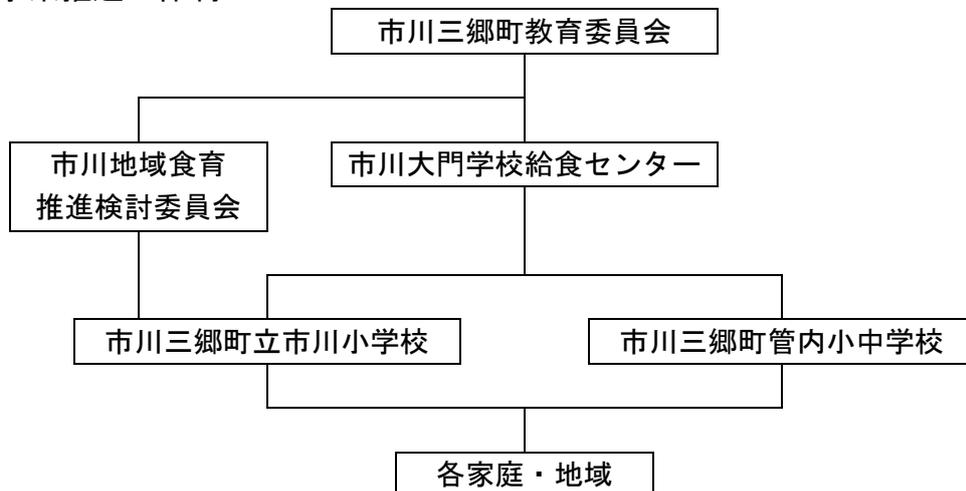


# 栄養教諭を中核とした食育推進事業 事業報告書

都道府県名	山梨県
推進地域名	市川三郷町

## 1. 事業推進の体制



## 2. 具体的取組等について

### テーマ1 教育課程における食に関する指導の充実のための取り組み

- ① 自ら「見つけ、調べ、まとめ、表現する」子ども達の育成をめざし、学級活動や各教科等において担任と栄養教諭が連携した食育指導の充実・実践に取り組んだ。
- ・ 第1学年 学級活動「おやつのにへ ようこそ」 10月実施 研究授業
  - ・ 第3学年 学級活動「なにを どうたべたら よいか」 11月実施 研究授業
  - ・ 第4学年 学級活動「感謝して食べよう」 1月実施 研究授業
  - ・ 第2学年 生活科「わたしのやさいを つくりたい」
  - ・ 第5学年 学級活動「感謝して食べよう」
  - ・ 第6学年 家庭科「見直そう！毎日の食事」



1年 研究授業



3年 研究授業



5年 研究授業

- ② 外部講師として、山梨学院短期大学准教授深澤早苗先生を招き、料理教室を開催した。
- ③ 各学年の食に関する指導の年間指導計画の実践と検証に取り組んだ。児童の「生きる力」を培うために、食育指導の根源となる各学年ごとの食に関する指導の年間計画に基づき、実践に取り組み、計画の見直しを行った。

- ④ 食農体験(栽培活動)では、第1学年生活科でとうもろこし、大豆を、第2学年生活科でミニトマト、さつまいも、なす、ピーマン、きゅうり、4年生理科でゴーヤを栽培した。第5学年総合的な学習の時間でバケツ稲を栽培し、食べ物の尊さ、自然のありがたさなどを感じた。



とうもろこし収穫



さつまいも収穫



野菜の苗植え

- ⑤ 食に関する指導に関わる研修や学習会では、食に関する指導についての研究授業を3本実践し、授業後研究会では山梨県スポーツ健康課 主幹指導主事秋山知子先生、峡南教育事務所 指導主事上田寛二先生より、指導助言をいただき、職員全員で研鑽を積んだ。

- ⑥ 全校一斉指導では、給食委員会児童による給食集会を行った。全校の給食残量について調査集計、これをもとに好き嫌いなく食べることの大切さ、食べ物の大切などを学習し、何でも食べようとする意欲を高めた。また、図書委員会と連携し、図書集会で食べ物の本を取り上げ、その本にある食材や料理などを給食の献立に入れ、本を通しての食への興味関心の間口を広げた。

〈図書館の展示〉



〈給食集会〉



- ⑦ 掲示物として、給食の時間で指導した内容などを扱った食育ニュースを作成し、児童が再度振り返り学習できるようにした。

**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り組み 家庭に対する効果的な働きかけの方策に関する調査**

- ① 食生活や食に関する基本的な生活習慣等を見直すための実態調査について、児童と保護者を対象に12月に実施。昨年6月に本校独自の調査項目を掲げ実施したので、今回も同じ内容で調査を行い、比較検討し、実践の重要な資料とする。
- ② 毎月発行の給食だよりのほか、食育に関する資料、研究・実践した内容等について、学校から家庭や地域に向けて「食育だより」を配布し、理解を深める機会とした。
- ・食育だより6号…学校長の話、給食試食会、食育月間、食育の授業風景
  - ・食育だより7号…芸術鑑賞教室(食育)、日曜学校授業参観、講演会のお知らせ、食事のマナー、食育の授業風景
  - ・食育だより8号…1年生研究授業、親子料理教室、6年生授業参観 母親部給食試食会・学習会、さつまいもほり 5年生家庭科
  - ・食育だより9号…3年生研究授業、市小フォーラム、学校開放日授



業参観、枝豆収穫、給食集会、学校図書館の本と給食のコラボ  
はしの持ち方

- ・食育だより10号…実態調査結果、食に関する授業など

③ 親子で食について興味関心を持ち、コミュニケーションの広がりや家でのお手伝いのきっかけとなるように、親子料理教室を開催した。また、保護者に学校給食について理解していただくために、「児童の給食配膳や食べている様子の参観や試食会」を実施した。

- ・「いちかわキッチン」

～親子で手軽にできる 野菜を使ったおやつづくり～  
実習料理…切り干し大根のおもち、ハッシュドポテト、にんじんとりんごのゼリーの3品。

- ・給食試食会の開催

5月28日 1年生の保護者を対象に、試食会を実施した。

10月29日 PTA母親部主催で、全校保護者の希望者を対象に実施した。



〈1年生 試食会〉



〈母親部学習会〉

④ 試食会で保護者に、家庭の食事でお願したいことや、朝食の大切さ、朝食の内容などについて学習会を開催し、家庭でも食育に取り組めるよう啓発した。

⑤ 食に関する授業参観(日曜学校、学校開放日)を実施することで、保護者にも興味関心を持っていただけるようにした。ワークシートへ家庭からの一言欄を設け、保護者にも記入してもらい、食生活を見直す機会とした。

- ・ 6月6日 1年 特別活動「たべものの ひみつをしろう」
- ・ 6月30日 2年 特別活動「夏を元気にすごそう」
- ・ 10月20日 6年 特別活動「塩分について」
- ・ 11月8日 4年 特別活動「朝食について」



⑥ PTA 主催で市小フォーラム(講演会)を開催した。講師には、東海大学

教授 小澤治夫先生を招き、「学力・体力・気力の向上は生活習慣の改善から」についてご講演いただいた。



⑦ 食育に関する芸術鑑賞教室において、6月25日に劇団風の子による「ぼくのなかのぼく」を保護者と一緒に鑑賞した。風の子探険隊と体の中を探険し、体内の臓器の働きや栄養について知るとともに、こころの中をのぞくことができた。

⑧ 授業参観日に、保護者に食育に関して興味関心をもってもらえるよう、その日の給食のレシピを作成し、自由に持って行っていただき、家庭でも給食の料理ができるようにした。また、実物の食材などを展示し、親子の会話のきっかけとなるようにした。



- ⑨ 学校給食の献立より料理を選び、カード式の料理集を作成した。昨年度のものに増やしていくものにした。家族と一緒に給食の味を家庭でも楽しく調理できるようにした。



### 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り組み

- ① 地場産物を学校給食へ取り入れるため、地教委が中心となり、地元生産者との検討委員会を何回か開催した。その結果、少しずつではあるが、地元の野菜を学校給食へ取り入れることができた。
- ・とうもろこし、大塚にんじん、ちぢみほうれんそう、じゃがいも、たまねぎ、キャベツ、大根など。
- また、県内産の食材も積極的に取り入れている。
- ・米、ほうれんそう、大根、さつまいも、みそ、ぶどう、さくらんぼ、ゆば、豚肉、牛肉、ソーセージ、豆乳など。



〈郷土食 にんじんめし〉

- ② 生活科で食生活改善推進員等と連携した体験活動の実践を行った。また、学校給食センターの調理員さんより、給食を調理する時の様子などのお話をうかがった。



- ③ 給食を通して、地域(郷土)・旬を大切に食の指導を、栄養教諭が中心に行った。またその日の給食について「パクパクだより」を作成したり昼の放送で委員会児童がその日の給食について放送を行った。



〈節分給食〉

- ④ 学校での食育の取り組みや食に関心を持ってもらうため、年に数回発行する「食育だより」を、地域へ回覧板を通して情報発信をした。

- ⑤ 町内の栄養教職員で、給食時間に活用できる食材についての教具を作成し、活用している。

- ⑥ 市川地域の市川南小学校で、1年生の保護者を対象に給食試食会を行った。市川東小学校では試食会と「カルシウムについて」の親子学習会を開催した。峡南東部支会食教育部の研究授業 2年特別活動「かむことについて」を本校で実践するほか、町内の調理員を対象に調理講習会を実施するなど、地域で食に関する研究をすすめていった。



〈支会研究授業〉

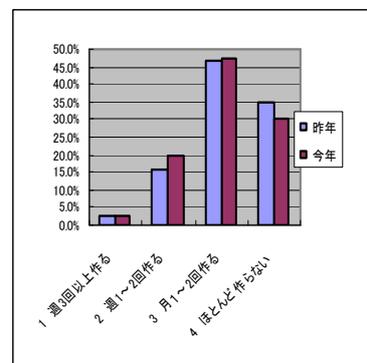
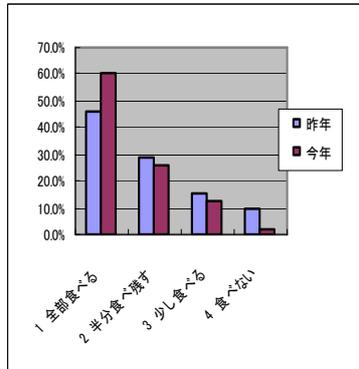
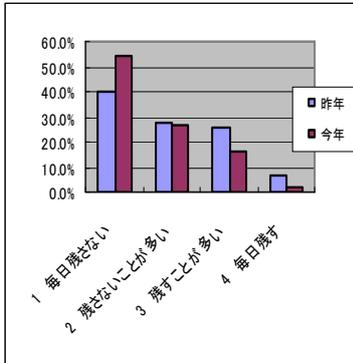


〈調理講習会〉

## テーマ1～3に共通する具体的計画

実態調査結果より、傾向と課題 全校児童と保護者を対象にした結果より

給食を残さず食べていますか。 給食で嫌いなものがでたら。 子どもと料理を作りますか。



- 給食を残さず食べていますかについては、「残さない」児童は昨年40%が今年55%と15%増加した。「毎日残す」児童は昨年7%が今年2%と5%減少した。また、給食で嫌いなものがでたらどうしますかについては、「全部食べる」児童は昨年46%が今年60%と増加した。「食べない」児童は昨年10%が今年2%と8%減少した。これらは、毎日の全職員による日々の給食指導をはじめ、食に関する授業などの実践の積み重ねの成果だと思われる。これからも給食時間の指導も大切にしていきたい。
- 保護者対象の調査で、お子さんと料理を作ることがありますかについては、「週1～2回作る」保護者は昨年16%が今年20%と4%増加した。「ほとんどつくらない」保護者は昨年35%が今年30%と5%減少した。食に関する指導で授業で何回か調理実習をしたり、親子料理教室の開催や、学校給食のレシピをお便りに掲載するなど、保護者も子どもと料理をつくる大切さに関心を持ち始めたのではないと思われる。
- 学校給食で8割近い保護者が「好き嫌いはなくなる、どちらかというとなくなると思う」と回答をしていた。給食への期待の大きさを感じる。学校給食に望んでいることは、食品への知識や食への関心が上位を占めていた。その他、しっかり食べさせること、基本的なマナーなど多岐にわたっていた。これらをふまえ、毎日の給食時間を大切にしながら、食に関する指導を実践していく。

### 数字で変化のあった事項について

地場産物の納入 11品目(平成21年) → 30品目

給食の残食率 7%前後 → 平均3%

### 事業全体を通じて、特に効果のあった方策等について

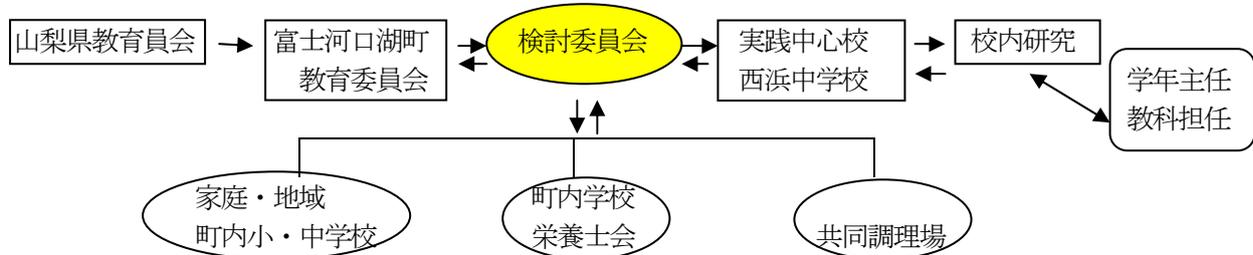
- 栽培活動等授業などに体験活動を取り入れながら、食育活動を推進した。これらの活動を通して子ども達に少しずつではあるが、食に対する興味関心がでてきて、食べ物を大切にする心も芽生えつつある。これは、給食の残量にも現れてきており、教職員はもちろん、子どもたちのなかにも食育についての理解が深まってきているのではないかと考えられる。
- 保護者との連携で、授業で使用したワークシートへ一言記入する欄を設けた。保護者は児童を通して授業の内容を知ることができ、家庭でも食育に前向きに取り組む様子が見受けられた。

### 今後の課題(今回の事業により新たに見えた課題など)

- 今後、教育課程の中にどのように食育指導を位置づけていくのか、また、効果的な指導の在り方等について研究を深めていくことが課題として考えられる。
- 正しい食生活や食習慣を学習しながらの健康な心と体を育む教育は、家庭や地域の温かい協力が必要である。これからも各種活動を通して、啓培の活動を展開していくことが重要である。

再委託先	富士河口湖町
------	--------

## 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ための取り組み
<p>① 教科・領域において栄養教諭とのT・T授業の実践 食に関する年間指導計画に基づき、教科・領域における授業の実践を行った。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>教科における教科担任、栄養教諭とのT・T授業</li> </ul>	
	<p>中学3年 理科「自然と人間」 ～食物連鎖について考える～ 教科のねらいにくわえ、食育の2つのねらいも盛り込んだ授業となった。</p>
	<p>中学2年 家庭科 A自立へ向けて ～「豊かにたのしく食べる」～ 地域の食文化を知ろう 「ほうとう作り」 郷土に伝わるほうとうの歴史について学んだ後、実習を行った。</p>
	<p>小学5年生 家庭科「作っておいしく食べよう」～バランスのよい食事をしよう～</p>
	<p>学校給食を教材にして、主食・主菜・副菜を組みあわせることで、栄養のバランスがとれることを学習した。</p>
	

・学級活動における学級担任、栄養教諭とのT・T授業



中学1年生 学級活動  
「中学生の栄養と食事について考える」

1年生、1学期に計画された学級活動「中学生の栄養と食事」の授業を行った。中学1年生のこの時期に、中学生期の特徴や規則正しい生活習慣の大切さを理解させるよい機会だったという感想が、学級担任から聞くことが出来た。



中学1年生学級活動  
「学校給食は必要か」を主題にしたディベート。  
この後、郷土食の大切さについても同じくディベートによる授業を行った。



中学2年生学級活動

「けんちん汁を作ろう」  
各家庭で作っているけんちん汁について、だしや食材の違いなど事前に調べて実習した。



② 養護教諭との連携による個別指導の実施

夏休み前に、保健室において骨密度の測定を行った。生徒・保護者を対象に行った。なお、食生活や運動について資料を用意し、保護者を対象に個別指導を行った。



事後指導として、骨密度を高める食事・運動について紹介・掲示した



③ 食の意識を高めるための、委員会活動の運用

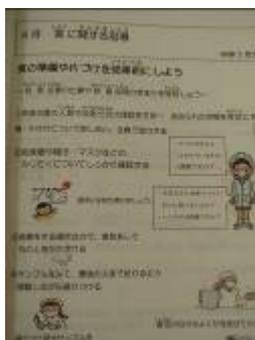
毎日の給食を全校一斉にホールで食べているので、その場を活用し、献立や旬の食材、地域の特産物について委員会の生徒が紹介している。

給食委員会の生徒による献立紹介のようす



#### ④ 学校給食指導資料の作成・配付

食に関する年間指導計画をもとに、各月・学年ごとに指導資料を作成し、児童生徒の健康に対する意識の向上を図った。小・中学校9年間のなかで、発達段階に即した計画的な指導を行い、食の自己管理能力の育成へとつなげたい。



町内の6名の栄養教職員が協力して小・中学校9年間の「食に関する年間指導資料」を作成した。各学年、4月～3月までを1冊にまとめ、町内の13校、全クラスへ配付し、来年度から、給食主任が中心となって実践の予定。

## テーマ2

### 学校と家庭との連携による食に関する指導充実のための取り組み

#### ① 生徒・保護者を対象とした食育学習会の開催

H22, 6月24日、埼玉大学教育学部准教授、野井真吾先生を招いて「ガッツリごはんは いきいき生活のバロメーター」というテーマで学習会が開催された。

講演内容

- ・「もっと自分を知らう」～体調についてのアンケート

講演の始めに簡単なアンケートをして、日常生活のなかから自分の寝付き・寝起きなど自分の体調について知ることから講演がはじまった。

- ・健康生活の知られざる効果

健康な生活を送るためには、BMIなどの標準体重を参考に、自分に適した体重を目指す。(過度な痩身は健康を阻害することを早い時期から理解することが大切である。

- ・生活改善のための確認

眠るときにカーテンを開け、朝陽をたっぷりあびることで生体のリズムがリセットされる。寝付けない人は昼間、しっかり太陽をあびているか？

メラトニンとセロトニンの説明

メラトニン ～ 体温を下げ、眠りを誘うホルモンをだしたり、病気や老化を防ぐ抗酸化などの作用をするホルモン

セロトニン ～ いらいらを減退させる精神的安定作用があるホルモン

- ・健康生活の五か条

- \* 太陽をたっぷり浴びよう
- \* 昼も太陽の光を浴びよう
- \* 体を動かそう
- \* 夜は暗い場所で過ごそう
- \* 気合いを入れてから床につこう



(生徒の感想) ・生活リズムの大切さがよくわかった。今日学んだことを自分の生活にとりいれていきたい。  
・受験生なのに授業中に眠くて困っていたが、早く寝てしっかり勉強するようにしたい。まずはしっかり太陽のひかりをあびるようにしたいと思った。  
・土日にだらだらしてしまうのは、家のなかにおいてメラトニンが少ないのかと自分の生活を反省した。疲れているときこそ規則正しい生活を送ろうと思った。

(保護者の感想) ・とてもわかりやすい内容だった。家族と話し合えて出来ることから始めてみようと思った。  
・食の大切さをあらためて知った。こんな講演会なら何回でも聞きたい。

② 食生活や生活習慣等の家庭用資料の作成・配付

町内約 1,600 世帯の保護者にむけ、「食育だより」を作成し、学校における食育の取り組みの状況を知らせ、家庭での食育啓発を促した。

学校における食育の推進について  
紹介し、家庭での推進を呼びかけた



③ 食育の標語を募集し、地域への食育の啓発を図る

各家庭の決まり事や、食に関して受け継がれているルールを標語として募集した。

「きっちり三食 未来の私へプレゼント」「家族そろって 幸せごはん」「いただきます 太陽の恵みに感謝して」  
家族の意見もまじえるなか、すばらしい標語がたくさんでき、みんなで食育を考えるよい機会となった。  
完成した「学校給食レシピ集」の裏表紙に標語の作品を紹介し、啓発に努めた。

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り組み

① 地域の地場産物や食文化をいかした学校給食の献立づくり

富士河口湖町を中心に富士吉田市や鳴沢村など近隣で収穫された食材を学校給食の献立に取り入れ、地域の伝統食や行事食などの食文化への理解を深めた。

(ほうとう、じゃがいもの味噌煮っころがし、富士山お山開きのひじき煮など)



小立小学校

河口湖レタスを使った学校給食



旧足和田地区に伝わる  
郷土料理

じゃがいもの味噌煮っころがし



勝山小学校

地域で収穫したトマトを使った  
スープ

毎年、7月1日は富士山の「お山開き」が行われる。この日から8月26日の「吉田の火祭り」まで登山道に沿った山小屋の灯りがふもとからもみえる。7月1日には昔から「じゃがいもとひじきの煮物」を食べて登山の安全を祈る習慣があった。学校給食でも、地域の伝統的な行事食を献立に取り入れ、いわれについて放送やたよりなどで知らせ、地域文化への理解に努めた。

② 地場産物を活用した学校給食献立レシピ集の作成

近隣で収穫された地場産物を積極的に活用し、児童・生徒に好評な献立をレシピ集にまとめ、家庭へ配付し食育の啓発を図った。



町内5つある給食施設で、地域のJAと連携し、収穫した食材を学校給食へ取り入れている。その中で好評なメニューを1冊にまとめた。

## テーマ1～3に共通する具体的計画

- \*食生活実態調査（アンケート調査）の結果、考察、みえてきた傾向など ～（アンケート調査 H22年6月実施）
- ・朝食の欠食率は昨年が中学生で10%だった数字が7%、小学生は7%が3%になるなど朝食を食べようとする意欲が伺えた。しかし、食事の内容はごはん・パンだけという生徒もあり、内容の充実も今後の課題である。
  - ・食べ物の好き嫌い、特に野菜が苦手な児童生徒が多いが、学校給食では食べる努力や改善しようという面もみられる。家庭を含めた自らの食生活の実践に結びつけるよう、さらに取り組んでいく必要を感じている。
  - ・地域や保護者を交えた学習会のアンケート結果からは、生活習慣の大切さを理解し、改善しようという意識が高いことが伺える。実践の定着にむけた取り組みを今後も継続させていきたい。
  - ・郷土食などについての理解が今ひとつ進まないように感じている。さまざまな場を活用しながら、郷土について知り、大切に思う気持ちを育むようにしていきたい。

## 数字で変化のあった事項について

- \*地場産物の納入 9品目20回（平成21年度） → 11品目35回（平成22年10月現在）  
\*給食残菜量の変化 4.3%（平成20年度） 2.7%（平成21年度） 2.1%（平成22年10月現在）

- ・町内には5つの給食施設があるが、いずれも800食以下の規模で、地場産物の納入についても数量や価格面で安定していた。今後も地場産物の学校給食への利用を広げていきたい。
- ・地域で収穫した食材を活用した時に、給食委員会の生徒が中心となってその食材の特徴や栄養について説明し、食べ残しがないよう呼びかけたことも、残菜量を減らすことに効果的であった。

## 事業全体を通じて、特に効果のあった方策等について

- 食に関する年間指導計画に基づき、食育授業を実施した。また、町内14校が同じ歩調で食に関する年間指導計画を実践できるよう、「給食主任者会」の組織を発足させることができた。
- 学力や運動など中学生の発達段階に即した内容の質問や相談が増え、個に対応した指導を行うことができた。
- 地場産物を献立に取り入れ、給食時間に教材として指導を行うことで、食育を効果的に行うことができた。
- 食育通信や学校給食レシピ集、標語づくり、学習会の開催など、家庭・地域との連携を図ることで、食育への理解を深めることができた。

## 今後の課題(今回の事業により新たに見えた課題など)

- 望ましい食習慣を形成し、健康な心と体を育むためには、家庭・地域との連携が大きいことを改めて感じている。今後も様々な取り組みをすすめ、食育の啓発を続けていくことが望まれる。
- 「食に関する年間指導計画」の実践にむけ、「給食主任者会議」を有効に活用し、教育課程への位置づけを図る。
- 学級担任、教科担任、養護教諭、栄養教諭との連携のあり方を、さらに明らかにしていく。
- 地場産物の学校給食への納入のため、今後も生産者との連携をはかり、安定した供給にむけ努力していく。