

学校給食の現状と効果

—中学生の栄養知識についての調査から—

斉藤礼子・野澤紀子・川崎まつ子

Present Conditions and their Effect of School Feeding
From Examination on Nutritional Knowledges
of Junior High School Pupil

Reiko SAITO, Noriko NOZAWA and Matsuko KAWASAKI

〔内容抄録〕

学校給食法が制定されてから、20年余りの歴史を持つ学校給食の効果は、諸外国なみの体位の向上、食生活改善などめざましいものがある。しかし、一方においては学童肥満や朝礼時の貧血などみのがせない事実もある。これらの原因には、食生活から起こる面も大きいと思われ、著者らは、学校給食の現状より学校給食の効果を栄養知識面から把握し、教育資料にしたいと考え、中学1年生を対象に、小学校の栄養教育に使われている「三つの基礎食品」をもとに「日常の食生活調査」と「栄養知識調査」を行なったところ、「食品群と働き」の関係より「食品群と栄養素」の関係についての知識が高いことがわかった。しかし、具体的な食品と栄養素又は働きについては必ずしも高いとは言えない。一方に食生活面では、まだまだ嗜好が優先されている傾向にあることが、朝食の内容などからもみられた。また、男子より女子の方が知識が高いことが検定の結果からわかった。

ま え が き

第2次世界大戦後、すでに30年を迎えた今日、生活様式の多様化に伴ない、食生活面でも食糧不足の時代から急速に食糧飽和の時代へと変り、国内の産物のみならず世界各国の産物まで食卓にのるようになった。それと同時に国民の栄養摂取状況にも順調な改善進歩のあとがみられ、国民1人1日当りの栄養摂取量は10年前の昭和38年に比べ、炭水化物をのぞくすべての栄養素の摂取量が増加した（昭和48年度国民栄養調査より）。特に動物性たん白質は47%増、脂肪は80%増となり、従来不足勝ちと考えられた動物性たん白質、脂質、カルシウムの摂取量がめざましい増加を示している。しかし、一方においては嗜好優先の食生活がもたらす栄養素のアンバランスや過剰摂取がもとで肥満、貧血、糖尿病などいわゆる成人病が多くなった。こうした事態を改善してゆくのは食生活面であり、家族の食事を担当する主婦の責任はもとより、父親から受ける子供への影響力も大きいものと思われる。

そこで、心身共に成長期にある中学生の年代は、親となる基礎を作る大切な時期でもあるので、この時期にしっかりと栄養知識を身につけ、自からが正しい食生活が営めるような人間をつくりあげなければならない。その基礎資料として、6年間の学校給食などから栄養知識がどの程度吸収

され、日常の食生活にどのように生かされているか、小学校給食における成果を栄養知識の面でみたいと考え、今回は中学1年生を対象に調査を行なったのでここに報告したい。

学校給食の現状

学校給食は、明治の中頃、山形県下において貧困児童救済として補食の目的で行なわれたが、戦後「学校給食法」が制定され、義務教育小・中学校、特殊教育幼稚・小・中・高等学校、夜間定時制高等学校、幼稚園など、幼稚・児童・生徒を対象とし、「児童および生徒の心身の健全な発達を資し、学校給食を通して国民の食生活改善に寄与する」という目的のもとに現在に至っている。したがって、学校給食は教育活動の一環として重要な意義をもつものである。

学校給食の目標としてはつぎの事柄があげられる。

1) 児童・生徒の心身の発育・発達に必要な栄養量を十分に与えて健康の増進をはかる。このため、文部省では「学校給食の所要栄養量の基準」とこれを満たすための「食品構成」をきめ、家庭で不足がちな動物たん白質、カルシウム、ビタミン類の確保に重点をおいている。

2) 日常生活の食事について、正しい理解と望ましい習慣、態度を養う。この教育法として食品分類法(図1)により、給食当番が毎日の献立を分類し、パネルを用いて視覚に訴えて栄養の必要性をわからせ、望ましい食習慣と食事のマナーを身につけさせるような指導を行なっている。また、食事前には手洗い、励行を実施し、衛生保持をはかっている。

3) 同じ環境で食事をあたえることによって卑屈感を是正し、明るい社会性を養う。

4) 給食を通して、食糧の生産、配分および消費について理解に導く。

5) 家庭において行なわれがたい、児童の偏食を矯正する。偏食矯正は、家庭と学校が一体とならなければ出来ないことである。学校では、献立の工夫、調理の工夫、栄養教育を行なっている。以上の目標に向かって次のよう



図1 三つの基礎食品

な食事型態をとっている。

学校給食の食事型態は3つに分類されている。

- 完全給食——パン・ミルク・おかず 但しパンはこれに準ずる小麦粉食品および米飯を含む
- 補食給食——パン・おかず又はパン・ミルク
- ミルク給食——ミルク

学校給食実施状況を文部省調査(図2)からみると、義務教育児童・生徒のうち大半が学校給食を受けている。

これを小学校についてみると、全児童のほとんどが完全給食を受けており、地域による差もほとんどない。中学校では、全生徒のうち8割余りが給食を受け、そのうち半分以上が完全給食を受けているが、地域によりかなりの差があり、90%以上が35県ある。一方、50%以下が3府県という状況である。給食の型態は、完全給食実施90%以上はわずかに3県で、小学校に比べかなり遅れている。

学校給食の指導計画 学校給食が教育活動として位置づけられ、かつ有効なる教育活動として、

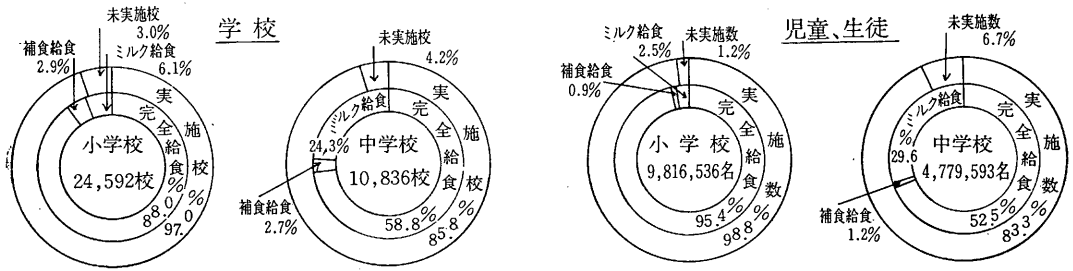


図2 学校給食実施状況 (昭和48年5月1日現在)

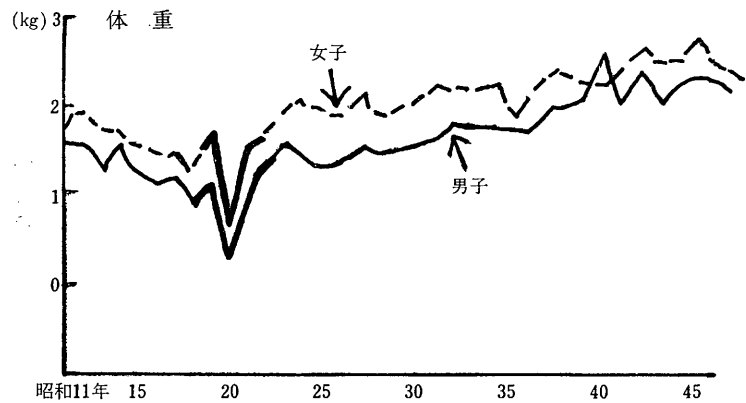
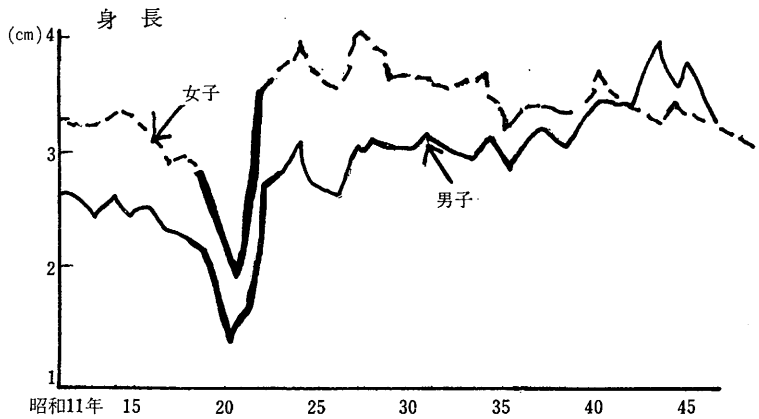
その意義が認識されるためには、学校教育全領域との関連において、適切な指導計画が作成され、また確立されなければならない。その一例として教育面についてのみあげたのが表Iに示すとおりである。

学校給食の効果 学校給食による効果はいろいろ報告されている、その中から2、3の例をあげると、

1) 学校給食が児童・生徒の体位の向上 (例、図3)、健康増進さらには食生活の改善に顕著な効果をあげた。

2) 児童・生徒間または児童・生徒と教師との間に望ましい人間関係のきずなとなった。

3) 学校給食は、親子の対話に恰好な材料を提供し、ひいては家庭の献立に対する関心を増大させ、社会的視野にめざめる一つの機会を与えることができる。



(注) 同一個人の発育を観察したものである。太い実線で示した。昭和18~22年の身長・体重の増加量を見れば、食糧難で発育が低下し戦後回復していく推移がわかる。

(学校給食要覧
—日本学校給食会年報—
昭和48年度版

図3 仙台全市各年度6年生の発育速度 (4月から10月まで6ヶ月間の身長、体重増加量)

表1 栄養教育内容(事例)

栄養の事項	低学年	中学年	高学年
ミルク、乳製品について	ミルクはおいしいか 家で牛乳を飲むか 赤ちゃんは、お母さんの乳 の代用としてミルクを飲む と大きくなる話。	ミルクとその製品の作り方 (チーズなど)。 カルシウムの働き。	ミルクの衛生について
パンについて	残したパンのゆくえ パンはちぎってミルクと交 互に食べる。	パンとめんとうはんにつ いての特性。	パンのできるまで 小麦と種類の生産 輸入
おかずについて	いろいろのおかずの名まえ をおぼえる。	油っこいおかず あっさりしたおかず	肉ばかり食べると血液が酸 性になるから野菜を食べる
たん白質(魚)について	給食で使われる魚の名まえ を知る。	魚にはたんぱく質が多く含 まれて血や肉になる。	魚にはたんぱく質が多く含 まれている。 小魚は蛋白質もあるし骨ま で食べられるので歯や骨の 発育によい。
たん白質(肉・卵)について	肉を食べると大きく丈夫に なる	肉や卵は血や肉になる。 卵にはたんぱく質が多く含 まれている。	動物性蛋白質は植物性蛋白 質より栄養価が高い。
ビタミンA・D について	バターの話	肝油の話	緑黄色野菜と淡色野菜のち がいがい。
ビタミンB ₁ ・ B ₂ について	大豆とその製品の名まえ。	豚肉や卵、豆類の話	胚芽について
ビタミンCにつ いて	果物と野菜の名まえをあげ る。	ビタミンCが不足するとど うなる。	ビタミンCは調理法により こわれたり流れ出したりす る。
消化について	怒ったり、泣いたりすれば 消化は悪い。	昼食時間と、遊び運動の関 係について。	消化液の分泌(条件反射) が、消化力に大きな影響が ある。
栄養のバランス について	給食は栄養がいっぱいある から大きくなれる。	パン、ミルク、おかずの主 な材料のはたらき。	パン、ミルク、おかずの栄 養素の分類と働き。
食事全般	きれいな食品を食べること ろみ。 みんな一緒にそろって給食	栄養、運動、休息の三本柱	たのしい食事とは

調査対象および方法

小学校給食を受けてきた、東京都区立中学1年生、4クラス、176名(表2)を対象に、昭和50年7月7日の放課後、教室内で調査用紙を配布して行なった。調査内容は「日常の食生活に関する

V	<p>(1) 色のついた野菜（緑黄色野菜）には次のようなものがあります。これらのうちでよく食べるものに◎、どうしても食べられないものに×をつけてください。</p> <p>ア) こまつな イ) しその葉 ウ) しゅんぎく エ) パセリ オ) ピーマン カ) ほうれん草 キ) みつば ク) にんじん ケ) にら コ) かぼちゃ サ) サラダ菜</p>
---	--

表4 栄養クイズ

I A・B・C群でそれぞれ関係していると思われるものを下の答のらんじに記号でかいてください。		
A 群	B 群	C 群
(1) くだもの類・野菜類	(イ) 炭水化物(糖質)	(a) 体の調子をととのえる
(2) 乳・小魚・海そう類	(ロ) 脂 肪(脂質)	(b) 力や熱となる
(3) こく類・いも類・砂糖	(ハ) たんぱく質	(c) 血や肉・骨となる
(4) バター・マーガリン・油	(ニ) 無 機 質	
(5) まめ・魚・肉・貝・卵類	(ホ) ビタミン類	
II 次の質問にあてはまる記号をいくつでも○でかこんでください。		
(1) 緑黄色野菜は、他の野菜とくらべてビタミン類が多いですが、次の中で緑黄色野菜はどれですか。		
ア) きゅうり イ) トマト ウ) かぶの葉 エ) なす オ) そらまめ カ) ピーマン キ) さやいんげん		
(2) 次のうちどれが一番ビタミンCが多くふくまれていると思いますか。1つを○でかこんでください。		
ア) みかん イ) レモン ウ) いちご エ) すいか オ) ぶどう		
(3) 歯・骨をじょうぶにする食品はどれですか。		
ア) せんべい イ) 牛乳 ウ) 小ざかな エ) ピーナツ オ) 海そう		
(4) とうふやなっとうは体の中で次のどの食品と似たようなはたらきをしますか。		
ア) 肉 イ) ごはん ウ) はんぺん エ) 卵 オ) ジャがいも カ) バナナ		

調査結果ならびに考察

I 栄養知識について（表4の栄養クイズより）

1) 食品群5項目それぞれが、栄養素・働きとの関係について、どの程度知識として持っているかをみたところ、表5、図4-1・2に示すように、5項目とも正解であった生徒は14%で男子より女子に多く、また誤解の生徒は約14%で男子に多くみられた。更に5項目正・誤解者をのぞく116名についてみると、果物類・野菜類についての正解が50.9%で他の食品群に比べて男女共高い知識を持っているのが特徴的である。他の食品群の正解は24%前後でやや同率を示し、5項目正解14%を加えても余り高い知識とはいえない。また食品群と栄養素・働きとの関係において、まめ・魚・肉・貝・卵類以外は「食品群と働き」より「食品群と栄養素」の方が知識が高いことがわかった。

2) 次に「食品・栄養素・働き」の関係を数種の食品から選ばせてみたところ、表7-1、図5に示すように緑黄色野菜の正解は37.1%と低く、食品群での正解より下回っている。男女共きゅうり、さやいんげん、トマトを正解としている生徒が多くみられた。またビタミンCについての正解も低く33.9%である。うち女子は45.8%、男子24.1%で「レモン」と答えた生徒が男子に56.3%もあり、検定の結果男女間に差がみられた(表6)、歯・骨を丈夫にする食品については男女共95%で知識の高さを示している。豆腐や納豆は体の中でどの食品と似た働きをするかについては、正解が64.8%で、男子の中には「ジャがいも」と答えている生徒が多くみられた。

3) 「食品群・栄養素・働き」の関係を結ぶ正解者のみを対象に「食品と栄養素と働き」の関係

解答をみたところ(表7-2, 図5), 表7-1と7-2を比較すると, たん白源食品では男女共正解が多く, 一般に栄養知識の高い生徒は, 学校給食で栄養教育として行なっている「三つの基礎食品」をよく理解していると考えられる。

表5 栄養知識 (1)

A 群 (食品群)	B 群 (栄養素)	C 群 (働き)	解 答	実 数			一問以上正解者			百 分 率 (%)		
				男 (63)	女 (53)	計(116)	男	女	計	男	女	計
(1)くだもの類 野 菜 類	(イ)ビタミン類	体の調子を ととのえる。	全部正解	27	32	59	42.9	60.4	50.9			
			A、B正	20	16	36	31.7	30.2	31.0			
			A、C正	8	1	9	12.7	1.9	7.8			
			全誤解	8	4	12	12.7	7.5	10.3			
(2)牛 乳 小 魚 海 そう類	(ロ)無機質	血や肉、骨、 となる。	全部正解	12	14	26	19.0	26.4	22.4			
			A、B正	12	15	27	19.0	28.3	23.3			
			A、C正	15	8	23	23.8	15.1	19.8			
			全誤解	24	16	40	38.1	30.2	34.5			
(3)こ く 類 い も 類 砂 糖	(ハ)炭水化物 (糖質)	力や熱とな る。	全部正解	15	14	29	23.8	26.4	25.0			
			A、B正	21	16	37	33.3	30.2	31.9			
			A、C正	8	8	16	12.7	15.1	13.8			
			全誤解	19	15	34	30.2	28.3	29.3			
(4)バ タ ー マーガリン 油	(ニ)脂 肪 (脂 質)	力や熱とな る。	全部正解	15	14	29	23.8	26.4	25.0			
			A、B正	21	25	46	33.3	47.2	39.6			
			A、C正	9	2	11	14.3	3.8	9.5			
			全誤解	18	12	30	28.6	22.6	25.9			
(5)豆、魚 肉、貝 卵、類	(ホ)たんぱく質	血や肉、骨、 となる。	全部正解	13	13	26	20.6	24.5	22.4			
			A、B正	11	9	20	17.5	17.0	17.2			
			A、C正	23	21	44	36.5	39.6	38.0			
			全誤解	16	10	26	25.4	18.9	22.4			
(1)～(5)迄		全 正 解	(88名中) 9	(73名中) 14	(161名中) 23	10.2	19.2	14.3				
		全 誤 解	16	6	22	18.2	8.2	13.7				

表6 検定結果

質問項目		男(人)	女(人)	X ² 値 有意差有り
ビタミンCが一番多く 含まれている食品	正解	21	33	8.27 C=0.02
	誤解	66	39	
(栄養クイズ正解者より) 歯・骨を丈夫にする食品	正解	32	47	4.95 C=0.02
	誤解	1	12	
肉・魚・卵を食べると き必ず野菜も一緒に食 べますか	はい	61	67	5.11 C=0.01
	いいえ	84	77	

自由度 = 1 危険率 = 5% C = 連合
備考 検定の結果有意差有りのみを示した

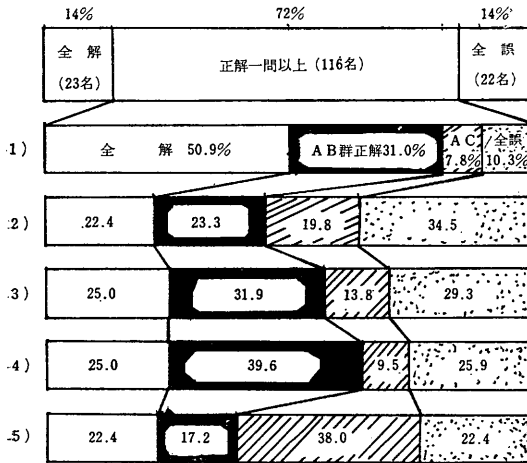


図4-1 栄養知識 (1)

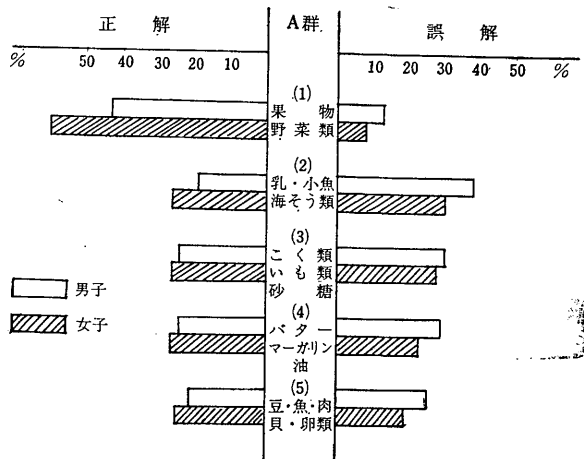


図4-2 栄養知識 (1)

表7 栄養知識 (2)

A 群	質問項目	表7-1 対象総数について (161人)						表7-2 栄養クイズ正解者について							
		実数(人)			百分比(%)			実数(人)			百分比(%)				
		男	女	計	男	女	計	男	女	計	男	女	計		
(1)く だもの 類・ 野菜 類	緑黄色野菜はどれですか	きゅうり	50	46	96	18.9	22.8	20.6	(36)	(44)	(80)	19.8	20.9	20.4	
		トマト	35	25	60	13.3	12.4	12.9	21	27	48	13.2	12.4	12.8	
		○かぶの葉	38	26	64	14.4	12.9	13.7	13	18	31	12.3	13.9	13.2	
		なす	12	6	18	4.5	3.0	3.9	4	5	9	3.8	3.9	3.8	
		そらまめ	36	12	48	13.6	5.9	10.3	17	7	24	16.0	5.4	10.2	
		○ピーマン	53	56	109	20.1	27.7	23.4	22	38	60	20.8	29.5	25.6	
		さやいんげん	40	31	71	15.2	15.3	15.2	14	18	32	13.2	14.0	13.6	
	計	264	202	466				無回答 ¹ 106	129 ⁰	235 ¹	0.9		0.4		
	正解	91	82	173	34.5	40.6	37.1	35	56	91	33.0	43.4	38.7		
	誤解	173	120	293	65.5	59.4	62.9	71	73	144	67.0	56.6	61.3		
	ビタミンCが一番多く含まれているのはどれですか	みかん	14	11	25	16.1	15.3	15.7	(36) 5	(44) 5	(80) 10	13.5	11.1	12.2	
		レモン	49	27	76	56.3	37.5	47.8	20	18	38	54.1	40.0	46.3	
○いちご		21	33	54	24.1	45.8	33.9	12	22	34	32.4	48.9	41.5		
すいか		1	1	2	1.1	1.4	1.3	0	0	0	0	0	0		
ぶどう		2	0	2	2.3	0	1.3	0	0	0	0	0	0		
計	87	72	159				37	45	82						
正解	21	33	54	24.1	45.8	33.9	12	22	34	32.4	48.9	41.5			
誤解	66	39	105	75.8	54.2	66.1	25	23	48	67.6	51.1	58.5			
(2)乳・小魚・海そう類	歯・骨をじょうぶにする食品はどれですか	せんべい	3	3	6	2.1	2.3	2.2	(22)	(28)	(50)	0	0	0	
		○牛乳	28	33	61	19.6	25.2	22.3	9	12	21	27.3	20.3	22.8	
		○小魚	78	67	145	54.5	51.1	52.9	18	26	44	54.5	44.1	47.8	
		○ビーナツ	2	4	6	1.4	3.1	2.2	1	7	8	3.0	11.9	8.7	
		○海そう	32	24	56	22.4	18.3	20.4	5	9	14	15.2	15.2	15.2	
	計	143	131	274				33	無回答 ⁵ 59	5	0	8.5	5.5		
正解	138	124	262	96.5	94.6	95.6	32	47	79	97.0	79.7	85.9			
誤解	5	7	12	3.5	5.4	4.4	1	12	13	3.0	20.3	14.1			
(5)まめ・魚・肉・貝・卵類	とうふやなっとうは体の中でどの食品と似た働きをしますか	○肉	26	22	48	22.6	21.8	29.6	(22)	(27)	(49)	26	34.4	35.7	35.1
		ごはん	13	22	35	11.3	21.8	21.6	3	3	6	9.4	7.1	8.1	
		○はんぺん	15	17	32	13.0	16.8	16.0	7	4	11	21.9	9.5	14.9	
		○卵	30	30	60	26.1	29.7	37.0	10	17	27	31.2	40.5	36.5	
		じゃがいも	27	9	36	23.5	8.9	22.2	1	1	2	3.1	2.4	2.7	
		バナナ	4	1	5	3.5	1.0	3.1	0	0	0	0	0	0	
	計	115	101	216				32	無回答 ² 42	2	4.8	2.7			
正解	71	69	140	61.7	68.3	64.8	28	36	64	87.5	85.7	86.5			
誤解	44	32	76	38.3	31.7	35.2	4	6	10	12.5	14.3	13.5			

()内はA群(1)~(5)とB群、C群との関連知識解答が正解であった者の人数

○印は正解食品

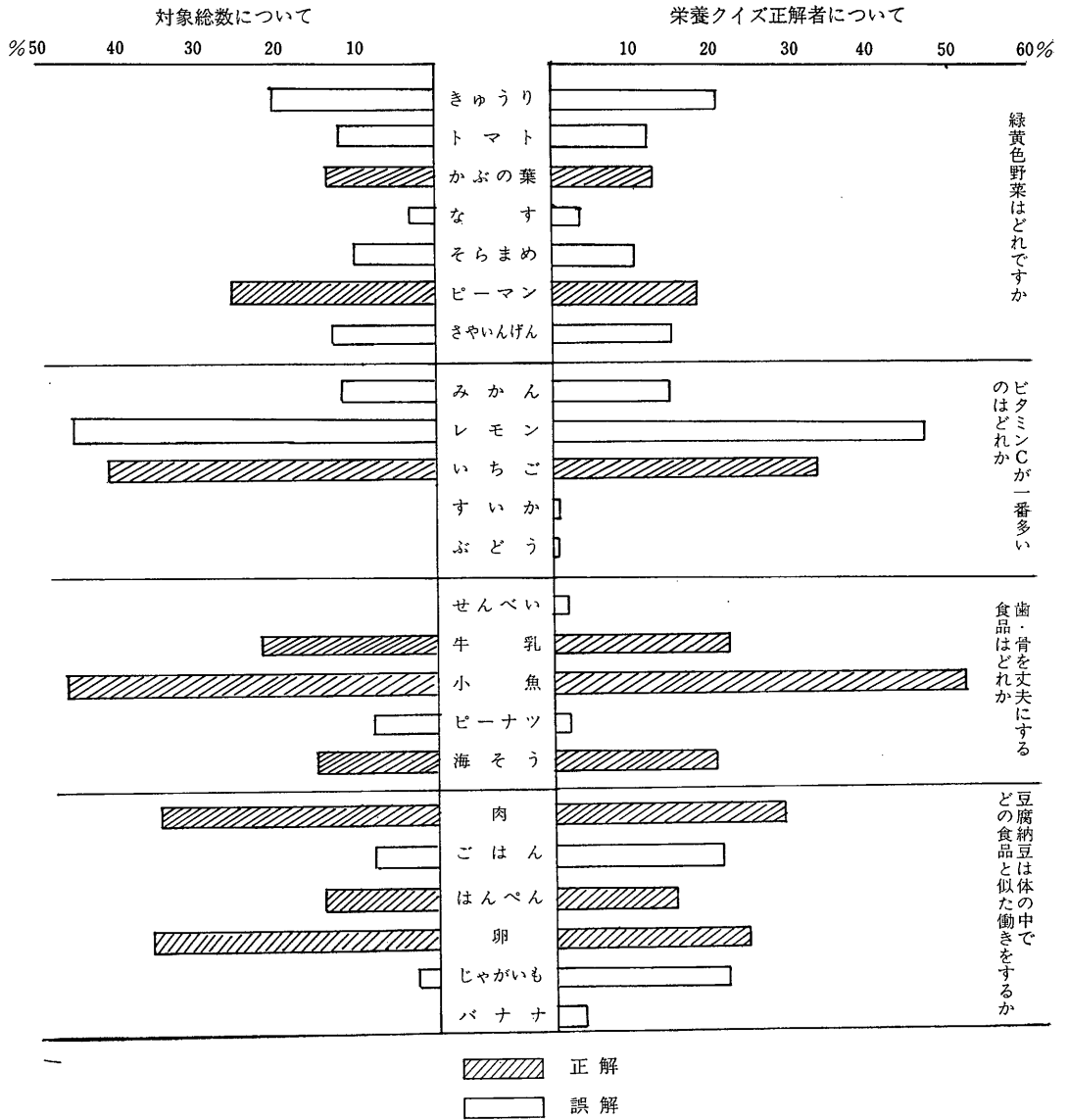


図5 栄養知識(2)

II 食生活状況について（表3のアンケートより）

1) 朝食について(図6), 朝食をとらない生徒は女子(1.4%)より男子(4.5%)に多く, 朝食の内容は男女共ご飯食が最も多い。次いでパン食, そば・ラーメンなどはわずかであった。副食の内容は卵料理が多く, 野菜の不足がみられた。

2) 間食について 間食をする生徒は96%で, 回数は1回(44%), 2回(34%)が多い, うち男子は1回が多く, 女子は2回が多い。間食の内容は図7に示すように, 男子はスナック菓子, 女子は果物が上位をしめ, 男女共に多いのはスナック菓子である。これは時代を反響しているように思われる。

3) 牛乳および乳製品について(表8) 牛乳を飲まない生徒は男子6人, 女子4人おり, 飲む量は男女ほぼ同率で1日1本が66%, 2本が23%で1本が多く, 学校給食で飲む牛乳にたよっている傾向が伺われる。また乳製品でよく食べられているのは, チーズ, ヨーグルトであった。

4) たんぱく食品について(表8) 毎日, 肉・魚・卵を食べている生徒は60%で女子に多く, 必ず野菜も一緒に食べている生徒は男子73%, 女子87%で検定の結果男女間に差がみられた(表6)。肉・魚・卵の中で一番好きと答えたのは肉62%で若年層の嗜好傾向が表われている。「どれも嫌い」と答えた生徒(6.2%)のうち女子は加工食品や植物たんぱく食品でとっているが, 男子の中には, たんぱく食品が好まれていない生徒もあった。

5) 緑黄色野菜について(図8) 野菜料理でよく食べられているのは男女共サラダで, 次が炒め物, 煮物・茹物はわずかである。食品ではほうれん草, サラダ菜がよく食べられ, パセリ, 春菊など, 一般に芳香性の強い食品はどうしても食べられない食品として上位をしめている。

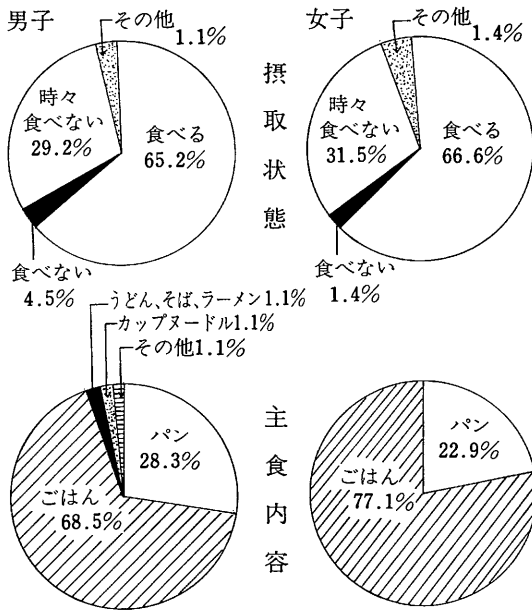


図6 朝食の状況

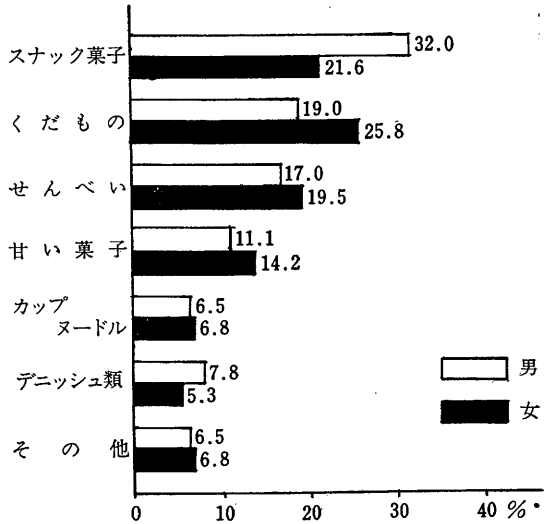


図7 間食の内容

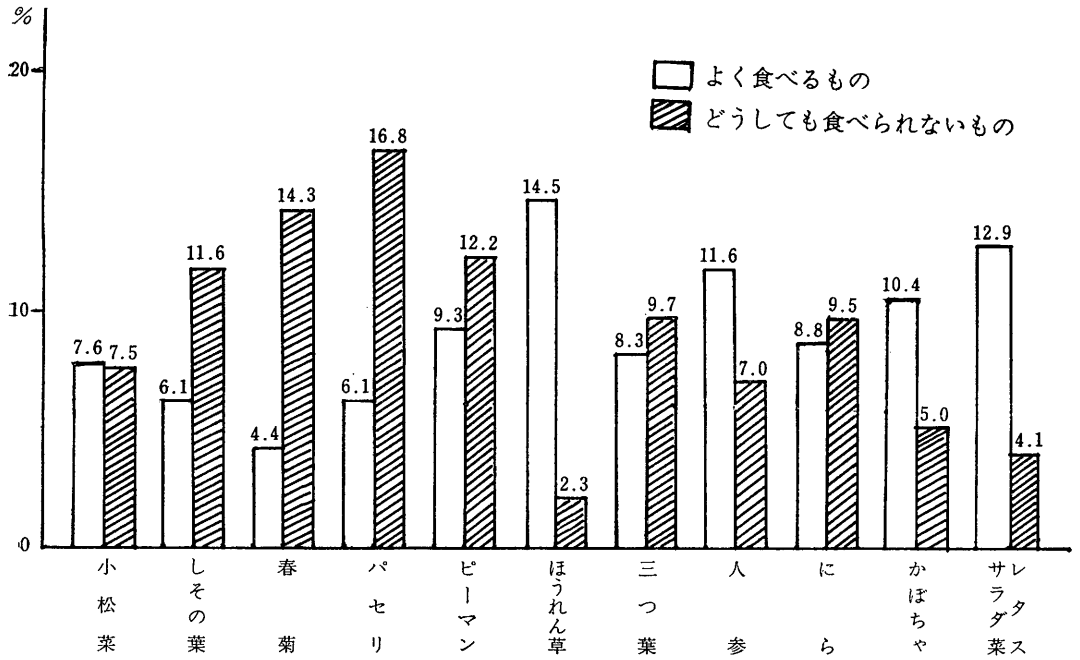


図 8 緑黄色野菜の摂取状況

表 8 食生活状況

質問項目	実数(人)			%			質問項目	実数(人)			%					
	男	女	計	男	女	計		男	女	計	男	女	計			
III (1) 白牛乳は1日に何本飲んでますか	飲まない	6	4	10	6.7	5.3	6.1	(3) 野菜の食べ方はいかがが一番多いですか	サラダ	59	60	119	66.3	77.9	71.7	
	1本	56	52	108	62.9	69.3	65.9		いためもの	22	15	37	24.7	19.5	22.3	
	2本	20	18	38	22.5	24.0	23.2		にもの	2	0	2	2.2	0	1.2	
	3本以上	7	1	8	7.9	1.3	4.9		。の	1	1	2	1.1	1.3	1.2	
	計	89	75	164					その他	5	1	6	5.6	1.3	3.6	
(2) 1日に必ず食べるもの	ヨーグルト	12	5	17	35.3	31.3	34.0	(4) 次のうちどれが一番好きですか	肉	62	49	111	65.3	59.0	62.4	
	チーズ	17	6	23	50.0	37.5	46.0		魚	12	17	29	12.6	20.5	16.3	
	生クリーム	3	1	4	8.8	6.3	8.0		卵	12	15	27	12.6	18.1	15.2	
	スキムミルク	2	4	6	5.9	25.0	12.0		どれもきらい	9	2	11	9.5	2.4	6.2	
	計	34	16	50					計	95	83	178				
1週間に2回以上食べるもの	ヨーグルト	7	13	20	15.6	28.9	22.2	(5) (4)でどれくらいいと答えた人は答えてください	ハムは好きか	はい	6	2	8	66.7	100	72.7
	チーズ	27	22	49	60.0	48.9	54.4			いいえ	3	0	3	33.3	0	27.3
	生クリーム	8	6	14	17.8	13.3	15.6		計	9	2	11				
	スキムミルク	3	4	7	6.7	8.9	7.8		とうふは好きか	はい	6	2	8	66.7	100	72.7
	計	45	45	90						いいえ	3	0	3	33.3	0	27.3
IV (1) 毎日肉・魚・卵を食べていますか	はい	50	47	97	55.6	66.2	60.2	計	9	2	11					
	いいえ	40	24	64	44.4	33.8	39.8	チーズは好きか	はい	2	2	4	22.2	100	36.4	
	計	90	71	161					いいえ	7	0	7	77.8	0	63.6	
(2) 肉・魚・卵を食べるとき必ず野菜も一緒に食べますか	はい	61	67	128	72.6	87.0	79.5	計	9	2	11					
	いいえ	23	10	33	27.4	13.0	20.5	なつとうは好きか	はい	5	0	5	55.6	0	54.5	
	計	84	77	161					いいえ	4	2	6	44.4	100	45.5	
							計	9	2	11						

ま と め

1. 栄養知識は男子より女子の方が高い傾向にあった。2. 「食品群と働き」より、「食品群と栄養素」の関係についての知識が高い。また、栄養知識の高い生徒は「食品と栄養」「食品と働き」の関係においても知識が高く、学校給食で栄養教育として行なっている「三つの基礎食品」をよく理解していると考えられる。3. きゅうり、さやいんげん、トマトなどは外見の色から、緑黄色野菜としてみているむきが強い。4. 「いちご」より「レモン」にビタミンCが多いと思っている生徒が特に男子に多く、男女間に差がみられた。5. 歯・骨を丈夫にする食品についての正解は男女共95%で知識の高さを示している。6. 毎日、肉・魚・卵を食べている生徒が、必ず野菜も一緒に食べているという解答は女子が高く男女間に差がみられた。7. 栄養についての知識はあっても実際の食生活では、嗜好が優先されている傾向が朝食の内容などからもみられた。さらに詳しい調査を続けたい。

終りにのぞみ、この調査統計にご助言くださいました東京大学教授田中恒男先生、調査にご協力くださいました東京都板橋区立第二中学校の校長先生はじめ諸先生や生徒の皆さん、本学学生の皆さんに感謝の意を表します。

引用文献

- 1) 厚生省公衆衛生局栄養課・国民栄養の現状，1973年度版
- 2) 日本学校給食会：学校給食要覧，1973年度版