

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	岡山県
学 校 名	倉敷市立西阿知小学校
学校のホームページアドレス	http://www.kurashiki-oky.ed.jp/school/nishiachi-e/

1 取組テーマ

食育支援システムを活用した、健康な食習慣の確立及び自己管理能力の育成

2 栄養教諭の配置状況

栄養教諭配置年 及び人数	平成25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

(岡山県推進委員会)

委員	春木 敏	大阪市立大学大学院 教授
委員	川上 貴代	岡山県立大学 教授
委員	久保田 恵	岡山県立大学 准教授
委員	藤原 澄男	倉敷市立西阿知小学校 校長
委員	富谷 圭子	倉敷市立西阿知小学校 栄養教諭
委員	小松原 道広	倉敷市教育委員会保健体育課 課長補佐
委員	松本 旭	県農林水産部農政企画課 対外戦略推進室 主幹
委員	永易 あゆ子	県保健福祉部健康推進課 技師
委員	片山 晃一	教育庁生涯学習課 社会教育主事
委員	福本 和宏	県教育庁保健体育課 課長
委員	小川 泰永	県教育庁保健体育課 副課長
委員	岩井 博行	県教育庁保健体育課 総括参事
委員	中桐 規代	県教育庁保健体育課 指導主事 (主任)

(倉敷市推進委員会)

委員長	久保田 恵	岡山県立大学 准教授
委員	中原 佐一	西阿知小学校 (生産者代表)
委員	河村 益成	西阿知小学校 (PTA会長)
委員	針谷 秀和	西阿知小学校 (学校医)
委員	藤原 澄男	西阿知小学校 (校長)
委員	木元 義江	西阿知小学校 (副校長)
委員	狩野 隆	西阿知小学校 (教頭)
委員	赤澤 真津美	西阿知小学校 (研究主任)
委員	高橋 宏徳	西阿知小学校 (研究副主任)
委員	大塚 愛子	西阿知小学校 (研究副主任)
委員	富谷 圭子	西阿知小学校 (栄養教諭)
委員	上野 芳子	西阿知小学校 (養護教諭)
委員	黒住 真理子	西阿知小学校 (保健主事)
委員	茅野 和之	西阿知小学校 (教務主任)

委員	傳 正樹	西阿知小学校（体育主任）
委員	山本 忍	西阿知小学校（給食主任）
委員	中桐 規代	岡山県教育庁保健体育課指導主事（主任）
委員	有森 真理	倉敷市教育委員会指導課指導主事（主任）
委員	岩部 信子	倉敷市栄養委員
委員	秋山 典子	倉敷市保健所健康づくり課食育推進係長（主幹）
委員	高橋 一雄	倉敷市教育委員会保健体育課長
委員	小松原 道広	倉敷市教育委員会保健体育課長補佐
委員	岡田 直利	倉敷市教育委員会主幹（体育担当）
委員	徳森 育子	倉敷市教育委員会主幹（保健担当）
委員	小田 敦子	倉敷市教育委員会主任（食育担当）

4 連携機関及び連携内容

連携機関名	連携内容
大阪市立大学大学院 生活科学研究科	食育プログラム作成について指導助言
岡山県立大学 保健福祉学部 栄養学科	調査結果の評価の指導助言
検査機関	体脂肪率、骨密度の測定等
データ集計、分析専門機関	生活習慣・食生活アンケート入力・集計 アンケート結果と検査・測定項目の評価
㈱富士通システムズ・ウエスト	くらしき市版ヘルスジャッジ等
ソニーモバイルコミュニケーションズ株式会社	活動量計測定等
乳業者	出前授業（牛乳ができるまで、バター作り）
料理教室講師	親子料理教室

5 実践内容

事業目標
<p>○バランスのとれた朝食を食べ、健康的な日常生活により元気に活動する児童の増加</p> <ul style="list-style-type: none"> ・毎日朝食を食べる児童 100% ・朝食内容の改善 主食、副食（主菜&副菜）の献立改善 ・「元気もりもり体すくすく大作戦」の取組により、健康的な生活習慣の形成、身体活動、コミュニケーション能力を高める。（睡眠リズム、朝食摂取、給食喫食状況等） <p>○家庭に向けての啓発</p> <ul style="list-style-type: none"> ・朝食・夕食を一緒に食べる家庭の増加 ・食育は大切であると思う保護者の増加 ・子どもと一緒に料理を作る保護者の増加 ・家族の生活習慣・食生活を改善しようと思う保護者の増加
評価指標
<p>○バランスのとれた朝食を食べ、元気に活動する児童の増加</p> <ul style="list-style-type: none"> ・毎日朝食を食べる児童 100% ・朝食内容の改善 適量の主食、副食（主菜1品（魚・肉・卵・大豆・大豆製品）&副菜 50g～70gの野菜）の献立改善 <p>○家庭へ啓発</p> <ul style="list-style-type: none"> ・主食・主菜・副菜・汁物等のそろった食事は大切であると思う保護者の増加 89.6% → 92% ・朝食・夕食を一緒に食べる家庭の増加 <ul style="list-style-type: none"> 朝食：家族一緒に食べる日 3.6回/週 → 4回/週 夕食：家族一緒に食べる日 5.4回/週 → 6回/週

- ・食育は大切であると思う保護者の増加 89.4% → 92%
- ・子どもと一緒に料理を作る保護者の増加 83.5% → 90%
- ・家族の生活習慣・食生活を改善しようと思う保護者 23.5% → 40%

評価方法

- ・「元気もりもり体すくすく大作戦」を6月・8月・9月・12月に行い、データ収集し、食育の経過を評価する。5・6年生は、食生活管理（食事摂取状況・生活習慣等）アンケート調査、体力テスト、身体組成（骨密度、体脂肪率等）のデータを収集し、分析を行う。個々にファイルを作成、記録し、自己評価し、児童並びに保護者が主体的に生活改善に取り組むよう支援をする。
- ・5, 6学年において、家庭科、学級活動等の時間に、食育支援システム（くらしき市版ヘルスジャッジ）を活用し、児童の食事摂取状況を把握し、評価する。

評価指標を向上させるための仮説(道筋)

- ・食に関する指導を各学年の発達段階に応じて行い、日々の食生活（給食・家庭の食事）を有機的につなぎ、小学校6年間を通した食育推進計画を構築・実施・評価し、各学年により系統立てた食育推進を図る。
- ・食習慣や生活習慣の向上をめざし、「元気もりもり体すくすく大作戦」週間を6月、8月、9月、12月に実施する。児童自身が週間中のがんばりを振り返り、自己評価し（できた・できなかった）、実行可能な次の目標を立てる学習のもと、自己管理に活用できるよう支援する。
- ・学校保健委員会等を活用し、「元気もりもり体すくすく大作戦」週間の結果について情報提供し、保護者への啓発（児童への応援メッセージや励ましのコメントを求める）を行うことで、家庭での食生活や身体活動の改善につなげる。
- ・食事摂取状況や食生活等アンケート調査と体力テスト、身体組成（骨密度、体脂肪等）のデータを収集し、専門家による分析を実施する。これらの結果を児童の学習や保護者への啓発に活用する。

実践内容

○具体的な取組

(1) 食に関する指導の授業実践

学校全体で食育に取り組む指導体制を整え、栄養教諭を中心とした食に関する指導の全計画に基づいた全体・年間指導計画を作成し、食生活実践につなぐ授業づくりを重点的に行った。

- 1年：学級活動 「たべものとなかよくなるう」
- 2年：生活科 「おひさまもりもり まるかじり
～わたしの野さいをそだてたい～」
- 3年：社会科 「倉敷市ではたらく人々 ～店ではたらく人々の仕事～」
- 4年：体育科（保健領域） 「育ちゆくからだわたし」
- 5年：家庭科 「元気な毎日と食べ物」
- 6年：体育科（保健領域） 「生活習慣病の予防」



【1年：学級活動】

【2年：生活科】

【3年：社会科】



【4年：体育科（保健領域）】 【5年：家庭科】 【6年：体育科（保健領域）】

(2) 「元気もりもり体すくすく大作戦」生活ふり回りシートによる児童の生活習慣等実態把握
 ※（項目：規則正しい生活（起床・就寝・食習慣/排便習慣/外遊び・テレビ・ゲーム）
 児童自身が週間中のがんばりを振り返り、実践したことと課題を認識し、自己管理能力につなげた。

(3) 食育支援システム（くらしき市版ヘルスジャッジ）の活用（5年生：年3回、6年生：年1回）
 家庭科、学級活動等の時間に、食育支援システム（くらしき市版ヘルスジャッジ）を活用し、児童の食事摂取状況を把握する。児童が食事摂取状況をデータ入力し、栄養バランスのとり方学習を踏まえ、自身の食生活を振り返るようにする。また、保護者に情報提供し、家庭で親子が食事について話し合い、解決に向けて目標設定をする。食育支援システムを活用することで、児童は、自分の食事内容を把握することができ、教科等で学習した内容を確認し、日常生活の中で実践しようとする態度形成につなげた。

ごはんチェック

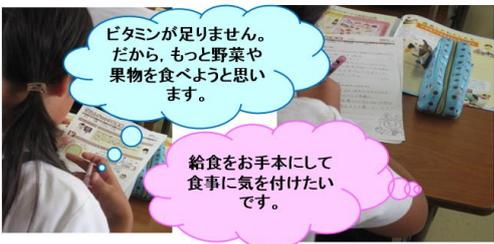


5年生 家庭科「元気な毎日と食べ物」

授業時の感想

不足栄養素から気付いたことは？

目標設定



ごはんチェック



5年生 家庭科「元気な毎日と食べ物」

教室での食の学びを家庭へ

「たけなはまのヘルスジャッジ」を前回の授業で使ったので、家でヘルスジャッジを使って食事の栄養バランスを調べました。その結果、たんぱく質が足りませんでした。あとヘルスジャッジのヘルプを見て、たんぱく質の多い食べ物を探しました。スチーマーで調理するたんぱく質の多い食べ物を探しました。

（保護者の感想）

食事について、気を付けようと思います。料理の味付けを工夫しようと思いました。主食・主菜・副菜などそろえるようにします。



6 成果

上記の食育により成果の見られた事項について

①食事内容の改善

「主食・主菜・副菜がそろった朝食を摂っている」児童の増加

19.9% (6月) → 25.0% (11月)

「栄養バランスを示す得点」の向上

84.9点 (1回目) → 90.2点 (3回目)

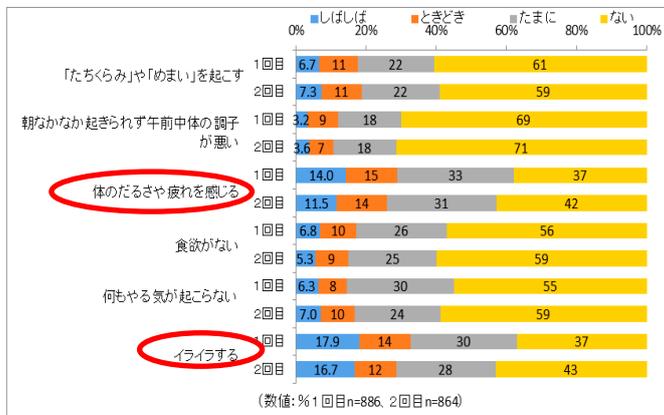
②児童の健康状態の改善

「『身体のだるさや疲れを感じる』ことがない」児童の増加

37.5% (6月) → 42.4% (11月)

「『イライラする』ことがない」児童の増加

36.6% (6月) → 42.9% (11月)



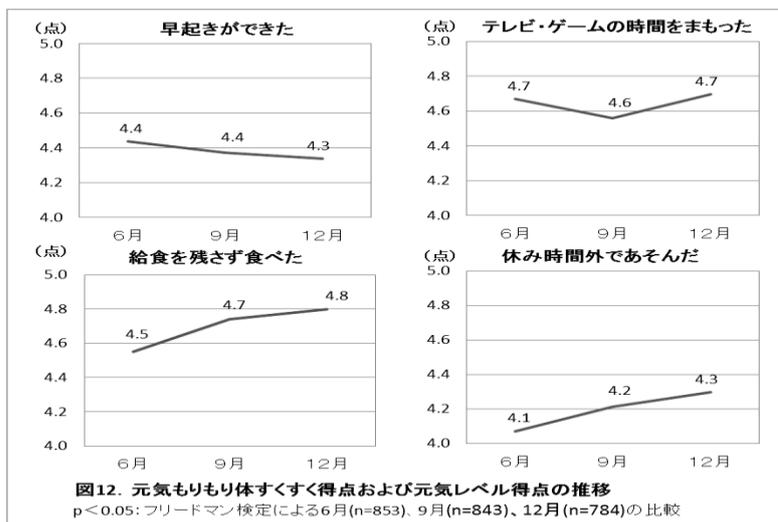
③児童の生活習慣等の改善

「休み時間外で遊んだ」児童の微増

4.1点 (6月) → 4.3点 (12月)

「元気もりもり体すくすく大作戦合計得点」の微増

46.2点 (6月) → 46.5点 (12月)



④児童及び保護者の食に関する意識の改善

「給食を残さず食べた」児童の微増

4.5点 (6月) → 4.8点 (12月)

「子どもと一緒に料理を作る」保護者の増加

83.5% (6月) → 85.3% (11月)

7 スーパー食育スクール事業の取組状況の情報発信

学校のホームページや岡山県教育庁保健体育課のホームページで取組状況について、随時情報発信している。

8 今後の課題

食育により自己管理能力の育成が図られ、食事バランス、児童の健康状態等の改善がみられたが、保護者及び児童の食への意識向上については、十分な成果が得られなかった。引き続き、食育を充実させることで、自己管理能力を育成し、児童の望ましい食習慣の確立をめざす。

また、家庭に向けて、保護者の食生活の改善へつながるような取組を行ったり、朝食・夕食を一緒に食べることを啓発したりすることで、保護者自身が食の大切さを実感し、食習慣の改善につなげていく。