

# 栄養教諭を中核とした食育推進事業 事業結果報告書

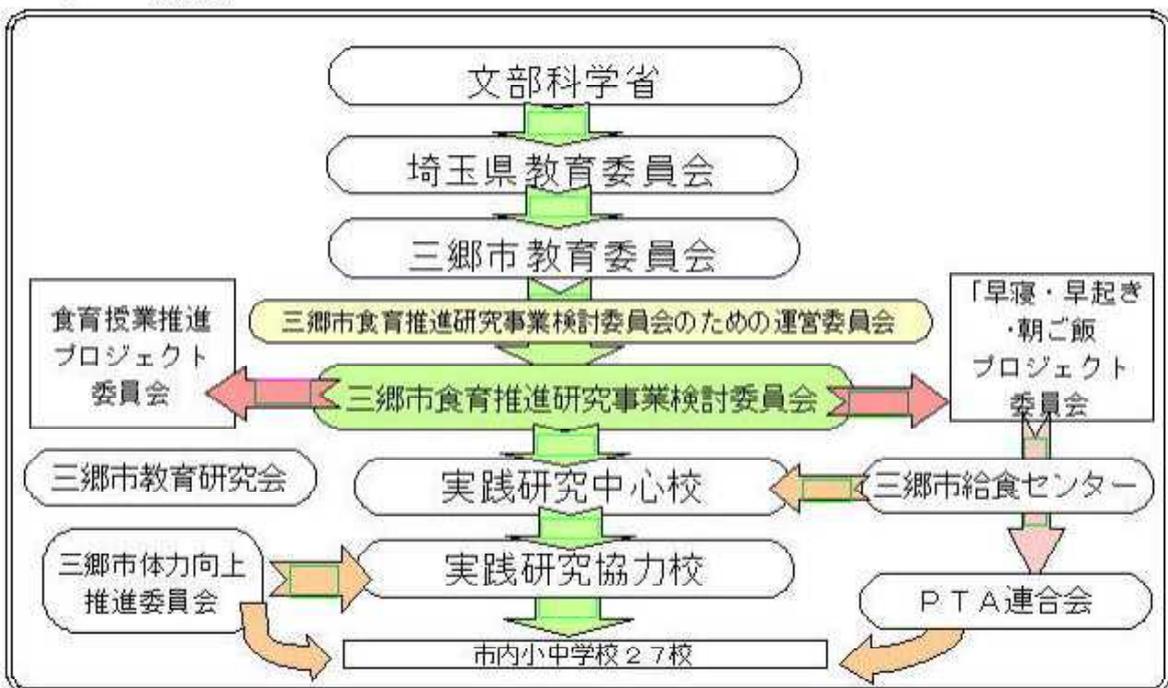
都道府県名	埼玉県
推進地域名	三郷市

## 1. 事業推進の体制

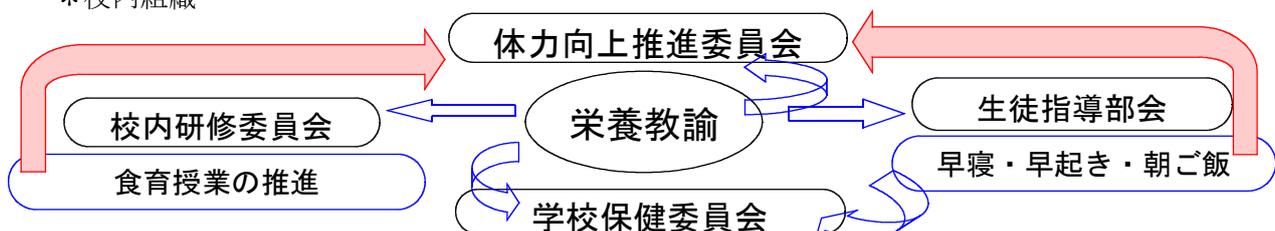
近年、著しい生活環境の変化から、子どもの食生活の乱れや健康等への影響が問題となっており、食に関する正しい知識と望ましい食習慣等を身につけさせるなど、学校において食育を推進することは喫緊の課題となっている。本市の課題として、平成23年度埼玉県教育に関する3つの達成目標「体力」の質問紙の結果では、本市は、朝食を必ず食べる児童生徒は小学校で91.8%、中学校では84.8%と、朝食を欠食している児童生徒がいることがわかる。また埼玉県で1%以下を指標にしている「朝食を食べない児童生徒」の本市の数値は、小学校で1.24%、中学校で3.01%であり、朝食の摂取率はよいとは言えない。

こうした食を中心とした、基本的な生活習慣の乱れは、学習意欲や体力、気力の低下の要因の一つとなっている。家庭における食事や睡眠などの乱れを、個々の家庭や子どもの問題として見過ごすことなく、社会全体の問題として地域による、一丸となった取り組みが重要であると考え。このことから、全教育活動を通じた学校における積極的な食育の推進と、学校・家庭・地域社会が連携した児童生徒の望ましい食習慣の形成を目指して、下記の組織により、次の2点について取り組むこととした。

- ① 栄養教諭が中核となった教科・領域における「食」に関する指導を推進する。
- ② 栄養教諭を中心とした学校・家庭・地域社会との連携による「早寝・早起き・朝ご飯」に関する取り組みを推進する。



\* 校内組織



## 2. 事業内容

### テーマ1 栄養教諭が中核となった教科・領域における「食」に関する指導のあり方

○研究中心校「三郷市立鷹野小学校の取り組み」教科と学級指導との連携を図った継続的な指導  
かみかみ習慣（週間）の実施（1年噛み応え調べ ↓ 4年こんぶを噛んでカミカミ実験↓）



○我が家のアイデアメニュー集（好き嫌い克服ブック）の作成  
生活科で野菜を栽培していた2年生に、野菜の色・形・味の違いなどの食育指導を行い、苦手ななす・トマトを使い調理で工夫をし、試食を行った。収穫に合わせて、教室で簡単な調理をしたり、家庭に持ち帰らせ食べてみようを進めた。

夏休みに家族で一緒に取り組める宿題として出し、夏休み終了に合わせて子どもの苦手な野菜をこんな工夫で食べさせる事ができたというレシピを集めた。教室掲示をし、学校公開で広めた。また、冊子にし、本校ホームページに記載。



○研究中心校「三郷市立新和小学校の取り組み～各教科・領域での栄養教諭とのT. Tの授業実践  
1年：「給食を楽しく食べよう」（5月）⇒食事のマナーや当番の仕事などを理解し、協力する心・楽しい食事の場づくりを心がける態度を育てる。

2年：「すききらいせず、何でも食べよう」（9月）⇒体の発育と健康維持のために黄・赤・緑の食品の仲間を偏りなく食べることが大切であることに気づき、何でも食べようとする意欲を育てる。  
「バランスのよい朝ごはんを食べよう」（2月）⇒朝ごはんの大切さを知り毎日の生活習慣を見直し、朝ごはんをバランスよく食べる習慣を身につけさせる。

3年：「ジュースの飲み方について考えよう」（7月）⇒飲み物の必要性と正しい選び方について気づき、量や組み合わせを考え飲もうとする意欲を持たせる。

4年：「よくかんで食べよう」（6月）（学校公開日に合わせて、保護者に授業公開）⇒自分の食生活をふり返り、よくかんで食べる習慣を身につけさせる。



5年：「生活習慣を見直し、バランスのよい朝ごはんを食べよう」（10月）

（学校公開日に合わせて、保護者に授業公開を行う。）⇒朝ごはんの大切さを知り毎日の生活習慣を見直し、朝ごはんをバランスよく食べる習慣を身につけさせる。

6年：「じょうぶな骨をつくらう～カルシウムの働きについて知ろう～」（1月）⇒骨形成のための重要な時期に将来の自分の健康な体づくりのため、積極的にカルシウムを摂取し、規則正しい生活習慣を身につけさせる。



先生の朝ごはんを考えよう(5年)

先生と骨比べ(6年)

朝ごはんのはたらき(2年)

○研究中心校「三郷市立八木郷小学校の取り組み」～各教科・領域での栄養教諭とのTTの授業実践  
・家庭や地域へ食育の推進を図るため、第1学年、第2学年、第3学年は学校公開日に実施。

・全学年、指導内容に沿った食育便りを作成・配布し、家庭への啓発を図った。

1年「あさごはんではげんきいっぱい」(6月) ⇒朝ごはんの必要性を伝え、毎日食べてくる意欲を高める。

2年「たべもののグループわけをしよう」(6月) ⇒食べ物は働きによって「きいろ」「あか」「みどり」に分類されていることを知り、元気な体づくりのために、好き嫌いをしないで何でも食べようとする意欲を高める。

3年「けんこうてきなおやつを食べ方を考えよう」⇒夏休みを目前に、体の健康を考えたおやつを食べ方について詳しく学ぶことで、食生活の乱れを防ぎ、規則正しい食生活の改善につなげる。

4年「よくかんで食べよう」(9月) ⇒噛む体験を通してよくかむことの良さを実感し、食事をよく噛んで食べようとする意欲を高める。

5年「体全体が目覚める理想の朝ごはんについて考えよう」(10月) ⇒市内で6月と11月に実施している「朝食アンケート」の2回目を目前に、朝ごはんの大切さについて詳しく学ぶ。

6年「カルシウムの必要性について考えよう」⇒カルシウムの必要性や不足によって生じる弊害を理解すると共に、カルシウムを多く含む食品を知り、自ら進んで骨の健康を考えた食生活を送る意欲を高める。

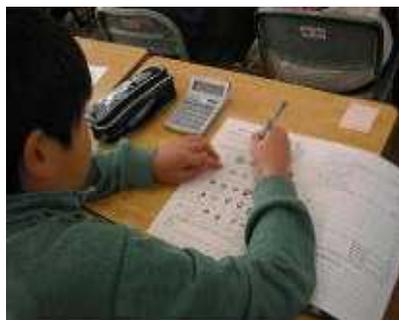
冬期は冷たい牛乳を嫌がる児童がいるため、飲用促進も兼ねて意図的に(1月)実施。



2年「たべもののグループわけをしよう」



4年「よくかんで食べよう」



6年「カルシウムの必要性について考えよう」

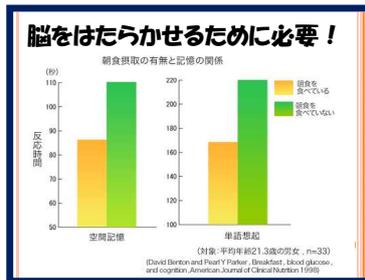
## テーマ2

## 栄養教諭を中心とした学校・家庭・地域社会との連携による

### 「早寝・早起き・朝ご飯」に関する取り組み

#### ○研究センター校「三郷市立鷹野小学校の取り組み」

- ① 「食を中心とした基本的な生活習慣がもたらす子どもへの計り知れない影響」という内容で講演会を実施。保護者に成長期の脳の発達に、基本的な生活習慣が重要な働きをしているのかを知らせる。
- ② 学校保健委員会にて噛むことと脳の活性化について学習会を行う。  
4年生「やる気元気になるカミカミ大作戦」の食育学習について報告会を実施。
- ③ PTA厚生成人教育委員会にて、噛む回数を増やす食事について学習と調理実習を実施。
- ④ 生活チェックカードの作成と活用  
早寝、早起き、朝ご飯、排便のチェックシートを作成し2学期開始の一週間調査を行う。
- ⑤ 我が家のアイデアメニュー集（好き嫌い克服ブック）の作成



#### ～特別活動「学校行事」での取り組み

##### 「早起き学習会の実施」

- 第1回早起き学習会 8月26日(日) 親子除草の日  
第2回早起き学習会 9月16日(日) PTA資源回収の日  
第3回早起き学習会 10月20日(土) 学校公開の日
- 6時40分 ラジオ体操、鷹野ステップ、ジンギスカン等→  
6時50分 朝食準備(体育館)、朝食の効果について指導(栄養教諭)↘  
7時00分 朝食  
7時30分 学習(はげみ算数)、体験活動についてノート記入  
8時10分 下校指導 (10月20日は7時50分教室待機)  
8時15分 地区別下校



#### ○研究センター校「三郷市立新和小学校の取り組み」

- ① 食育に関する掲示物の作成と掲示  
給食指導や学校行事とテーマを合わせて作成・掲示。
- ② 食育だよりの発行による家庭への啓発活動  
授業の内容について食育だよりにまとめ、今後家庭でも児童のめあてが実行できるよう各家庭へ配布し、ホームページに掲載することにより、地域へも情報発信を行う。
- ③ ランチルームの活用  
年間使用計画に基づき、各クラスがランチルームでの会食を実施。  
磁器食器を使用し、配膳の仕方や食器の持ち方等について指導。



○研究センター校「三郷市立八木郷小学校の取り組み」

①授業後の指導及び家庭との連携

第1学年「あさごはんてげんきいっぱい」

- ・食生活学習教材「リズムの木」を用い、1週間“朝ごはん調べ”を実施。
- ・授業の内容合わせた食育便りを配布し、ワークシートに保護者から一言記入する枠をもうけた。

第5学年「体全体が目覚める理想の朝ごはんについて考えよう」

- ・個々に決定した行動目標を達成するため“朝ごはんチェック”を3日間実施し、調査終了後自己評価を行い、反省をする場を設定した。
- ・3日間の調査を家庭でも見届けてもらうため、授業の内容合わせた食育便りを配布し、ワークシートに保護者から一言記入する枠をもうけた。保護者が食について子どもと一緒に考える機会を設定し、意識の変容に努めた。



## テーマ1～2に共通する具体的計画

○学校・家庭・地域との連携

- ・親子料理教室の開催 12月20日(木)

三郷市の地場産物「小松菜」を使った料理を2品（小松菜蒸しパン、山芋団子のあったか汁）紹介。学校応援団（地域のボランティア）の方々と親子が共に料理を作り、楽しい触れ合いの場となった。料理教室終了後の親子アンケートでは、次年度の開催を希望する声が多く聞かれた。今回で終わることのないよう、今後は年間計画等に入れ計画的かつ継続的に実施していきたい。



※親子料理教室での様子

○「栄養教諭を中核とした食育研究発表会」を開催し、研究センター校の成果を広く広報する。

- ・公開授業「鷹野小学校」6年生・家庭科 「新和小学校」1年生・学級活動
- ・平成24年度文部科学大臣賞を受賞した「鷹野給食センター」の公開と試食

- ・食育アドバイザー「大塚 貢 氏」による基調講演
- ・三郷市の食に関する取り組みと、会場・学校内での教材展示
- ・三郷市小中学生による食育標語



## 本事業における評価指標と考察

朝食を全く食べない児童生徒の割合（三郷市平均・平成23-24の推移）

年度	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3
23	1.34	1.92	1.14	0.27	1.32	1.10	2.19	3.63	4.10
24	1.43	1.71	1.25	0.79	1.26	1.04	1.60	3.56	3.83
増減	▼	△	▼	▼	△	△	△	△	△

朝食を全く食べない児童の人数（栄養教諭を中核とした食育推進中心校）

学校名	小1	小2	小3	小4	小5	小6
八木郷	1	0	0	0	0	0
鷹野	0	0	1	0	0	0
新和	1	2	2	0	0	0

（埼玉県3つの達成目標体力質問紙より）

給食の残暑率（三郷市平均・平成24年度 4月-1月の推移）

月	4月	5月	6月	7月	9月	10月	11月	12月	1月
小学校	6.0	10.5	9.3	9.9	12.6	7.7	8.0	8.1	7.3
中学校	8.7	10.4	16.1	13.5	12.9	12.5	10.5	11.9	12.5

給食の残暑率（栄養教諭を中核とした食育推進中心校・三郷市平均との比較）

月	4月	5月	6月	7月	9月	10月	11月	12月	1月
小学校	6.0	10.5	9.3	9.9	12.6	7.7	8.0	8.1	7.3
八木郷	4.8	6.4	6.3	4.7	8.3	4.7	3.8	5.0	3.8
鷹野	1.8	6.2	4.5	3.5	5.8	1.8	2.3	1.6	1.9
新和	6.9	8.9	8.0	8.9	11.4	7.5	6.5	6.0	6.8

（考察）三郷市の課題は朝食欠食率にある。平成23年度と平成24年度の比較は、子ども自身が朝食に関しての意識の芽生える5年生から減少傾向にあった。また、栄養教諭の配置している研究センター校では、朝食を食べない児童は、0であった。

また、給食の残食の多さは、毎月のメニューや天候に左右されがちではあるが、栄養教諭を配置している学校は、昨年度より残食量が減少している。

## 本事業の成果

- 栄養教諭を中核とした食に関する授業を三郷市内小中学校の児童生徒に実施することができた。特に小学生においては、全ての学級で1単位時間以上の食に関する授業を実践できた。
- 栄養教諭の指導により、本市の体力向上推進委嘱の発表でも、「食に関する授業公開」を実施することができた。
- 本事業を実施したことにより、各校で「早寝・早起き・朝ご飯」に係る取組が行われた。その結果、児童・生徒が朝食摂取について興味関心がたかくなり、研究校では、朝食を食べない児童の数が、高学年において0になった。

## 今後の課題(今回の事業を実施した結果、新たに見えた課題)

- ・ 小学校低学年の朝食を全く食べない児童数の割合が多いことから、家庭と連携した食育指導の推進が必要である。
  - ・ 中学校における食育推進と、「早寝・早起き・朝ご飯」の取組が必要である。
- 以上2点を踏まえ、本市では体力向上推進研究の中に、食育指導を盛り込んだ指導を継続していく。