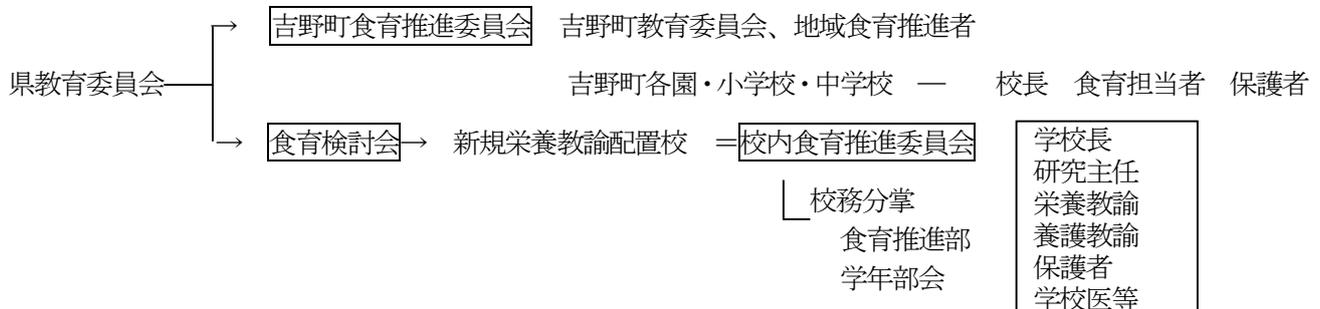


# 栄養教諭を中核とした食育推進事業 事業報告書

都道府県名	奈良県
推進地域名	吉野町 奈良市 天理市 宇陀市

## 事業推進の体制



## 1. 具体的取組等について

### テーマ1 学校における食に関する指導の充実について

平成24年3月に奈良県は、第2期奈良県食育推進計画が策定した。計画の基本目標として「食育により健康な心身をつくり、健康長寿をめざす」を掲げ、「家庭の場を重視した食育の取組の推進」、「将来の健康長寿に向けた子どもへの働きかけの徹底」、「誰もが楽しく容易に実践できる、ライフステージに応じた健康食生活の提案」を基本的な考え方とし取組を進めているところである。

そこで、県教育委員会では、子どもへの働きかけの徹底を図るため、学校での指導者である栄養教諭・学校栄養職員や他の教職員の資質向上を図ることが重要と考え食育推進に向けた研修会を開催した。

#### 【県教育委員会が主催した研修会・講習会の実績】

6月26日 栄養教諭・学校栄養職員講習会 対象栄養教諭・学校栄養職員

「食に関する指導—効果的な掲示資料について—」

奈良市立飛鳥小学校 教諭 山田 小夜子 氏

参加者 90名

小学校、中学校では、食に関する正しい知識を広めるための一つの手法として掲示資料の活用が揚げられる。より効果的な掲示資料を作ることで、子どもたちだけでなく教職員にも興味を持って見てもらい、正しい食の知識理解を進めたいと考え実施した。

7月23日 食育推進研修講座 対象：食育担当者

「学校における効果的な食育の取り組みについて」

近畿大学 農学部 食物栄養学科 助教 明神 千穂 氏

「学校給食を活用した食育について—作って食べよう（調理実習・試食）—」

参加者 32名

講師より、これまでに取り組んだ食育について特に効果的である内容、プレゼンの方法についての講話を交え、参加者による研究協議をもち、各校の取組も交えながらより効果的な内容や手法について検討した。

また、学校での食育の取組にも体験学習をより多く組み入れられることを目的に、参加者が、体験することの楽しさを実感するよう、学校給食を活用した調理実習を行った。

8月8日 食育研修会 対象：学校教育関係者、学校医、学校薬剤師、学校歯科医、保護者等

講演「子どもたちの体力向上に向けた食育について」

高崎健康福祉大学 教授 木村 典代 氏

参加者 255名

奈良県の子供たちは、全国的に見て体力が低位にあることを受け、食育をとおして体力向上を

図ることを目的に開催した。

8月10日 家庭科における食に関する指導研修講座 対象：家庭科教員

講演 「環境に配慮した食生活に関する指導について」

奈良教育大学 教授 大家 千恵子 氏

実習 「環境に配慮した調理実習について—作って食べよう（調理実習・試食）—」

参加者 40名

食料自給率について、また、食事の作り方によるエネルギー使用量など、環境教育の一環としての食に関する指導について多くの資料の基に教授いただいた。

また、学校での食育の取組にも体験学習をより多く組み入れられることを目的に、参加者が、体験することの楽しさを実感するよう調理実習を行った。調理実習のテーマは、環境に配慮した献立「ビビンバ・豆乳を使ったコーンスープ・夏野菜の和え物・杏仁豆腐」を実習した。

8月20日 栄養教諭・学校栄養職員研修会 対象：栄養教諭・学校栄養職員

講演 「フードパートナーシップについて」

～地域で支える食育ネットワークの構築～

奈良教育大学食 教授 鈴木 洋子 氏

実習 「コンピューターの活用」

ホームページ作成について

参加者 40名

第2期奈良県食育推進計画にある新しい取組であるフードパートナーシップ（一般教諭への家庭科教員・栄養教諭等による食育研修の実施）について提案者である本講師により、その内容、効果について教授いただいた。

また、指導の媒体としてコンピューターの活用が進むなか、より効果的な手法について実際にコンピューターを使用し実習した。

9月11日 食育推進管理職研修会 対象：園・学校管理職、市町村教育委員会関係者

講演 「学校における食物アレルギーへの対応」

いたやどクリニック 院長 木村 彰宏 氏

参加者 160名

学校給食における食物アレルギーへの対応は多様化複雑化している現状がある。学校の管理者として、食物アレルギーへの理解を深め、学校における対応を推進するとともに、危機管理体制の整備等について食物アレルギーの機序、具体的な症例を交えた講演を受け、理解を深めることができた。

1月11日 栄養教諭・学校栄養職員研修会

授業力向上にむけた講義

TOSS 講師団 杉谷氏より子どもたちの興味を引く授業方法について実演を交えながら講義を受けた。また、味の素KK食育教材 「だしについての紙芝居」の活用方法についてインストラクターによる指導を受けた。紙芝居をよむ声の使い方や表現方法について実技を交えて学んだ。

参加者の多くから、授業方法について多くのヒントを得たと高評であった。

2月14日 食育担当者研修会

指導者の実技指導力向上を図るため、奈良県の郷土料理の調理実習を行い、郷土料理の由来や体験学習の意義についての研修を行った。また、研究協議では、小学校、中学校、高等学校における土地組について情報交流し、課題等について協議した。核校種間の情報を共有することで、指導する上での問題点などが確認できた。

## 啓発資料の配付

奈良県食育推進計画のなかで、少年期の指標の1つのあげられている「清涼飲料水の当分量を知っている数を増やす」について啓発するために、ポスターを作成し配布した。



## 【食育推進地域：吉野町教育委員会における取組実績】

吉野町において「規則正しい生活習慣の形成に向けた食育の推進」「地域と連携した学校給食を生きた教材として活用した食育の推進」について実践的な取組を行っている。

また、町の農政部局連携し、地域人材活用で「みのりの達人」に取り組み、地域の農産物を学校給食に活用し学校給食の充実を図っている。

学期毎に食育推進委員会の開催し町全体の食育を推進している。

第1回 食育推進委員会 5月11日（金）

内容：規則正しい生活習慣の形成に向けた食育の推進について  
家庭・地域と連携した食育の推進について  
各園・学校における取組について  
今後の取組について  
アンケート調査の実施、栄養教諭による食に関する指導について  
その他

第2回 食育推進委員会 7月12日（木）

内容：各園・学校における1学期の取組状況報告  
夏休み中の取組について：

親子料理教室の開催 8月24日 親子で朝食にあうメニューの実習、試食をおこなった。  
実態調査結果報告

第3回 食育推進委員会 12月14日（金）

内容：各園・学校における2期の取組状況報告 第3回  
第2回目 実態調査結果報告  
1回目、2回目を比較し児童生徒、保護者の意識の変容について検証した。  
次年度の取組について、今年度を継承し実施することを申し合わせた。

## 通年で実施した取組

各学年での栄養教諭による食に関する授業  
地域の小学校、中学校における食に関する指導  
幼稚園における栽培活動  
ゲストティーチャーを交えての栽培活動

11月29日 食育講演会開催：テーマ「子どもの体力向上を目指した食育について」

近畿大学 助教 明神 千穂氏 による講演  
参加者：保護者、教職員等 30名

2月25日 郷土料理をテーマにした体験学習 5年生

柿の葉寿司、茶がゆ、いもぼた、小麦餅

2月末

朝食の重要性を啓発するリーフレットの作成・配布。

吉野町食育委員会では、小学校を中心に取組を進め、町全体の食育について検討してきた。推進委員会で幼稚園、小学校、中学校における取組について情報交流することにより、発達段階に応じた効果的な食育について共有することができた。保護者が参加することにより家庭への啓発につながった。

### 【実践校における実績】

新規採用栄養教諭の支援を行うとともに、各校およびその地域における食育推進を図ることを目的に、新規採用栄養教諭配置校を本事業の実践校として指定し取り組んでいる。

#### 奈良市立済美小学校における取組

1月30日 食育推進講演会・体験学習 対象：5年生児童、教職員

講演「古代の食文化 ―蘇(そ)―について」

体験学習「明日香時代の味―蘇(そ)―を味わおう」

指導者 佐保短期大学 教授

1月24日 食育推進委員会 保護者・教職員

講話「子どもたちの朝食について考えよう」

栄養教諭

調理実習「簡単でおいしい朝食メニュー」

指導者 管理栄養士 中川 昌代 氏

#### 天理市立前栽小学校における取組

幼稚園における家庭教育学級の実施

開催日：平成24年11月7日(水)

場所：天理市立前栽幼稚園

対象：幼稚園の保護者

内容：演題「幼児期の食習慣と心身の成長」

講師 栄養士 石沢 春子 氏

朝ごはんの大切さに始まり、塩分や糖分の減らし方、カルシウムやビタミンの重要性、インスタント食品の食べ方の注意点などまで、どのようなことに気をつけたらよいのかを具体的にわかりやすくお話いただき、実用的な内容の講演となった。

保護者の感想：「苦手なものを食べられるようにするための工夫がわかった」「子どもだけではなく自分たちの食習慣の参考にもなった」「食べることの大切さを改めて感じ、見直してみようと思う」等の感想が寄せられた。これからの食生活において、少しでも実践していくためのヒントを見つける機会になった。

1月30日(水)

対象：全学年の保護者

内容：演題「成長期の食習慣と心身の成長」

調理実習「子どもと一緒に作れる料理」

講師 栄養士 石沢 春子 氏

実習献立…とうふ団子・青菜とバナナのパンケーキ・ミルクいろいろ

参加者…22名

おやつは「間食」であり、栄養面を考えるとイモや野菜などを使ったものが望ましく、袋菓子などばかりにならないようにする必要性を教えていただいた。また、一日の生活リズムを整えるために朝食が果たしている役割の大きさや摂取しにくい野菜をたくさん食べるためのコツなどもわかりやすい具体例を交えながらお話いただいた。

保護者の感想「とても簡単なので家庭でも子どもと一緒に作ることができそうです」「子どもの苦手なものもおやつにして食べさせたいと思います」「市販のお菓子ばかりでなく、野菜などを使った手作りのおやつにする大切さがわかりました」などの感想が寄せられた。食への興味・関心を高め、家庭における食育の実践に結びつけてもらいやすい取り組みとなり、よかった。

## 宇陀市立榛原小学校における取組

- 7月23日 校内食育推進研修会 対象：教職員  
講演 「学校における食育の重要性について」  
管理栄養士 窪田 匡永 氏
- 10月16日 食育授業 対象：4年生児童  
授業 「おやつを食べ方について」  
栄養教諭  
ゲストティーチャーを活用した体験学習の充実  
体験学習 「季節にちなんだ行事食」 対象：4年生児童  
指導者 管理栄養士 窪田 匡永 氏



6年生 「3・2・1弁当箱法」  
講師：奈良女子大学 西尾 素子 氏

6年生はすでに家庭科で1食分の食事の献立をたて、実際にその料理作りにも取り組んでいる。本校の子どもたちは中学校でも給食を食べてくれるが、中学生になったら自分でお弁当を作れるようにということで西尾先生に来て授業をしていただいた。子どもたちは、家庭科の時間に一度お弁当作りをしたことを振り返りながら弁当箱法について学ぶことができた。

主食・主菜・副菜を3：1：2の割合でつめるとバランスのよいお弁当ができること、だいたい700mlのお弁当箱を選べばいいことを教えていただき、弁当箱法を使って自分のお弁当を考えた。

### 【児童の感想】

「今日お弁当の話聞いて、自分で作ってみたいくなりました。将来お弁当を作る時に役に立つと思いました。」

「お母さんにも弁当箱法を教えてあげたいです。」

「主菜より副菜を多くすることにびっくりした。逆かなと思った。」

授業の効果：児童の多くはメインのおかず（主菜）を多く食べるというイメージを持っているが、実は野菜を中心とした副菜が大切ということを知り、今後の食生活に生かそうという意欲が感じられた。

### 【学校給食の充実推進を図る取組実績】

学校給食の今日的課題でもある「学校給食の食物アレルギーへの対応」について調理従事者の理解を深め、学校給食の充実を図ることを目的に、夏期休業中に学校給食の担い手である県内の学校給食従事者対象に食物アレルギーについての講話と食物アレルギーに対応した献立の調理実習を行った。

講師にベジタブルマイスター協会より講師を招き、食物アレルギーについての講演と7つのアレルゲンを除いた学校給食の調理実習を実施した。

### 【奈良県学校給食調理従事員研修会の様子】





**実習献立：**高野豆腐と茹で大豆を使ったビビンバ・豆乳とクリームコーン缶詰めを使った中華風コーンスープ  
じゃがいものサラダ、マスタード風味・サイダーゼリー

実習献立は、乳・卵・小麦・落花生・そば・かに・えびのアレル源を除いた食材で誰もが食べられる学校給食を実践できるメニュー提案になった。コンソメなどの食材もアレルギーフリーのものがあると講師から紹介された。参加者からアレルギーは、除去食が大変だが、みんなが同じ給食が食べられるように工夫されていてよかった。と多くの感想を得ることができた。

## テーマ2 学校と家庭、地域との連携による食に関する指導の充実について

奈良県教育委員会では、県内の教育活動を広く多くの住民に広報し、理解を深めてもらうことを目的に、「わくわくまなびフェスタ」を実施している。

昨年度に引き続き、その中で学校給食に携わる栄養士で構成されている「奈良県学校給食栄養研究会」とともに、食育を広報するとともに、その重要性や楽しさを体験してもらうため、体験型の食育ブースを企画、運営した。会場には、栄養教諭・学校栄養職員が作成したパネルなどを掲示し、来場者に楽しい雰囲気を味わってもらうよう工夫した。

当日は、大勢の来場者があり、小さな子どもから保護者まで積極的に各ゲームを体験し、食育の楽しさを感じてもらうことができた。

また、今年度は、簡単に成果物ができ、試食可能なように、「生クリーム」と「牛乳」を使ったバター作りを計画した。

当日は、日本乳業協会の協力を得て、調理実習室において親子で「バター作り体験」を実施した。小さな子どもの参加者も多かったが、自分でしっかりバター作りの容器を振って、上手にバターを作ることができた。クラッカーに付けて試食ができたので、満足感をもって終えることができた。

全体として、食育ブースでは、子どもの参加者が550名で保護者を含めると1000名を超える参加者を得ることができた。各コーナーとも充実しており、成功裏に終えることができた。

毎年定期的このようなイベントを行うことで参加者は、昨年度の来場者も多く、より食育の定着が図られるように思う。また、内容についてもより効果的な内容を検討し今後も取り組んでいきたい。

### 【わくわくまなびフェスタ：食育体験ゲームコーナーの取組実績】

【壁面飾り付け】

【季節の掲示物パネル】



【食べものパズルゲーム】



【食べものつりゲーム】



【まめつかみ体験ゲーム】



【おやつ選び体験】



【食べもの博士認定書授与】



体験ゲームを4つ終わった子どもたちには、認定証と参加賞（食べものミニチュア消しゴム）を手渡した。  
保護者とともに楽しく取り組むことができるので子どもたちも満足そうで、何度も繰り返し、チャレンジする子どももいた。

【調理実習室でのバター作り体験の様子】

【牛乳についての講話】



【バター作り体験の様子】



【できあがったバター】



### テーマ3 学校における食に関する指導の効果的な情報発信の方策について

小学校、中学校では、食に関する正しい知識を広めるための一つの手法として掲示資料の活用が欠かせない。そこで、テーマ1であげたように 栄養教諭・学校栄養職員講習会で講師より「食に関する指導—効果的な掲示資料について—」講義を受け、実際に色紙を使って、色の組み合わせによる効果や、奈良らしさを出す古代色についても紹介していただき、色の組み合わせや立体的な文字の作り方など、効果的な掲示物の作成方法を学んだ。

視覚に訴える効果的な掲示資料は、子どもたちだけでなく教職員にも興味を引き、正しい食の知識の理解を促進できると考える。

そこで、この講習会で学んだことを生かし、実際の食育パネルの作成に取り組むために、1月に開催した研修会でも演習を組み入れ、栄養教諭・学校栄養職員が協力しパネル作成に当たった。この成果物については、学校における食育や学校給食などへの理解を多くの人に広げるため、今後の啓発活動に広く活用していく。

#### 【栄養教諭・学校栄養職員が作成した掲示用パネルの一例】



パネルには、季節感を感じさせる掲示物や食べものクイズを組み入れたり、テーマに沿った内容のコメントを入れたりしながら、子どもたちの食について興味関心を高め、の正しい知識理解を図っているものがある。

## テーマ1～3に共通する具体的計画

### アンケートによる実態把握

- ・各園・校における食育の取組状況を把握するため、実態調査を行う。
- ・子どもたちの食に関する実態の変容について実態把握を行う。各地域各学校で行う。

### 保護者、児童生徒への啓発

- ・朝食の重要性について啓発し、朝食内容の充実を図る。
- ・地域のゲストティーチャーを活用し、地域連携を図る。

### 栄養教諭の資質向上

- ・食育の中核を担う栄養教諭に実践力、コーディネーター力を育成するために、学校訪問等を行い研修の機会を持った。

## 数字で変化のあった事項について

### 食育推進実態調査結果 (H23と24年度の比較)

年度	小学校23 (206校)	小学校24 (205校)	中学校23 (108校)	中学校24 (105校)	高等学校23 (33校)	高等学校24 (33校)
委員会の開催	130	160	52	61	24	26
教職員研修	43	58	6	11	6	1
実態調査	104	118	43	50	25	26
栽培活動	181	193	47	57	HR17	HR20
体験学習	68	67	25	11	啓発資料22	啓発資料25
食育月間	128	153	53	52	12	16
授業参観	66	71	4	10	保護者研修会 5	保護者研修会 5
お弁当の日	17	21	6	10	3	2

平成23年度と平成24年度の調査結果を比較すると、全体的に取組状況が良くなっている。また、小学校では取組内容が定着しているように見えるが、中学校高等学校を見ると実施率が減少している項目もあるため、なお一層、計画的、継続的に実施するよう働きかける必要を感じた。

## 事業全体を通じて、特に効果のあった方策等について

- ・県の食育推進計画で「子どもたちへの働きかけの徹底」が基本的な考え方にあげられたため、学校での食育の取組を推進していこうという意識が高まっている。そのため、食育研修会、講習会への参加者が増してきている。
- ・保護者対象の講演会や親子料理教室を実施することにより、家庭への意識の高揚が図られている。特に親子料理教室の希望が多く、学校では回数を増やすなど工夫が必要。参加できなかった家庭へは、レシピの配布など情報発信をしている。
- ・ゲストティーチャーの活用で実践校では、体験学習を積極的に取り入れており、子どもたちは楽しく食育に取り組んでいる。また、地域連携が図られ、協力体制が強化されつつある。

## 今後の課題(今回の事業により新たに見えた課題など)

- ・学校での食育の取組を推進していこうという意識が高まっている。一方では、指導時間の確保が難しく、なかなか食に関する指導計画が十分に実施できないところがある。教科との連携、教科目標に応じた内容など検討し、教科時間に組み入れた効果的な指導方法の検討が必要と考える。
- ・栄養教諭が配置された学校やその地域では食育の取組は充実し、教職員や保護者、地域住民の理解が深まってきた。しかし、すべての学校でより推進していくためには市町村教育委員会担当者や学校長の理解が不可欠である。市町村教育委員会担当者や管理職対象の研修会等を充実させ理解を求めていきたい。
- ・学校における食育を推進するには、新規採用栄養教諭の資質向上だけでなく、学校における共通理解を図る必要がある。特に中学校の学校給食未実施の学校における取組がなかなか進まない。中学校の学習指導要領にも食育の推進が明記されたことを受け、充実を図る方策の検討が必要である。