

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	岩手県
推進地域名	宮古市田老地区

1 事業推進の体制

実践中心校	宮古市立田老第一小学校・宮古市立田老第一中学校・県立宮古北高等学校
協力校	宮古市内の小学校・中学校・高等学校
関係機関	宮古市学校田老給食センター

2 各都道府県教育委員会の取組

(1) 食育の方針（取組内容）

同地域は、東日本大震災津波により被害を受け、児童生徒の多くが仮設住宅からスクールバス等で通学するなど、震災前と比べて生活環境に大きな変化が生じた地域である。
本事業では、生活環境の変化に対応しながら、健やかに生きるための基礎を培うことをねらって、食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身に付けさせるための食育を、小、中、高等学校を通じて行う。

(2) 実践推進地域への指導・支援内容等

学識経験者や県の保健担当等で「食育専門委員会」を組織し、宮古市内全小中学校及び高等学校に実施する「食育の推進に関する生活習慣アンケート」項目の検討や助言を行った。また、その結果と県のお他機関で行った全県アンケート（希望校）結果から、健康課題の原因を分析し、今後の本県の食育の方向性として「学校における食育の重要な視点」を開発し、実践推進地域へ提供した。

3 具体的な取組等について

テーマ1	被災地における児童生徒が、望ましい食習慣を身に付けるため、小学校、中学校、高等学校を通じた食に関する指導の充実を図るための方策。
評価指標	①栄養バランスのとれた朝食内容 ②おやつの内容と一日の摂取回数 ③家庭での地場産物（魚類、海藻類）の取り入れ回数
効果	<ul style="list-style-type: none">小中高3校種で、横の連携を意識した「食に関する指導の全体計画」を作成することができた。栄養教諭ばかりではなく、3校種の食育担当者が話し合い、既存の食に関する指導の全体計画の再検討ができたことは、効果的な学校における食育の取組と各校教職員の意識高揚につながった。これまで各校ごとに行っていた学校における食育の取組を、小中高合同で取り組む中で、食育はつながっていくもの、また、食育は地域全体として取り組むものという意識付けに有効であった。委員会などの集会活動を通して、児童生徒が自分の食生活に足りない部分に気付くことができた。児童生徒の気づきを通して、保護者も同様に、食に対する意識が高まり、魚や海藻類を食べることの有効性が分かる感想が増えた。特に、取組後のアンケート結果からは、小中学校の保護者において、「食生活で栄養バランスに気を付けている」割合が増え（各校平均4.8%増加）、家庭の食に対する意識の変化がみられた。さらに、高校生で

は、「普段から気を付けていることがある」生徒が 7.8%増加、特に「朝食摂取に気を付けている」生徒が 7.5%増加し、高校生の望ましい食習慣の形成に大きくつながり、食に関する指導の効果があらわれた。

- ・田老地区の3校種が共通のねらいをもって取り組むことで、地域の食に関する意識を高めることにもつながった。東日本大震災津波により大きな被害を受けた田老地区であるが、今回の取組を通して、あらためて「食べることは生きること」を共通の認識として再確認できた。

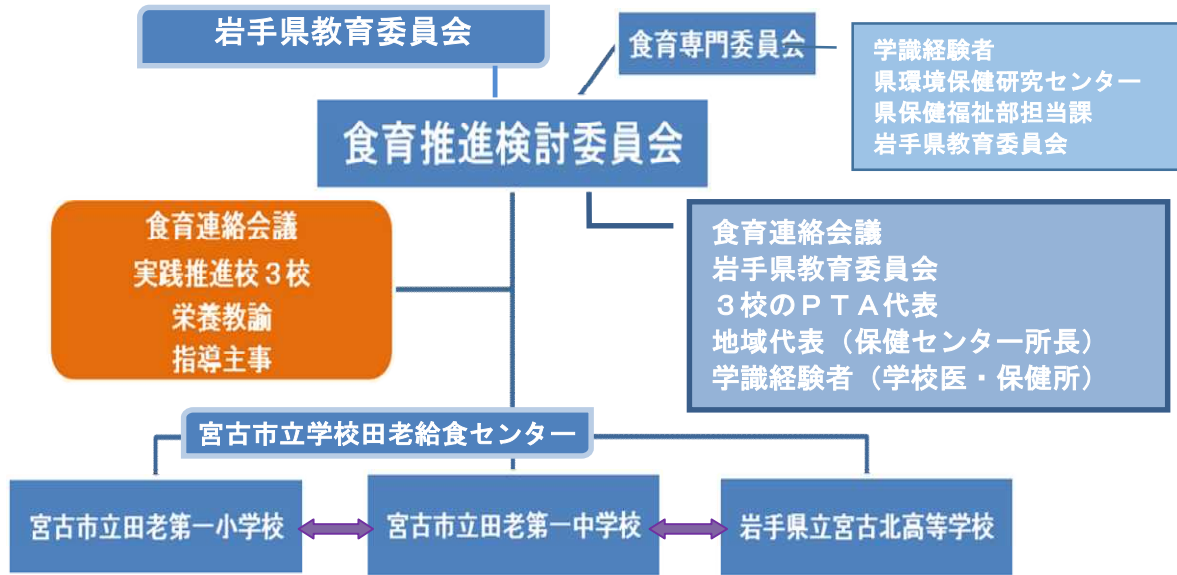
(取組状況)

① 組織体制の整備

食育専門委員会と食育推進検討委員会の設置及び連絡調整会議を開催した。食育専門委員会は、学識経験者、県担当課等で組織し、事業内容の検討や助言、今後の学校における食育の方向性の検討を行った。

また、食育推進検討委員会は、実践中心校の校長・担当者・PTA代表、田老保健センター所長、田老給食センター所長、宮古市教育委員会、岩手県教育委員会の19名で組織し、事業内容の検討、進捗状況の確認等を行った。

さらに、実践推進校の担当者と宮古市教育委員会による連絡調整会議を開催し、3校合同で取り組む具体的な内容について協議した。

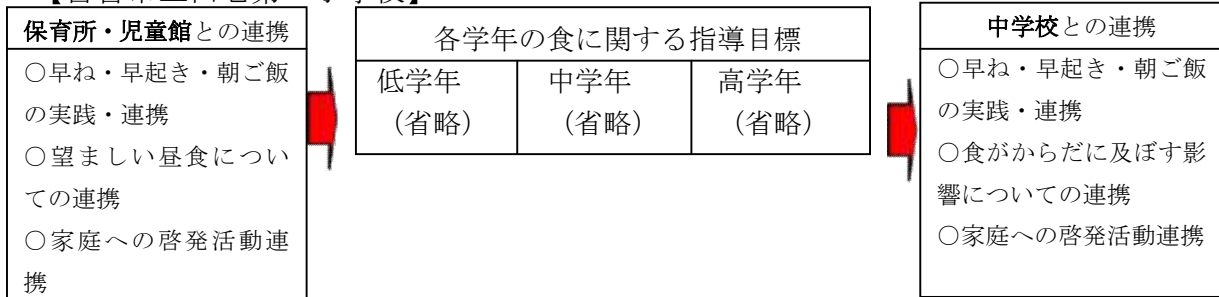


② 食に関する指導の全体計画の見直しと作成

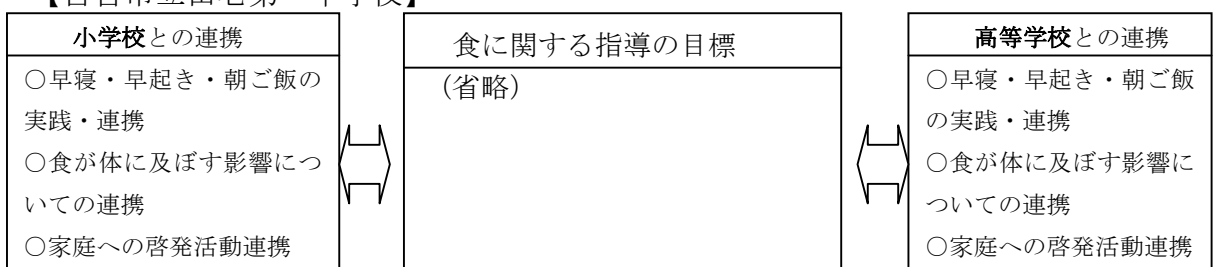
実践推進校の食に関する指導の全体計画を持ち寄り、各校で共通している内容を確認するとともに、校種間の連携を図るための手だてを盛り込んだ。

(以下、推進校の「食に関する指導の全体計画」一部抜粋)

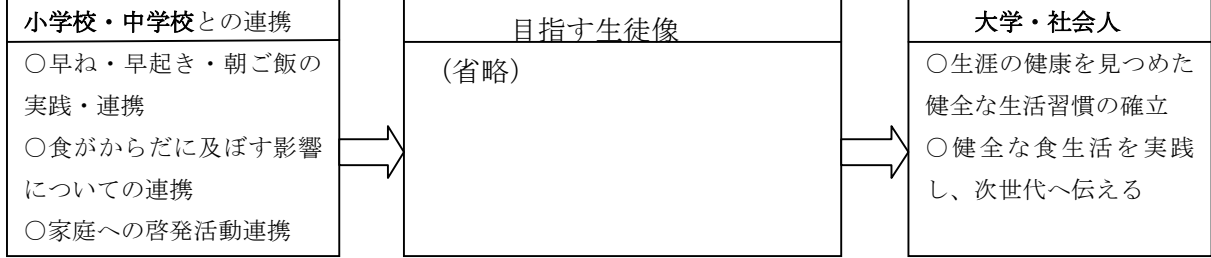
【宮古市立田老第一小学校】



【宮古市立田老第一中学校】



【**県立宮古北高等学校**】



③ **実践推進校3校による共通の取組Ⅰ**

「**田老地区しっかり朝ごはんキャンペーン**」の実施

期 間：12月第1週～第2週

対 象：実践推進校の児童・生徒及び保護者

ねらい：朝食摂取を基本とした生活リズムの向上と朝食に対する意識啓発。小中高が同じ時期に取り組み、地域と学校が連携することにより、地域全体としての食に関する意識の向上をねらう。

内 容：取組表を児童生徒に配布し、1週間記録をする。

- ・朝、主食と副食を食べたか？（子どもと保護者に対して）
- ・魚や海藻を食べたか？（子どもと保護者に対して）
- ・取組後の感想記述。（子どもと記述に協力できる保護者に対して）

④ **実践推進校3校による共通の取組Ⅱ**

「給食の時間等における食に関する指導」と「校内掲示による食に関する知識の啓発」

期 間：11月、12月、1月の19日（食育の日）

対 象：実践推進校の児童生徒

ねらい：実践推進校3校共通の内容で食に関する指導を実施し、食に関する知識と関心を高める。

内 容：給食の時間や短学活などに校内放送を活用し、食に関する指導を行う。指導内容は、当該月の給食の魚・海藻料理を取り上げ、魚・海藻類の良さ等について指導。

【3校合同の掲示物の例】

【**県立宮古北高等学校保健委員会**作成の掲示物の例】

⑤ **実践推進校3校による共通の取組Ⅲ**

「**食育講演会**」の実施

対 象：実践推進校の教職員、保護者、
田老第一小学校5・6学年

講 師：宮古市学校保健会 会長 豊島 喜美子 氏

演 題：「よりよく食べること よりよく生きること」

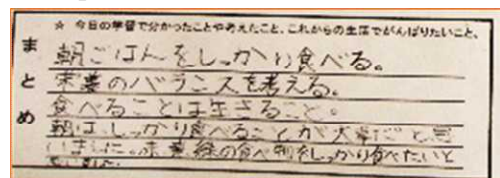
食べるのが
ダイエット



⑥ **実践推進校（宮古市立田老第一小学校）の取組Ⅰ**

【食に関する指導の実際】

○第6学年 学級活動「**健康な食生活を考えよう**」（T・T方式）



○地域の食生活改善推進員が講師の調理実習

対象：第6学年

内容：地場産品を使用した、自分で作れる朝ごはんの調理実習

○保健集会の実施

対象：児童・保護者

内容：保健劇「おやつのととり方」、縦割り班対抗雑巾がけレース等

⑦実践推進校（宮古市立田老第一中学校）の取組Ⅱ

【食に関する指導の実際】

○第2学年 家庭科「パワーアップ朝食について考えよう」（T・T方式）

【栄養満点の食事に挑戦】

1 できた作品の写真か図



～生徒の感想～
難しかったかと思っただけ
ど、やってみたら簡単だった
し、見た目も味も良かった。

～家族の感想～
作り方はまだまだですが、
栄養のバランスを考えたメニ
ューだったと思います。これ
からも、「食」について考えた
り作ったりして欲しいです。

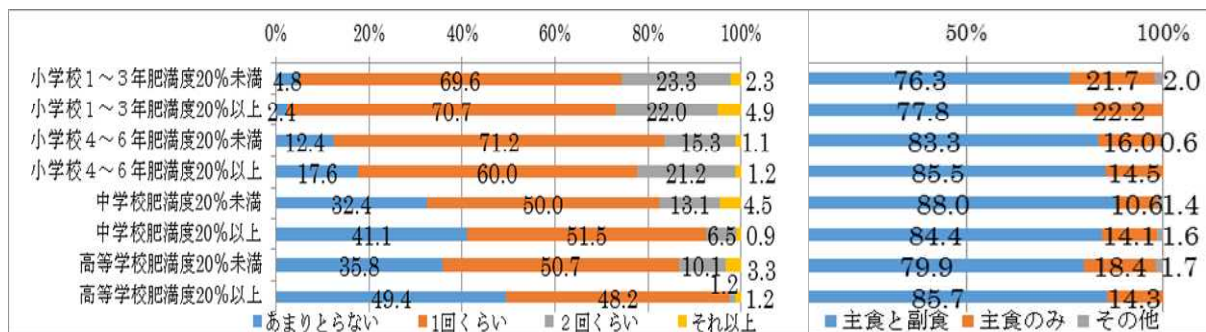


⑧ 食育専門委員会の取組

【宮古市内のアンケートおよび県実施全県アンケート結果の分析】

◇1日のおやつ回数（男子）

◇朝食内容（女子）



（アンケート結果から一部抜粋）

今回の分析からみえた本県の傾向

- 肥満度 20%未満の方が、食生活について気をつけていることがあると答えている
- 肥満度 20%未満の方が、週当たりの朝食摂取回数が多い
- 肥満度 20%未満の方が、運動をしている頻度が多く、通学方法は徒歩・自転車が多い
- 肥満度 20%未満の方が、十分な睡眠時間をとっている
- 肥満度 20%未満の方が、悩みを相談できる相手がいる
- 肥満度 20%未満の方が、おやつをとる回数が多い（量・内容・時間・食事との関係は不明）

【学校における食育の重要な視点の検討】

アンケート結果を体格とクロスさせて分析し、評価指標の3項目を含め、特に本県として取り組むべき今後の重要な視点として、下記の4項目を導き出した。

<今後の学校における食育の重要な視点>

- ①栄養バランスのよい朝食を毎日とる必要性を理解させる
- ②望ましいおやつのととり方を理解させる（おやつ適切な量の理解等）
- ③自分の適切な食事量の把握をさせる（中学生・高校生）
- ④家庭に対する計画的な食に関する情報の提供

※なお、特に肥満傾向の改善を図るには、食育のみならず、適切な運動の実施、早寝早起きなど適切な生活リズムの確立が必要であることから、関連教科等との連携を図り、学校全体で取り組む必要があります。

4 事業全体を通じて、特に効果のあった方策等について

○小中高の連携を意識した「食に関する指導の全体計画」の整備と食に関する指導の実施

事業の評価指標である「①栄養バランスのとれた朝食内容」「②おやつの内容と一日の摂取回数」「③家庭での地場産物（魚類、海藻類）の取り入れ回数」を共通の指導内容として計画的に連携して取り組んだことで、児童生徒ばかりではなく、**地域全体として食に関する意識が高まり、地域全体として「食べることは生きること」を共通認識**することにつながった。

①については、「主食と副食の整った朝食」の割合が、小中高の平均値で1回目は86.9%、2回目は81.4%、②の「おやつの日1日の摂取回数が1回以下の児童生徒の割合」が、同78.7%、81.0%、③の「魚類の1週間の取り入れ回数2～3回以上」が、同85.2%、83.4%、「海藻類の1週間の取り入れ回数2～3回以上」が、同63.2%、63.7%であった。

1回目と2回目のアンケートの期間が短かったことや季節が違うことから、顕著な改善等の変化は見られなかったが、食に対する意識が高まり、魚や海藻類を食べようとする声掛けや魚や海藻類を食べることの有効性を理解している内容の感想が増えた。

また、小、中学校の保護者において、「食生活で栄養バランスに気を付けている」割合が増え（各校平均4.8%増加）、家庭も巻き込んで食に対する意識の変化がみられた。

さらに、高校生においては、「普段から気を付けていることがある」生徒が7.8%増加、特に「朝食摂取に気を付けている」生徒が7.5%増加し、今回の事業が高校生の食に関する意識向上に大きくつながった。

○学識経験者を交えた食育専門委員会の分析による「本県の学校における食育の重要な視点」の提示

詳しい分析に基づいた今後の学校における食育の重要な視点が提示されたことで、栄養教諭等が今後取り組むべき方向性がみえた。

5 各都道府県教育委員会における事業成果の活用について

- ・成果物配布による県内各小・中・高等学校への周知
- ・県HPによる県内への周知
- ・栄養教諭等を対象にした研修会で実践例として活用及び「今後の学校における食育の重要な視点」の周知と活用

6 今後の課題（今回の事業により新たに見えた課題など）

- ・小中高一貫性のある食に関する指導の組織的な取組の継続のため、今回作成した食に関する指導の全体計画を基に継続推進していく。
- ・協力を得ることが難しい家庭との連携の在り方については、教職員間の連携や地域との連携を図り関わっていく。