令和3年2月26日（金）
令和2年度第2回三条市学校給食運営委員会資料No.5

ドリンクタイムについて

1　ドリンクタイムの導入と変遷

【三条市の米飯給食の取組】
それまで週３回だった米飯給食を平成15年*から原則週５回（月２回程度パン・麺）とし、平成20年から完全米飯とした。

*三条地域は平成15年９月、栄・下田地域は平成18年４月から

日本の食事

≠

学校給食

日本の伝統的な食文化では見られない「ご飯」と「牛乳」の組合せが給食では当たり前になっていた。

「ご飯」と「牛乳」の組合せを見直す

	ドリンクタイムの変遷	
	取組	結果
平成26年12月~ 平成27年３月	**牛乳の試行的停止** 一時的に給食での牛乳提供を取り止める。	栄養価は他の食材で満たせたが、献立面で制約が出た。 ⇒牛乳からの栄養摂取は必要と判断した。
平成27年度２学期	**ドリンクタイムの創設** 給食とは別に牛乳を飲む時間（=ドリンクタイム）を設ける。 ※ほとんどの学校が給食直後にドリンクタイムを設定した。	給食全体の残量は減ったが、給食直後だと満腹で飲み切れず、牛乳の残量は増えた。
平成30年度	**小規模校でドリンクタイムの時間帯の見直し** 給食とは完全に切り離した時間帯をドリンクタイムとする。	完全切離しの実施校で牛乳の残量が全国平均を下回った。 ⇒一定の効果があるのではと判断した。
平成31年度	**ドリンクタイム完全切離しの推進** 中規模校及び大規模校にもドリンクタイムの切離しを要請する。	28校中17校が給食直後以外に実施したが、様々な課題が見えてきた。 （令和２年度には完全切離しは７校に減少した。）

2　ドリンクタイムがもたらした副次的効果

◎よく噛んで食べる習慣が身に付く

　食事中に汁物以外の水分がないことで、自然とよく噛んで食べるようになる。よく噛むことは、顎を丈夫にする、虫歯予防、がん予防など多くの効果が期待できる。

◎口中調味が身に付く

　ご飯とおかずや汁物を交互に食べると「口中で調味する」ことになり、様々な食感や味を感じ分ける繊細な味覚を育て、白いご飯をおかずとともにおいしく食べる食習慣と、将来的に塩分の摂り過ぎを防ぐことも期待できる。

3　ドリンクタイムに関する学校からの意見（令和元年7月調査アンケート）

良い点

・給食の残量が減ってよかった。冷たい牛乳が飲めていいという子供の意見もある。

・暑い日の昼休み、清掃後のドリンクタイムは、冷たくて喜んで飲んでいる。

・食育の観点から考えるとドリンクタイムはよいと思う。

・低学年の残食量を減らすことができてよい。

課題

子供たちの様子、体調面

・牛乳を苦手とする児童生徒は、牛乳を単体で飲むことが困難であり、残してしまう。

・寒い時季は冷たい牛乳だけを飲むことが困難になりがちで、残量が増える。

・飲んだ後の活動中に体調不良（腹痛、吐き気等）を訴える児童生徒がいる。

・気温の高い時期は牛乳を先に飲みたいとの声があるが、給食後に統一しているため児童生徒の中には不満に感じている場合もある。

教職員の負担

・牛乳保管場所の鍵の開閉等のために担当者を配置しなければならない。

・休憩時間に予定している業務ができず、教職員の多忙感が増している。

時間面

・準備、片付けを含めると所定時間内に収まらず、次の活動開始に影響する場合がある。

・給食以外に準備、片付けが必要となり、二度手間である。

・行事等があるとドリンクタイムを行うことは難しく、給食時に飲まざるを得ない。日によって時間が異なることで、教職員も子供たちも混乱する。

・ドリンクタイムを別に行うためには新たに時間を確保する必要があり、下校時刻がその分遅くなる。

衛生面

・給食着を着ないで配膳室に出入りすることになり、衛生的でない。

・給食コンテナの返却に間に合わず牛乳パックは回収が翌日となるため、夏場は特に不衛生である。

・給食時のような手洗いの徹底が難しい。

・ドリンクタイム後は歯磨きをしないため、口腔内のトラブルが心配である。

４　見えてきた課題

●個人差　⇒牛乳残量の増長要因、栄養摂取率の低下

・牛乳だけを飲むことが難しい児童生徒が一定数いる。

・飲む速さには個人差があり、短時間で飲み切ることが難しい児童生徒がいる。

●時間の確保　⇒校時表の圧迫、複雑化を招き、子供たちの生活リズムが崩れやすい

・分単位で時程が組まれている中で、特に低学年は準備、片付けに時間が掛かり、以降の授業や活動に影響が出る。

・曜日や給食献立によりドリンクタイムの有無が左右されたり、行事等で実施時間を変更せざるを得なかったりする。

●教職員の負担　⇒教職員の多忙化、働き方改革の阻害要因になり兼ねない

・ドリンクタイムがあることが追加の業務を生んでいる。担当制であっても、輪番制であっても負担が大きい。

●衛生面の課題　⇒衛生管理の悪化、低下を招く

・給食時間と別の時間帯であることで、給食着の着用、牛乳パックの回収、手洗い、歯磨き等の問題が出てくる。

●学校規模、施設設備面の違い　⇒完全切離しはどの学校にも当てはまるやり方ではない

・在籍する児童生徒数、教職員の配置、学校の構造、設備等、個々の学校で条件が異なるため、できるところ、できないところ、できてもかなりの無理を強いるところ等が出てくる。

課題を最小化し、これまでの考え方を踏まえ、
どの学校でも無理なく牛乳を飲むことができるよう見直す必要あり

5　今後の方向性

「ドリンクタイム」を廃止し、牛乳は給食時間に飲む

牛乳は一緒に配膳するが、「食べながら飲まない」を基本の考え方とする。ただし、児童生徒の実情等に応じて、より飲みやすい状況を個別に認め、学校の判断で対応できるものとする。

ドリンクタイムの発端となった食文化の伝承

「ご飯」と「牛乳」の組合せは、日本の伝統的な食文化にはないものであり、給食以外では見られないことを伝え続ける。

副次的効果の指導も継続

食べ物を牛乳で流し込むことなく、よく噛んで、ご飯とおかずを一緒に食べることで望ましい食習慣が身に付き、健康面からも多くの効果があることを食育指導や日々の給食時間の中で継続的に指導していく。

↓

令和３年４月から実施