

巻頭特集

次の世代につなげる
～23区の推しごと～

第4回 足立区

子どもの未来へつなげる「おいしい給食」

子どもの頃からの望ましい食習慣の定着から全ての世代の健康増進へ

かつては治安のイメージで語られることもあった足立区ですが、今、足立区と言えば「おいしい給食」があると、胸を張る区民は少なくないでしょう。近藤やよい区長自らが旗振り役となつて、平成19年から取り組んできたこの事業は、今や足立区の看板施策。大手コンビニとのコラボ商品開発に加え、令和6年には、レシピ本刊行や給食メニューを再現したミールキット販売を立て続けに発表し、映画『おいしい給食』とのタイアップでも話題となりました。この事業の歩みや特徴、そして事業を通じて思い描く足立区の未来像を紹介します。

給食に関わるすべての人へ、感謝する気持ちを育みたい

区長の疑問からスタートした

「おいしい給食」

足立区が推進する「おいしい給食」とは、子どもたちの好物を揃えたり、贅沢なメニューを提供したりというものではありません。楽しく、おいしい給食を提供しながら、給食に関わる全ての人への感謝の気持ちを育み、基礎的な栄養知識を学ぶこと。それを「おいしい給食」と定義しています。

この取組のきっかけは、近藤区長が都議時代に感じた疑問でした。東京都の生ゴミの多くが学校給食から出ているのはなぜなのか。そしてもうひとつ、同じ公立学校なのに転校したら給食を食べなくなるという声があるのはなぜ

なのか。

そこで、区長就任後まもなく取り組んだのが「おいしい給食事業」です。「この学校でも栄養バランスのとれたおいしい給食を提供しよう」との思いから、まず着手したのが残菜（食べ残し）を減らすことでした。

食べれば栄養、残せばゴミに
残さず食べてもらうための
知恵と工夫

それまで給食の残菜量を客観的かつ統一的な基準で計った例はなく、各学校に配置されている栄養士からは当初、反発も大きかったといえます。というのも、足立区では既に十分おいしい給食を提供しており、子ども時代に

給食を食べていた人たちも、「おいしかった」と口を揃えていたからです。

しかし、残菜量を正確に把握することとは、「おいしい給食」を実現するための第一歩。汁物は除外するなど、全校統一の基準を設けて計測を開始した結果、小中学校平均で平成20年度には381トンだった残菜量が、令和7年度には113トンと、約7割も減少。数値的にも効果を確かめることができました。

そこには、「子どもたちのために」協力を惜しまなかった、給食に関わるさまざまな人の努力がありました。例えば、各校に原則1人配置されている栄養士は、クラスを巡回して子どもたちの声を聞きながら、学校独自の



訪問当日のメニューは、ソースカツ丼（左）、野菜のわさびあえ（中央）、ゆば入り味噌汁（右）に牛乳。カツ丼のソースは濃厚なのにさっぱり、ほどよいわさびの辛みとの相性も良く食が進みます



弥生小学校6年生クラス
給食風景レポート

オリジナルの献立を作ります。

調理師はよりおいしく食べてもらえるよう、食材の切り方ひとつとっても工夫しながら調理します。

各クラスの担任の先生は、給食の時間になれば三角巾にエプロンを付けて、子どもたちといっしょに配膳。小食の子には「全部食べられる？」と声

がけして減らしたり、残っているメ

ニューがあれば「これ食べたい人ー？」と呼びかけたり、残菜を減らす取組にも積極的です。

農家さんは収穫体験にも快く協力してくださり、「残すのはもったいない」という気持ちを子どもたちが自然に持つよう、導いてくれています。

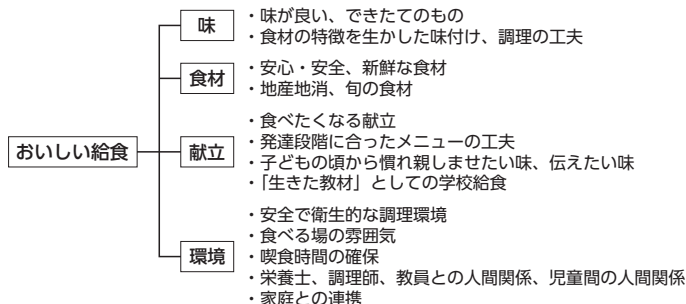
こうして給食に関わるさまざまな人

が、自分たちのために尽力してくれている。その存在を知ること、顔を合わせ触れ合うことで、感謝の気持ちを育んでほしいという願いが、残菜量の減少にも表われていると感じています。

「おいしい給食」を推進、活性化するためのさまざまな取組

給食の質を維持し、おいしい給食を提供し続けるために

足立区では、「おいしい給食」推進にあたって4つの柱を設定しています（下図）。



東京23区で地場産野菜を使える区は限

られているので、これは足立区の強みと言って良いでしょう。また、カツオ

ブシや昆布、鶏ガラなどから毎朝丁寧に取った天然だしで、素材本来のおいしさを引き出す調理の工夫も足立区ならではの近藤区長曰く「絶対音感ならぬ絶対味覚を養いたい」。それも、「おいしい給食」の狙いです。「献立」には、伝統的な食文化や海外の料理を学べるメニューも加え、「環境」

を育てています。

月に一度、各校の栄養士が一堂に会する「おいしい給食検討会」も大きな特徴です。「メニューがマンネリ化している」「魚を食べない子どもがいる」などの悩みや困りごとを共有し、レシピやアイデアを交換、得たことを自分の学校に生かせるこの検討会は、「モチベーションの維持にもつながっている」と、栄養士からも高い評価を得ています。

では、おいしく食べる雰囲気づくりで食べる意欲

ちなみに、東京都の基準では栄養士の配置は概ね2校に1人。したがって、足立区では不足する栄養士を区で独自に採用し、各校1人の配置を堅持しています。また、昨今の物価高騰にも補正予算を組んで増額するなど、食を取



担任の先生が必要に応じて声をかけて食事の様子を見守ります



おいしかった！
完食です！



カツ丼のソースが
おいしい！

おいしい笑顔！



モリモリ食べて
おかわりする子もたくさんいました



「いただきます」の前に、本日のメニュー
とおいしい調理の工夫などを、クラスの
みんなに説明します

り巻く環境の変化にも柔軟に対応し、給食の質を落とさず、「おいしい給食」を提供する努力を続けています。

毎日の給食は「生きた食材」 給食を通じた食育の取組

「おいしい給食」とは、身体にも心にも味にもおいしい給食の提供だけでなく、とどまるものではありません。給食を「生きた教材」として捉え、食育につなげるさまざまな取組も含めて、丸ごと「おいしい給食」です。

区内の公立中学校の1年生は、友好

自治体の新潟県魚沼市での自然教室で、田植えや稲刈りを体験。収穫した新米は、「魚沼産コシヒカリ給食」として、小中学校のほか保育園でも供されます。小学校では、社会科見学で小松菜農家を訪れ、収穫を体験します。

年に2回、6月と1月の各一週間、小中学校で実施している「もりもり給食ウィーク」では、準備を早く行うことで、給食を食べる時間を5分増やし、教員や栄養士が食育の話題を伝えています。目の前の給食にちなんだ話題から、食への関心や作り手に対する感謝

の気持ちの醸成、残さず食べられるような給食時間の充実につながっています。

また、毎年夏休みの宿題として出される「給食メニューコンクール」は、区が出すテーマに沿ってオリジナルのメニューを考案、調理し、イラストや写真にして応募するというもの。入賞したメニューは給食に出されることもあり、モチベーションの向上や調理してくれる人への感謝につながるだけでなく、家庭にも食への関心が広まる機会となっています。

「おいしい給食」の成果を子どもから全世代へ

給食が楽しい、おいしい 子どもたちのうれしい反応

平成19年から取り組んできた「おいしい給食」の成果は、小中学校総残菜量の減少ばかりでなく、子どもたちへのアンケートの結果にも表われています。令和7年に小学6年生、中学2年生を対象として実施した「おいしい給食アンケート」では、「給食が楽しい」と回答した小学生が96%、中学生では94%。「給食がおいしい」との回答は

小学生97%、中学生が95%と、うれしい手応えを得ることができました。

エリアを越えて、 コラボで広がる「おいしい給食」

「おいしい給食」の成果は、大手コンビニチェーン「(株)セブン・イレブン・ジャパン」とのコラボによるメニュー開発へと広がりを見せました。平成29年に「足立区の活性化に向けた包括連携協定」を締結している(株)セブン・イレブン・ジャパンは、令和

4年、足立区制90周年を記念してコラボを企画。「おいしい給食」の人気メニュー「えびクリームライス」を178店舗で販売しました。足立区のソウルフードともいえるメニューの商品化は大反響を呼び、5年目となる令和8年度にはおむすびバージョンが登場。より手軽に人気の給食メニューを味わえるようになりました。

令和6年に主婦の友社から発売された『東京・足立区のおいしい給食レシピ』も事業の好感触を示しています。

えびクリームライスおむすび



令和4年から、区の「おいしい給食」の人気メニュー、「えびクリームライス」が店頭に並び、5年目の令和8年は「えびクリームライスおむすび」として登場 ※期間限定



区内小学校では社会科見学の 일환として、区内小松菜農家を訪れ収穫体験などを実施



『東京・足立区のおいしい給食レシピ
おいしさも安心も日本一を目指す！』

発行：主婦の友社
著者：足立区教育委員会おいしい給食担当課
発売日：令和6年12月13日
価格：1,700円（税込）
判型：B5判（96P・オールカラー）

人気献立、懐かしの給食、野菜献立、「世界の料理」と「日本の郷土料理」などバラエティ豊かなレシピが満載

おいしい給食メニュー ミールキット
誰でも簡単に足立区のおいしい給食メニューを作ることができる
案彩（株）「RAKUSAI オンラインショップ」から購入可能



◀ミールキットA
ねぎ塩豚丼 & 小松菜とわかめの和え物



ミールキットB▶
チキンチキンごぼう & 小松菜のごはんとサラダ

平成23年にもレシピ本を刊行していたものの既に絶版となっており、「給食でおいしかったから作って」という子どものリクエストに応えたい家庭からの要望もあり、新たに刊行されました。レシピとともに給食に関わる人も多く登場、日本一おいしい給食を目指す足立区の給食の取組がわかる内容となっています。

「あだち食のスタンダード」の定着に向けて

足立区では令和6年に「糖尿病対策アクションプラン2」を策定しました。これは、健康寿命延伸のカギとなる糖

尿病対策に重点を置いた取組のひとつ。この中で、「足立区の全ての子どもたちに身につけて欲しい、健康に生き抜くための食の実践力『あだち食のスタンダード』の定着を進めていく」ことがうたわれています。食の実践力とは、中学卒業までに身に付けたい次の3つの実践力です。

【実践力1】野菜から食べる、朝食を食べるなど望ましい食習慣を身に付ける

【実践力2】家庭でも外食でも栄養バランスのよい食事を選択できる

【実践力3】朝食程度（ごはん、みそ汁、目玉焼きなど）の簡単な料理を自分で作ることができる

この定着に向けても、児童・生徒を越えてすべての世代へ、味も良く栄養バランスの取れた「おいしい給食」の良さを、さらに広げていくことが重要と考えています。

例えば、「おいしい給食」を食べている子どもたちは、【実践力1】につながる「ひと口目は野菜から」を日頃から実践しています。子どもたちが各家庭で食事をするとときに「最初は野菜

から食べるんだよ」と家族に伝え、広がれば、区の健康増進の一助となることは間違いありません。足立区は、東京都の平均に比べ健康寿命が短い傾向にあることが課題です。しかし、各種対策の効果により、その差は縮まってきています。さらなる改善のためにも、全ての区民、そして次世代へ、「おいしい給食」を通じて育まれる好ましい食習慣が広がっていくことを願っています。

「おいしい給食」紹介動画



「あだちの“おいしい給食”～宇宙人くん、日本一のヒミツを知る～」
「おいしい給食」の始まりのエピソードや栄養士の奮闘、意外な食材を使った人気メニュー秘話まで、あだちの給食のヒミツをドラマ仕立てで紹介。全国広報コンクールで入選2席（第3位）と読売新聞社賞を受賞



Instagram にレシピ動画を掲載
足立区公式 Instagram では、給食メニューコンクールで中学校生徒が考案したメニューを栄養士が家庭向けにアレンジしたレシピを紹介。レシピ動画「野菜たっぷり大満足 小松菜ポトフ」はこちらからご覧ください