

# 平成 29 年度「つながる食育推進事業」成果報告書

受託者名	福島県
モデル校名称	新地町立新地小学校
対象学年及び人数	全学年 200人
栄養教諭等の配置	平成28年度から栄養教諭が1人配置

## 1 取組テーマ

「新地の子どもは、さ・わ・や・か・だ！」をスローガンに、食を中心とした生活習慣の改善等による健康課題の解消

### 【ポイント】

和食を中心とした食生活への回帰を食の安全・安心とともに推進しながら、実態に基づき食を中心とした生活習慣の改善について継続的に指導すれば、自ずと摂取エネルギーと消費エネルギーの不均衡状態が改善され、肥満傾向児の出現率が低下するとともに児童や保護者の「健康なからだづくり」の意識向上が期待できる。加えて、地場産物活用によって食べる喜びや郷土愛の育成が期待できる。

事業展開の軸は、以下の3つとする。

- (1) 「さ・わ・や・か・だ」の実践のための食育講座（和食・地場産物活用）や食育講演会と各教科との連携を図った食に関する指導  
\* 「さ...魚 わ...和食 や...野菜 か...海藻 だ...だし、大豆製品」  
(東京家政学院大学の原光彦教授が提唱している「さわやか ダイエット」を参考)
- (2) 放射性物質検査の結果を基にした学校給食への地場産物活用と家庭への啓発
- (3) ICTを活用した調査とデータ処理による、リアルタイムな情報発信と課題解決への意欲付け

これらの事業展開により、子どもたちが主体的に「食と健康」を捉えることで、肥満傾向児出現率を4月比で-20%を目指す。併せて、健康関連データ、児童や保護者の「食と生活」に関する意識や保護者の地場産物活用の改善も目指す。

## 2 推進委員会の構成

「つながる食育推進委員会」（三春町教育委員会と合同開催）

委員長 三春町立三春中学校長

副委員長 新地町立新地小学校長

委員

- ・ 医師
- ・ 桜の聖母短期大学教授
- ・ 郡山女子大学准教授
- ・ 福島県 PTA 連合会代表
- ・ 福島県学校給食研究会栄養士部会長
- ・ 福島県学校保健会養護教諭部会長

- ・三春町教育委員会栄養士
- ・三春町立三春中学校栄養教諭
- ・福島県教育庁健康教育課主幹
- ・福島県教育庁健康教育課指導主事
- ・福島県教育庁相双教育事務所指導主事
- ・新地町教育委員会課長補佐兼指導主事
- ・新地町立新地小学校栄養教諭
- ・福島県教育庁健康教育課主任指導主事
- ・福島県教育庁県中教育事務所指導主事

「新地町食育推進委員会」

委員長 新地町教育委員会教育長

委員

- ・東京家政学院大学健康栄養学科教授
- ・福島県教育庁健康教育課指導主事
- ・福島県教育庁相双教育事務所指導主事
- ・新地町役場教育総務課長補佐兼指導主事
- ・新地町食生活改善推進会長
- ・新地町立新地小学校長
- ・新地町立尚英中学校長（連携校）
- ・新地町立新地小学校PTA会長
- ・新地町立福田小学校養護教諭
- ・管理栄養士（レシピ本著作者）
- ・福島県教育庁健康教育課指導主事
- ・新地町役場教育総務課長
- ・新地町健康福祉課栄養士
- ・新地町立新地小学校栄養教諭
- ・新地町立新地小学校養護教諭
- ・新地町立尚英中学校養護教諭
- ・新地町立駒ヶ嶺小学校養護教諭
- ・データ集計・分析会社代表

### 3 連携機関及び連携内容

連携機関名	連携内容
東京家政学院大学健康栄養学科	食育講演会の講師及び事業アドバイス、検証
新地町食生活改善推進員	食育講座の運営協力等
J A ふくしま未来 新地総合支店	体験学習、食材の放射線量測定、食材指導
相馬双葉漁業協同組合	体験学習、出前講座、水産物の安全管理
(株)フードスタジオマンマ	食育講座の講師及び事業アドバイス
AL FIORE (アルフィオーレ)	食育講座の講師及び運営協力
キッチンمام	食育講座の講師及び運営協力
根っこの会(新地産蕎麦研究会)	親子体験学習の講師
新地町農林水産課	生産者との連携
福島県水産試験場相馬支場	地元産魚介類使用への指導助言
福島県相双農林事務所	地場産物活用事業への指導助言

### 4 取組前のモデル校の状況

(1) これまでの食育の取組状況

平成28年度からモデル校に栄養教諭が配置され、同校長が町の食育指導部会長であることから、町の食育の中心校となっている。栄養教諭は、これまで担任とのTT指導で食に関する指導を実践し児童は食に関する正しい知識を身に付けてきた。また、震災後に激減した給食における地場産物活用率を回復するため、町の食育推進事業の中心的な役割を担い、町内給食部会を通して安全管理体制への取組を継続的に実施したり、大学教授等を講師に招聘した食育講演会を開催したりしてきた。その結果、保護者の理解の下、震災後に使用を控えていた地場産米が使用できるようになり、地場産物活用率も年々向上している。

モデル校においては、これまで何回も地場産物を活用した食育講座を開催している。その際安全・安心の確保のために、事前に放射線検査を複数回実施している。また、検査手順や結果を公開することにより、児童は安心して地場産物を活用し、自ら作って食べることの喜びを味わうとともに地場産物を活用することのよさを認識し、食べ物に対する感謝の心や郷土愛も育っている。児童会活動では、食育委員会で給食に関するトピック(栄養・食材・調理の工夫)をクイズ形式で紹介するなど、児童の主体的な活動を支援している。

P T Aや地域での活動では、町保健センターとの共催による親子料理教室や食の専門家を講師に招聘した親子調理体験活動、我が家のおすすめ料理コンテストをコーディネートするなどP T Aや地域との連携にも積極的に関わっている。

## (2) 学校の課題

定期健康診断、「食と生活」に関する意識調査、小児生活習慣病検診(4年生対象)の分析の結果から、次のような実態が明らかになった。

- ・肥満傾向児出現率が全国と比較して高い。(モデル校4月 15.6% 全国平均9.0%)
- ・肥満度20%以上の児童は「夕食で汁物を食べないときが多い・殆ど食べない」割合が高い。
- ・メディアとの接触時間が「4時間以上」や睡眠時間が「7時間以下」の児童が増加している。
- ・朝食摂取率は99%と高いが、炭水化物だけの児童が多く見られる。
- ・ファーストフードなどの食事を嗜好する傾向が強い家庭が見られる。
- ・小学4年生の血中脂質に異常傾向がある児童がいる。(H27は33%、H28は16.7%)

以上のことから、食生活及び生活習慣の改善に対する意識の向上と実践力の育成が課題となっている。課題解決のためには、学校給食や食育を礎に伝統食である和食について見直し、栄養バランスを考えた食事ができるように、学校・家庭・地域が連携協力しながら望ましい食生活の確立を図っていく必要がある。

## 5 評価指標の設定について

### (1) 共通指標について

- ① 児童生徒の食に関する意識に関すること
    - ア 朝食を食べることへの価値
    - イ 共食をすることへの価値
    - ウ 栄養バランスを考えた食事をとることへの価値
    - エ ゆっくりよく噛んで食べることへの価値
    - オ 食事マナーを身に付けることへの価値
    - カ 伝統的な食文化や行事食を学ぶことへの価値
    - キ 食事の際に衛生的な行動をとることへの価値
  - ② 朝食を欠食する児童生徒の割合
  - ③ 児童生徒の共食の回数
  - ④ 栄養バランスを考えた食事をとっている児童生徒の割合
- ※ 共通指標は、児童生徒アンケートによって測定する。

### (2) 仮説検証のための独自指標

- ① 肥満傾向児出現率の低下 → 4月との比較で20%減(4月、12月身体計測)
- ② 生活リズムの改善 → 平日22時まで就寝する児童増加(6月、12月意識調査)
- ③ 食生活に関する意識の向上 → 8割以上の項目での向上(6月、12月意識調査)
- ④ 学校給食での地場産物活用率の向上 → 60%以上 ※H28 55.3%(6月、11月意識調査)
- ⑤ 各種コンテスト出品数(%)の向上 → 前年度比10%の向上(出品数比較)

## 6 実践内容（評価指標を向上させるための仮説（筋道）を含めて）

### 【仮説】

和食を中心とした食生活への回帰を食の安全・安心とともに推進しながら、食を中心とした生活リズムの改善を、アンケートや各種健康調査結果の分析に基づいて継続的に指導していけば、自ずと摂取エネルギーと消費エネルギーの不均衡状態が改善され、肥満傾向児出現率が低下するとともに、子どもたちの「健康なからだづくり」の意識向上が期待できる。加えて、地場産物活用が増えることで地元の新鮮な食材活用を通して食べる喜びや郷土愛の育成が期待できる。

### 【課題解決のための実践内容】

- (1) 「さ・わ・や・か・だ」（以下「さわやかだ」と表記）の実践のために、児童・保護者向けの食育講座（地場産物活用）や食育講演会の実施と栄養教諭を中心とした食に関する指導の充実
- (2) 安全・安心を基盤とした学校給食への地場産物活用と家庭への啓発
- (3) ICTを活用した家庭への情報発信

上記の実践を、栄養教諭を中心にモデル校で展開し、新地町教育委員会と連携協力しながら3つの実践内容を総合的・有機的に関連させていくことで、肥満傾向児童の出現率を今年度4月比2割減、さらに健康関連データの改善を目指した。

### 【実践内容について】

- (1) 「さわやかだ」の実践のための児童・保護者向けの食育講座（地場産物活用）や食育講演会の実施と栄養教諭を中心とした食に関する指導の充実

#### ① 栄養教諭や外部専門家の積極的な活用

外部専門家を活用した食育講座（計4回）では、相馬双葉漁業協同組合新地婦人部、(株)だしのマルトモ、地元のパンコーディネーター（日本パンコーディネーター協会認定）、地元のおさかなマイスター（日本おさかなマイスター協会認定）が講師となって、地場産物を活用した調理体験などを実施した。10月に実施したおさかなマイスターによる4年生食育講座では、震災以降、風評被害などにより途絶えた郷土料理「ほっき飯」づくりに挑戦し、地場産物を活用するよさを再発見することができた。新鮮でおいしい地元産のほっき貝を活用したことが児童・保護者に好評で、「またつくってみたい」、「家族にもごちそうしたい」などの実践力につながる感想が多く見られた。調理体験のサポートとして、新地町保健センターから食生活改善推進員の方々が参加され、家庭・地域との連携が図られた。



貝むきから挑戦したほっき飯づくり

専門家による食育講演会（計2回）では、サッカー日本代表専属シェフの西芳照氏や、本町の食育スローガンの提唱している東京家政学院大学原光彦教授による講演会を行い、4年生以上の児童及び保護者、地域の方々が多数参加した。西シェフの講演では、サッカー日本代表の食事が魚・野菜を中心とした「さわやかだメニュー」であることを紹介していただき、世界の一流選手もコンディションを維持するために「さわやかだ」と同じ食事を選んでいることを話していただいた。



サッカー日本代表シェフによる講演

原教授の講演では、小学生にも分かりやすい内容で、「さわやかだ」の科学的な効果や睡眠・運動習慣の大切さについて説明していただき、児童は栄養バランスのとれた食事の大切さと規則正しい生活習慣の重要性について再認識することができた。

栄養教諭を中心とした食に関する指導では、1年生から6年生まで計6回、担任・養護教諭と連携しながら実施した。1年生では、生活科で新地町特産の「そら豆」を「剥く・茹でる・食べる」体験、2年生では朝の時間を活用して豆剥きしたグリーンピースをご飯にして食べる体験を実施し低学年の発達段階に応じた体験的活動が展開できた。3年生は、学級活動において苦手な食べ物を食べるための工夫について考え、タブレットで級友と意見交流しながら、各自の考えを広げることができた。4年生では、養護教諭とも連携しながら生活習慣病を予防するために「食事・運動・睡眠」が大切であること

を学ぶことができた。5・6年生は学級活動の時間を活用して「正しい食生活」や「正しい生活習慣」の大切さを学ぶことができた。

### ② エネルギーや栄養バランスを意識させる指導の工夫

適切なエネルギーや栄養成分等の摂取を意識した食に関する指導については、栄養教諭を中心に担任・養護教諭が連携して「食に関する指導」で実施している。各学年で年1回の指導ではなかなか意識付けから実践するまで児童を高めていくことは難しいことから、栄養教諭が日常的に給食指導等の中で呼びかけていくことで、継続的な指導を実現させている。

給食指導では、栄養教諭が配膳時に1年生から6年生までの教室を訪問し、その日の献立の特長や「さわやかだ」に関する食材、献立に使われている栄養素、地元産魚介類についてクイズ形式等で紹介し、食育の生きた教材である「給食」に対する関心や「さわやかだ」に関する知識・理解を深めている。このような日常的な指導の継続も大きな成果となっている。

### ③ 保護者・地域参加型の推進

町内小・中学校の取組や給食食材の事前検査結果、食育講座等の情報については、町食育広報紙「食育しんち」を通じて町内小・中学校保護者に発信している。さらに、町内の食育講座・食育講演会については、町教育委員会がプリントで参加を呼びかけ、他校の保護者や地域の方が参加できるようにした。

また、平日開催である食育講座・食育講演会に参加できなかった保護者や地域住民のために、町教育委員会ホームページにおいて講演会で使用したプレゼンテーションスライドや講演のダイジェスト動画、食育講座で使ったレシピなどを配信している。講演のダイジェスト版は単なる講演動画を短くまとめたものではなく、参加できなかった保護者に伝えたい内容を講師に精選していただき、5分～15分程度の動画として別撮りしたものを公開している。保護者からは「短時間で視聴できる」、「講演の振り返りで活用しやすい」などの感想をいただくことができ、家庭・地域との連携や学校間の連携強化にも大変役立っている。今年度はモデル校の他に隣接中学校で行われた食育講演会を含め、5つのダイジェスト版を公開している。



食育講演会のダイジェスト版を公開

### ④ 実践した内容の家庭・地域への周知の工夫

町内小・中学校では、食育講座や食育講演会の様子を学校ホームページにアップし、保護者や地域への周知を図っている。モデル校では、10月に実施した4年生食育講座「地元食材のほっき貝を使った郷土料理ほっき飯づくり」において、校長自らが児童の様子をその場で発信し、保護者や地域の方々から好評を得ている。町教育委員会ホームページでも、今年度から「新地町の食育」という新しいカテゴリーを作成し、町内小・中学校で共通で使うことができるコンテンツを周知している。なお、町内小・中学校及び町教育委員会のホームページはブログ形式でアップできるので、情報発信も容易でほぼリアルタイムに更新できることが強みである。

## (2) 安全・安心を基盤とした給食への地場産物活用と家庭への啓発

### ① 食材検査の継続と地場産物活用の有用性の周知

栄養教諭が町内小・中学校全ての給食献立を作成しているため、町全体で共通理解を図りながら新地産米や野菜、魚介類などの地場産物の活用が推進できている。検査体制については、新たに地場産食材を使用したり新地産食材を使用したりする日を対象に、毎月2回、町役場農林水産課検査室において事前検査を実施している。それとは別にモデル校では、栄養教諭が当日使用する食材の事前検査と産地確認を毎日実施している。検査体制については、新たに地場産食材を使用したり新地産食材を使用したりする日を対象に、毎月2回、町役場農林水産課検査室において事

### 食材検査の継続と地場産物活用の有用性の周知

- ・町食育だよりで毎回周知

第1号：検査体制の周知

第2号：地元産あじ

第3号：地元産たて

第4号：地元産ほっき貝

前検査を実施している。それとは別にモデル校では、栄養教諭が当日使用する食材の事前検査と産地確認を毎日実施している。このような継続的な食材検査により、学校給食の安全・安心が確保されている。

特に地元産魚介類の検査については、流通前の市場検査モデル校での事前検査、使用当日の検査と安全・安心のために計3回検査を継続している。町内の検査体制及び結果の周知については、町食育広報紙「食育しんち」で毎号紹介することで、地場産物の安全性の周知や活用促進に、大いに役立っている。周知内容については、今年度の第1号において検査体制の周知、第2号からは学校給食や食育講座で利用する地元産あじ、たこ、ほっき貝などの魚介類の検査結果を掲載した。

地場産物の有用性については、食育講座や親子食育体験活動の調理体験に参加した保護者に対して地場産物活用のよさを紹介したり町食育広報誌「食育しんち」で調理体験の様子や児童の感想を紹介したりして、保護者や地域への啓発活動に継続的に取り組んでいる。

## ② 地場産物を活用した「さわやかだレシピ」の普及

新地町では、平成26年度スーパー食育スクール事業から「わが家のおすすめ料理コンテスト」を実施し、「さわやかだ」及び地場産物を活用した家庭向けレシピの普及に取り組んでいる。平成29年度は町全体で66点の応募があり、そのうちモデル校からの応募は40点全体の6割を占めるなど、中心校ならではの食育に関する関心・意欲の高さが表れている。

応募されたレシピの内容についても、野菜を使ったレシピが100%、野菜を3種類以上使ったレシピが47.5%、和食を取り入れたレシピが62.5%、地場産物活用レシピが55%、魚介類活用レシピが50%と内容の充実が図られている。入賞レシピについては、11月の町健康福祉まつりにおいて町民の前で表彰式を実施したり、食育実践紹介ブースでの入賞レシピ集配布を行ったりしてコンテストの成果を地域へ還元している。最優秀賞・優秀賞レシピについては、町内の学校給食での提供、町作成おすすめレシピ集への掲載により家庭への普及も図っている。



## ③ 地元生産者との連携強化

栄養教諭が新地町在住であるメリットを生かし、地元生産者との連携がうまく機能している。地元生産者や地元直売所との連携により、学校給食や食育講座等で使用する地場産食材の放射性物質検査が徹底され、安全・安心のもとで高水準な地場産物活用率を維持することができている。栄養教諭のコーディネートにより、地元生産者と町教育委員会が連携して町特産品を紹介する動画を作成し、町教育委員会ホームページで公開した。今年度公開した動画は、地元産小女子のPR（相馬双葉漁業協同組合新地婦人部）、新地産にらといちじくの紹介（新地町農家）、県水産事務所駐在員による福島県の魚介類検査体制の4コンテンツである。これらの動画は町内小・中学校の食育や地域学習などの教材としても活用されている。



地元産いちじくのPR動画を公開

## (3) ICTを活用した家庭への情報発信

### ① クラウドを活用したアンケートの実施と周知

Googleアンケートサービスを活用し、6月と12月の2回、4年生以上の児童とその保護者を対象に食生活や生活習慣に関する意識調査を実施した。児童は、日頃の学習でタブレット活用に慣れているため、朝の時間などを活用して迅速に回答することができた。設問にきちんと回答しないと先に進めない仕組みにしたので、無回答も解消することができた。保護者には、児童が持ち帰ったタブレットを活用してもらったので、ICTが苦手な保護者も児童に操作を習いながら迅速に回答することができた。保護者へのサポートとしてアンケートの説明チラシを配布し手順を説明したので、回答方法について十分に理解してもらうことができた。また、QRコードで保護者が持っているスマートフォンからも回答できるようにしたので、ICTが得意な保護者はすき間の時間を見つけて自分の端末から回答することもでき、好評だった。

集計については、Webで回答する度にデータが自動で集計されるので、非常に便利だった。回答者は、アンケート項目毎の単純集計結果も閲覧できるので、リアルタイムな調査結果の周知にもつながった。

② ICTを活用した健康個別指導「すくすく教室」の実施

町内小・中学校では、平成26年度から肥満度が20%以上の児童生徒を対象に養護教諭による個別の健康指導「すくすく教室」を実施している。毎月、身長と体重を測定し、グラフ化しながら成果と課題を把握する。それらを基に養護教諭の支援を受けながら毎月目標を設定し、家庭と連携しながら健康指導に取り組んでいる。モデル校では生活習慣面は養護教諭、食習慣面は栄養教諭がというように、それぞれの専門的な立場から支援することができたので、顕著な成果が表れている。



原 光彦 教授 (都立広尾病院小児科外来資料) 参考

「すくすく教室」におけるICTの活用については、今まで紙ベースで実施していた家庭用健康体操「すくすく体操」を健康運動士監修のもとでリニューアルし、「すくすく体操2」として説明動画と学習カードを町教育委員会ホームページに公開している。

「すくすく体操2」は、体を動かすことが苦手な児童でも安全に家庭で実施できるように、立位系やプランク系、スクワット系のエクササイズを避け、主に背中や腰、肩などの関節を思い通り動かすための体操を導入している。同時に「すくすく体操2」の簡易版である「ちょいすく体操」も開発し、テレビCMの合間やスマホ、ゲーム等の休憩時に気軽に取り組むことができる体操として公開することができた。「すくすく教室」の対象児童は、長期休業中に「すくすく体操2」や「ちょいすく体操」に取り組むなどして、家庭での運動習慣の形成や運動不足の解消に役立てていた。「ちょいすく体操」については、冬休み前にQRコード付きチラシを町内小・中学校保護者に配布し、年末年始の運動不足解消に役立てることができた。町民への啓発活動として、町健康福祉まつりの食育実践紹介コーナーにおいて「すくすく体操2」「ちょいすく体操」の説明動画をPRしたり紹介チラシを配布したりするなどして、地域に成果を周知することができた。



③ 各種コンテストでのおすすめレシピ紹介

平成26年度から募集している「わが家のおすすめ料理コンテスト」で入賞した作品については、11月の町健康福祉まつりにおいて入賞作品レシピを配布し、地域への啓発を図っている。さらに、町食育広報紙「食育しんち」や町教育委員会ホームページで入賞者やレシピを紹介し、家庭への啓発にも積極的に取り組んでいる。町健康福祉まつりでは、配布した入賞作品レシピを手にした地域の方々から、モデル校をはじめとする町内小・中学校の子どもたちの頑張りに対する称賛や町全体の食育への取組に対する理解を得ることができた。「わが家のおすすめ料理コンテスト」の入賞作品は、学校給食の献立として取り入れたり、最優秀賞レシピを「食育しんち」や町内の全家庭配布の「食育パンフレット」で紹介したりして、幅広く周知を図っている。



配布レシピを熱心に見る地域の方

学校給食の献立として取り入れたり、最優秀賞レシピを「食育しんち」や町内の全家庭配布の「食育パンフレット」で紹介したりして、幅広く周知を図っている。

## 7 評価指標の測定結果

### (1) 共通指標について

#### ① 児童生徒の食に関する意識に関すること

##### ・朝食を食べることへの価値

##### 朝ごはんを食べることは大切だと思いますか

	思う	どちらかといえば思う	あまり思わない	思わない	無回答
6月	95.5%	3.0%	0.5%	1.0%	0.0%
12月	91.9%	6.6%	1.0%	0.5%	0.0%

朝食の大切さについては、肯定的な回答の割合が6月、12月ともに98.5%と高い水準にある。否定的な回答の割合も改善傾向にある。

##### ・栄養バランスを考えた食事をとることへの価値

##### 栄養バランスを考えた食事をとることは大切だと思いますか

	思う	どちらかといえば思う	あまり思わない	思わない	無回答
6月	93.9%	4.6%	1.0%	0.0%	0.5%
12月	93.4%	5.6%	0.5%	0.5%	0.0%

栄養バランスの大切については、肯定的な回答の割合が6月98.5%、12月99.0%と高水準で理解が浸透している。

##### ・ゆっくりよく噛んで食べることへの価値

##### ゆっくりよく噛んで食べることは大切だと思いますか

	思う	どちらかといえば思う	あまり思わない	思わない	無回答
6月	83.8%	13.6%	2.1%	0.5%	0.0%
12月	84.8%	11.7%	3.0%	0.5%	0.0%

ゆっくりよく噛んで食べることの大切については、6月・12月比較で「思う」と回答した割合が1.0ポイント向上したものの、「どちらかといえば思う」の割合が1.9ポイント減っている。正しい食事について継続的な指導が必要である。

#### ② 朝食を欠食する児童生徒の割合

##### 朝食を毎日食べていますか

	殆ど毎日	週4~5日	週2~3日	週1日	殆どなし	無回答
6月	90.9%	4.6%	1.5%	0.5%	2.0%	0.5%
12月	86.3%	7.2%	3.0%	1.0%	1.5%	1.0%

朝食摂取率については、12月に4.6ポイント減少している。学校生活で元気に過ごすために必要なエネルギー源になる朝食の大切さについて、家庭との連携強化や個別指導の充実が必要である。

### ③ 児童生徒の共食の回数

朝食を家族と一緒に食べることはどのくらいありますか。

	殆ど毎日	週 4～5 日	週 2～3 日	週 1 日	殆どなし	無回答
6 月	59.7%	10.1%	11.6%	4.0%	13.1%	1.5%
1 2 月	59.4%	14.2%	7.6%	5.6%	11.2%	2.0%

夕食を家族と一緒に食べることはどのくらいありますか。

	殆ど毎日	週 4～5 日	週 2～3 日	週 1 日	殆どなし	無回答
6 月	77.8%	12.6%	6.6%	1.5%	0.5%	1.0%
1 2 月	79.2%	14.2%	4.1%	1.0%	1.0%	0.5%

朝食・夕食の共食頻度については、共に「殆ど毎日」「週 4～5 日」と合わせた割合が増え、共食の大切さが保護者に浸透していることが分かる。夕食と比べて朝食の共食頻度にまだ改善の余地がある。

### ④ 栄養バランスを考えた食事をとっている児童生徒の割合

主食・主菜・副菜を 3 つ揃えて食べるのが 1 日 2 回以上あるのは週に何日ですか

	殆ど毎日	週 4～5 日	週 2～3 日	週 1 日	殆どなし	無回答
6 月	56.6%	29.8%	9.1%	0.5%	3.0%	1.0%
1 2 月	45.2%	39.1%	9.6%	3.6%	2.0%	0.5%

栄養バランスのとれた食事については、「殆ど毎日」と回答した割合が減り「週 4～5 日」「週 1 日」の割合が増えている。朝食・夕食で主菜・副菜を整えることができるよう、家庭に呼びかけていく必要がある。

## (2) 独自指標について

### ① 肥満傾向児出現率の低下：4 月との比較で 20% 減（目標値 12.5%）→ 12.0%

4 月に 15.6% だった肥満傾向児出現率が、8 月 13.6%、12 月に 12.0% と順調に減少し、目標値である 12.5% を達成することができた。肥満度 15% 以上から改善した児童の意識調査の結果をみると、栄養バランスへの意識、よく噛むことの大切さ、睡眠時間、メディアとの接触時間、適切な食事量、通学方法、運動頻度に改善が見られ、肥満傾向の児童に正しい食習慣や生活習慣が定着していることが分かる。



### ② 生活リズムの改善：平日 22 時までに就寝する児童の減少 6 月 59.1% → 12 月 56.7% (-2.4 ポイント)

睡眠時間確保の目安となる平日 22 時までに就寝する児童の割合を見ると、6 月と 12 月比較で -2.4 ポイントとなった。これは、平日のテレビ・ゲーム・スマホの利用時間 2 時間以上の割合が 6 月 21.5%、12 月 29.8% と 8.3 ポイント増加したこと



が要因の一つとして考えられる。メディアとの接触時間を減らすために、家庭と連携しながらメディアとの付き合い方についての指導を見直す必要がある。

③ 食生活に関する意識の向上：8割以上の項目での向上 → 児童7割4歩の項目が向上  
保護者5割7歩の項目が向上

児童アンケートの項目総数35のうち、26項目、74.3%が向上している。向上した項目の主なものは、「さわやかだの周知」+12.4ポイント、「朝食を家族で食べる回数」+13.3ポイント、「栄養バランス良く食べる」+10.6ポイントとなっている。向上しなかった項目の主なものは、「1日に食べる量がちょうどよい」-7.8ポイント、「よく噛んで食べる」-6.2ポイントとなっている。

保護者アンケートの項目総数38のうち、向上した項目が22となり、57.9%に留まった。向上した項目の主なものは、「1日1回みそ汁をつくる」+12.6ポイント、「毎日または週4、5日野菜を食べる」+8.5ポイントとなっている。向上しなかった項目の主なものは、「栄養バランスよく食べる」-6.9%、「子どものおやつ時間を決めている」-5.8ポイントとなっている。

④ 学校給食での地場産物活用率の向上：60%以上 → 11月現在で52.8%

夏場の天候不順の影響もあり、市場での地元産野菜・魚介類の流通量が十分でなかったため目標値を達成することができなかったが、学校給食での食材での地場産物活用については、米は新地産コシヒカリ、野菜・果物類は新地特産のにらやねぎ、トマト、りんご、魚介類は小女子、しらす、たこ、いか、ひらめ、あじ、ほっき貝、さわら、カレイ、いなだ、かすべの11種まで拡充している。

給食で活用している地場産物(H30.3現在)

- 新地産米 コシヒカリ 天のつぶ
- 新地産の旬の野菜・果物  
ニラ、ネギ、トマト、リンゴ etc.
- 地元魚介類 11種  
小女子、しらす、たこ、いか、ひらめ、あじ  
ほっき貝、さわら、カレイ、いなだ、かすべ

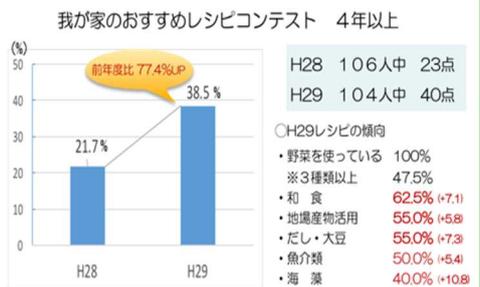
家庭での地場産野菜類の使用状況については、「よく使用している・ときどき使用している」と答えた割合が、6月83.6%、12月86.6%と3ポイントの向上が見られた。地元産魚介類の使用状況については、「震災前と変わらない・震災後少しずつ増えてきた」と答えた割合が、6月51.1%、12月56.7%で5.6ポイント向上している。

⑤ 各種コンテスト出品数(%)の向上：前年度比10%の向上 → 3つのコンテストで13~77.4%向上

町内小・中学校において共通で取り組んでいる食育関連のコンテストは、町主催「わが家のおすすめ料理コンテスト」、福島県教育委員会主催「ふくしまっ子ごはんコンテスト」、町主催「十七字のふれあい：食育部門」の3つである。

4年生以上が対象である「わが家のおすすめ料理コンテスト」のモデル校での出品数を見ると、平成28年度が106人中23点(21.7%)、平成29年度が104人中40点(38.5%)、前年度比で77.4%向上している。県教委主催「ふくしまっ子ごはんコンテスト」(全学年対象)では、平成28年度が207人中45点(21.7%)、平成29年度が199人中52点(26.6%)、前年度比で22.6%向上している。町主催「十七字のふれあい：食育の部」では、平成28年度が207人中149点(72.0%)、平成29年度が199人中162点(81.4%)、前年度比で13.1%向上している。

各種コンクール出品数(%)の向上 → 前年度比10%アップ!



## 8 成果と課題

### 【成果について】

#### ① 肥満傾向児出現率の低下

食育講座・食育講演会や栄養教諭による食に関する指導等により、児童が「さわやかだ」の有用性や生活習慣・運動習慣の大切さについての知識を身に付けることができたことや、肥満傾向の児童向け個別の健康指導「すくすく教室」において家庭と連携しながら適切な支援ができたことが相互に関連し、震災後増加傾向にあった肥満傾向児出現率の低下につながることができた。

#### ② 児童の食生活に関する意識が向上：児童の意識調査において7割4歩の項目が向上

目標値を8割(28項目)で向上を目指すといった意図的に高い数値を設定して取り組んできた結果、児童については26項目(達成率7割4歩)で意識の向上が見られた。「さわやかだ」を事業の中心軸に様々な取組を相互に関連させてきたことが、児童の意識変容につながっている。特に、「さわやかだの周知」については、12月現在で95.2%の児童が「知っている」と回答しており、「さわやかだ」をスローガンに食を中心とした生活習慣の改善に取り組んできた成果の現れと考える。

#### ③ 学校給食での地場産物活用率を高水準の維持

夏場の天候不順の影響もあり、市場での地元産野菜・魚介類の流通量が十分でなかったため目標値60%を達成することができなかったが、学校給食での食材での地場産物活用については、米は新地産コシヒカリ、野菜・果物類は新地特産のにらやねぎ、トマト、りんご、魚介類は小女子、しらす、たこ、いか、ひらめ、あじ、ほっき貝、さわら、カレー、いなだ、かすべの11種まで拡充させることができた。特に風評被害の影響が大きい地元産魚介類の取扱種類が年々増えており、栄養教諭を中心に継続的に安全・安心の周知を徹底してきた成果であると考えられる。

#### ④ 各種コンテスト出品数(%)が向上

平成26年度から町全体で食育を推進してきた取組が児童・保護者に浸透してきたことで家庭との連携・協力が進み、食育関係のコンテストへの出品数の増加につながっている。児童・保護者の食に対する関心・意欲が高揚している成果の現れと考える。

### 【今後の課題】

#### ① 肥満傾向児童・痩身傾向児童の減少

今年度の取組によって、肥満傾向児出現率が12.0%まで減少したが、全国平均の9.0%までには至っていない。これまで取り組んできた個別の健康指導「すくすく教室」での取組を充実させるとともに、食習慣・生活習慣のさらなる改善、食に関する指導・食育講座・食育講演会の充実に継続的に取り組み、家庭との連携を深めていく必要がある。痩身傾向児童については、肥満度-10%以下の児童の肥満度の変容(6月肥満度-12月肥満度)を見ると、肥満度-20%超-10%以下の児童の肥満度の変容の平均が0.2ポイント、-30%超-20%以下の児童の肥満度の変容の平均が-1.6ポイントと期待する変容が見られなかった。今後は、肥満解消指導に偏りがちだった個別の健康指導において、痩身傾向児童への指導を充実させるとともに、適切なエネルギー・栄養等の摂取量について指導していく必要がある。

#### ② 生活リズムの改善：平日の睡眠時間の確保とメディアとの正しい付き合い方

睡眠時間確保の目安となる平日22時まで就寝する児童の割合を見ると、6月と12月の比較で-2.4ポイントとなった。これは、平日のテレビ・ゲーム・スマホの利用時間2時間以上の割合が6月21.5%、12月29.8%と8.3ポイント増加したことが要因として考えられる。メディアとの接触時間を減らすために、家庭と連携しながらメディアとの付き合い方についての指導を見直す必要がある。さらに、「ふくしまの家庭学習スタンダード」を活用し、家庭と連携しながら規則正しい生活習慣づくりを基盤とした「自己マネジメント力」の向上を目指していく必要がある。

#### ③ 食生活に対する意識・実践力の向上

児童の意識調査では、食生活に関する「意識の高まり」や「回数や質」に関しての質問項目に関して、「そう思う」、「毎日」といった高いレベルでの回答の割合に伸び悩みが見られた。「意識の高まり」に関する項目では、肯定的な回答の質の向上を目指すとともに、実践力の向上が課題となっている。

保護者の意識調査では、「朝食を食べること」での意識の高まりに対する肯定的な回答の割合が68.8%であるのに対し、「回数や質」については肯定的な回答が26.9%に留まるなど、意識が向上しているにも関わらず、実践面での向上が見られない項目があった。また、「ゆっくりよく噛む」（意識面：22.7%、実践面22.4%）、「食事の前の衛生的な行動」（意識面：25.5%、実践面20.1%）のように、意識の高まりや実践面において肯定的な回答が低い割合の項目も見られた。

今後は、さらに食生活に対する児童の意識を高めていくとともに、家庭との連携を深めながら、児童・保護者の「食に関する実践力」の向上につながる取組を推進し、食生活に対する意識・実践力の向上を目指していきたい。

#### ④ 学校給食・食に関する指導・食育講座での地場産物活用の拡充

学校給食における地場産物活用率を見ると、震災前の平成22年11月が38.3%だった割合が、震災後の平成26年6月には8.6%まで激減した。しかしながら、平成26年度から始まったスーパー食育スクール事業での取組をきっかけに年々増加し、平成29年度は52.8%まで向上した。学校給食での地場産物活用を積極的に推進してきた結果、震災前よりも高い活用率まで向上している。今後も、学校給食での地場産物活用の拡充を図りながら、東日本大震災に伴う原子力発電所事故による風評被害のため、伸び悩んでいる家庭における地場産物活用についてさらなる改善を目指していきたい。

## 9 情報発信と普及の計画

### ○ 成果報告書・・・800部作成して配布（町予算）

実践内容、意識調査結果、成果と課題等を冊子にまとめたものを、県内市町村教育委員会、域内小・中・県立学校、関係機関等に配布し、モデル校での取組を周知する。

### ○ 食育パンフレット・・・3,000部（町予算）

今年度の取組のダイジェスト及び中津川かおり先生が提案された「さわやかだレシピ」、わが家のおすすめ料理コンテスト最優秀賞レシピをまとめたものを、A4版4ページ見開きにして町内全世帯に配布し、地域に対しても成果を周知する。

### ○ 食育レシピ集・・・200部（町予算）

管理栄養士で料理本著作者の中津川かおり先生監修の「学校給食・おすすめレシピ集」を保護者向けに作成し配布することで、「さわやかだ」メニューを保護者にも周知する。同レシピ集を町教育委員会ホームページに掲載し、さらに広く周知できるようにする。

### ○ ホームページ掲載「新地町の食育」[https://kyoiku.shinchi-town.jp/?page\\_id=152](https://kyoiku.shinchi-town.jp/?page_id=152)

食育講演会の配布資料やダイジェスト動画、運動不足解消のために開発した「すくすく体操2」「ちょいすく体操」、町作成食育レシピ集、町食育広報紙「食育しんち」などの町内外の小・中学校や一般の方にも活用できるコンテンツを町教育委員会ホームページに掲載し、今年度の取組を広く周知していく。

