

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	岡山市
学校名	岡山市立操南中学校
学校のホームページアドレス	http://www.city-okayama.ed.jp/~sonanc/index.html

1 取組テーマ

客観的指標を用いた食育による食生活の改善と学力向上へつなげる取組

2 栄養教諭の配置状況

栄養教諭配置年及び人数	平成26年	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

委員長	足立 稔	岡山大学大学院 教授
副委員長	多田 賢代	中国学園大学大学院 教授
副委員長	田村 裕子	山陽学園大学大学院 教授
委員	片岡 弘子	操南中学校区地域生産者（代表）
委員	平松 泰江	旭操学区栄養改善協議会 会長
委員	柴田 育	操南中学校区健康市民おかやま21推進会 会長
委員	塩飽 伸子	操南学区愛育委員会 会長
委員	瀬崎 強一	岡山市立操南中学校地域協働学校運営協議会委員（代表）
委員	内田 耕三郎	岡山市立操南中学校 学校医
委員	片山 望	岡山市立操南中学校 学校医
委員	藤本 政明	岡山市立操南中学校 学校医
委員	片岡 千枝	岡山市立操南中学校 学校歯科医
委員	加藤 圭一郎	岡山市立操南中学校 学校薬剤師
委員	笹井 茂智	岡山市立操南中学校 PTA 会長
委員	三宅 義史	岡山市立操南中学校 校長
委員	村上 一男	岡山市立操南中学校 教頭
委員	藤田 明美	岡山市立操南中学校 給食主任
委員	野々上 敬子	岡山市立操南中学校 養護教諭
委員	宮宗 香織	岡山市立操南中学校 栄養教諭
委員	吉田 千代子	岡山市保健所健康づくり課中区保健センター 主任栄養技師
委員	関 宏美	岡山市教育委員会事務局指導課 指導主査
委員	岡崎 恵子	岡山市教育委員会事務局保健体育課 課長補佐

4 連携機関及び連携内容

連携機関名	連携内容
国立大学法人 岡山大学	健康関連指標の測定

京都府公立大学法人 京都府立医科大学	健康関連指標の測定、評価
学校法人 中国学園大学	健康関連指標の測定、評価、指導、助言
学校法人 山陽学園	健康関連指標の測定、評価、指導、助言
岡山県酪農乳業協会	骨密度測定
(株)タニタ	体組成に関する評価
(株)魚国総本社中国四国支社	学校給食調理業務等、学校行事に参加

5 実践内容

事業目標

成長期にある中学生自身に自らの生活を見直す機会を与え、より良い食生活・生活習慣を身に付けさせ、さらに学力の向上につなげることを目標とする。

具体的には、身体測定機器を用い生徒の心身の健康関連指標と食生活・生活習慣・健康意識を定量的に評価する。

また、これらの健康関連指標と食生活・生活習慣・学力との関連性を検討し明らかにする。その上で心身の健康関連指標を用いたデータを生徒にフィードバックする食育を展開し、それにより食生活・生活習慣の改善や学力向上を図る。

なお、本事業においては、学力を単なる5段階評定のみならず、学ぼうとする意欲・関心・態度などを含め総合的に学力と定義する。

評価指標

健康関連指標(身長、体重、腹囲、骨格筋量、体脂肪率、血圧、脈波伝播速度、血管狭窄度、貧血、骨密度)、児童生徒健康状態サーベイランス調査、食習慣調査、学校給食残食量調査、新体力テスト、学校環境適応感尺度(アセス)、岡山市教育研修センター調査、学力

評価方法

各指標と食習慣の関連性を分析し検討を行う。また、横断的・縦断的に食育による効果を検証する。

評価指標を向上させるための仮説(道筋)

評価指標となる調査を実施し、食生活や生活習慣との関連を分析し、生徒・教職員・家庭や地域へ知らせ、食の重要性について啓発する。

また、客観的な数値や具体的な資料を用いた健康教育・食育を実践することにより、教職員や生徒の生活習慣・食への関心が高まり、知識の習得、意識の向上に繋がることを目指す。

これらの取組によって、生徒の食生活、生活習慣の改善に導くことが、学力向上に繋がることを検証する。

実践内容

(1) 食に関する指導・活動等

① 食育サミット：2回開催(5月、12月)

食に関する関心を高め、実践への意欲につなげることを目的とした。

生徒の食生活・生活習慣・健康関連指標の実態把握に基づいた課題別(動脈硬化・骨密度・体組成・貧血等)の食育劇を教職員・連携機関・生徒会が一緒に実施した。

フードモデルを使用した栄養指導や生活習慣の改善点をわかりやすく伝えた。生徒(58.2%)が「食に関する興味・関心が高まった」、教職員(80%)が食育サミッ



トについて「良かった」と回答した。また、学校全体で積極的に食育に参加できたことで、指導内容を浸透させ生徒の関心を高めることにつながった。

② 生徒会活動における食育の取組

- ・食育スローガン、キャラクターの募集
- ・横断幕、クリアファイルの作成



③ 学校行事(フリー参観週間、文化祭)・地域のイベント

生徒・教職員・保護者・地域住民を対象とし、フードモデルや身体測定機器(ヘモグロビン量測定、体組成測定、血圧測定、血管年齢測定)を用いた個別の栄養指導・保健指導を関係機関と協力して行った。

④ スクールランチセミナー(調理実習・食に関する指導)

部活動の生徒を対象(3回開催)
貧血傾向の生徒を対象(2回開催)



⑤ 学校給食残食量調査(6月、11月)

岡山市立小中学校において一斉に取り組んだ。
生徒会活動での取組も同時に実施した。

⑥ 食育研修会(地域団体・教職員対象)

- ・料理講習 ・だしの飲みくらべ
- ・フードモデルを使った栄養指導
- ・和食についてのパネル展示
- ・学校給食の献立と指導案の展示
- ・季節の和菓子



ご飯、ままかりの三杯酢、
高野豆腐の卵とじ、みかん



ご飯の計量

⑦ 健康づくりウイーク(10月7日～10日)

- ・全校生徒を対象に健康関連指標測定(身長、体重、腹囲、血圧、体組成、動脈硬化度、ヘモグロビン量、骨密度)、ライフスタイルに関するアンケート調査を実施した。また、フードモデルを使用した栄養指導や測定値に基づいた集団・個別の指導を随時行った。
- ・貧血傾向の生徒を対象とした食事指導
- ・2年生・3年生を対象にタバコと飲酒の危険性について、中区保健センター職員、健康市民おかやま21推進会による集団指導も実施した。
- ・協力機関の方々の参画(123人：連携機関、中区保健センター、愛育委員、健康市民おかやま21推進会、保護者、地域協働学校運営協議会、栄養改善協議会)



ヘモグロビン量測定



体組成測定



⑧ 学校給食試食会(健康づくりウイークの4日間開催)

参加人数(121名)：地域住民、保護者、連携機関等
献立テーマ：健康づくりウイーク特別献立「自分の体は自分で作ろう」

⑨ 健康づくりウイークの結果を受けて指導講評(12月)

生徒の健康づくりウイークの測定結果やライフスタイルに関するアンケート調査の結果に基づいて、学年ごとに連携機関の医師、教授等から専門性を活かした指導を行った。

⑩ 校外学習[2年生宿泊研修(食育)](10月)

事前指導においては、国語・英語・理科・数学・社会・保健体育の各教科担当教諭が各教科の視点から指導を行い、栄養教諭は食の視点から指導した。また、宿泊研修では、現地のスタッフと連携して食育を行った。

⑪ 弁当に関する取組[2年生](10月、11月、12月)

- ・学年集会での弁当づくりの指導、リーフレットの配付
- ・土曜授業オープンスクールでの学級活動

「弁当づくりを通して望ましい食事のとり方について考える」

- ・地域と連携して審査・表彰(クラスでの表彰、栄養改善協議会特別賞、操南中学校区健康市民おかやま 21 推進委員会会長賞、地域生産者特別賞等)

⑫ 「児童生徒の朝食摂取状況に関する調査」

岡山市においては、岡山県学校栄養士会の協力を得て市内の全児童生徒を対象として継続的に調査している。操南中学校では、生徒会活動としても取り組んだ。

⑬ 学校給食週間行事

- ・生徒から学校給食標語、ポスターの募集(岡山市立小中学校の全校)
- ・生徒の約 60%が郷土料理や行事食に関心が薄いことから郷土料理「ふなめし」について全生徒へ情報発信した。岡山市立操南公民館において開催された地域のイベント講座「ふなめし」の調理実習に栄養教諭と委員会の生徒が参加した。
- ・教育委員等による学校訪問

学校給食の現状理解の一環で、生徒と会食し学校給食に対する理解を深め、岡山市立操南中学校でのスーパー食育スクール事業の取組状況の視察を行った。

訪問者：岡山市教育委員会(教育委員長・教育長等 8 名)、岡山市学校給食運営検討委員会委員(8 名)、(一財)岡山市学校給食会(1 名)

⑭ 防災給食

校外学習で防災について学習したことを深めるために、災害時の食事や備えについて学校給食を通して指導した。アンケート結果から、理解できたと回答した生徒は 81.1%であった。

⑮ 食に関する指導(授業)

1 年：家庭科「栄養素の働きとその食品について知ろう」、

学級活動「丈夫な骨をつくろう」

2 年：学級活動「自分で弁当をつくろう」、

「自分にとって望ましい弁当について考えよう」、

家庭科「給食献立コンクール」、

総合的な学習時間「塩と鰹について知ろう」

3 年：保健体育「食生活と健康」

全学年：総合的な学習時間「健康づくりウイーク」



⑯ 推進委員会、学校保健委員会、学校給食運営委員会(各 4 回開催)

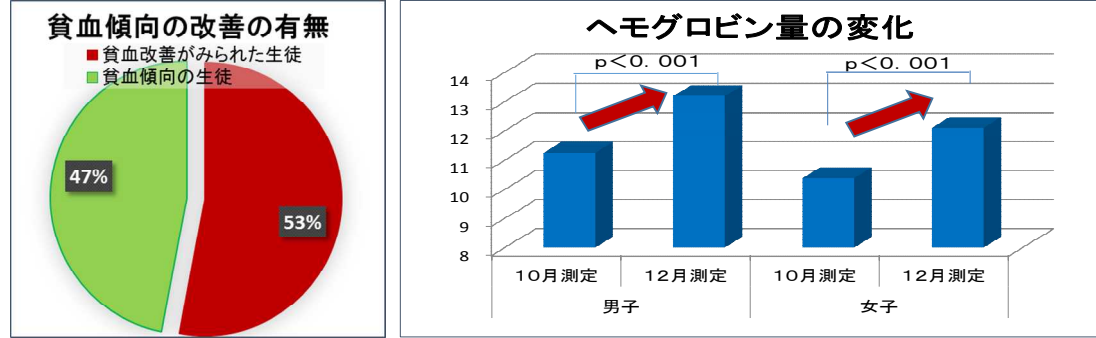
(2) 調査・分析

- ① ライフスタイルに関するアンケート調査を 3 回実施
- ② 岡山市立小中学校一斉及び学校独自の学校給食残食量調査(2 回実施)
- ③ 岡山市立小中学校一斉の朝食調査を実施(1 回実施)
- ④ 学校環境適応感尺度(アセス)：2 回実施
- ⑤ 岡山市教育研修センター調査：2 回実施
- ⑥ 学力との関連を分析
- ⑦ 体力との関連を分析
- ⑧ 各種データを横断的、縦断的に検証

6 成果

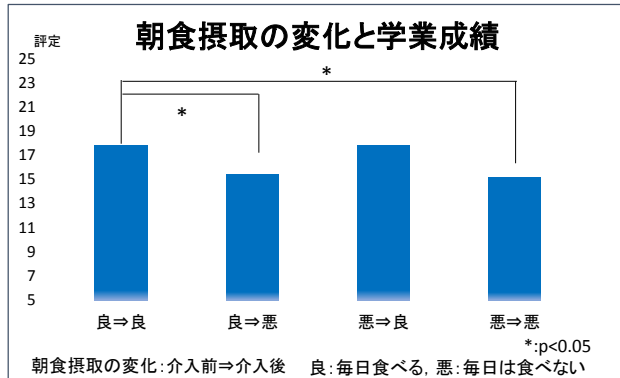
- ① 朝食の摂取状況や睡眠時間など生活習慣、食習慣において、良好な状況への改善がみられた。特に、岡山市立小中学校一斉の朝食摂取状況調査の結果では、「朝食を毎日食べる(7 日/週間)」生徒が増加した。(H25:74.8%、H26:79.6%)
- ② 岡山市立小中学校一斉の学校給食の残食量調査(2 回/年)の結果において、操南中学校の残食率は経年的にみると大幅に減少した。
6 月調査(H25:9.0%、H26:3.9%)、11 月調査(H25:9.9%、H26:5.6%)
- ③ 貧血傾向者の改善

貧血傾向者 87 名(全校生徒の 16.9%)の内、46 名(約 53%)に改善がみられた。



- ④ 岡山市教育研修センターの調査「学ぶ意欲」「思考判断・表現力の育成」では、介入後は介入前に比較して、コミュニケーション力やコミュニケーションの基盤が高まっていた。
- ⑤ 学校環境適応感尺度(アセス)による「生活満足感」について調査した結果、「生活満足感」と学業成績、睡眠時間には、有意な正の相関が認められ、メールの使用時間とは有意な負の相関が認められた。このことを指導に活かすことができた。
- ⑥ 介入前(5月)と介入後(12月)のライフスタイル調査を比較した結果
- ・入眠時間が短くなった生徒が多くなり、居眠りをする生徒が減少した(p < 0.05)。
 - ・家庭での食品摂取については、肉・緑黄色野菜・淡色野菜の摂取頻度が増加し、揚げ物・インスタント食品・ジュース等の摂取頻度は減少した(p < 0.05)。

- ⑦ 介入後の生活習慣・食生活と学業成績
朝食を毎日食べることを継続した生徒の学業成績は良好であり、介入後に朝食を毎日食べるようになった生徒の学業成績も良好であった。
- 朝食を毎日食べる割合や、大豆製品・牛乳・緑黄色野菜の摂取頻度が増加し、ジュースの摂取頻度が減少した等の改善があった。



※ p < 0.05, p < 0.001 とは、調査の結果において有意な差があったことを意味します。

7 スーパー食育スクール事業の取組状況の情報発信

- ・推進委員を通じて地域団体・住民に向けて情報発信
- ・栄養教諭・学校栄養職員、養護教諭、管理職を対象とした研修会等で事業紹介
- ・学校行事(食育サミット、フリー参観週間)等において、保護者や地域への取組を発表
- ・J A岡山女性部通常総会、公民館、岡山市保健所健康づくり課中区保健センター等の地域のイベントへの参加と取組の紹介
- ・学会発表(日本学校保健学会、中国・四国学校保健学会、日本幼少児健康教育学会等)
- ・中学校区の小学校の学校保健委員会へ参加
- ・健康市民おかやま 21 と共催した取組(地域への配付リーフレット、イベント)
- ・メディア(新聞、テレビ、ラジオ)による報道、中四国農政局の広報誌
- ・視察の受け入れ(他県の大学・学校、岡山県議会議員、岡山市議会議員の視察等)
- ・成果についてリーフレットを作成し、地域や岡山市立小中学校へ配付

8 今後の課題

学力については、食育・健康教育以外の教育によるところが大きいことは当然であるが、今回のデータの検証により、学力の向上のためには、食や生活習慣が基盤となっていることが明らかとなった。望ましい食習慣・生活習慣の定着においては保護者の理解が必須であるが、アンケート調査では、「食育の言葉は知っていても意味は知らなかった 36.1%」といった現状であった。この事業では客観的な評価(調査の分析、身体測定機器の活用と分析)を用いた食育の実践により、児童生徒の食生活の改善も見られた。この効果的な食育を保護者への啓発にも活

かす必要がある。

また、将来の健康を見据えた健全な食習慣・生活習慣の確立のために、関係機関や地域と学校全体で連携して一緒に取り組んだ「スーパー食育スクール事業」の成果を分かりやすく示し、小学校・中学校の9年間を通した食育・健康教育に活かし、全市的に展開してことが課題である。