

平成 29 年度「つながる食育推進事業」成果報告書

受託者名	青森県教育委員会
モデル校名称	田子町立田子小学校
対象学年及び人数	全学年、162人
栄養教諭等の配置	平成28年から栄養教諭が1人配置

1 取組テーマ

(1) 事業名

地域を知って意識を変える！笑顔つながる望ましい食習慣育成事業

(2) 仮説

地域で生産されている野菜について生産者との関わりをもちながら理解を深め、流通までの流れを知ることや町全体の健康課題と自分の食生活の関連を親子で一緒に考えることで、食への関心が高まり、健康な体づくりを目指した望ましい食生活を送ろうとする態度の育成が図られるのではないかと。取組のキャッチフレーズを「笑顔でおいしく、バランスよく」と設定し、各種事業を実践する中で、評価指標を解析し、変容状況の見える化を進めていく。

2 推進委員会の構成

委員長	木村明彦	田子町立田子小学校	校長
副委員長	吉池信男	青森県立保健大学	教授
委員	石渡保	田子町立田子小学校	教頭
委員	佐々木祐佳	田子町立田子小学校	栄養教諭
委員	松山みのり	田子町立田子小学校	養護教諭
委員	宇藤佳明	田子町立田子小学校	PTA 会長
委員	本木智子	田子町立田子小学校	PTA 副会長
委員	和田憲志	学校歯科医	
委員	市村文子	八戸農協田子直売部会	部会長
委員	川守田裕子	公益財団法人にんにくネットワーク	事務局次長
委員	尾形亜紀子	田子町産業振興課	総括主幹
委員	市村志寿子	田子町健康増進課	主任保健師
委員	高岸徹	田子町教育委員会	教育課長
委員	石澤陽	三八教育事務所	指導主事
委員	澤田孝頼	青森県教育庁スポーツ健康課	主任指導主事
委員	川井陽子	青森県教育庁スポーツ健康課	指導主事
庶務	田中みつ子	田子町教育委員会教育課	学務グループリーダー
庶務	小林靖典	田子町教育委員会教育課	スポーツ・社会教育グループリーダー

3 連携機関及び連携内容

連携機関名	連携内容
青森県立保健大学	○推進委員会への参画 ○啓発用クリアファイル内容への助言 ○田子小学校への指導助言 ○ワーキンググループへの参画 ○成果の普及啓発に対する指導助言
学校歯科医	○歯科保健への指導助言 ○食に関する指導のゲストティーチャー
田子町健康増進課	○若年生活習慣病予防健康診断実施 ○町民の健康課題についての情報提供 ○町民の健康教育
田子町産業振興課	○町の産物についての情報提供 ○体験活動の実施 ○「町食育推進計画」の普及及び状況把握
田子町政策推進課	○町広報誌における町民への啓発及び取組の紹介
JA 八戸 田子町直売部	○町の産物についての情報提供 ○地域の伝統的な食文化や行事食についての指導助言 ○学校給食への食材提供 ○生産者との交流給食会
田子ケーブルテレビ	○食育啓発映像(CM)制作・放映 ○活動取材・編集・放映・まとめ映像制作
田子町学校保健会	○生活習慣アンケート実施 ○研修会実施
青森県学校給食会	○親子クッキング教室開催助成 ○食に関する指導教材の貸し出し

4 取組前のモデル校の状況

(1) これまでの食育の取組状況

- ・各学年で食育授業を実施
- ・年に1度のバイキング給食における食の指導の実施
- ・月1回町特産物を使った「にんにく給食の日」の実施
- ・PTA主催による減塩をテーマにした親子クッキング教室の開催
- ・食育関連の教育情報を掲載した「給食だより」の発行
- ・町特産物のにんにくや椎茸の収穫体験の実施

(2) 学校の課題

＊保護者アンケートから（H28年12月）

- ・毎日朝食をとっている児童が91%
- ・食事のマナーがしっかりしている児童は62%
- ・好き嫌いせずに食事をしている児童が59%

＊身体測定結果から（H28年4月）

- ・肥満傾向児出現率が 17.3%で、全国・県平均を上回っている。
- ＊歯科検診結果から（H28 年 4 月）
 - ・う歯のない児童が 26.3%で、全国・県平均を下回っている。
- ＊日常生活の観察から
 - ・給食の野菜残食率が 10.1%（H28 年度 4 月～2 月平均）
 - ・噛む回数が少ない。
- ＊給食の献立から
 - ・郷土食の提供回数は、月 2.7 回（H28 年度平均）
 - ・給食での町内産食材使用割合（重量比）は、20%（H28 年度平均）
- ＊田子町学校保健会生活習慣アンケートから（H28 年 2 月）
 - ・共食をしている割合が 74.9%
 - ・主食・副食・汁物が揃った朝食を食べている割合が 42.5%

5 評価指標の設定について

（１）共通指標について

- ① 児童生徒の食に関する意識に関すること
 - ア 朝食を食べることへの価値
 - イ 共食をすることへの価値
 - ウ 栄養バランスを考えた食事をとることへの価値
 - エ ゆっくりよく噛んで食べることへの価値
 - オ 食事マナーを身に付けることへの価値
 - カ 伝統的な食文化や行事食を学ぶことへの価値
 - キ 食事の際に衛生的な行動をとることへの価値
- ② 朝食を欠食する児童生徒の割合
- ③ 児童生徒の共食の回数
- ④ 栄養バランスを考えた食事をとっている児童生徒の割合
- ※ 共通指標は、児童生徒アンケートによって測定する。

（２）独自指標について

- ⑤ 肥満傾向児出現率
- ⑥ 食事を「おいしい」「楽しい」と思う児童の割合
- ⑦ よくかんで食べている児童の割合
- ※⑤は、4 月・8 月・1 月の身体測定の推移を見る。⑥⑦は、児童生徒アンケート、保護者アンケートによって測定する。また、⑦については、咀嚼力判定ガムを活用する。

6 実践内容（評価指標を向上させるための仮説（筋道）を含めて）

※【】に示した評価指標の向上につながるのではないかと考え、下記の実践を行った。

（１）学校における取組

- ①「小学生用食育教材たのしい食事つながる食育」を活用した各教科・領域と関連づけた指導
 【評価指標①ーア、イ、ウ、エ、オ、カ、②、③、④、⑤、⑥、⑦】
 ＜小学生用食育教材の活用内容＞
 - ・1 学年 特別活動 食事をおいしくするまほうの言葉
 - ・4 学年 体育科 元気な体に必要な食事（単元：育ちゆく体とわたし）

- ・全学年 給食指導 マナーのもつ意味、元気のもと 朝ごはん
- ・給食便り おやつを食べ方を考えてみよう 地域に伝わる行事食を調べてみよう
- ②児童が栽培した野菜、地域の伝統食を取り入れたバイキング給食の設定【評価指標①ーウ、オ、⑥】
 - ＜児童が栽培した野菜の活用＞
 - 3 学年 にんにく、6 学年 じゃがいも
 - ＜地域の伝統食の活用＞
 - せんべい汁、ひつつみ、菊のおひたし、なべっこ団
- ③「生きた教材」となる学校給食の提供と献立のねらいの共有化【評価指標①、②、③、④、⑤、⑥、⑦】
 - 学級担任による給食指導の充実、学校給食と教科等を関連づけた指導
 - ＜今年度提供した教科等と関連付けた給食＞
 - 1 学年 国語 大きなかぶ 「大きなかぶ入りポトフ」
 - 3 学年 国語 すがたをかえる大豆 「全料理に大豆製品を活用した献立」
 - 理科 実ができるころ 「花野菜サラダ、根菜汁」
 - 4 学年 理科 夏の星 「七夕行事食」
- ④給食指導における給食指導の行動目標化、完食メニューの意識付け【評価指標①ーウ、エ、④、⑦】
- ⑤異学年交流給食「なかよし給食」の実施【評価指標①ーイ、エ、⑥】
- ⑥委員会児童による食育活動【評価指標①ーウ、④、⑦】
 - 給食委員会：野菜レンジャーによる食育啓発活動、食育コマーシャル、昼の放送による一口メモの放送、完食メニューの表彰
 - 保健体育委員会：食育コマーシャル
- ⑦肥満傾向児への個別指導【評価指標⑤】
 - 体組成計による計測、体育主任と連携した運動機会の設定、活動量計を活用した生活習慣に関する指導、スケールを活用した食事指導
- ⑧咀嚼チェックガムやカミカミセンサーの活用によるよくかむことに対する意識付け【評価指標⑦】
- ⑨食育イラストコンクールの実施【評価指標①ーア、ウ、エ、②、④】



【給食委員会による野菜レンジャー】



【体育科と関連付けた指導】

(2) 家庭と連携した取組

- ①野菜を意識した親子クッキング教室（P T A 主催）【評価指標①ーイ、ウ、カ、③、④、⑥】
 - テーマ「かんたん！野菜たっぷりクリスマスランチ」
- ②親子給食会をととした食育研修機会【評価指標①ーイ、エ、③、⑥、⑦】
 - 対象：1 学年保護者 咀嚼チェックガムを活用した親子での咀嚼検査
- ③学校保健委員会【評価指標①ーア、エ、②、⑤、⑦】
 - テーマ「かむことから始まる健康づくり
 - ～朝からしっかりかんで、みんな歯ッピー！田子小・カミカミ大作戦～
- ④学校便り、保健便り、食育便りによる情報提供【評価指標①】

(3) 地域と連携した取組

①地元生産者と連携した野菜の栽培体験、生産現場訪問などの体験活動【評価指標①ーウ、④、⑥】

- 1 学年 ミニトマトの収穫体験
- 3 学年 にんにく収穫体験、植え付け体験
- 5 学年 田植え、稲刈り

②地元生産者との交流給食会及び食育学習会【評価指標①ーウ、④、⑥】

- 1 学年 特別活動「給食に使われている食材は誰がどうやって作っているのかな」
地元生産者を「ゲストティーチャー」として野菜を生産している人の気持ちについてお話しいただいた
- 5 学年 総合的な学習の時間「お米再発見」
地元生産者を「ゲストティーチャー」としてお米や野菜を作る人の思いについてお話しいただいた

③学校歯科医による食に関する指導【評価指標①ーエ、⑦】

- 2 学年 学校歯科医を GT として口の中の健康と噛む力の関連についてお話しいただいた

④「田子ガーリックステーキご飯」メニューの考案【評価指標①ーカ、⑥】

- 6 学年 新ご当地グルメ「田子ガーリックステーキご飯」のメニューを親子で考案し、田子にんにく料理推進協議会へ提案書を提出

⑤ケーブルテレビの協力による食育コマーシャルの放映【評価指標①ア、ウ、エ、②、④、⑤、⑦】

- テーマ1 笑顔で おいしく、バランスよく
- テーマ2 野菜を食べよう
- テーマ3 しっかり食べよう！朝ご飯
- テーマ4 よくかんで食べよう！

⑥食育啓発ファイルの作成【評価指標①ーア、ウ、エ、②、④、⑦】

食育イラストコンクール入賞作品及び児童が考案した「田子ガーリックステーキご飯」のメニューを掲載した食育啓発ファイルの町内全世帯配布



【生産者との交流給食会】



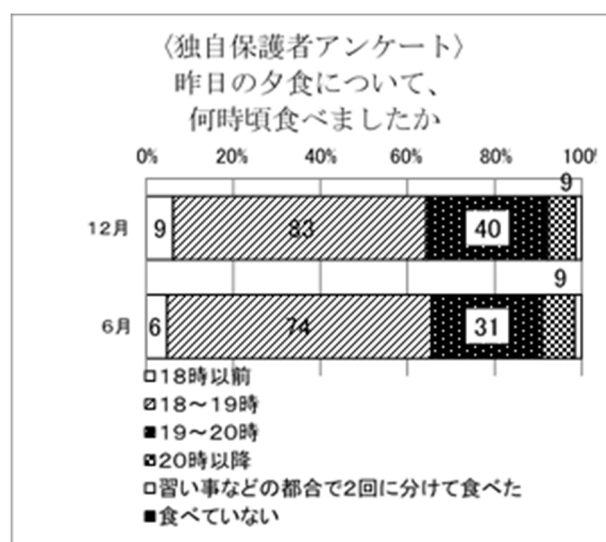
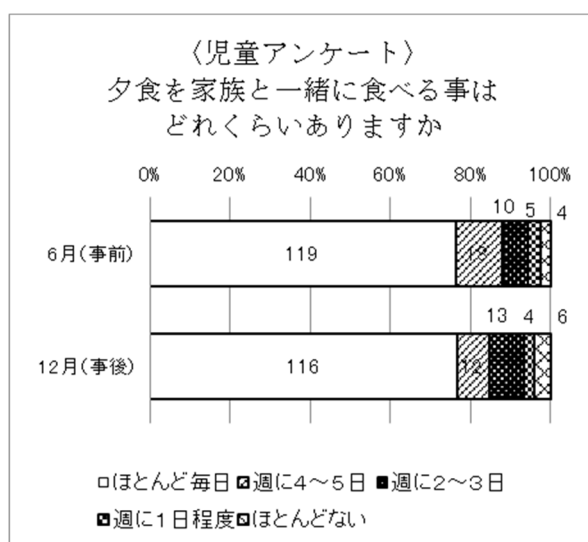
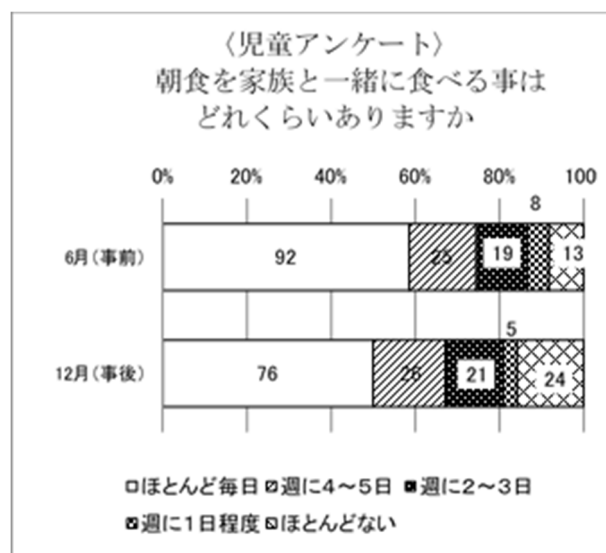
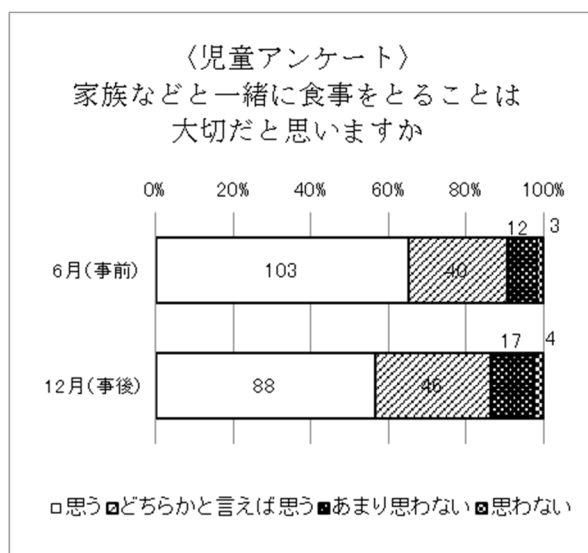
【食育コマーシャル撮影】

7 評価指標の測定結果

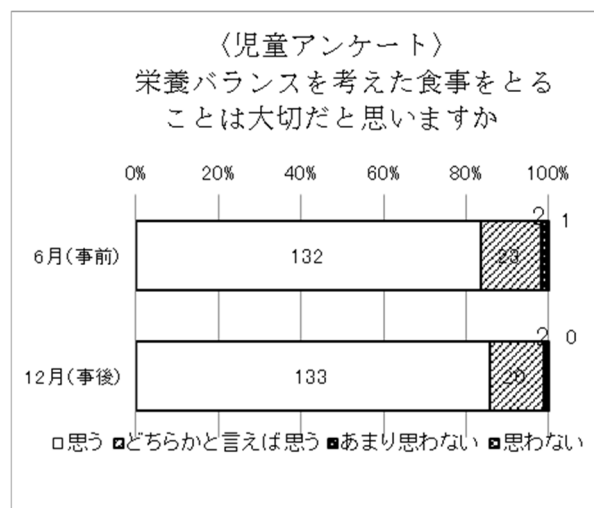
(1) 共通指標について

①共通指標【①ーイ 共食をすることへの価値】について

「共食の割合」や「共食をすることへの価値」について向上が見られなかった。また、夕食の時間が8時以降の児童もいる。

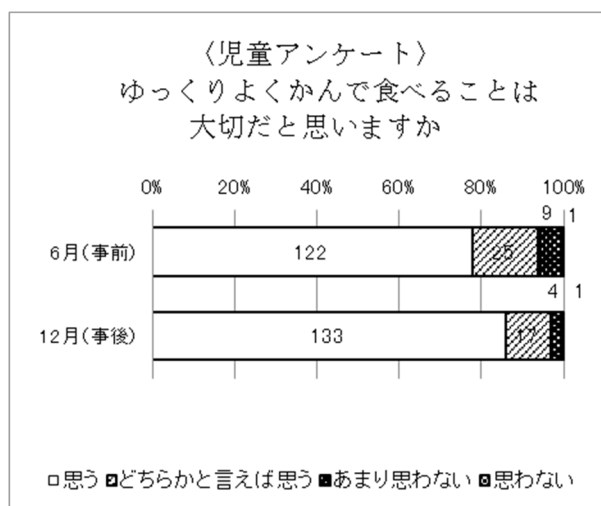


②共通指標【①ーウ 栄養バランスを考えた食事をとることへの価値】について



事前・事後で大きな意識の変容は見られなかった。

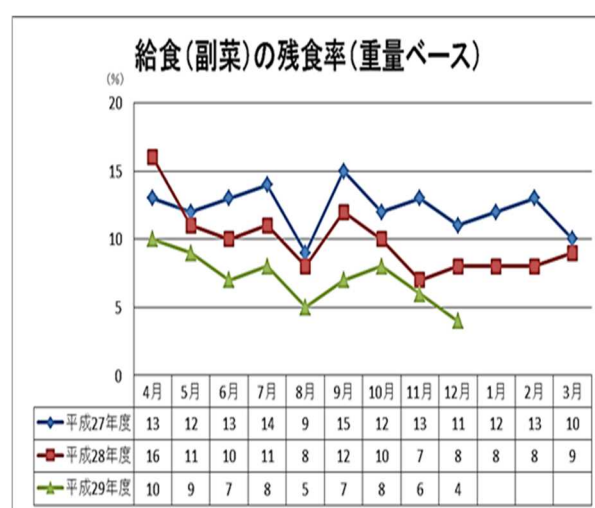
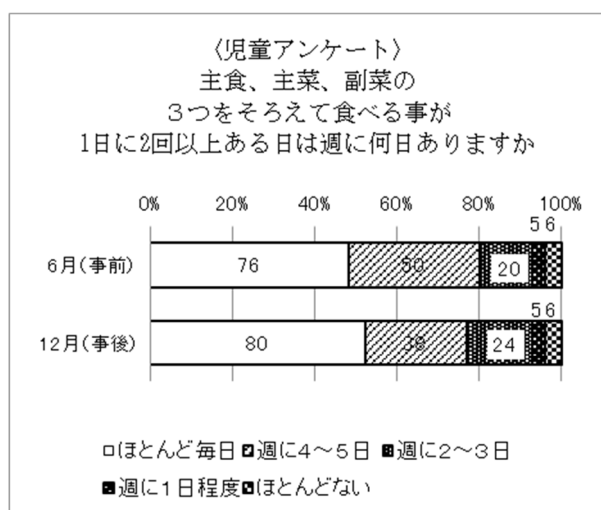
③共通指標【①ーエ ゆっくりよく噛んで食べることへの価値】について



学年の偏りなく、意識の向上がみられた。

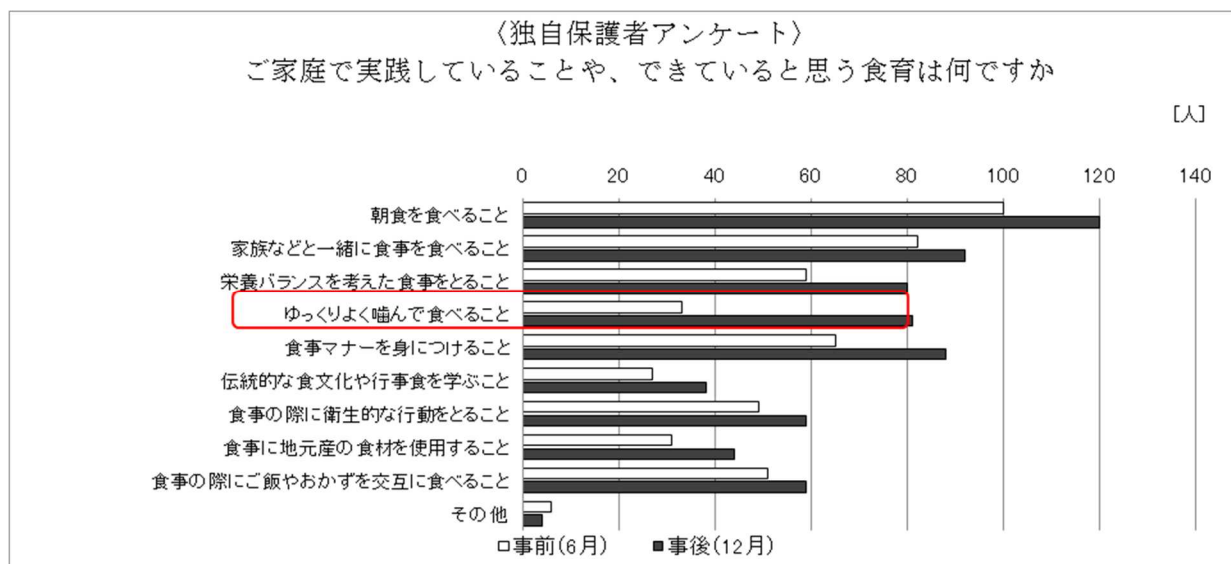
④共通指標【④ 栄養バランスを考えた食事をとっている児童生徒の割合】について

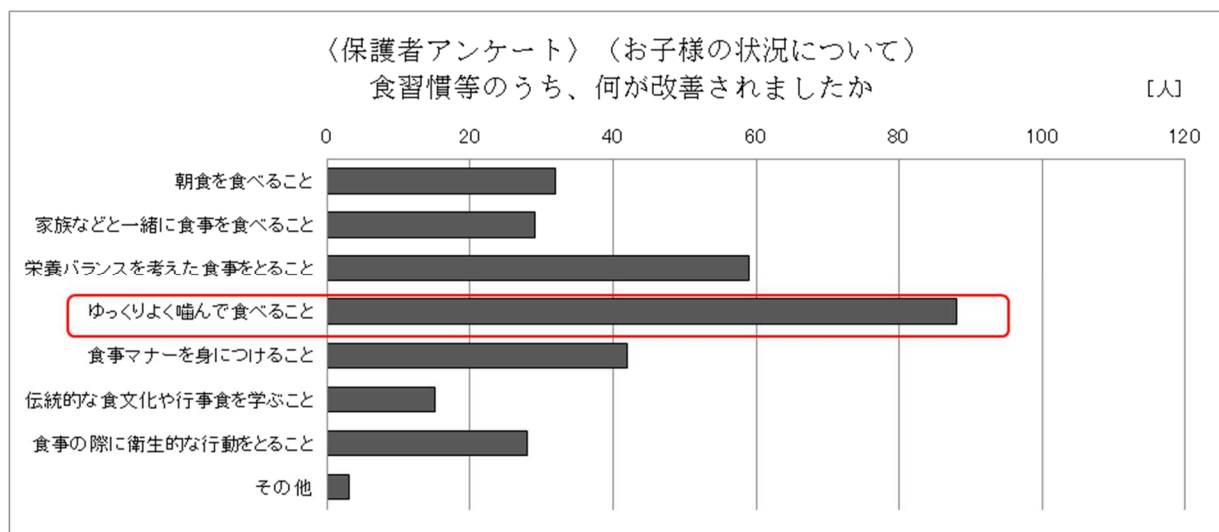
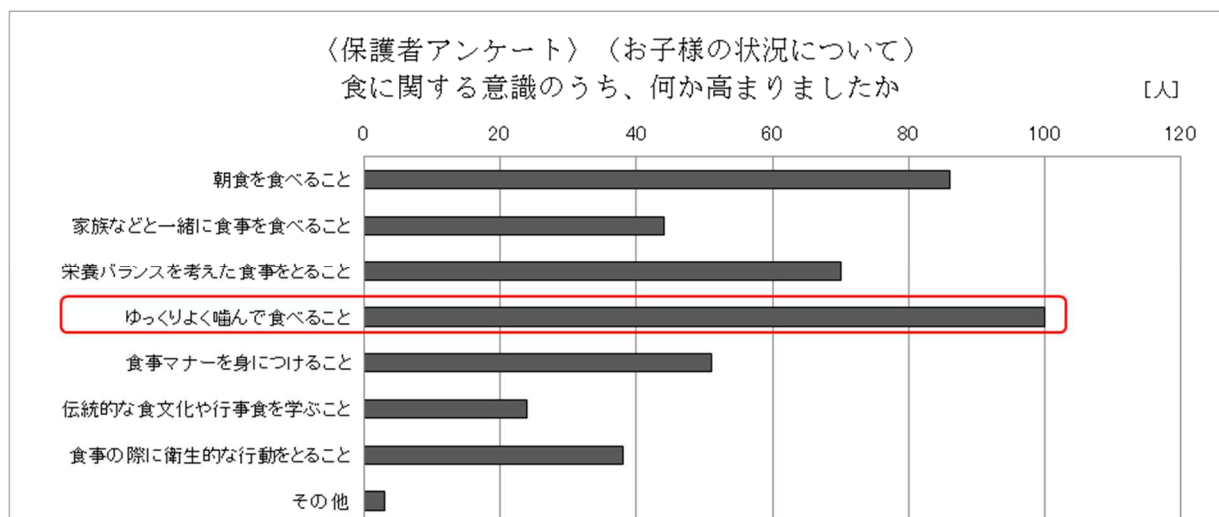
アンケートから、栄養バランスを考えた食事の頻度に大きな変化は見られなかったが、給食の副菜の残食率は、過去2年分と比較して大きく減少した。



⑤共通指標全体に関わることについて

「ゆっくりよく噛んで食べること」について、家庭での実践率や児童の意識が大きく向上した。





（２）独自指標について

①独自指標【⑤ 肥満傾向児出現率】について

肥満傾向児の出現率に大きな変容が見られなかった。

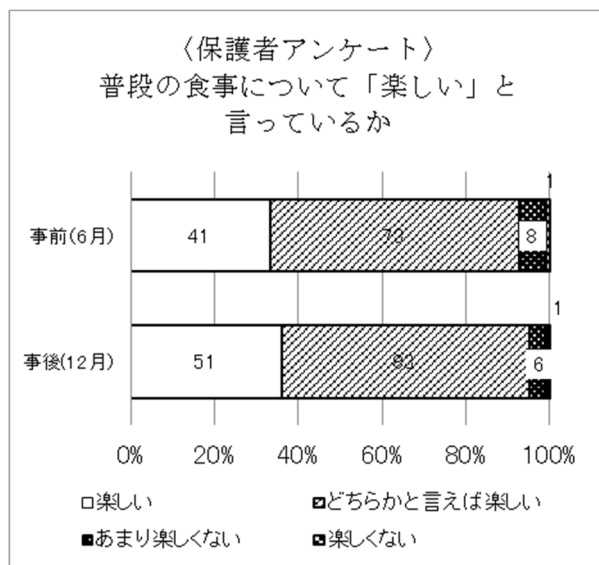
〈男子の肥満傾向児の出現率〉

	小1	小2	小3	小4	小5	小6	全校
田子小(4月)	0%	16.7%	11.8%	13.3%	38.9%	20.0%	17.0%
田子小(8月)	0%	16.7%	17.6%	20.0%	38.9%	20.0%	19.3%
田子小(1月)	0%	16.7%	23.5%	18.8%	33.3%	20.0%	19.1%
青森県	7.8%	9.6%	12.7%	14.8%	14.8%	15.5%	
全国	4.4%	5.7%	7.7%	9.4%	10.0%	10.1%	

〈女子の肥満傾向児の出現率〉

	小1	小2	小3	小4	小5	小6	全校
田子小(4月)	0%	7.7%	18.2%	18.2%	13.3%	17.6%	13.9%
田子小(8月)	0%	7.7%	9.1%	9.1%	12.5%	23.5%	12.3%
田子小(1月)	0%	15.4%	9.1%	9.1%	18.8%	17.6%	13.7%
青森県	7.6%	8.8%	11.0%	11.7%	11.3%	11.6%	
全国	4.2%	5.2%	6.6%	7.2%	7.9%	8.3%	

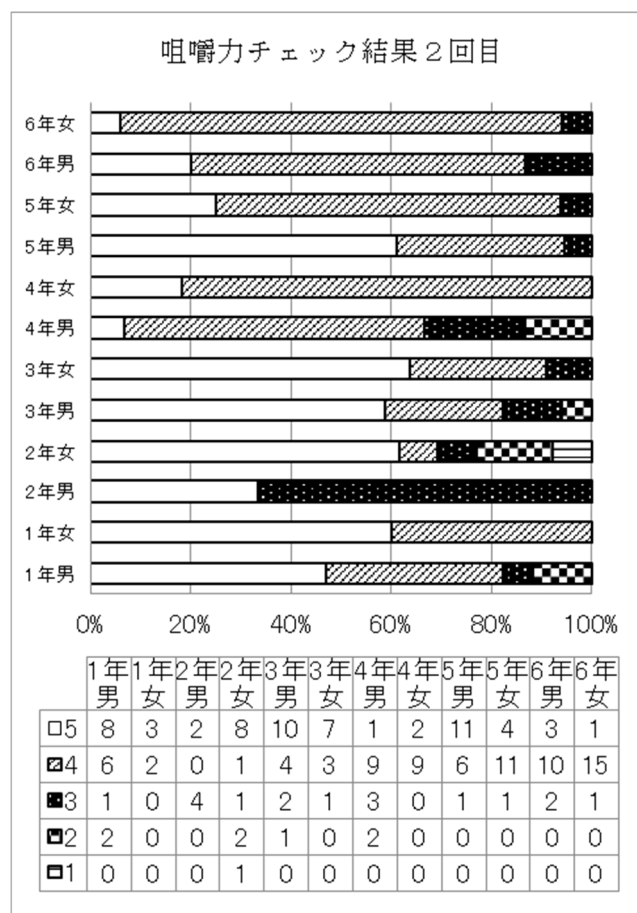
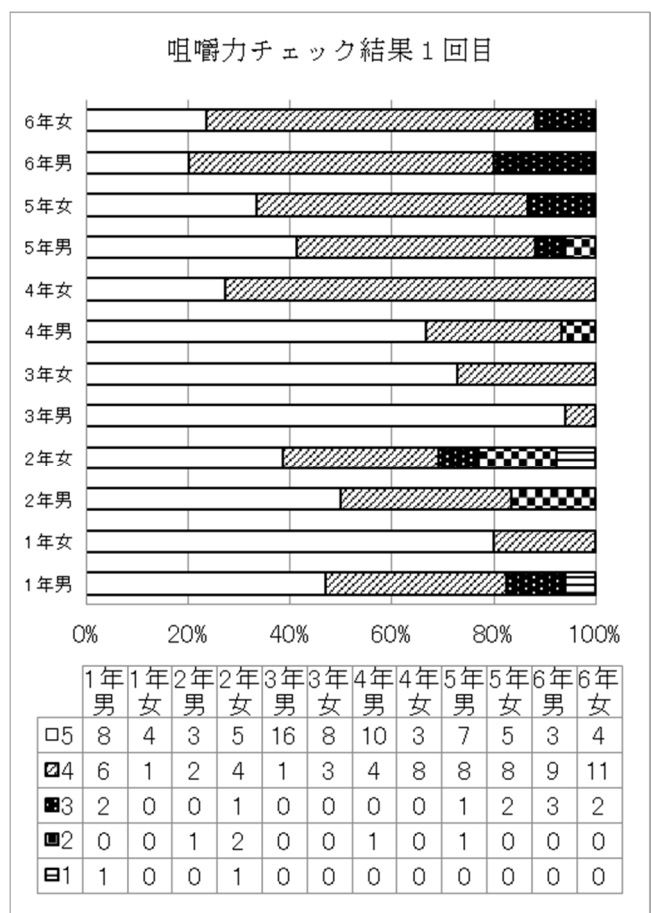
②独自指標【⑥ 食事を「おいしい」「楽しい」と思う児童が増えたか】について



普段の食事について「楽しい」と言っている児童が増加した。

③独自指標【⑦ よくかんで食べている児童が増えたか】について

キシリトール咀嚼チェックガム（ロッテ）を使用して、6月・12月に咀嚼力チェックを行った結果は以下のとおりである。ガムを60回咀嚼した後の色の変化により咀嚼力を判定した。1回目と2回目の結果の比較では、咀嚼力の差は見受けられなかった。



(よく噛んでいる 5→4→3→2→1 あまり噛んでいない)

8 成果と課題

(1) 成果について

- 児童が栽培した野菜や地域の伝統食を取り入れたバイキング給食の設定、教科と関連付けた給食の提供、地元生産者と交流を通じた体験活動、児童の委員会活動を中心とした「野菜レンジャー」「カミカミレンジャー」の取組は、食への関心を喚起するために有効であった。このことは、【評価指標⑥食事を「おいしい」「楽しい」と思う児童が増えたか】の向上に関連するのではないかと推察される。
- 児童給食委員会が中心となり、「野菜レンジャー」として、野菜の栄養についてPR活動を行ったり、学校全体で完食メニューを意識した給食指導を行ったりしたところ、【評価指標①－ウ栄養バランスを考えた食事をとることへの価値、④栄養バランスを考えた食事をとっている児童生徒の割合】に関わる給食の副菜の残食率に改善が見られた。
- 家庭での実践率が低い項目は、児童の意識も低いという課題が見られていた。家庭での実践率が低い「ゆっくりよく噛んでたべること」について、学校保健委員会のテーマに取り入れたり、咀嚼チェックガム・カミカミセンサーを活用して噛むことへの意識付けを行った。さらに、児童保健体育委員会が中心となり「カミカミレンジャー」として啓発活動を行うなど、重点的に取組んだ結果、【評価指標①－エゆっくりよく噛んで食べることへの価値、⑦よくかんで食べている児童が増えたか】について、家庭での実践率が向上し、児童の意識も向上した。

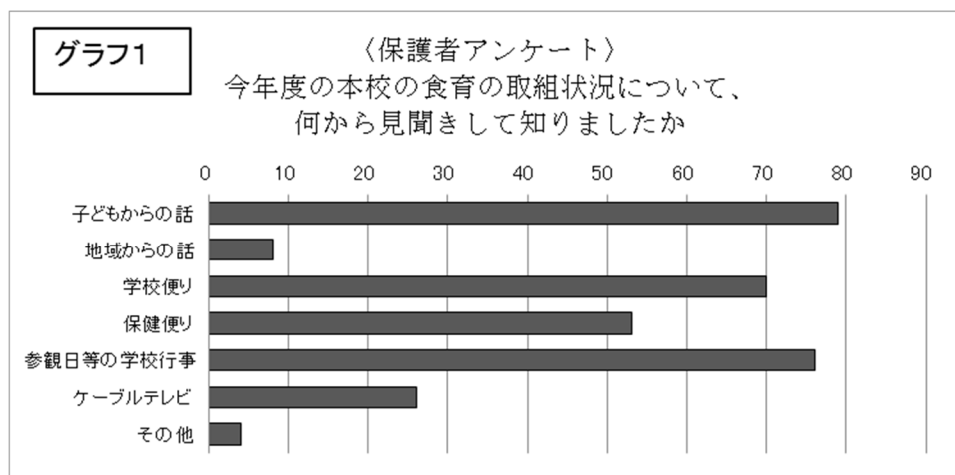
(2) 課題について

- ▲異学年交流給食や親子給食会、親子クッキングを実施し、共食の楽しさを味わわせる取り組みを行ったが、【評価指標①－イ共食をすることへの価値】や「共食の割合」について向上が見られなかった。本来の意味での「家庭での食事の楽しさ」の実現のためには、家族等との共食が重要であると考え。そこで、今後も家庭や地域との連携が必要である。ライフスタイルの変化もあり、簡単にいかない面もあるが、家庭に学校の取組を広げていくために、家庭や地域とのつながりを生かした取組を根気強く進めていくことが必要である。
- ▲咀嚼チェックガム・カミカミセンサーの活用した取組では、実際に咀嚼力が向上したという結果は得られなかったが、【評価指標①－エゆっくりよく噛んで食べることへの価値、⑦よくかんで食べている児童が増えたか】について、改善が見られたことから、意識付けとしては有効であった。
- ▲【評価指標⑤肥満傾向児出現率】について、体組成計を活用した計測や運動の機会の提供、食に関する個別指導を行ったが、あまり改善されなかった。しかし、記録表を通して家庭と状況を共有したことは有効で、スケールを使ったごはんの適量指導は家庭での食事量を見直すきっかけとなった。自己の身体への劣等感や家庭状況など、個に応じて配慮しながら、継続して働きかけていくことが成果につながるのではないかと考える。

9 情報発信と普及の計画

(1) 学校からの情報発信

月1回の学校便りでの周知や参観日に保護者に報告するとともに、町内全世帯への啓発資料の提供や町広報誌への掲載、さらに、地元ケーブルテレビの協力を得て、随時、取組内容を放映し、地域への啓発を行った。一方、事業実施後のアンケート結果（グラフ1）から、食育に関する取組について、「子どもからの話」で情報を把握している保護者が最も多く、家庭とつながるためにも、まずは、子どもたち自身の関心を引きつける取組を展開することが大切であると考え。



(2) 青森県教育委員会からの情報発信

食育実践発表会において、取組の展示や実践発表を通じて県内の学校関係者に対して広く成果の周知を行うとともに、県内各学校に報告書を送付し、活用してもらうこととしている。