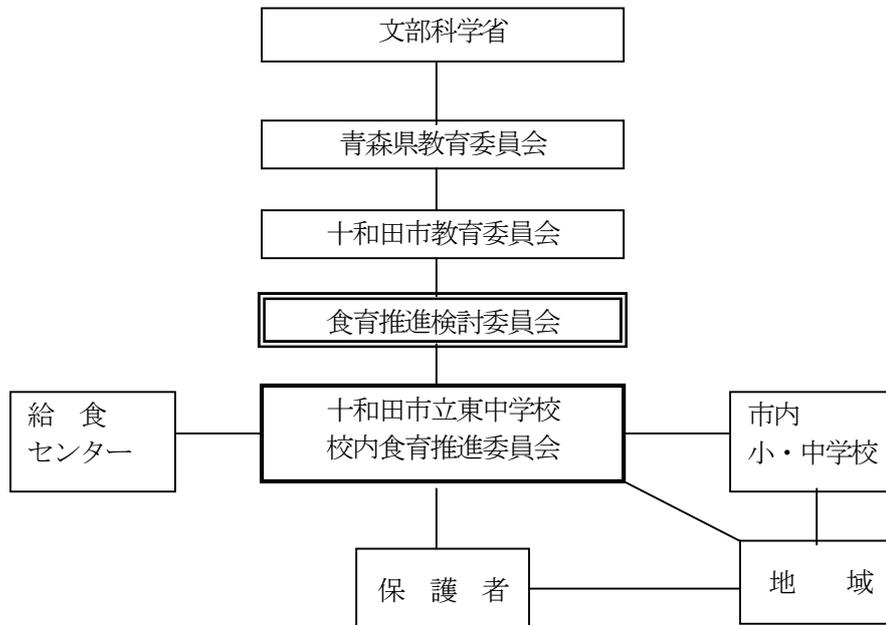


栄養教諭を中核とした食育推進事業 事業報告書

都道府県名	青森県
推進地域名	十和田市

1. 事業推進の体制



2. 具体的取組等について

テーマ1 各教科、領域や給食の時間における食に関する指導の充実のための取組

- ① 食育全体計画及び年間指導計画を見直し、各教科、領域を関連付けながら計画的に指導を継続する。
- ② 栄養教諭が、各教科、領域において、学級担任や教科担任、養護教諭等と積極的に連携し、食に関する授業づくりを進める。

【道徳：1学年弁当箱】

給食の残菜の多さを提示して、食に関わる背景を伝えるためゲストティーチャーとして関わる。



【家庭科：2学年串もちとすいとん調理実習】

郷土のおやつや昔から食べられてきた料理を実習することで、地元の食文化や郷土愛など興味関心をもたせる。青森県南部地方の農業・食文化などに触れた。粉文化ができた背景などを学んだ

【総合的な学習の時間：全校 栄養教諭による食育講話】

1学期 「スポーツ栄養」

2学期 「朝食」

3学期 「食物繊維」

「給食を食べよう」をどのテーマにもベースとして取り上げて、バランスの良い食事が体づくりに通じることになることを学んだ。



③ 給食の時間を通じて望ましい食習慣の形成を図るとともに、食への関心を高めるよう栄養教諭が資料提供するなど、学級担任や担当者と連携して指導を行う。

④ 伝統菓子や郷土料理を実習することにより、地元の食材、郷土食に興味・関心をもたせる。

【串もち調理実習】



【すいとん

調理実習】



⑤ 生徒会の給食委員会・保健委員会の学校給食センター見学を実施し、日常目にする事のない給食の作っている様子から食に対する感謝の気持ちを育てる。



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

- ① 食に関するアンケートや生活リズムアンケートの結果から、実態に即した家庭・地域への啓発活動を行う。
- ② 食の大切さを家庭においても見つけ直してもらえるよう、生徒及び保護者を対象とした食育講演会を企画したり、学校での取組を紹介したりしながら、家庭から児童生徒への働きかけを促す。
【食育講演会】



「早寝早起き朝ごはん～夢をかなえる土台づくり～」として、朝食のことから広げて、脳の発達のために栄養バランスのよい食事はもちろんのこと睡眠をしっかりとることの重要性を学んだ。すべては将来の自分の土台となるために……

- ③ 食育展で、地元の食材、郷土料理などの情報を児童生徒や家庭に向けて発信し、豊かな食への意識づくりを図る。
【ゆずり葉祭（東中学校文化祭）食育展】



野菜ソムリエによる地元野菜を使ったアイデア料理試食コーナー、豆つかみ競争コーナー
給食センターで使用している調理器具見本による体験ブース。
例年より盛況で生徒ばかりでなく地域の方々がたくさん見学・体験に訪れた。

【ゆずり葉祭 PTA によるもちつき・食堂開設】

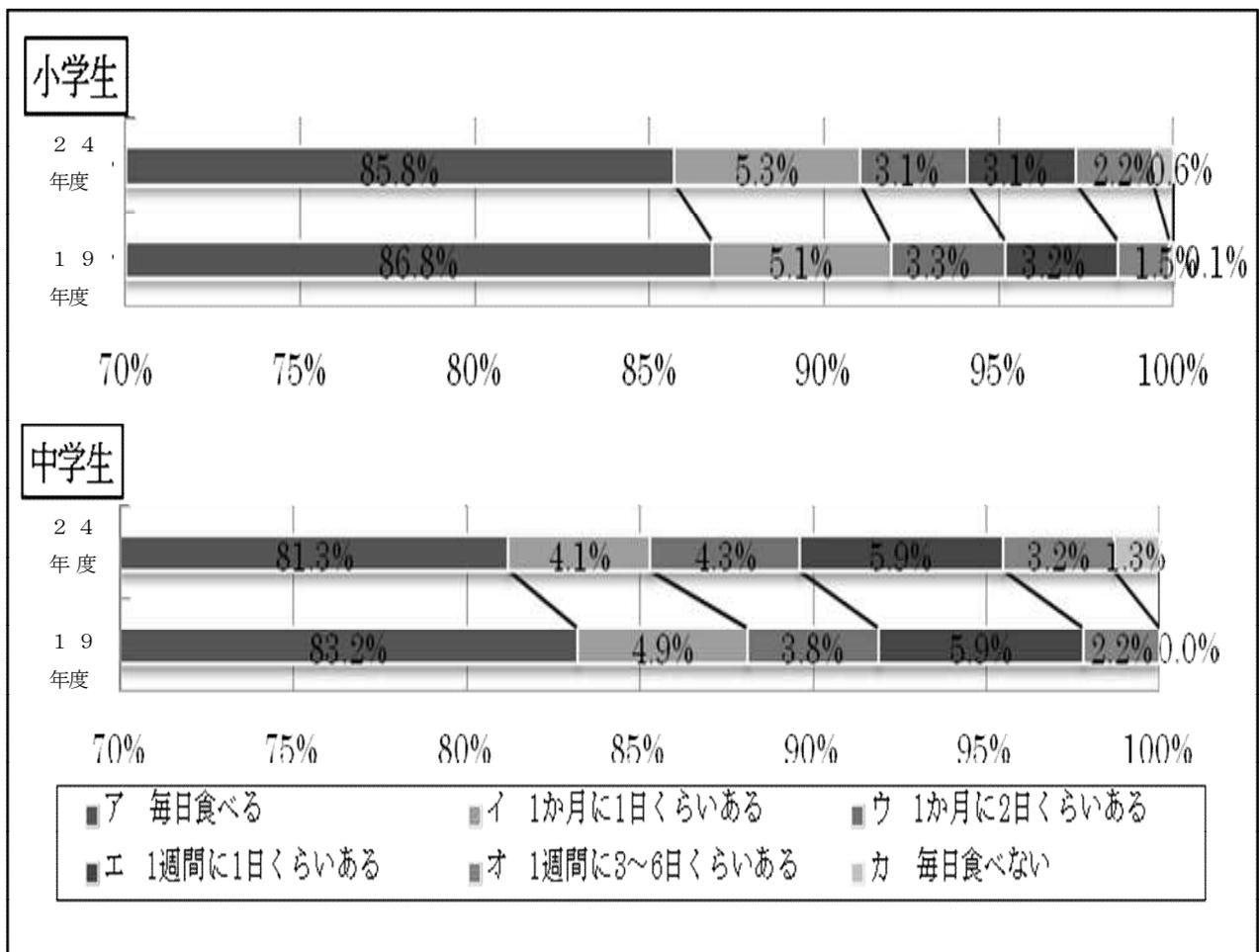


生徒と保護者・地域の方々の交流を深めることができた。

本事業における評価指標と考察

① 朝食摂取状況

【朝食をたべていますか】



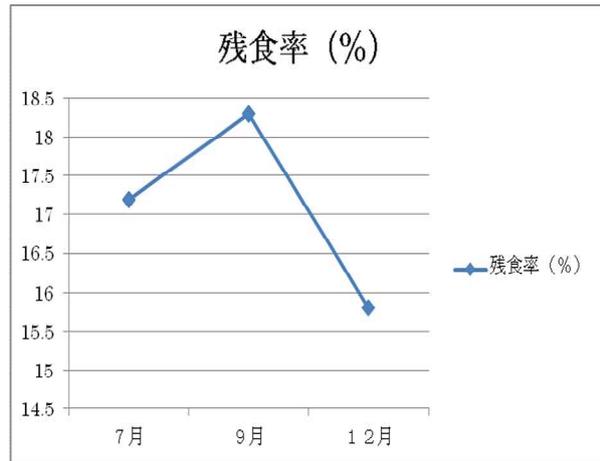
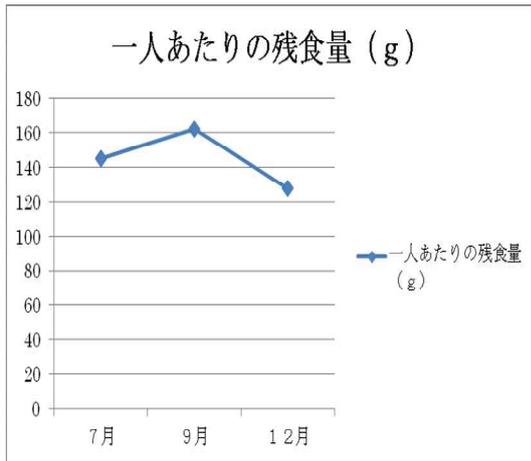
今年度、十和田市では第二次食育推進計画策定の指標にもなる朝食摂取状況を調査実施した。平成19年度の調査（第一次計画の指標）との比較をして、残念ながら「毎日食べる」が落ち込んでおり、「食べない日がある」「毎日食べない」の割合が全体の約1～2割を占めている。食べない理由では「朝起きるのが遅くて食べる時間がない」・「食欲がない」が全体の約6～7割を占めた。このことから、朝食の重要性は分かっているものの、実践が伴っていないことが浮き彫りになった。また、学校訪問で事前に行った調査でも同様の数値がでた。また、その調査では朝食内容を調べたが、品数が少なかったり、栄養バランスが整っていない等が見受けられた。

② 地場産物活用率	平成22年度	県内産	60%
	平成23年度	県内産	61%
	平成24年度	県内産	64% (8月)

給食における地元産・県産使用率はほぼ頭打ちとなっているが60%を超えている。センター方式のため食材の確保が難しいが、なるべく県産食材使用するように努めている。6月、11月「ふるさと産品給食の日」設けて使用率を上げている。

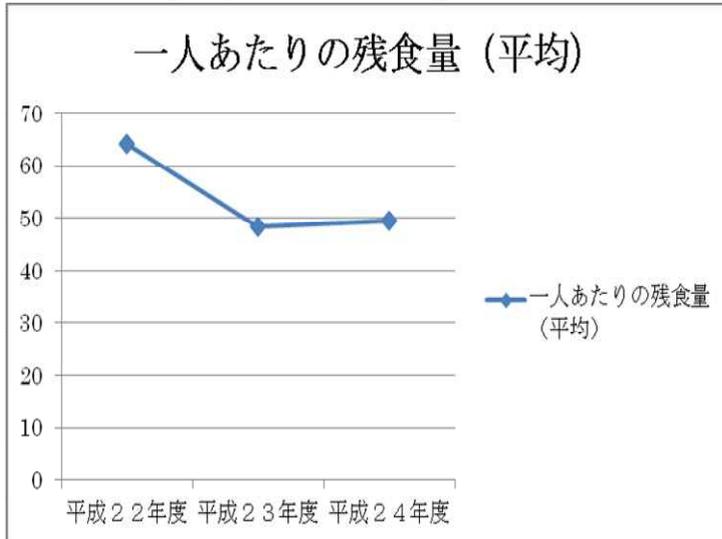
③ 残食率 (汁込み)

十和田市立東中学校残食調査	7月	平均 17.5%
	9月	平均 18.3%
	12月	平均 15.8%



◎自分の健康を考え、好き嫌いなく食べているか (学校評価より)
1学期 85%→2学期 91%

【給食センター データ】



生徒会給食委員会が実施する残食調査を行ったことにより、1学期と2学期実施の学校評価(生徒自身の評価)を比較すると、「自分の健康を考え、好き嫌いなく食べているか」の項目評価が6%向上した。これは、調査実施をすることによりその意識が高まったことと、12月の食育講演会において、「バランスよく食べることが脳や体の発達のために必要だ」という点が意識されたことが裏付けられる。

給食センターでは給食の残食をポリバケツの数(樽数)にてカウントしている。一樽あたり

20kgで換算して、各年度の給食数と日平均の残食推移をみると、一人あたりの平均残食量は平成22年度は65gであるのに対し、23年度・24年度は50gを切り、減量してきている。各校ではそれぞれ工夫を凝らして給食残食調査をしたり、強化ウィークを設けるなどしている。学校全体で取り組んでいるのがうかがえる。また栄養教諭や学校栄養職員が学校訪問で受配校に出向いた際、給食指導時のクラス訪問を行うことにより功を奏していると考えられる。ある学校では、まずは体格等に合わせつつ盛り切ることに着目して実践している。そのことで、残食も減ってきていると考える。しっかり食べることで、体の調子もよくなるということを実感している生徒もいる。

本事業の成果

- 給食センターを生徒たちが訪問した事により、様々な人の手をかりて給食ができていたり、運ばれて自分たちの手元に届いていることを知り、「給食を簡単には残せない。」という感想を得ることができた。
- 残食調査と合わせて、生徒は体のことや食にありつくまでの経緯などを意識して食べられるようになってきた。
- 「食べ物の働き」等について、各学校を訪問しながら講話した内容で、子どもたちが、「食べ物は命の源であること」「食べ方次第で体が変わってくること」こと等について知り、自分の食生活について振り返るとともに、関心をもたせることができた。
- 文化祭におけるPTA食堂開設やもちつきで生徒と保護者や生徒自身の親以外の地域の方との交流を持つことができた。生徒は保護者からもちのつき方や「合いどり」の仕方のコツを教えてもらうなどいい関係を育むことができた。
- 郷土のおやつや郷土料理の実習によって、県南地方の食材や食文化についての知識を深めることができた。また、「家庭で作ってみたい」「今夜はすいとんだ」という感想を得ることができ、実践したいという意欲につながることができた。給食ではすいとんやせんべい汁の献立は残食も少ない。
- 食育講演会において食に関することと関連させ、生活全体の好循環が得られるためにも睡眠等も重要になるということを知っただけでなく、良い機会に恵まれたら、それを変えるためのトライが必要であることを学ぶことができた。そして「実践したい」という行動変容を起こさせる意欲を持たせることができた。

今後の課題（今回の事業により新たに見えた課題など）

- ・ 生徒自身がなりたい自分、生活改善したい事柄を一つでもチャレンジしようという意欲を維持させるような働きかけを継続できるような体制が必要であるということ。トライのためのチャレンジカード等を用意して行動変容を追跡していくことが必要であると感じた。そのためには、学校の指導体制だけでなく食事やそれを含む生活リズムの確立を望ましいものに引き上げるには、家庭の協力、PTAの協力を伴わなければならないということを感じた。
- ・ 残食については、実施校の残食率は15%強と減ったとはいえまだまだ高く、継続課題の一つである。これを先ずは10%程度に引き下げていけるよう目標として活動していきたい。給食献立は、栄養バランスの良い食事の見本として、また「生きた教材」としての役割を果たさなければならない。そのため献立の作成には一層配慮をしなければならないと感じた。
- ・ また、十和田市の第二次食育・地産地消推進計画を策定する際、調査を行ったところ、「毎日朝食を食べる」という児童が86%、中学生生徒が81%と、一次計画策定のベースになった調査よりも悪化していた。市では学齢期だけでなく乳幼児期、成人期も「朝食の重要性」をあげていることから、朝食について欠食率を低下させることと併せて、栄養バランスの面から考えた内容を充実させるような働きかけを継続的に行うようにしたい。他校においても同様な課題があげられている。これらを実施校だけでなく受配校へも学校訪問や給食便り等を通して重点的に行うことにより、しっかりとした朝食の確立が生活リズムの好循環をもたらすことにつながって、指導、支援していく必要がある。