

# 平成27年度スーパー食育スクール事業 事業結果報告書

受託者名	愛知県	実施校名	西尾市立福地南部小学校
学校のホームページアドレス	<a href="http://www.nishio.ed.jp/fukuchinanbu-sho/">http://www.nishio.ed.jp/fukuchinanbu-sho/</a>		

## 1 取組テーマ（中心となるテーマ：食と健康）

より良い食生活の実践を通じた心と身体の健康な子の育成

## 2 栄養教諭の配置状況

栄養教諭配置人数	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

愛知県学校食育プログラム検討委員会	西尾市学校食育推進協議会
野田 敦敬 愛知教育大学教授	上原 正子 愛知みずほ大学短期大学部教授
篠辺 真吾 J A 愛知中央会地域振興部次長	浅井 清和 西尾幡豆医師会長
玉井麻衣子 愛知県小中学校PTA連絡協議会会計	土屋 直美 愛知県西尾保健所健康支援課長
宮崎 幸恵 愛知県小中学校長会給食委員会委員長	都築 貴弘 西尾市観光協会食部会副部長
大林 充始 愛知県学校給食センター連絡協議会長	磯貝 真澄 西尾市健康福祉部健康課課長補佐
杉野由起子 愛知県栄養教諭・学校栄養職員連絡協議会長	橋本由紀子 西尾市産業部農林水産課主査
江坂 由紀 西尾市教育委員会指導主事	久野 誠 西尾市立福地南部小学校PTA会長
丹羽 圭介 西尾市立福地南部小学校教頭	與田 靖子 西尾市立福地南部小学校校長
丸山真奈美 西尾市立福地南部小学校栄養教諭	植田 進由 西尾市立福地南部小学校教務主任
江場 正 愛知県農林水産部食育推進課主幹	丸山真奈美 西尾市立福地南部小学校栄養教諭
山村 浩二 愛知県健康福祉部保健医療局健康対策課課長補佐	杉浦 立子 西尾市栄養教諭・学校栄養職員代表
近藤 美和 愛知県教育委員会高等学校教育課主査	浅井 大司 愛知県教育委員会健康学習課主査
荻須 文裕 愛知県教育委員会西三河教育事務所指導主事	高田 尚美 愛知県教育委員会健康学習課指導主事
鈴木 裕 愛知県教育委員会健康学習課長	荻須 文裕 愛知県教育委員会西三河教育事務所指導主事
鹿取 健司 愛知県教育委員会健康学習課主幹	
事務局 4名	事務局 5名

## 4 連携機関及び連携内容

連携機関名	連携内容
愛知みずほ大学短期大学部	データ分析
テルモ株式会社	歩行強度計による適切な運動方法の指導
名古屋臨床検査センター	血液検査
愛知県西尾保健所	健康課題の共有・助言
西尾市観光協会食部会	地場産物を活用した料理教室等
西尾市健康福祉部健康課	健康課題の共有・助言
西尾市産業部農林水産課	各種生産団体との交渉・窓口
西尾市立三和小学校	各種調査・検査の協力

## 5 実践内容

事業目標				
取組テーマ「より良い食生活の実践を通じた心と身体の子の健康な子の育成」の具現化を図る				
1・2年	基礎的な食習慣	・基本的な食事マナーを身に付けた子の育成 ・食事をみんなで楽しく食べることができる子の育成		
3・4年	身体の健康につながる より良い食習慣	・食事が自分の身体にとって必要なものであることがわかる子の育成 ・自分の身体に興味をもつことができる子の育成 ・自分の身体のことを考えて食べることができる子の育成		
5・6年	心の健康の育成につながる より良い食習慣	・みんなで食事を楽しむことが大切だということがわかる子の育成 ・愛知の産物や郷土料理を知り、郷土を誇りに思う子の育成		
※低・中・高学年別に設定				
評価指標				
評価項目	評価指標	1・2年	3・4年	5・6年
A 朝食喫食率	91.7%（5月）の実態を100%	○	○	○
B 食事時のあいさつ実施率	いつもまたは時々あいさつする児童88.1%（5月）の実態を100%	○	○	○
C 共食率	毎食、大人と食事をする児童の割合5ポイント増加	○	○	○
D 学校給食の残食率	5.4%（4月）の実態を3%以下	○	○	○
E 身体活動量	身体活動量（1日平均歩数）の20%増加		○	
F 生活習慣病因子	肥満傾向児の出現率7.3%（4月）や肥満度の減少、血液検査の数値（インスリン値等）の改善		○	
G 自己意識	公的・私的自己意識の変容と食習慣との関連性			○
H 学校生活意欲	要支援群・学校生活不満足群の減少			○
評価方法				
評価項目	調査方法	実施時期		
A 朝食喫食率	毎月19日に実施する食事調査の項目として設定	5月～12月		
B 食事時のあいさつ実施率	毎月19日に実施する食事調査の項目として設定	5月～12月		
C 共食率	毎月19日に実施する食事調査の項目として設定	5月～12月		
D 学校給食の残食率	学校給食残食率（月平均）調査	4月～12月		
E 身体活動量	歩行強度計を活用し、身体活動量を測定	7月～12月		
F 生活習慣病因子	身体計測や血液検査による肥満度やインスリン値等の測定	9月・12月		
G 自己意識	公的・私的自己意識調査による分析	7月・11月		
H 学校生活意欲	ハイパーQ Uによる学校生活不満足群の調査	6月・11月		

### 評価指標を向上させるための仮説（道筋）

#### 《食の基本》

はしの持ち方や使い方など食事マナーについて学ぶことや、料理や食品・栄養について学習することで、食の基本が身に付いた児童が育つだろう。食の基本が身に付くことで、みんなで食べることの楽しさに気付き、食の大切さを理解し、食を大切にしようとする児童が育つ。

#### 《身体健康》




食育の授業や特別講師による出前授業などを行うことで、自ら栄養バランスの良い食事を進んでしようとする児童が育つだろう。また、規則正しい生活習慣を身に付けることや効果的な運動を知ることによって活動量を増やすことができ、生活習慣病因子の低下につながるだろう。これらの取組により良い食生活を実践する児童が育つとともに、身体健康な児童が育つ。

#### 《心の健康》

食育の授業を通じ、食事にかかわる多くの人々や自然の恵みについて学習することで、感謝の心が育つだろう。また、和食や地域の産物を使った料理、郷土料理を地域の人から学ぶ出前授業や体験学習を通して、自分が暮らす地域への理解と愛着を深め、「ふるさと西尾」に誇りをもち、自分への自信につながる。さらに、学校生活意欲が向上し、豊かな心が育つ。



実践内容

○具体的な取組

1・2年 食の基本が育つ				
		4月～8月	9月～12月	1～3月
学級指導 上段1年 下段2年		<ul style="list-style-type: none"> <li>給食大すき</li> <li>給食当番のやり方</li> <li>はしの正しい持ち方</li> <li>名前クイズの木</li> <li>3食きちんと楽しく食べていますか(夏休み食育カード)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>はし使いのマナー</li> <li>給食はどうやって作られているの</li> <li>食べ物の名前をおぼえよう</li> <li>◎一色さかな広場見学</li> <li>◎あおいパーク人参収穫体験</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>食事マナー</li> <li>3つのげんきっこ</li> <li>1年間の給食を振り返ってみよう</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>3つのげんきっこ</li> <li>夏野菜を食べましたか(夏休み食育カード)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎一色さかな広場・抹茶工場・養鰻場見学</li> <li>・えびせんべい手焼き体験</li> <li>・はしの正しい持ち方</li> <li>・はし使いのマナー</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1年間の給食を振り返ってみよう</li> </ul>
教科等 (道徳を含む) 上段1年 下段2年		<ul style="list-style-type: none"> <li>学校探検 給食室はどこ(生活科)</li> <li>給食室ではだれが何をしているのだから(生活科)</li> <li>校庭のびわ・梅でジュースを作って飲もう(生活科)</li> <li>夏野菜栽培(生活科)</li> <li>さつまいも栽培(生活科)</li> <li>夏野菜の働き(生活科)</li> </ul>  <p>正しいはしのもち方</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>いただきます[生命尊厳] ちゃんとのたつじん[規則正しい生活](道徳)</li> <li>●牛乳には牛の命がつまっている(生活科)</li> <li>●自分でチーズを作ってみよう(生活科)</li> <li>人参ケーキを作ってお世話になった人になろう(生活科)</li> <li>魚釣りゲームをしよう(生活科)</li> <li>2年生といっしょに野菜クイズ(生活科)</li> <li>みんなで食育かるたをしよう(生活科)</li> <li>わたしたちのためのおいしい給食[感謝] 食事のマナー[礼儀](道徳)</li> <li>夏・冬野菜の働きの違い(生活科)</li> <li>冬野菜栽培(生活科)</li> <li>さつまいもを食べよう(生活科)</li> <li>●牛乳には牛の命がつまっている(生活科)</li> <li>●自分でチーズを作ってみよう(生活科)</li> <li>1年生といっしょに野菜クイズ(生活科)</li> <li>魚釣りゲームをしよう(生活科)</li> <li>みんなで食育かるたをしよう(生活科)</li> </ul>  <p>人参の収穫体験</p>  <p>牛乳には牛の命がつまっている</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>冬野菜でおでんパーティ(生活科)</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>給食の準備と後片付けをきちんとしよう</li> <li>給食のきまりを守って、楽しい食事にしよう</li> <li>よくかんで食べよう</li> <li>清潔な食事にしよう</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>時間を守って、残さず食べよう</li> <li>好き嫌いをなく、残さず食べよう</li> <li>みんなで協力して楽しい食事にしよう</li> <li>楽しい食事の場を作ろう</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>作ってくれた人に感謝して食べよう</li> <li>楽しく食べよう</li> <li>1年間の給食を振り返ってみよう</li> </ul>



3・4年 身体が育つ

◎体験学習 ●出前授業 ○数字は時間数




3・4年 身体が育つ				
		4月～8月	9月～12月	1～3月
学級指導 上段3年 下段4年		<ul style="list-style-type: none"> <li>3つのげんきっこを知ろう(赤色の食べ物)</li> <li>野菜や大豆、大豆からできた食べ物を食べましたか(夏休み食育カード)</li> <li>血液の働き</li> <li>朝ごはんを食べ、運動をしましたか(夏休み食育カード)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>運動とエネルギー</li> <li>自分の生活リズムって何?</li> <li>●3つのげんきっこを知ろう(緑色の食べ物)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>食育かるた</li> <li>3つのげんきっこを知ろう(黄色の食べ物)</li> <li>1年間の給食を振り返ってみよう</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>大豆(総合)</li> <li>①大豆の栽培</li> <li>②変身大豆を知ろう</li> <li>③みそ・豆腐のひみつ</li> <li>④枝豆を収穫</li> <li>よりよく成長するために(総合)</li> <li>①運動・睡眠・食事の重要性</li> <li>②身体の成長に必要な栄養素</li> <li>③おやつとり方と脂肪について考えよう</li> </ul>  <p>歩行強度計を使って</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●効果的な運動の方法(体育科)</li> <li>大豆(総合)</li> <li>◎⑤豆腐屋見学</li> <li>◎大豆の収穫</li> <li>●⑦豆腐作り</li> <li>◎あいち健康プラザ見学(総合)</li> <li>◎スーパーマーケットに行く(社会科)</li> <li>いただきますごちそうさま[尊敬・感謝](道徳)</li> <li>●効果的な運動の方法(体育科)</li> <li>よりよく成長するために(総合)</li> <li>④運動とエネルギー</li> <li>⑤おやつとり方について</li> <li>●⑥栄養いっぱい手作りおやつ</li> <li>いただきますごちそうさま[尊敬・感謝](道徳)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1年間の給食を振り返ってみよう</li> <li>よい生活リズムができたか</li> <li>大豆(総合)</li> <li>⑧すごいぞ大豆発表会の準備</li> <li>⑨おからクッキー作り</li> <li>⑩すごいぞ大豆発表会</li> <li>育てた大豆で豆腐を作ろう</li> <li>よりよく成長するために(総合)</li> <li>⑦身体にいいおやつを考えよう</li> <li>⑧成長を知ろう</li> <li>⑨栄養いっぱい手作りおやつ</li> </ul>  <p>育てた大豆で豆腐を作ろう</p>

5・6年 心が育つ

◎体験学習 ●出前授業 ○数字は時間数

	4月～8月	9月～12月	1～3月
学級指導 上段5年 下段6年	<ul style="list-style-type: none"> <li>・大好きカレーライス</li> <li>・カレーの具材調べ</li> <li>・お手伝いをしましたか</li> <li>・自分で食事を作ってみよう (夏休み食育カード)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・給食ができるまで</li> <li>・給食ができるまでどれだけの人がかわっているか</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・1年間の給食を振り返ってみよう</li> <li>・みんなで楽しく食事ができたか</li> </ul>
教科等 (総合的な学習の時間・道徳を含む) 上段5年 下段6年	<ul style="list-style-type: none"> <li>・調理器具の使い方を学ぼう (家庭科)</li> <li>・食材をゆでてみよう (家庭科)</li> <li>①ゆで卵を作ろう</li> <li>②青菜をゆでてみよう</li> <li>・心と体のつながり (保健)</li> </ul>  <p>和食の達人に話を聞こう</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・和食のすばらしさを見付けよう (総合)</li> <li>①だし汁とは</li> <li>②だし汁入りみそ汁とだし汁なしみそ汁の味比べ</li> <li>③だし汁の種類</li> <li>●④ようこそ達人! 和食の味だしについて学ぼう</li> <li>・私たちの生活と食糧生産 (社会科)</li> <li>①お米ができるまで</li> <li>②お魚はどこから</li> <li>・忘れられないごちそう [生命尊厳] おいしそうな手作りケーキ [節度・節制、思いやり] (道徳)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・和食のすばらしさを見付けよう (総合)</li> <li>⑤作ってみよう自慢のみそ汁</li> <li>⑥手作りみそのみそ汁を作って感謝の会でふるまおう</li> <li>・ご飯を炊こう (家庭科)</li> <li>・ご飯が炊けるまで (家庭科)</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体のつくりとはたらき・食べ物のゆえ (理科)</li> <li>・消化・吸収について (理科)</li> <li>・朝食メニューを考えよう (家庭科)</li> <li>・修学旅行に向けて (総合)</li> <li>・京都・奈良の特産物を調べよう (総合)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・調べてみよう西尾の特産 (総合)</li> <li>①西尾の特産物調べ</li> <li>②西尾の大豆について調べよう</li> <li>③みそについて調べよう</li> <li>●④みそ作り名人に話を聞いてみよう</li> <li>●⑤ぼくたちのみそを作ってみよう</li> <li>・命を見つめて [生命尊重] 世界がもし100人の村だったら [国際理解] (道徳)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・調べてみよう西尾の特産(総合)</li> <li>⑥地域のみそを広めよう</li> <li>⑦手作りみそのみそ汁を作って感謝の会でふるまおう</li> </ul>  <p>福地の大豆でみそ作り</p>

家庭・地域とともに

親子料理教室 第1回 8月1日(土) 第2回 11月21日(土) 第3回 2月6日(土)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・第1回「野菜料理」参加人数 8家族 22人 テーマ 「家族で楽しく料理をしよう」 講師 ジュニア野菜ソムリエ、市観光協会食部会副会長</li> <li>・第2回「魚料理」参加人数 11家族 21人 テーマ 「一色で水揚げされた魚を自分たちでさばいてみよう」 講師 一色さかな村長、市観光協会食部会副会長</li> <li>・第3回「郷土料理」参加人数 12家族 27人 テーマ 「福地の箱寿司を作ってみよう」 講師 地域女性の会</li> </ul>	 <p>第1回 親子料理教室</p>
学校開放日 10月16日(金)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・道徳授業公開 (内容は具体的な取組の教科等の項目に表記)</li> <li>・食育講演会 保護者参加人数 126名 テーマ 「親子でチャレンジ ～食で育む元気な脳とからだ～」 講師 あいち健康プラザ健康教育課管理栄養士</li> <li>・学校保健委員会 (全校) テーマ 「元気なところとからだをつくるには ～食事のちから～」 講師 あいち健康プラザ健康教育課管理栄養士 食育劇 「朝ごはんで元気いっぱい」保健・給食委員会</li> </ul>	 <p>食育劇 朝ごはんで元気いっぱい</p>
感謝の会 3月2日(水)	<ul style="list-style-type: none"> <li>テーマ 「感謝の会に自分たちで作った食材を使ったみそ汁を食べてもらおう」</li> <li>6年 福地の大豆で作ったみそ</li> <li>5年 自分たちで考えた合わせ出汁</li> <li>3年 育てた大豆で作った豆腐</li> <li>2年 自分たちで作った大根と人参</li> <li>なかよし なかよし畑の野菜</li> </ul>	 <p>福南小みそパンフレット</p>



## 6 成果

《結果》	
評価項目	結果
A 朝食喫食率	91.7%（5月）→97.6%（12月）5.9ポイント上昇
B 食事時のあいさつ実施率	いつもあいさつする児童 55.8%（5月）→56.8%（12月）1.0ポイント上昇
C 共食率	毎食、大人と食事をする児童 57.6%（9月）→64.2%（12月）6.6ポイント上昇
D 学校給食の残食率	5.4%（4月）→2.3%（12月）3.1ポイント減少
E 身体活動量	1日平均歩数 9,454歩（7月運動講座前）→12,025歩（12月運動講座後）1日平均歩数 2,571歩（27.2%）増加
F 生活習慣病因子	インスリン値 11.1IRI以上の4年児童3人（9月）→全員 11.1IRI以下（12月） LDL-C 121mg/dl以上の4年児童7人（9月）→うち4人が121mg/dl以下に改善（12月）
G 自己意識	公的・私的自己意識とも7月と11月に有意差無し 私的自己意識と食育との関連性では「食事のあいさつ」「給食の大切さ」「テレビの視聴頻度」などの項目に有意差有り
H 学校生活意欲	学校生活不満足群 6年 22%（6月）→19%（11月）3ポイント減少

### 《考察》

- ・ 朝食の重要性を学んだことで、朝食の喫食率が5月の91.7%から12月は97.6%と5.9ポイント上昇し、ほとんどの児童が朝食を食べてくるようになった。
- ・ 学校給食が作られる過程を学習したり、食べ物の名前や働き、はしの持ち方や食事マナーなどの食の基本を学習したりすることにより、食べる楽しさや食への関心が高まったと考える。また、みんなで食べる楽しさを感じることは、学校給食の残食率の減少にもつながったと考える。
- ・ 4年生の血液検査では、1回目の検査でLDL-C・中性脂肪・インスリン値が高かった児童に、2回目の検査で改善がみられた。また、身体活動量が増加し、身体を動かすことが習慣化しつつあることもわかってきた。この変化は、効果的な身体の動かし方や食に関する知識を得ることで、運動やより良い食習慣に関心が高まった効果であり、これらを実践した結果、血液検査値の改善に結びついたと考える。
- ・ 私的自己意識の高い児童は、「食事の手伝い頻度」「給食の大切さ」「嫌いな物を食べる自信」に高い数値を示した。これは、食を大切に思っていることが考えられ、心の発達と食に関係があることが示唆される。また、ハイパーQ Uの結果からは、学級生活満足度の向上がみられた。このことから、食育は心が健康な児童の育成につながったと考える。
- ・ 食に関する指導は、より良い食生活を実践させ、A～Hのように身体だけではなく心を含めた健康な児童の育成につながると考える。

## 7 スーパー食育スクール事業の取組状況の情報発信

- ・ 実践校を含む中学校区へ学校新聞からの発信
- ・ 学校ホームページによる食育活動の発信
- ・ 食育通信の発行による発信
- ・ 学年だより・学級だより等での発信
- ・ 報道機関（地域新聞）への掲載による発信
- ・ 学習のまとめとしてポスターを作成し、町内施設に掲示する児童からの情報発信

## 8 今後の課題

- ・ 4年生の血液検査結果では、12月のインスリン値等の数値が改善した。これは4年生に効果的な運動を指導したことで運動習慣が定着したためと考えられる。また、身体が大きく育つ4年生に食育を併せて行った相乗効果もあったと考えられる。このことから、今後も食育を継続して行くことが重要だと考え、食育が後退することがないように方策を考えることが課題である。
- ・ 6年生は総合的な学習の時間で地域の産物に着目し、西尾市の大豆やみそ作りについて調べ、自分たちでみそを作った。これにより、「ふるさと西尾」の良さに気付き始め、郷土を誇りに思うと同時に、自他を認める子に育つことを期待する。これらの結果を踏まえ、次年度以降も地域の特産物を通して「ふるさと西尾」のすばらしさを発見できる食育活動を継続していきたい。今年度は地域の教材としてみそや箱寿司を取り上げたが、新しい地域教材の発掘に努め、食育に活かしていくことが課題である。