

平成26年度 スーパー食育スクール事業 事業結果報告書

| | |
|---------------|---|
| 都道府県名 | 奈良県 |
| 学校名 | 治道小学校 |
| 学校のホームページアドレス | http://yamatokoriyama-es.mimoza.jp/harumiti/ |

1 取組テーマ

「食と健康」～心と体の健康は充実した食から～

2 栄養教諭の配置状況

| | | |
|-----------------|-------|----|
| 栄養教諭配置年及び人数 | 平成26年 | 1人 |
| 配置されていない場合の対応状況 | | |

3 推進委員会の構成

| | | |
|-----|-------|---------------------|
| 委員長 | 沼田 守弘 | 奈良県教育委員会事務局保健体育課 課長 |
| 委員 | 松本 範子 | 天理大学体育学部 准教授 |
| 委員 | 松原 義文 | 大和郡山市教育委員会学校教育課 課長 |
| 委員 | 奥村 雅彦 | 大和郡山市学校給食事務所 所長 |
| 委員 | 堀江 道夫 | 大和郡山市立治道小学校 校長 |
| 委員 | 瀧水 潤一 | 奈良県学校給食指導研究会 会長 |
| 委員 | 竹内 智子 | 奈良県学校給食栄養研究会 会長 |
| 委員 | 浦辻 利宏 | (公財)奈良県学校給食会 事務局長 |
| 委員 | 乾 新弥 | 奈良県農林部マーケティング課 課長 |

4 連携機関及び連携内容

| 連携機関名 | 連携内容 |
|--------------|--------------------|
| 天理大学（体育学部） | データ分析における指導助言、授業支援 |
| 奈良県学校給食栄養研究会 | 事業内容検討 |
| 奈良県学校給食指導研究会 | 事業内容検討 |
| 大和郡山市農業水産課 | 学校給食地場産物の推進 |
| 大和郡山市農業振興協議会 | 資料提供、ゲストティーチャー派遣 |

5 実践内容

| |
|--|
| 事業目標 |
| <体の健康> ○バランスの良い朝食を毎日食べる習慣を身につける。 ○調査で得られた自分の健康情報から、体力の向上及び生活習慣の改善を図り、健康の自己管理能力を高める。 |
| <心の健康> |

- 「食」をとおして感謝の気持ちを育み、自他の命を大切にしようとする心の育成を図る。
また、数値化された結果等を保護者に示し関心を高めることで、家庭を巻き込んだ食育の展開を行う。

評価指標

<体の健康>

- 朝食喫食の割合100%
- 主食・主菜・副菜を含めバランスの良い朝食を食べる児童の増加
- 残さず食べようとする意識の向上
- 意識して体を動かそうとする児童の増加

<心の健康>

- 「いただきます」の意味を理解し、感謝して食べることができる児童の割合の増加

評価方法

児童・家庭を対象とした食育に関わる意識及び実態調査(健康調査含む)を行い、本実践の成果を総合的に検証する。なお、評価・検証にかかわっては、天理大学の指導助言を受けながら行う。

<体の健康>

食生活実態調査、食事に関するアンケート、すくすく「はるみちっ子」カルテ、体力測定活動量、体組成、骨密度による分析

<心の健康>

感想文や感謝の手紙、すくすく「はるみちっ子」カルテの残量調査と感想



評価指標を向上させるための仮説(道筋)

<体の健康>

- 朝食についての食育授業や親子料理教室を実施することで、朝食の大切さを理解しバランスの良い朝食を食べる割合の増加を目指す。
- 食育授業や掲示資料、すくすく「はるみちっ子」カルテに児童が給食の摂取状況や振り返りを記入することによって、食事の栄養バランスについての意識の変容がみられ残食率が減少する。また、活動量計を用いたりスポーツ選手と交流したりすることで、活動量を意識しながら運動することの定着を目指す。

<心の健康>

- 栽培活動や酪農体験、生産者との交流を行うことにより、食と「いのち」の大切さを結び付け、感謝の気持ちを持って食事をする成果が見られるようになる。



実践内容

家庭・地域等、関係機関と連携し、少人数の特長や地域の特性を活かした取り組みを実施した。具体的には、全児童に活動量計を配付し体組成測定を行い、自分の体の情報を見ることで、個別の指導につなげた。また、学校給食を始め保護者や地域を巻き込んだ食に関わる体験をとおして感謝の心を育み、生涯にわたって健康な体を維持する自己管理能力の育成を目指すことを目標に取り組んだ。

①**体の健康** 健康の自己管理能力：心身の健康・食品を選択する能力をつける。

<バランスのよい朝食を食べる取組>

- 食に関する指導「栄養満点の朝食を食べよう」

【対象】全児童 【指導者】学級担任・栄養教諭

【内容】各学年の実態や発達段階に応じた内容で、朝食の大切さやバランスの良い朝食の工夫などの指導を行った。また、2年生は日曜参観にTT形式で授業を行い、保護者と共

に学習する機会をもった。

○レシピ集作成「朝ごはんステップアップ大作戦！」

【対象】全家庭 【指導者】栄養教諭

【内容】家庭にも朝食の大切さを知らせるため、朝ごはんレシピ等をまとめた冊子を作成し配布した。



○親子料理教室「地産野菜を使ったかんたん朝ごはん」

【対象】児童とその保護者

【指導者】講師 管理栄養士、栄養教諭、
給食センター栄養士

【内容】夏期休業中、大和郡山産の野菜を使った朝ごはんの調理実習を実施した。その後、朝食の体にもたらす効果等の講話を行った。



○朝食の掲示資料・食育だよりの作成

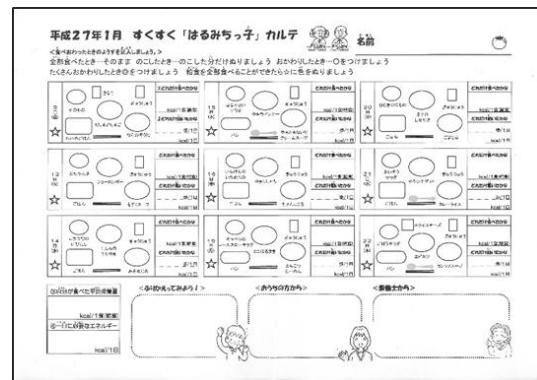
＜残さず食べる取組＞

○すくすく「はるみちっ子」カルテ

【対象】全児童 【指導者】栄養教諭

【内容】児童が毎日カルテに給食喫食状況を記入し、月末には振り返りも記入する。栄養教諭が摂取カロリーや歩数・コメントを追記し、保護者は感想や子どもへのメッセージを記入した。子どもの健康情報を、学校・家庭で共有し連携を図った。

7ヶ月実施



＜意識して体を動かす取組＞

○スポーツ選手との交流学习

【対象】全児童 【指導者】奈良クラブ(サッカー)選手

【内容】プロのスポーツ選手から食の体験談を聞き、一緒に給食を食べた。その後昼休みは全児童、5時間目は5・6年が選手と一緒にサッカーをして体を動かし、食事と運動について考えた。



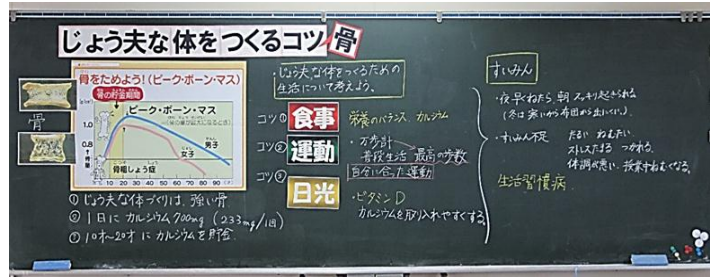
○食に関する指導「丈夫な体をつくるコツ(骨)」

【対象】5年生・6年生児童 【指導者】学級担任・栄養教諭

【内容】骨密度測定の結果から自分の骨の状態を確認し、どのような生活習慣をすれば骨量が増えるのかを、給食のカルシウム量や宇宙飛行士の写真などを参考にして考えた。



市内公開授業の実施



○株タニタ出前授業

【対象】全児童 【指導者】株タニタ開発部職員

【内容】毎日装着している活動量計や、毎月測定している体組成の数値の意味を理解するため実施し、運動の大切さについて学習した。

○食育講演会「活動量計での測定を活かした健康づくり」

【対象】保護者 【指導者】株タニタ開発部職員

【内容】本事業の大きな柱として、食育の推進を保護者と共に進める学校保健・食育推進委員会で講演会を実施した。

○自分の体を知るための調査

【対象】全児童

【内容】

| | |
|----------------------|-----------------|
| ・体力測定 | 2回実施（全学年） |
| ・骨密度測定 | 2回実施（5年生及び6年生） |
| ・活動量、体組成測定 | 4ヶ月間実施（全学年） |
| ・食生活実態調査・食事に関するアンケート | 2回実施（全学年及び全保護者） |



実態に即した改善、習慣化を図った



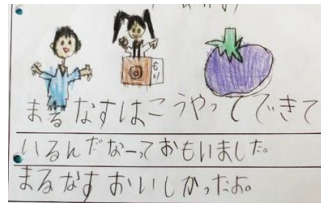
②心の健康：感謝の心・食事の重要性・社会性を養う

<感謝して食べる取組>

○生産者との交流学习

【対象】1年生・3年生児童 【指導者】学校給食用野菜の生産者

【内容】学校給食用野菜の生産者から、作っている野菜の特徴や苦労話等を聞き、その後一緒に給食を食べた。食生活は多くの人々の苦労や努力に支えられていることを学んだ。



○作って食べる学習

【対象】全児童 【指導者】学級担任・栄養教諭

【内容】学級菜園で栽培し収穫した野菜を使って調理実習を行った。

○校外体験学習「ラッテたかまつ」

【対象】全児童（全校縦割り班活動）【指導者】酪農家

【内容】酪農体験を心の育成に繋げるために、道徳教材「きみの家にも牛がいる」を活用した

事前指導をおこない、酪農教育ファーム認証農家で、酪農家の思いを聴き、仕事の様子を見学した。乳しぼり体験では、しぼりたての牛乳の温かさから命の大切さを実感することができた。



○「子どもおさかな料理教室」

【対象】5年生 【指導者】奈良県中央卸売市場の方

【内容】奈良県魚食普及協議会後援の「子どもおさかな料理教室」で、鮭とイカのさばき方を学んだ。その後保護者と共にイカをさばき、魚を使った調理に取り組んだ。



○「和食の達人に学ぶ調理実習」

【対象】6年生 【指導者】市内の和食料理人

【内容】日本の伝統的な食事の良さを子どもたちに理解させるため、和食の達人を講師に招き、和食の基本である「だし」について学び、「だし」を使った5品目の調理実習を行った。

<その他の取組>

○茶道体験

【対象】全児童 【指導者】児童の保護者等

○餅つき

【対象】全児童・こども園園児 【指導者】地域の方

○委員会の活動

【対象】全児童 【指導者】各委員会の担当教員

【内容】図書・掲示委員会…食育関の本の紹介（掲示物作成）

放送・集会委員会…食育ゲームの企画（箸を使った豆つかみゲーム等）

健康委員会…「元気に外遊び」と題して、昼休みの集団遊びの企画

給食委員会…正しい配膳や地産地消をテーマに、クイズやポスター作り

○学校給食の充実「まるごと大和郡山給食」「地産たっぷり給食」

【対象】全児童

【内容】食育月間及び学校給食週間に、大和郡山市で作られた食材を多く取り入れた給食献立の実施 啓発資料の作成・給食時間のミニ指導

6 成果

<数字で変化のあった事項について>

| 指 標 | 6 月 | 1 1 月 |
|------------------------------|----------------|----------------|
| 毎日、朝食を食べている児童の割合 | 87.9% | 93.9% |
| 朝食に野菜を食べる児童の人数 | 20人 | 33人 |
| 週3回以上、体育以外に運動(外遊び含む)をする児童の割合 | 64.1% | 74.6% |
| 「いただきます」の挨拶をいつもする児童の割合 | 64.6% | 67.7% |
| 地場産物を知っている児童の割合 | 62.7% | 82.1% |
| 学校給食の地場産食品(大和郡山産)の使用品目 | (25年度) 21品目 | (26年度) 28品目 |

<特に効果のあった方策等について>

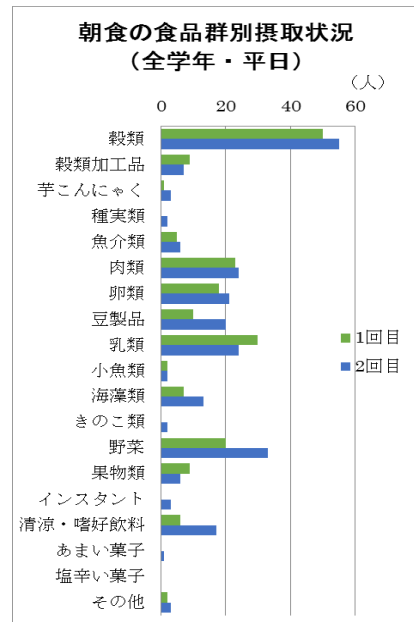
○朝食を食べている児童の割合が増加した。

また、朝食に野菜を食べる児童の数が約1.5倍になった。児童や保護者が朝食の大切さだけでなく、内容や栄養のバランスについても意識するようになった成果だと考える。

○活動量計を装着することで、外遊び等で体を動かす児童の割合が約10%増加した。児童が、「食と運動との関係」の大切さを少しずつ理解してきた結果だと考える。

○地元生産者の方との交流や、給食時間に「大和郡山の日」を紹介する取り組み等により、地場産物を認識する児童の割合が大変高くなった。

○ラッテたかまつへの「いのちの学習」等の取り組みにより、「いただきます」の挨拶をする児童の割合も高くなった。



7 スーパー食育スクール事業の取組状況の情報発信

○保護者に対し、「校長だより」や「食育だより」で情報を発信した。

○学校のホームページで取組状況について情報を発信した。

○報道関係者に資料を提供し、地域のテレビや新聞、県・市のホームページで広く情報を発信。

○市内の学校に対し、公開授業及び研究協議をとおして情報を発信した。

○県内の学校に対し、中間報告会及び最終の報告会を実施。また、報告書を配布した。

8 今後の課題

○スーパー食育スクール事業は単年度の事業のため、成果のあった項目をどのように継続・発展させていくかが一番の課題である。

○活動量計の装着により、活動量計の記録が増える楽しみも含めて体を動かす児童が増えてきたが、活動量計を装着しなくなることで体を動かす児童が減少しないか心配である。活動量計の装着の有無にかかわらず外遊びの奨励を図る必要がある。

○朝食に野菜を食べる児童の人数が増えてきたとは言いつものの、まだ全体の半分にも満たない状況である。更に割合を増やすためには、引き続き保護者への啓発も不可欠である。