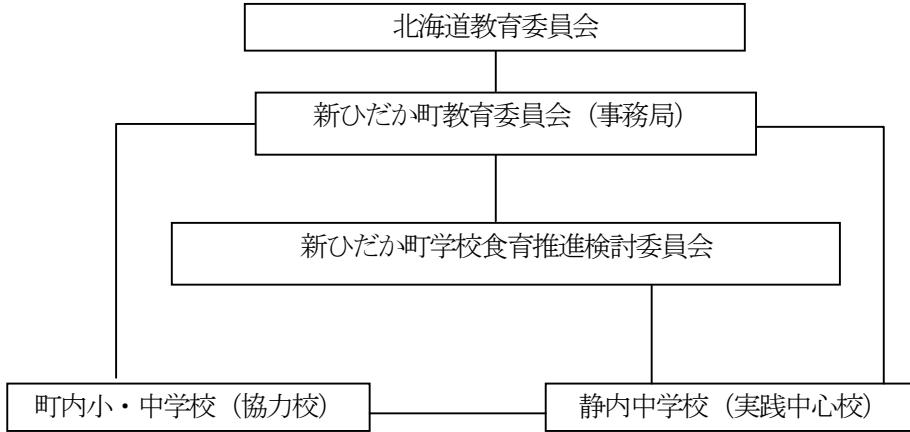


再委託先名

新ひだか町

### 1. 事業推進の体制



### 2. 事業内容

テーマ1

「望ましい食習慣を形成するための方策（学校における食に関する指導）」

#### 1 取組の概要

新ひだか町では給食の時間はもとより、教科等における時間で、食に関する指導を行っている。

町内の児童生徒は給食をよく食べ、朝食も概ね食べているが、その日の体調や家庭の状況等で朝食をとっていない児童生徒も一定数いる状況である。

このようなことから、「朝食に関するアンケート」を実施するとともに、食を核とした基本的な生活習慣の確立や「スポーツと栄養」、「受験と食事」等について指導を行い、児童生徒の望ましい食習慣の形成を目指した。

#### 2 取組の具体

##### (1) 児童生徒の食に関する実態調査の実施

ア 児童生徒の食に関する実態調査の実施

6月と12月に、朝食を食べる頻度や起床時間、就寝時間など、「朝食に関するアンケート」を行い、児童生徒の食に関する実態を把握した。

イ 実態調査を踏まえた指導

「朝食に関するアンケート」の結果を活用して、朝食の重要性や朝食の時間を確保することができる起床時間や就寝時間など、生活習慣を確立する大切さについて指導を行った。

また、授業で学習した内容について、児童生徒が振り返りを行い、家庭でも主体的に生活習慣の改善を図ることができるよう、クロスワードを作るなどの工夫を行った。

ウ 家庭への普及啓発

朝食の大切さを特集した食育だよりやバランスのよい朝食の組合せ等を掲載したポスターを作成し、保護者の食に対する意識の高揚を図った。

朝食の大切さ																				
												組名前								
〇静中新ひだか君の一日																				
6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	
寝る	用意	食事	学校	給食	学校	勉強	夕食	テレビ	読書	寝る										
〇自分の一日																				
6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	
寝る	準備	学校	給食	学校	ゲーム	夕食	テレビ	おやつ	読書	寝る										
〇自分の一日を改善																				
6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	
寝る	朝食	準備	学校	給食	学校	ゲーム	夕食	勉強	テレビ	読書	寝る									

【授業でを使用した学習プリント】

## (2) 食に関する指導

### ア 給食の時間における指導

栄養教諭が、町内の各小・中学校を訪問して、給食の時間に、給食をともにとりながら給食に使用している食材や栄養などについて説明を行った。(通年で継続的に実施)。

〔テーマ〕 ・野菜について ・バランスよく食べることについて  
・成長期のカルシウムについて ・食事のマナーについて

### イ 学級活動における指導

中学校第3学年に対して、食事の種類や時間など、受験勉強と食事の関係について指導を行うとともに、受験生がもつであろう悩みを食事で解決する方法等を掲載したポスターを作成、掲示した。

小学校においては、生活科の時間に、「給食ができるまで」という題材で指導を行い、実際に給食を調理しているところを見学し、給食への関心を高め、給食を残さず食べることを意識させた。



【食に関する指導の様子】

### ウ 部活動の時間における指導

運動部活動に所属する生徒を対象に、日本のトップアスリートがとる食事や食事に対する考え方について説明し、スポーツと食事の関係について指導を行った。

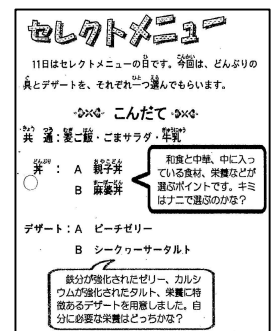
### エ 保護者への普及啓発

今年度から、給食だよりはもとより、毎月19日を「食育の日」として、食育だより「らんちめ〜」を発行し、学校の食に関する指導の内容や給食の意義、使用している食材などを掲載し、保護者の食に対する関心を高めた。

## (3) セレクトメニューの実施(8月)

献立の特性(食材や栄養)を理解し、自ら考えて選択する力を育てることを目的として、セレクトメニューを実施した。事前に、給食の主菜(親子丼か麻婆丼)とデザート(シークワーサータルトかピーチゼリー)の栄養価等の特色をプリントで示し、児童生徒がセレクトメニューから選択した。

児童生徒は、自分の好みだけで選択するのではなく、カロリーや栄養価も考慮して、メニューを選択していた。また、自分と周りの人とのメニューを比較しながら、楽しんで給食を食べていた。



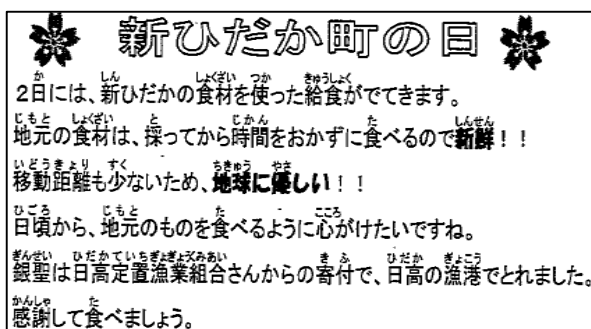
【給食だよりでの紹介】

## (4) 「新ひだか町の日」(10月2日)の実施

児童生徒に地場産食材への興味・関心をもたせるとともに、生産者に感謝する気持ちをもたせることを目的に、地場産食材のみを使用した給食を提供する日を「新ひだかの日」(10月2日)として設定して、地場産食材のよさを考える取組を行った。実施にあたっては、事前に給食だよりで、提供する給食の献立や使用する食材、地場産食材のよさを伝えた。

<当日のメニュー>

ごはん 大根のみそ汁 鮭(銀聖：ひだか漁業組合からの寄付) ごま和え



【給食だよりでの紹介】



【当日の給食】

## (5) 食育だより「らんちめ〜る」による普及啓発

給食の食材として、地場産食材を使用した際には、産地や栄養価などを掲載した食育だより「らんちめ〜る」を全校に配布し、地場産食材をPRした。

また、その日に使われている食材の特色や行事食、季節を踏まえた食生活、月に一度実施している「世界の料理」の説明やその国の料理の特徴について紹介するなど、児童生徒はもとより、保護者にも食に関する興味・関心を高める取組を進めた。

## (6) 児童が考えた献立の活用

給食への関心を高め、食材や栄養に関する理解を深めることを目的として、第6学年の学級活動において、児童に給食の献立を考えさせる学習を行うとともに、児童が考えた献立を給食に取り入れる取組を実施した。

また、給食だよりにより児童が考えた献立のポイントを掲載し、家庭に情報提供を行った。

〈実際に採用された献立〉

- ・そぼろごはん、ポテトサラダ
- ・鮭ごはん、チーズハンバーグ、わかめスープ、ほうれん草のソテー
- ・ごはん、かぼちゃのコロッケ、エノキと卵の味噌汁、こんぶの佃煮

## テーマ2 「学校・給食センター・地域の連携の在り方」

### 1 取組の概要

新ひだか町では、これまで保護者や地域住民が学校給食に触れる機会が少なかったことから、学校給食センターの施設見学会や町広報誌への特集記事の掲載、食育に関する講演会の開催など、家庭や地域において、食育や学校給食について考えるきっかけをつくる取組を行った。

### 2 取組の具体

#### (1) 学校給食センター見学会の実施

ア 日時

平成24年7月28日（土）

イ 場所

新ひだか町学校給食センター

ウ 内容

保護者や地域住民を対象とした見学会を開催し、栄養教諭や調理員が、衛生管理の方法や調理機材の使い方、調理方法、給食の運搬方法など、給食が作られ、運ばれる工程について説明し、参加者は、給食センター内の施設や機材に興味深く見学していた。

見学会では、参加者からアンケートを取り、給食に対する保護者や地域住民の思いや考え、要望等について調査し、今後の施設運営の参考とすることができた。

〈主な参加者の声〉

- ・衛生面に十分に配慮していることが分かり、安心した。
- ・一般の方々も給食を食べる機会があればよいと思った。



【見学会の様子】

#### (2) 町広報誌による食育の周知

平成24年9月25日（火）発行の「広報 新ひだか10月号」において、食育についての特集記事を掲載し、給食の内容やできるまでの流れ、実際に給食を食べている児童の声、栄養教諭が献立作成にあたって心がけていることなどを紹介した。

●発行部数：12,000部

●配布先：町内全戸及び関係各所



【町の広報誌の記事（一部抜粋）】

### (3) 学校給食センターに関するポスター掲示

ア 日時

平成24年10月27日（土）

イ 場所

静内保健福祉センター

ウ 内容

「新ひだか町健康まつり」の開催にあわせ、学校給食が児童生徒に運ばれるまでの工程を示したポスターを掲示した。

また、家庭で、学校給食の味を再現するための参考資料として、児童生徒に人気のあるメニューのレシピを配付した。

### (4) 食育に関する講演会

ア 日時

平成24年11月23日（金）

イ 場所

新ひだか町公民館

ウ 内容

(ア) 演題

『スポーツっ子を育てる！食育セミナー』

(イ) 講師

北海道日本ハムファイターズ管理栄養士 柄澤 紀 氏

(ウ) 講演内容

日本ハムファイターズ2軍選手の食生活の改善方法を例に挙げ、スポーツに必要なエネルギーを、効率よく摂取するための朝食などの食生活の大切さ、家族や友人と楽しく食事をする重要性などについて講話した。

親子での参加も多く見られ、家族で食の大切さについて考えるきっかけをつくることができました。

〈主な参加者の声〉

- ・家族が、食卓を囲んで食事をとることの重要性を再認識した。
- ・「嫌いな食べものを出さないことは子どもの食べる権利を奪うこと」という言葉が頭から離れない。
- ・このような講演を小・中学生にも聞かせるとよいと思う。



【食育に関する講演会の様子】

## テーマ1～2に共通する具体的計画

### 1 朝食に関するアンケート結果を活用した取組

6月に実施した「朝食に関するアンケート」の集計結果を基に、課題を分析し、朝食に対する意識の向上と生活習慣の変容を促す取組を行った。12月に同様のアンケートを実施し、結果を分析したところ、朝食の重要性を理解するとともに、朝食の摂取頻度の増加を図ることができた。

### 2 食育講演会の実施（11月に実施）

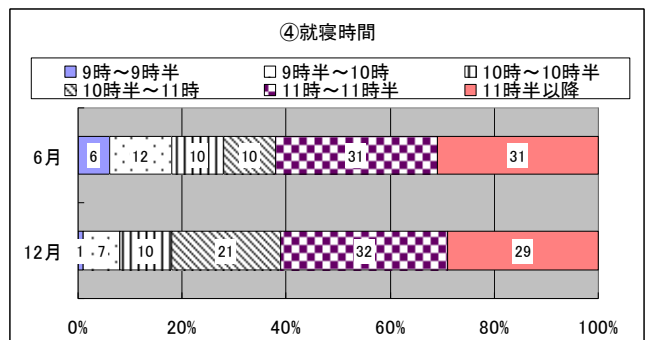
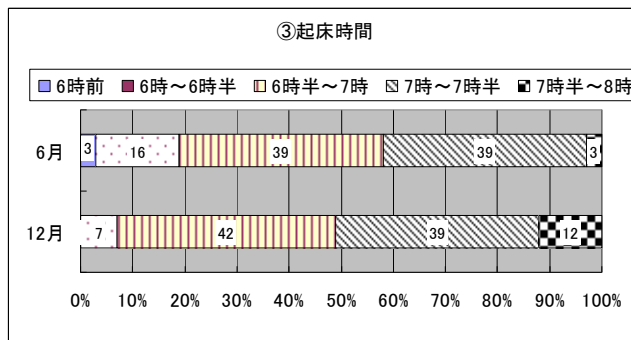
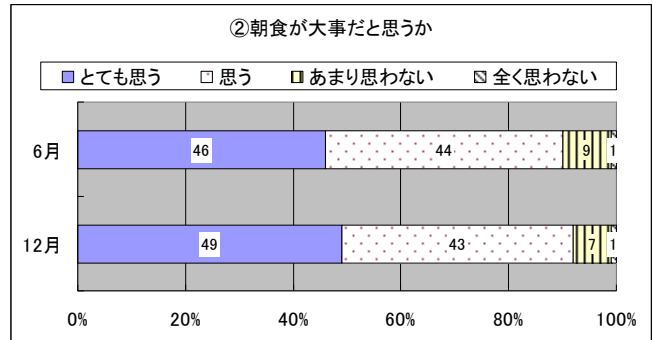
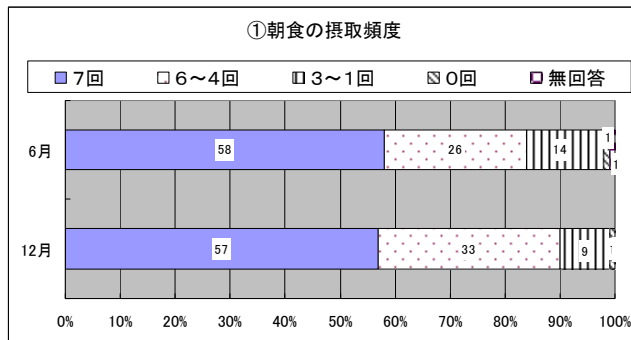
保護者や地域住民を対象とし、スポーツと栄養の関係について、外部講師による講演会を実施した。家庭における食育の重要性や食に関する関心を高めることができた。

### 3 食育だより「らんちめ～る」の発行

今まで行っていた献立表のコラムとは別に、月に1回食育だより「らんちめ～る」を発行し、小・中学生のいる全家庭に配付した。食育だよりには、学校における食に関する指導や給食に使用している食材について掲載し、保護者の食への関心を高めることができた。

## 本事業における評価指標

○ 生徒対象のアンケート結果より（平成24年6月・12月実施、対象は静内中学校第2学年）



朝食の摂取頻度：「週6~4回」 26%→33%  
 朝食の重要性：「とても思う」 46%→49%

- 朝食の摂取頻度と朝食の重要性については、数値の向上がみられ、朝食の大切さへの理解が深まり、食習慣の改善に向けた意識の向上を図ることができた。
- 「起床時間」と「就寝時間」については、いずれも時間が遅くなったことから、朝食をとる意義や必要性について指導することはもとより、生活習慣の改善についても指導する必要がある。
- 起床時間が遅いことから、成長期はバランスのよい朝食をとらなくてはならないことを特に強調するとともに、食事の時間を十分に確保しなければならないことを伝える必要がある。
- 時間が経過するにつれ指導の効果が薄れていくことが考えられることから、学年が上がっても朝食の摂取状況が低下しないように、定期的に指導を行う必要がある。

## 本事業の成果

- 中学生が最も関心のある「運動部活動」や「受験」と関連付けた指導を行ったことにより、生徒の食事に対する関心を高めることができた。
- 学校給食における「セレクトメニュー」や「新ひだか町の日」等を実施したことにより、児童生徒の食に対する関心を高めることができた。
- 学校給食センターの見学会や講演会の開催、町広報誌への掲載などを行ったことにより、保護者や地域住民の学校給食への関心を高めることができた。

## 今後の課題(今回の事業により新たにみえた課題など)

- 簡単にできるレシピや「食育だより」の発行など、家庭に向けた啓発活動を積極的に行い、朝食の重要性についての保護者の意識を高める必要がある。
- 学校においては、児童生徒の食への興味・関心を高め、主体的に食を中心とした生活習慣の改善を図ることができるよう、食に関する指導の全体計画の見直しを図り、計画的・系統的な指導を充実する必要がある。
- 学校はもとより、家庭や地域において、食育に対する意識の醸成を図ることができるよう、関係機関と連携した取組を一層強化する必要がある。