

学校を中核とした食育の推進

～学校・家庭・地域との連携から～

京都府京都市立新町小学校

栄養教諭 西村 十基子

1 地域の概要

本校区は、日本の伝統的な食品である豆腐、味噌、麩の老舗、また、茶道三千家の一つ武者小路千家、楽焼の家元、金剛能楽堂などがあり、日本の伝統文化を身近に学ぶことができる恵まれた環境であるといえる。

祖父母が近くに住んでいる児童が多く、おばんざい（京都の家庭料理）的な献立を好む児童が多い。また、校区に田畑がないため、児童はメディア等から得た食に関する情報は多くもっているが、野菜が育つ様子を身近に見る機会は少なく、実際に野菜を栽培する体験の場も極めて少ない。しかし幸いなことに地域には、食に関する伝統的な地域行事が受け継がれており、学区内に地域が児童を育てていく場は存在している。

2 学校給食の概要

＜給食数＞	児童数	403名
	教職員数	32名
＜学級数＞		13学級
＜調理従事者数＞	栄養教諭	1名
	調理員	3名

京都市は、小学校179校が自校調理方式（1日約74,000食、給食回数197回）で学校給食を実施している。給食費や給食の食事内容、指導内容など基本となることについては、保護者や学校長等、学校給食関係者の代表で構成された「小学校給食検討委員会」で話し合

われた内容を基に、「校長会」が決定している。献立は市内統一ではあるが、京都の気候や風土から生まれた食物を生かした「京のおばんざい」や、祭りや伝統行事と旬の食材を結びつけた行事に因んだ献立を取り入れる工夫をしている。また、児童が本物の味と出会うことを大切にしているため、加工食品を極力避け、フライやトンカツなども手作りにこだわっている。シチューやカレーは、手作りのルーによるまろやかでこくのある味が人気である。

さらに平成19年度からは、伝統的な食文化に数多く触れさせるため、米飯給食の回数を週4回とし、さらに玄米ごはんや胚芽米ごはんを実施している。

本校では日々ドライ運用に努め、衛生管理を徹底するとともに、自校調理方式の利点を最大限に生かし、給食時間直前に仕上げた温かい給食を提供するようにしている。また、全校で強化磁器を使用している。

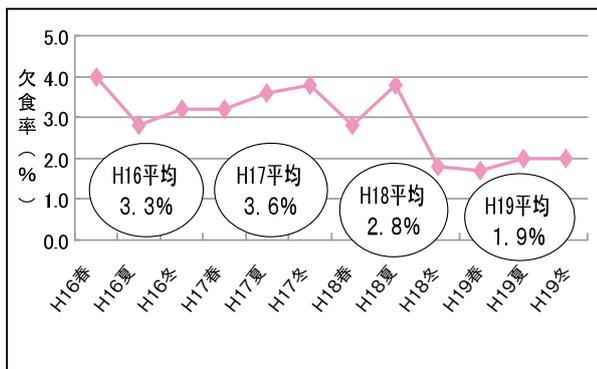
栄養教諭の兼務の状況は、兼務先である京都市立正親小学校（7学級、約190食）に週1回程度勤務をしており、食に関する指導を進めている。

3 食に関する実態

- ・生活リズムが夜型傾向で就寝時刻が遅い
- ・毎日排便をしていない児童が多い
- ・朝食の欠食率が3.3%（H16年度）で全国平均より少し高い

本校では年3回全児童を対象に生活リズム（就寝時刻、起床時刻、朝食、排便、歯磨き）を調べている。生活リズムは夜型傾向で、就寝時刻が遅いことが目立つ。また、毎日排便をしていない児童が多く、健康的な生活習慣が確立していない様子が見られる。

朝食の欠食率については、食育に取り組む以前の平成16年度の平均が3.3%で全国平均より少し高い傾向が見られたが、その後の取組により改善の傾向が見られる。



<朝食の欠食率の推移>

4 指導目標の設定

食育研究主題：「食に関心を持ち、健康で安全な生活を営もうとする態度の育成」

本校では食育を、栄養の知識や情報を与えるだけではなく、「心豊かな人間作りをする教育」ととらえ、一人ひとりが主体的に自主的に活動しながら学ぶことで「たくましく生きる力」を身に付けることと考える。

したがって「子ども自らが自らを発揮できる学校づくり」という学校教育目標のもと

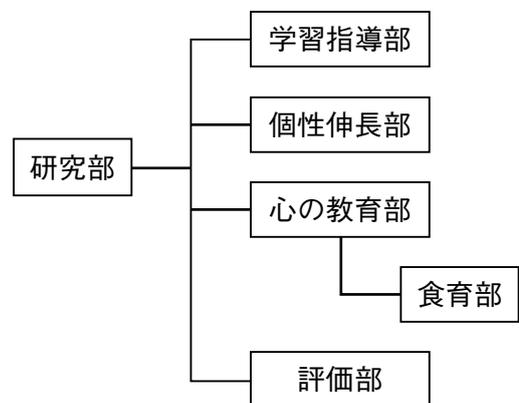
に、食育研究主題を「食に関心を持ち、健康で安全な生活を営もうとする態度の育成」とし、実際に児童自ら食物を育てる体験活動を重視し、取組を進めた。

5 食に関する指導の全体計画の作成

校務分掌の研究組織の中に、食育部と食育主任を位置付け、食に関する指導の充実と推進を図っている。

栄養教諭は、食育主任として3にあげた課題解決のため、学校全体の食に関する指導について計画の立案を行い、各学年の食に関する指導計画作成の支援を行っている。

計画作成にあたっては、児童が食に関する知識や能力等を発達段階に応じて総合的に身に付けることができるよう、総合的な学習の時間や各教科・領域の時間と学校給食とを関連付けて、継続性に配慮しつつ教科横断的な指導を実施できるようにしている。



6 校内の教職員と共通理解を図るための方策

年度当初の職員会議で、食育部より食育の課題と方向性について共通理解をする場を設けている。栄養教諭は、この方針を計画通り実行するため、年間を通して給食指導をはじめとする食に関する指導を実践する他、学級担任への指導資料や教材の提供、授業構築・調理実習等の支援を行い、関係教職員や地域

の方々、保護者との連携・調整を行っている。

また、学級担任や栄養教諭の食に関する指導の授業力向上を図るために、研究授業を各学年、年間1回以上実施するよう計画に位置付けている。授業後は、様々な視点で研究協議した後、京都市教育委員会の指導主事の指導助言を仰ぎながら、校内における食育の授業実践を深め、指導の充実を目指している。

平成19年度の研究授業は、以下の通りである。

1年生活科	「やさいのひみつ」
2年学級活動	「のどがかわいたときは どうしたらいいかな」
3年総合	「大豆はかせになろう」
4年総合	「旬の野菜をむだなくおい しくいただく」
5年学級活動	「おやつのよいとり方を考 えよう」
6年家庭科	「おすすめ弁当を考えよう」

7 取組の実際

(1) 給食の時間

「給食を楽しくおいしく味わう」を目指す姿とし、給食の時間はもとより各教科等と関連させて行



う食に関する指導に取り組んでいる。

給食の時間における指導は、担任が「給食カレンダー」や「給食室からこんにちは」（その日の給食調理員の思いや工夫を示したお便り）をもとに行っているほか、栄養教諭がその日の給食の献立を学年の発達段階に応

じて指導している。

京都市では、地域で生産した食物を地域で消費するという「地産地消」に加え、その食物の産地を知り、消費のされ方を知るという『知産知消』を進めている。これは、生産者や自然の恵みなどすべてに感謝する心や、長い歴史が育んだ幅広い食文化、食の安全・安心など、子どもにも食の大切さを伝える取組である。京都市府内産の京野菜等を給食



の献立に取り入れ、生産者の声を取り入れた掲示資料や指導資料を活用し、京野菜の歴史や、それを使った伝統料理について学習する等、給食を「生きた教材」として活用するように努めている。

<指導例>

○ 食べ方

- ・おはしの持ち方
- ・かむことの大切さ

○ 栄養

- ・食べ物の3つのはたらき
- ・骨が丈夫になる食べ物

○ 食文化

- ・おばんざい
- ・京野菜

○ 地産地消（知産知消）

- ・生産者の思いや工夫
- ・感謝して食べることの大切さ

(2) 教科等における指導

ア 体験活動を重視した栽培活動

京都市北区西賀茂で、約250坪の田畑を「西賀茂農園」として活用している。総合的な学習の時間及び生活科において学年の年間計画に応じて、全学年の児童が土作りや草抜きから収穫に至るまで様々な過程を体験する栽培活動を行っている。

1年	とうもろこし、ブロッコリー、大根
2年	さつまいも、水菜
3年	大豆、オクラ、大根、ねぎ
4年	えんどう、たまねぎ、大根
5年	米、小豆、大根、白菜
6年	賀茂なす、しそ、胡瓜、大根



イ 教科等における指導

全体計画と各学年の年間計画をもとに、社会科、理科、国語科、体育科、家庭科、道徳、特別活動等、食との関連が深いものについては、担任と栄養教諭を中心に、時には養護教諭とも連携を図って授業を行っている。

指導を行う際には、生活科や総合的な学習の時間での栽培活動と学校給食を意

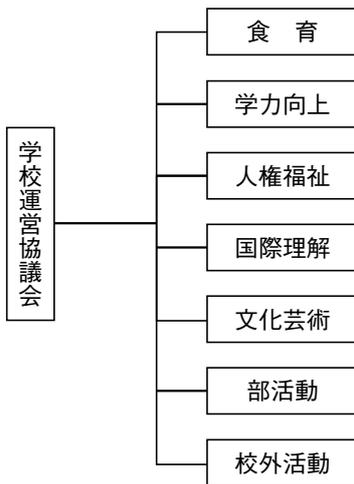
識的に関連付けるようにしている。例えば3年生の総合的な学習の時間「大豆はかせになろう」では、大豆の栽培経験を通して大豆を身近に感じ、給食カレンダーを用いて豆および豆製品を使った献立を探し出す活動を取り入れた。これにより、児童は教科等で得た知識を学校給食で具体的に確認したり、深めたりすることができる。また、教科等のねらいをおさえるだけでなく、毎日の食材に興味や関心をもったり積極的に食べようしたりする児童が増えてきている。

また、養護教諭による保健指導と連携を図った継続的・発展的な指導も展開している。

(3) 家庭や地域との連携

ア 学校運営協議会の取組

平成17年度に、学校運営協議会を設立し、「地域ぐるみの学校づくり」に取り組んでいる。学校運営協議会の理事には、地域住民のほか、食育を先進的に研究している学識経験者として大学教授も加わっており、月1回の理事会で、学校運営や学校と地域が連携した取組等についての協議を行っている。学校運営協議会の組織には、地域住民や保護者、教職員で構成された7つの企画推進委員会がある。食育企画推進委員会は、30名の委員で構成され、学校の食育活動の企画・支援を常時行っている。栄養教諭は、学校と委員会の連絡・調整に努めている。



○ 栽培活動への支援

年間を通して、西賀茂農園での土作り、草抜き、水やり、収穫にいたるまで、全学年の栽培活動を支援している。



○ 料理活動への支援

児童が収穫した野菜を使って料理をする際にも、支援を行っている。



1年	ポップコーン
2年	ふかしいも、サツマイモのつるの煮付け、水菜の漬物
3年	とうふ、みそ汁
4年	大根葉のいためもの
5年	赤飯、もち
6年	しそ入り田楽なす、漬物

○ 啓発活動（食育学習会）

平成19年度、保護者や地域住民に向

けて「食育学習会」を年間15回計画し、児童の健やかな成長のために何が必要か、一緒に学ぶ機会を設けた。

5月11日	4年公開授業
5月25日	給食試食会「給食に学ぶ知恵」
7月18日	農園学習会「栽培について」
7月19日	2年公開授業
8月24日	料理学習会「給食に学ぶ知恵」
9月6日	5年公開授業
10月9日	料理学習会「食事のマナーに学ぶ知恵」
10月9日	学校保健委員会
10月18日	3年公開授業
10月31日	食育シンポジウム「『早寝・早起き・朝ごはん』から学ぶ知恵」
12月5日	料理学習会「郷土料理に学ぶ知恵」
12月6日	地域ふれあい交流給食
12月11日	幼小交流会
2月1日	1・4・5・6年公開授業
2月15日	料理学習会「大人の料理教室」

イ 大学や老舗京料理店との連携

食育を先進的に研究している大学や老舗京料理店と連携して、児童が食の本質について体験学習する取組を総合的な学習の時間で進めた。

5年生

- ・食環境の大切さを考えよう
- ・米について知ろう



6年生

- ・京の食文化への理解を深めよう
- ・小麦博士になろう

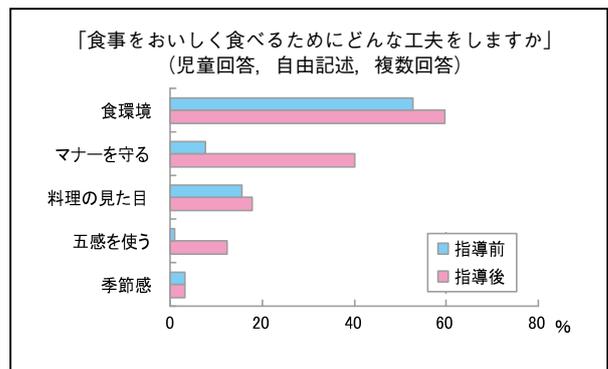


8 食に関する指導の成果

- ・朝食欠食率が1.9%（H19年度）に減少した
- ・お手伝いをしたりマナーに気を付けたりしている姿がみられるようになった
- ・児童の好き嫌いが減った
- ・残食のない日が増えた

（1）体験活動をもとにした指導の効果

地元農家の方や、食育企画推進委員と共に汗を流し体験的な学びの場となっている栽培活動は、単に栽培や野菜に対する知識の習得だけでなく、食べ物への感謝の気持ちや生き物と自然への敬愛の心を育むことにもつながった。児童の感想には、「作った野菜をお母さんに食べさせたい。」「私たちは、生き物の命を食べているんだ。」「虫もこの畑で生きているんだ。」「きれいだったけど食べよう。」「また「西賀茂に行って、友達ができた。」という声も聞かれ、まさに自然や仲間と改めて向き合い、一緒に汗を流す活動を通してこのような豊かな心や人間関係が作られることが分かった。また、収穫した野菜と給食の献立とを合わせて指導したことで野菜に対する興味や関心が高まり、農園での活動も充実し、給食を残さず食べようという態度を育てることができた。さらに、栄養教諭・養護教諭・食育企画推進委員の協力や指導、大学や京料理店と連携した活動を取り入れたことで学習をより深めることにつながった。



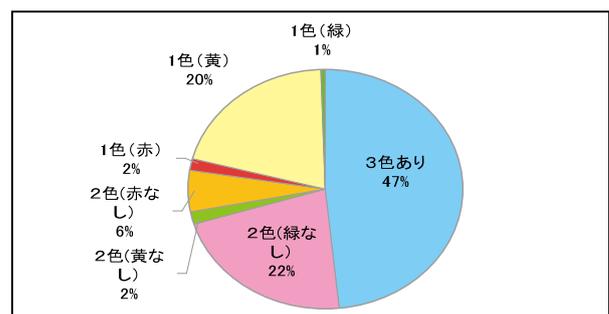
<大学と連携したことによる児童の意識の変化>

（2）生活習慣の改善

朝食の欠食率が減少してきており、平成19年度は1.9%であった。平成19年度「早寝・早起き・朝ごはん」をテーマとし、家庭・地域・学校が一体となって実施した「新町食育シンポジウム」も契機になったのではないかと考える。家庭によって望ましい食習慣を身に付けることの難しさが挙げられたことから、個別的な働きかけも充実させていきたい。

さらに食事内容が単品だけであったり、野菜の副菜が不足したりする傾向が見られた。

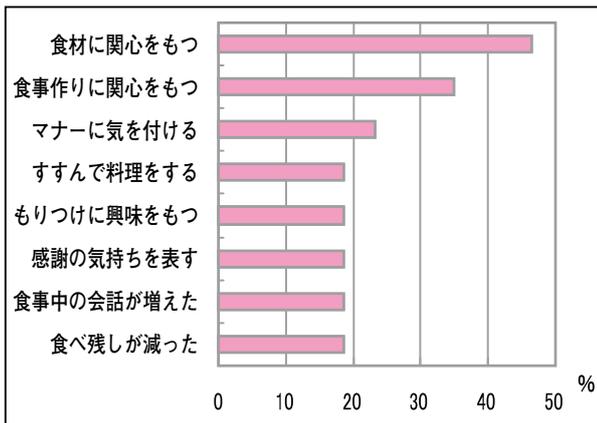
あわせて、主食の中でも、菓子パンやケーキなどの甘いものを常食としている様子が一部見られた。そのため、平成20年度は食育月間の取組として、全学級で朝食についての指導を行っている。栄養バランスの改善や栄養教諭と養護教諭が連携して個別指導を充実させていきたい。



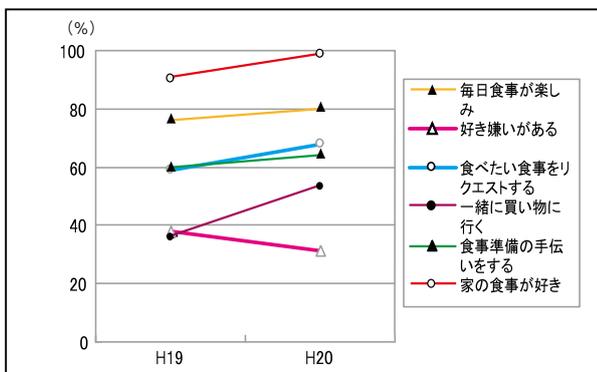
<朝食の栄養バランス>

(3) 児童の変容

食育に取り組んでからの児童の変容について保護者にアンケートを行った。児童が家庭でも食材や食事作りに関心をもち、お手伝いをしたりマナーに気を付けたりしていることが分かった。本校の食育が、児童の行動変容をもたらしたと考えている。



<保護者からみた児童の家庭での変化>
(保護者回答, 自由記述、複数回答)



<食についての意識の変化 (児童回答)>
「とてもあてはまる」「少しあてはまると答えた割合

また、「児童の好き嫌いが減った」きっかけの多くは、「給食に出てくるようになって」と「栽培活動」であった。給食では副食の残量は取組以前からほとんどなかったものの、主食の残量が目立っていた。しかし、例えば食に関する指導での「お米のパワーを知ろう」や「交互に食べよう (口中調味)」「味みつけをしよう」「米について知ろう」や栽培活動などを

通して、現在では残量がない日が増えてきている。まだ平均すると10%前後であるが、引き続き指導を充実させていきたい。

(4) 地域住民の変容

食育学習会を通して、計画的に給食の意義や食のあり方などを家庭や地域へ伝えることは有効であり、それぞれの家庭の食生活を見直すきっかけとなることが分かり、学校が中核となって食育を推進していくことの重要性をあらためて認識できた。また、食育企画推進委員会の活動は、委員にとってもお互いの仲間意識を高める場となり、学校を中心としてその連帯感が高まっている。さらに、給食を好き嫌いせず食べる子どもの姿を通して、自ら食育企画推進委員会に入る地域住民も出てきており、学校での取組が着実に実を結んでいる。今後さらに食育の充実を図るため、学校が中心となった地域ぐるみの食育を実践していきたい。

9 今後解決すべき課題

- ・教職員の意識をもち続けるための一つとして、継続したデータを用いることは有効であり、家庭へ啓発するきっかけにもなると考える。
- ・食育の推進を支えている食育企画推進委員が高齢化・固定化しているため、新しい人材確保や、若手育成が急務である。
- ・幼稚園から中学校まで幼・小・中を見通した計画が必要である。
- ・研究指定校だけでなく、どの学校においても食に関する指導を定着させていくために、校内体制を整備することはもとより、教育委員会や行政側の支援も必要と考える。