

# 平成26年度 スーパー食育スクール事業 事業結果報告書

都道府県名	静岡県
学校名	東伊豆町立稲取中学校 県立稲取高等学校
学校のホームページアドレス	(中) なし (高) <a href="http://www.edu.pref.shizuoka.jp/inatorih/home.nsf/IndexFormView?OpenView">http://www.edu.pref.shizuoka.jp/inatorih/home.nsf/IndexFormView?OpenView</a>

## 1 取組テーマ

「食と健康についての意識を高め、実践力を身につける」  
～幼小中高地域が一体となった食育の推進を目指して～

## 2 栄養教諭の配置状況

栄養教諭配置年及び人数	未配置	0人
配置されていない場合の対応状況	<ul style="list-style-type: none"> <li>・東伊豆町立稲取小学校（栄養教諭配置校）との連携</li> <li>・定期的に栄養教諭との打合せを実施する。</li> </ul>	

## 3 推進委員会の構成 ※事務局（県教委）3名は除く

委員長	神戸 絹代	日本大学短期大学部教授
委員	澤井 淳	神奈川工科大学教授
委員	古旗 照美	株式会社しょくスポーツ代表取締役
委員	坂田 辰徳	東伊豆町教育委員会事務局長
委員	渡邊 明道	東伊豆町立稲取中学校校長
委員	櫻井 祥行	県立稲取高等学校校長
委員	足立 真一	県立稲取高等学校副校長
委員	稲葉 愛	東伊豆町立稲取小学校栄養教諭
委員	柴田 美保子	東伊豆町健康づくり課保健師
委員	稲葉 由美	東伊豆町健康づくり課管理栄養士
委員	中村 公泰	東伊豆町立稲取中学校食育担当者
委員	石井 紀子	東伊豆町立稲取中学校養護教諭
委員	戸塚 裕之	県立稲取高等学校保健主事
委員	西郷 真実恵	県立稲取高等学校養護教諭
委員	稲本 麻美	県立稲取高等学校家庭科講師
委員	鈴木 弘康	東伊豆町立稲取中学校PTA会長
委員	前田 恵美子	県立稲取高等学校PTA会長
委員	飯田 達也	地域生産者代表（商工会関係者）
委員	八代 知也	地域生産者代表（農業関係者）
委員	鈴木 精	地域生産者代表（漁業関係者）

## 4 連携機関及び連携内容

連携機関名	連携内容
日本大学短期大学部食物栄養学部	評価方法、評価分析、推進委員会助言
神奈川工科大学	体力測定、評価
株式会社しょくスポーツ	スポーツ栄養に関する授業、推進委員会助言
伊豆太陽農業協同組合・生産者	給食の地産地消推進・出前授業

伊豆漁業協同組合稲取支所	給食の地産地消推進・出前授業
賀茂地区農業協同組合・生産者	体験活動、出前授業
県農林技術研究所伊豆農業研究センター	出前授業、体験活動
東伊豆町保健福祉センター	出前授業

## 5 実践内容

<b>事業目標</b>
<p>食と健康、スポーツについて理解を深め、行動変容や体組成の変化について科学的に検証する。</p> <p>&lt;東伊豆町立稲取中学校&gt;</p> <p>①朝食摂取率の向上や栄養バランスと疲労回復を考えた食事の質の向上</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>朝食を毎日食べている生徒 H25:89.7%→H26:94.7%</li> <li>朝食に主食・主菜・副菜を揃えて毎日食べている生徒 H25:30.0%→H26:40.0%</li> <li>夕食後の間食でジュースや炭酸飲料を飲む生徒 H25:56.6%→H26:30.6%</li> </ul> <p>②地域食材の理解と地域食材を活用した給食メニュー開発</p> <p>③食を通じた実践力の定着（料理作り、体格・体調管理）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>普段家の手伝いで料理を作る生徒 H25:35.6%→H26:60%</li> </ul> <p>④プレゼンテーション等による小学校児童・幼稚園児の意識変容、行動変容の検証</p> <p>&lt;県立稲取高等学校&gt;</p> <p>①外部機関や健康機器で測定したデータの収集と分析</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>体脂肪率の減少と筋肉量増加</li> </ul> <p>②アンケートによる意識変化の調査</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>バランスの取れた朝食摂取率 H25:27.0%→H26:100%</li> </ul> <p>③保護者アンケートによる意識や行動変容の評価</p> <p>④プレゼンテーション等による稲取中学校生徒の意識変容、行動変容の検証</p>
<b>評価指標</b>
<p>&lt;東伊豆町立稲取中学校&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>東伊豆町健康づくり課実施の「食の実態調査」項目 (朝食摂取率、朝食のバランス、夕食後の間食の内容、普段家の手伝いで料理を作る割合)</li> <li>食を通じた実践力が定着している生徒の割合（料理作り、体格・体調管理）</li> </ul> <p>&lt;県立稲取高等学校&gt;</p> <p><u>スポーツ科学系</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>食に対する意識・行動の変化と筋組成・パフォーマンスの変化</li> </ul> <p><u>フードデザイン系</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>体づくりに役立つレシピ、地産地消を推進するレシピ 30 種類の開発及びレシピ集の作成</li> </ul>
<b>評価方法</b>
<p>&lt;東伊豆町立稲取中学校&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>外部機関による食事摂取頻度調査（BDHQ）によるデータの集積と分析</li> <li>東伊豆町健康づくり課「食の実態調査」による意識調査</li> <li>専門家の協力によるスポーツ食育プログラムによる食行動変容における評価</li> </ul> <p>&lt;県立稲取高等学校&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>外部機関による食事摂取頻度調査（BDHQ）によるデータの集積と分析</li> <li>体組成計を使った体格の変化</li> <li>新体力テストの結果分析</li> </ul>

▼

評価指標を向上させるための仮説(道筋)

<東伊豆町立稲取中学校>

幼小中高が連携を強化し、食育活動を広げたり情報発信したりすることで、評価指標の数値を伸ばす。対照校を設定し、モデル校の評価指標向上の有意性を検証する。

<県立稲取高等学校>

HR活動や生徒会活動、日々の健康観察等、学校の教育活動全体で食育に関する意識を醸成することで、生徒の食に関する興味や重要性への認識を高め、朝食摂取率等の向上につなげる。

## 実践内容

### ○ 具体的な取組

#### 【稲取中学校】

##### 朝食指導（対象：1年生）

#### ① ねらい

栄養バランスのよい朝食を食べる大切さ、簡単にできる朝食を伝えることを通して、栄養バランスのとれた朝食を食べようとする意欲、実践力を付ける。

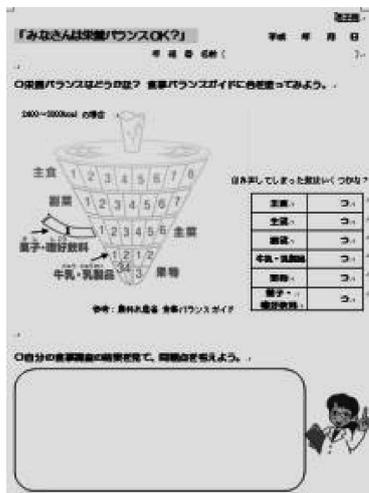
#### ② 実施内容

- ・ 始業前の時間を活用し、3色のそろった朝食の大切さについて伝えた。
- ・ 主食・主菜・副菜・乳製品・果物のそろった朝食メニューづくりの指導を行った。

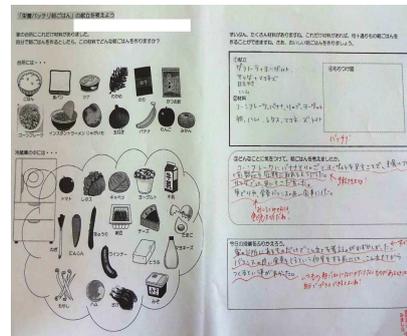
#### ③ 成果

調査結果を食事バランスガイドに色を塗る作業を通して、自分の食生活の改善点を確認することができた。授業後の感想では、「朝食について、これからは意識していきたい。」などの意見が多く見られた。

記入用の食事バランスガイドに自分の食事調査結果を記入し、食事バランスを確認した。



食事調査結果  
振り返りワークシート



朝食メニューづくりワークシート

##### 自分で作るお弁当の日 ～マラソン大会に向けて～（対象：1・2・3年生）

#### ① ねらい

お弁当作りのポイントを伝え、栄養バランスのよいお弁当を考えることができる。

#### ② 実施内容

自分の食生活を振り返り、お弁当料理カードを活用して自分で作る栄養バランスのよいお弁当を考えました。マラソンを走る前のお弁当を作るため、運動前の食事のポイントも紹介した。

#### ③ 成果と課題

調査結果を食事バランスガイドに色を塗る作業を通して、自分の食生活の改善点を確認することができた。お弁当の献立作りでは、簡単にできる副菜のレシピの提示があると選択肢が広がると感じた。当日、お弁当を作ってきた生徒は誇らしげにお弁当を見せてくれた。



## 食育授業

日本大学の神戸絹代教授から、アスリート弁当のレシピについて助言いただき、メニュー開発を行った。10月にはアスリート弁当の調理実習も行った。アスリート弁当のレシピをレシピ集としてまとめることができた。



神戸先生による調理指導

アスリート弁当（キンメの黄飯、鶏照り焼き  
ほうれん草入り卵焼き、プチトマトの白だし煮  
ブロッコリーのチーズ焼き、ヨーグルト寒天）



## 6 成果

<東伊豆町：稲取中学校>

- ・週5日以上朝食摂取率が、第1期（7月）86.6%、第2期（12月）89.8%と数値が伸び、指導の成果が見られた。（県教育委員会作成リーフレットの活用 対象：中学校1年生98人）
- ・お弁当作り体験により、生徒に自信が生まれ、実践力の向上に結びついた。（マラソン大会当日、お弁当作りに取り組んだ生徒の割合54%）
- ・就寝前2時間以内に炭酸飲料水等を飲用する生徒の割合が、42.9%→28.8%に減少し、指導の成果が見られた。

<県立稲取高等学校>

- ・学習成果を小中学生に発表することで、食に関する知識理解を深め、自己効用感を高めた。
- ・新体力テストにおけるAB段階の取得率の上昇は、前年度62.5%（204/326人）から68.0%（215/316人）に向上し、特に男子は3年ぶりに県表彰を受けた。
- ・フード系生徒は、アスリートの体づくりに役立つレシピ、地産地消を推進するレシピを30種類開発することができた。

## 7 スーパー食育スクール事業の取組状況の情報発信

- ・東伊豆町えがお食育ブログ (<http://blog.goo.ne.jp/sssinatori>) への掲載
- ・町や学校ホームページ、ケーブルテレビにて、アスリート給食や朝食レシピを地域へ発信
- ・地元新聞等で、行事や講演会の様子を地域住民に対して情報発信
- ・県教育委員会ホームページへの掲載、事業報告書・レシピ集の県内公立学校への配布

## 8 今後の課題

<東伊豆町：稲取中学校>

- ・朝食を毎日食べている生徒の割合は、90.4%→89.5%であった。今後も保護者への啓発も含めた食育の取組が必要である。
- ・普段家の手伝いで調理を行う割合は26.3%→22.2%であり、継続的にお弁当づくり等を実施し、意欲と実践力を高めていく必要がある。

<県立稲取高等学校>

- ・教育活動全体で取組を推進するために、全教職員が食育指導を行えるプログラムを開発する。
- ・生徒の食を支える保護者に対して、PTA総会や理事会、学校行事における生徒の取組発表等の機会を通して、食に関する啓発活動を行っていく。