

# 郷土を愛し、生涯を健康に生き抜く力をもつ生徒の育成 ～食育の学びと共生を目指して～

やまがしりつめ の だけ  
熊本県山鹿市立米野岳中学校  
栄養教諭 吉田 由美

## 1 地域の概要

山鹿市は、熊本県の北部に位置し、平成17年1月15日に1市4町が合併して誕生した人口およそ6万人の温泉で有名な市である。市内を流れる菊池川流域には田園が、校区の中央にある米野山の裾野には畑が広がり、金柑やスイカ、古代米（赤米、紫黒米）等は日本各地に出荷されるなど農業の盛んな地域である。

## 2 学校給食の概要

＜給食数＞	241食
	(生徒数216名)
＜学級数＞	7学級
＜調理従事者数＞	栄養教諭 1名
	調理員 3名

### 大きなランチルーム



本校は単独調理場方式で、教室の目の前には241名の全生徒・教職員が一斉に会食を楽しむことのできる大きなランチルームがあり、毎日カウンター越しに給食室や調理員の姿を見ることができる。

また、校区には4つの小学校があり、その

うちの3校には全校児童、教職員が一斉に給食を食べることができるランチルームがある。栄養教諭は4校を兼務し、食に関する指導を行っている。

## 3 食に関する生徒の実態

- ・偏食傾向がみられる
- ・朝食欠食傾向のある生徒がいる
- ・地域の農産物や郷土食（保存食）などへの関心が薄く、知識や体験が希薄である

生徒の家庭の7割が三世帯同居で、比較的日本型食生活を実践できているが、親の共働きの増加に伴い、外食や中食に頼る傾向が見られるため、食品を選択する力を身に付けさせることが必要と考えている。給食を残さず食べようという意識はあるものの偏食傾向がみられ、朝食欠食傾向のある生徒もいる（15%）。また、地域の農産物や郷土食（保存食）などへの関心が薄く、その知識や体験もほとんどない（地域の料理名を3つ以上知っている生徒は22%）。

これらのことから、本校の教育目標である「学びと共生」の具現化に向け、年間指導計画に沿って教科等と関連した食に関する指導や地域と連携した取組を行うことにより、生涯を健康に生き抜く生徒を育成するため、本テーマを設定し、サブテーマを「食育の学びと共生を目指して」とした。

## 4 指導目標の設定

### <仮説1>

給食にさまざまな地場産物を取り入れ、生産者の思いを伝えながら計画的に提供すれば、生徒たちは地域の産業、農産物を見直し、郷土愛が芽生え、安全で安心な食材を選ぶ力を身に付けるであろう。

### <仮説2>

教科等で学習した内容を繰り返し給食の時間の指導で振り返ることができれば、それは単なる知識としてではなく、実践への意欲につながり、食に関する「生きる力」を身に付けることができるであろう。

以上のことから、食に関する指導において、本校では、次のような取組を行うこととした。

### <仮説1について>

- ・地域に根ざした給食献立の開発
- ・生産者や物資納入業者との連携
- ・地域との連携

### <仮説2について>

- ・教科書等と関連した給食献立の検討及び食に関する指導
- ・給食で学習を振り返る場の設定

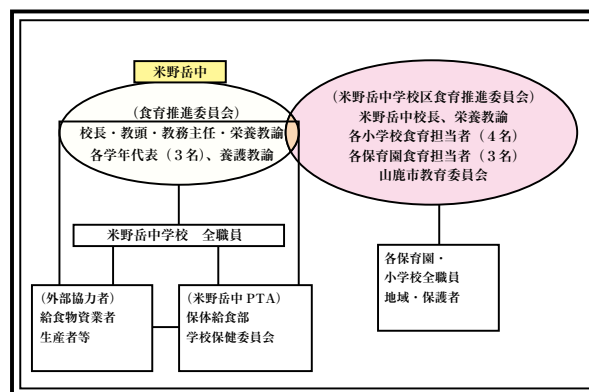
## 5 食に関する指導の全体計画の作成

栄養教諭と給食主任、各教科担当とが協力し、各教科等における「食に関する指導」に関連する指導内容を洗い出し、本校の教育目標を達成する観点から、その指導内容を6つの「食に関する指導目標」と関連付けて学年ごとの「食に関する年間指導計画」に明示した。また、年間指導計画には指導の際に必要な献立作成上の配慮も加え、職員への共通理解を図った。

## 6 校内の教職員と共通理解を図るための方策

学校における食育を推進するため、校内に食育推進委員会を設置し、随時協議を行い、職員会議に提案して共通理解を図っている。

また、校区には、山鹿市教育委員会を含む米野岳中学校区食育推進委員会が設置されている。



## 7 取組の実際

### (1) 給食の時間

#### ア 給食指導

4月当初の職員会議で、衛生指導、配膳指導等、給食指導について全職員の共通理解を図った。2学期の初めには、生徒集会で「自分の分の給食は、むやみに人にあげず、きちんと食べること」「時間内に余裕をもって食べ終わることができるよう準備をスムーズに行うこと」「感謝の気持ちを込めてあいさつをすること」の3点を給食主任とともに指導した。

#### イ 地域に根ざした給食献立の開発

旬の食材についての調査を行い、米野岳中校区の地産地消カレンダーを作成し、給食調理員の協力を得て、地場産物を計画的に給食献立に導入した。また、鹿本郡市の栄養教諭・学校栄養職員部会で作成した「かもとの味郷土料理資料

集」を活用し、毎月19日前後に「ふるさとくまさんデー」（熊本県で実施している地元農産物を活用した給食）を実施している。また、2階ホールやランチルームに、食材や資料を掲示している。



### ウ ランチルームでの指導

給食委員がその日の献立や食材に関する放送を行う。また、生産者や地区名を紹介し、身近なところではとれた食材であることを意識させ、生産者の思いを伝えている。給食の準備、片付けの指導はもちろん、ランチルームの栄養黒板に毎日の給食の食材を分類し、掲示することにより、繰り返し視覚に訴えている。



教科との関連がある献立の時には、教科担任が自らマイクを持ち、教科の復習や実体験の場として指導を行っている。

### (2) 教科等における指導

次に示した教科における食に関する指導において、栄養教諭はTTで参画したり、資料を提供したりしている。

#### ア 技術・家庭科

##### ○「郷土食（保存食）の体験学習」

物産館の方を講師に招いて、校内の梅の実をちぎり、梅ジュースと梅干し

作りを行った。また、地域でとれたらっきょうを使って甘酢漬けを作った。生徒が作った梅干し、梅ジュース（ゼリー）、らっきょうは食品検査を行い、安全性を確認した上で給食に取り入れ、お世話になった方を招いて招待給食を実施した。



##### ○「学校給食の献立作成」

当日の給食の食材1人分を使い、6つの食品群に分け、計量させ、その量を捉えさせた。

その後、献立作成時のポイントを確認し、各班ごとに給食の献立作成に取り組んだ。できあがった献立は、コンピュータで栄養分析を行い、各班で再度検討した中から選ばれた作品2点（各クラスごと）を給食で実施した。



家庭科で考えた献立を、想像だけでなく実際に目に見える形にしたこと



で、考える楽しみ、食べてもらう喜びを学ぶことができたようだ。

### ○ 調理実習「魚の手開き」

丸ごとさんまを1人1尾ずつ開き、魚の命をいただいているということを実感させた。

調理中、おなかの中からさらに小さな魚が出てきたことから理科の食物連鎖の学習にもつながった。



その週のうちに、栄養教諭が意図的に給食で丸ごと1尾の焼きさんまを提供し、1年生は復習の場として、上級生は忘れかけた記憶を思い出す場として、家庭科等の教科担任が命の大切さ、命のつながりなどを伝えた。



### ○ 調理実習「郷土食（だご汁）作り」

生徒の祖父母に手伝ってもらい、だご汁作り実習を行った。班によって、みそ味や醤油味、だんごの形も様々に作って楽しんでいた。おばあちゃんたちに教わって作っただご汁の味は、また格別だったようだ。

給食では鹿本に伝わる「お姫さんだご汁」を実施した。だご汁は昔から伝わる郷土料理であり、家庭や地域によって特色のある、守っていきたい食文化の1つであることなどを伝えた。



## イ 理科

### ○ 「消化と吸収」

給食の食品と栄養素と結び付け、実際の食べ物が消化吸収されていく仕組みについて人形を使った消化器官の模型を使って説明した。また、消化の過程ででんぷんが糖に変わることを、1人1個ずつの一口おにぎりを用意し、自分の口の中でどう変わっていくか確認させた。給食時に「よくかんで食べよう」「バランスよく食べよう」「朝食を食べよう」といわれる理由は、消化吸収と結びついていることをおさえた。模型はかなり視覚的効果があったようだ。



### ○ 「植物のつくりとはたらき」

給食用のえんどう豆（グリーンピース）の皮をむき、理科担当教諭の解説を聞きながら、実際の種子と実を確認した。翌日の給食では「豆ごはんは苦

手！」と言いながらもしっかりと残さず食べていた。



### ウ 美術

#### ○ 「色を工夫してコツコツ（骨骨）牛乳のイメージを考えよう」

商品のイメージをよく表し、購買意欲を高める色遣いの学習を企業の商品から学び、消費者として賢く選ぶ力を身に付ける工夫をした。



### (3) 個別指導

#### ○ 養護教諭との連携

養護教諭が体格測定から肥満や痩身傾向（BMI±25%以上）の生徒の成長曲線を作成し、長期の休み前に日常生活と食事の面からの連携指導を行っている。

#### ○ 部活動担当者との連携

柔道部等の体重調整が必要な生徒については、部活動担当者と話し合い、

運動と給食時や家庭での食事とを併せてアドバイスを行っている。

#### ○ 食物アレルギー対応

毎年、年度当初にアレルギー調査を行い、個表を作成して、職員の共通理解を図っている。「緊急対応マニュアル」を作成し、職員室、保健室、給食室に掲示し、緊急時に備えている。給食では医師の診断に基づき、除去食、代替食を提供している。（平成20年度4名）

### (4) 家庭や地域との連携

#### ○ 米野岳中校区食育推進委員会

平成19年度に校区の小学校と連携して、発達段階に応じた食育の目標を作成し、授業の参考となる資料の検討を行った。テーマは「朝ごはんをおいしく食べよう」である。また、委員会として給食の献立募集を行い、1月の給食週間に各校で実施した。

平成20年度は、新たに保育園も加わり、食育目標の再検討を行った。

#### ○ 小学校との連携

千田小学校（平成19年度健康教育実践発表校）での指導をはじめ、兼務校の小学校で、各校の年間計画に従って試食会や健康集会等での指導、総合的な学習の時間でのアドバイザーやTTでの授業を行っている。



また、夏休み中に教職員を対象に食育の校内研修も実施した。地域での食

育も盛んで、夏休み前の食生活改善普及員による親子料理教室では、子どもたちに包丁の使い方を教え、保護者に家庭でも小さい頃から一緒に食べものにふれる機会をもってほしいと話した。

○ 物産館との連携

物産館の担当者から「毎日生徒の口に入るものであるため、安全なものではなければいけないこと。できるだけ新鮮で素材の味がわかるものであること。食育の一端を担っていることなどを生産者に伝え、野菜を納めてもらっ



ている」ということを、給食集会で直接生徒に話していただ

ている。

○ 鹿央赤米生産グループとの会食

鹿央町産100%の五穀米を給食に取り入れた際、生産者グループの方と一緒に会食を行い、「安全な食品を作るにはたくさんの愛情と時間、手間が必要である」ことを話していただいた。

○ 鹿本郡市栄養教諭・学校栄養職員部会における資料作成

平成19年度

「かもとの味郷土料理資料集」作成

平成20年度

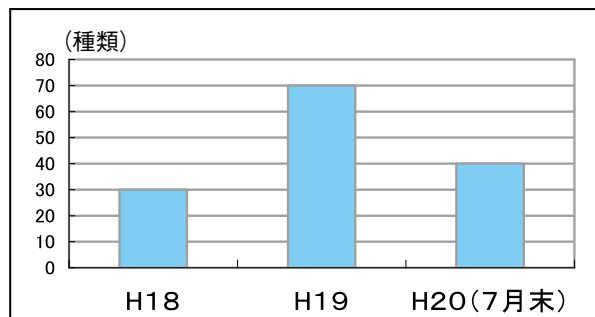
「かもとの味指導事例集」作成中

8 食に関する指導の成果

- ・給食の地場産物使用品目数が増加した
- ・地域の食材や料理への関心が高まった
- ・食品を選択する力が身に付いてきている
- ・給食を残さず食べるようになった
- ・感謝や尊敬の気持ちをもつようになった
- ・家庭での実践意欲につながった
- ・献立を工夫し、調理する技術を身に付けた

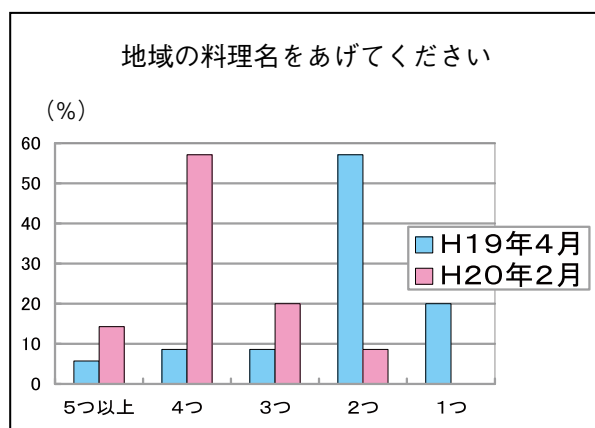
<仮説1について>

- ・計画的に地場産物を取り入れたことにより、給食の使用品目数が増えた（平成18年度30種類、平成19年度70種類、平成20年度7月末現在40種類）。



<地場産物使用品目数>

- ・地域でとれる食材であるにもかかわらず、家庭ではあまり馴染みのない食材を、給食で食べやすいように調理し、提供したことによって、地域の食材や料理への関心が高まった（グラフは料理名を書いた数）。





- ・地産地消や食品添加物の学習後は、安全で安心な食材を食べるために、できるだけ近くでとれたものを選ぶと答えた生徒が多く、少しずつ選択する力が身に付いてきている。
- ・地場産物を使用することにより、給食がさらに身近なものとなり、苦手でも感謝して食べようという意識が芽生え、残さず食べることができるようになった（残食率0%）。

#### 〈給食集会の感想より〉

自分たちは動植物の命をいただいて生かされているということ、生産者の方々は私たちのために安全で新鮮な食材を届けてくださっていることを知ることができました。これからは、地域の皆さん、家族、給食の先生方の思いがたくさん詰まってできあがっているんだということを忘れずに、毎日感謝を込めて「いただきます！ ごちそうさまでした！」を言いたいと思います。

- ・地域の方は生徒と交流することにより、みんなで、この子たちを育てていかねばならないという意識を、強くもたれるようになってきた。



#### 〈仮説2について〉

- ・郷土食や保存食を自分たちで作るという体験を通して、その作業の大変さを知り、いつも作ってくださる方への感謝や尊敬の気持ちをもつことができた。また、家に帰って作り方を教えてあげたい、家でも作ってみたいという生徒が多くみられ、家庭での実践意欲につながっ

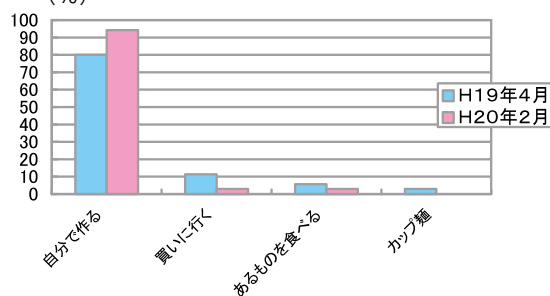
た。

#### 〈梅干し作りの感想より〉

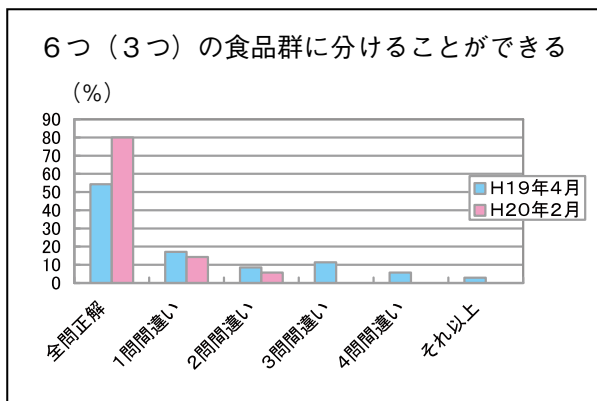
ぼくのうちはいつもばあちゃんが梅干しを漬けています。ぼくは梅干しが嫌いなので食べていませんでした。でも、梅干しを作るのはとても大変だとわかったので、今度ばあちゃんが漬けるときには手伝ってあげたいと思います。梅干しは嫌いだけど、たまにならばあちゃんの梅干しを食べてもいいかなと思います。

- ・教科で学習したことが給食につながり、実際に自分で食べたり、先生方や先輩たちに食べてもらったりすることによって、献立の工夫や食事を作る楽しさを実感することができた。
- ・「休みの日の昼食を1人で食べる時どうするか」という問いに対して、「自分で作る」と答えた生徒が80%から93%に増えた。これは、繰り返し調理実習を行ったことにより、自分で献立を工夫し、調理する技術を身に付けたと考えられる。

休みの日の昼食を1人で食べるなら (%)



- ・給食時や家庭科で繰り返し6つの食品群を確認することで、食べ物の働きを理解し、給食の食材を6つの食品群に分けることができる生徒が、55%から80%に増えた。



## 9 今後解決すべき課題

### <仮説1について>

給食を通して生徒たちに地域の産業、農作物を見直す機会を与えることができ、少しずつ選択能力も身に付いてきた。さらに、安全・安心な食材を育て、継承していくという後継者育成（キャリア教育）の視点も踏まえ、全校で取り組んでいきたい。

### <仮説2について>

教科等と関連した食に関する指導の中で、給食を生きた教材として活用できるように、さらに献立を検討していくとともに、情報を提供していくことが必要である。給食の時間に教科等の学習を振り返る時間の設定については、ランチルームで給食を食べる前に実施していたが、生徒が給食を食べるための時間を十分確保することができない等の反省もあり、事前にプリントを配付したり、掲示したり、「いただきます」後に紹介をしたりするなど現在、試行錯誤中である。また、給食集会については、学年集会を活用するなどの指導方法も検討中である。生徒が自主的な活動ができるようになるまで、栄養教諭の立場から支援していきたい。