

©少年写真新聞社2022

今年も残りわずかとなりました。中学生がいるご家庭でもクリスマスは大きなイベントの日なのではないでしょうか。12月～お正月までは冬至や大みそか、もちつきなど昔から伝わる行事がたくさんあります。風邪やインフルエンザなどの感染症にかかりやすい時期でもあるので、しっかりと予防して2学期を終えましょう。

<令和5年度 国民健康・栄養調査の結果から『共食について』>

11月25日に上記の概要が発表されました。今回はその中から「地域における共食の頻度」についてお伝えします。自分の住まいの地域（職場・学校を除く）で誰かと一緒に食事をすることはありますか？という質問を約3000世帯にしたところ、「ほとんどない（1年間でゼロ回）」という回答が81%だったようです。みなさまはいかがでしょう？人との繋がりは高齢者だけでなく児童生徒にとっても大切ですので、まずは年1回から目指してほしいところです。年末年始の地域の行事に参加するとチャンスがあるかもしれません。ぜひ探してみてください。我が家は地域のお神輿を小学生が引っ張る秋祭りに参加して、焼きそばを食べましたので「年1回」でした。

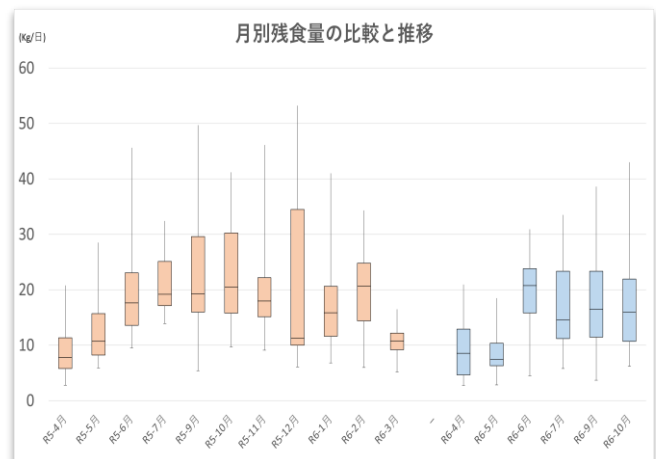


## 給食委員会の55ミッション

55ミッションとは、「4時間目が終わってから10分後にいただきますをする」という今年から始まった取り組みを給食委員会が自分事とするためのキャッチコピーです。給食の残食量は数値として把握できるため関心の向くところですが、その原因は複雑（味、量、食べる時間、生徒の気分、クラスのルールなど）です。

55ミッションは時間からのアプローチです。これは「中学生では喫食時間が20分を下回ると有意に残りが増える\*」という先行研究があるためです。

他にも今年から月別残食量をグラフにすることにしました。グラフの形は棒グラフではなく「箱ひげ図」です。職員室前に掲示して説明もしておりますので、お越しの際はお立ち寄りください。



\* 外山ら 中学校給食の食べ残しに関連する要因の検討 栄養学雑誌71,350-356(2013)