70	58	3	131
	パーセント	53.4%	44.3%	2.3%	100.0%
合計	度数	584	812	98	1494
	パーセント	39.1%	54.4%	6.6%	100.0%



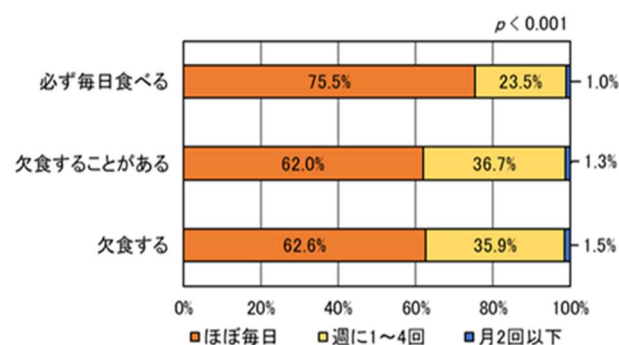
【図表 2 4】「保護者の朝食の欠食」×「子どもの朝食の孤食」

		本人 ひとりで	2人以上	合計
必ず毎日食べる	度数	283	922	1205
	パーセント	23.5%	76.5%	100.0%
欠食することがある	度数	69	89	158
	パーセント	43.7%	56.3%	100.0%
欠食する	度数	58	73	131
	パーセント	44.3%	55.7%	100.0%
合計	度数	410	1084	1494
	パーセント	27.4%	72.6%	100.0%



【図表 2 5】「保護者の朝食の欠食」×「主食・主菜・副菜が揃った夕食の頻度」

		ほぼ毎日	週に 1~4回	月2回以下	合計
必ず毎日食べる	度数	907	283	12	1202
	パーセント	75.5%	23.5%	1.0%	100.0%
欠食することがある	度数	98	58	2	158
	パーセント	62.0%	36.7%	1.3%	100.0%
欠食する	度数	82	47	2	131
	パーセント	62.6%	35.9%	1.5%	100.0%
合計	度数	1087	388	16	1491
	パーセント	72.9%	26.0%	1.1%	100.0%



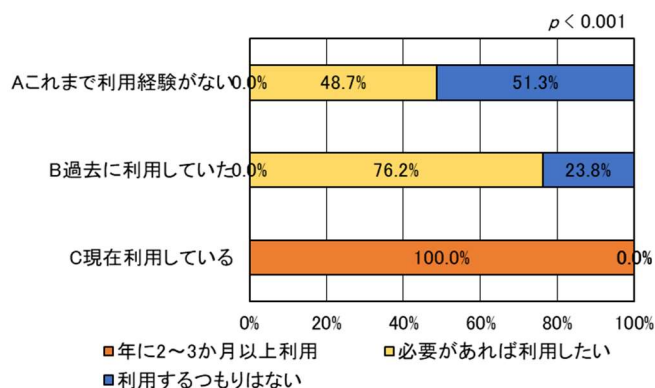
### ③ 中学校給食との関連 (報告書 P. 50)

#### ア クロス分析

- ・給食の利用経験がない保護者の約半数、過去の利用経験者の約8割が「必要があれば利用したい」と回答していた。【図表 26 参照】
- ・試食会に「参加したことがある」「経験がないので参加したい」と回答した保護者ほど、給食を利用したいと回答する割合が高く、「給食で栄養バランスの良い食事が食べられる」と答えた割合は、試食会の参加の有無に関わらず、高かった。【図表 27, 28 参照】
- ・現在、給食を利用している保護者は、子どもが「苦手なメニューがある」と「あまり思わない・思わない」と答える割合が高く、「量が多い」と「あまり思わない・思わない」と答える割合が他に比べて高かった。【図表 29~31 参照】
- ・現在、給食を利用している保護者は、給食の利用経験がない保護者に比べて、子どもの好き嫌いのうち「苦手なものは食卓に出すが子どもが食べない」と答えた割合が、8.4%低い28.8%であり、また、「苦手なものはない」と答えた割合は、5.8%高い21.1%であった。【図表 32 参照】

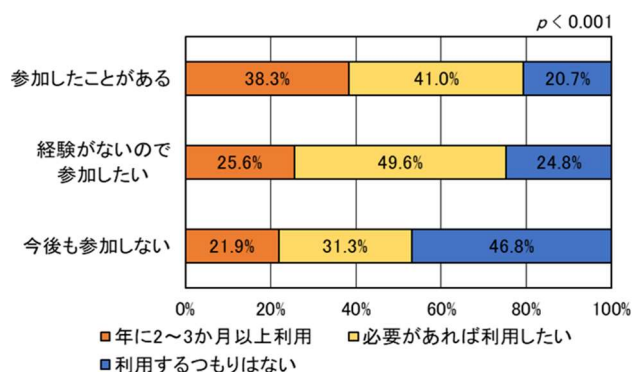
【図表 2 6】「中学校給食の利用経験」×「今後の中学校給食利用の意向」

		年に2~3か月以上利用	必要があれば利用したい	利用するつもりはない	合計
Aこれまで利用経験がない	度数	0	435	459	894
	%	0.0%	48.7%	51.3%	100.0%
B過去に利用していた	度数	0	138	43	181
	%	0.0%	76.2%	23.8%	100.0%
C現在利用している	度数	387	0	0	387
	%	100.0%	0.0%	0.0%	100.0%
合計	度数	387	573	502	1462
	%	26.5%	39.2%	34.3%	100.0%



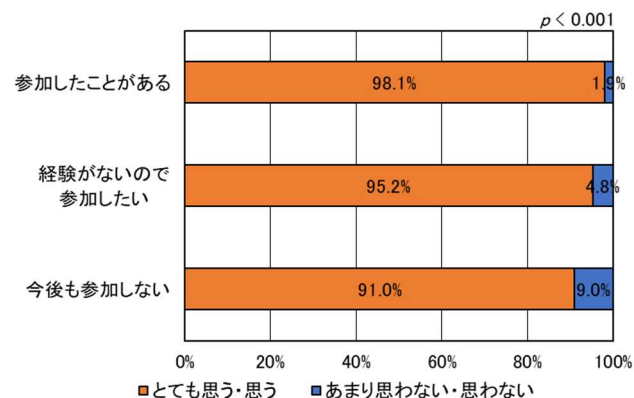
【図表 2 7】「中学校給食の試食会」×「今後の中学校給食利用の意向」

		年に2~3か月以上利用	必要があれば利用したい	利用するつもりはない	合計
参加したことがある	度数	115	123	62	300
	%	38.3%	41.0%	20.7%	100.0%
経験がないので参加したい	度数	121	234	117	472
	%	25.6%	49.6%	24.8%	100.0%
今後も参加しない	度数	151	216	323	690
	%	21.9%	31.3%	46.8%	100.0%
合計	度数	387	573	502	1462
	%	26.5%	39.2%	34.3%	100.0%



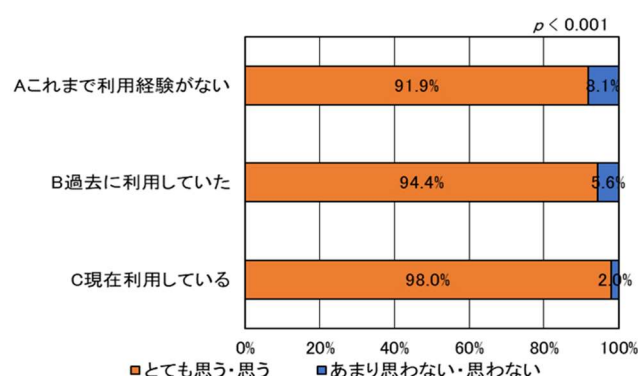
【図表 2 8】「中学校給食の試食会」×「給食は栄養バランスの良い食事が食べられる」

		とても思う・思う	あまり思わない・思わない	合計
参加したことがある	度数	303	6	309
	%	98.1%	1.9%	100.0%
経験がないので参加したい	度数	459	23	482
	%	95.2%	4.8%	100.0%
今後も参加しない	度数	639	63	702
	%	91.0%	9.0%	100.0%
合計	度数	1401	92	1493
	%	93.8%	6.2%	100.0%



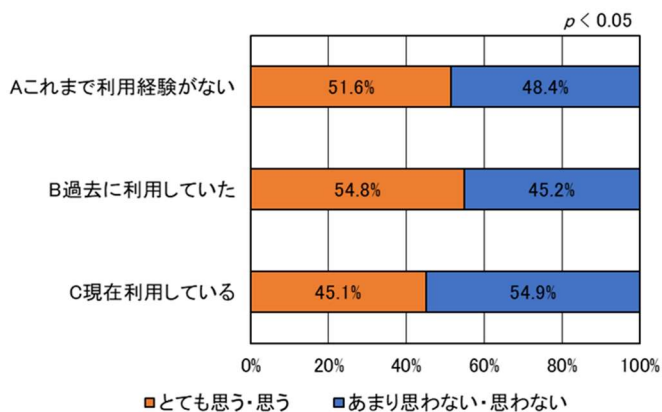
【図表 2 9】「中学校給食の利用経験」×「給食について（栄養バランスの良い食事が食べられる）」

		とても思う・思う	あまり思わない・思わない	合計
Aこれまで利用経験がない	度数	823	73	896
	%	91.9%	8.1%	100.0%
B過去に利用していた	度数	186	11	197
	%	94.4%	5.6%	100.0%
C現在利用している	度数	392	8	400
	%	98.0%	2.0%	100.0%
合計	度数	1401	92	1493
	%	93.8%	6.2%	100.0%



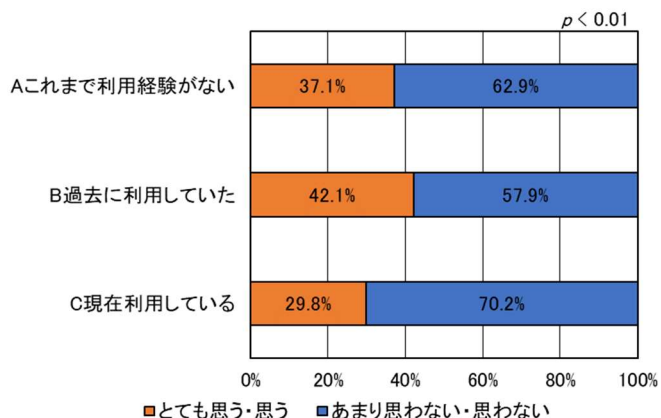
【図表 3 0】「中学校給食の利用経験」×「給食について（苦手なメニューがある）」

		とても思う・思う	あまり思わない・思わない	合計
Aこれまで利用経験がない	度数	462	434	896
	%	51.6%	48.4%	100.0%
B過去に利用していた	度数	108	89	197
	%	54.8%	45.2%	100.0%
C現在利用している	度数	180	219	399
	%	45.1%	54.9%	100.0%
合計	度数	750	742	1492
	%	50.3%	49.7%	100.0%



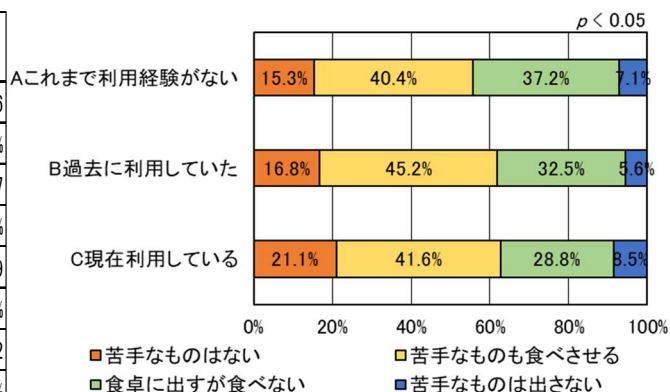
【図表 3 1】「中学校給食の利用経験」×「量が多い」

		とても思う・思う	あまり思わない・思わない	合計
Aこれまで利用経験がない	度数	332	563	895
	%	37.1%	62.9%	100.0%
B過去に利用していた	度数	83	114	197
	%	42.1%	57.9%	100.0%
C現在利用している	度数	119	280	399
	%	29.8%	70.2%	100.0%
合計	度数	534	957	1491
	%	35.8%	64.2%	100.0%



【図表 3 2】「中学校給食の利用経験」×「子どもの好き嫌い」

		苦手なものはない	苦手なもの食べさせる	食卓に出すが食べない	苦手なものは出さない	合計
Aこれまで利用経験がない	度数	137	362	333	64	896
	%	15.3%	40.4%	37.2%	7.1%	100.0%
B過去に利用していた	度数	33	89	64	11	197
	%	16.8%	45.2%	32.5%	5.6%	100.0%
C現在利用している	度数	84	166	115	34	399
	%	21.1%	41.6%	28.8%	8.5%	100.0%
合計	度数	254	617	512	109	1492
	%	17.0%	41.4%	34.3%	7.3%	100.0%



### (3) 学校調査の分析【報告書 P. 55～60】

#### ① 食に関する指導の校内組織（報告書 P. 55 図表 123～125 参照）

- ・前回結果と比較して、生徒の組織・教職員の組織ともに設置校数の割合が約 10%上がっているものの、生徒の組織は 50%を下回っており、また、教職員組織は 3 分の 1 の学校が未設置であった。
- ・生徒組織のある学校の方が無い学校よりも、教職員組織を設置している割合が高い。

② 食育に関する授業など（報告書 P. 56 図表 127～129 参照）

- ・食に関する指導の授業などを実施する学校は 58 校から 62 校に割合として 12%上がっており、使用教材は多岐にわたっていた。
- ・生徒・教職員組織がある学校の方が、無い学校よりも食に関する授業を計画している割合が高い。

③ 昼食時間中の生徒の状況（報告書 P. 57 図表 130～133 参照）

- ・コンビニ弁当、菓子パン等で済ますなど、十分な栄養を摂取できないと思われる状況の生徒がいる学校の割合は、「あてはまる」が 4%、「少しあてはまる」が 34%であった。
- ・給食を喫食している生徒に、残食が目立つ状況が見受けられる生徒がいる学校の割合は、「あてはまる」が 15%、「少しあてはまる」が 62%であった。
- ・生徒の組織が有る学校、食育授業を計画している学校の方が、コンビニ弁当、菓子パン等で済ますなど十分な栄養を摂取できないと思われる状況の生徒がいる割合が低かった。
- ・昼食時間が 20 分以下の学校では、20 分超の学校と比較して「残食が目立つ」に「あてはまる」割合が多いことから、昼食時間が短ければ残食が多い傾向があった。

### 3 詳細分析結果を踏まえた今後の取組の必要性

(1) 生徒アンケートより

① 生活習慣（報告書 P. 61）

- ・望ましい生活習慣は充実した生活の基本であり、分析結果から、学校へ行く前日や休みの日においても早寝・早起きの習慣がある生徒ほど、生活の充実感が高い傾向が見られたことから、早寝早起きの指導に継続して取り組む必要がある。
- ・前回調査と比較し、睡眠不足を感じている生徒の割合は、減少傾向であるが、テレビ・スマホの視聴時間は生活の充実感の程度に関わらず、2 時間を超えて視聴している生徒が半数程度おり、テレビ・スマホの視聴時間を含め、家庭生活の過ごし方について、生徒への指導とともに、家庭との連携を図っていく必要がある。

② 昼食摂取状況（報告書 P. 62）

- ・弁当や給食との併用も含めて市販品等を持参する生徒の割合は 4.8%と少数であるが、給食や弁当を食べている生徒の方が、生活が充実していると回答した割合が高いことから、市販品等を食べている生徒に対して、適切な栄養素等の摂取を含め、昼食の摂り方について、個別的な指導を実践する必要がある。
- ・望ましい食事のモデルである中学校給食を、昼食の時間における食に関する指導の「生きた教材」として活用し、「食に関する指導の手引」をもとに、昼食指導を行う必要がある。



③ 好き嫌いや食事の楽しさ、栄養バランスに対する意識（報告書 P. 63）

- ・食べ物の好き嫌いの有無や嫌いな食べ物があるときの対応については、生活の充実感との関連は見られなかったが、好き嫌いが「たくさんある」と答えた生徒の割合は27.9%で、前回調査の17.4%から10.5%増加しており、食品の組み合わせや栄養バランスの重要性に対して知識を深め、苦手な食べ物にも向き合えるよう指導するとともに、家庭での食生活も同様に、望ましい食習慣を身に付けられるよう家庭との連携を図る必要がある。
- ・食事の時間そのものの楽しさが生活の充実感と有意に関連性があったことから、生徒にとって、家族ぐるみで食事を囲むことの重要性を保護者へ知らせ、食事の時間の持ち方について関心を高めることができるように働きかける必要がある。

④ 中学校給食を利用している生徒の食意識（報告書 P. 63）

- ・朝食を「欠食する・欠食することがある」生徒は「いつも食べる」生徒に比べ、給食の主食を残す割合が15.1%高いことから、家庭における望ましい食習慣の確立に向け、生徒だけでなく、保護者に対する啓発に引き続き取り組んでいく必要がある。
- ・給食を「ほとんど食べる・全部食べる」と回答した生徒の62.2%が味付けをちょうどよいと感じているものの、「ほとんど残す・半分くらい残す」と回答した生徒では、「ちょうどよい」と回答した生徒の割合が44.8%で「ほとんど食べる・全部食べる」と回答した生徒に比べて低く、さらに「少し薄い・薄い」と感じている生徒の割合も39.4%で、「ほとんど食べる・全部食べる」と回答した生徒に比べて高いことから、濃い味に慣れていることが残食と関連があることや家庭での味付けが影響していることが推察された。栄養摂取状況の結果も踏まえ、引き続き、薄味に慣れていくよう献立の工夫に努めるとともに、保護者に対しても、家庭での味付けについて関心がもてるよう啓発する必要がある。

⑤ 栄養摂取状況（報告書 P. 64）

- ・不足が見られたカルシウムについては、乳製品からの摂取とともに、緑黄色野菜、さらに供給源である大豆・厚揚げ等からの摂取頻度において、25パーセンタイル未満群と75パーセンタイル以上群の2群に差があった。豆腐・厚揚げ等は40%、緑黄色野菜は約30%程度の生徒が、「ほとんど食べない」と答えており、食品に含まれる栄養素やその働きを考え、幅広い食品から摂取できるよう「食に関する指導」を計画的に進め、実践に繋げる必要がある。
- ・同じく不足が見られた鉄については、鶏卵、緑黄色野菜に2群間で差があった。鉄を含む食品はほかにもあり、栄養バランスのよい簡単な日常食の調理を考えるなど、栄養や食事のとり方について正しい知識や情報に基づき、自ら判断できるように、家庭科や保健体育科保健分野で取り扱う内容と連携を図るとともに、保護者にも情報を発信し、生徒への食育を進める必要がある。
- ・過剰が懸念される脂質及び食塩については、生活習慣病と関係が深く、このまま摂取過剰を続けていくことは、将来の健やかな生活を脅かすことにも繋がる、脂質エネルギー比では、20%～30%の適性範囲群と30%以上の過剰群の2群間で、パンやアイスクリームなど、生徒が購入するものにも摂取頻度に差があったことから、間食の選び方や摂り方についても正しい知識を得ることの必要性が明らかになった。また、ご飯をしっかりと食べている生徒は、脂質や食塩が適正範囲に収まる割合が高い結果となり、主食・主菜・副菜の役割や栄養バランスについて学び、炭水

化物を極端に控えることがないよう周知するとともに、食生活と生活習慣病との繋がりについて、知識理解を深めていけるよう、学校全体で食に関する指導の全体計画を作成し、教科・領域と関連づけたり、昼食指導時に食育放送等を活用したり、定期的に「食選力※チェックシート」を活用し、自分の食生活を振り返ったりするなど、日々の取組を計画的に行う必要がある。

※「食選力」とは、心と体の健康のために、何をどのように食べれば良いかを選ぶ力

## (2) 保護者アンケートより

### ① 保護者の朝食摂取状況と生徒の朝食等（報告書 P. 65）

- ・朝食を欠食する保護者において、保護者が用意する平日の子どもの朝食は、主食および牛乳・乳製品・海藻など（おそらくパンと牛乳・乳製品が主ではないかと推測する）が、比較的高い割合であり、たんぱく質を多く含む食品を用意する割合は、必ず毎日食べると回答する保護者の方が、欠食する保護者に比べて高かった。
- ・また、子どもに野菜を用意する割合も、必ず毎日食べる保護者の方が、欠食する保護者に比べて高い割合だった。しかし、必ず毎日食べる保護者のうちの47%が、用意する頻度は月に2回以下と答えており、さらに欠食する保護者のうち、用意するのは月2回以下と答えた保護者は60%を超えており、主食やたんぱく質に比べて、摂取頻度が低い傾向が見られた。
- ・保護者が朝食を摂取できない理由の上位は、「食べる時間がない」など、生徒の朝食欠食理由と類似しており、学校における生徒への食育だけでなく、家族でバランスのとれた朝食を食べる習慣を身に付けるため、家庭での食育が重要である。

### ② 中学校給食（報告書 P. 66）

- ・試食会に「参加したことがある」「経験がないので参加したい」と回答した保護者ほど、給食を利用したいと回答するとともに、給食で栄養バランスの良い食事が食べられると回答した割合も高い結果から、引き続き、多くの保護者に試食会への参加を促していく。
- ・また、給食を利用している保護者は、子どもが「苦手なメニューがある」と「思わない・あまり思わない」と答える割合が高いことから、給食の利用を通じて、家庭における栄養バランスの取れた食事、望ましい食習慣を考慮してもらうなど、学校とも連携して保護者への啓発に取り組む必要がある。

## (3) 学校調査より

### ① 食に関する指導の校内組織（報告書 P. 67）

- ・平成10年に比べて、生徒の組織、教職員の組織ともに設置割合が上がっているが、依然として生徒の組織がある学校は半数未満であり、食生活の改善を図るには、主体的な活動を通じた効果的な取組が必要であり、各学校では生徒会活動の組織づくりから手掛けることが重要である。

### ② 昼食時間中の生徒の状況（報告書 P. 67）

- ・給食を喫食している生徒が残食する割合と、好き嫌いが多く、残食や好きなものだけを食べる状況は同様の傾向があったことから、栄養バランスを考えた昼食の摂り方について、知識を理解し、

行動変更できるよう指導する必要がある。

- ・残食の状況には、喫食時間が関係している結果が出ており、喫食時間が 20 分以下の学校で残食が多い傾向である。文部科学省の通知（令和 3 年 2 月 12 日付け通知文「学校給食実施基準の一部改正（通知）」では、給食の時間は準備から片付けまでを含めて、指導することが重要であるとされており、十分な喫食時間を確保するために、前後の時間を合わせて、各校の実態に応じた適切な昼食時間の在り方（落ち着いた雰囲気ですぐに食事ができるとともに、食に関する学びが深められるように、ゆとりある昼食時間の設定）を検証する必要がある。
- ・加えてコンビニ弁当、菓子パン等で済ます生徒が見受けられる学校が 4 割近くあり、昼食の内容の選び方や食べ方、総じて「食選力※」をつけるための取組を進めていく必要がある。  
※「食選力」とは、心と体の健康のために、何をどのように食べれば良いかを選ぶ力

#### 4 今後の取組予定

単純集計及び詳細分析の結果を踏まえ、中学校給食の献立の充実や適切な栄養管理、申込の利便性の向上など、現行の中学校給食の充実を図るとともに、学校・家庭と連携し、食育の一層の推進に取り組んでいく。（下線は令和 3 年度以降の取組）

##### (1) 中学校給食の充実

- ・献立の充実と改善（順次）  
→詳細分析結果を踏まえ、生徒の嗜好や栄養摂取状況等にも配慮した魅力的な献立の多様化
- ・給食予約システムの本格稼働（令和 2 年 4 月）
- ・ご飯量選択制の試行実施の拡大  
→令和 3 年 1 月から、9 校で実施しているご飯量選択制を令和 3 年度以降、全校に拡大。
- ・小学校 6 年生を対象とした中学校給食試食体験学習の実施拡充（順次）  
→令和元年度 53 校、2 年度 85 校で実施。令和 3 年度以降、全校実施に向けて拡充
- ・小・中学校の保護者対象の試食会の実施拡充（順次）  
→令和元年度 44 校で実施。令和 2 年度はコロナ感染防止のため中止。
- ・中学校給食の愛称募集（検討）  
→生徒が中学校給食に親しみを感じ、注文しやすい雰囲気づくりに繋げる

##### (2) 食育の推進

- ・管理職に対する研修の実施（令和 3 年 4 月）
- ・食教育主任に対する教員研修の実施（令和 3 年 6 月（年 1 回））
- ・食選力チェックシートの作成と活用（令和 2 年 6 月）⇒令和 3 年 4 月以降も継続  
→生徒自身が心と体の健康のために、何をどのように食べれば良いかを選ぶ力を育む
- ・給食レシピ集の作成（令和 2 年 4 月）⇒令和 3 年 4 月以降も継続（随時更新）  
→家庭で作れる中学校給食のレシピを紹介
- ・教員用「食に関する指導実践事例集（仮称）」の作成（令和 3 年度）  
→学校における食に関する指導の実践事例等をまとめた事例集の作成
- ・新学習指導要領を踏まえ、「食に関する指導の全体計画」の様式統一（令和 3 年度）

### (3) 生徒・保護者啓発資料の発行と活用

- ・リーフレット「規則正しい食生活で未来を切り拓こう！」(令和2年6月)  
→単純集計結果を基に、生徒にとって望ましい行動や今後の取組等をまとめ、生徒・保護者に配布
- ・詳細分析を踏まえ、生活の充実感を高める早寝早起きなどの望ましい生活習慣や食習慣についての啓発リーフレットを作成(令和3年6月)  
→今回の詳細分析を踏まえた内容をまとめたリーフレットを作成し、生徒・保護者に配布
- ・リーフレット「<sup>きょう</sup>京の食育通信」(令和2年10月～)⇒令和3年4月以降も継続  
→実態調査の結果や食に関わる各月の行事を踏まえたテーマに基づき、1～2か月に1回作成
- ・PTAと連携した啓発(随時)  
→PTA しんぶんや Facebook 等を活用し、食意識の大切さや栄養バランスのよい食事内容などを保護者へ啓発

### <参 考> 実態調査の概要(令和元年10月)

1 調査時期 令和元年10月実施(令和2年3月集計結果報告)

2 各調査の概要

	調査対象	調査内容	設問数 (内訳)
学校	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 (前回7, 新規6)
生徒	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 (前回70, 新規51)
		②-B 栄養摂取状況等	101問 (全て新規)
保護者	「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 (全て新規)

※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】榎原中学校  
【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

3 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%