

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	三重県	実施校名	三重県立久居農林高等学校
学校のホームページアドレス	http://www.mie-c.ed.jp/ahisai/		

1 取組テーマ（中心となるテーマ：食と健康）

食生活の改善と将来の食育リーダーの育成 ～野菜を好きになるプロジェクトを通して～

2 栄養教諭の配置状況

栄養教諭配置人数	0人
配置されていない場合の対応状況	津市立誠之小学校の栄養教諭と連携して事業を実施している。

3 推進委員会の構成

磯部 由香	三重大学教育学部教授
阿部 稚里	三重短期大学准教授
齊藤 俊彰	久居農林高等学校長
佐藤 葉子	久居農林高等学校教諭
馬場 明生	津市立誠之小学校長
小笠原容子	津市立誠之小学校栄養教諭
喜田 明美	県健康福祉部健康づくり課
藤島 弘幸	県農林水産部フードイノベーション課
小松 浩也	伊賀の里モクモク手づくりファーム食育事業部
中谷 秀也	生産者・指導農業士
服部しづ子	県中央農業改良普及センター副参事兼課長
中田 英幸	久居農林高等学校教頭
中村 正人	久居農林高等学校教諭
宮原 伸代	久居農林高等学校教諭
信藤 崇文	久居農林高等学校教諭
前田香穂里	久居農林高等学校養護教諭
阿形 克己	県教育委員会事務局保健体育課長
小林 宏行	県教育委員会事務局保健体育課班長
藪中 一浩	県教育委員会事務局保健体育課班長代理
宮田 絢子	県教育委員会事務局保健体育課指導主事
岡崎 智子	県教育委員会事務局保健体育課指導主事

4 連携機関及び連携内容

連携機関名	連携内容
津市立誠之小学校（協力校）	生徒による体験指導（野菜の栽培、調理、加工）、給食に食材（野菜）提供、給食を活用した交流、児童・保護者調査の実施 生徒による野菜摂取の啓発活動（絵本、紙芝居、発表、レシピ提供等）、推進委員会助言（栄養教諭、校長）
三重短期大学生活科学科	評価方法、評価分析、出前授業等、推進委員会助言
三重大学教育学部家政教育	推進委員会助言
三重大学生物資源学部	出前授業、野菜に関する講演、成分分析
東洋大学	講義、食育作文コンクール
三重県健康福祉部健康づくり課	助言、ベジー1グランプリ、「フェアリーベジ（県野菜キャラクター）使用」
三重県農林水産部フードイノベーション課	給食の地産地消の推進、助言
三重県林業研究所林産研究課	出前授業、キノコ類の栽培技術提供
三重県工業研究所食と医薬品研究課	野菜の粉末化、ドライ化の技術提供
津市教育委員会事務局	市立小中学校の食育、給食の地産地消の推進
伊賀の里モクモク手づくりファーム	体験活動、食育に関する講演、出前授業等、推進委員会助言
津地域農業改良普及センター 津市農林水産政策課	地元野菜を使った給食メニュー料理コンクールの開催
レストラン土の中の Sarad	野菜が主役となる料理の指導
SWEETかえるはうす	野菜を使った洋菓子の指導
学校農業クラブ連盟	プロジェクト発表、リーダーシップ掲載

5 実践内容

事業目標

実践校の専門性と特色を生かして、地域の小学校とともに、野菜を好きになる研究を進める中で、将来の食育リーダーを育成するとともに、子どもたち自身が、バランスの良い食生活を考え、普段の生活で実践できる力を身につける。

- (1) 野菜が好きな子どもの割合の向上
- (2) 子どもの野菜嫌いの改善
- (3) バランスを考えた食生活の向上
- (4) 野菜嫌いの背景・原因、分析
- (5) 体験活動（栽培、調理、加工等）や啓発による食生活の改善
- (6) 野菜好きを増やし野菜嫌いを少なくするとともに、摂取量を増加させるためのプロジェクト
- (7) 小学生等の指導者として、将来の食育リーダーの育成
- (8) 小学生と高校生の野菜摂取に対する意識の変容、比較・検証

評価指標

- 食育リーダーとしての高校生の意欲と知識の比較
- 体験学習前後における高校生の意識や知識等の変容の数値的比較
- 体験学習前後における小学生の意識や知識等の変容の数値的比較
- 「野菜が好きである」高校生・小学生の割合の増加
- 「野菜が好きでない」高校生・小学生の割合の減少
- 野菜の品目別に①食べることができない、②好きでない、③あまり好きでない、それぞれの段階における高校生・小学生の割合の減少
- 「3食とも野菜を食べる」高校生・小学生の割合の増加
- バランスを考えた食生活をする高校生・小学生の増加

評価方法

- 小学生との関わりを通して高校生の食生活への意識向上
- 高校生の食育リーダーとしての意欲と知識調査（各プロジェクトの前後で比較検証）
- 高校生、小学生の野菜摂取に対する意識の変容、比較・検証
- 高校生、小学生及び、それぞれの保護者に対して事業開始前と事後の食習慣実態調査・食生活意識調査により、野菜好き嫌いの割合を調査、測定
- 高校生、小学生の朝食摂取率の評価

評価指標を向上させるための仮説(道筋)

- ①高校生、小学生、保護者を対象にした調査を行い、野菜嫌いの要因や普段の食生活の実態を明らかにする。（食習慣実態調査・食生活意識調査）
高校生の食育への取組実績や意欲関心を事前に調査する。
 - ②野菜好きを多くし、野菜嫌いを少なくするための研究仮説をたて、各学科各コースでの研究内容を決定する。
さらに、この取組を実施することにより、高校生は、食育への意欲関心が増加すると仮説をたてる。
 - ③研究内容にもとづき、それぞれのプロジェクトに取り組む。
 - ・高校生が小学生に体験活動を指導（栽培、調理、加工、野菜学習）
 - ・高校生が教材開発等を行い、小学校への出前授業や保護者への啓発をする。
 - ・料理コンテストやレシピ集の作成
 - ④様々な取組を通して、高校生の野菜嫌いが少なくなり、よりよい食生活の向上に意欲関心が増すという仮説が立つ。
 - ⑤プロジェクトの成果の検証
 - ・実態調査等により、小学生の体験活動等を指導や校内での各プロジェクトの課題研究発表会による高校生の意識の変容について比較・検証
 - ・高校生の食生活の改善と今後の実践力につなげようとする意欲の検証。
 - ⑥高校生が地域及び県内への啓発活動を行う。
 - ・将来の食育リーダーとなる人材を育てる。
 - ・啓発リーフレットやレシピ集の作成
 - ・学校行事等での特色を生かした食育活動
- これらの結果を分析することにより、高校生の食生活の改善や意識変容を検証する。

実践内容

【農業学科】

○植物コース⇒栽培体験等により、意識変容を目指す。

野菜の栽培指導（種まき、鉢上げ、定植、灌水、除草、施肥、収穫）、野菜を小学校の給食の食材に提供、小学校の給食時に小学生と交流、小学生に対して野菜学習を実施、課題研究において野菜嫌いを改善するプロジェクトに取り組む。

○食品コース⇒野菜のそのものの見た目等に由来する野菜嫌いの改善を目指す。

野菜を使った加工指導、粉末及びドライ野菜利用の研究。課題研究において野菜嫌いを改善するプロジェクトに取り組む。

○環境保全コース⇒野菜の中でもキノコ嫌いに注目し、改善を目指す。

シイタケ・ヒラタケ栽培の指導、課題研究においてキノコ嫌いを改善するプロジェクトに取り組む。

【生活デザイン科】

○1年生⇒啓発で改善を目指す。

野菜摂取の啓発（カルタ、絵本、紙芝居）

○食生活コース⇒野菜の調理等を通じた改善を目指す。

野菜を使った料理の指導、レシピづくり、料理コンクールの実施、地域への啓発活動、課題研究において野菜を好きになるプロジェクトに取り組む。

○リビングコース⇒啓発で改善を目指す。

野菜摂取の啓発（クリアファイル）

【栄養教諭との連携】

○給食への栽培した食材の活用及び指導助言

○高校生の出前授業及び体験活動等の指導助言

○高校生の料理コンクールでの指導助言



〔トマトの植え付け〕



〔野菜の調理〕



〔トマトについて小学生に教える〕



〔野菜カレーの食事〕



【トマトの収穫】



【ニンジンクッキー作り】

6 成果

【高校生の変容】

- 食育に関心がある生徒の増加 (16.6%→22.4% : +5.8%)
- 野菜が好きと答える生徒の増加 (79.1%→82.4% : +3.3%)
- どうしても食べられない野菜をあげる人数の減少【ニンジン (6.3%→2.4% : -3.9%)、シイタケ (9.1%→6.8% : -2.3%)、ネギ (4.3%→2.0% : -2.3%)、オクラ (4.3%→1.0% : -3.3%)、ナス (6.7%→4.9% : -1.8%)、トマト (6.7%→4.9% : -1.8%) など】
- 野菜摂取自己評価の向上 (17.8%→21.3% : +3.5%)

【小学生の変容】

- 自分が栽培したり調理に使用した野菜が好きと答えた割合が増加【ハクサイ (43.3%→61.7% : +18.4%)、ダイコン (50.0%→61.7% : +11.7%)、ネギ (31.7%→40.0% : +8.3%)】
- 知らない野菜の減少【コマツナ (20.0%→11.7% : -8.3%)、サヤインゲン (21.7%→16.7% : -4.0%)】
- 家庭での好きな野菜料理の増加【特に野菜炒め (7.4%→17.2% : +9.8%)】

7 スーパー食育スクール事業の取組状況の情報発信

報告書、リーフレット、レシピ、クリアファイルを三重県内小学校、中学校、高等学校、県教育委員会、29市町教育委員会等に配布するとともに、小学校・中学校・高等学校の教職員、保護者に地域の社会福祉協議会行事や報告会で成果を発表する。ホームページやマスコミを通じての報道で、広く情報発信を行う。

8 今後の課題

- ・栽培や調理等の体験を児童生徒の食生活の改善につなげること。
- ・全ての活動を通して、高校生の「食育」について意識を高めること。
- ・研究の成果を家庭や地域に広く啓発すること。

野菜嫌いの高校生、小学生は共に、特に夕食時の野菜摂取頻度が少ないことが分かった。保護者も子どもの野菜摂取量が不足しがちであると感じている。また、子どもの食生活で困っていることとして、好き嫌いがある(高校生 23.5%小学生 30.1%)や野菜を食べない・苦手である(高校生 14.7%小学生 23.1%)を上位に上げている。このことから野菜摂取量を増やすには、野菜嫌いの子どもをいかに野菜好きにしていけることが重要である。野菜に関する知識や意識が向上すると、野菜摂取量が増える可能性が示されたので、今後は実際の食生活に即した取り組みを行っていくことが大切である。今回の研究にあたっては、本校のそれぞれのコースが独自に取り組んだが、この成果と課題を全体で共有し、協働することにより、野菜の積極的な摂取を地域全体の食生活の改善につながるようにしたい。