

テーマ1～3に共通する具体的取組

4月に行った食生活アンケート調査の結果、朝ごはんについては94%が毎日食べてきており、県平均や全国平均と比べて朝食摂取の割合は高いことがわかった。しかし調査内容をさらに深く考察した結果「高学年になるにつれて朝食を食べなくなっていく」「朝食の内容として、主食におかず1品が多く十分な栄養が摂取できていない」傾向にあることもわかった。

そこで、成長期における朝食の重要性を理解させ家庭の朝食内容の充実を図ることを重点に、校内における指導や家庭・地域における取組を行った。

児童に対しては、校内掲示物や給食だよりを通して朝食に関心を高めさせ、高学年になる前の3学年の保健学習において朝食の体への働きを理解させる指導を行った。

家庭に対しては、試食会に参加した保護者対象に朝食の実態とその重要性を講話し、さらに食育通信や朝食パンフレットの配布を通して広く啓発する取組を行った。

また地域への広がりをお願い、朝食パンフレットの内容を拡大したパネルを学区のスーパーに掲示してもらった。

事業全体を通じて、特に効果のあった方策等について

- ① 食に関する指導の全体計画・年間計画をもとに、保健学習や家庭科などの授業に栄養教諭が関わることで、授業の中で学んだ知識が実生活とつながり、より深まりのある学習ができた。また掲示物やお便りなどの資料の提供で児童が食料自給率・地産地消について関心をもつようになり、さらに作った人の気持ちを考えたり食材や食べ方に興味をもって食べたりすることが多くなった。
- ② 家庭における朝食内容の充実のために、保護者から「わが家の朝食レシピ」を募集し、それを朝食料理教室で実際に作ってみてさらにパンフレットに作成して全児童に配布したことは、保護者のみならず児童を含めて朝食への関心を高め、身近なレシピであることから「作ってみよう」とする意欲を十分引き出すものだった。
保護者をターゲットに考えた取組であったが、児童が自分でその朝食レシピを作ってみるなど思いがけない効果をもたらした。
- ③ 地域の食べ物について関心を高め実際に収穫したり作ってみたりするという体験活動は、食べ物が届けられるまでの生産者の思いや苦労について実感したり、親子でわが家の食生活について考えたりするきっかけになると保護者からの評価が高かった。体験することで子どもたちの目が輝き、食べ物に対する愛着がわいていくことがわかった。

今後の課題(今回の事業により新たに見えた課題など)

- ・ 重点的に取り組んだ「朝食内容の充実」については一部に広がりや効果がみられたが、あまり関心のない家庭にこそ啓発が必要なことから、家庭教育学級や参観日などの機会をとらえ、継続的に呼びかけていく必要がある。
- ・ 発達段階に応じた「食に関する指導」では、児童の実態や食に関する課題を全教職員で共有し、6年間を通じて意図的継続的に指導が行えるよう、全体計画や年間計画を見直ししていかなければならない。
- ・ 事業指定により、食の体験活動の良さを実感したが、経費の面で今後継続できないことが残念である。

【青森県むつ市】

テーマ1 各教科等における食に関する指導の充実のための取組

- 食育組織の確立・・・学校内組織の中に食育推進の部門を設けた
- 発達段階に応じた食に関する指導の全体計画、年間指導計画の作成と実践
教科等と関連させた学校給食献立の検討と指導の実践

- ・農業体験で収穫した大根・人参を給食に取り入れた。
- ・学級活動や各教科の学習の時間に栄養教諭と連携した食育指導・実践。

学級活動において

- 1年・・・食生活学習教材の活用 2年・・・野菜を食べよう
- 3年・・・カルシウムをとろう 4年・・・栄養と成長
- 5年・・・食生活学習教材の活用 6年・・・バランスのよい食事をとろう

特別支援学級・・・野菜を食べよう

- 児童給食委員会による掲示資料等による啓発・・・掲示資料にて食生活の大切さを知らせた。
- 「弁当の日」の取組・・・2月に2回「自分で作る弁当の日」を実施した。

調理技術や家庭事情を考慮し、以下のコースを設定した。

- | | |
|-----------|--------------------------------|
| ・完璧コース | 子どもの力だけでつくる。買い物とご飯は、家族の協力を得てOK |
| ・おすすめコース | おうちの人と子どもと一緒に台所に立ってお弁当を作る |
| ・ベーシックコース | おにぎりは子どもがにぎり、おかずはおうちの人の協力を得る |



- 「ラップおにぎり作り」の取組

1年生は、食生活学習教材にあるラップおにぎりに取り組んだ。給食のごはんを使い、きれいに手洗いする等の準備を整え、実施した。(おにぎりの中身は、アレルギーのある子を確認し、鮭フレーク・昆布の佃煮・梅干しにした。)



テーマ2 学校と家庭との連携による食に関する指導の充実のための取組

- 食生活実態調査の実施と報告(睡眠・朝食・生活等のアンケートを保護者対象に実施)
- 保護者料理教室の開催

下北文化会館調理実習室において、むつグランドホテル洋食料理長 野田修一氏を講師に地元食材を使用した調理実習を保護者対象に実施した。

○食育講演会の開催

青森県立田名部高等学校教諭 坂本謙二氏を講師として、「食卓で育む生きる力」と題し、化学が専門の立場から油の取り方を注意することや味覚の発達等や早くから子どもが調理に親しむことの大切さについて講演

○「弁当の日」の取組

弁当の日の取組は、児童が1人で自分の弁当を作って登校する取組であるが、買い物に同行し、食材について一緒に考えたり、調理の際に見守ってくれるように協力を求めた。



○食育通信の発行

給食だよりの他に食育推進事業についての情報や「はしのマナー」「給食委員会の活動」等のお知らせをした。

テーマ3 学校と地域との連携による食に関する指導の充実のための取組

○地域と連携した食育教室の開催

- ◎ ホタテ養殖・東通牛放牧見学 5年生
- ◎ 農業体験(大根の種まき・収穫)・・・2年生
- ◎ 食生活改善推進員の協力による弁当の日に向けたグループごとの調理実習

○地元食材を給食に取り入れる取組

○食育パンフレットの作成、配布



事業全体を通じて、特に効果のあった方策等について

- ・教職員が食育に関心を持ち、学校全体として食育に取り組むことができた。
- ・食生活アンケートの結果より、朝食欠食が改善された。
- ・年間を通じて、給食時間の「はしの持ち方」の指導をしたことにより、正しい持ち方をする練習とマナーを身につけるようになった。
- ・「弁当の日」の取組は、食育の柱として考えていたが、弁当作りの体験を通して、食生活に興味関心をもつようになり、進んで調理や手伝いに参加するなどの行動が見られるようになった。また、食に関わる人への感謝の気持ちが持てるようになった。1回よりも2回と回数を重ねることにより、創意工夫や調理技術の向上が見られ、次への意欲につながっていった。
- ・農業体験により、食物の生命に触れ、食材への興味関心と働く人への感謝を感じることができ、給食の残食が少なくなった。
- ・地元食材の給食への納入が行われるようになった。
- ・食育通信「いただきます」、食育パンフレットを作成し、食育に関する情報を発信することができた。

今後の課題(今回の事業により新たに見えた課題など)

- ・全体指導計画、学年毎の年間指導計画、各教科、道徳、特別活動、総合的な学習の時間、給食の時間などに学年の実態に応じた題材を工夫していきたい。
- ・朝食の内容や運動習慣は、保護者への啓蒙も含めて、実践方法の工夫を図りたい。
- ・「早寝・早起き・朝ごはん」を含む生活習慣の見直しから、おやつや運動等含む肥満傾向への全体指導
- ・個別指導(アレルギー対応・肥満傾向)の方策
- ・長期休業(夏期・冬期)の取組