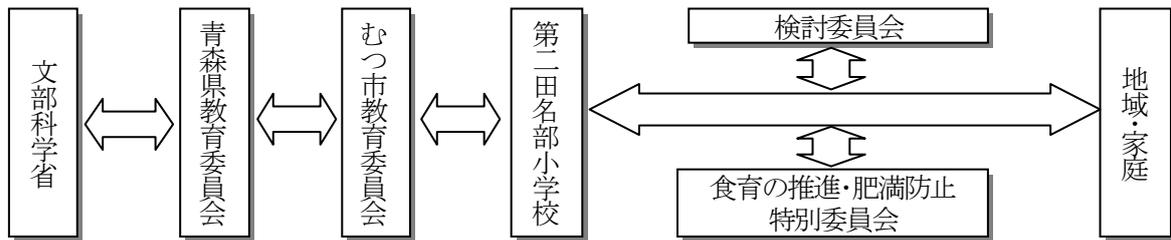


再委託先名	むつ市
-------	-----

1. 事業推進の体制



2. 事業内容

テーマ1	各学年の発達段階に応じた食に関する指導
------	---------------------

- ①食に関する指導の全体計画、年間指導計画の検討・見直しを行った。
- ②お昼の放送時に、毎日、給食委員会児童による献立の説明と食材についての一口メモの放送を行っている。
- ③各学年の発達段階に応じた食育指導を実施
学級活動等の時間において、1～4年ラップおにぎり作り、3年けいらん作り、4年おかず作り、5年お弁当作り、6年ほたて貝むき・みそ貝焼き作りを行った。
(テーマ2、テーマ3にて後述)
- ◎「ラップおにぎりを作ろう」(給食時間の活動)
低学年が「弁当の日」を行うにあたり、事前学習として1～4年生を対象に、給食時間にラップを使ったおにぎり作りの活動を行った。
- ④児童会活動・児童集会において、給食委員会による、箸の持ち方についての発表。残食調査を実施し、適正量を食べる意識の啓蒙活動。その他、ポスター作成など。



テーマ2	学校と家庭の連携による食に関する指導の充実のための取組
------	-----------------------------

- ①**毎月の給食だより(児童向け)、食育だより(家庭向け)の発行**
毎月の献立表の裏面にある給食だよりを児童向けの内容にし、その他に保護者対象に食育だよりを毎月発行している。教育活動で行った食育の内容を紹介したり、月々の給食に使用する地元食材について取り上げたりしている。
- ②**食生活アンケートの実施**
実施時期：1回目6月 2回目：1月
対象：全校児童
活用：日々の給食時間に意識的に声がけなど指導を行うとともに、給食だより等で啓発をする。
- ③**「弁当の日」の実施**
実施時期：1回目 6月11日 2回目：11月12日
対象：1回目 5, 6年 2回目：全学年
内容：1～3年生…ラップおにぎりを自分で握ってくる。おかずは、保護者が作る。
4年生…ラップおにぎりプラス、おかず1品は自分で作る。他のおかずは、保護者が作る。
5, 6年生…お弁当すべてを自分で作る。



④ 親子健康教室の実施

児童生徒の肥満が、当地域全体の課題である。本校では「食育の推進・肥満防止特別委員会」を組織して、親子健康教室を行った。

実施時期：7月5日（参観日）

対象：4年生保護者及び児童

内容：「成長期にある子どもの健康的な過ごし方（運動と食事）」

当地域全体の課題である、児童生徒の肥満対策として、こどもと保護者が一緒になって、健康的な食生活について考え、学ぶ機会とした。



⑤ 親子郷土料理教室の実施

実施時期：9月28日（秋季休業日に行った）

内容：親子で、下北地区の伝統料理「べこ餅」作り（PTA母親委員会の事業として行う）

講師：東通村NPO法人内りらくすmama 東通



⑥ 食物アレルギー児童の保護者との個別相談

食物アレルギーを持つすべての児童にアレルギー対応を行っている。また、特に複数のアレルギー食物を有する児童の保護者と毎月面談をし、献立表で食材を確認しながら、給食提供を行っている。

⑦ 給食試食会

給食試食会を開催し、食育に関する講話や情報提供を行っている。

⑧ 食育リーフレットの作成・配布

第二田名部小学校食育通信

～こどもたちに大切な朝ごはん～

1. 朝ごはんは、なぜ大切？
みんなが元気に過ごすためには、朝ごはんは欠かせません。朝ごはんを食べると、1日の活動に必要なエネルギーが補われます。朝ごはんを食べないと、1時間から4時間ほどでエネルギーが尽きてしまいます。朝ごはんを食べると、1日の活動に必要なエネルギーが補われます。朝ごはんを食べると、1日の活動に必要なエネルギーが補われます。

2. 朝ごはんを食べるポイント
* 食べるまえに、おかしなものを食べない
* 食べるまえに、おかしなものを食べない
* 食べるまえに、おかしなものを食べない

3. 3つのグループの朝ごはんレシピ
①から③の食べ方がそろって、毎日のためにバランスのよい朝ごはんになります。

4. 朝ごはん日記をつけてお楽しみ！

日	朝ごはんの種類	朝ごはんを食べた理由	朝ごはんを食べた感想
月			
火			
水			
木			
金			
土			
日			

バランスのとれた食事

1. 3つのグループの食べ方をそろえて食べましょう。
「朝ごはん」は、ごはん、たんぱく質、野菜、果物、乳製品、油脂の6つのグループに分かれています。この6つのグループから栄養をまんべんなくとって、バランスのとれた食事を摂りましょう。

2. どの時点を注意！あそびや、寝る時間！
朝ごはんを食べると、1日の活動に必要なエネルギーが補われます。朝ごはんを食べると、1日の活動に必要なエネルギーが補われます。

食事への感謝

「いただきます」「ごちそうさま」などの言葉のあいさつは、食事を食べる前と後に行うことが大切です。食事を食べる前には「いただきます」、食事を食べた後は「ごちそうさま」を言います。

「いただきます」は、食事を食べる前に行います。食事を食べた後は「ごちそうさま」を言います。

子ども達に身につけてほしい食に関する知識や生活習慣についての情報を家庭と共有し、食育が家庭と連携して行われるように、食育リーフレットを作成し、家庭に配布した。

テーマ3 学校と地域との連携による食に関する指導の充実のための取組

① 地域の食生活改善推進員を活用した調理実習の実施

◎ 「弁当の日」に向けて5年生調理実習（家庭科）

同じ食材を使用して、班ごとにお弁当を作る実習において、調理のコツを伝授していただいた。家庭科の学習内容に沿った実習内容で、「弁当の日」に向けての事前学習となった。



◎ 総合的な学習（3年生）『むつ市ってどんなところ』

むつ市の伝統的な郷土料理でありながら、あまり家庭で作られる事が少なくなった「けいらん」について地域の食生活改善推進員の方から由来や作り方を学び、実際に自分たちで作って、味わった。



② 地元食材の給食への取り入れ

海峡サーモン、一球入魂かぼちゃ、大湊海軍コロッケ、焼き干しラーメン、いか、ほたて、まつもなどの地元の特産品を、積極的に給食に取り入れるとともに、食育だより等を通じて、その食材についての広報を行った。



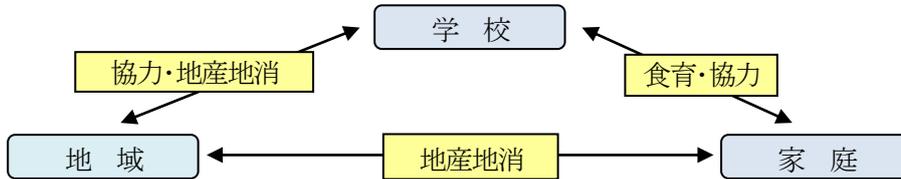
③ 地域の食材を使った郷土料理の調理実習

青森県の代表的な水産物であるほたてを、自分たちでむき、地元食材を使った郷土料理である味噌貝焼きを作った。地産地消の大切さについても同時に学んだ。



テーマ1～3に共通する具体的計画

本事業のメインテーマが、「**学校・家庭・地域が連携して行う食育の取組**」であり、そのテーマをもとにテーマ1～3に共通する計画を立てた。その核となる取組が、「**弁当の日**」である。地域の方々を講師に迎えて学校で実習を行い、家庭の協力を得ながら弁当作りに全校児童が取り組んでいる。また、児童が学校で学んだことを、家庭に帰ってから嬉々として実践できるような内容のものになるように心がけている。

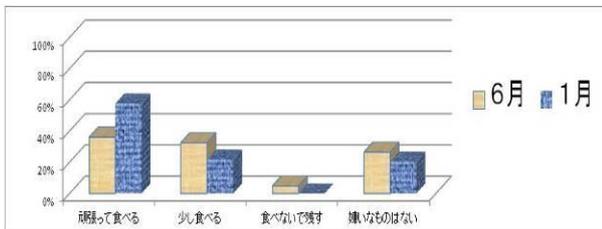


本事業における評価指標と考察

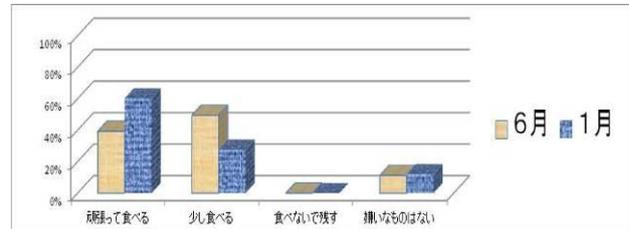
食生活アンケート集計結果と、事業の実績により得られた効果

《アンケート1 給食で嫌いなものが出たときどうしますか。》

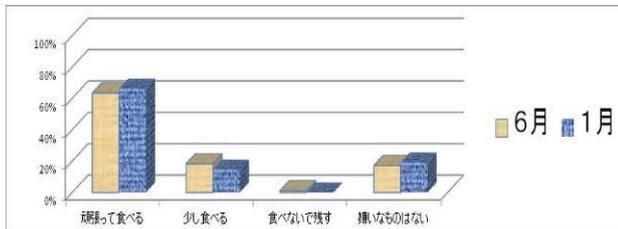
1年



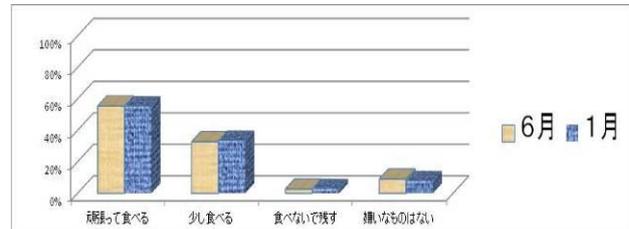
2年



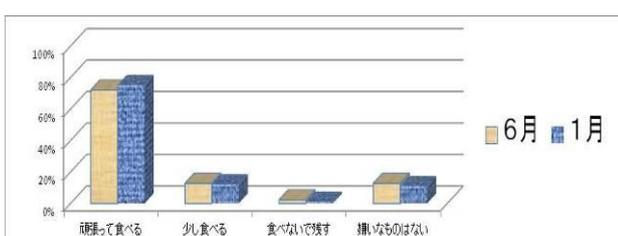
3年



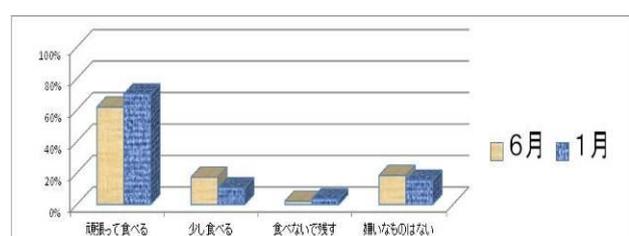
4年



5年



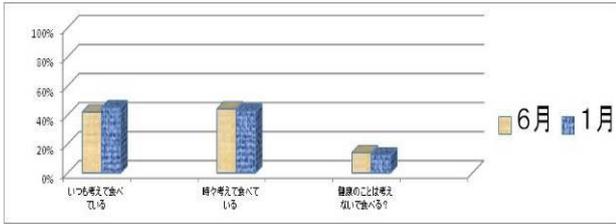
6年



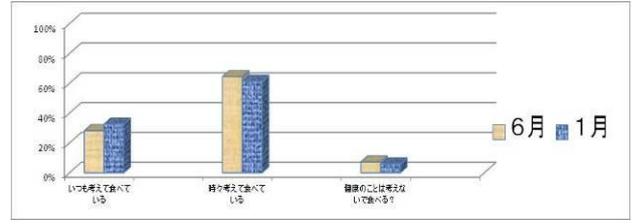
すべての学年において、事業実施前に比べて、「頑張って食べる」児童が増加している。嫌いだから残すという行為が好ましくないという意識が広まった。毎日の給食時間の学級担任の声掛けが児童の意識を変えることにつながっている。

《アンケート2 食べ物を食べる時、自分の体や健康のことを考えて、食べるようにしていますか。》

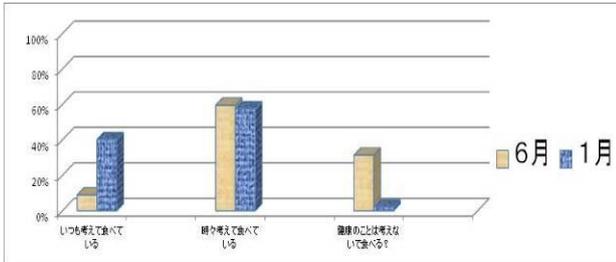
3年



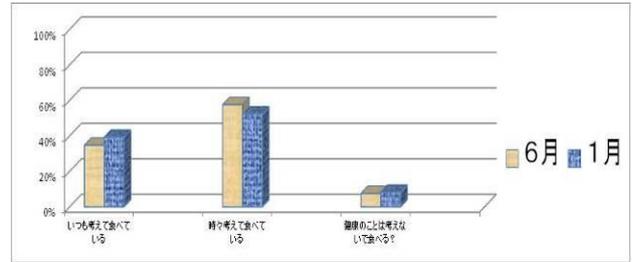
4年



5年



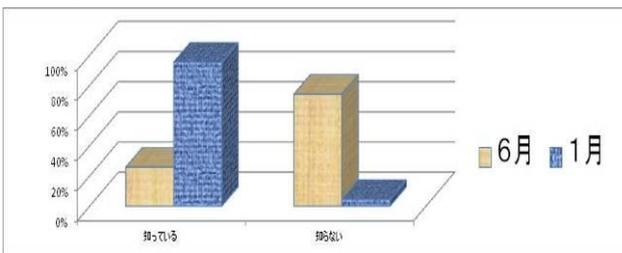
6年



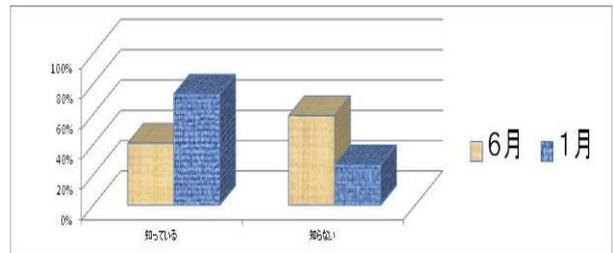
調査した3～6年のすべての学年において、いつも健康のことを考えて食事をしている児童の割合が増加した。問1と同じく、日々の学級担任の指導の賜物である。また、食育や健康教室なども功を奏したのではないかな。

《アンケート3 自分たちが住んでいるむつ市でとれる食べ物や郷土料理を知っていますか。》

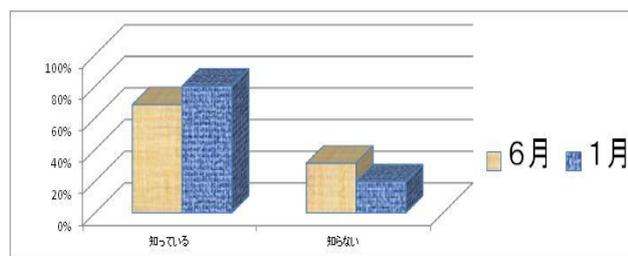
3年



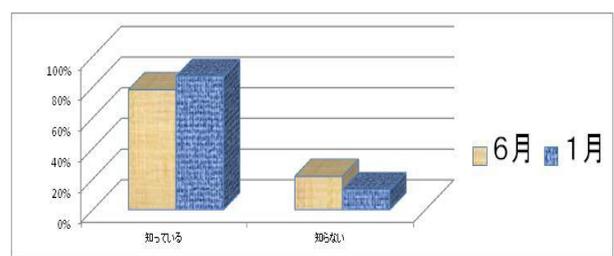
4年



5年



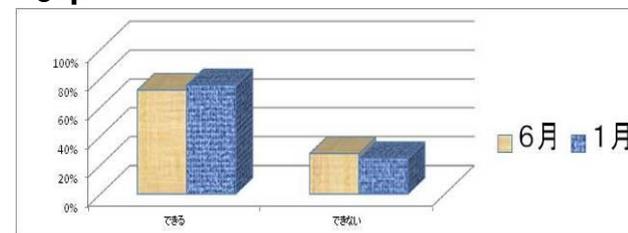
6年



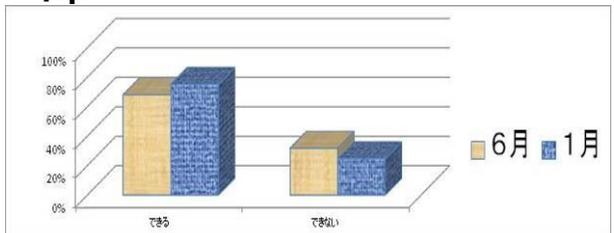
調査した3～6年のすべての学年において、地元食材や、郷土料理について知っているという児童が増加した。特に3年生では、総合的な学習の時間と関連した郷土料理作りを通して地域の料理を知ったことが、数字に結果として表れた。また、毎月の献立に地元食材を取り上げたり、食育だよりや、お昼の放送などを通して広報を行ったことも、効果的だったように思われる。

《アンケート4 箸を正しく持つことができますか?》

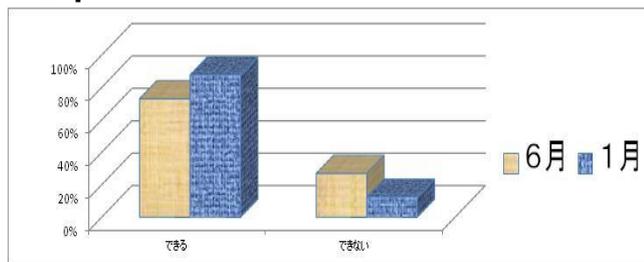
3年



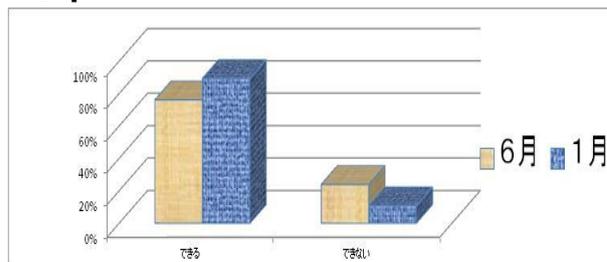
4年



5年



6年



調査した3～6年のすべての学年において、正しく箸を持てるという児童の割合が増加した。委員会活動を活用しての箸や食事のマナーについて広報を行ったことや、日々の給食指導中の学級担任の声掛けなどが効果的であったと思われる。

本事業の成果

- 「食育だより」については、学校での子どもの様子や、「弁当の日」などの、保護者から子ども達への励ましの言葉なども載せる事で、本校の食育の取組について家庭からの理解を得るための一助となった。食育は、学校だけではなく家庭と協力してこそ効果が得られるものなので、「食育だより」が学校と家庭の橋渡しの存在になってくれればと思う。
- 「弁当の日」については、環境や地産地消への理解、食に関係する人達や食材への感謝の心、ともに食事する家族への愛情、そして子どもの自立など様々な事を育むきっかけとなったのは、大きな成果であった。
- 地元食材の活用については、積極的にむつ市の産物を使った献立を提供するとともに、「食育だより」などを通じて、児童だけではなく家庭にも地元食材について広報できた。
- 苦手なものでもがんばって食べることができるようになった児童の割合が増加した。
- 実践校だけの成果とするのではなく、他校にもその成果を紹介し、市全域での取り組みとなるようにしていきたい。

今後の課題(今回の事業を実施した結果、新たに見えた課題)

- 「弁当の日」について、原則子ども自身が作る弁当ではあるが、家庭の負担が大きいのも事実であり、今後、家庭への協力・理解を得るための手立てが必要なのではないかと考える。
- 食育の推進・肥満防止特別委員会については、昨年度からの取組である。肥満対策については、むつ下北地区全体の問題であり、また食生活だけではなく生活全般に関わる問題でもある。成果がなかなか見えにくい取組であるが、長期的に取り組んでいく必要があると思われる。
- 好き嫌いなどは、日々の給食指導や家庭での声かけなどによる影響が大きいものである。今後も、食育だよりなどを活用して、健康に関する意識を高める内容を充実させていきたい。
- 本市では、むつ市学校教育指導の方針と重点の中に、「食に関する指導の充実」との一項を掲げ、学校における食育が計画的、総合的、継続的に行われるよう指導している。「弁当の日」については、たいへん意義のある実践であると考えているが、平成24年度の本市での「弁当の日」実践校は小学校4校のみであり、他の学校にも「弁当の日」の意義や実践内容について周知していきたい。
- 平成24年度の学校保健調査から、本市の児童生徒の肥満の状況は、改善傾向にあるものの依然として高い水準にあり、全ての学年で青森県の平均を上回っている。その要因はさまざまであり、家庭や地域の影響も大きいと考えられるので、学校から家庭に対する啓発活動にも更に力を入れ、改善を図っていきたい。
- 本市に配置されている栄養教諭は、小中合わせて22校中、小学校2校だけである。本事業は今年度が2回目であり、前回とは別な学校または栄養教諭での実施が望ましいところであったが、一昨年度の異動により、2名の栄養教諭の配置が交換になったため、同じ栄養教諭での事業実施を避ける意味から、前回と同一校で実施せざるを得ない状況となった。本事業を市全域で効果的に進めていくためには、栄養教諭の配置の見直しや栄養教諭の増加が望まれる。