

# 朝食欠食の現状と課題に関する一考察

## －「朝の学校給食」の活動に焦点を当てて－

木村 祐介 (愛知教育大学)

### 1. 目的

近年、日本人における健康志向が高まっていると同時に朝食を食べない子ども、いわゆる朝食欠食をする子どもが問題となっている。朝食を食べないことによる生体への影響は、脳や体の生体機能の低下、太りやすい体の生成、筋肉量の低下などの悪影響があげられる。本研究は、子どもの朝食欠食の現状を把握し、朝食欠食率を低下させることを目的とした。

### 2. 研究方法

調査方法は文献調査とした。日本の朝食欠食に対する取り組みの結果から改善点を考察した。また、社会保障、非営利組織、子どもの貧困の視点から朝食欠食率を低下させる方法を探ることとした。

### 3. 結果と考察

#### 1) 国の食教育への取り組み

国は食教育として2005年に食育基本法、2006年に食育推進基本計画などを制定し、食に対する考え方を普及させた。その一環として全国の学校に栄養教諭の配置を進めるとともに、一人でも多くの子どもと保護者に食の大切さを理解してもらえるように活動を展開した。2011年から2015年の間に、子どもの欠食率を0%にするという目標を掲げるが2010年と2015年の小学生の朝食欠食率を比較すると12.0%から12.4%とわずかに増加するという結果に終わっている。このことから2011年から行われた食教育は、効果をあげられなかったということがわかる。

#### 2) 子どもの貧困と子ども食堂

子ども食堂とは、安価もしくは無料で子どもに食事を提供する非営利組織である。2012年に東京のある主婦が子どもたちに夕食を食べさせてあげたいという思いから生まれ、現在では全国に2200か所以上存在する。予

算の調達は個人の寄付やクラウドファンディング、大手スーパーやJAと連携、自治体が予算を確保し運営するなどがある。

#### 3) 社会保障としての学校給食

岡山県美咲町では、朝食を食べない子どもが非常に多いことを理由に2006年から「朝の学校給食」という取り組みを始めた。実施方法は登校時または一時間目の終了時間に希望する子どもが自由に乳製品を選択して飲食するというもので、これに伴う費用は全額町費で賄った。この朝の学校給食という取り組みは著しく効果が見られ、朝食の大切さに気付く子どもや朝食を食べる習慣ができた子どもが増加した。しかし、効果が見られるとともに朝の学校給食の利用者数は減少していった。これは家庭で朝食を食べる子どもが増加したためである。

### 4. 結論

文部科学省が推し進めた食教育に対し、直接的な支援を行う「子ども食堂」や社会保障として行う「朝の学校給食」のほうに朝食欠食率の低下に効果が見られることがわかった。このことをふまえて、我々はもう一度子どもの食生活、朝食欠食について考えなければならない。加速していく少子高齢化社会において子どもが日本の未来を作る担い手であることを忘れてはならない。子ども食堂の誕生や朝の学校給食という取り組みが生まれたことは、日本の食教育、家庭環境に警笛を鳴らしていると言えるだろう

### 5. 主な参考文献

- 1) 佐藤実芳 (2010) 日本における「朝の学校給食」, 愛知淑徳大学論集文学部・文学研究科篇, 35.
- 2) 南出吉祥 (2017) 子ども食堂で問い直される「子どもの貧困」, 教育, かもがわ出版, 861:59-66.
- 3) 厚生労働省 (2013) 国民健康・栄養調査.