

平成28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	熊本県	実施校名	あさぎり町立免田小学校
学校のホームページアドレス	http://es.higo.ed.jp/mendaes/		

1 取組テーマ（中心となるテーマ：食と健康）

食から見つめ直す健やかな心と体
～食育支援システムを活用した自己管理能力の育成～

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

本田 榮子	九州看護福祉大学非常勤講師
木下 はるみ	熊本県立大学特別講師
寺西 健二	株式会社 タニタ ヘルスケア・ネットワークサービス推進部
寺園 幸恵	株式会社 えがお ロイヤリティ向上部（管理栄養士）
山村 純一	あさぎり町立免田小学校学校医
西 実良	あさぎり町学校給食食材生産者代表
尾方 裕一	JA くま中球磨宮農センター長
蟻田 和子	あさぎり町食生活改善推進員代表
中村 笑	あさぎり町ふるさと振興社代表
免田 潤一郎	JA くま青壮年部免田地区代表
尾曲 幸輔	あさぎり町立免田小学校 PTA 会長
佐藤 浩臣	熊本県立南稜高等学校教諭（食育担当）
吉村 英亀	あさぎり町立免田小学校校長
黒木 靖子	あさぎり町立免田小学校研究主任
田代 優子	あさぎり町立免田小学校栄養教諭
大石 和子	あさぎり町立免田小学校養護教諭
丸尾 律子	あさぎり町保健環境課主幹（管理栄養士）
竹内 正信	あさぎり町教育委員会教育課長補佐兼指導主事
西村 浩二	熊本県教育庁審議員兼教育指導局体育保健課課長補佐
後迫 貴利子	熊本県教育庁教育指導局体育保健課（事務局）
岩田 雪子	熊本県教育庁教育指導局体育保健課（事務局）
塩村 勝正	熊本県教育庁教育指導局体育保健課（事務局）
中野 浩二	熊本県球磨教育事務所指導主事

4 連携機関及び連携内容

連携機関名	連携内容
生産者代表	体験活動への協力
学校医	定期健診・健康課題に対する指導及び助言
九州看護福祉大学大学非常勤講師	推進委員会における助言
株式会社 タニタ	データ収集・管理・分析及び助言、特別授業セミナー講師
株式会社 えがお	推進委員会における助言、食に係る教育講演会講師
あさぎり町役場健康推進課	推進委員会における助言、親子料理教室講師、食育の啓発
県立南稜高校	パン作り等交流・体験活動等への協力
JA 青壮年部免田地区	授業及び体験活動等への協力
あさぎり町食生活改善推進員	授業及び体験活動等への協力、親子料理教室講師
ふるさと振興社	授業及び料理教室への協力
熊本県立大学特別講師	推進委員会における助言
JA 中球磨	体験活動等への協力
球磨酪農農業協同組合婦人部	親子料理教室講師

5 実践内容

事業目標

食習慣や生活習慣を改善して健やかな心と体をつくるために、学校・家庭・地域が連携し、企業によるデータ統計分析と免田小学校版「食育ステップ表」をもとにした食育の推進を通して、◆食習慣の改善◆健やかな心と体づくりにつながる実践力の育成◆変容の「見える化」による自己管理能力の育成◆家庭・地域との連携及び啓発の4項目の目標達成を目指すとともに、併せて効果検証を行う。

また、効果的な食育の取組については、家庭や町内の保育園、小・中学校及び地域に情報提供し、地域ぐるみで食育の推進を目指す。

評価指標

◆食習慣の改善

- ①朝食摂取率 95%以上（H29 県の目標）、朝食品目数 3 品以上摂取率 80%
- ②ふるさとの味登場率 100%
- ③食事への感謝 90%

◆健やかな心と体づくりにつながる実践力の育成(実践の習慣化)

- ④午後 10 時前に就寝する児童 80%
- ⑤不定愁訴 10%改善
- ⑥活動量計の 1 日 1 人当たりの校内歩数合計を平均 6000 歩維持
- ⑦晴れの日の昼休み外遊び率 90%
- ⑧新体力テスト結果概ね全国平均到達

◆変容の「見える化」による自己管理能力の育成

- ⑨肥満傾向（肥満度 20%以上）の児童の出現率の減少、肥満度の改善
- ⑩「食育チェックブック」による、食と運動相互の向上

◆家庭・地域との連携と啓発

- ⑪朝の共食率の増加
 - ⑫食育への関心の高まり
- ・家庭での「食育チャレンジデー」実施率 80% ・食育関係資料を活用する保護者の増加

評価方法

◆食習慣の改善

- ・食生活の調査 ・ワークシートや感想用紙 ・給食中の観察 ・献立表

◆健やかな心と体づくりにつながる実践力の育成

- ・食に関する指導到達度調査 ・4 月新体力テストで課題把握、計画、実践
- ・新体力テストで劣っていた種目体験コーナー設置 ・12 月新体力テスト再調査
- ・長期休業中「生活チェック頑張りカード」・生活チェック週間における学習カードの活用

◆変容の「見える化」による自己管理能力の育成

- ・体組成計及び活動量計の活用による定期的、継続的な測定と肥満度の検証※毎月
- ・食生活調査（児童と保護者）※6 月と 12 月
- ・「食育チェックブック」※毎日の記述と毎月の振り返り
- ・「活動量カルテ」めあての設定、行動変容※毎月 ・行動力※毎月

◆家庭・地域との連携と啓発

- ・食生活調査：児童及び保護者（食育への関心、家庭での推進）
- ・食に関する指導意識調査（免田小学校教諭）※6 月と 12 月
- ・「食育チェックブック」による家庭での食育チャレンジ実施率チェック

※コメント記入、家族でめあて決め、家庭での行動選択

- ・「あさぎり町共有資料活用率」調査※年 4 回給食担当栄養教諭部会
- ・熊本県指定「学校給食・食育」研究発表会アンケート

評価指標を向上させるための仮説(道筋)

- ①栄養教諭を食育推進のコーディネーターとして位置付け、企業や専門機関等と連携しながら、免田小学校版「食育ステップ表」をもとに食育を推進することで、食べ物の働きや食と健やかな心と体づくりとの関連への理解を深めて、朝食摂取率や給食の完食率の値の好転を目指すことができるであろう。また、毎日の給食で「ふるさとの味」にふれさせたり、地域の生産者や農業科を有する県立高校と連携し、栽培・収穫・調理等を体験させたりすることで、食への興味・関心を高めるとともに、生産や調理に携わる人々の思いに気づかせ、食べ物を大切に、感謝する心を育むことができるであろう。
- ②食と運動を関連させた健やかな心と体づくりについて、「朝食栄養マップ」や「手ばかり法」で望ましい食習慣の行動化を支える取組を行ったり、「食育タイム」や「外遊びタイム」、「生活チェックカード」により、食習慣や生活習慣の改善を日常的に意識させたりすることで、不定愁訴や活動量の値の好転と体力の向上を目指すことができるであろう。
- ③食と活動量、体組成の関係について「活動量カルテ」等に表示、ICT等を活用して変容の「見える化」を図り、定期的・継続的に児童に情報提供することで、児童自ら食と運動の両面から生活を改善させることができるであろう。また、食や生活習慣、体組成に課題のある児童については、養護教諭と栄養教諭、体育担当等が連携した健康教室において個別指導を行うことにより、食や生活習慣、肥満傾向の程度を改善させることができるであろう。
- ④学習を生活に生かす「食育弁当の日」や親子で家庭での食育実践を行う「食育チャレンジデー」、専門機関や地域の人材を活用した「料理教室」等を実施し、通信やHP等による家庭への啓発を行うことで、保護者の食への関心を高め、「食育チャレンジデー」の実施率と食育資料を活用する保護者を増加させることができるであろう。



実践内容

○具体的な取組 ※青色の文字及び番号は、写真や資料を掲載

<栄養教諭を中心とした食育推進の工夫>

- ・「生きた教材」となる学校給食献立の工夫
- ・食に関する授業及び日常指導への参画と実践
- ・個への課題へ対応する健康教室への参画と運営
- ・あさざり町内小・中学校の食育推進の連携
- ・ふるさとの味登場率100%の献立作り
- ・農作物の栽培及び調理等体験活動の講師紹介
- ・本校及び地域料理教室への参画と運営
- ・町主催食育講演会や町の食育推進の取組への参画

<食に関する指導計画の見直し>

- ・就学前から中学校まで系統的に学ぶ食に関する指導全体計画の作成
- ・「給食の時間」における食に関する指導(食育タイム)年間計画作成
- ・各学年の課題に対応する食育プログラムの作成
- ・食育年間計画の見直し、免田小学校版「食育ステップ表」
- ・食育に関する指導の系統を意識する「食育ユニット」を学習指導案へ位置付け
- ・食育推進を支える「食育ステップ表」の作成

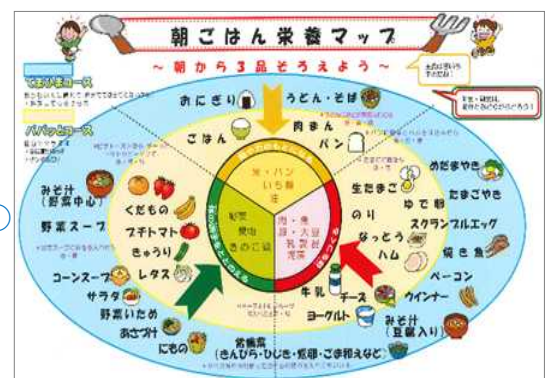
「朝ごはん栄養マップ」は全児童が家庭で活用し、朝食を「自分で3品」に整えられます。朝食3品摂取率がぐんと高まりました。

<食への興味・関心を高め、正しい知識と望ましい食習慣を定着させる学習指導の工夫>

- ・自分の課題に気付き学びを生活に生かす「食育授業の『さ・し・す・せ・そ』」を意識した学習計画
- ・教科等の指導内容との関連を整理した「食育授業の3つの型」(熊本県食育実践マニュアル)による授業
- ・文部科学省食育教材資料『楽しい食事つながる食育』の年間計画に位置付けた活用

【授業例】

- 1年生…学級活動「はなまるあさごはんをたべよう」①
- 2年生…生活科「めがせ!野さいはかせ」(使用教材)
- 3年生…国語科「食べ物のひみつを教えます」
- 4年生…体育科保健領域「育ちゆく体とわたし」
- 5年生…家庭科「食べて元気!ご飯とみそ汁」
- 6年生…外国語活動「Let's go to Italy!」



<食への関心と感謝の心を育む体験活動>

- 1年生…サツマイモ栽培、調理、給食センター寄贈
- 2年生…**食生活改善推進員さんに学ぶコンニャク作り②**
野菜栽培、調理、給食センター寄贈
- 3年生…あさぎり町特産物大豆栽培と調理
- 4年生…食生活改善推進委員と梅保存食作り
- 5年生…JA青壮年部の方々と米作り、餅つき
- 6年生…南稜高校生に学ぶパン作り



②
こんにゃく完成！
できたてはおいしそう。

食改さんに教えてもらって、大成功！
私たち親にとっても、初めての体験でした。

<健やかな心と体づくりにつながる自己管理能力を高める日常指導(学校給食含む)の工夫>

- ・給食の時間に毎日行う「**食育タイム(5分間)**」の実施③
- ・「食育タイム」共通実践を支える共有フォルダの資料活用
- ・学び合い、つながり合う交流給食の実施
- ・食に関する指導と日常生活をつなぐ「**食育ロード**」の設営④
- ・学びを生かす「**食育お弁当の日**」の設定⑤
- ①栄養教諭食育タイム巡回指導：「主食と主菜、副菜の比率」
- ②食育ロード：「バランスのよいお弁当作り体験コーナー」設置
- ③食育チャレンジデー：食育便りをもとに親子でお弁当作りの計画



④
「食育ロード(渡り廊下)」は、食に関する指導と日常生活をつなぎます。休み時間に「箸使い練習コーナー」や「クイズコーナー」で、足を止めながら実践力を育みます。



⑤
「食育お弁当」に取り組むことで、食育に関する学びを生活に生かしたり、作る側の気持ちを理解したりすることができます。

- ・日課表に位置付けた運動の機会の確保
- ①朝「体力テストの課題改善パワーアップタイム」
- ②昼休み終わり 15分間の「外遊びタイム」
- ③外遊びタイム終わり 5分間の「ランランタイム」
- ・**学びを振り返り実践力につなげる食育検定の実施⑥**

⑥
「食育検定(1~5級)」で、一年間の食育を振り返るとともに、「行動化」への自信につなげます。



<食や運動の課題を見つめ、変容を実感する調査・分析・啓発の工夫>

- ・変容の「見える化」を図る**食育チェックブックの活用⑦**
- ・(株)タニタ活動量計活用による「からだシート」で体組成チェック
- ・運動量増加への意欲を高める「すごいぞポイント」の活用
- ・家庭での行動化を支える生活チェックがんばりカードの活用
- ・**児童の課題に対応した健康教室の実施⑧、⑨**

⑦
食育チェック表(8・9月)

(5)年(2)組(23)番 塾生(橋本、翔)です。

朝食チェック(家庭)→朝来たら書こう

3品チェック	3品以上の白-0	共食チェック	大人に食べさせ-0
月	水	木	金
⑧	⑧	⑧	⑧
⑨	⑨	⑨	⑨
⑩	⑩	⑩	⑩
⑪	⑪	⑪	⑪
⑫	⑫	⑫	⑫

★

歩数チェック(学校)→帰る前に書こう

月	水	木	金	土	日
8月29日	29,367歩	29,251歩	29,569歩	29,200歩	29,200歩
8月30日	29,200歩	29,200歩	29,200歩	29,200歩	29,200歩
8月31日	29,200歩	29,200歩	29,200歩	29,200歩	29,200歩
9月1日	29,200歩	29,200歩	29,200歩	29,200歩	29,200歩
9月2日	29,200歩	29,200歩	29,200歩	29,200歩	29,200歩

食育チェック合格日は何日?(22日-日)

3品と共食が〇で、歩数が6000歩以上合格です。目標の日を書こう。

3品と共食(2つ)	さんねん! 活動△	合格日	月	日	時	分
3品と共食(1つ)	さんねん! 習 食△、活動△	合格日	月	日	時	分
3品と共食(0なし)	さんねん! 習 食△	合格日	月	日	時	分

0~5999歩 6000歩以上

よくなったこと よくないこと

なりたいこと



⑧
よくなったこと 7・6月は、4回しか6000歩にならなかったけど、6回こ増えました。
なりたいこと 今までは鬼ごっこで追いかけられたときしか走っていなかったから、遊ぶ内容を考えて遊びます。

<学校・家庭・地域が連携した食育活動の推進>

- ・学校と家庭の食育推進をつなぐ食育チャレンジデーの実施
- ・企業の専門性を生かした特別授業セミナーの実施
- ・地域の人材を活用した親子料理教室の実施
- ・栄養教諭による家庭への情報発信
- ①「ふるさとの味登場率100%」の献立表 ②ふるさとくまさんだより
- ・町内小・中学校との共通実践、町内保育園、幼稚園及び小・中学校との連携
- ①あさぎり町幼保小中連携部会 ②町内食育担当者会(年4回実施)
- ・文科省指定「スーパー食育スクール」、熊本県教育委員会指定「学校給食・食育」推進校研究発表会

6 成果

◎…十分達成 ○…概ね達成 △…達成不十分 ×…未達成

(1) 朝食の欠食率95%以上…**達成○**、朝食品目数3品以上摂取率80%…**達成◎**【評価指標①】

朝食欠食率について、「必ず食べる」割合93%は変わらなかったが、「週に4～5日食べない。」児童が見られなくなり、欠食が習慣化している児童が減った。

朝食品目数摂取率については、取組前の59%から88%と大きく向上した。特に「みそ汁・スープ」「卵・肉・魚・豆類」「牛乳・ヨーグルト」等の体の成長に欠かせない食材の割合が大きく伸びた。⑩

(2) ふるさとの味登場率100%…**達成◎**【評価指標②】

献立作成の際、地元の選果場に相談しながら、ふるさとの食材を取り入れ、本年度は年間を通して毎日ふるさとの食材を使用することができた。

(3) 食事への感謝90%…**達成◎**【評価指標③】

食べ物を作った人に感謝して挨拶をしている児童が90%から94%に増加した。

(4) 不定愁訴10%改善…**達成◎**【評価指標⑤】

イライラすることがよくあるという児童が101人(26%)いたが、現在は40人(11%)まで減った。また、「イライラすることがない」児童は33%から58%へと約2倍に増えた。

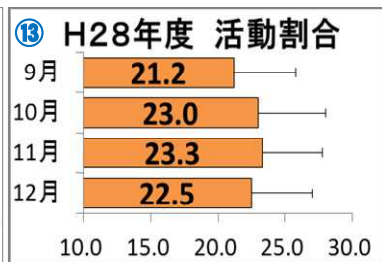
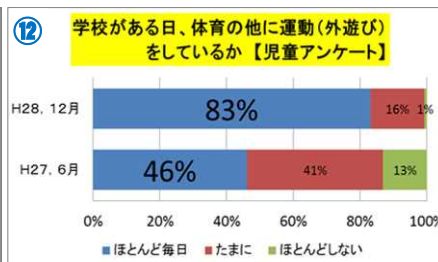
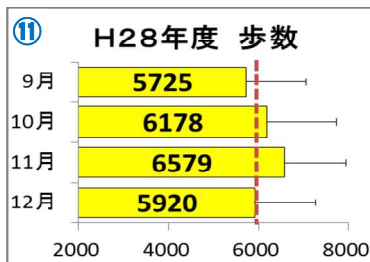
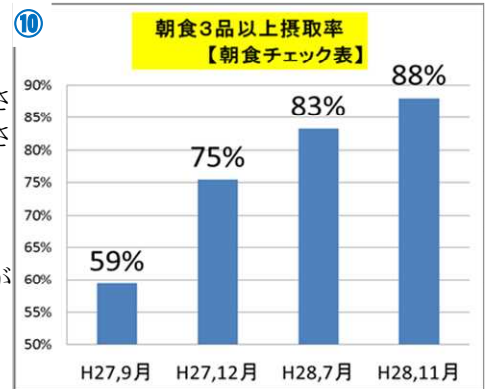
(5) 活動量計の1日1人当たりの校内歩数合計を平均6000歩維持…**達成◎**【評価指標⑥】

(6) 晴れの日での昼休み外遊び率90%…**達成◎**【評価指標⑦】

活動量計の使用を開始したH27年度11月は4822歩であったが、「からだシート」「活動量カルテ」「すごいぞポイント」で体組成や行動の変容を「見える化」したことで児童の意識が高まり、始業前や業間、昼休みの外遊びが増え、28年度10月に初めて6000歩を超えた。

⑪⑫

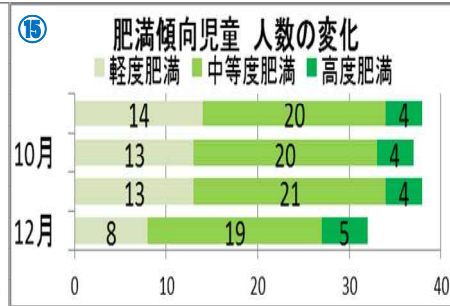
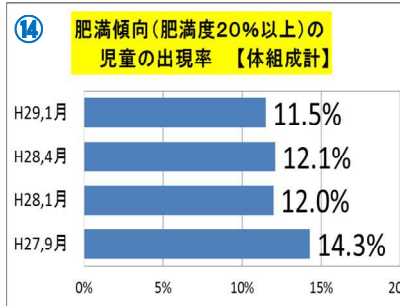
運動の強度を表す「活動割合」は、昨年度平均18.3%から今年度平均23.2%へ約5%増え、強度の高い運動を行う習慣ができた。⑬



(7) 新体力テスト結果概ね全国平均到達…**達成○**【評価指標⑧】

昨年度の新体力テストの結果は、全ての学年の男女が全国平均を下回っていた。特に、4～6年生は、男女ともTスコア44.9以下(▼)という最低ランクの評価であった。しかし、今年度は、最低ランクの評価(▼)がなくなり、全国平均を上回る評価(○、◎)が増えた。

(8) 肥満傾向（肥満度 20%以上）の児童の出現率の減少、肥満度の改善…達成◎【評価指標⑨】



左端のグラフは、2年間のデータが比較できるように、現2年から現6年までを限定して表した。⑭

今年度の全校児童の肥満傾向出現率は、12月で9.5%となり、全国平均値7.2%に近づいた。

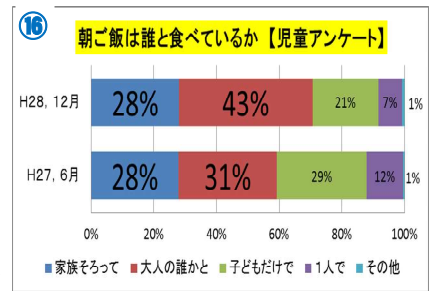
肥満傾向の児童が徐々に減少し、肥満の程度も改善している。⑮

(9) 「食育チェックブック」による、食と運動相互の向上…達成◎【評価指標⑩】

本年度は、朝食の3品と共食ができ、歩数が6000歩以上になった日を合格日とし、毎日振り返った。1カ月に授業日は約20日であり、雨で外遊びができない日もある。その条件の中で、合格日10日以上が64人から158人と大幅に増加し、食と運動の関連を考えて生活できる児童が増えた。

(10) 朝の共食率の増加…達成◎【評価指標⑪】

「家族そろって」また「大人の誰かと」食事を共食と捉えている。H27年度6月は59%の共食率であったが、H28年度12月は71%に増加した。⑯



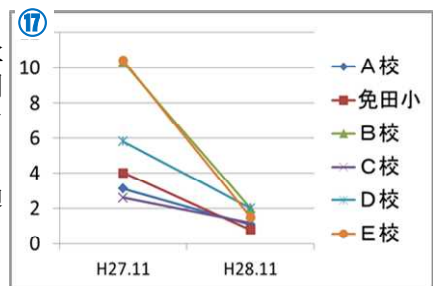
(11) 食育への関心の高まり【評価指標⑫】

・家庭での「食育チャレンジデー実施率 80%…達成◎

月末を「食育チャレンジデー」として、食育に関する体験や話し合いなど3つのチャレンジコーナーを設け、親子で取り組んだ。9月の全児童の実施率は、87%であった。

(12) その他の視点より

- ・給食が好きという児童が増加し、好きな理由として、友だちや先生との「共食」や「栄養のバランスのよさ」等については、10%以上増加した。また、配膳された物は残さず食べるという児童が85%から96%に増加した。
- ・学力について、全国学力・学習状況調査では、これまで全国平均を下回っていたが、本年度、国語と算数のA・B問題で全国平均を上回った。また、熊本県学力調査においても、H27年度とH28年度については、県平均を上回った。
- ・あさぎり町における食育担当者会や食育タイム資料の共通実践により、町内の給食残食率が改善した。⑰
- ・個々の健康課題に対応した健康教室の実施により、偏食、少食、運動不足、肥満等の課題の改善、食物アレルギー事故防止への適切な対応を図ることができた。



7 スーパー食育スクール事業の取組状況の情報発信

- 全国学校給食研究協議大会秋田大会：「学校経営における食育の在り方」実践発表（学校長）
- 熊本県教育委員会指定「学校給食・食育」推進校・スーパー食育スクール研究発表会：
公開授業6学級・公開給食3学級及び分科会、「食から見つめ直す健やかな心と体」研究発表
- 菊池郡市学校給食会研究会・人吉球磨学校給食研究協議大会：食育の取組実践発表（研究主任）
- 教育くまもと、熊本県学校給食会便り：免田小学校の食育の取組を紹介
- 熊日新聞及び人吉新聞：スーパー食育スクール事業取組の様子を掲載
- 町広報「あさぎり」：免田小学校食育推進の取組の紹介と地域住民への啓発
- 町健康福祉祭り「おどんが健康づくり大会」：「私たちが選んだ楽しい食育ランキング」児童発表
- あさぎり町ホームページ：学校給食「今日の献立」、献立作りのポイント「一口メモ」の掲載
- 学校便り・学校新聞「くろつち」・学校ホームページ：食育推進の取組の紹介と啓発
- 免田っ子祭り：食育ロード体験コーナーの設置と保護者や地域の方への啓発

8 今後の課題

- 特別授業等で学んだ「睡眠の効果」を定期的に振り返り、生活習慣を修正する機会の確保
- ※【評価指標④】「午後10時前に就寝する児童80%」について、1～3年生は、3回の調査で77%～79%と2%の増減に留まり、4～6年生では、64%と目標に届かなかった。
- 保護者の負担感を考慮し、必要感ある内容を精選して届ける食育資料の工夫
- ※【評価指標⑫】「食育関連資料を活用する保護者の増加」について、H27年6月の93%からH28年12月の90%とわずかに減少した。
- 「朝ごはん栄養マップ」や「食育チェック表」の効果的な活用と「食育チャレンジデー」の継続により、朝食摂取や家庭における食に関する実践力の向上
- 肥満傾向児出現率及び個々の健康課題に対応する効果的な健康教室の継続
- 新体力テスト全国平均を超える取組の継続
- 来年度の効果的な食育実践につながる取組の効果の検証と見直し