

県内小学校の給食 みそ汁塩分量、学校間で差

県健康づくり推進課 「問題共有し改善を」

学校給食みそ汁調査	塩分濃度	1杯分の汁の重さ	1杯分の食塩相当量
最大	0.84%	288 グラム	1.99 グラム
最小	0.46%	87 グラム	0.65 グラム

(県健康づくり推進課まとめ)

県内小学校で提供される給食のみそ汁1杯分の平均食塩相当量が、学校によって最大約3倍の差があることが、県調査で分かった。文部科学省が定める1食分の食塩相当量の基準値2グラムに、みそ汁1杯のみでほぼ達している学校もあった。

調査は昨年10～12月、県内71小学校に給食を提供する55施設を対象に実施。期間内の3日分のみそ汁を基に、塩分濃度と1杯分の汁の重さ、1杯分の食塩相当量を調べた。

塩分濃度は、最大が0.84%、最小が0.46%。一部の学校では、県が「秋田スタイル健康な食事」として普及を進めるみそ汁塩分濃度0.8%を上回った。1杯分の汁の重さは、最大288g、最小87g。塩分濃度と汁の重さから計算した食塩相当量は、最大が1.99g、最小が0.65g。汁の重さ、食塩相当量ともに、学校による差が目立った。

県健康づくり推進課によると、具材やだしの取り方は施設によりさまざま。かつお節や昆布など天然だしを使う施設がある一方、塩分が含まれる顆粒だしを使う施設もあったという。自治体内で献立が統一されていても、調理する施設によって、食塩相当量が違うケースもあった。

県は同じ71小学校を対象に、6年生と保護者に食習慣を尋ねる調査も実施した。児童自身の食習慣では、「好き嫌いがある」が57%だったほか、「甘いものが好きでよく食べる」「間食をすることが多い」といった回答が多かった。

給食のみそ汁は「ちょうどよい」と感じる児童が82.2%。「濃い」は秋田市保健所管内が最多で11.8%。「薄い」は能代保健所管内が17%が多かった。

保護者の回答では、子どもの食習慣について、「問題がある」は43.8%、「ない」49.9%、「分からない」6.4%。1日の野菜摂取量が県の目標値(350g、目安5皿)を満たしていたのは、全県で19.1%にとどまった。

県健康づくり推進課の担当者は「子どもの頃から望ましい食習慣を身に付けるためには、家庭と給食の役割が大きい。学校現場と問題を共有し、改善に向けた取り組みを進めたい」と話した。(秋田魁 三浦ちひろ)

(令和3年9月24日(金)の秋田さきがけ新聞の記事より、一部抜粋)