

【追補】

◎「児童又は生徒1人1回当たりの学校給食摂取基準」が一部改正されましたので、P.421を下記のものとし差し替えてください。

児童又は生徒1人1回当たりの学校給食摂取基準

2018(平成30)年8月1日施行

区分	基準値			
	児童(6～7歳)の場合	児童(8～9歳)の場合	児童(10～11歳)の場合	生徒(12～14歳)の場合
エネルギー	530kcal	650kcal	780kcal	830kcal
たんぱく質	学校給食による摂取エネルギー全体の13～20%			
脂質	学校給食による摂取エネルギー全体の20～30%			
ナトリウム (食塩相当量)	2g未満	2g未満	2.5g未満	2.5g未満
カルシウム	290mg	350mg	360mg	450mg
マグネシウム	40mg	50mg	70mg	120mg
鉄	2.5mg	3mg	4mg	4mg
ビタミンA	170 μ gRAE	200 μ gRAE	240 μ gRAE	300 μ gRAE
ビタミンB ₁	0.3mg	0.4mg	0.5mg	0.5mg
ビタミンB ₂	0.4mg	0.4mg	0.5mg	0.6mg
ビタミンC	20mg	20mg	25mg	30mg
食物繊維	4g以上	5g以上	5g以上	6.5g以上

(注)1 表に掲げるもののほか、次に掲げるものについても示した摂取について配慮すること。

亜鉛…児童(6～7歳)2mg、児童(8～9歳)2mg、児童(10～11歳)2mg、生徒(12～14歳)3mg

2 この摂取基準は、**全国的な平均値**を示したものであるから、適用に当たっては、個々の健康及び生活活動等の実態並びに地域の実情等に十分配慮し、**弾力的に運用**すること。

3 献立の作成に当たっては、多様な食品を適切に組み合わせるよう配慮すること。

■児童又は生徒1人1回当たりの学校給食摂取基準のポイント

- (1)「学校給食摂取基準」については、厚生労働省が策定した「日本人の食事摂取基準(以下「食事摂取基準」という。)(2015年版)」を参考とし、その考え方を踏まえるとともに、厚生労働科学研究費補助金により行われた循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業「食事摂取基準を用いた食生活改善に資するエビデンスの構築に関する研究」(以下「食事状況調査」という。)及び「食事状況調査」の調査結果より算出した、小学3年生、5年生及び中学2年生が昼食である学校給食において摂取することが期待される栄養量(以下「昼食必要摂取量」という。)等を勘案し、児童又は生徒(以下「児童生徒」という。)の健康の増進及び食育の推進を図るために望ましい栄養量を算出したものである。したがって、本基準は児童生徒の1人1回当たりの全国的な平均値を示したものであるから、適用に当たっては、児童生徒の個々の健康及び生活活動等の実態並びに地域の実情等に十分配慮し、弾力的に運用すること。
- (2)「学校給食摂取基準」についての基本的な考え方は次のとおりである。

なお、各基準値等の単位及び表示方法は、「食事摂取基準」と同様とした。

① エネルギー

「学校給食摂取基準」の推定エネルギー必要量の算定に当たっては、文部科学省が毎年度実施する学校保健統計調査の平均身長から求めた標準体重と食事摂取基準で用いている身体活動レベルのレベルⅡ(ふつう)により算出した1日の必要量の3分の1を基準値とした。

② たんぱく質

「食事摂取基準」の目標量を用いることとし、学校給食による摂取エネルギー全体の13%～20%を基準値とした。

③ 脂質

「食事摂取基準」の目標量を用いることとし、学校給食による摂取エネルギー全体の20%～30%を基準値とした。

④ ナトリウム（食塩相当量）

「昼食必要摂取量」を算出すると、小学生は0.1 g 未満、中学生は0.2 g 未満であり、これに基づく献立作成上味付けが困難となることから、「食事摂取基準」の目標量の3分の1未満を基準値とした。

⑤ カルシウム

「昼食必要摂取量」を算出すると、「食事摂取基準」の推奨量の50%を超えているが、献立作成の実情に鑑み、「食事摂取基準」の推奨量の50%を基準値とした。

⑥ マグネシウム

「昼食必要摂取量」を算出すると、小学生は「食事摂取基準」の推奨量の3分の1以下であるが、中学生は約40%である。このため、児童については、「食事摂取基準」の推奨量の3分の1程度を、生徒については40%を基準値とした。

なお、従来の「学校給食摂取基準」においては、配慮すべき値として表の注に規定していたが、中学生において不足している現状が見られることから、「学校給食摂取基準」の表中の基準値とした。

⑦ 鉄

「昼食必要摂取量」を算出すると、「食事摂取基準」の推奨量の40%を超えているが、献立作成の実情に鑑み、「食事摂取基準」の推奨量の40%程度とし、生徒は3分の1程度を基準値とした。

⑧ ビタミンA

「昼食必要摂取量」を算出すると、「食事摂取基準」の推奨量の40%を超えているが、献立作成の実情に鑑み、「食事摂取基準」の推奨量の40%を基準値とした。

⑨ ビタミンB₁

「昼食必要摂取量」を算出すると、「食事摂取基準」の推奨量の約40%であることから、「食事摂取基準」の推奨量の40%を基準値とした。

⑩ ビタミンB₂

「昼食必要摂取量」を算出すると、「食事摂取基準」の推奨量の約40%であることから、「食事摂取基準」の推奨量の40%を基準値とした。

⑪ ビタミンC

「昼食必要摂取量」を算出すると、「食事摂取基準」の推奨量の3分の1以下であるが、望ましい献立としての栄養バランスの観点から、「食事摂取基準」の推奨量の3分の1を基準値とした。

⑫ 食物繊維

「昼食必要摂取量」を算出すると、小学3年生は「食事摂取基準」の目標量の約40%、小学5年生は約3分の1であることから、「食事摂取基準」の目標量の40%以上を基準値とし、中学生は40%を超えているが、献立作成の実情に鑑み、「食事摂取基準」の目標量の40%以上を基準値とした。

⑬ 亜鉛

「昼食必要摂取量」を算出すると、「食事摂取基準」の推奨量の3分の1以下であるが、望ましい献立としての栄養バランスの観点から、「食事摂取基準」の推奨量の3分の1を学校給食において配慮すべき値とした。

◎健康増進法、食品衛生法について、一部改正されました。詳細は、厚生労働省HPをご確認ください。

2018年8月吉日
東京アカデミー教材作成部門