

平成27年度スーパー食育スクール事業 事業結果報告書

受託者名	福島県	実施校名	三春町立三春中学校
学校のホームページアドレス	http://www.miharu-j.fks.ed.jp/		

1 取組テーマ（中心となるテーマ：食と健康 ）

震災後の食生活と個々の健康課題に応じた食育の実践

2 栄養教諭の配置状況

栄養教諭配置人数	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

「学校における食育推進委員会」（新地町教育委員会と合同開催）

- | | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> ・ 医師 ・ 福島大学准教授 ・ 郡山女子大学准教授 ・ 三春町教育委員会栄養士 ・ 実践校校長（三春中学校） ・ 実践校栄養教諭 | <ul style="list-style-type: none"> ・ 福島県学校栄養士会栄養教諭部会長 ・ 福島県学校保健会養護教諭部会長 ・ 福島県教育庁健康教育課主幹 ・ 福島県教育庁健康教育課主任指導主事 ・ 福島県教育庁健康教育課指導主事 ・ 福島県教育庁県中教育事務所指導主事 |
|--|---|

「スーパー食育スクール事業推進委員会」

委員長 三春町立三春中学校長

委員

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ・ 福島県教育庁健康教育課指導主事 ・ 福島県教育庁県中教育事務所指導主事 ・ 福島県県中保健福祉事務所主任栄養技師 ・ 三春町保健福祉課栄養士 ・ 三春町教育委員会教育長 ・ 三春町教育委員会教育次長兼教育課長 ・ 三春町教育委員会教育課主幹 ・ 三春町教育委員会教育課主幹兼指導主事 ・ 三春町教育委員会栄養士 ・ 三春町立三春中学校教頭 ・ 三春町立三春中学校養護教諭 | <ul style="list-style-type: none"> ・ 三春町立三春中学校栄養教諭 ・ 三春町立三春中学校PTA会長 ・ 三春町PTA連合会長（三春小PTA会長） ・ 三春町立三春小学校長 ・ 三春町立御木沢小学校長 ・ 三春町立中妻小学校長 ・ 三春町立中郷小学校長 ・ 三春町立沢石小学校長 ・ 三春中学校学校内科医 ・ 福島大学准教授 ・ 郡山女子大学食物栄養学科准教授 |
|---|--|

4 連携機関及び連携内容

連携機関名	連携内容
国立大学法人 福島大学	<ul style="list-style-type: none"> ・ ライフコーダーによる生徒の活動量調査・分析 ・ 評価方法の指導助言
学校法人郡山開成学園 郡山女子大学	<ul style="list-style-type: none"> ・ 学校給食食事量調査の集計・分析

	<ul style="list-style-type: none"> ・評価方法の指導助言 ・親子料理教室における実習の補助
淑徳大学客員教授	<ul style="list-style-type: none"> ・資料提供、食育講演会講師
三春町食生活改善推進員	<ul style="list-style-type: none"> ・親子料理教室における実習の補助
県中保健福祉事務所	<ul style="list-style-type: none"> ・県中地区ネットワーク会議による情報提携

5 実践内容

事業目標
<p>震災後、原発事故により福島県の児童生徒は、屋外での活動が制限されるなど、体力の低下や肥満傾向児の出現率が高い状況が続いており、本校においても同様である。また、生活様式の変化等により、痩身傾向児の出現率も高い傾向にある。本事業は以上のような課題を生徒自身に捉えさせ、個々の実態に応じた食に関する指導を行うことで、家庭における食生活の改善を図り、望ましい食生活の在り方を自覚し、実践しようとする態度を育て、「適性体重」の生徒数を増加につなげることを目標とする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 肥満傾向児の出現率の目標値 8～10% ○ 痩身傾向児の出現率の目標値 1～2%

評価指標
<ul style="list-style-type: none"> ○ 発育測定（身長、体重）から算出した肥満度 ○ 体組成計で測定された体脂肪率、筋肉量、推定骨量 ○ 食生活に関するアンケート調査結果 ○ ライフコーダーの活用による生活活動計測値 ○ 目安量記録法（学校給食を目安量として家庭の食事を量的・質的側面から可視化を図り推定エネルギーを試算）による食事調査結果 ○ 食事摂取基準に基づいた栄養管理状況 ○ 新体力テストにおける上位段階の取得率

評価方法
<p>生活活動量の計測と食事調査から自己の課題に気付けるように生徒の実態を把握し、個々の課題を提示することによって、課題解決への意識を図る評価を実施。さらに、授業等を通して正しい食に関する知識を身に付け、改善への行動化が図られ肥満傾向児・痩身傾向児の出現率の減少を図ることができる評価を実施する。</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 食事内容について 食事調査と生活活動量の計測から必要エネルギーと栄養素のバランスから評価【量的改善】 ② 食生活習慣について 食生活に関するアンケートと家庭の食事に関する目安記録調査との相関評価【質的改善】 ③ 生徒の意識化について 食に関する指導後の調査結果の変容による評価 ④ 生徒の行動化について 食に関する指導後の適性体重の増減による評価



評価指標を向上させるための仮説（道筋）
<p>福島県は、東日本大震災に伴う福島第一原発事故以来、放射能汚染の影響による屋外活動や部活動などの制限により、運動する機会が減少し、体力の低下や健全な心身の発達に障害をもたらしている。</p> <p>本校においても同様の傾向が見られ、肥満傾向児の出現率が全国の肥満傾向児の出</p>

現率に比して5～8ポイント高い。反面、女子には痩身傾向が見られ、痩身傾向児の出現率は全国の痩身傾向児の出現率に比して1～3ポイント高く、2年女子が突出していることから、

- ① 発育状況や食事と生活状況について生徒自身が自己の課題は何か気付くこと
- ② 食と健康に関する正しい知識を身に付けること
- ③ 望ましい食生活を実践していくこと
- ④ ①～③を実践するために、生徒を取り巻く人々との共通理解と専門家との連携をすること

こういった考え方から

【取組1】本事業を通して食生活の実態を把握し、同時に、活動量に応じた消費エネルギーをデータ化し、生徒一人一人の食に関する課題を提示することで意識化を図る。

【取組2】改善の指針になる具体的な取組として、学校給食を基準目安量 (portion size) に、家庭での食習慣を見直し、生徒自ら改善することができる食に関する指導を行い、行動化を促す。

【取組3】親子料理教室や学識経験者 (医師、大学准教授) の講演会を開催するなどして、食に関わる家庭での意識を高め、生徒の望ましい食環境の整備を図る。

【取組1】～【取組3】に示した具体的な取組を実践することで、健康と栄養、望ましい食習慣に裏打ちされた「適正体重」の生徒数の増加を期待することができる。さらに、検証、実践評価には長期的な取組と調査分析が必要なことから、

【取組4】複数年の実績を基に実践プログラムを構築させ、一般化を図っていく。

以上のような取組により、本県の課題も含めた課題が解決され評価指標の向上につながるものと考えられる。

実践内容

【取組1】本事業を通して食生活の実態を把握し、同時に、活動量に応じた消費エネルギーをデータ化し、生徒一人一人の食に関する課題を提示することで意識化を図る。

《生徒の実態調査と把握及びデータ分析》

- 栄養教諭、養護教諭、学級担任の連携
 - ・年3回 (4月、9月、1月) 発育測定の結果から食事摂取基準の算定と評価を実施し、肥満傾向児・痩身傾向児の出現率の実態を把握した。
 - ・学級担任と協力し、生活習慣も含めた「食生活に関するアンケート」を年間3回 (4月、9月、2月) 実施し、生活様式の把握と食への興味・関心など意識化を図り、生徒の変容の把握に努めた。
 - ・生徒一人一人の生活活動実態をライフコーダーを用い活動量調査を年2回実施し、データ化して分析した。
 - ・生徒の活動量調査を実施し、データから実態を分析、個に応じた栄養管理について食に関する指導を実践した。
- 郡山女子大学と連携
 - ・健康状態を体組成計によって、体脂肪率、筋肉量、推定骨量のデータを分析した。
 - ・学校給食を目安量 (portion size) として、家庭の食事を目安量記録法で量的側面、質的側面から可視化を行い、生徒一人一人の一日の推定エネルギーを計測し、データを基に食に関する指導を行った。
 - ・食生活に関する意識調査の内容・方法・分析を実施し、課題を明らかにした。
- 三春中学校区学校保健委員会との連携
 - ・校種ごとの実態傾向や発達段階での課題を明らかにして、学校医、保健師から食に関する指導・助言の場を設けた。



【取組2】改善の指針になる具体的な取組として、学校給食を基準目安量 (portion size) に、家庭での食習慣を見直し、生徒自ら改善することができる食に関する指導を行い、行動化を促す。

《データ等、実態を基にした食育の指導：意識化と改善への行動化》

- 家庭科教諭、保健体育科教諭、学級担任、養護教諭、栄養教諭等と連携した食に関する指導
 - ・ 調査結果や測定したデータを基に、生徒一人一人の健康状態及び生活活動等の実態、家庭での生活状況等を相関させる「食育授業」を提供した。
 - * 全学年「私たちの毎日と食生活」の授業実践（学級活動）
 - * 1年「生活リズムは朝食から」の授業実践（総合学習）
 - * 2年「スポーツと食事」の授業実践（総合学習）
 - * 3年「バランスのとれた食生活」の授業実践（総合学習）
- 保健体育科の教諭と連携
 - ・ 「運動と栄養」に視点をあて、身体活動レベルを数値化して基礎代謝量を示し、個々の実態を自覚させ、指標を持たせた。
 - * 1・2年「健康と環境」の授業実践（保健体育科）
 - * 3年「健康な生活と病気の予防」の授業実践（保健体育科）
- 家庭科の教諭との連携
 - ・ 家庭科の学習と連動させ、給食の献立を基準に食事の内容と摂取量との関係から食生活の改善を図る学習の場を設定した。
 - * 2年「献立作りと食品の選択」の授業実践（技術・家庭科）
- 家庭との連携
 - ・ 保護者へ学校給食を通して、生徒個々の基準目安量（portion size）を示し、家庭においても適切な食事が提供されるよう働き掛けを行った。
 - * 保護者対象の「給食試食会」を開催



【取組3】親子料理教室や学識経験者（医師、大学准教授）の講演会を開催するなどして、食に関わる家庭での意識を高め、生徒の望ましい食環境の整備を図る。

《望ましい食育環境の整備を狙いとした家庭への啓発》

- 保護者との連携
 - ・ 親子料理教室を開催し、望ましい食習慣の在り方を啓発した。
- 栄養教諭、家庭科教諭、町保健師等のタイアップ
 - ・ 学校給食をベースにした親子料理教室を開催し、望ましい食習慣と食の安全性について啓発を行った。
- 学識経験者との連携
 - ・ 望ましい食環境の整備を図るための食育講演会を開催した。
 - * 「学校給食が教育【食育】に果たす役割」
講師 淑徳大学客員教授 田中 延子（元文科省学校給食調査官）

【取組4】複数年の実績を基に実践プログラムを構築させ、一般化を図っていく。

《本事業の評価と検証》

- 一連の食に関する指導を通して、生徒一人一人が食に関する課題への意識が高まり、改善への行動化が図られることで、「適正体重」の生徒数の増加を検証した。

《本事業の実績を基にした実践プログラムの構築》

- 学校公開による研究発表や県教委主催による栄養教諭食育推進研修会を開催した。また、実践の成果をリーフレットにまとめ、県内の小中学校に配布することで、実践を公表した。
- 検証、実践評価には長期的な取組と調査分析が必要なことから、複数年、本事業に取り組み、実践プログラムの一般化を図っていききたい。

6 成果

- ・ 1年生では、「食事摂取基準」に基づいた総合学習「生活リズムは朝食から」及び給食指導を実施した。その結果、男子の肥満傾向児の出現率が 16.4%から 14.8%に減少した。また、標準体重の 20%以下までにならなかった生徒も肥満度が減少及び横ばいで大きく増加したものはなかった。
- ・ 2年生では、体組成計を活用し個々のデータと「食事摂取基準」に基づいた総合学習「スポーツと食事」及び給食指導を実施した。その結果、女子の肥満傾向児の出現率が 6.8%から 3.4%に減少した。また、肥満傾向生徒である 7名のうち 6名の肥満度が減少した。
- ・ 肥満傾向児の出現率がもっとも高い3年生には、ライフコーダーでの活動量調査及び学校給食摂取量調査を行い、それらの分析結果を生かした総合学習「バランスのとれた食生活」を実施した。個々の課題の把握やその解決に向けた具体的な方法を考え、食生活の改善につなげることができた。



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内に「食育のコーナー」の専用ホルダーを開設し、随時情報を発信している。また、毎月「食育だより」を発行し、望ましい食生活の在り方や中学生として必要な栄養素、簡単レシピの紹介等、生徒・保護者等に対して情報を発信している。

8 今後の課題

2回の身体測定の結果、肥満傾向児の出現率（目標値 8～10%）は、4月 11.4% から 9月 10.6%と目標値には至らなかったが、0.8ポイントの減少傾向が見られた。特に、1年生男子（-1.6ポイント）・2年生女子（-3.4ポイント）が減に転じ、他学年の男女とも変化がなかった。一方、痩身傾向児の出現率（目標値 1～2%）は、4月 3.6% から 9月 5.8%と 2.2ポイント増加傾向にある。特に、2年男子（+7.8ポイント）・全学年女子（+1.7～3.4ポイント）が増加した。

これまでの食生活のアンケート調査やライフコーダーでの活動量調査、学校給食摂取量調査の結果を痩身傾向との関連でもさらに分析し、今後の指導に生かしたい。更に、平成27年度の新体力テスト総合評価の結果から、全体的に男子の体力・運動能力が女子と比して大幅に落ち込んでいる現状から、適切な食習慣と体力の向上、健康な体づくりを目指した望ましい運動習慣を形成していくことが課題である。

平成27年度スーパー食育スクール事業 事業結果報告書

受託者名	福島県	実施校名	新地町内4小中学校
学校のホームページアドレス			
新地町立福田小学校	https://kyoiku.shinchi-town.jp/?page_id=19		
新地町立新地小学校	https://kyoiku.shinchi-town.jp/?page_id=16		
新地町立駒ヶ嶺小学校	https://kyoiku.shinchi-town.jp/?page_id=17		
新地町立尚英中学校	https://kyoiku.shinchi-town.jp/?page_id=20		

1 取組テーマ（中心となるテーマ：食と健康）

震災後の学校における健康上の課題解決に向けた取組

2 栄養教諭の配置状況

栄養教諭配置人数	1人
配置されていない場合の対応状況	栄養教諭は駒ヶ嶺小学校に配置されている。配置されていない3校では、駒ヶ嶺小学校の栄養教諭と連携して事業を実施している。

3 推進委員会の構成

「学校における食育推進委員会」（三春町教育委員会と合同開催）	
○東京大学医科学研究所 医師	○新地町教育委員会指導主事
○郡山女子大学 准教授（調理学）	○実践校校長（駒ヶ嶺小学校）
○福島県教育庁健康教育課主幹	○実践校栄養教諭（駒ヶ嶺小学校）
○福島県教育庁健康教育課主任指導主事、指導主事	○福島県教育庁相双教育事務所担当指導主事
「スーパー食育スクール事業推進委員会」	
○新地町教育委員会教育長（推進委員会委員長）	○新地町教育委員会前教育長
○県教育庁健康教育課担当指導主事	○相双教育事務所担当指導主事
○新地町教育委員会指導主事	○実践校校長（町内小中学校長）
○実践校栄養教諭（駒ヶ嶺小学校）	○実践校学校栄養職員
○実践校養護教諭	○実践校食育推進コーディネーター
○実践校体育（保健体育）担当者代表	○新地町内保育所代表（幼小連携）
○新地町PTA連絡協議会代表（保護者代表）	○JAそうま新地総合支店長
○東京大学医科学研究所 特任教授、特任研究員	○郡山女子大学 准教授（調理学）
○新地町出身 イタリアンシェフ	○新地町食生活改善推進員代表
○新地町保健センター（新地町健康福祉課）保健師、栄養士	

4 連携機関及び連携内容

連携機関名	連携内容
JAそうま	体験学習、食材の放射線量測定、食材指導
根っこの会（新地町食育実践サークル）	体験学習、耕作指導
東京大学医科学研究所	講演会講師派遣、健康指導・分析、アドバイス
株式会社タニタ	活動量計や体組成計等の機器の導入。データ集計
郡山女子大学	評価、栄養・食育・健康指導、アドバイス
新地町地域学校保健委員会	健康指導、健康調査、評価・分析
新地町食生活改善推進員	体験学習（食育講座）
福島県教育庁相双教育事務所	事業推進に関するアドバイス等
福島県教育庁健康教育課	事業推進に関するアドバイス等

5 実践内容

事業目標

福島県は、平成26年度の学校保健統計調査によると肥満傾向児の出現率が大変高く、全国で一番高い学年が複数見られる。その中でも新地町は、複数の学年で県平均を大幅に超えるなど、学校のみならず保護者や地域が一体となって改善を図らなければならない極めて厳しい状況となった。この肥満傾向児の出現率を前年比-20%にし、適正体重の児童生徒の割合を増やすことなど、健康課題の解決を目標とすることにした。(年度当初から修正)

この肥満傾向児の出現率の高さは、主として以下の原因によるものと考えられる。

- ① 震災以降、応急仮設住宅入居や区域外就学(それぞれ児童生徒の1割弱が在籍)等に伴う生活の激変
- ② 徒歩による登下校の減少や回避(通学路に津波浸水地域を含む理由等)
- ③ 校庭の除染工事及び町営陸上競技場への仮設住宅設置や震災直後の野外活動自粛による運動量の減少
- ④ 地場産物活用敬遠(農産物の風評被害あるいは漁業等の操業禁止)による食卓から和食や伝統料理離れの顕在化、代わってコンビニ弁当やスーパー等での揚げ物総菜の食卓占有率の増大

本年度は、昨年度までの取組みに加え、意図的・計画的な運動の場を設定することにより、摂取カロリーと消費カロリーの不均衡状態を改善し、健康なからだをつくることを目指す。

評価指標

- ◎ 児童生徒達の健康関連データの改善
 - 肥満傾向児の出現率(前年比-20%)、脂質(小児生活習慣病検診結果)
 - 歩数計と肥満傾向児の出現率等の健康関連データとの関係
 - 食や生活習慣との関連
 - ・ 朝食について見直そう週間運動(6月・11月)
朝食摂取率(99%)や汁物摂取、食事のとり方等
 - ・ 食生活に関するアンケート(6月・12月) 児童・生徒、保護者対象
- ◎ 地場産物を活用することによる意識の改善
 - 地場産物活用に対する意識調査(6月・12月) 児童・生徒、保護者対象
 - 地場産物の給食食材への活用状況(6月・11月)
- ◎ 福島県教育委員会事業の「17字のふれあい」での食育に関する作品(応募数)
- ◎ 「学校給食レシピ集」「食育パンフレット」活用による児童生徒達や保護者の意識の変容(アンケート等による)

評価方法

- 事業開始当初と後半に調査や測定を実施と、その結果の比較
 - ・ 食育に関するアンケート
 - ・ 地場産物活用状況調査
 - ・ 各種健康調査
 - ・ 作品出品数等
 - ・ 歩数と健康関連データ ※ クロス集計と χ^2 検定等
- 事業実施期間における日々の累積調査(タニタのデータ)



評価指標を向上させるための仮説(道筋)

和食を中心とした食生活への回帰、意図的・計画的な運動の場の設定により、摂取カロリーと消費カロリーの不均衡状態を改善することによって、肥満傾向児の出現率も低下し、児童生徒達の「健康なからだの実現」を目指す。そのために、以下の三点を事業展開の軸に据える。

- I 「健康な体をつくる食育講座(和食・地場産物活用)・食育講演会」
- II 「活動量(運動量)の実態把握と機会の確保」
- III 「教育課程に位置づけての栄養教諭による食育授業」

この事業展開により、児童生徒達が主体的に「食と健康」を捉えることで、新地町の児童生徒達の肥満傾向児の出現率を前年度比-20%にし、適正体重の児童生徒の割合の増加を目指す。あわせて、健康関連データの改善も目指す。

Iについては、外部専門家や栄養教諭による食育講座（調理を含む）、食と健康に関する講演会を開催する。児童生徒だけでなく、保護者や地域住民も参加可能とする。これにより、町民の食と健康への意識が高まり、食卓に地域伝統食がのぼるとともに地場産物活用（地産地消）の向上が期待できる。

IIについては、町内小学校の全児童に活動量計を携帯させ、被災地児童の活動量の実態を把握し、科学的、具体的な個に応じた目標活動量(歩数)を設定できるようにする。また、学校に設置した体組成計で肥満度や筋肉量、推定骨量等を測定する。活動量計と体組成計のデータはネット回線で(株)タニタに送信し、「からだシート」として毎月フィードバックする。さらに、「業間チャレンジ5分間走」（2時間目の休み時間に行うランニング等の運動）などにも取り組むことで活動量を確保する。活動量を確保する工夫ある取組と目に見えるデータや資料により、児童生徒達は“主体的”に自分の食事にも関わられるようになり、日々の生活の中で、食と健康を意識し、日常化できるようにもなる。また、具体的な数値により、保護者の食と健康への意識の変容が期待される。

IIIについては、町内4校で食育や健康上の課題を共有し、栄養教諭や主任栄養技師を中心に、食に関する指導を体系的・継続的に行うことで、震災以降、本地区全体が抱える深刻な課題の解決を目指す。



実践内容

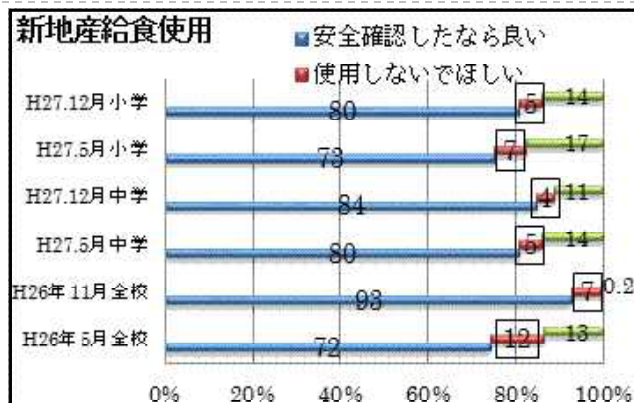
1 会合関係

- (1) 学校における食育推進委員会 2回開催（三春町教育委員会と合同開催）
- (2) スーパー食育スクール推進委員会 3回開催（①委嘱状交付、事業計画説明、協議
②事業中間報告、協議、指導助言 ③事業報告、指導助言、今後の見通し）
- (3) 新地町食育指導部会 3回開催（事業を円滑に進めるため各校の食育の中心の教員）
- (4) パンフレット・おすすめレシピ集担当者会議（コンテストや印刷物の編集等）
- (5) 給食への地場産物（新地町産米）活用検討委員会（9月）

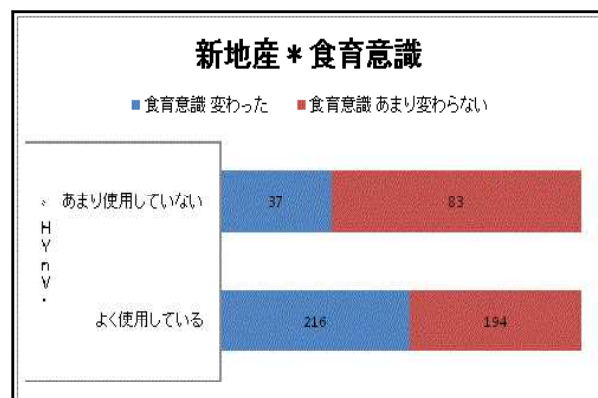
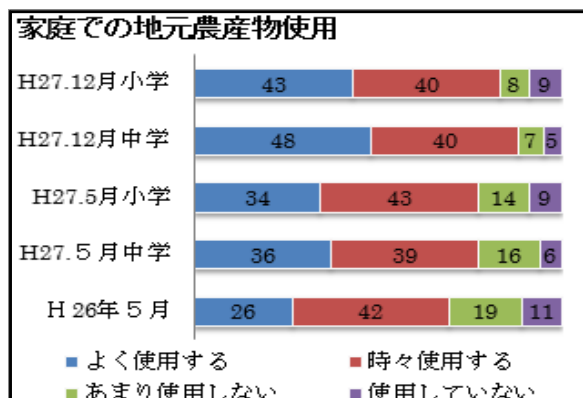
2 調査やアンケート、コンテスト等

- (1) 食と生活に関するアンケート（1回目…6月・2回目…12月）

〈アンケート結果及びクロス集計の一部より〉



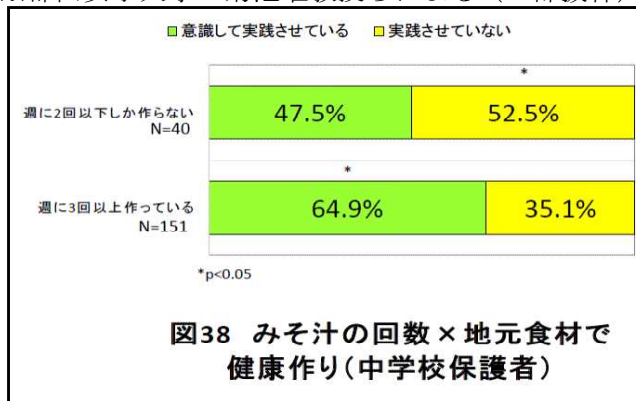
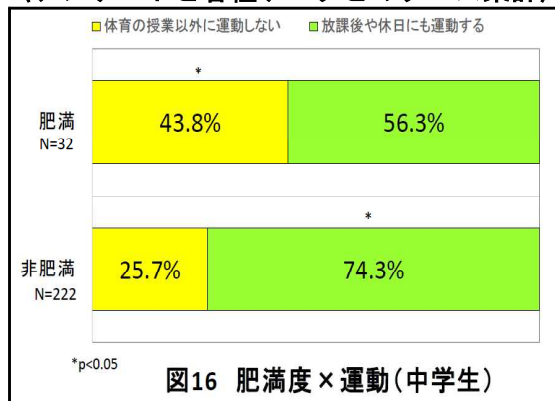
新地町産食材の学校給食での使用について、否定的な回答は、昨年度より若干少なくなっている。一方、肯定的な回答は、今年度12月は5月より増加しているが、昨年度の11回目よりは低くなっている。安全管理体制に関する取組と広報活動については今後も継続が必要であると考えられる。



家庭での地元農産物の使用も昨年度と比較すると増加傾向が見られる。しかし、「使用していない」の一定数はあまり変化が見られない。

新地産食材の使用と食育への意識の変化に関連が見られた。食育への意識が変わった保護者は新地産食材をよく使用する傾向がある。

〈アンケートと各種データとのクロス集計〉※郡山女子大学 菊池准教授らによる（一部抜粋）



肥満傾向の有無と運動量の機会には関連が見られた。非肥満傾向児の方が放課後や休日に運動している傾向が見られた。(小学校においても同様の傾向が見られた。)

みそ汁を作る回数が多い家庭の方が、地元食材を利用した健康作りを意識して実践している傾向が見られた。(小学校においても同様の傾向が見られた。)

- (2) 「新地町の食材を使った ～わが家のおすすめ料理～」 ・募集開始…6月
 ・コンテスト(試食と審査)…8月 ・表彰式…11月

- (3) 「17字のふれ合い」 ・募集…6月 応募数…693点
 児童生徒と保護者等に積極的な応募を呼びかけた。作品に取り組むこと自体が食育の一環であり、作品の内容と作品数は評価につなげることができる。
 〈作品例〉 ・夏休み 親子で料理 会話増え (子) ※ 相双域内選考作品集より
 ・いつの日か 娘の手料理 食卓に (親) (最終選考作品)

3 体験活動等

- (1) 駒ヶ嶺小学校 学校菜園 ・畑づくり ・種まき ・水やり 6月～
 (2) 福田小学校 そば、サツマイモ畑 ・畑づくり ・種まき ・水やり 6月～

4 食育講座…全講座で新地町産食材を使用。放射性物質検査の説明。計13回実施。

- 「新地町産の野菜を使ったおやつ」 福田小と新地小と駒ヶ嶺小の4年生で実施
 講師 キッチンママ主宰 富田 かおり 氏
- 「おすすめレシピ集 (H26 作成) 活用料理」 新地小と駒ヶ嶺小の5年生で実施
 講師 駒ヶ嶺小学校 栄養教諭 小泉 弘子
- 「自分たちで育てたそばを打つ」 福田小の5年生で実施
 講師 根っこの会 (斎藤一氏、加藤泉氏)
- 「新地町産食材を生かしたイタリアン」 新地小と福田小の6年生で実施
 講師 イタリアンシェフ 目黒 浩敬 氏 (新地町出身)
- 「学校菜園で栽培した野菜の調理」 駒ヶ嶺小の6年で実施
 講師 駒ヶ嶺小学校 栄養教諭 小泉 弘子
- 「成長期に大切なカルシウムをたっぷり摂れる料理」 尚英中学校の1年で実施
 講師 郡山女子大学 准教授 菊池 節子 氏
 講師 駒ヶ嶺小学校 栄養教諭 小泉 弘子
- 「わが家のおすすめ料理コンテスト最優秀賞作品の発表及び給食での提供」
 ※会場校の尚英中より各小学校へ放送



食育講座：講師：目黒浩敬氏



「食育講座」講師：菊池節子氏



「食育講演会」講師：上昌広氏

5 食育講演会…計6回実施

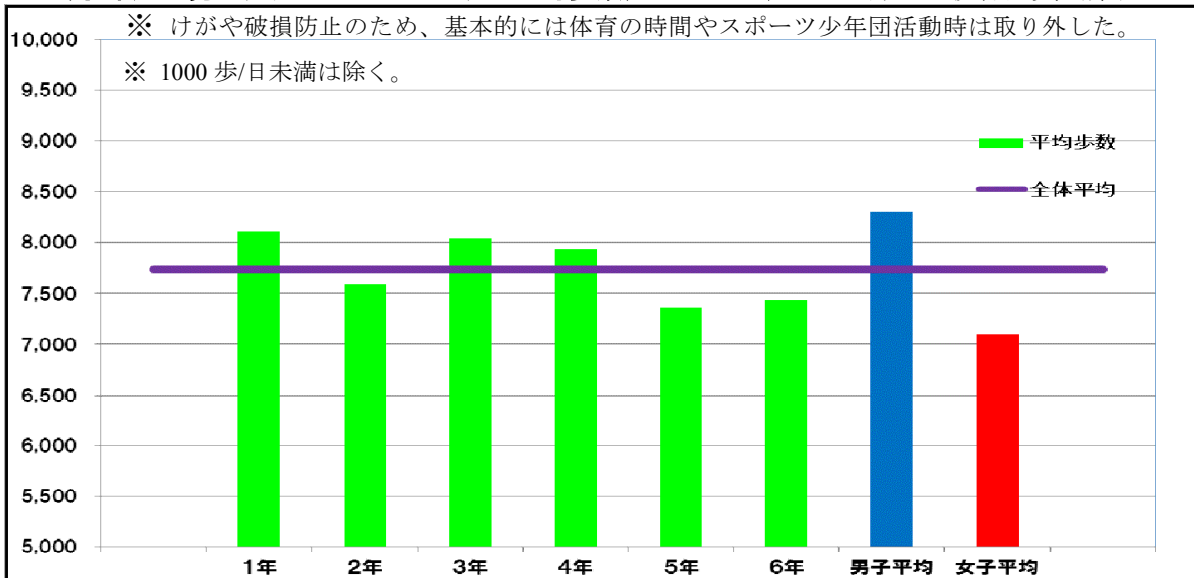
- 「食で人は変わる」講師 イタリアンシェフ 目黒 浩敬 氏（新地町出身）
新地小の高学年と福田小の全学年（授業参観日）で実施
- 「口から入るもので人生は決まる」講師 Jフードハーモニー代表 嶋崎 淳子 氏
駒ヶ嶺小の全学年で実施（授業参観日）
- 「食と放射線、そして健康」講師 東京大学医科学研究所 特任教授 上 昌広 氏
尚英中の1年生で実施
- 「健康・スポーツ・オリンピックと食事」講師 東京オリンピック・パラリンピック競技
大会組織委員会 企画財政局企画部長 小幡 泰弘 氏 尚英中全学年で実施
- 「食と放射線、そして健康」講師 東京大学医科学研究所 特任研究員 坪倉正治氏
駒ヶ嶺小の3・4年で実施

6 活動量計と体組成計の活用

町内全3小学校の児童468名に活動量計を携行させ、体組成計とリーダーを各校に1台ずつ設置し、2学期から使用を開始した。8月末に保護者に対して機器使用に関する文書を送付し、各小学校で児童に対する使用方法の説明を行った。体組成計では、身長、体重、体脂肪、筋肉量、推定骨量、脂肪量、肥満度を計測した。児童は活動量計を基本的に毎日携行し、各自で活動量（歩数等）を確認した。また、各自のデータは、週に1回程度定期的にリーダーでタニタに送信し、記録を保管した。得られたデータは「からだシート」としてプリントアウトし、児童にフィードバックした。

活動量（歩数）の多い児童を表彰して意欲を喚起する学校もあった。また、活動量の導入を機会に、親の車で送迎をやめ、徒歩で登下校するようになった児童も見られる。

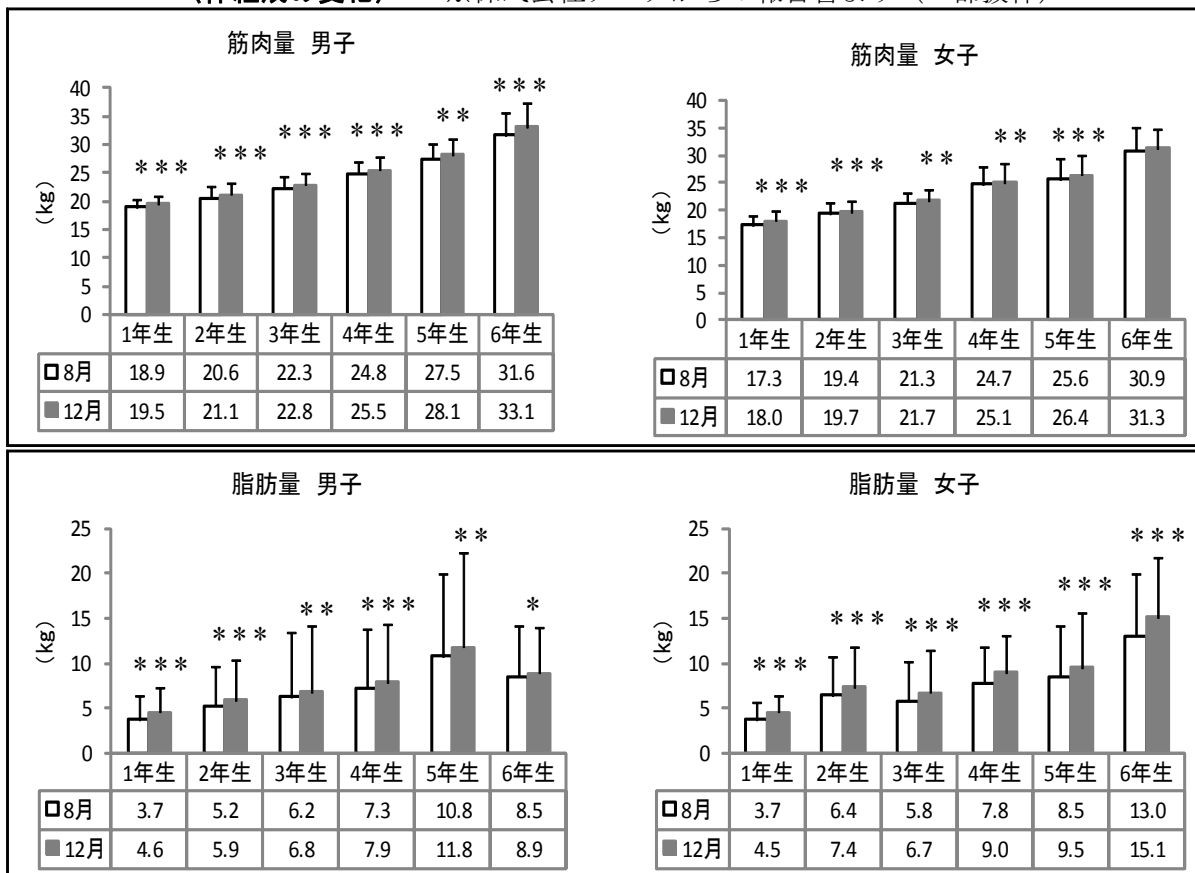
〈学年別・男女別児童の1日当たりの平均歩数〉9～11月 ※新地町教育委員会集計



	1年	2年	3年	4年	5年	6年	男子平均	女子平均	全平均
9月	7,637	7,375	8,055	7,637	7,270	7,159	8,120	6,871	7,522
10月	8,510	8,188	8,563	8,429	7,879	8,034	8,875	7,621	8,267
11月	8,178	7,192	7,500	7,713	6,948	7,107	7,939	6,838	7,440
3ヶ月平均	8,108	7,585	8,039	7,926	7,366	7,433	8,311	7,110	7,743

- 男子平均が約8,300歩、女子は約7,100歩で、男子は女子よりも約1,200歩多かった。
- 高学年になると歩数が減少する傾向が見られた。
- 10月の歩数が一番多かった。マラソン（持久走）大会に向けた練習が開始されたためと推測される。

〈体組成の変化〉 ※株式会社タニタからの報告書より（一部抜粋）



8月と12月の筋肉量と脂肪量変化を男女で比較したところ、6年生では、筋肉量変化は男子が女子よりも有意に大きく、脂肪量変化は女子の方が有意に大きいという結果で、体組成に男女差がみられた。

7 「すくすく教室」の実施(個別指導)

(1) 対象：小学4年生～中学1年生の希望者

※ 4月実施の身体測定で、身長と体重の関係から「肥満傾向（肥満度20%以上）または痩身（肥満度-20%以下）」と判定された児童生徒の中から

(2) 内容：①身体測定（各学校の計画により毎月1回）

②個別指導（養護教諭及び栄養教諭による）：「すくすくカード」記入

③資料を配付し、保護者への啓発

※10月から、平均歩数のフィードバックや「からだシート」の活用

8 「学校給食エネルギー給与目標(食事摂取基準)の設定」

- 全校を対象に、児童生徒の体格等を考慮し、学校給食において適切な栄養管理を行った。

9 食育広報誌「食育しんち」の発行 全13号

- スーパー食育スクール事業等の啓発資料として新地町全児童生徒に配付した。

10 「業間チャレンジ」各小学校で実施

- 2時間目の休み時間に5分間走等の活動を実施し運動量の確保に努めた。
- 各校で、校庭の遊具を活用したり、異学年グループでの運動遊びを実施したり、楽しく行えるカードを作成したりするなど、工夫ある取組がなされた。

※ 中学校においては、保健体育の授業や部活動の導入時に運動量の確保を行った。

6 成果

- ① 活動量計の導入により、被災地の児童の活動量（歩数）を把握することができた。1日当たり約 8,200 歩（スポーツ少年団やスポーツクラブは除く）であること。男子は女子より 1,000 歩以上多いが、体育の授業時では男女差はほとんどないことなどが分った。また、導入を機会に、親の車による学校への送迎を見直し、徒歩で登下校するようになった児童が見られた。
- ② 活動量計や体組成計から得られたデータの活用により、よりきめ細やかな個別の健康相談や指導が可能になった。
- ③ 適正体重の児童生徒数に大きな変化は見られなかったが、小学校においては痩せ（痩身）が若干減少し、中学校においては肥満度 20%以上の生徒の割合が 3.8ポイント減少した。
- ④ 「朝食について見直そう週間運動」において、家庭に対しても生活習慣の改善の啓発活動を積極的に行った結果、朝食摂取率は約 99%と高水準を維持し、評価指標を達成した。
- ⑤ アンケートでは、食育が大切であると答えた児童生徒は約 98%、保護者は約 99%と食育への意識が高まっている。また、家庭で新地町産食材を「よく使用する、時々使用する」の割合が、昨年度 5月の 68%から約 85%に増加した。各方面の専門家を講師として招聘し、安全安心な食材、地場産食材のよさ、また、食と健康に関する食育講演会や食育講座を継続して実施したことも影響しているのではないかと推測される。
- ⑥ 地場産物の学校給食への活用率は、昨年度の 21.7%から今年度は 31.4%と 9.7ポイント増加した。また、アンケートの結果から、「安全が確認された食材なら給食に使用してよい」と答えた保護者の割合が若干増えた。家庭での新地町産食材の使用も増加した。
- ⑦ 児童生徒と大人がペアで取り組む「17字のふれ合い」には食育に関する応募が 693編あり、児童生徒の 9割以上が参加したことになる。児童生徒の食への意識が高まったと感じられる。
- ⑧ 「わが家のおすすめ料理コンテスト」には 36点の応募があり、上位入賞作品は町の健康福祉まつりにて表彰した。また、最優秀作品を試食できるコーナーを設けた。SSSの取り組みを地域に発信し、事業の趣旨を地域に広めることができた。
- ⑨ 活動量計や体組成計等の機器から、またアンケートから得られたデータの分析を郡山女子大学とタニタに依頼することにより、今後役に立つ資料や客観的な評価の材料を得ることができた。
- ⑩ 全児童生徒に配付する「おすすめ料理レシピ集」、町内全戸に配付する「食育パンフレット」を作成し、SSSの取組を広く情報を発信したことにより、児童生徒保護者及び地域の食に対する意識が変容した。

7 スーパー食育スクール事業の取組状況の情報発信

- ・食育講座と食育講演会への保護者や地域、他校教職員等への開催案内の周知及び参加
- ・新地町教育委員会及び各校のウェブページによる本事業の取組状況等の公表
- ・各校の学校だよりや新地町教育委員会の広報誌「食育しんち」による公表
- ・新聞社やテレビ局による本事業諸活動に関する報道

8 今後の課題

- ① 健康課題の解決をテーマに掲げて取り組んできたが、アンケートからは、「健康である」と回答した児童生徒は半数に満たなかった。保護者からは心配なこととして、「偏食」と「体格」の選択が多く、児童生徒の実態やニーズに応じた活動の工夫も考えていく必要がある。
- ② 今年度の肥満傾向児の出現率に関しては、小学校においては微増、中学校においては減少という結果であった。春期と冬期の比較で期間も短かったため、専門家からはもう少し長い期間での変化、経年変化で同じ時期を見るべきであるとの指摘を受けた。
- ③ 各家庭での食習慣の改善、児童生徒の家庭での実践力につながるような工夫ある食育の在り方を考えていかなければならない。
- ④ 活動量計や体組成計の導入により得られた、被災地の児童生徒の基礎的データをさらに活用する取組を進めていきたい。また、学校生活中の活動量、平日と休日の違い、摂取と消費カロリーなど、新たなデータも整えていきたい。

- ⑤ 今年度からほぼ毎回の学校給食で地元産食材を使用できるようになった。しかし、年度が変わると卒業及び入学に伴い保護者の一部も入れ替わるため、今後も引き続き食材の安全面に関する取組を食育講座や食育講演会に取り入れると共に、広報誌「食育しんち」等で情報発信を行う必要がある。
- ⑥ 個別の健康相談・指導の充実に向け、より効果的なデータの収集とフィードバックの在り方、視覚に訴える資料の作成などについて探っていきたい。