

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	学校法人中村学園	実施校名	中村学園女子中学校・中村学園女子高等学校
学校のホームページアドレス	http://nakamura-njh.ed.jp/		

1 取組テーマ（中心となるテーマ： 食と健康 ）

3つの「わかる」で食のマイスターを目指す

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

関 好孝	福岡県総務部	私学学事振興局長
辰田 一郎	福岡県教育庁	教育振興部長
小寺 均	福岡県農林水産部	農林水産部長
棕野 清彦	福岡市農林水産局	農林水産局長
倉重 博文	J A福岡中央会	会長
甲斐 諭	中村学園大学・中村学園大学短期大学部	学長
末松 祐而	中村学園事業部	事業理事
富岡 博幸	中村学園女子中学校・中村学園女子高等学校	後援会会長
安達 一徳	中村学園女子中学校・中村学園女子高等学校	校長
上野 祥子	中村学園女子中学校・中村学園女子高等学校	教諭（家庭科）
二宮 愛	中村学園女子中学校・中村学園女子高等学校	養護教諭
中川 未宇	中村学園女子中学校・中村学園女子高等学校	栄養教諭

4 連携機関及び連携内容

連携機関名	連携内容
中村学園大学・同短期大学部	食育調査・食育講演会
中村学園事業部	スクールランチ（テーマ別献立）
中村調理製菓専門学校	テーブルマナー講習会
J A福岡中央会	農業体験・食品加工
如水庵グループ	親子料理教室（和菓子）

5 実践内容

事業目標

[中学3学年] 3つの「わかる」で食のマイスターを目指す

A. 心でわかる (感情や情緒)

食物を大切にし、食物の生産等に関わるすべての人々への感謝の心を育む。

B. 頭でわかる (知識)

心身の成長や健康の保持増進の上で望ましい栄養や食事の取り方を理解し、自らの食生活の課題を解決する力を身に付ける。

C. 身体でわかる (体験)

農業・漁業体験や調理実習、食品加工などの体験を通じて調理技術を身に付ける。

[高校3学年] 3つの「わかる」で食のスーパーマイスターを目指す

A. 心でわかる (感情や情緒)

食物を大切にし、食物の生産等に関わるすべての人々への感謝の心を育むとともに、世界の食の問題について考え、解決しようとする姿勢を身につける。

B. 頭でわかる (知識)

栄養学、食品学、調理学の基礎的な知識や、生物や保健などのさまざまな教科の知識を幅広く身につけ、食生活に生かすことができるようになる。

C. 身体でわかる (体験)

体組成計での計測や食育調査をもとにした教科横断型の授業等により、食と運動と健康の関わりを理解した上で、栄養バランスの良い献立を作成し調理することができるようになる。

評価指標

- ①「食のマイスター」到達度
- ②食育調査 (平成19年度より継続調査)
- ③食生活アンケート (生徒・保護者・教員)

評価方法

- ①「食のマイスター」到達目標により、栄養教諭、各教科担当者、クラス担任、保護者が評価する。
- ②中村学園大学の協力のもと、食事調査・アンケート調査 (運動習慣・生活習慣・ヘルスチェック) 身体計測 (身長・体重・腹囲・超音波骨) を行い、比較検証する。
- ③年に2回実施し、意識や行動の変容、取り組みの効果について検証する。

評価指標を向上させるための仮説(道筋)

- ① 保護者の食に対する意識の向上を目指すために保護者参加型の食育プログラムを導入する。親子料理教室や食育講演会、給食試食会を実施、食のマイスター検定では評価者に保護者を加えて行う。
- ② 過剰な痩身意識の改善を目指すために体組成計での計測を継続して行うことで、自分の身体に興味を持たせ、食育講演会や食育授業では正しい知識を身に付けさせる。
- ③ 偏食、朝食の欠食、夜食などの食生活の問題の改善のために個別栄養指導を行う。
- ④ 食べ物の大切さや生産者への感謝の心を育むために農業・漁業体験、調理技術の習得や給食の完食率の向上のための取り組みを行う。
- ⑤ 生徒たちが主体的に食育を学ぶことができるように、生徒から他の生徒や地域、家庭への食情報発信のため、SSクラブを発足する。

以上のことを検証評価するために食育調査、食生活アンケート、新たに改訂した「食のマイスター検定」到達度を使用する。

実践内容

○具体的な取組

1. スクールランチ (中学)

食育の一環として給食を実施。行事食献立や風邪予防、夏バテ予防などのテーマ給食や、箸の使い方などのマナー指導を行い、食への関心を高めると共に、完食率の向上を目指した。



2. 個別栄養指導

食生活アンケートや給食の様子、体組成計の計測結果をもとに、個別に栄養指導を行った。

3. S Sクラブ活動 (中学)

希望者を募り、クラブを結成。野菜の栽培、食品工場の見学、オリジナルカレーの研究、給食完食のための取組みなどを行った。

A 「心でわかる (感情や情緒)」の取組

食育講演会に参加したり、エッセイコンテストに応募したりすることで、命をいただくことのありがたさや、世界の食糧事情に関心を持ち、食を通じた心の教育に努めた。また、家族の一員として食に関わる機会を設け、自己肯定感や自立への基礎を養った。

①食育講演会 (全校) 3回実施 内田美智子先生、片桐純子先生、寺澤洋子先生

②夏休みお手伝いレポート (中1～高1)

③国連 WFP エッセイコンテスト 2015 への応募 (中1～高2)

④親子料理教室 (中3)



B 「頭でわかる (知識)」の取組

食材の栄養や旬、食べ方のマナーやはしの正しい持ち方等、食に関する専門的な知識を食育授業や品工場見学を通して学び、体組成計での計測を通して、自分の体のデータと食生活を関連させて学んだ。

また、教科横断型の授業では、さまざまな教科の中での「食」に気づき、関心を深めた。国語科では食糧問題や食の世界遺産について、自ら調べ、探究し、プレゼンを行い、提言書を発表した。

①食育授業 (中1～高1 各学年3時間実施)

②食品工場見学 (中学) 味の素工場 うま味について考える

③体組成計での計測「自分の体を知る」 (中1～高1)

④教科横断型での取組

(社会科、理科、国語科、保健体育科) (中1～高1)



C 「身体でわかる（体験）」の取組

農業体験や漁業体験を通して生物の育成や成長・収穫の喜びを体験し、これらの職業への理解を深め、偏食の克服を図った。世界の料理講習やテーブルマナー講習では、食育授業での学びを実践し、理解を深めた。家庭科では、食品加工や調理実習の回数を増やし、調理の機会を多く設定した他、包丁研ぎや切り方テストを行うことで意欲的に調理に関わる態度の養成と、基本的な調理技術の着実な習得を目指した。

①農業体験：さつまいも栽培（中1、2回実施）野菜栽培（中2、10回実施）

②漁業体験：地引き網体験（中1）

③世界の料理講習：インドカレー（高1）

④テーブルマナー講習（中1）

⑤食品加工実習

お漬物（中2）

味噌作り（中3）

りんごジャム（高1）

⑥家庭科での取り組み

（調理実習、包丁研ぎ、切り方テスト等）



3. 生徒の研究発表の場（文化祭）：食育迷路（中1）野菜販売（中2）企業コラボ（中3）

各学年が「食」をテーマにSSS事業での学びをさまざまな形で発表した。

中1は食のクイズを用いた迷路を作り、中2は野菜の販売を行い、中3は和菓子メーカーと協力してオリジナルの商品を開発した。たくさんの人に喜んでもらおうと試行錯誤する中で、自主性を高め、実践的に取り組む態度を養った。



6 成果

本事業に関する評価を検証する方法として、「食生活アンケート」と中村学園大学協力のもと、平成19年度より継続調査を行っている「食育調査」、「食のマイスター到達度」を用いる。

「食生活アンケート」

平成27年度食育アンケート・5月と12月に実施・生徒、保護者、教員対象

「あなたは夜食を食べていますか」【生徒対象】

	平成26年度		目標値	平成27年度5月		平成27年度12月	
殆ど食べない	70%			59%		75%	
1週間に2~3日食べる	18%	30%	15%	23%	41%	11%	25%
1週間に4~5日食べる	3%			5%		4%	
殆ど毎日食べる	9%			13%		10%	

「あなたは朝食を食べていますか」【生徒対象】

	平成26年度		目標値	平成27年度5月		平成27年度12月	
必ず毎日食べる	85%			83%		83%	
1週間に2~3日食べないことがある	9%	15%	9%	9%	17%	13%	17%
1週間に4~5日食べないことがある	3%			4%		1%	
殆ど食べない	3%			4%		3%	

夜食に関しては、目標値には達しなかったものの、最終結果では「夜食を食べる生徒」が平成26年度よりも5%減少した。朝食に関しては、欠食率が増加しているが、内訳を見ると「1週間に4~5日食べないことがある」が減少した。

その他「正しいはしの持ち方」の認識が71%から80%に増加。「共食」に関しては、SSS事業対象生徒（54%）の方がそれ以外の生徒（42%）よりも「家族そろって食べる」割合が高い。

「食育調査」

平成26年度の調査により、以下の成果が挙げられた。

(1) 踵骨音響的骨評価値の変化率(ΔOSI)

	中1→中2	中2→中3	中3→高1	高1→高2	高2→高3
%	9.2	7.59	6.97	6.98	6.63

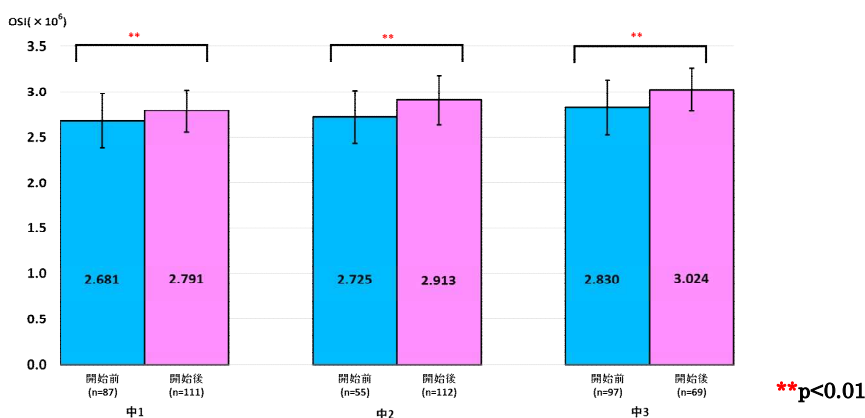
中1～高3の一年間における変化率ΔOSIは、中1から中2における期間において高く、中学生期はΔOSIの獲得が大きいことが窺えた。

(2) OSIと体格 OSI(×10⁶)

中学生期			高校生期		
やせ群	普通群	肥満群	やせ群	普通群	肥満群
2.894	3.012	3.003	2.923	2.999	3.124

肥満度判定により評価された結果に基づきそれぞれ「やせ群」「普通群」「肥満群」の3段階に区別し、OSIを検討した結果、中学生のやせ群のOSIは普通群に比べ優位に低値を示した。そのことより適正体重の維持は重要であることが示唆された。

(3) 学年別による給食開始前・後のOSIの比較



※中1、中2は平成25年度より学校給食開始。中3は平成26年度より学校給食開始。

スクールランチ開始から3年目を迎え、給食開始前と開始後のOSIを比較した結果、すべての学年において給食開始後の方が優位に高値を示した。成長期の中学生にとって、給食は有効であることが窺える。

「食のマイスター到達度」

食のマイスター検定 最終評価	平成26年度事業		平成27年度事業	
	目標値	事業終了時の値	目標値	事業終了時の値
上級	50%	57%	60%	73%
中級	35%	31%	35%	23%
初級	15%	7%	5%	4%

昨年度の上級57%、中級31%、初級7%に対して、本年度は上級73%、中級23%、初級4%となり目標値を達成することができた。

7 スーパー食育スクール事業の取組状況の情報発信

公式ウェブサイトと学園広報誌で公表し、学園関連イベントにおける発表や報道機関へのプレスリリースなどを行った。

8 今後の課題

(1) 朝食を毎日食べる生徒を増加させる。

今年度は欠食率が昨年度よりも増加し、17%となった。保護者も同様の傾向があり、今後も保護者も一緒に食育を推進する必要がある。

(2) 「家族一緒に食事をする」共食の家庭を増加させる。

(3) 「夜食を取らない」規則正しい食習慣が身についた生徒を育成する。

(4) 「正しくはしが持てる」生徒を増加させる。

(5) 今年度SSS事業対象外だった生徒にも食育を推進する。

SSS事業対象外の生徒は、従来の本校の食育を受けていたが、食生活アンケートに良い変化が見られず、家庭科教科内だけで単発で行う食育の取組だけでは、十分な効果は見込めないことがわかった。