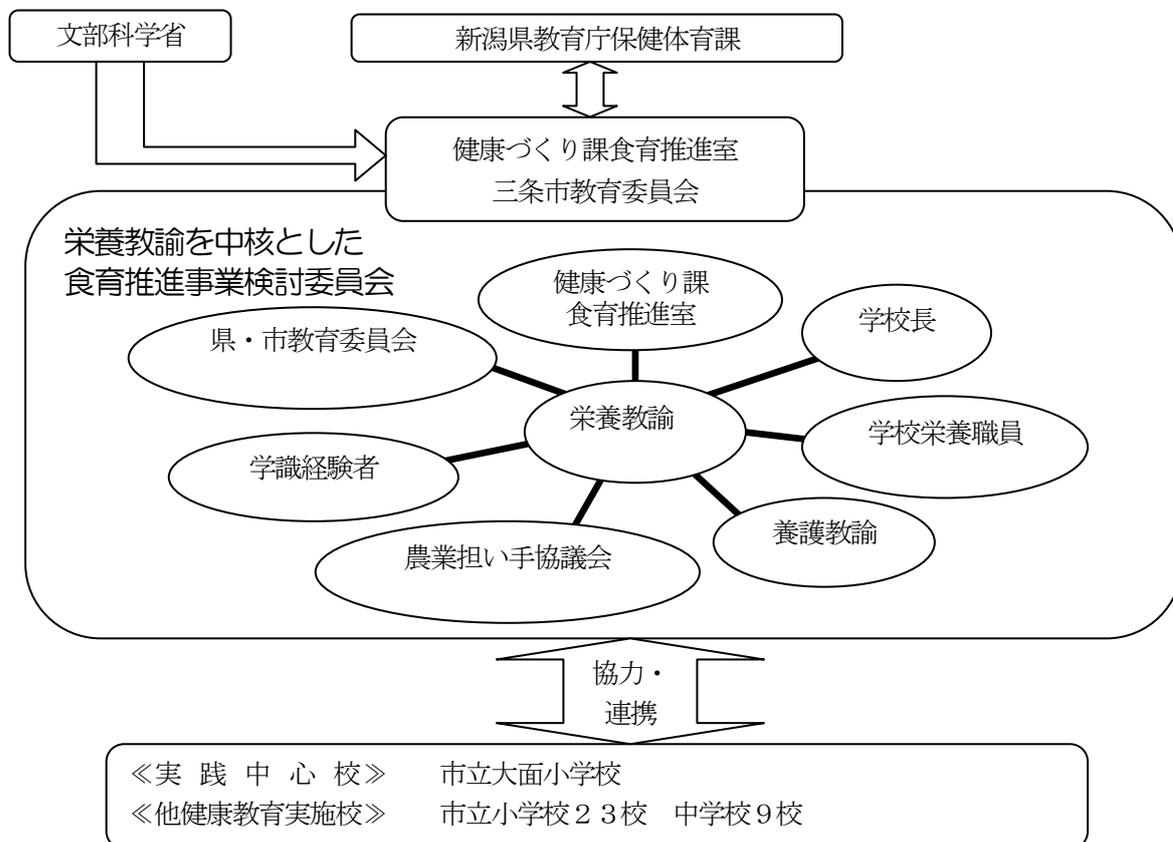


栄養教諭を中核とした食育推進事業 事業結果報告書

都道府県名	新潟県
推進地域名	三条市

1. 事業推進の体制



2. 具体的取組等について

テーマ1 学校と家庭と地域が連携し、保護者への継続した関わりによって生活習慣の改善と子どもの健全な成長を実現する

《身体状況の把握》（身体計測、血液検査）

市内小学5年生及び中学1年生の全児童生徒を対象に、身体測定及び貧血検査、血中脂質検査を行い、自らの健康状態を把握した。

市内小学5年生及び中学1年生の結果は次のとおりである。

平成22年度 学校食育推進事業身体計測及び血液検査結果

	計測実施者	計測判定			血液検査受診者	貧血判定			脂質判定		総合判定		
		異常なし	要指導	要受診		異常なし	要指導	要受診	異常なし	要指導	異常なし	要指導	要受診
小学5年生	990	88.0%	10.6%	1.4%	990	77.5%	22.5%	0.0%	89.2%	10.8%	64.8%	33.7%	1.4%
中学1年生	978	85.0%	12.1%	3.0%	964	61.0%	38.5%	0.5%	88.8%	11.2%	49.1%	47.4%	3.5%



身体状況の結果では、小学5年生において35.1%の児童に、中学1年生において50.9%の生徒に何らかの異常が表れている。血液検査は空腹時採血ではないものの、採血開始を朝食の影響を受けにくい時間に設定し、給食時間までに採血を行っている。1割の小学5年生に脂質異常症が疑われる。また、中学1年生では治療が必要な貧血者

の出現が見られ、児童生徒の健全な成長が危惧される。

これら体の状態を表す血液検査等の結果に基づくことにより、健康を自分自身のこととしてとらえ、健康教育の動機づけとなるよう支援した。

《個別指導会》

検査結果が要指導、要受診の児童生徒とその保護者を対象に、市管理栄養士等が生活習慣改善のために必要な情報提供及び行動変容につながる目標設定のための支援を行った。

児童実績については次のとおりである。

平成22年度個別指導実施実績

(単位:人)

	受診者数	個別指導対象者数	参加者数		実施率
			保護者	児童生徒	
小学5年生	673	281	246	152	87.5%
中学1年生	805	340	233	101	68.5%

また、継続支援として、個別指導後の意識の高揚を継続させるため、個別指導会参加3か月後に支援レターの送付を行った。

↓支援レター(中学生用)



《気づき》

- これからは体のことを考えて食べるようにしたい。(児童)
- 今必要な食事が具体的にわかって良かった。(生徒)
- 子どもと一緒に参加し、これからは家族で食事を改善しようと思った。(母)
- 家族の健康を考えると、私の食事作りにかかっていると感じた。(母)
- 子ども自身が頑張ろうと思っていることを応援した。(母)

～一部抜粋～

《食育講演会・講話》

健康づくりや食生活について、中学1年生へは新潟県立大学教授を、小学5年生へは管理栄養士を講師として、保護者も対象に含め、講演会・講話を実施した。

小学5年生は栄養を考えた食事や伝統的な食文化について、また、中学1年生は学力や運動能力と、食事内容や食生活との関連についてなど、より身近な内容を取り入れた講演・講話とした。児童生徒や保護者のアンケートからはたくさんの気づきが読み取れた。



《気づき》

- 自分の体が食べ物でできていることを初めて知った。(児童)
- 苦手な食べ物があっても、残さず食べるように心がける。(児童)
- 食事内容と成績や運動能力に関係があることに驚いた。特に、朝食は主食・主菜・副菜をそろえるようにしたい。(生徒)
- 今まで朝食を食べなかったけど、これからは食べるようにする。(生徒)
- 食事はすべての原点であることを改めて実感。母として責任の大きさを痛感した。(母)
- 食べ物を粗末にしないことは当たり前。しかし、我が家を振り返るとそれができていないと思った。子どもと一緒に気をつけたい。(母)

～一部抜粋～

《食育授業》

栄養教諭、学校栄養職員等が授業者となり、学校給食を生きた教材として活用し、望ましい食事の取り方を学び、健全な食生活を営む力を養うための知識・技術の習得を目指した。

小学5年生では、食べ物のはたらきを考えながら、「主食、主菜、副菜(汁物)」を揃えて食べる大切さに気付く

こと、中学1年生では、食事の栄養バランスと量について知り、自ら食生活を振り返り、改善しようという意欲が持てることをねらいとして、授業を行った。また、授業実施にあたり、養護教諭と連携して事前指導を行った。身体計測や血液検査の結果から、心身の健康は食事と関係していることを知り、学習意欲を高め、健康を自分自身のこととしてとらえることをねらいとした。

【授業の題材】

小学5年生：食生活を見直そう

～望ましい食事を知ろう～



中学1年生：食生活と健康

～食事の栄養バランスと量を見直そう～



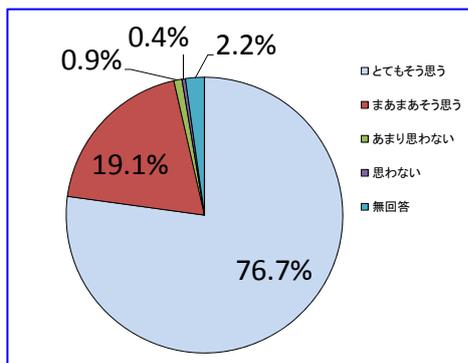
《気づき》

- いつも野菜の量が少ないことがわかった。(児童)
- 朝食はいつも主食だけだったり、副菜を食べなかったりすることが多いので、これからはバランスよくお膳の形を思い出して食べたい。(児童)
- 朝食をしっかり食べるために、もう少し早く起きる。(児童)
- グループワークをして、やっぱり日本人だからごはんのみそ汁がいいなと思った。朝食も考えて食べたい。(児童)
- 自分の朝食は、かなり偏っていることが多いので、次からはバランスのとれた食事をするようにしたい。(生徒)
- 今まであまり食生活について考えたことはなかったが、今日の話聞いて、これからは良くしていきたいと思った。(生徒)
- 朝はいつも自分で用意して食べるが、「早く食べられる。時間がかからない。」の2つを考えて食べていた。これからは、バランスを考えて食べたい。(生徒)
- グループワークでは、コンビニ弁当をイメージしたけど間違っていて、バランスが悪いことがわかった。私の食生活は、主に副菜が抜けているので、これからは副菜をプラスしたい。(生徒)

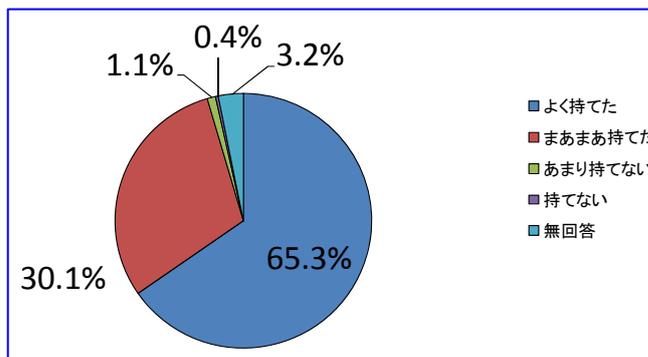
～一部抜粋～

ワークシートによる食育授業後自己評価は次のとおり。～一部抜粋～

問. 明日からの朝食をバランスよく食べようと思うか(小学5年生)



問. これからの食生活を良くしようという意欲が持てたか(中学1年生)



また、児童生徒の食生活を振り返るための題材を「朝食」にした結果、学級担任や養護教諭からは、「朝食内容と学校生活の様子に強い相関関係を感じ、日頃の指導につなげることができて良かった」などの意見をいただいた。

《その他の取組》

●親子食育教室

調理実習と運動指導による体験型の教室を開催し、食べ物と運動によるエネルギーの収支を体感した。この取組のみ小学6年生とその保護者を対象とし、親子での体験により、家庭への知識・技術の波及効果を期待するとともに、小学5年生時における身体状況(血液検査等の結果)の維持・改善に向けた取組と位置づけている。

調理実習では、児童が考えた一食分の献立などを児童自ら、また、保護者と一緒に作り、試食した。調理技術の他に、弁当箱を活用して食事のバランスや食材の選び方などを学んだ。

運動実習では、日常的な動きを中心に100Kcalを消費することを目標に、カロリーカウンターを付けて体を動かした。日常生活の中の「歩く、走る、腕を振る」などによって消費できるエネルギー量を目で確認し、食べ物の100Kcalの量と比べることで、日頃の食生活を振り返った。



《気づき》

- 100kcalを消費するのは簡単だと思っていたけど、目標の半分くらいしか消費できなかった。(児童)
- 頑張って運動したけど、100kcalを消費できなかった。食べるのは簡単だけど消費するのは大変だ。(児童)
- 親子で調理や運動をして、楽しく過ごせた。作った料理が薄味で驚いた。いつもはもっと濃いのでこれから気をつけたい。(母)
- 100kcalを食べるのは簡単だけど、消費するのはとても大変だとわかった。子どもに食べさせる料理やおやつを今一度考えたい。(母)

～一部抜粋～

●学校と保育所の給食交流会

小学校低学年と保育施設年長児との学校給食を通じた交流会を開催した。小学校児童は年長児に対して、学校給食での食事マナーを伝達し、自らの習得度合を知るとともに、進級に向けての意識づけなど、新たな成長が見られた。また、交流を行った保育施設からは、就学に向けての意識の高まりと、給食への不安感を和らげることができたと意見をいただいた。「幼・保・小の連携強化」にも効果的な取組となった。

●低学年給食試食会講話

栄養教諭・学校栄養職員等が小学校に出向き、保護者を対象に講話を行い、低学年からの望ましい食習慣形成を促した。小学5年生で行う血液検査等の結果では、例年4割程度の児童生徒に何らかの異常が見られる。早い時期から、保護者に関わることで、健康な児童生徒の増加につながると考えられる。

●指導者のための食育学習会

実際の食育活動に生かせるよう、教諭、養護教諭、栄養教諭、学校栄養職員を対象とし、来年度から完全実施となる新学習指導要領に即した食育の推進をテーマに学習会を開催した。新潟県教育庁保健体育課学校給食係指導主事を講師として、完全実施を前に確認しておきたいポイントについて、実践事例を交えながら講話いただいた。また、市内の小学校における先進的事例について実践発表を行った。参加者からは、タイムリーな内容であったことや、食に関する指導に対する負担感の軽減につながる内容であったことから、大変好評であった。今後の指導の充実につながることが期待できた。



テーマ2

地元生産者との直接的な関わりによって、農業に興味を持つとともに、食に関わる人々への理解と感謝の心を醸成する

《食農教育》

●学校教育田の活動支援

市内 24 校ある小学校のうち、23 校が学校教育田活動に取り組んだ。取り組みの目的や内容、カリキュラムなどは、各学校により様々であるが、農作業体験を通して、食に興味を持ち、感謝の心が育まれた。また、学校教育田における実践事例集を作成し、市内各校の他に関係部署へ配布し、現状と課題の共有を図った。



●生産者との交流会

市内小学校 24 校、中学校 9 校のうち、小学校 14 校、中学校 1 校が学校給食に農産物を納めている地元生産者との交流会を開催した。

当市の学校給食の米は 100%三条産コリヒカリであるとともに、農薬や化学肥料を半分以下に抑えた特別栽培米を使用している。また、限られた量ではあるが全体の約 2 割は有機栽培米を提供している。その他、地元で採れる旬の野菜を積極的に活用して、安全安心でおいしい給食の提供に努めている。生産者との交流会によって、この取組に関わる生産者の思いや農作業での苦勞と工夫を児童生徒が直接聞き、食べ物や食に関わる人々への理解と感謝の心を深めることができた。

テーマ 1～2 に共通する具体的計画

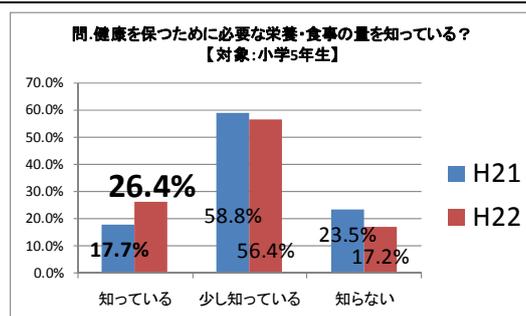
●学校における食育担当教諭等、本事業に関わる職員による反省会の実施

●取組の効果をうかがうための調査の実施

12～1 月 生活実態調査

数字で変化のあった事項について

数字で特に変化のあった事項として、子どもの生活実態調査の結果、右のグラフのように小学 5 年生において、健康を保つために必要な栄養・食事の量を知っていると回答した割合が、17.7%から 26.4%に増加した。



事業全体を通じて、特に効果のあった方策等について

食育授業において食生活を振返る題材に朝食を取上げたが、児童生徒の生活実態調査での朝食摂取率に大きな改善は見られなかった。しかし、授業後の自己評価において 9 割以上の児童生徒がバランスの良い食事や食生活を良くしようとする意欲を持つことができている。

また、個別指導会への参加者に、生活習慣や食習慣の改善が確認された。親子で参加することによって、家庭環境の健全化につながったものと推察できる。保護者への関わりによって、子どもの健全な成長を実現する上で効果があったと考えられる。

今後の課題(今回の事業により新たに見えた課題など)

効果的で円滑な食育を行うためには、市内 5 つの学校給食共同調理場に勤務する栄養教諭 1 人、学校栄養職員 6 人、そして市管理栄養士 8 人の密な連携が必要不可欠である。しかし、栄養教諭等を取巻く環境整備は遅れており、学校における食育の推進体制も未だ不十分である。

児童生徒においては、小学 5 年時の身体状況の把握結果から、4 割程度に何らの異常が出現している。子どもたちの健やかな成長のためには、低学年から食と健康について興味を持たせるとともに、家庭への働きかけを積極的に行うことが必要と考えられる。特に、低・中学年の保護者への関わりを強化し、学校と家庭の連携によって、身体状況に変化が現れることを期待する。

計画的な食育推進に向けて、職員体制を整えるとともに、教諭、養護教諭等、関係職員と市の管理栄養士との連携・共助が不可欠である。