

# 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	山形県
学校名	戸沢村立戸沢中学校
学校のホームページアドレス	なし

## 1 取組テーマ

食育を通じた自己管理能力と体力・運動能力向上及び地産地消の推進

## 2 栄養教諭の配置状況

栄養教諭配置年及び人数	平成23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 小野和夫 戸沢村教育長	委員 早坂美和子 食生活改善委員
委員 齊藤るみ 県教育庁スポーツ保健課主査	委員 矢口 浩 戸沢村エゴマの会
委員 浅井 純 最上教育事務所主任指導主事	委員 阿部和夫 産業振興課長
委員 荒川美佐子 最上教育事務所指導主事	委員 富澤安雄 健康福祉課長
委員 柿崎正起 戸沢中学校長	委員 八鍬慶子 健康福祉課保健師
委員 半田 優 戸沢小学校長	委員 進藤恵美子 保育所長代表
委員 遠田侑衣 戸沢中学校栄養教諭	委員 前田公平 共育課長
委員 門脇瑠梨 戸沢中学校養護教諭	委員 安食秀一 共育課学社融合主事
委員 庄司律子 戸沢小学校養護教諭	委員 秋保三保子 共育課長補佐
委員 小倉裕子 戸沢小学校給食主任	
委員 八鍬健一 戸沢中学校PTA会長	
委員 滝口由里子 戸沢中学校母親委員	
委員 清水尚也 戸沢村生産者グループ	

## 4 連携機関及び連携内容

連携機関名	連携内容
東海大学体育学部小澤研究室	ヘモグロビン値測定、骨密度測定、歩数調査、講演会
戸沢村エゴマの会	農業・栽培体験活動
戸沢村生産者グループ	伝承野菜栽培活動

## 5 実践内容

事業目標
1 自己管理能力の育成
● 2 体力・運動能力向上と健康な体づくり
3 地産地消の推進と食事改善に係る地域・家庭との連携

## 評価指標

### ○ 生徒の生活習慣の改善

- ・毎日の排便率を 38%から 50%とし、排便が 3 日に 1 回以下の生徒の割合を 14.8%から 0%まで改善する。
- ・毎日の朝食摂取率を 87%から 95%とする。
- ・朝食における主食・主菜・汁物（副菜）の取得率を 50%から 70%にする。

### ○ 体力・運動能力の改善

- ・50M走・立ち幅跳び・長座体前屈の体力偏差値を、総合して 2 ポイント向上させる。
- ・歩数調査による歩数を冬期間も維持する。
- ・ヘモグロビン値の適正維持及び低い生徒個々の数値向上。

### ○ 地場産物の活用率の向上と地域の食文化の理解促進

- ・県内産野菜 51.8%、果物 25.8%を合わせて、購入率を 10%増やす。

## 評価方法

### 1 食生活を含めた生活実態調査等の実施

- ・生活実態調査を実施し、検証する。
- ・個別栄養管理及び生活指導等を実施・記録し、検証する。

### 2 体力・運動能力調査等の計画的な実施

- ・体力・運動能力テスト、歩数調査、ヘモグロビン値測定、骨密度測定を実施し、検証する。

### 3 学校給食献立の検証

- ・地場産物の活用状況調査を実施し、検証する。
- ・給食時の生徒の喫食状況や学習記録等から、生徒の食文化の理解促進についての効果を検証する。

## 評価指標を向上させるための仮説(道筋)

### ○ 生徒の生活習慣の改善について

個別栄養管理及び生活指導の実施によって、自分の食生活への関心を高めたり、栄養についての知識を増やしたりすることで、朝食取得率と排便率の好転を目指す。そのために、生徒の生活実態調査等を計画的に実施し、個別栄養管理及び生活指導の効果を検証する。

### ○ 体力・運動能力の改善について

体力・運動能力と食事の関係についての指導や、生徒保健委員会による中体連前の適切な食事についての掲示物作成及び発表によって、自分の食生活を見直させたり、適切な食生活を考えさせたりすることで、体力・運動能力の向上を目指す。そのために、体力・運動能力テストを 2 回実施し、変容を調べ、栄養教諭や生徒主体による食指導の効果を検証する。

保護者対象のクッキング教室の実施により、主に食事を作る母親が、中学生に不足しがちな栄養が摂取可能なレシピを学び、家庭での食生活の改善を図ることで、子どもの健康な体づくりへつなげる。生活実態調査の結果やヘモグロビン値の測定結果から、朝食摂取率や適正なヘモグロビン値への維持について効果を検証する。

小澤教授の講演会実施によって、生徒自身が、客観的なデータから生活習慣と健康な体づくりについての理解を深め、自分自身の生活を振り返ることで、生活習慣の改善につなげる。各調査を行い、適正なヘモグロビン値の維持、排便率、朝食摂取率向上への効果を検証する。

### ○ 地場産物の活用率の向上と地域の食文化の理解促進

生徒・保護者・教職員の研修会の開催や伝承野菜や戸沢村の特産物の栽培活動によって、地元野菜やその活用についての興味関心を高めることで、地域の食文化の理解促進を図る。総合的な学習の時間の学習記録や講演会及び給食の感想から、生徒の食文化の理解促進についての効果を検証する。

「はたけのレシピ」の作成配布によって、学校の畑で育てている作物や自宅での地元野菜

の利用についての興味関心を高めることで、地域の食文化の理解促進を図る。レシピを作っ  
ての感想やオリジナルのレシピの内容から、食材や地域の食文化に興味関心を持つことがで  
きたかについて検証する。

生産者組合を作ることによって、生産者から戸沢村生産物を直接納品してもらい、給食へ  
の地場産物の活用が進めやすくなったため、さらに、学校給食での活用状況を把握しながら、  
学校給食への地場産物の活用率が向上したかを検証する。

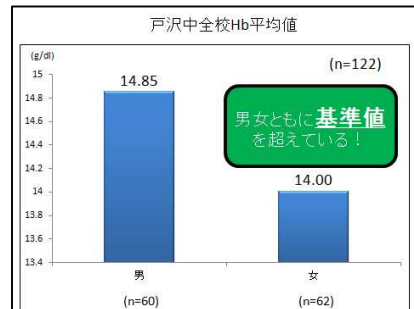
地域の食材を生かしたお弁当を作ろう（家庭科との関連、夏休みの課題）という取組によ  
って、地場産物や畑の作物への興味関心を高めるとともに、家庭との連携を図る。生徒の取  
組状況や感想から、地場産物や食文化の理解促進にもたらす効果を検証する。

## 実践内容

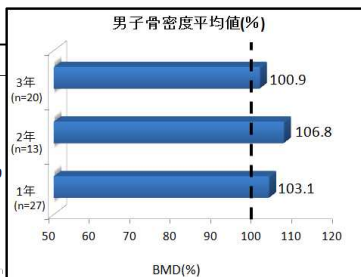
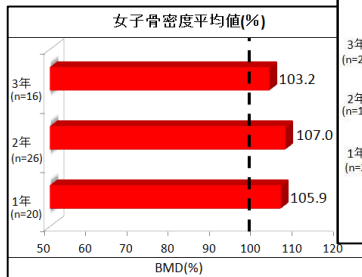
### ○具体的な取組

#### 1 生活実態調査等の計画的な実施 ～東海大学：小澤治夫研究室との連携～

##### (1) 血中ヘモグロビン値



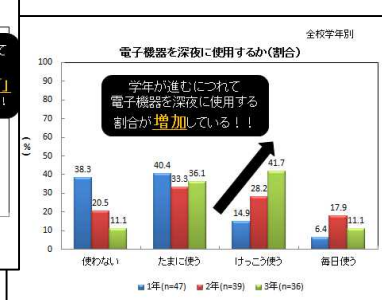
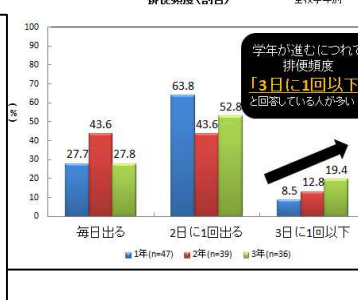
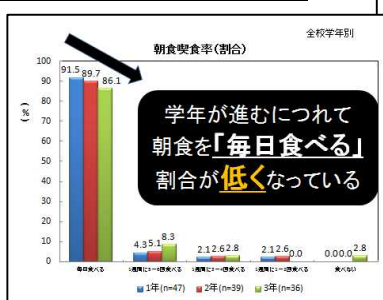
##### (2) 骨密度



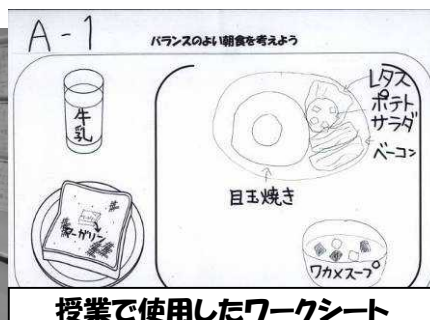
##### (3) 1週間の歩数



##### (4) 生活習慣アンケート



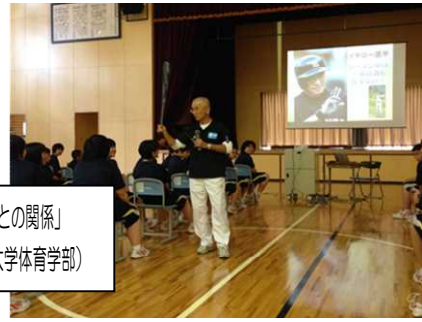
#### 2 個別の栄養管理や食事指導及び教科等と連携した食に関する指導



### 3 生徒・保護者・教職員対象の講演会等の開催及び給食献立の開発



演題：「食育を通じた人間形成」  
講師：岩佐十良 氏（武蔵野美術大学工芸工業デザイン学科卒）



演題：「生活習慣と体力・学力との関係」  
講師：小澤治夫 教授（東海大学体育学部）



### 4 農業体験・栽培体験による地域の食文化の理解促進と学校給食における地場産物（戸沢村の特産物）の活用率の向上

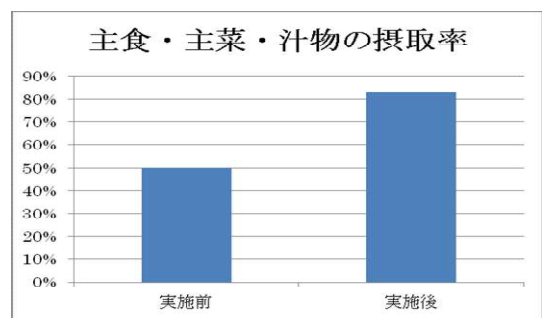


今年度使用した地場産物  
おかひじき・にら・みず・パプリカ・じゃがいも・ねぎ・セロリ・角川かぶ

## 6 成果

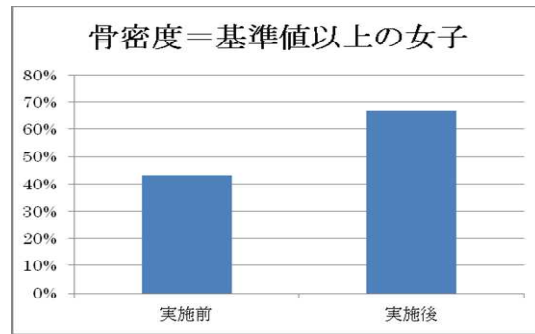
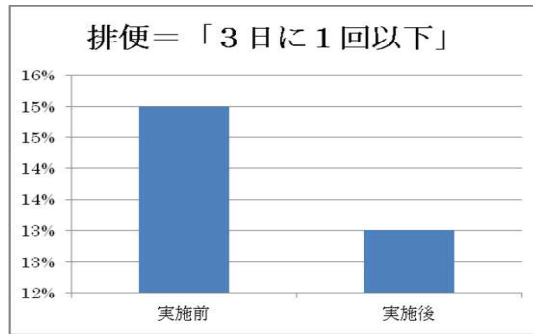
#### ○ 生徒の生活習慣の改善

- 毎日の朝食摂取率については、評価指標にした 95%まで到達しなかったものの、個別の指導による生徒への働きかけや講演会の実施、クッキング教室を通じた家庭への働きかけにより、87%から 89%に向上した。また、週 5 回以上朝食を食べている生徒の割合が、95%から 97%に増加し、朝食を食べる日が週 4 日以下という生徒は、5%から 3%に減少した。
- 朝食における主食・主菜・汁物（副菜）の摂取率が 50%から 83%に上がり、朝食の内容



が改善された。

- ・ 排便について3日に1回以下の生徒の割合は、15%から13%に改善した。
- ・ 骨密度について、基準値以上の女子生徒の割合が43%から67%に増加した。



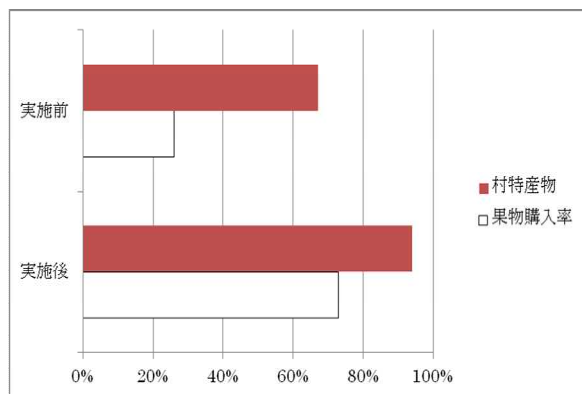
#### ○ 体力・運動能力の改善

- ・ 体力テストの結果から、1年生の50m走について、男子の70%、女子の55%にタイムの維持及び向上が見られた。

#### ○ 地場産物の購入率の向上と地域の食文化の理解促進

- ・ 地場産物の購入率について、果物の購入率は25.8%から73.3%に向上した。また、戸沢村の特産物であるパプリカ・おかひじき・にら等は、67%から94%に向上する等の活用が図られた。

- ・ 母親委員会主催のクッキング教室を実施したり、家庭や地域と連携した取組を増やしたりしたことで、家庭や地域に食育の重要性を広めることができた。また、生徒が給食の時間や家庭で食べ物のことを話題にしていること、学習記録より、弁当作りの際、地元の無農薬野菜や畑でとれた野菜をたくさん使ったこと等が分かることから、食への関心が確実に高まったといえる。



## 7 スーパー食育スクール事業の取組状況の情報発信

- 戸沢村広報に取組状況に関する記事を掲載し、地域住民に対し情報を発信している。
- 平成26年度「スーパー食育スクール事業」報告書を、他市町村や関係機関等に送付し、広く成果を発信している。

## 8 今後の課題

- ・ 朝食摂取率について、週4回以下の生徒は、6人から4人に減ったものの今後も継続して個別指導を実施していく必要がある。
- ・ 排便率について3日に1回以下の生徒の割合は改善されたものの、毎日排便のある生徒が減少したため、原因を分析し改善につなげていく。
- ・ 歩数について夏季と冬季を比較すると、平日平均7,568歩（夏季）から5,727歩（冬季）、休日平均4,567歩（夏季）から3,063歩（冬季）と共に減少した。冬季間の歩数減少が課題となった。今後対応策を考え、改善する必要がある。
- ・ ヘモグロビン値については、基準値以上の生徒が、男子97%から77%、女子94%から65%と減少した。この原因を分析し改善につなげていく。
- ・ 体力テストの結果、3年生は横ばいだった。部活動引退後の運動量の減少が原因であると想定されるため、この間の運動習慣や食事の在り方等について今後対応を考えていく。