

平成 29 年度「つながる食育推進事業」成果報告書

受託者名	栃木県教育委員会
モデル校名称	宇都宮市立今泉小学校
対象学年及び人数	全学年 637 人
栄養教諭等の配置	平成 27 年度から栄養教諭が 1 人配置

1 取組テーマ

家庭とともに取り組む食生活改善プロジェクト ～食育チャレンジシートを活用した児童の自己管理能力育成～

食に関する児童生徒の実態調査の結果に基づき、学校長のリーダーシップの下、栄養教諭が中心となって養護教諭や学級担任が連携を図る等、組織的な推進体制を構築し、給食の時間及び各教科等学校の教育活動全体で食育を推進する。

子供と保護者等が共に食に関する目標を設定し、その達成に向けた学校と家庭をつなぐ資料の活用や親子体験活動、食育講演会等の積極的な食育の取組を通して、「食に関する意識の向上」「朝食の欠食率の減少」「共食の回数の増加」「食事内容の改善」等を目指す。

2 推進委員会の構成

委員長 大森 玲子	宇都宮大学地域デザイン科学部コミュニティデザイン学科 教授
委 員 吉川 真弓	栃木県教育委員会事務局河内教育事務所学校支援課 副主幹
委 員 後藤 知行	宇都宮市教育委員会事務局学校健康課 課長補佐
委 員 岸 敦子	宇都宮市教育委員会事務局学校健康課 副主幹・指導主事
委 員 木村 寛之	宇都宮市立今泉小学校 校長
委 員 小平 紀子	宇都宮市立今泉小学校 栄養教諭
委 員 別井 正子	宇都宮市立今泉小学校 養護教諭
委 員 山崎美奈子	宇都宮市立今泉小学校 P T A 代表 (P T A 副会長)
委 員 大門美砂子	宇都宮市立今泉小学校 地域協議会代表 (今泉保育園 園長)
委 員 阿久津晃一	生産者代表 (栃木県立宇都宮白楊高等学校農業経営科 教諭)
委 員 金田 晋平	栃木県農政部農政課 課長補佐
委 員 吉田 琴	宇都宮市保健福祉部健康増進課 健康づくりグループ 係長
委 員 大塚 昇	J A うつのみや 営農部総合販売課 課長
委 員 大出 正志	J A 栃木中央会 農業くらし推進部 部長
委 員 野尻 重利	J A 全農とちぎ 営農販売企画部 部長
委 員 安川 充	公益財団法人栃木県学校給食会 事務局長
委 員 野原 正祥	栃木県教育委員会事務局健康福利課 課長
委 員 大牧 稔	栃木県教育委員会事務局健康福利課 課長補佐
委 員 塚原 治子	栃木県教育委員会事務局健康福利課 副主幹
委 員 稲葉 聖	栃木県教育委員会事務局健康福利課 副主幹

3 連携機関及び連携内容

連携機関名	連携内容
宇都宮大学	推進協議会及び事業内容への助言
東京女子医科大学	県・成長曲線活用研修会講師
企業（関東電算センター）	「宇都宮市 食事・体力・健康についてのアンケート」 データ入力・管理
県農政部	J A等との連絡調整
J A	食材供給、出前授業・交流活動協力等
県立宇都宮白楊高等学校	農業体験交流・交流給食の実施、食材提供、 おやつ作り教室の実施
地域協議会	食育講演会・おやつ作り教室企画
今泉地区健康づくり推進員会	親子料理教室開催
宇都宮市保健福祉部	健康課題等の改善に関する助言
宇都宮商工会議所	出前講座（手作りゆば教室）企画
(株) ミツトヨフーズ	手作りゆば教室講師
リンク栃木ブレックス	運動体験交流・交流給食、あいさつ運動、 児童対象食育講話
宇都宮ブリッツェン	保護者対象食育講演会講師
宇都宮餃子会	餃子づくりコンテスト特別審査員

4 取組前のモデル校の状況

[これまでの食育の取組状況]

○栄養教諭を中心とした食育推進体制

- ・児童の実態把握、学級担任と連携した栄養教諭による全クラスの食に関する授業への参画
- ・栄養教諭による給食時の巡回指導
- ・給食がんばりカード、お弁当の日の計画・振り返り表のチェック
- ・食事マナー重点指導週間の設定と全教職員による児童への食事マナー指導の徹底

○特色ある学校給食の取組

- ・児童の食への理解力向上を目指した献立や食育だよりの工夫
- ・行事食や郷土食の提供や地域学校園での統一献立等
- ・学年間や縦割り班の交流給食、保護者対象の親子給食、高齢者招待給食等ふれあい給食

○家庭・地域との連携

- ・学校と家庭が連携した「おにぎりの日」「お弁当の日」
- ・地域関係者や企業を講師に招いた食育講演会、親子料理教室、出前授業
- ・地元農業系高校生との農業交流授業と交流給食

[学校の課題]

- ・給食の喫食状況の個人差、クラス差
- ・栄養バランスのとれた食事の重要性の理解促進と食事マナー一定着に向けた指導の徹底
- ・健康課題改善に向けた主体的に取り組む児童の育成
- ・家庭共食回数や家庭による食に対する意識の差
- ・地域の食文化への理解不足 等

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

- ① 児童の食に関する意識の変容に関すること
 - ア 食事について
 - イ 体力について
 - ウ 健康について
- ※ 「宇都宮市 食事・体力・健康に関するアンケート」調査によって測定する。

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）

（1）評価指標を向上させるための仮説（道筋）

食に関する実態調査から、「栄養バランスを考えた食事をとること」や「食事マナーを身に付けることは大切だ」と思う児童の割合は高い反面、「好き嫌いをしないで食べている」や「おはしを正しく使って食事をしている」割合は低い。正しいことは分かっていながらも行動に結びついていない児童が見られるため、学校においては、食に関する知識や技能を身に付けさせるだけではなく、日常生活においても実践できるよう、より一層働きかけていく必要がある。

そこで、本事業では、「食に関する意識の向上」と「食生活改善」を柱に、「学校内のつながりを重視した取組」「家庭とのつながりを重視した取組」「地域等とのつながりを重視した取組」の3つに整理して取り組んだ。

〈仮説（道筋）〉

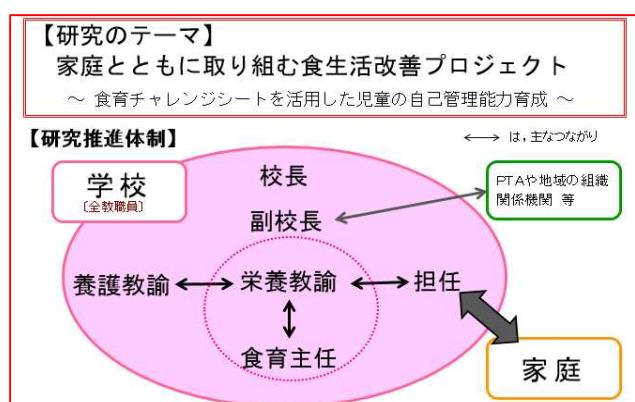
- ① 栄養教諭を食育推進のコーディネーターとして位置づけ、養護教諭と学級担任が連携しながら全教職員が同じ方向性をもって、効果的な食に関する指導を行うことで、子供が食事の重要性に対する関心を高め、心身の健康について理解を深めることにつながり、朝食欠食率や給食の残食量の減少や、家庭においても食生活を改善しようとする意識が向上するであろう。
- ② 学校や家庭において食に関する課題を解決するための資質や能力を明確にし、その育成に向け、学校と家庭が双方向で振り返りができる「食育チャレンジシート」を活用しながら、栄養教諭による個別的な相談指導や養護教諭・学級担任が生活改善のための個別指導を行うことで、子供・保護者が日常的に自己の生活習慣を見直すとともに、生活の改善に向けた行動変容を図ることができるであろう。
- ③ 関係機関や地域の関係者と連携した保護者向けの食育講演会や親子参加型の料理教室、体験・交流活動等を実施することにより、子供と保護者が食生活を改善するための知識・技能を身に付けるとともに、保護者の食への関心を高め、共食の回数の増加や栄養バランスのとれた食事等、基本的な生活習慣の定着と家庭における食習慣改善に向けた実践力が高まるであろう。

（2）具体的な実践内容

ア 学校内のつながりを重視した取組

①校内体制の構築

- ・学校の教育活動全体を通じて食育を推進するため、中核的な役割として栄養教諭を位置付け、食育主任とともに食に関する指導に係る計画を立案し、食に関する取組の企画・運営に当たるほか、養護教諭とも連携し、保健教育と関連を図りながら指導を行った。
- ・学校長のリーダーシップのもと、全教職員が共通理解を図った上で、学級担任が中心となって家庭と連携を図り、副校長が中心となってPTAや地域の組織、関係機関等との連絡調整に当たった。



- ・本研究を進めるに当たり、まずは、教職員間がつながることが第一と考え、**栄養教諭が「つながる食育通信」を発行**し、食育に関する様々な情報を教職員に提供することで、教職員間の連携を図り、共通理解のもと効果的な食に関する指導の実践につなげた。

②食に関する授業の充実



- ・「食に関する指導の年間指導計画」作成の際には、どの学年が、どの時期に、どのような内容の学習を行うのかを整理した。
- ・家庭科や学級活動では、可能な限り**栄養教諭が参画し、チームティーチングの授業**を行った。

- ・各学級で食に関する授業を行う際には、事前に全職員に日時と内容を知らせ教職員間で自由に参観することができるようになり、指導力の向上を図った。

③児童会活動の充実

栄養教諭がコーディネーターとなり、各委員会では、全校児童が主体的に健康な生活を送れるよう工夫しながら活動した。

- | | |
|---------|--|
| 〈給食委員会〉 | <ul style="list-style-type: none"> ・栄養黒板作成 ・牛乳パック回収 ・食育ポスターの作成 ・「食育キャラクター・標語コンクール」の実施 |
| 〈保健委員会〉 | <ul style="list-style-type: none"> ・カミング30運動 |
| 〈運動委員会〉 | <ul style="list-style-type: none"> ・運動啓発 |
| 〈代表委員会〉 | <ul style="list-style-type: none"> ・あいさつ運動 |



④栄養教諭と養護教諭が連携した取組

子どもたちが、健康な体をつくり、自己管理能力を育成できるよう、栄養教諭と養護教諭が連携して指導を実施した。

○よく噛んで食べることの指導

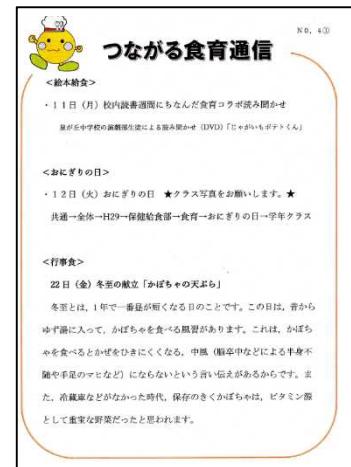
- ・噛みごたえのある食材を使った「かみかみ給食」を提供〔栄養教諭〕
- ・「カミング30運動」の実施〔養護教諭〕

○食物アレルギー対応

- ・校内研修会の開催〔栄養教諭・養護教諭〕
- ・保護者との面談〔栄養教諭・養護教諭〕
- ・食物アレルギー対応食の提供、給食時の巡回指導〔栄養教諭〕
- ・学校医・主治医等との連携、経過管理〔養護教諭〕

○肥満傾向（肥満度20%以上）児童の生活指導

- ・給食時の巡回指導〔栄養教諭〕
- ・児童・保護者への栄養指導〔栄養教諭〕
- ・毎月の身体計測（成長曲線や計測値を記録）〔養護教諭〕
- ・児童・保護者への健康相談、保健指導〔養護教諭〕



- ・生活アンケートや夏休みの食事調査〔栄養教諭・養護教諭〕
- ・「健やか教室」の開催(講話とおやつ作り)〔栄養教諭・養護教諭〕

○栃木県産食材 100%献立

給食を生きた教材として活用した食に関する指導の教育的効果を高めるため、県産食材を100%使用した学校給食の提供に挑戦した。

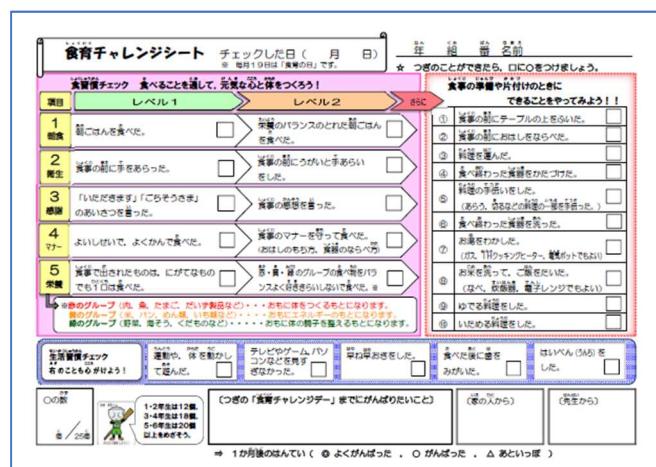
〈1回目〉麦入りごはん、牛乳、豚肉の
しょうが焼き、おひたし、
具だくさんみそ汁
※15品中14品が栃木県産
(地産地消率93%)

〈2回目〉麦入りごはん、牛乳、秋の恵
みポークカレー、ゆで野菜、
ヨーグルト
※13品中13品が栃木県産
(地産地消率100%)



イ 家庭とのつながりを重視した取組

①「食育チャレンジシート」の活用



The sheet is a worksheet for tracking food intake, physical activity, and challenges. It includes sections for tracking food intake, physical activity, and challenges. It also features a 'parental support' section with checkboxes for various behaviors and a 'parental support challenge' section with a checklist.

食事のマナーや料理技能など、学校や家庭における食に関する課題解決のための資質や能力を設定し、その育成に向け、体育科や家庭科、学級活動等健康な生活習慣(特に食習慣)に関する学習内容を生かし、自己の生活習慣を見直すとともに、行動変容のための目標を設定・実践しようとする意欲と態度の育成を図った。また、めあてをまとめた「食育チャレンジシート」を活用し、学校と家庭における振り返りを行い、それを学校へ提出すること

で状況を把握し、さらに栄養教諭や養護教諭、学級担任、体育科教員が食事や睡眠、運動等多面的なアドバイスをし、学級活動等で再度活用することで、日常的な生活改善意識の向上と新たな目標設定や継続的な実践に生かした。

毎月19日の「食育の日」前後の金・土・日曜日のうち、各家庭で都合の良い日を「食育チャレンジデー」として「食育チャレンジシート」を活用して、親子で食生活の改善に取り組んだ。

②「お弁当の日」の実施

親子で共に食について考える機会を創出し、子供たちの食への関心を高め、感謝の気持ちを育成することを目的として実施した。

実施に当たっては、栄養教諭が中心となって計画から振り返りまで指導を行うとともに、各学校と家庭との連携のもと、小中学校



9年間を通して、「自分の健康を考え、判断し、実践できる子ども」の育成を目指している。

③親子給食

学校給食や学校の食育について理解を深めるため、1年生の保護者を対象として親子給食を実施した。

④「わが家のおすすめ餃子づくりコンテスト」の実施

- ・親子で一緒に「手作り餃子」や「餃子を使った1食分」の食事を作ることで、子どもたちが料理をすることや食べることの楽しさを実感し、日頃から食事作りに取り組もうとするきっかけとなるよう実施した。
- ・夏休み中の課題の1つとして取り組めるようにし、夏休み明けには、宇都宮餃子会事務局長をアドバイザーとして招聘し、審査を行った。
- ・入賞作品は、校内での紹介はもとより、中心市街地の大型映像装置での放映や市内店舗への掲示により、県民へ広く紹介した。

手づくり餃子部門

最優秀賞



ウ 地域等とのつながりを重視した取組

①栃木県立宇都宮白楊高等学校との交流

〔農業経営科〕

○農業体験交流

- ・第3学年社会科の学習の一環として、県立宇都宮白楊高等学校を訪問し、農業体験交流を行った。
- ・春には、梨の受粉や野菜の苗の植え方、秋には収穫の仕方や肥料のまき方などを高校生から教えてもらった。



○交流給食

- ・2回目の農業体験交流後、高校生を小学校に招き、交流給食を行った。
- ・給食の時間、高校生による農作物の栽培などの取組紹介後、高校生を囲んで会食した。

○高校生が育てた農作物の学校給食への使用

たまねぎ、セロリ、トマト、梨など、高校生が作った野菜や果物を15回給食の食材として使用した。



〔食品科学科〕

○おやつ作り教室（地域協議会主催）

高校生を講師として、希望児童を対象にわらび餅作りを行った。

②プロバスケットボールチーム リンク栃木ブレックスとの交流

○運動体験交流・交流給食

子供の食に対する興味関心を高め、意欲的に生活改善しようとする実践意欲を高めることを目的に、5・6年生を対象に、選手やコーチによるバスケットボールの体験交流し、その後、各教室で児童と交流給食を行った。



○あいさつ運動・食育講話

選手等が来校し、あいさつ運動を行うとともに、食事の大切さ等について講演を行った。



③その他、地域の関係機関と連携した取組

家庭における食に対する関心を高め、食育の実践力を育成するとともに、生活改善に向けた行動変容を目指し、保護者を対象とした様々な取組を実施した。

・地域協議会主催「食育講演会」

演題：「アスリートは食事が命」

講師：宇都宮ブリッツェン

ゼネラルマネージャー 廣瀬 佳正 氏



・今泉地区健康づくり推進員会主催「朝食づくり親子料理教室」

・宇都宮商工会議所「出前講座」の活用

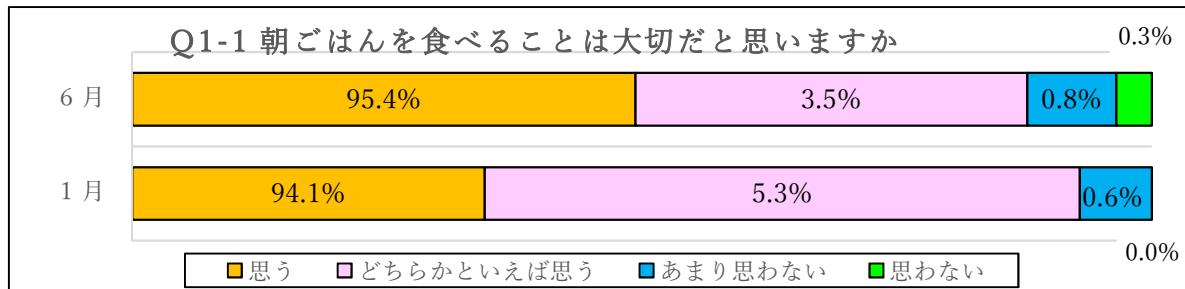
(企業による「食育出前講座」手作りゆば教室)

7 評価指標の測定結果

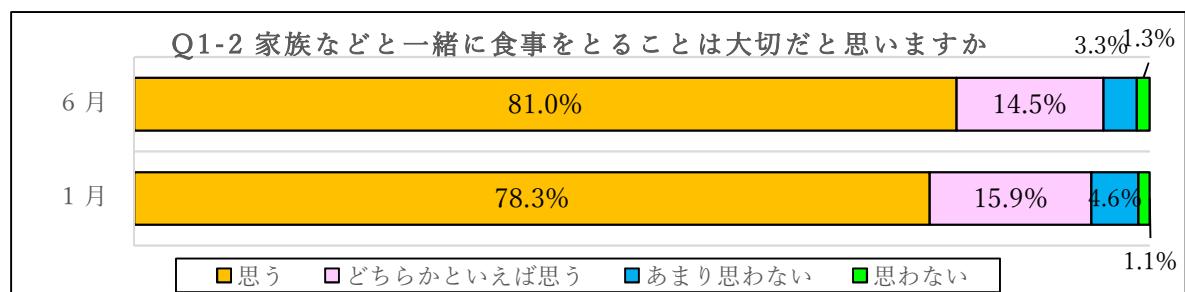
(1) 共通指標について

① 児童生徒の食に関する意識に関すること

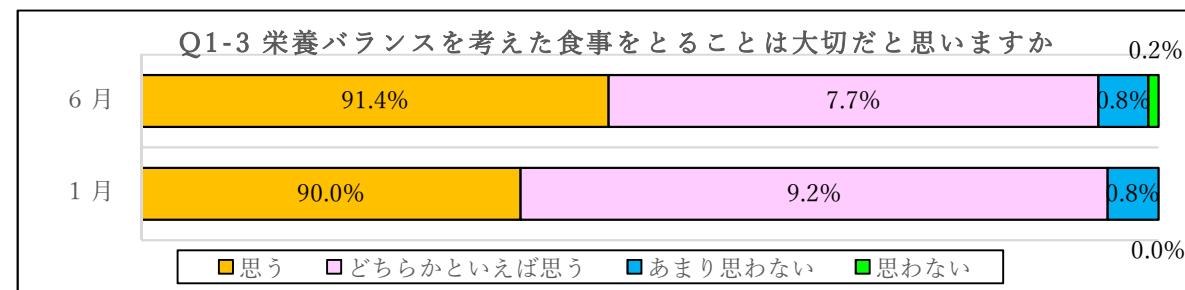
ア 朝食を食べることへの価値



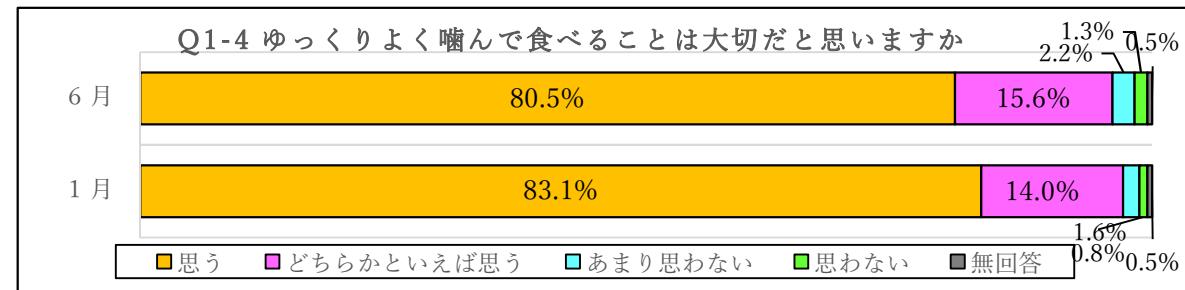
イ 共食をすることへの価値



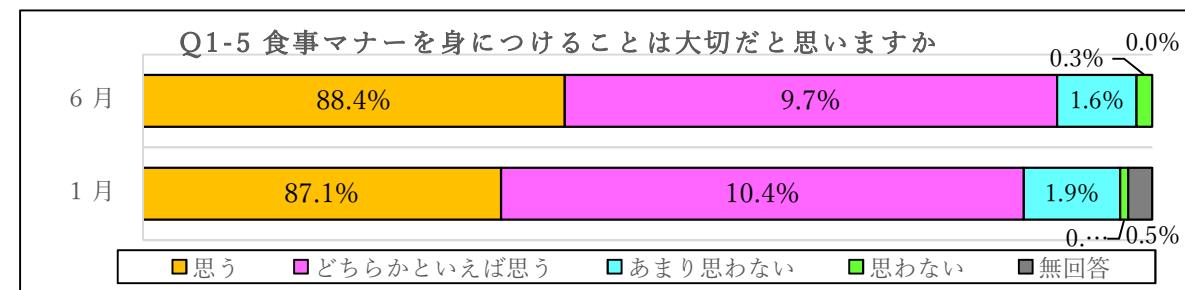
ウ 栄養バランスを考えた食事をとることへの価値



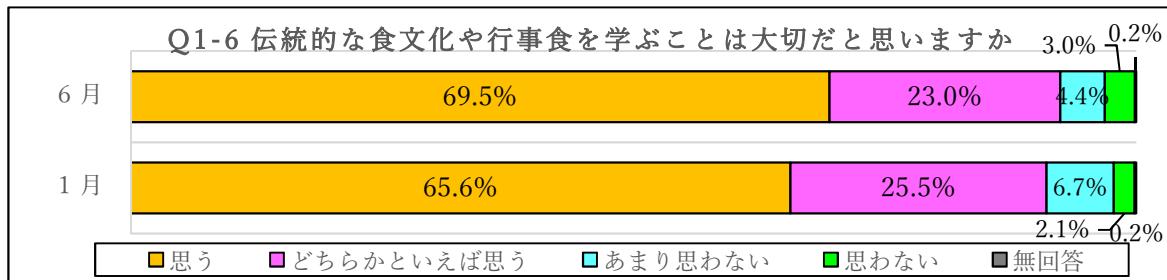
エ ゆっくりよく噛んで食べることへの価値



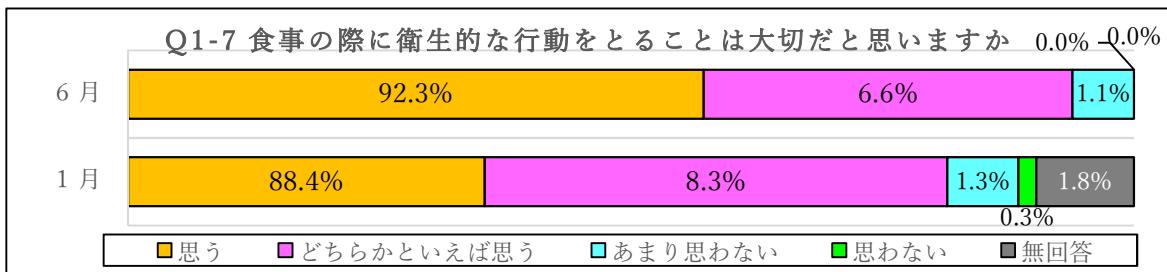
オ 食事マナーを身に付けることへの価値



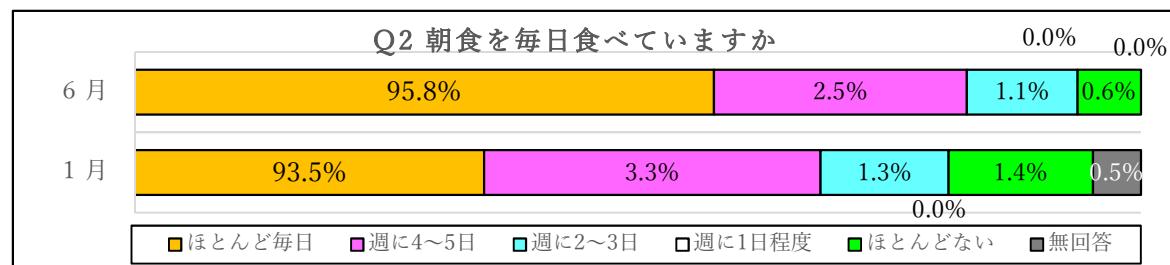
カ 伝統的な食文化や行事食を学ぶことへの価値



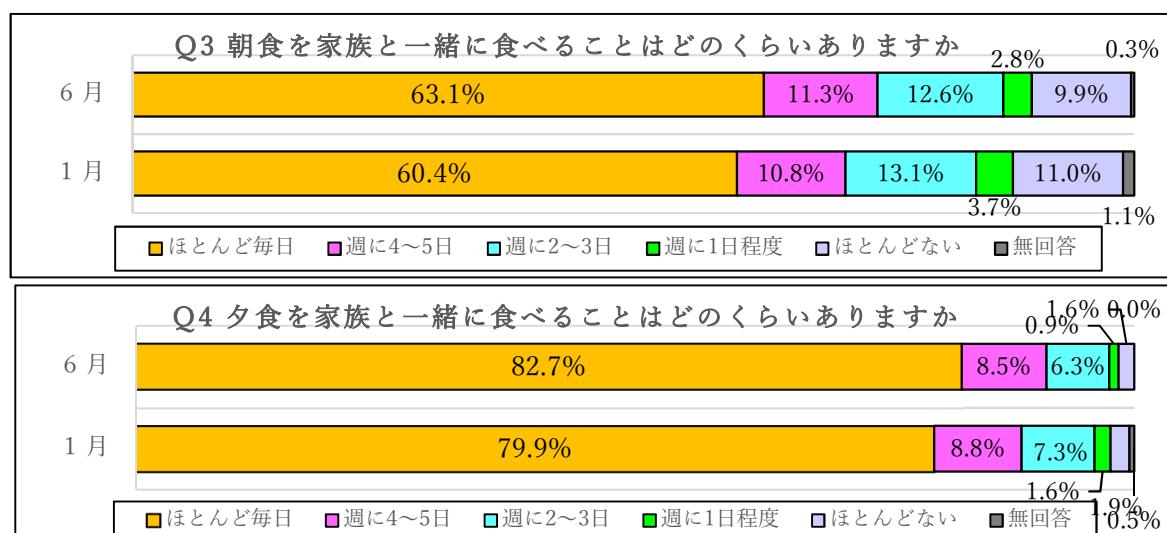
キ 食事の際に衛生的な行動をとることへの価値



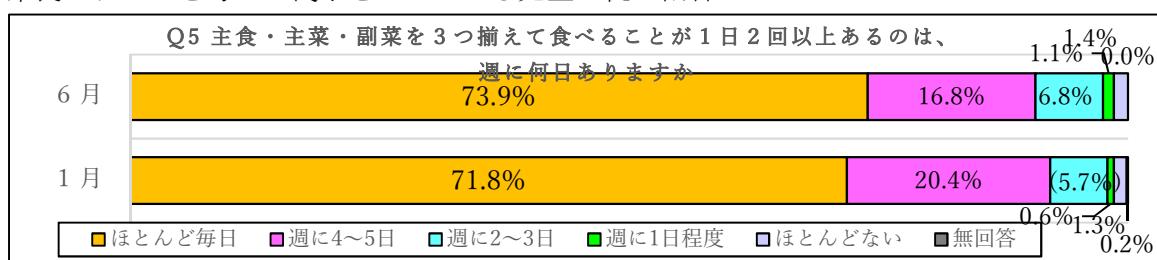
② 朝食を欠食する児童生徒の割合



③ 児童生徒の共食の回数



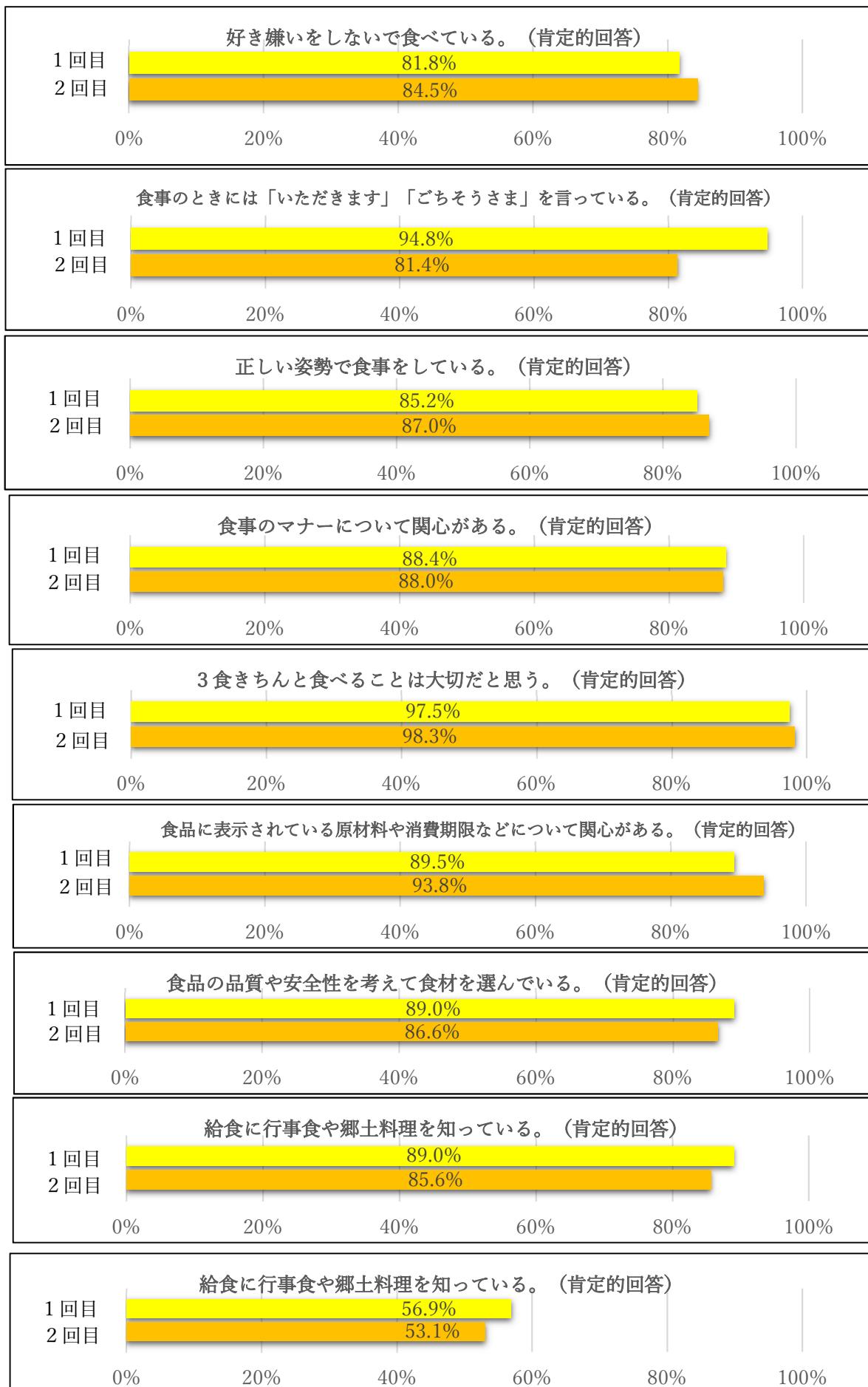
④ 栄養バランスを考えた食事をとっている児童生徒の割合

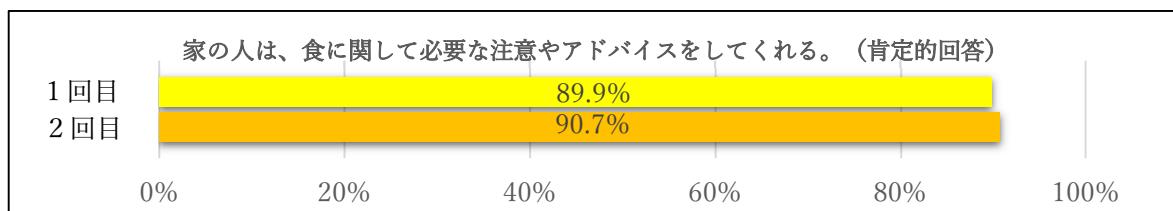


(2) 独自指標について

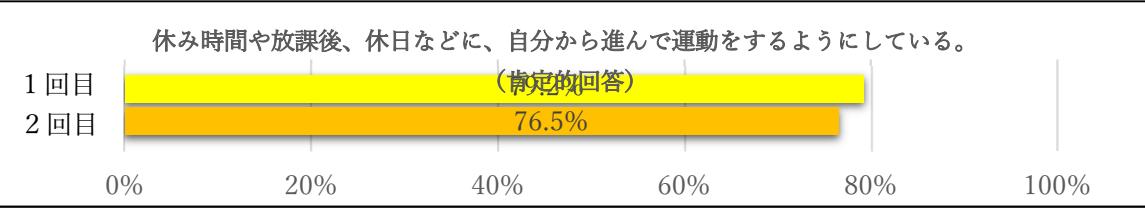
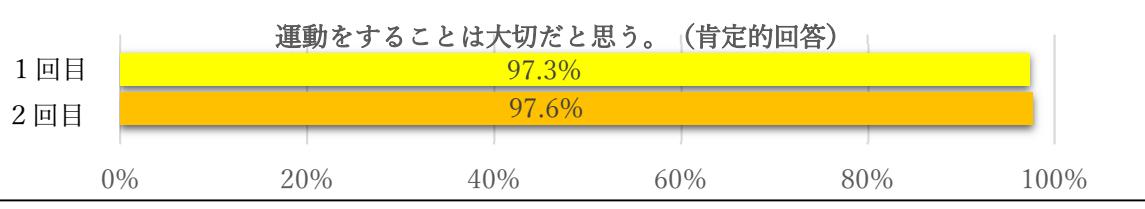
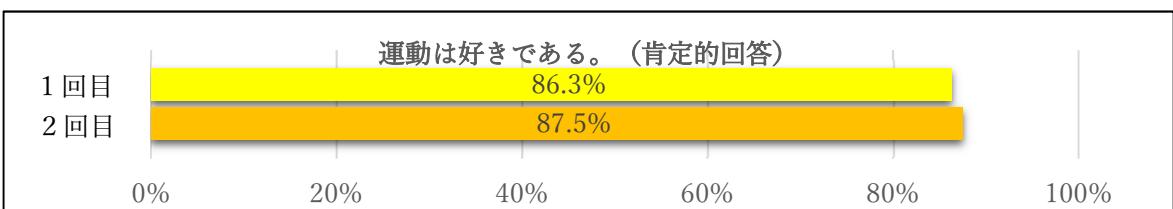
宇都宮市 食事・体力・健康についてのアンケート

ア 食事について





イ 体力について



ウ 健康について



8 成果と課題

- 栄養教諭が中心となって全教職員がつながり、全校体制で同じ方向で食に関する指導を実施することで、「朝ごはんを食べることの大切さ」「栄養バランスを考えた食事をとることの大切さ」「3食きちんと食べることの大切さ」「食品に表示されている原材料や消費期限等に関心がある」など食事の重要性や食品を選択する能力の育成を図ることができた。
- 「食育チャレンジシート」を活用し、学校と家庭が双方向で取り組むことにより、「好き嫌いしないで食べている」「正しい姿勢で食事をしている」「おはしを正しく使って食事をしている」児童が増えた。また、「食に関する必要なアドバイスをしてくれる」家庭も増加し、料理や皿洗いなどに積極的に取り組む児童が増えた。
保護者からも、「食事マナーや食文化など家庭で食に関する話題が増えた。」「子供と一緒に食生活を改善していこうという意識が高まった。」などの声を聞くことができ、保護者の食に対する関心・意欲を高めることができた。
- 地域の関係機関と連携した様々な体験的な活動を取り入れることにより、「ゆっくりよく噛んで食べることが大切だと思う」「運動をすることが大切だと思う」「運動が好きな児童」が増え、健康によい食事のとり方や生活改善に向けた実践意欲の向上を図ることができた。
- 肥満傾向児に対する個別的な相談指導において、栄養教諭と養護教諭が密に連携し学級担任とも協力して実施することで、肥満傾向児の減少傾向や生活改善への意識の向上が見られた。
- 学校長のリーダーシップのもと、栄養教諭が中心となって全教職員が同じ方向で食に関する指導が実施できたものの、「朝食欠食する児童」や「共食の回数」など児童や保護者の意識や行動変容に至らなかった部分もあった。今後さらに、効果的に指導をしていくため、食に関する指導の全体計画や年間指導計画を他の教育計画と関連付け、教職員や地域の専門性を生かせるよう見直し、再検討していく。
- ・本事業の核となった「食育チャレンジシート」の成果を、県内全域へ広げていくため、食に関する指導の6つの目標との関連づけを精査しつつ、県内の学校等の実情に合わせた取組を実施し検証していく必要がある。また、大学や関係機関と連携し、若い世代への食育のためにも、幼稚園、高校や大学、高齢・福祉等でも活用できるよう発展させていきたい。
- ・本事業を通してつながることのできた多くの関係団体等との連携が、一過性のものとならぬよう、今後も家庭や地域等と連携した取組を継続していく。

9 情報発信と普及の計画

- 〈県教育委員会〉
 - ・文部科学省事例発表会での発表
 - ・県政広報番組（テレビ）による情報発信
 - ・事業報告書を作成し、都道府県・政令指定都市教育委員会、県内市町教育委員会及び学校等へ送付
 - ・県主管課長会議等での成果報告会
- 〈市教育委員会〉
 - ・宇都宮市HP、クックパッド、市教育委員会食育だよりによる情報発信
 - ・報道機関へのプレスリリース、県内新聞記事による情報発信
 - ・全国学校給食週間における食育パネル展での紹介
 - ・宇都宮市食育研究大会、市食育推進会議による成果報告
 - ・全国学校給食研究大会における実践発表
- 〈学校〉
 - ・学校だよりや食育だより等各種だより及び学校ホームページによる情報発信