



# Kouluruokailu osana terveyden ja hyvinvoinnin edistämistä peruskouluissa vuonna 2013

## Päälöydökset

- Kouluruokailun kokonaisuus on kehittynyt hyvässä suunnassa opetussuunnitelman, yhteistyön ja ravitsemussuosituksen käytön osalta.
- Oppilaiden osallisuus kouluruokailun suunnittelussa, toteutuksessa ja arvioinnissa on lisääntynyt.
- Ylempien vuosiluokkien oppilaat osallistuvat entistä vähemmän ruokailuun.

## JOHDANTO

Kouluruokailu on kiinteä osa koulutuksen järjestäjän palvelujärjestelmäkokonaisuutta, jonka laatua ja vaikuttavuutta pitää arvioida jatkuvasti osana koulutuksen kokonaisarviointia. Arviointi edellyttää myös toiminnan laatutekijöiden sekä laadun kriittisten menestystekijöiden määrittelyä, jotta näitä voidaan käyttää arvioinnin mittareina.

Kouluruokailu on ollut osa opetussuunnitelman perusteita ja koulun opetussuunnitelman mukaista oppilashuoltoa vuodesta 2004 lähtien. Opetussuunnitelmasta nousevat esille ne keskeiset tavoitteet, joihin koulun toiminnalla pyritään. Kouluruokailun osalta toiminnan järjestämisen kuvauksissa tiivistyvä toimintaa ohjaavat arvot ja menetelmät, joilla nämä arvot saavutetaan, sekä välineet, joilla ohjaus toteutetaan. Opetussuunnitelman toiminnallinen tehtävä on ohjata yksilön tai yhteisön toimintaa erilaisissa oppimisympäristöissä sekä konkretisoida kodin ja koulun sekä eri henkilöstöryhmien välistä yhteistyötä. (Opetushallitus 2014.)

Tässä julkaisussa tarkastellaan kouluruokailun asemaa opetussuunnitelmissa ja suunnitteluun osallistumista, kouluruokailuun osallistumista sekä kouluruokailun järjestelyjen huomioimista kouluympäristön terveellisyden ja turvallisuuden tarkastuksessa.

## TULOKSET

Koko maan peruskouluista 61 prosenttia ilmoitti, että kouluruokailun ohjaus oli kuvattu opetussuunnitelmassa, kun kaksi vuotta aikaisemmin tulos oli 41 prosenttia (kuvio 1).

Kirjoittajat:

**Marjaana Manninen**

Opetusneuvos, Opetushallitus

**Kirsi Wiss**

Asiantuntija, THL

**Vesa Saaristo**

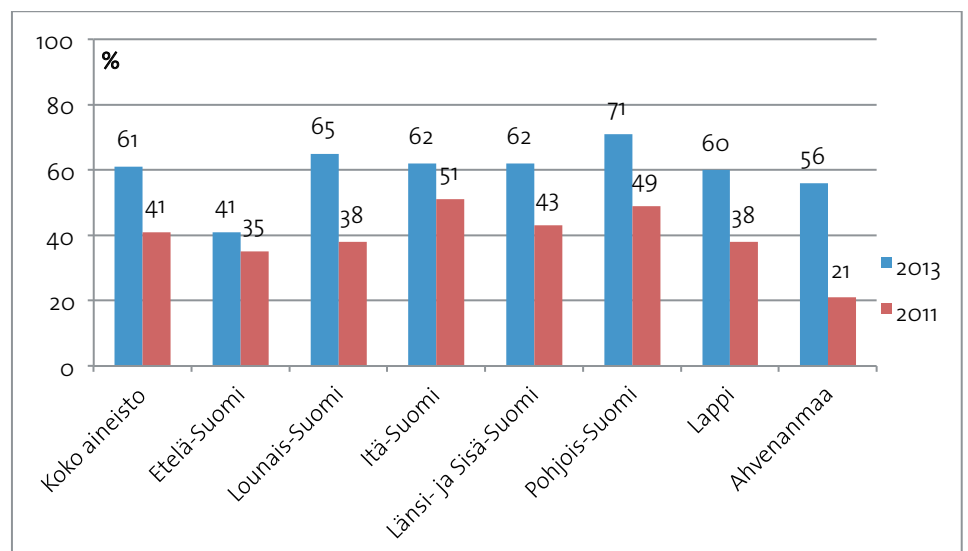
Asiantuntija, THL

**Timo Ståhl**

Johtava asiantuntija, THL



OPETUSHALLITUS



Kuvio 1.

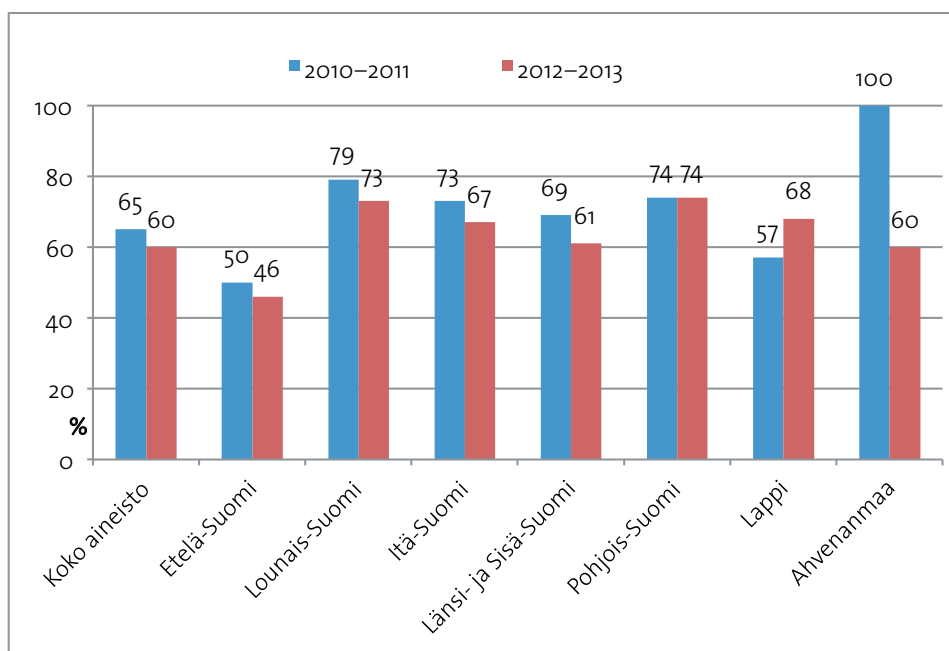
Kouluruokailun ohjauksen kuvaaminen opetussuunnitelmassa luku-  
vuosina 2010–2011 ja 2012–2013 koko aineistossa ja alueiden mukaan.



Ruokailusta vastaavan henkilöstön kanssa tehtävä yhteistyö oli kuvattu opetus-suunnitelmassa 39 prosentissa ja kouluterveydenhuollon kanssa 37 prosentissa kouluista. Vanhempien kanssa tehtävä yhteistyö oli kuvattu noin joka kuudennessa koulussa (15 %).

Kouluruokailusuositusta (Valtion ravitsemusneuvottelukunta 2008) koululounaan ja välipalojen järjestämisessä noudatettiin 70 prosentissa peruskouluista vuonna 2014. Joka neljäs (26 %) koulu ei osannut sanoa, noudatettiin suositusta. Kahta vuotta aiemmin vastaavat luvut olivat 63 prosenttia ja 32 prosenttia.

Selvitettäessä kuinka suuri osa oppilaista arvion mukaan osallistui ruokailuun viitenä päivänä viikossa, ei kartoitettu kouluruuan syömistä, ainoastaan siihen osallistumista. Ainoastaan 60 prosentissa yläkouluista (7.–9. vuosiluokat) yli 90 prosenttia oppilaista osallistui ruokailuun päivittäin lukuvuonna 2012–2013. Etelä-Suomen kouluissa ruokailuun osallistuminen oli muita alueita vähäisempää. (Kuvio 2.) Lähes kaikissa kouluissa (98 %) yli 90 prosenttia alempien vuosiluokkien oppilaista osallistui ruokailuun. Lukuvuonna 2010–2011 yläluokkien oppilaista yli 90 prosenttia osallistui kouluruokailuun 65 prosentissa (kuvio 2) ja alaluokkien oppilaista 99 prosentissa kouluista.



**Kuvio 2.** Yläkoulujen osuus, joissa oppilaista yli 90 prosenttia osallistui ruokailuun viitenä päivänä viikossa lukuvuosina 2010–2011 ja 2012–2013 koko aineistoissa ja alueiden mukaan.

Valtakunnallisessa Kouluterveyskyselyssä kolmannes (33,7–33,9 % vuosina 2010–2013) 8. ja 9. luokkien oppilaista ilmoitti, ettei syö koululounasta päivittäin. Myös oppilaiden ilmoittamana lounaan väliin jättäminen oli yleisintä Etelä-Suomessa (41,7 % vuonna 2010, 40,8 % vuonna 2013).



## Näin tutkimus tehtiin

Opetushallitus ja Terveyden ja hyvinvoinnin laitos ovat seuranneet peruskoulujen terveyden ja hyvinvoinnin edistämistä vuodesta 2006 lähtien. Syksyllä 2013 koulujen arjessa tapahtuvaa terveyden ja hyvinvoinnin edistämistä kartoitettiin valtakunnallisella tiedonkeruulla jo neljännen kerran.

Tässä julkaisussa raportoidaan keskeisimmät tulokset kouluruokailun osalta koko maan tasolla ja AVI-alueittain syksyllä 2013 toteutusta tiedonkeruusta, johon vastasi 2022 (74 %) peruskoulua (Wiss ym. 2014) sekä muutos vuoden 2011 tilanteeseen (Saaristo ym. 2012).

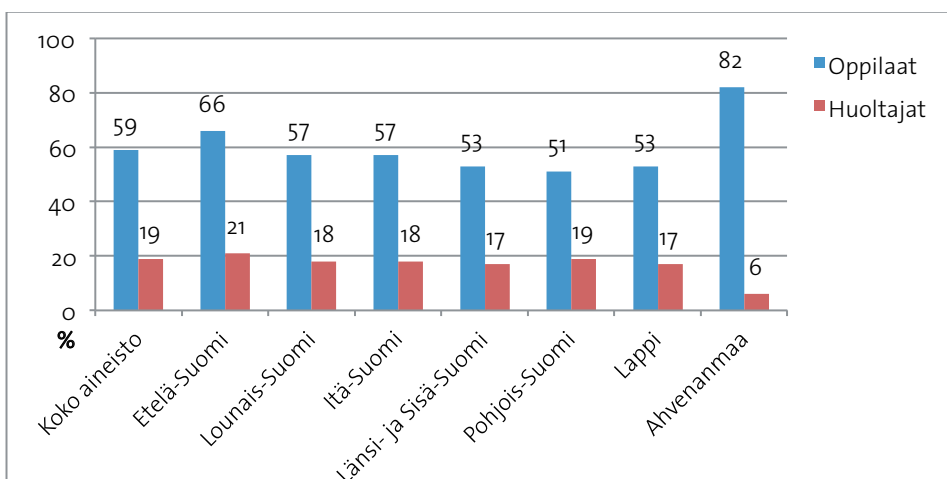
Tiedonkeruiden jakaumataulukot, tiedonkeruulomakkeet sekä tietojensa julkaisemiseen luvan antaneiden 755 peruskoulun koulukohtaiset tulokset ovat tarkasteltavissa koulukohtaisesti TEAvisari-verkko-palvelussa (<http://www.thl.fi/teaviisari>).

Kouluruokailun kustannustiedot saatiin Opetushallituksen Opetus- ja kulttuuritoimen rahoitusjärjestelmän raporteista (<http://vos.uta.fi/rap/>).

Valtakunnallisen Kouluterveyskyselyn tulokset koululounaan syömisestä on julkaistu kunta- ja aluekohtaisesti tilasto- ja indikaattoripankki SOTKANetissä (<http://uusi.sotkanet.fi>).

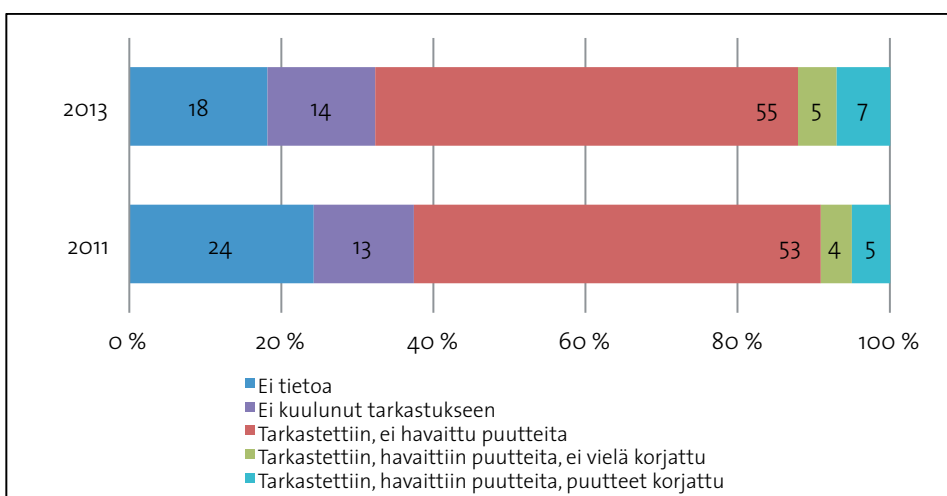
Oppilailla oli ollut mahdollisuus osallistua kouluruokailun suunnitteluun, toteuttamiseen tai arviointiin 59 prosentissa koko maan peruskouluista lukuvuonna 2012–2013. Osallistuminen vaihteli alueiden välillä. Yleisintä se oli Ahvenanmaalla (82 %) ja Etelä-Suomessa (66 %). Huoltajat olivat olleet vastaavasti osallisina joka viidennessä (19 %) koulussa. (Kuvio 3.)

Oppilaiden osallistumisessa oli tapahtunut hieman myönteistä kehitystä kahden vuoden seuranta-ajalla. Lukuvuonna 2010–2011 oppilaat olivat osallistuneet kouluruokailun suunnitteluun, toteuttamiseen tai arviointiin reilussa puolessa (56 %) kouluista. Huoltajien osallisuus oli pysynyt ennallaan.



**Kuvio 3.** Oppilaiden ja huoltajien mahdollisuudet osallistua kouluruokailun suunnitteluun, toteuttamiseen tai arviointiin lukuvuonna 2012–2013 koko aineistoissa ja alueiden mukaan.

Terveydenhuoltolain (1326/2010) mukaan kouluympäristön terveellisyys ja turvallisuus sekä koulu yhteisön hyvinvointi tulisi tarkastaa peruskouluissa kolmen vuoden välein. Vuonna 2013 kouluista 67 prosentissa kouluruokailun järjestelyt, kuten tilat ja ajoitukset, oli tarkastettu viimeisimmän tarkastuksen yhteydessä (kuvio 4). Puutteita havaittiin 223 tarkastuksen yhteydessä. Kaikkiaan 95 koulussa havaittuja puutteita ei ollut vielä korjattu syksyllä 2013.



**Kuvio 4.** Kouluruokailun järjestelyjen huomiointi kouluympäristön terveellisuuden ja turvallisuuden sekä koulu yhteisön hyvinvoinnin tarkastuksessa vuosina 2013 ja 2011.



## KIRJALLISUUTTA

Kouluterveyskysely.

[www.thl.fi/kouluterveyskysely](http://www.thl.fi/kouluterveyskysely).

Manninen M. 2010. Kouluruokailu. Teoksessa Rimpelä M ym. (toim.): Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen perusopetuksessa 2009 – perusraportti. Koulutuksen seurantaraportit 2010:1. Opetushallitus & THL, Helsinki.

Perusopetuslaki 477/2003, 31. §.

Opetushallitus. 2014. Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014, luku 5: Oppimista ja hyvinvointia edistävä koulutyön järjestäminen

5.4 Opetuksen ja kasvatuksen tavoitteita tukeva muu toiminta/Kouluruokailu

Opetus- ja kulttuuritoimen rahoitusjärjestelmän raportit. [vos.uta.fi/rap/](http://vos.uta.fi/rap/)

Saaristo V, Wiss K, Peltonen H & Kuusela J. Terveyden edistäminen peruskouluissa 2011. Tiedä ja toimi. 22.5.2012. THL, Helsinki.

TEAvisari. [www.thl.fi/teaviisari](http://www.thl.fi/teaviisari).

Terveydenhuoltolaki 1326/2010.

Tilasto- ja indikaattoripankki SOTKANet. [uusi.sotkanet.fi](http://uusi.sotkanet.fi)

Valtion ravitsemusneuvottelukunta. 2008. Kouluruokailuositus.

Wiss K, Saaristo V, Ståhl T, Peltonen H & Laitinen K. 2014. Terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen peruskouluissa 2013. Tutkimuksesta tiiviisti 12/2014. THL, Helsinki.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos

PI 30 (Mannerheimintie 166)

00271 Helsinki

Puhelin: 029 524 6000

ISBN (painettu) 978-952-302-040-5

ISBN (verkko) 978-952-302-086-3

ISSN (verkko) 2323-5179

[http://urn.fi/URN:ISBN:](http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-086-3)

978-952-302-086-3

[www.thl.fi/teaviisari](http://www.thl.fi/teaviisari)

[http://www.oph.fi/tietopalvelut/tilastotiedot/hyvinvoinnin\\_ ja\\_terveyden\\_edistaminen](http://www.oph.fi/tietopalvelut/tilastotiedot/hyvinvoinnin_ ja_terveyden_edistaminen)

## YHTEENVETO JA JOHTOPÄÄTÖKSET

Ruokailutilanne on hyvinvoinnin päivittäinen oppimisympäristö. Opetussuunnitelmassa kouluruokailun järjestämisen kokonaisuudelle rakennetaan viitekehys ja yhtenäinen kokonaisuus, jonka avulla toimintaa voi hahmottaa, ymmärtää, arvioida ja kehittää. Opetussuunnitelmassa kouluruokailun ohjaus saa formaalin tehtävän, joka tarkoittaa systemaattisuutta ja tietoisuutta käytänteissä ja viestinnässä sekä työnjakoa opetushenkilöstön välillä. Ruokailun ympäristölle asetetaan tavoitteita, kuvataan menetelmiä ja arviointikriteereitä. Ohjaus on ruokakasvatusta ja pedagogista työtä, jolla on mahdollista vaikuttaa oppilaan ruokaan liittyviin tietoihin, taitoihin, asenteisiin ja valintoihin. (Opetushallitus 2014.) Tulosten mukaan ohjaus oli kuvattu aikaisempaa useammassa opetussuunnitelmassa (61 %). Opetussuunnitelmaan kuvattuna ohjaustyö sitouttaa koulun eri toimijat ja antaa välineitä tavoitteelliseen ja vuorovaikutteiseen kasvatustyöhön.

Kouluruokailun kustannukset ovat kasvaneet tasaisesti 2000-luvun alun noin kahdesta eurosta/oppilas/koulupäivä 2,80 euroon vuonna 2013. Alueelliset erot olivat suuria, vaihdellen Etelä-Suomen 2,52 ja Pohjois-Suomen 2,56 eurosta Lounais-Suomen 3,19 ja Lapin 3,24 euroon. Tarkempaa tietoa summan jakautumisesta esim. henkilöstökuluihin, logistiikkaan ja käytettäviin ruoka-aineisiin tms. ei ole saatavilla. Kustannusten lisäksi olennaista olisi tarkastella aterian ajoittumisesta suhteesta koulupäivän pituuteen ja sen syömiseen käytettävissä olevaa aikaa.

Kaikki oppilaat eivät syö tarjottua ateriaa lainkaan. Ylempien vuosiluokkien oppilaiden ruokailuun osallistuminen on vähentynyt kahden vuoden seuranta-ajalla. Tilanne on huolestuttava erityisesti Etelä-Suomen alueella. Tulokset olivat yhteneviä oppilaiden Kouluterveyskyselyssä ilmoittamien tietojen kanssa. Kouluruokailulle asetetut tehtävät ja tavoitteet eivät toteudu, jos oppilaat eivät osallistu ruokailuun tai syö ateriaa lautasmallin mukaisena kokonaisuutena. Uhkana on oppimisen edellytysten heikkeneminen sekä korjaavien ja (mm. työrauhaa) tukevien toimenpiteiden lisätarve.

Kouluruokailun järjestelyitä, kuten tiloja ja ajoituksia, tarkastetaan osana kouluympäristön terveellisyyden ja turvallisuuden sekä koulu yhteisön hyvinvoinnin edistämistä. Yli puolet vastanneista kouluista ilmoittaa, että tarkastuksessa ei ole havaittu puutteita. Havaittujen puutteiden määrässä ja niiden korjaamisessa tai korjaamatta jättämisessä on tapahtunut pientä lisääntymistä kahden vuoden seuranta-ajalla. Toisaalta 15 prosenttia kouluista ilmoittaa, että kouluruokailun järjestelyt eivät kuuluneet viimeisimpään tarkastukseen.

Kouluaterioiden laatua ja valikoimaa kehittämällä voidaan vaikuttaa laaja-alaisesti oppilaiden terveyteen, opiskelukykyyn ja paitsi oppilaan myös koulu yhteisön hyvinvointiin. Oppilaan koulupäivän tarkoituksenmukaisesti jaksottavat ateriat estävät väsymystä ja edistävät työkykyä ja oppimista. Riittävän pitkä ruokailuaika varmistaa kylläisyyden ja kiireettömän vuorovaikutuksen yhteisöllisyyttä vahvistavassa ohjatussa tilanteessa. Kouluvuodet ovat merkityksellinen vaihe vaikuttaa lasten ja nuorten ruokailutottumuksiin. Irtautuminen kodin vaikutuspiiristä tapahtuu vähitellen kohti itseohjautuvuutta ja vastuun ottamista omista elintavoista. Kouluateria voi toimia mallina ruokavalinnoille myös kotioloissa ja opiskeluajan jälkeisissä elämänvaiheissa.

Tämän julkaisun viite: Manninen M, Wiss K, Saaristo V & Ståhl T. Kouluruokailu osana terveyden ja hyvinvoinnin edistämistä peruskouluissa 2013. Tutkimuksesta tiiviisti 6, huhtikuu 2015. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, Helsinki.



TERVEYDEN JA  
HYVINVOINNIN LAITOS