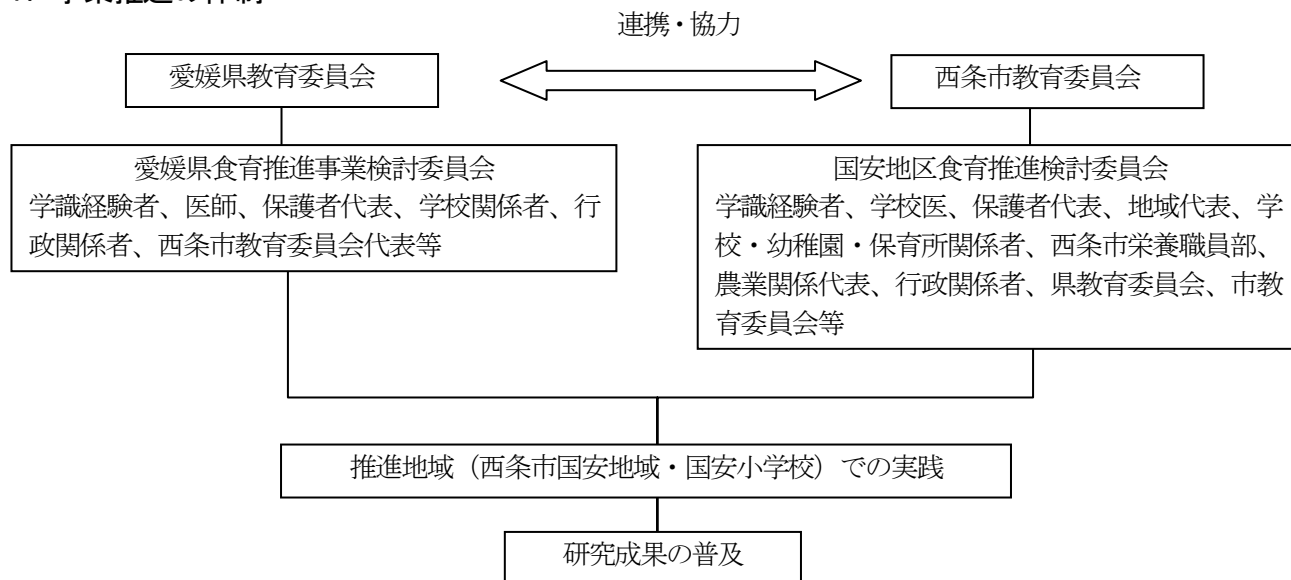


# 栄養教諭を中核とした食育推進事業 事業結果報告書

都道府県名	愛媛県
推進地域名	西条市

## 1. 事業推進の体制



## 2. 具体的取組等について

### テーマ1 子どもの健康を保持増進させるための方法について

- 1 国安地区食育推進検討委員会の設置 (委員 24 名、事務局 4 名)
  - (1) 第 1 回食育推進検討委員会の実施 (平成 22 年 8 月 18 日)  
事業説明、国安小学校の取組、協議・情報交換等を行った。小学校・保護者・地域の連携によって食育を推進することなどを話し合った。
  - (2) 国安小学校食育参観日・講演会への参加 (平成 22 年 10 月 8 日)  
国安地区食育推進検討委員会の委員が、1 年生から 6 年生の食に関する指導の授業を参観し、学校の推進状況を把握、確認した。
  - (3) 第 2 回食育推進検討委員会の実施 (平成 23 年 1 月 12 日)  
国安小学校の取組について協議を行い、成果と課題をまとめた。また、今後、国安地区としてどのように食育を推進していくべきか協議を行った。
- 2 食に関する実態調査、生活習慣に関する調査の実施
  - (1) 「食育アンケート」の実施  
7 月と 12 月に、児童及び保護者を対象として「食育アンケート」を実施した。
  - (2) 「学校向上アンケート」の実施  
毎月行われる「学校向上アンケート」に、「朝ご飯を食べていますか」の項目を入れて、毎月の状況を把握するようにした。「朝ご飯を毎日食べている」「ほぼ毎日食べている」と回答した児童は、95% (7 月時点) → 97% (2 月時点) と増加した。
- 3 「食育」に関する指導の充実  
教職員の食育に関する知識・理解を深め、指導方法の工夫改善を図ることを目的とした研修を行うとともに、授業実践を行った。
  - 5 月 13 日 参観日・学級 P・給食試食会 (1 年研究授業「きゅうしょくのひみつ」学級担任・栄養教諭)
  - 6 月 30 日 指導主事要請訪問、焦点授業 6 年家庭科「生活を見直そう」(6 年 1 組担任、栄養教諭)、校内研修で東予教育事務所・木村晴彦指導主事からの指導

- 7月 8日 第1回愛媛県子どもの健康を育む総合食育推進事業検討委員会での取組発表
- 7月16日 4年研究授業「おやつについて考えよう」（4年1組担任、栄養教諭）
- 8月 4日 愛媛県総合教育センターの出前講座「学校における食育の推進」越智誠二研究主事からの指導
- 8月18日 小中連携教育研修会で各校の研修推進状況の交流
- 10月 6日 2年研究授業「すききらいをしないでたべよう」（2年1組担任、栄養教諭）
- 10月 8日 食育参観日・講演会
- 11月19日 第2回愛媛県子どもの健康を育む総合食育推進事業検討委員会での取組発表
- 11月24日 1年研究授業「どんな食べ方がいいのかな」（1年1組担任、栄養教諭）  
5年研究授業「バケツ稲づくりにチャレンジしよう」（5年1組担任、5年2組担任、ゲストティーチャー農協職員）
- 11月25日 3年研究授業「もっと大豆となかよくなるよう」（3年担任、栄養教諭）
- 1月31日 第3回愛媛県子どもの健康を育む総合食育推進事業検討委員会での取組発表

#### 4 食に関する情報提供

##### (1) 食育掲示

給食で使用している食材を知らせる栄養黒板に、自作の「地場産物カード」や「食育クイズ」を掲載した。また、1階渡り廊下には「食育・健康コーナー」を設け、給食の献立表や旬の食材紹介など、食に関する掲示をしたほか、養護教諭と連携して健康に関する掲示も行った。この掲示は来校者にも見える場所にあり、保護者や地域の方への啓発に効果的であった。

##### (2) 給食指導

学級担任等が給食指導をしやすいように「給食指導資料」を作成した。給食指導目標に沿った指導のポイントや旬の食材を資料に入れ、給食時間の指導に役立つようにした。

また、毎週木曜日を「食育放送の日」に設定し、栄養教諭が指導目標に沿った内容のものを放送した。



**給食指導資料**

(6月の給食指導 教師用資料) 西条市立国分小学校

**月目標：食生活を見直そう**

☆ねらい1 正しい食事のマナーを身につけさせる。



(1) 「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつができる

(2) よい姿勢で食べることができる

- 背すじを伸ばして食べる。(食事のマナー、消化吸収の面から)
- 食器(特におわんの食器)は手に持って食べる。

(3) 食べ物を口に入れたまま話さない。(楽しく食事をするためのマナー)

(4) 箸の正しい使い方を知る

(よくない使い方)

##### (3) 健康委員会

食育月間である6月に、給食についての委員会発表を行った。児童の好きな食べ物や給食の献立紹介、給食ができる様子のビデオ紹介など、給食について全校で考える機会となった。

また、健康委員会の児童が、給食時間に日替わりで各学級を訪問し、5分間の「食と健康教室」を実施した。

### テーマ2 学校と家庭・地域との連携による食育推進の取組の研究

#### 1 学校給食を活用した授業公開（平成22年5月13日参観日・給食試食会時の1年生公開授業）

1年生保護者を対象に給食試食会を行った後、学級担任と栄養教諭のT・Tで、授業公開を行った。学習内容は、当日の献立を教材にして、給食にはいろいろな食品が入っていることや、野菜が給食に使われている理由を知らせるものであった。この学習参観の目的は、偏食をなくす指導がより効果を上げるよう、家庭の協力を得るためである。この学習を行った後、家庭においても、偏食をなくすために嫌いな物でも口にしよう指導していただけるようになってきた。

#### 2 家庭と連携した食育の取組の研究（平成22年10月8日食育参観日・講演会）

##### (1) 食に関する指導

食に視点を当てた授業を公開し、保護者に食育の大切さを伝えた。参観授業の学習内容は、1年「しょくじのおてつだいをしよう」、2年「食べ方を考えよう」、3年「1日のスタートは朝食から」、4年「食物せんいについて考えよう」、5年「おやつのとりの方を考えよう」、6年「親子でクッキング」とした。この参観授業をきっかけに、家庭でも食育に対する関心を高めることができた。



## (2) 親子でクッキング

この日6年生は、家庭科（2時間扱い）で親子調理実習を行った。食生活改善推進員の方3名に来校していただき、その指導のもと親子で野菜たっぷりミネストローネ、里芋団子、カボチャのデザートを作った。普段家庭で調理の手伝いをしていない子どもたちも、包丁で野菜を切ったり、鍋で煮たりと奮闘していた。親子での調理が、食に関する共通の体験となり、家庭でも継続的に実践されることが期待される。



## (3) 食育講演会

早稲田大学人間科学学術院教授の前橋明先生（医学博士）を講師に招き、「生活リズムを見直そう」を演題にお話していただいた。100名を超える参加者があり、多くの保護者が食生活を含め、規則正しい生活リズムを身に付けることの大切さを再認識するよい機会となった。

## 3 地域と連携した食育の取組

### (1) 親子調理実習

上述2(2)のとおり、国安地区の食生活改善推進員の方を講師に招き、調理実習を行った。この時期に地元でよく採れる里芋と小松菜を材料にした料理を取り上げた。

### (2) 野菜ソムリエの講話（平成22年12月1日学校保健委員会）

西条市農林水産部農業水産課職員（野菜ソムリエ）を招き、学校保健委員会を開いた。5・6年生及びその保護者を対象に「野菜をもっと好きになろう」というテーマで、地場産物の良さや上手な野菜の選び方、調理方法を学んだ。参加者は、店頭に並ぶイチゴと完熟したイチゴの食べ比べをし、その甘さの違いに驚いていた。



完熟イチゴの甘さを実感

## テーマ1、2に共通する具体的計画

### 1 アンケート結果から見た傾向

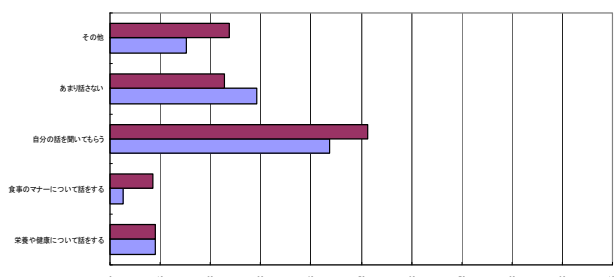
児童・保護者のアンケート調査の結果から、児童は、料理を作ってくれた人への感謝の気持ちを持ち、残さず食べるという習慣が身に付きつつあることが分かった。今後も「食べる」ということは「すべての命をいただいている」ということに気づかせ、感謝の気持ちを深めていきたい。

保護者については、食に対する意識が向上し、主食・主菜・副菜がそろった食事を用意するようになったり、調理方法に工夫がみられたりするようになったが、約3割の家庭は、現在の子どもの食事状況について何らかの問題意識を持っている。今後も、栄養バランスのとれた食事内容や、おやつの正しいとり方など、学級活動や家庭科等での指導及び保護者への情報発信を通して、問題解決に取り組んでいきたい。

また、児童・保護者ともに食事での会話が増えてきており、特に、児童は「食事のマナーについての話」、保護者は「栄養や健康についての話」をする割合が増えている。食に対する正しい理解が深まるとともに、望ましい食事のあり方についての意識が家庭にも浸透してきたといえる。

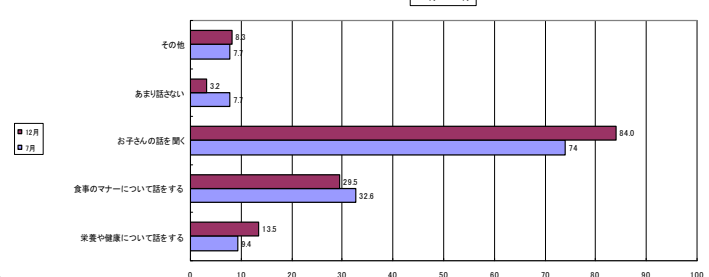
Q17食事時のコミュニケーション

《児童》



Q24お子さんは食事中にどのように過ごしていますか

《保護者》



## 数字で変化のあった事項について

### 1 食育アンケートの調査結果

#### (1) 児童対象の調査結果（平成22年7月→12月 の比較）

○ごはんやおかずを残すことがありますか。

「残さない」46.7%→55.4%

○食べ残したとき「もったいない」と思いますか。

「いつも思う」59.8%→65.5%

○食事をする時に、作ってくれた家族や調理員さんに感謝していますか。

「いつも感謝している」64.8%→74.1%

\* 料理を作ってくれた人への感謝の気持ちを持ち、残さず食べるという習慣が身に付きつつある。感謝の気持ちを育てること、食べることは命をいただくことであることを引き続き指導していきたい。

○箸は正しく持てますか。

「持てる」65.3%→69.1%

\* 給食指導等によって、箸の正しい持ち方が身に付きつつある。

○地域の地場産物や料理は知っていますか。

「知っている」33.2%→55.7%

\* 学校保健委員会での野菜ソムリエの講話や給食放送時の特産物紹介などの成果であり、地域に対する愛着や地産地消の意識が育っている。

#### (2) 保護者対象の調査結果（平成22年7月→12月 の比較）

○食事の時、お子さんにあいさつを勧めていますか。

「いつもしている」37%→42%

○お子さんの食器の置き方に気を付けていますか。

「いつもしている」30.9%→34.6%

「していない」4.4%→2.5%

○お子さんの食べる姿勢について気を付けていますか。

「いつもしている」42.0%→48.1%

\* 保護者の食事のマナーに関する意識の高まりが見られる。食育参観日や授業参観や講演会、食育だよりなどによる啓発の成果と考えられる。

○食品の購入時や外食時に栄養成分表を見ますか。

「必ず見る」14.4%→17.8%

「見ない」21.5%→16.6%

○食事に他種類の食品を組み合わせて食べさせていますか。

「いつもしている」11.6%→15.6%

「していない」1.7%→0%

\* 栄養のバランスに対する意識が向上している。児童の栄養バランスについての学習が家庭にも伝わり、望ましい食生活への実践につながったと考えられる。

### 2 学校向上アンケートの調査結果

「朝ご飯を毎日食べている」「ほぼ毎日食べている」と回答した児童は、95%（7月時点）→97%（2月時点）と微増している。朝食を食べない児童に対しては、家庭への働きかけや本人への個別指導を行っているが、今後もそれらを継続していくとともに、効果的な指導方法となるよう改善を図る必要がある。

## 事業全体を通じて、特に効果のあった方策等について

### 1 給食試食会・食育参観日

5月の給食試食会では、栄養教諭の講話や参観授業を行うことにより、学校の偏食をなくす取組について、1年の保護者に理解と協力が得やすくなった。

また、10月の食育参観日・講演会では、学校の食育への取組を直接見たり、講演を聞いたりしていただいたことで、保護者の食への関心を高めることができた。

## 2 教職員の研修

栄養教諭を中核とした研修、特に一人一研究授業をとおして、食に関する指導の充実を図ることができた。栄養教諭のアドバイスを受けながら授業を行うなどして、指導方法や評価方法について具体的に理解でき、食に関する指導への意欲を高めることができた。

また、指導主事要請訪問及び愛媛県総合教育センターの出前講座では、食育の重要性を再確認するとともに、正しい知識が得られ、指導の方向性を知る大変よい研修となった。

## 3 授業づくり

児童の発達段階を考えた単元計画や展開、資料提示を行ったり、栄養教諭の専門的な説明を分かりやすく授業に取り入れたりすることによって、児童の理解や問題意識の高まりが見られた。

## 4 国安地区食育推進検討委員会の設置

名古屋経済大学教授等で構成された当委員会の存在が、国安小学校だけでなく地域全体の食育の推進になった。

## 5 地域人材・外部講師の活用

地域の専門家（校区の農家、農業協同組合、野菜ソムリエ等）と連携した授業では、専門的で分かりやすい指導を行うことができ、普段の授業では味わえない経験と深い知識を得ることができた。

## 6 防災クッキング

代表的な非常食「乾パン」を使って、誰もがおいしく食べられる非常食レシピを作成し、調理する「防災クッキング」に6年生が取り組んだ。これは、西条市で推進する12歳教育（防災教育）に関連した実践で、苦しい避難生活の中でも、生きる意欲を高め、心をつなげ、明るさを取り戻すことのできる食事の役割について考えることができた。

また、本取組は「西条市防災サミット」において、本校児童が市内全小学校6年生約1,150名の前で発表した。



▲乾パンクルトン入りコーンスープ



▲ツナのせ乾パン



▲乾パン入りフルーツポンチ



▲のり巻きしょう油焼き乾パン



▲乾パンアレンジ



▲乾パン入り蒸しパン

## 今後の課題(今回の事業により新たに見えた課題など)

### 1 栄養教諭との関わり

栄養教諭との連絡・打ち合わせの時間を確保することが重要である。学級担任T1の指導に栄養教諭がT2としてどのように関わっていくかを考え、綿密な連携を図ることが、スムーズな授業へとつながり、児童の理解がさらに深まっていくと考えられる。

### 2 児童の課題の改善

高学年児童の課題のひとつに「好き嫌いをなくす」ことがある。苦手な食材であっても調理方法を工夫することで食べやすくなることや、バランスのとれた栄養摂取の大切さを繰り返し指導していきたい。

また、国安地区食育推進検討委員会の協議で出された課題として、児童の肥満につながる「過食」がある。運動量に対してカロリーを多く取りすぎる子どもへの指導が必要である。今後、脂肪や糖分の過剰摂取、運動不足、あるいは生活習慣の乱れといった課題を一つ一つ明らかにし、その解決策を見出していきたい。

### 3 家庭との連携

食育推進と大きな関わりをもつ「正しい生活リズム」は、家庭との連携なくして改善できない。保護者の仕事等などの事情で、規則正しい生活が難しい状況にある家庭への働きかけについて、検討・改善が必要である。

### 4 地場産物の活用

学校給食に地場産物を積極的に使用するよう努めているが、今後もより一層推進していきたい。そのためには、行政諸機関等への働きかけや、生産者との交流活動など具体的な方策を探っていかなければならない。