

社会科「ごみを減らそう」、総合的な学習の時間「環境」の学習から、給食の野菜くずに EM 菌を混ぜ込んで土作りに取り組んだ。



「環境」「土作り」の講話



野菜くずと EM 菌で土作り



牛糞をいれて大根作り



「郷土料理を作ろう」

収穫した大根や人参を使って「郷土料理」に挑戦した。食生活改善推進協議会の方々に教えてもらいながら楽しく作ることができた。お世話になった地域の方々にも来ていただき感謝の気持ちを伝えた。



大根は、皮も使えるね。だんごも入れるよ。お母さんに早く郷土料理を教えて、家でも作ってみたいな。

3. TT で行う発達段階に応じた食育の授業

食のテーマに沿って授業研究会を実施した。発達段階に応じた指導内容の検討や、専門性を活かした栄養教諭・学校栄養職員の関わり方について、共通理解が図れた。



【実践中心校：4年生 学級活動「大切な朝ご飯」6月30日実施】

調査の結果を踏まえて、朝食内容を向上させるために、朝食の栄養バランスの重要性を知らせ、自分で栄養バランスを考えて、朝食を摂ることができるようになることを目的とし、指導を行った。

食事内容の充実を図る手だてとして、指導教材に食品カードと冷蔵庫の模型を使用し、「冷蔵庫から食品を選ぶ」という体験を通し、三色食品群がそろった食事に、自分で工夫するという実践に繋がるようにした。

また、定着が図れるよう、授業内容を家庭へお便りで知らせ、「朝ご飯がんばりカード」をつけるようにした。



【実践協力校：1年生

学級活動「給食の秘密を見つけよう」11月6日実施】

給食を好き嫌いなく食べることができるように、食べものの3つの仲間分けと働きを知り、何でも食べることの大切さが理解できることを目的として指導を行った。1年生でも理解ができるよう、物語仕立ての話や、視覚的にわかるように教材を工夫した。また、家庭より子どもに当てた手紙を書いてもらい、家庭でも、苦手な食べ物も食べる意欲を継続できるように取り組んだ。

4. 給食指導の充実

給食の献立を、各教科との関連性を持たせる工夫を行い、授業で学習したことを「食べる」という体験を通して振り返り、学習の定着を図った。また、継続した指導となるよう、各教科等と献立を関連づけ、年間計画に、重点目標やテーマを設定した。毎日の給食献立のねらい等を記載した「給食指導資料」を作成し、栄養教諭・学校栄養職員が給食時間に巡回指導し、食に関する知識等、食への関心が高まるよう給食指導の充実を図った。

【給食時間指導例】



4年生 国語「かむことの力」との関連
かみかみメニュー

きゅうしょく タイムズ 11月10日 第5号
きょうしゅく しゅくごのり!

何で すききらいしちやダメなの？

たべものは、それぞれ持っている「おいしさ」が違います。けんこうなからたべつけるのには、いろいろな食べ物を必要なことが たくさんあります。たべものは、からだのなかでいろいろなことで 活躍のしるべに変わります。

みんなも、たべものの 活躍のしるべになるが おぼえて、いろいろな くみあわせてたべよう！

きょうの サラサシ

- あま・あま・あま・あま・あま・あま
- あま・あま・あま・あま・あま・あま
- あま・あま・あま・あま・あま・あま
- あま・あま・あま・あま・あま・あま

給食指導資料「きゅうしょくタイムズ」
献立のねらい・地場産物紹介



栄養や地場産物の野菜について、授業で学 習した食に関する知識を復習させる。

テーマ2 食と健康の関連を踏まえ「生きる力」を育成するための方策を探る

「望ましい食習慣」を身に付けるには、学校で学習したことを家庭と協力し、繰り返し継続していくことが重要である。そこで、学校における体験活動を、食に係わる人々との繋がりや地域に伝わる食文化の理解を深め、確かな食の知識を身に付けるために、地域の野菜生産者など地域人材の活用を図った。

1. 家庭への啓発

①「食育便り」の発行

児童生徒に実施した調査より、朝食が主食のみの児童生徒が 15.4%と、朝食内容の向上が必要であることがわかった。そこで、長期休業前に、お便りを配布し、朝食摂取の必要性と朝食内容が重要であることを知らせた。また、学校での食育の取組を知らせ、家庭への啓発を図った。

食育だより 第1号「朝ご飯を食べよう」(7月配布)
・ 食生活アンケートの結果について
・ 朝食を摂る必要性や、よりよい朝食を摂るための方法を紹介

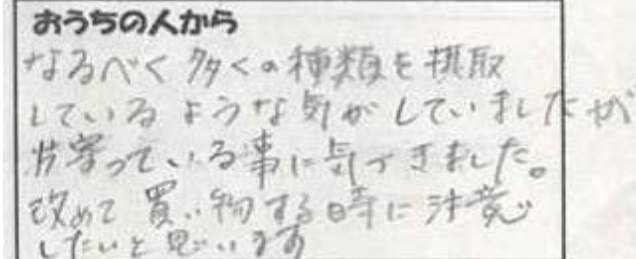
食育だより 第2号「学校での食育実践紹介」(12月配布)
・ 学校、家庭、地域が連携し食育に取り組んでいることを紹介
・ 学校で実施した給食や料理教室のレシピを紹介

②しっかり朝ご飯チェックの実施

食育強化月間(6月・11月)に、就寝時間・起床時間・朝食摂取・朝食内容についての調査を行った。保護者コメント欄を設けたことにより、家庭での朝食摂取の必要性や、朝食内容の向上への意識が高まった。

朝ごはんを食べたものに口をつけましょう。(あどりのたべものは、たべた やさいのなまえをかきましよう。)

	にち (げつ)	にち (か)	にち (すい)	にち (もく)	にち (きん)
さいのるの食べもの	ごはん・パン めん・いも	ごはん・パン めん・いも	ごはん・パン めん・いも	ごはん・パン めん・いも	ごはん・パン めん・いも
	にく・さかな たまご とうふ・みそ なつとう	にく・さかな たまご とうふ・みそ なつとう	にく・さかな たまご とうふ・みそ なつとう	にく・さかな たまご とうふ・みそ なつとう	にく・さかな たまご とうふ・みそ なつとう



③ 料理教室の実施

家庭での食生活の充実を図るため、「家族だんらん」をテーマに、親子での料理教室を開催した。

【鳥栖市の郷土料理】

- ・柿の葉寿司
- ・ごろし（ぬべだご）



【健康おやつ教室】

- ・大豆、かぼちゃ、さつまいもを使ったおやつ

夏季休業中には、郷土料理の伝承に取り組んでいる「鳥栖市食生活改善推進協議会」の会長を講師として、郷土料理作りを実施した。

子どもだけでなく、保護者も鳥栖市の郷土料理を知らない方が多く、郷土料理の由来等の話や料理に興味関心を持って取り組むことができた。

また、10月に実施したおやつ教室では、野菜を使い、子どもと一緒に作るができるよう、ホットプレートを用いて作る「どら焼き」を取り入れた。親子で調理をすることで、料理の楽しさを子どもたちは実感することができ、休日の家庭での取り組みにつながった。

④ 給食試食懇談会の実施

学校での食育の取組や、給食献立の説明、朝食内容の向上について保護者へ講話を行った。学校給食への理解が深まり、家庭での朝食の在り方について振り返る機会となった。

2. 地域との連携

① 体験活動における地域人材の活用

生活科や総合的な学習等、各学年で野菜や米を作る体験活動を行っている。農業体験から調理まで一連の流れを持たせ、食に関する確かな知識、食の大切さ、感謝の心などを育むことができるよう取り組んでいる。

市役所の農林課や健康増進課へ、講師派遣を依頼し、栄養教諭が、学校と地域を結ぶコーディネーターとして働きかけた。また、児童生徒がより理解しやすく学習を深められるよう、授業のねらいや流れを担当と地域の指導者が共通理解できるように、連携を密にし、授業の充実を図った。

② 学校給食における地産地消の推進

鳥栖市では、地元農産物を優先的に継続して学校給食に利用できる「鳥栖モデル」という流通システムが構築され、学校給食用野菜作りの生産者グループが昨年度発足した。

毎月19日の食育の日に、地場産物を多く使用した給食を実施し、給食時間に放送やお便りで、鳥栖で生産された野菜であることや、生産者の紹介をした。児童は、身近な場所で生産されていることを知り、野菜への興味関心が高まった。また、生産者への感謝の気持ちにつながった。

学校・家庭・地域が連携したことにより、朝食摂取の必要性や食事内容が重要であることを、子どもだけでなく、保護者も理解し、朝食内容向上につながった。(数値で変化のあった事項 参照)

また、体験活動を通して、食べ物や食料生産に係わる人々への感謝の気持ちや、食への関心が高まった。



生産者グループ代表



地場産物献立例

テーマ1、2に共通する具体的計画

- ・ 生活リズム、朝食内容についてアンケートを実施した。その結果、朝食摂取率は90%を超えており、朝食内容の向上にポイントを絞り、授業や便り作成に取り組んだ。
- ・ 「授業研究会」を実施し、発達段階に応じた指導であったか、指導教材等の提示が適切であったか協議をした。
- ・ 保護者や地域への食に関するリーフレットを作成し、地域と連携し「早寝・早起き・朝ご飯」に取り組んだ。
- ・ 親子料理教室や農業体験など、地域と連携し、体験を通じた食に関する指導の充実化を図った。
- ・ 給食時間を「食に関する指導の実践の場」として、指導を行った。野菜生産者との交流給食を実施し、便りで家庭へ知らせ、学校での地産地消の取り組みや、家庭への啓発へつなげた。
- ・ 先進校（八女市立上妻小学校）をお招きし、「心身の健康を自らつくり出す子どもの育成～学校・家庭・地域が連携した食育の推進～」をテーマに先進校に学ぶ食育研修会を行い、広く教職員の意識の向上を図った。
- ・ 兵庫県西宮市への先進地視察を行い、比較検討して、その後の研究や実践発表の充実に生かした。

数字で変化のあった事項について

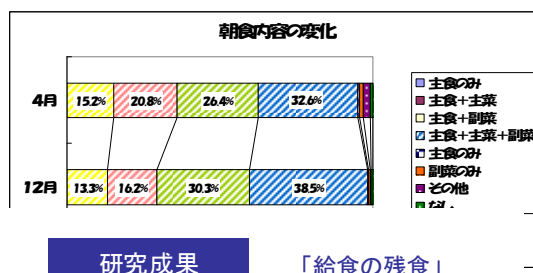
1. 食生活アンケートの結果

【4月の結果】

朝食摂取状況については、毎日朝食を食べるという回答が90%以上を占めていた。しかし、朝食の内容については、主食だけを食べていると回答した児童が15.2%と、朝食内容に偏りがあった。

【12月の結果】

主食のみの朝食が15.2%から13.3%に減少し、栄養バランスのとれた朝食を摂っている子どもが、32.6%から38.5%に増加しており、全体的に朝食内容が充実・向上している。

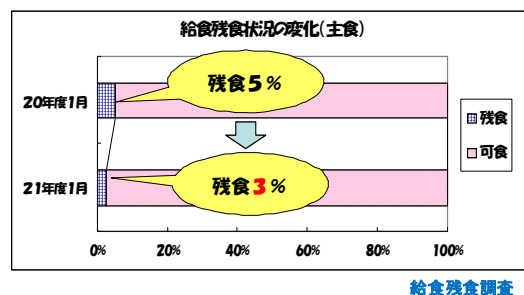


研究成果

「給食の残食」

2. 給食の主食残食の変化

残食の中で多くを占めた主食について、昨年度と比較すると、5%から3%に減少した。



給食残食調査

事業全体を通じて、特に効果のあった方策等について

- ・ 早寝・早起き・朝ごはん(朝食内容を含む)を一週間チェックし、児童の振り返り、保護者からのコメント記入の取り組みは、朝食について家族で見直すきっかけとなり、食生活改善へとつながった。
- ・ 栄養教諭や学校栄養職員の専門性を活かした授業は、「食事の重要性」「心身の健康」を理解する上で、児童生徒の食への関心が高まり有効であった。
- ・ 地域人材を活用した体験活動を通して、「食に関わる人々や食べ物への感謝」や「郷土の食文化」への理解が深まり、食べ物を大切にしようという意識や態度が育まれた。
- ・ 中学校校区で研究に取り組み、小中連携を図ったことで、9年間の発達段階に応じて食育で身に付けておきたい力について共通理解ができた。
- ・ 食に関する年間計画を見直し、食のテーマを設け各教科等との関連性を重視したことにより、食の指導が単発にならず、継続して行うという教職員の意識の変容が見られた。
- ・ 給食献立を学習内容と関連づけ、給食を「生きた教材」として活用したことにより、食への理解が深まり、食生活へ活かす意欲を持たせることができた。

例) 生活科や総合的な学習の時間等で、児童が栽培した野菜を給食で活用し、放送や便りで紹介した。



自分たちで育てた
おいは おいしいね!



児童の感想

- ・ 食育実践発表会によって、食育推進の取組に対する市民の認知度が向上した。期待殿の高さも分かった。

今後の課題(今回の事業により新たに見えた課題など)

- ・ 学校において、食に関する指導を充実させるには、校長のリーダーシップのもと、全職員が連携し食育に関わることが必要である。そのためには、校内における食育推進体制を整え、食に関する指導全体計画を作成し、計画に沿って実践するよう、情報を共有し、全職員への周知徹底を図りたい。
- ・ 食に対する意識は個人差があるが、「食」や「食生活」に対する関心を高めるためには、家庭・地域との連携を充実させ、実践・継続できる指導を、教育活動全体で取り組むことが大切である。
- ・ 研究を中学校校区で行ったことにより、協力校との情報交換ができた。今後も小中連携を強化し、小学校においては、身につけておきたい「食に関する知識」や「食生活での実践力」を校区内で同じレベルにできるよう、定期的に研修会を設けるなど、取り組みを継続したい。