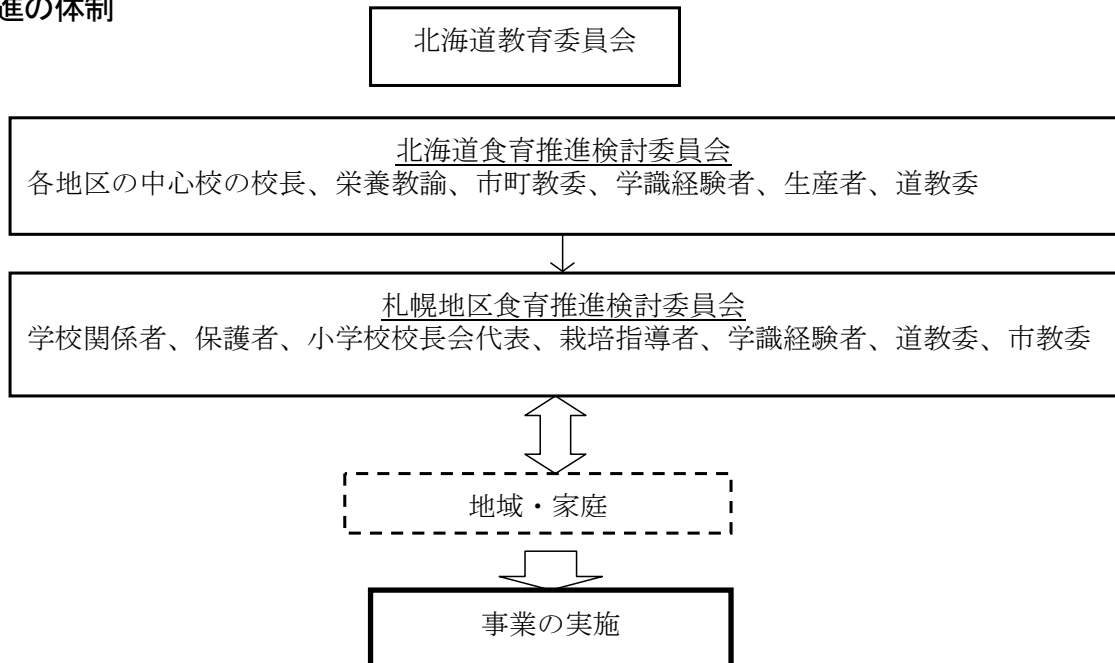


栄養教諭を中核とした食育推進事業 事業結果報告書

都道府県名	北海道
推進地域名	札幌市

1. 事業推進の体制



2. 具体的取組等について

テーマ1 子どもの健康を保持増進させる望ましい食習慣を形成するための方策

① 児童や保護者の食に関する意識調査の結果を生かした効果的な指導、啓発の研究

研究の課題を明確にするため、4月に児童と保護者を対象にした食生活についてのアンケートを実施した。その結果から児童と家庭の双方に、野菜を身近に感じ、食生活の中に積極的に野菜料理を取り入れてもらえるようになることを目指して、栽培活動への参加や給食試食会等の取組内容を研究した。

② 教職員の食に関する指導の研修

・ICTの活用

実物の野菜や種を大きく映したり、DVD視聴やインターネット接続を授業中にスムーズに行ったりできるよう、ICT活用の利点について研修し、さらに玉川大学 堀田准教授の指導を受けながら、食に関する指導の中で実物の提示などICTの効果的な活用について研究を行った。

児童が野菜に興味・関心をもって名前を覚えられるようICTを使った野菜のフラッシュ教材を作成した。

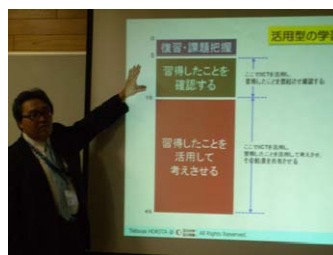
【写真1】【写真2】

・基本的栽培技術の研修

各学年の栽培活動を充実するため、市の「農体験リーダー」派遣制度を活用して、教職員全員を対象に栽培活動の指導者による基本的栽培技術の研修を行った。【写真3】



【写真1】



【写真2】



【写真3】

③ 教育活動での指導

・カリキュラムに基づいた指導の展開

食に関する指導を各教科や教育活動全体の中で横断的に実施できるよう、学年ごとの「クロスカリキュラム」を年度初めに作成した。

児童や保護者の野菜への関心を高めるため、その中に「さっぽろ学校給食フードリサイクル」の栽培活動も組み入れた。

11月27日には、自校が開催した「第7回教育実践発表会」で食育の公開授業を行った。

・農事暦の掲示

他学年の取組にも興味関心を高めることができるよう、全学年の栽培活動の暦を掲示した。

・児童委員会の活動

昼の校内放送での給食紹介やフードリサイクルの取組を全校に発信した。

・給食時間の指導

毎日の給食時間で食への理解を深めるため、教科との関連を考慮しながら、地産地消、旬の食材、食べ物の働きなどを継続して指導した。



④ 地域・保護者への啓発

・保護者ボランティアとの連携

保護者ボランティアは、校舎の環境美化や教材園での栽培活動への支援とともに、校舎の畑で栽培した作物を学校給食に提供した。

・給食試食会の実施

給食試食会は保護者を対象に年2回、地域の方を対象に年1回実施し、本校の「食に関する指導」について説明するとともに、「ぜひ食べてほしい料理」というレシピ集を配布した。地域の方を対象にした試食会では、藤女子大菊地准教授による「地産地消」の講演会を行った。

・学校ホームページ、給食だより等の活用

毎日の給食メニューやレシピ、給食の時間における児童の様子、「食に関する指導」の授業や栽培活動などを学校のホームページで公開するとともに、毎月の給食だよりで詳しくとりあげ、各家庭に配布した。



⑤ 他校への啓発

・実践発表

学校関係者、保護者、学生、市民を対象に取組内容、成果等を発表した。

・パンフレットの配布

「食に関する指導」の実践事例集（パンフレット）を作成し、市内小中学校に配布した。

具体的計画

調査結果に基づく計画作成

1 児童に対する調査

<調査結果>

- ・4月の調査では高学年は、野菜の重要性を知っている児童と野菜を食べると答えた児童の割合がほぼ同じだが、低学年は重要性を知っている児童と、野菜を食べると答えた児童の割合に開きがある。野菜の大切さは認識しているが、実際には食べられない児童が学年が下がるほど多いことが分かった。
- ・全学年を通して嫌いな食品を尋ねたところ、嫌いな野菜の1位から9位までが野菜であった。

<方策>

- ・野菜を身近に感じ自らすすんで食べようとする態度を培うため、「さっぽろ学校給食フードリサイクル」と関連付けた栽培活動を全学年で取り組むこととした。
- ・毎日の給食時間の中でも野菜を食べることの重要性に焦点を当てた指導を、栄養教諭、学級担任が連携して展開していくこととした。

2 家庭に対する調査

<調査結果>

- ・家庭での食事メニュー決定の要因としては、「栄養のバランス」と「家族の嗜好」が上位を占めている。特に低学年の家庭では嗜好を優先する傾向にある。
- ・野菜料理は主に夕食で摂っている家庭がほとんどで、その理由の大半が「朝は時間がない」と答えている。調理方法はサラダ、煮物が多いが、特に1年生の家庭では煮物が少ない。野菜料理は「手間がかかるもの」という認識が多く、三食で万遍なく摂ることが望ましい野菜も夕食に偏るため、一日の摂取量は必要な量を満たしていないと思われる。

<方策>

- ・給食だよりや学校HP、また給食試食会を有効に活用して、野菜料理のPRや野菜料理を手軽に食卓に上らせるための工夫を保護者に啓発していくこととした。

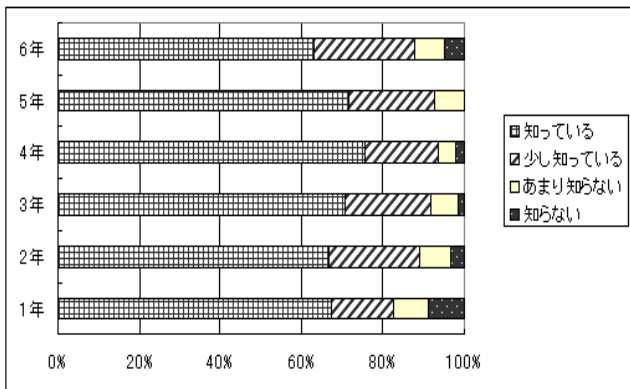
このように、本事業では児童と保護者の双方に野菜を身近に感じ、食生活の中に積極的に野菜料理を取り入れてもらえるような取組を基軸に据えることにした。

数字で変化のあった事項について

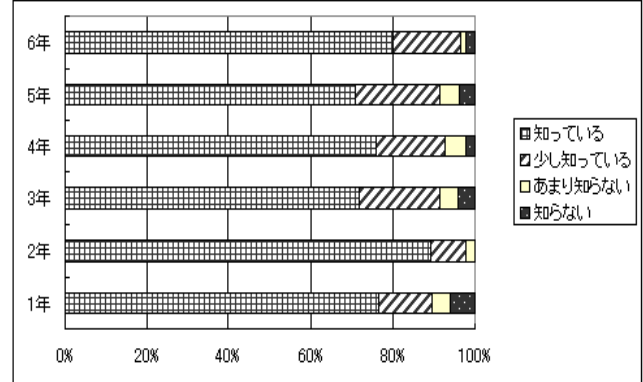
児童を対象にした調査（4月・12月実施）

○ 野菜がからだに必要な理由を知っていますか？(児童)

4月



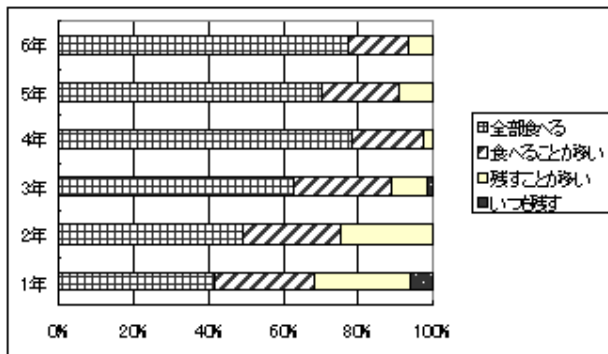
12月



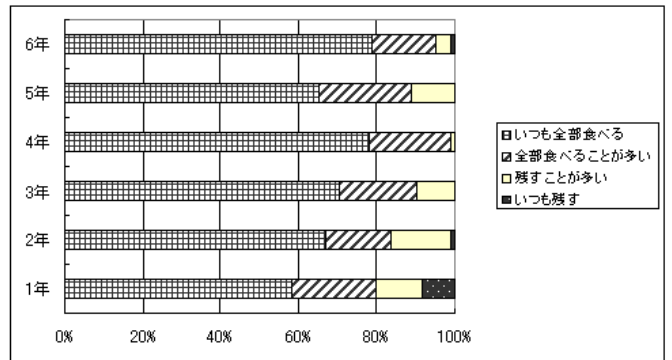
どの学年も、野菜の大切さを知っている児童が増えた。特に給食時間の「挑戦状」（食に関するクイズ）などで関わりの深かった2年生に大きな変容が見られた。

○ 野菜が給食ででたときはどうしますか？(児童)

4月



12月



低学年に食べようとする児童が増えているが、これは作物の栽培活動を通して野菜を身近に感じる児童が増加傾向にある。

○ 給食残量の変化 (月平均)

	4月	12月
サラダ	8.1%	5.2%
あえもの	18.8%	7.5%

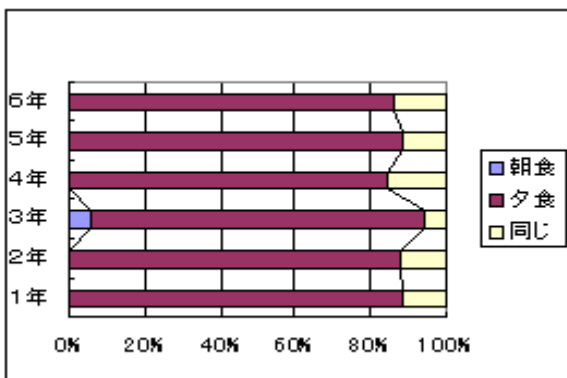
野菜が主となる料理の残量を比較した。児童の栽培した野菜も収穫時期には何度もこれらの料理に登場した。その都度、教室にプリントを配布して知らせた。

なんとなく嫌っていた野菜料理も、自分たちの育てた野菜を注視する目が「食べよう」という行動に結び付いたと考えられる。

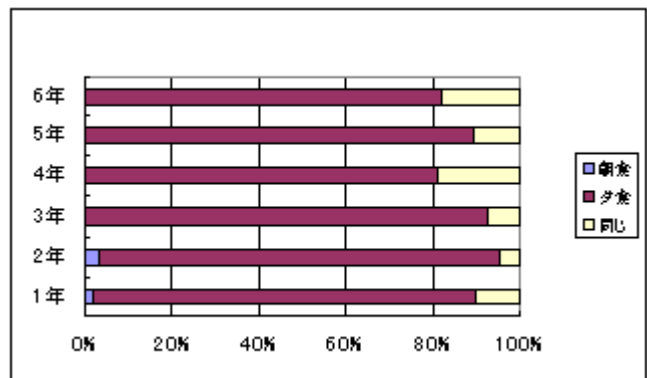
保護者を対象にした調査 (4月・12月実施)

○ 野菜料理はいつの食事に多いですか？(保護者)

4月



12月



給食日より、学校ホームページで1日に必要な野菜の量について啓発してきたことにより、夕食に偏っていた野菜料理の頻度が、「朝夕同じくらい」という回答がやや増えた。

事業全体を通じて、特に効果のあった方策等について

- ・生活科や総合的な学習の時間において、食材を大きく映し出すなどICTを活用することにより、児童の食材に対する興味・関心が高まった。
- ・ホームページで学校での食育の取組を公開することにより、保護者や地域の方の給食に対する理解が深まってきている。さらにメニューの作り方を教えてほしいという問合せも増えている。

今後の課題(今回の事業により新たに見えた課題など)

- ・栽培活動の実践に当たって、作物を植える時期の設定やそれぞれの学年の活動内容により効果的となるような作物を選定する必要がある。
- ・実践中心校では、前年度のカリキュラムを参考に毎年、各学年が教科等と関連させたクロスカリキュラムを作成している。カリキュラム作成においては、6年間を見通し、児童の発達の段階に応じて、学年で児童に身に付けさせたい力を具体的に設定するなど検討していく必要がある。栄養教諭がさらにその推進役を担っていく必要がある。
- ・多くの学校で食育の充実が図れるよう、実践中心校での成功事例をあらゆる機会を通じて紹介していく必要がある。

栄養教諭を中核とした食育推進事業 事業結果報告書

都道府県名	北海道
推進地域名	石狩市

1. 事業推進の体制



2. 具体的取組等について

テーマ1 教科等における食に関する指導を充実させるための方策

○ 学校給食をはじめとする保健体育科、技術・家庭科、道徳、特別活動、総合的な学習の時間における学級担任や教科担任と栄養教諭との連携による効果的な指導を実施

- ① 中学校保健体育科との関連（保健体育科教諭と栄養教諭のTT）
 単元：「体ほぐしの運動・体力の意義と運動の効果」
 目標：体力の構成要素と栄養の関連に気付かせる
 次年度の新体力テストへ関心をもたせる

〈指導計画〉 7時間扱い（栄養教諭とのTT分）

時間	目 標
2	体力構成と栄養素の関係を知る
3	体つくりと食生活の関係を知る
4	持久力と成長期の体と食生活の関係を知る



【保健体育科の授業の様子】

- ② 中学校道徳・特別活動・総合的な学習の時間との関連
 ○ 年間を通じた食に関する指導の実施
 「生きる＝食」～心身ともに健やかに生きるためには～
 目標：望ましい基本的生活習慣の確立
 健康の保持増進への理解
 「食」への自己管理能力

(指導計画) 年間5時間扱い

時間	目 標	学 習 内 容	授業形態
1	基本的な生活習慣と成長期の心身の特徴の関係を知る	自分の身体と健康に関心をもつ	全 校
2	成長期に必要な栄養について知る	学年別に必要な栄養素を示す	学 年
3	給食の食材の生産と消費について知る	給食を題材に地産地消を示す	学 級
4	バランスのよい食事について知る	料理の組合せを示す	学 級
5	バランスのよい食事について考える	給食の献立をたてる	学 級

○ 学校における食育の推進を目的とした実践中心校の実践を収録したDVDメディアの製作

実践中心校における栄養教諭がかかわった体験学習や調理実習などの様子をDVDに収録し、他校に周知した。



- 〈DVDの内容〉
- ①小学校の実践事例
 - ②中学校の実践事例
 - ③家庭との連携実践事例
 - ④石狩市食育推進事業

○ 花川北中学校での朝食調査の実施・回収・分析 (通年で実施)

- ・調査開始：平成20年10月
- ・対 象：全校生徒
- ・調査日：毎週月曜の朝の会
- ・方 法：調査紙自記式
- ・内 容：朝食摂取の有無
朝食の内容 (H,21,4～)



【調査の結果を廊下に掲示】

テーマ2 子どもの健康を保持増進させる望ましい食習慣を形成するための方策

○ 食の重要性を認識してもらうため、児童生徒及び保護者を対象とした講演会を実施

- ・期日：平成21年7月15日
- ・会場：石狩市立浜益中学校
- ・講師：天使大学看護栄養学部看護栄養学科長 荒川 義人氏
- ・演題：『ちゃんと食べると成績だって上がっちゃうよ！』
- ・対象：浜益中学校生徒・保護者

○ いしかり産業まつりにおける「いしかり版『食事バランスガイド』」の普及啓発活動を実施

- ・期日：平成21年8月23日
- ・会場：石狩市役所前特設会場
- ・内容：『食事バランスガイド』を用いての食事診断
- ・対象：石狩市民 (54名)



テーマ3

体験活動等を通じた地域の産物、産業等の理解を促進するための方策

○ 総合的な学習の時間等における収穫体験や地元産の食材を使った調理実習等の体験学習を実施
 (主な内容) 学級担任と栄養教諭のTT (花川南小学校)

学年	題 材	年間時数	栄養教諭の関わり
第4学年	「トマト博士になろう！」	40	食材の栄養について・・・4時間
第5学年	「石狩の米について調べよう」	50	体 験 学 習・・・8時間
第6学年	「ブロッコリーについて」	50	調 理 実 習・・・3時間



【オリエンテーション】



【稲刈り体験】



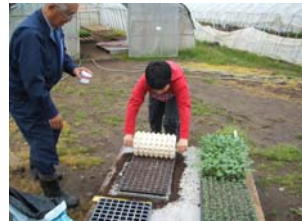
【共撰場の見学】

〈体 験 学 習〉

	6年生	5年生	4年生
実施日①	6月15日	5月27日	6月4日
実施日②	8月26日	10月1日	8月27日
作物	ブロッコリー	クリーン米	ミニトマト



【トマト定植】



【ブロッコリーの苗植え】



【調理実習の様子】

〈調 理 実 習〉

	6年生	5年生	4年生
実施日	9月1日	10月1日	3月3日
食 材	ブロッコリー	クリーン米	トマト
献 立	ポタージュ	ごはん・みそ汁	トマトソース
			卵サンド

○ 技術・家庭科における、生産者との協働による作物の栽培 (花川北中学校)



〈生産者との関わり〉

- ① 整地
- ② 土作り
- ③ 栽培指導



〈栽培作物〉

- ① かぼちゃ（雪化粧）
- ② 枝豆（茶豆）
- ③ きゅうり（黒さんご）
- ④ ブロッコリー（ピクセル）
- ⑤ ミニトマト（千夏・桃太郎・アイコ・シンディ）

〈栄養教諭のかかわり〉

- ① 栽培作物の選択、栄養価の説明（地場産物）
- ② 収穫物の調理

○ 石狩市産の食材を使った学校給食を行う「石狩デー」を実施

- ・実施日：平成21年9月1日、9月24日、10月7日
- ・内 容：①4時間目授業（担任・栄養教諭T.T）
 - 『地産地消について』・・・ 栄養教諭
 - 『作物生産について』・・・ 生産者
 - 『JAの仕事について』・・・ JA職員



【生産者の説明】

②給食時間

児童と生産者・JA職員と一緒に喫食

- ・メニュー：①牛乳、石狩コーンパン、石狩野菜スープ、鮭フリッター、レッドムーンサラダ
- ②牛乳、クリーン米ごはん、鮭みぞれ汁、かぼちゃ天ぷら、小松菜の梅和え



【掲示黒板で小麦の説明】



【石狩コーンパン】



【メニュー②の献立】



【栄養教諭の説明】

○ 石狩市産の食材を使った「親子料理教室」を実施

- ・実施日：平成21年12月12日
- ・対 象：石狩市内の小学生と保護者
- ・参加者：20組40名
- ・目 的：①親子で調理をすることにより食に関する興味を深める
- ②地場産物を使用した調理を通して地産地消のよさを知らせる
- ・内 容：① 栄養教諭によるデモンストレーション
- ② 調理実習
- ③ 給食（バランスのよい食事について・地場産物について）
- ④ 使用食材を持ち帰り、家庭で再度調理
- ⑤ アンケート調査
- ・メニュー：①石狩産小麦「春よ恋」の全粉粉のピザ（2種類）
- ②石狩産かぼちゃ「雪化粧」のポタージュ



【調理の様子】



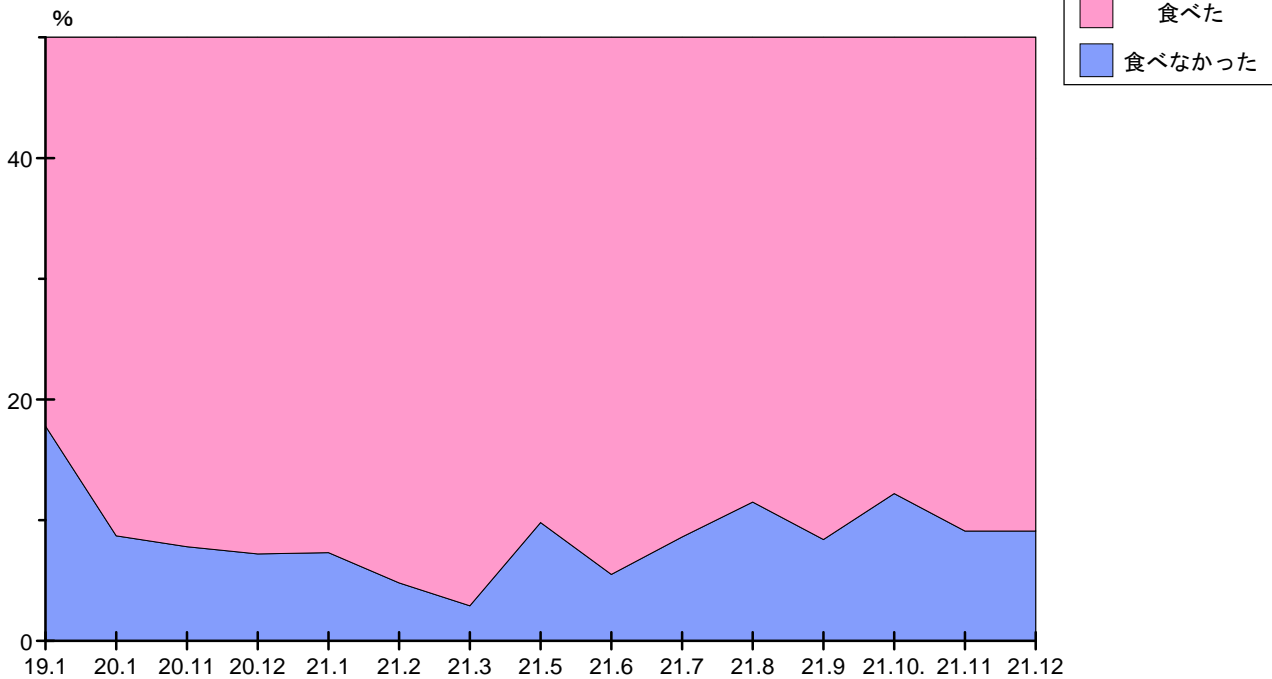
【食事の様子】

テーマ1～3に共通する具体的計画

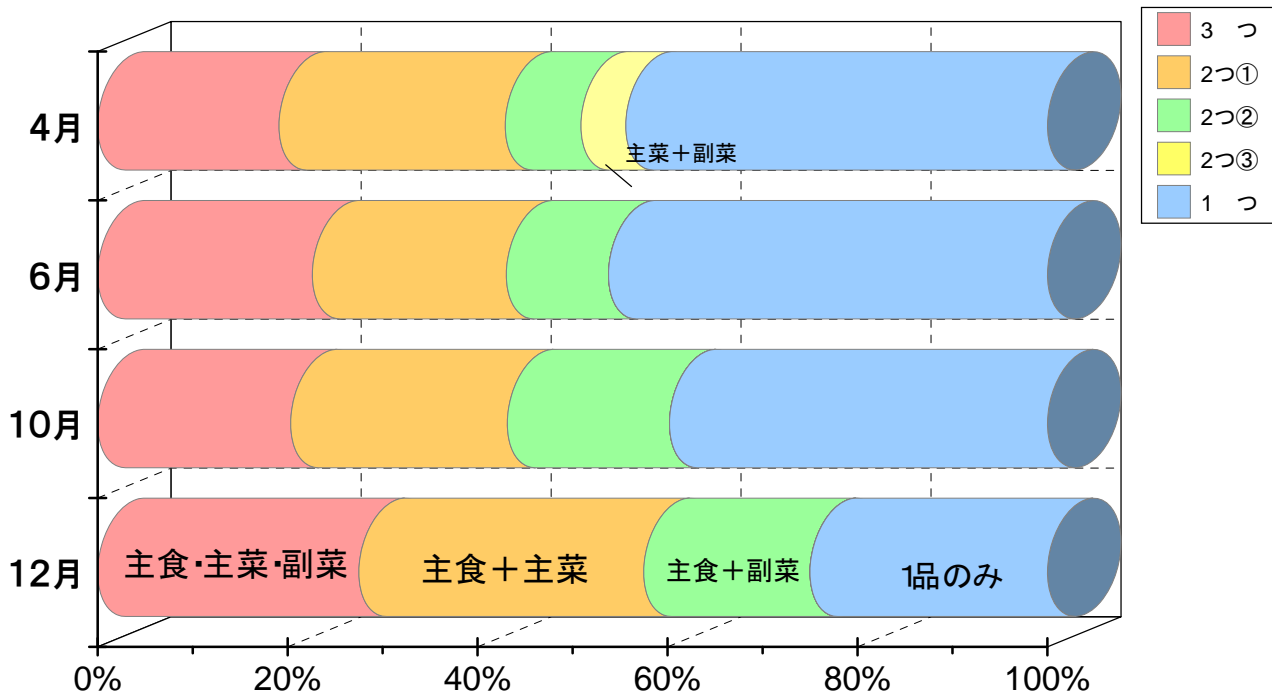
- 「いしかり版『食事バランスガイド』」を引き続き使用し、児童生徒の望ましい食習慣の形成を図る。
- 「健康三原則」である「栄養・運動・休養」のバランスを良くすることが健康に生きていくための基本であることから、新たに「運動指針」を取り入れた食育を展開していく。

数字で変化のあった事項について

花川北中一朝食欠食率の変化



「朝食の内容の変化」



〈グラフ1について〉

- ◇平成19年の数値は、石狩市「食生活に関するアンケート」の結果を転記した。
- ◇花川北中学校における「朝食について」の本格的指導は平成20年4月から実施している。
- ◇「朝食摂取調査」は平成20年10月から毎週月曜日に保健体育委員により実施している。
 - ・平成20年10月から平成21年3月にかけて、朝食の摂取率は上昇した。
 - ・平成21年5月は、1年生の入学により継続指導の生徒が減少したため、摂取率が下降したと考えられる。
 - ・平成21年6月は、養護教諭と連携した「朝食摂取強化指導」により、摂取率が上昇したと考えられる。
 - ・平成21年8月は、夏季休業中の生活が不規則になりがちだったため、再び摂取率が下降したと考えられる。
 - ・平成21年10月は、インフルエンザによる学級閉鎖等で体調不良により摂取率が下降したと考えられる。
- ◇その後体調回復と共に摂取率は上昇している。

〈グラフ2について〉

- ◇平成21年4月から、朝食摂取をしている生徒の食事内容についても調査した。
 - ・主食+主菜+副菜の理想的な食事内容を摂取する生徒が僅かずつではあるが増加している。これは、食に関する指導が給食や教科との連携により繰り返しの指導が実施されたためと考えられる。

この調査により、朝食摂取に関わる要因として、

負の要因：体調不良、長期休業等による生活リズムの乱れ 正の要因：継続的指導、学校全体が連携した指導が考えられるため、今後も学校として継続指導を実施していきたい。

事業全体を通じて、特に効果のあった方策等について

- 花川南小学校の総合的な学習の時間等における収穫体験や地元産の食材を使った調理実習等の体験学習 J A いしかりの協力により、花川南小学校の4、5、6年の児童319名（平成21年5月1日現在）による、収穫体験学習や地元産の食材を使った調理実習等の体験学習は、子どもたちに食への関心や大切さ、地産地消の重要性を学ばせる大変よい機会となり、さらに家庭での食育推進にもより効果的な取組となった。
- 花川北中学校の学級担任や教科担任と栄養教諭の連携による食に関する指導の実施によって、学校生活において「食」が特別なことではなく日常として生徒の生活の中に取り込まれつつある。
これは中学生にとって食への自己管理能力をつけるための効果的な取組になったと思われる。

今後の課題(今回の事業により新たに見えた課題など)

「食生活に関するアンケート」の結果において、基本的な生活習慣の乱れから「朝食欠食」「孤食」「給食の残食」などが多くみられたことから、児童生徒への指導だけではなく、石狩市民全体に「食の大切さ」の意識化を図る必要があると考え、「食育推進委員会」を発足した。

また、広域への認識を目的に「市内栄養士ネットワーク」を活用し、互いに職域を超えて協力し合い「市民への食育推進事業」を実施してきた。

これまでの取組により、ある程度市民への認識は広まったと考えられ、今後は、それぞれの職域の食育を推進していくこととしたことから、栄養教諭については、児童生徒及びその保護者への食育を中心に取組を推進していきたいと考えている。