

# 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          | 熊本県                           | 実施校名 | あさぎり町立免田小学校 |
| 学校のホームページアドレス | http://es.higo.ed.jp/mendaes/ |      |             |

## 1 取組テーマ（中心となるテーマ：食と健康）

食から見つめ直す健やかな心と体 ～食育支援システムを活用した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

|        |                          |
|--------|--------------------------|
| 本田 榮子  | 九州看護福祉大学非常勤講師            |
| 深山 知子  | 株式会社 タニタ 開発部             |
| 寺園 幸恵  | 株式会社 えがお 人財開発部（管理栄養士）    |
| 山村 純一  | あさぎり町立免田小学校学校医           |
| 西 実良   | あさぎり町学校給食食材生産者代表         |
| 尾方 裕一  | JA くま中球磨営農センター長          |
| 蟻田 和子  | あさぎり町食生活改善推進委員代表         |
| 中村 笑   | あさぎり町ふるさと振興社代表           |
| 免田 潤一郎 | JA くま青壮年部免田地区代表          |
| 尾曲 幸輔  | あさぎり町立免田小学校 PTA 会長       |
| 佐藤 浩臣  | 熊本県立南稜高等学校教諭（食育担当）       |
| 吉村 英亀  | あさぎり町立免田小学校校長            |
| 黒木 靖子  | あさぎり町立免田小学校研究主任          |
| 田代 優子  | あさぎり町立免田小学校栄養教諭          |
| 大石 和子  | あさぎり町立免田小学校養護教諭          |
| 甲斐 真也  | あさぎり町農林振興課課長補佐           |
| 丸尾 律子  | あさぎり町保健環境課主幹（管理栄養士）      |
| 迫田 正純  | あさぎり町教育委員会教育課課長補佐兼指導主事   |
| 西村 浩二  | 熊本県教育庁審議員兼教育指導局体育保健課課長補佐 |
| 田中 誠   | 熊本県教育庁教育指導局体育保健課（事務局）    |
| 岩田 雪子  | 熊本県教育庁教育指導局体育保健課（事務局）    |
| 塩村 勝正  | 熊本県教育庁教育指導局体育保健課（事務局）    |
| 中野 浩二  | 熊本県球磨教育事務所指導主事           |

## 4 連携機関及び連携内容

| 連携機関名           | 連携内容                       |
|-----------------|----------------------------|
| 生産者代表           | 体験活動への協力                   |
| 学校医             | 定期健診・健康課題に対する指導・助言         |
| 九州看護福祉大学大学非常勤講師 | 推進委員会における助言                |
| 株式会社 タニタ        | データ収集・管理・分析及び助言、特別授業セミナー講師 |
| 株式会社 えがお        | 推進委員会における助言                |
| 農林振興課、保健環境課     | 推進委員会における助言、親子料理教室講師       |
| 県立南稜高校          | パン作り等交流・体験活動等への協力          |
| JA 青壮年部免田地区     | 授業及び体験学習等への協力              |
| あさぎり町食生活改善推進委員  | 授業及び体験活動等への協力、親子料理教室講師     |
| ふるさと振興社         | 授業及び料理教室への協力               |
| あさぎり町商工会        | 体験活動等への協力                  |
| JA くま中球磨        | 体験活動等への協力                  |
| 球磨酪農農業協同組合婦人部   | 親子料理教室講師                   |

## 5 実践内容

### 事業目標

運動量の増加、肥満傾向児童の出現率の減少、朝食の欠食率や朝食内容の改善及び食に対する感謝の気持ちをもった児童の増加等を目指す。また、家庭への啓発を積極的に行い、保護者の食育に対する意識の変容を目指す。

### 評価指標

- ①朝食の欠食率0%、朝食品目数3品以上摂取率10%増加。
- ②学校給食における残食率0%。
- ③不登校児童率0%。
- ④欠席0の日を各学年前年度比10日以上増。
- ⑤活動量計の1日1人当たりの歩数合計を平均1,000歩以上増加。
- ⑥肥満傾向(肥満度20%以上)の児童の出現率10%以下。
- ⑦食事の際の挨拶の意味が分かり、感謝して食べることができる児童の割合100%。
- ⑧朝食、夕食を揃って食べる家庭の増加。

### 評価方法

<健やかな心について>

- ・アンケートによる食生活の調査の実施。(児童と保護者)
- ・料理セミナー等での感想文

<健やかな体について>

- ・アンケートによる食生活の調査の実施。(児童と保護者)
- ・データが蓄積される体組成計・活動量計等のICTを活用し、体と運動の関係についてデータの「見える化」を図り、分析・検証を行う。
- ・朝食内容や給食残食量を「食育チェックブック」に毎日記録し、データとして活用する。

### 評価指標を向上させるための仮説(道筋)

- 授業や調理セミナー等において食と運動の関係を十分理解させることで、体育の学習や全校体育、休み時間等への積極的取組を促し、運動量を増加させることができるであろう。
- 運動量と体組成の関係をICT等を活用し「見える化」を図り、定期的・継続的に情報提供することで、児童の活動意欲が高まり、肥満傾向の児童の出現率が低下するであろう。
- 食事を規則正しい時間に摂る習慣を身に付けることで、生活リズムが整い、心身が安定することで、肥満傾向の児童の出現率の低下や不登校減少にもつながるであろう。
- 料理教室や「弁当の日」の実施並びに食育通信やHP等による家庭への情報提供により、親子で食と健康について考え、取り組む機会を作ることで、食への意識改革と行動変容につながるであろう。
- 食育についての年間計画を職員全員が共通理解し、計画に沿った実践に取り組むとともに、授業改善や給食の時間における食に関する指導の改善を図ることで、食の大切さへの理解が深まり、給食の残食率を低下させることができるであろう。
- 農業系の科をもつ地域の県立高等学校との交流や生産者等を招いての体験活動を実施することにより、児童が身近な生産者や流通に関わる人々の努力をさらに理解するとともに、食物を大事にし、食物の生産等にかかわる人々や命をいただくことへの感謝の心を育むことを目指す。

### 実践内容

○具体的な取組 ※青色の文字は、写真や資料を掲載

<環境整備、各計画等の見直し及び作成・教材等の準備について>

- ・食育年間計画の見直し、免田小学校版「食育ステップ表」の作成と活用
- ・6つの「食に関する指導の目標」に関連した食育及び給食目標の設定
- ・食育ロードの設営
- ・食育の教材教具準備と活用
- ・ICT教材準備と活用
- ・各教室食育啓発コーナー設置
- ・「毎月お味噌の日(30日)」
- ※給食センター手作り味噌活用献立
- ・給食時間における食育タイム(毎日5分間)の設定



【栄養教諭による食育タイム】

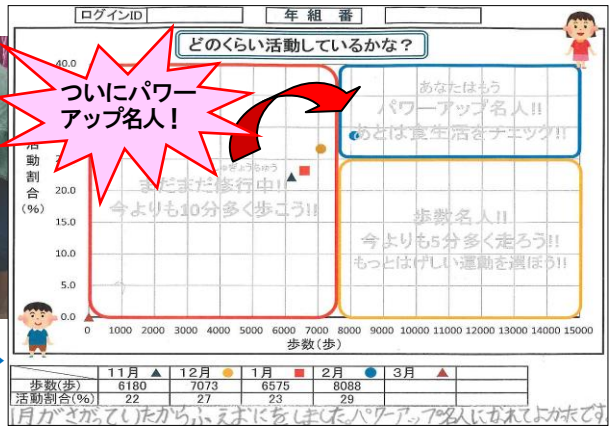


【環境委員会による食育タイム】

<会合関係>

- ・スーパー食育スクール推進委員会3回開催 ①7月13日(月) ②11月26日(木) ③1月22日(金)
- ・あさぎり町給食部会(栄養教諭及び給食主任)4回実施 ①5月②7月③12月④2月

＜調査・募集関係＞



- ・ 体組成及び活動量測定↑ (11月～2月)
- ・ 毎月測定結果の「見える化」を図る活動量カルテ
- ・ 食と生活に関する事前調査と事後調査 (6・12月)
- ・ 朝食キャンペーンへの取組 (朝食メニュー、標語、ポスター作成) ※標語の部最優秀賞
- ・ 全国いのちの食育書道コンクール※三島市消防局長賞受賞
- ・ P T A 母親部による夏休み「親子で考える給食献立コンテスト」募集及びグランプリ 献立試食会

【活動量カルテ (活動割合と歩数)】

＜食育・生活改善に関する講話及び授業、日常指導の工夫＞

- ・ タニタ特別出前授業「夢を叶える体づくり」①9月25日 (金) ②12月10日 (木)
- ・ 1年生P T A行事「親子給食」栄養教諭による講話
- ・ 食に関する学習の研究授業の実施と検証
  - 1年 学級活動「赤・黄・緑の食べ物の大切さを知ろう」※7月14日 (火)
  - 2年 生活科「ぐんぐんのびろ」※10月20日 (火)
  - 3年 総合的な学習の時間「大豆はかせになろう」※10月27日 (火)
  - 4年 学級活動「探れ! 給食パワー～考えて食べよう～」6月25日 (木)
  - 5年 家庭科「食べて元気! ご飯とみそ汁」※9月15日 (火) →
  - 6年 体育「体力向上プログラムを作ろう」1月25日 (火)



- ・ 食育に関する学級活動※全学年3回
- ・ 食育授業参観及び懇談会での保護者への啓発
- ・ テーマ「朝食の大切さについて」
- ・ 各教科の学習内容と関連させた給食献立作りと紹介
- ・ 食育チェックブック記入による自己管理：毎朝→
- ・ 各学年の学習や体験を食育タイムの放送で紹介
- ・ 栄養教諭の活用 (食育タイム巡回指導、体験学習講師紹介、授業参画)
- ・ 各委員会の食育月間の取組 ※給食委員会…時間内完食啓発、児童集会発表



・ 食育ロードの設営と啓発 ①

- [食育ロードの設営内容例]
- ◆園芸委員会による野菜栽培
- ◆筆使い名人修行 ②
- ◆スポーツ選手の食事コーナー
- ◆栄養教諭からの食育コーナー
- ◆朝食献立ランキング
- ◆食育カルタ作り ③



- ・ 親子朝食献立コンクールの実施
- ・ 生産者紹介と生産者からのビデオレター視聴
- ・ 保護者による大型紙芝居読み聞かせ
- ・ 献立配付時児童の「おすすめポイント」記入
- ・ 給食週間の実施
- ・ 縦割り班ふれあいタイム
  - ①なわとび大会 ②班対抗スポーツ大会 →
- ・ 新体カテスト結果を活用したパワーアップタイム
  - : 毎日始業前3分間実施、教科体育の充実
- ・ 昼休み外遊びタイム: 毎日昼休み後半15分
- ・ ランランタイム: 毎日昼休み最後の5分間
  - ※体育委員会による外遊び紹介
- ・ 「免田っ子の心構え10箇条」斉唱: 朝の会
- ・ 年3回「食育弁当の日」→
  - ※弁当名人コーナー設営 (食育ロード)
  - ※児童及び保護者への啓発
- ・ 肥満及び瘦身、低活動量児童への健康教室



1人ではとべなかったけど、6年生におんぶしてもらってとんだら、とっても気持ちよかったです。(1年生)

自分たちで作った梅干しを載せて、お弁当を完成させました! 梅干しが苦手だったけど、おいしかったです。





＜体験活動＞

- 1年生…サツマイモ栽培、調理、給食センター寄贈
- 2年生…夏・秋野菜栽培、おせち料理の菊花カブ作り
- 3年生…南陵高校生との大豆栽培と調理、味噌作り
- 4年生…食生活改善推進委員と梅干し作り
- 5年生…JAや焼酎生産者と米作り、焼酎仕込み
- 6年生…南陵高校生とのパン作り

ぬるぬるしているけど、気持ちがいいね。



手で植えていくのは時間がかかるね。昔の人は大変だったんだね。

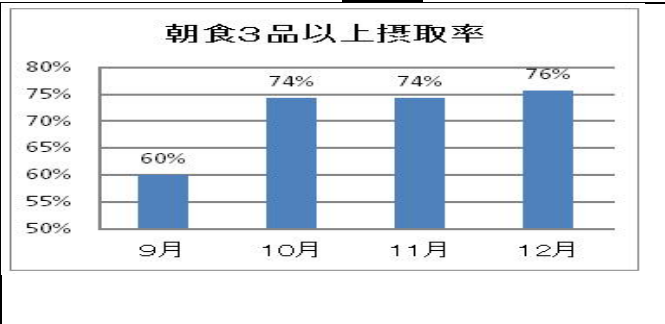
＜食育講演会及び料理教室＞

- ・あさぎり町教職員等研修会での食育講演会 ※8月21日（金）  
演題「命を育む食育～見方を変えると世界が変わる」 一般社団法人T A O塾代表 波多野 毅 氏
- ・あさぎり町管理栄養士による親子料理教室の実施 ※7月31日（金）
- ・第1回親子料理教室 球磨酪農農業協同組合女性部による「もっと牛乳をたべよう」町の管理栄養士と栄養教諭による牛乳の栄養指導 ※9月26日（土）
- ・第2回親子料理教室 栄養教諭と食生活改善推進委員による「健康のプレゼント 朝ごはん&ヘルシーおやつ」（お手軽3品朝食、常備菜、常備菜で栄養満点おにぎり）熊本県版「食育啓発DVD朝ごはんで学力アップ」視聴 ※11月28日（土）
- ・就学時健診時における食育と生活習慣改善（就学前教育振興と充実に係る実態調査の3項目）講話
- ・親子で聞くタニタ特別出前授業 ※12月10日（木）
- ・学習発表会での保護者及び地域の方対象食育ロード体験コーナー設置

6 成果

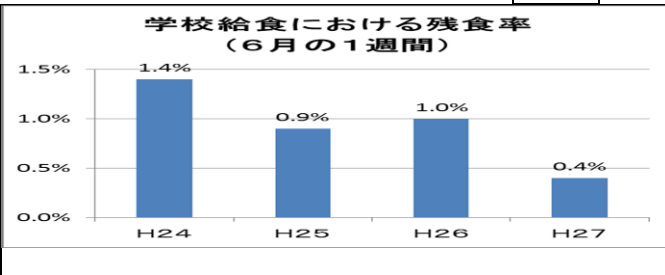
◎…十分達成 ○…概ね達成 △…達成不十分 ×…未達成

(1) 「朝食の欠食率0%」…達成△、「朝食品目数3品以上摂取率10%増加」…達成◎【評価指標①】



朝食欠食率について、授業参観や懇談会での啓発や啓発資料を加えた「食育チェックブック」を基に家庭での振り返り等を行ってきたが、「必ず食べる」という割合 93%は変化がなかった。しかし、朝食品目数摂取率については、3品以上食べている児童が、9月調査 60%から10月調査では70%以上になり、大きな向上が見られた。今後、取組を更に工夫することで朝食欠食率の改善も期待できると考える。

(2) 「学校給食における残食率0%」…達成○【評価指標②】



研究開始前の数年間は、残食率が約1%台の状況であった。本年度、望ましい食生活についての理解を深め、実践力を高める取組を行ったことにより、残食率が0.4%と半減し、大きな改善が見られた。担任や栄養教諭、食育担当者や給食担当者による食育指導、そして児童相互の学び合いを行う毎日の「食育タイム」の効果も大きかったと思われる。

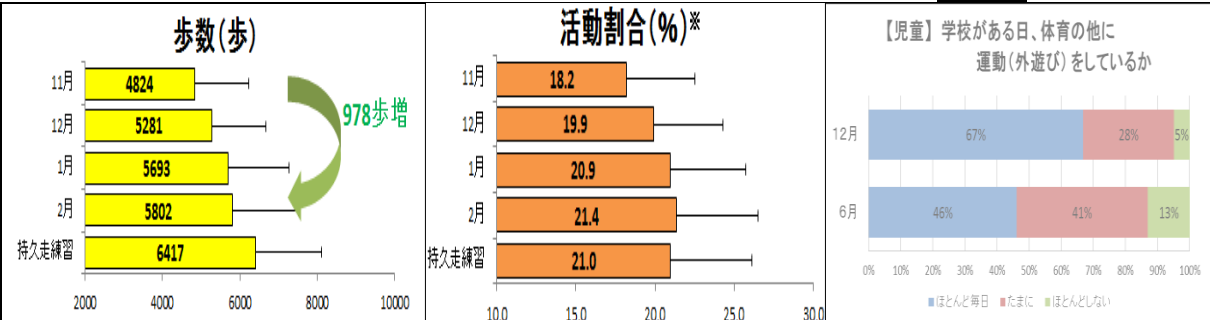
(3) 「不登校児童率0%」…達成×【評価指標③】

「食生活」「運動」「睡眠」等の生活習慣を整える生活チェック週間や「愛の1・2・3プラス1運動」等の取組を行ってきたが、児童1人の不登校を改善できなかった。現在も組織で対応しており、改善に向けた努力を続けていきたい。

(4) 「欠席0の日を各学年前年比10日以上増」…達成×【評価指標④】

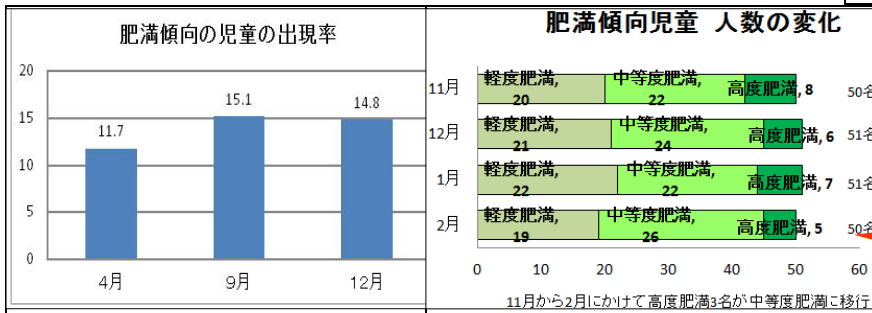
手洗い・うがいの励行や「食生活」「運動」「睡眠」等の生活習慣の改善、欠席0継続日数の紹介等を行ってきたが、全学年でマイナスの結果となってしまった。12月に全児童が無欠席であったクラスもあり、健康維持への意識は高まりつつあると考える。

(5) 「活動量計の1日1人当たりの歩数合計を平均1,000歩以上増加」…達成○【評価指標⑤】



「からだシート」「活動量カルテ」で体組成測定結果や個人内の変容を「見える化」したことにより、活動量が低下傾向にある冬場に978歩増加した。また、運動の強度を表す「活動割合」は、持久走練習期間を上回った。このことから、運動への意識が有意に高まったと言える。

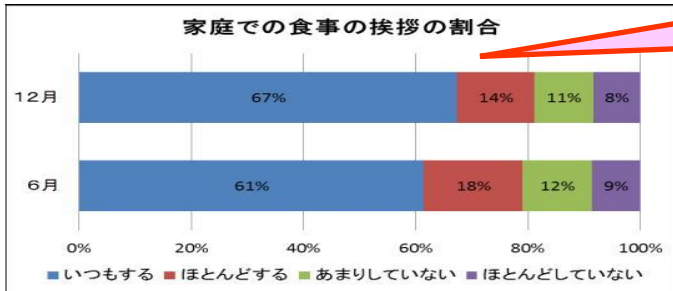
(6) 「肥満傾向(肥満度20%以上)の児童の出現率10%以下」…達成×【評価指標⑥】



肥満傾向の出現率は、長期休業以降変わらず、事前の働きかけの大切さを感じたが、肥満傾向児童の歩数は988歩、活動割合は3%増え、高度肥満3人が中等度肥満に移行していた。

2月は、体脂肪率が減って筋肉量が増えた児童が約3割いた。

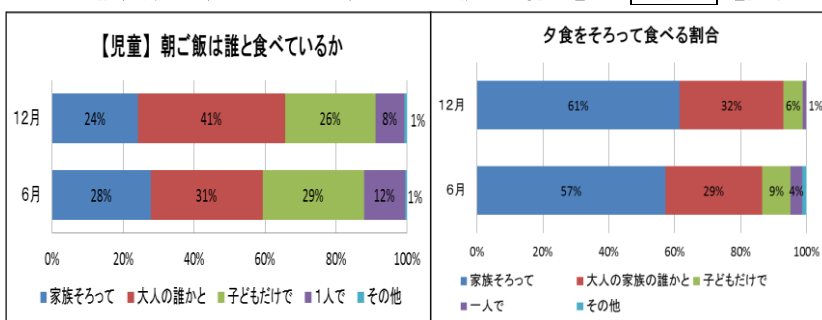
(7) 「食事の際の挨拶の意味が分かり、感謝して食べる児童の割合100%」…達成○【評価指標⑦】



家庭で「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶を「いつもする」割合が、6月の61%から12月では67%と増加が見られた。

給食では食事の挨拶の意味や食への感謝等について指導し、食事の前と後に必ず挨拶をして習慣化を図っている。挨拶の意義の理解を深める取組を工夫することでさらなる改善が期待できる。

(8) 「朝食、夕食を揃って食べる家庭の増加」…達成◎【評価指標⑧】



「家族揃って」「大人の誰かと」食べることを共食と捉える。朝食では、6月が59%で12月は65%、夕食では、6月が86%、12月は93%とどちらも改善していた。「食育チェックブック」を基に親子で毎月振り返り、コメントをもらう活動の効果だと考えている。

(9) その他の視点より

- ・食への興味や関心の高まり、知識の深まりが見られ、栄養を考えて食べる児童が増加した。
- ・体育以外の運動量が増加し、不定愁訴が改善した児童が多く見られた。
- ・食生活の課題や改善のための具体例を共有し、保護者の食育への関心と実践力が高まった。

7 スーパー食育スクール事業の取組状況の情報発信

- あさぎり町ホームページに学校給食に関する「今日の献立」とその日の献立作りのポイントや食育の啓発を図る「一口メモ」の掲載
- あさぎり町の広報に食育に関する取組を掲載
  - ・親子料理教室「もっと牛乳を食べよう」・あさぎり町教育フェスティバルでの食育実践発表等
- 学校新聞「くろつち」に食育関連啓発記事の掲載
- 家庭・地域連携部と給食委員会による保護者を対象にした「食育便り」の発行
- 『免田っ子祭り』において、「食育ロード体験コーナー」の設置と保護者や地域の方への啓発
- スーパー食育スクール事業取組の様子を地元新聞紙に掲載
  - ・熊本日日新聞社 ・人吉新聞社
- 球磨管内栄養教諭研修会における授業提供と合同授業研究会による意見交換及び啓発
- あさぎり町立免田小学校のホームページに食育関係の取組の様子を紹介
- あさぎり町『健康福祉祭り』における「免田小学校食育弁当名人」の作品展示による啓発

8 今後の課題

- 自己管理能力の基礎となる「発見力」「めあて力」「実行力」を高める取組の充実
- 自己管理能力の定着を支える「食育チェックブック」の効果的な活用の工夫
- 家庭での食生活における実行力を高める取組の工夫
- 家庭間の差の縮小を図る必要感ある取組の工夫
- 肥満児出現率の低下を図る取組の内容と時期の検討
- 食事の際の挨拶の意味が分かり、感謝して食べることができる児童を増加させる取組の工夫
- 「新体力テスト」全国平均に近づく取組の継続
- 学校便りと校内掲示による善行児童紹介等による児童の規範意識を高める取組の継続
- 本年度の様々な取組の効果の検証と来年度へ向けた見直し