

事例⑤ 甲州市立奥野田小学校

山梨県甲州市	モデル校	テーマ	学校・家庭・地域の連携による奥野田健児の育成			
		モデル校	甲州市立奥野田小学校			
所在地		〒404-0036 山梨県甲州市塩山熊野 906				
学校給食		共同調理場方式				
栄養教諭		配置年	平成 21 年度	兼務状況	他校・共同調理場も兼務	
甲州市	人口	総人口 31,671 人, 年少人口 3,699 人 (11.7%) 【H27 国勢調査】				
	学校数	小学校 14 校、中学校 6 校、高等学校 1 校				
	地域概況	甲州市は、山梨県国東部に位置しており、扇状地の地形を活かしたブドウ、モモなどの果樹栽培や勝沼地域のワインなどの特産品、武田信玄ゆかりの文化資産など、特色ある観光資源が数多く存在している。				

I. モデル校の概要

奥野田小学校は、甲州市のほぼ中央に位置し、学校から徒歩数分の場所には、学校給食センターやJA フルーツ山梨奥野田などが立地している。

奥野田小学校の学区は古くからの農地と一部の商業地と住宅地が混在する学区である。学区の東部の傾斜地は、モモ、サクランボ、ブドウ等の耕地として利用されており、果樹栽培を中心とした専業農家と兼業農家が混在し、農地を所有している家庭の割合も多い。

図表20 奥野田小学校の学級数及び児童生徒数(平成 29 年度)5月1日

		1年	2年	3年	4年	5年	6年	特別支援学級	計
学級数		1	1	1	1	1	1	2	8
児童数	男子	9	7	14	18	9	13	2	72
	女子	12	5	12	9	8	18	1	65
	計	21	12	26	27	17	31	3	137

II. これまでの食育の取組状況

(1) 県による食育の推進に関する取組

山梨県では、平成 18 年 12 月に「第 1 次食育推進計画」を、平成 23 年 8 月には「第 2 次食育推進計画」を作成し、食育の推進に努めてきた。その結果、子供の朝食の欠食率や孤食率が改善されるなど、家庭、学校、保育所等における食育は、着実に進展してきた。

さらに、引き続き、様々な家族の状況や生活環境など、多様な暮らしに対応した食育の充実を目指す必要があるため、平成 28 年 3 月に「第 3 次やまなし食育推進計画」を策定し、「すべての県民が、生涯を通じて心身ともに健康で生き生きと暮らしていくため、山梨の風土や文化等の特性を活かしながら、県民一人ひとりが「食」の大切さの意識を高め、健全な食生活を実践するとともに、豊かな人間性を育てる。」ことを基本目標に食育に取り組んでいる。

山梨県での栄養教諭の配置は平成 19 年度から始まり、平成 28 年 5 月 1 日現在、42 人が配置されている。

(2) 市及びモデル校における食育の推進に関する取組

① 甲州市の食に関する現状と課題

甲州市では、平成 24 年度からの第二次食育推進計画の策定に際し、第 1 次計画の取組を評価すると同時に市民 2,212 人と、市内の小中学校、高校の協力により「食育アンケート」の調査を実施した。その結果、特に学校や児童生徒の傾向として、以下の課題が明らかとなっている。

- ・保育所（園）、小・中学校では、地元でとれた野菜や果物を給食に活用しているが、必要量の確保が難しい状況にある。
- ・毎日野菜を食べている人は、幼児や小・中学生で増加しているが、高校生は減少している。
- ・「塩山式手ばかり」の小・中学生の認知度が減少している。
- ・ほとんどの幼児、小・中学生は朝食を食べているが、高校生になると 8 割程度に低下する。

② 甲州市の食育の推進に係るこれまでの取組状況

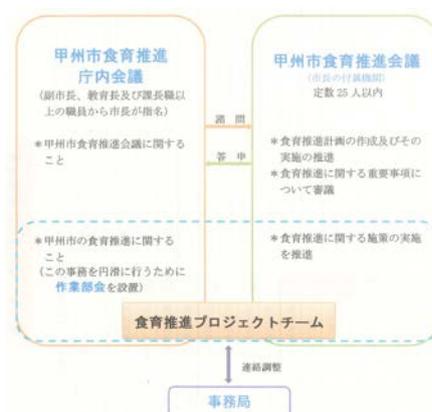
甲州市では健康増進課を中心として、教育・産業・子育て部門等による「甲州市食育推進庁内会議」、市長の付属機関となる「甲州市食育推進会議」、これら 2 つの会議をつなぐ「食育推進プロジェクトチーム」を設立し、食育推進計画の事業の実施に取り組んでいる。

平成 19 年 3 月に「第 1 次食育推進計画」を策定し、「野菜・果物をつかっておいしく食べるじゃん」を合い言葉に、「楽しくつくる」「かしこく選ぶ」「おいしく食べる」の 3 つの柱で食育を推進してきた。

平成 19 年から平成 27 年の 10 年間は、大型イベント「食育まつり」（平成 27 年は「食育じまん発表会」）を開催し、市民に食育についての理解を深めてもらった。食育の日には、市内のスーパーや商店、市役所周辺に食育の“のぼり旗”を立てている。その結果、食育という言葉は定着してきたことから、平成 28 年度からは、さらに幅広い市民に食育に取り組んでもらうため、日々の暮らしの中での活動に取組をシフトしている。

「第 2 次食育推進計画」（平成 24 年 3 月）では、引き続き 3 つの柱のもとに、重点的に「菜園づくりの推進」「地産地消の推進」「食を通じた交流の推進」に取り組んでいる。

市での特徴的な実践としては、「塩山式手ばかり」の普及を進めており、「塩山式手ばかり」ポスター、「塩山式手ばかり」食育推進マニュアルなどを作成している。「塩山式手ばかり」とは、1 食に何をどれだけ食べればよいか、自分の手を使って、食事のバランスと自分の体格にあった食事の目安量について示したものである。平成 12、13 年度の小中学生と大人を対象とした調査で、毎日野菜を食べない子供や野菜摂取量が不足している大人が多かったことから、簡単に食事のバランスをとる感覚を身につけるものとして、市健康増進課と市食生活改善推進員が平成 14 年に開発した。



【甲州市の食育推進体制】



【食育推進マニュアル】

一方、食事のバランス、より良い食事のスタイルなど、食育を身近に感じてもらうため、地元のシンガーソングライターによる食育キャラクター「ぱきぱきマンの歌」を作成（平成 21 年度）し、保育所（園）、学校に CD で配布し、給食の時間などに流している。



【食育カルタ札】

また、甲州市文化協会川柳部会の協力のもと、「甲州市食育カルタ」（平成 28 年 2 月）を作成している。平成 22 年度から読み句となる標語を募集し、絵札は、塩山中学校の美術部員が描いている。カルタは、保育所（園）、小学校、児童センター、放課後児童クラブ、子育て支援センター等に配布している。奥野田小学校では、食育カルタの札と読み句を正面玄関や階段に掲示し、日常的に児童が眼にできるように工夫している。



【奥野田小の階段への掲示】

平成 28 年度には、甲州市立塩山北小学校が文部科学省から「スーパー食育スクール事業」の指定を受け、家庭・地域も含めたチーム学校体制で、アクティブラーニングの視点に立った“自産自消”による「食育プログラム」を効果的に実践することにより、「能動的に食にかかわる児童の育成」や「家庭の食にかかわる意識の向上」などの学力を支える素地を高め、それにより学力を支える基盤としての「意欲的に取り組む学習集団の育成」を図ることを目標とした取組を展開してきた。

③ モデル校における食育の推進に係るこれまでの取組

奥野田小学校は、平成 21 年度「栄養教諭を中核とした食育推進事業」の実践中心校として、食に関する指導の授業実践、地場産物を取り入れた献立研究・学校給食への活用、給食試食会、学習会等の開催などに取り組んだ経緯がある。

平成 28 年度の塩山北小学校における「スーパー食育スクール事業」では、奥野田小学校はその比較対象校となったことから、食に関する全体計画及び年間指導計画をもとに、全校で食育の定着に取り組んできた。また、塩山北小学校での取組により有効な成果が得られたことから、平成 29 年度の奥野田小学校での食育の取組（JA フルーツやまなしとの連携やお弁当の日など）にもそのノウハウが引き継がれている。

（3）モデル校が抱える食育推進上の課題

平成 23 年度に実施した「食育に関する意識調査」の「家庭での野菜づくりの実践」についての設問に約 7 割の小学生がつくっていると回答した。しかし、野菜を作る体験はあっても、児童自身が食習慣や生活習慣をよくすることを意識して行っているかという課題があった。また、家の畑で取れた野菜などを食べていても、料理の手伝いをしていなかったり、関心がなかったりして、生活習慣、食習慣をよくすることを意識せずに食べている児童も多いと推察された。

全国学力・学習状況調査（平成 28 年度 6 年生）の結果などによると、毎日朝食を食べている児童は 88.3% とおおよそ平均的な数字を示しているが、夕食を家族と一緒に食べている児童は、学年が進むにつれ少しずつ減少し、高学年になると時々子供だけで食べるという回答した児童の割合が高くなっている。また、学習面では、知識を活用する力や学習意欲、家庭学習などに課題があることが明らかになった。

また、スナック菓子やジュースなどの摂取量は多く、日常的に摂取している様子がうかがえる。料理についても、自分で作る児童は、県の健康実態調査（平成 26 年度）によると、3・4・6 年生男子と 3・5・6 年生女子以外、すべての学年において 0%となっており、食に対する関心はあまり高くない状況にあった。

さらに、全国体力・運動能力・運動習慣等調査（平成 28 年度）の結果などによると、1 日の睡眠時間について 8 時間未満が 35%、6 時間未満が 7.7%であり、生活習慣の乱れが朝食を摂ることができずに学校へ登校したり、排便の不定期さや体の変調を起こしたりする原因となっていることが推察された。

Ⅲ. モデル事業の実施体制

(1) 県の推進体制

山梨県では、県と市が中心となった「山梨県つながる食育推進事業推進委員会」（14 人）を設置し、モデル校事業計画の報告、事業内容への助言を行っている。

また、栄養教諭を対象とした「つながる食育推進事業栄養教諭連絡協議会」（17 人）を設置し、モデル校栄養教諭のほか、各地区の代表栄養教諭、平成 28 年度に採用された栄養教諭が集う場として、事業内容の周知・普及を行っている。

図表21 山梨県つながる食育推進事業推進委員会の構成

有 識 者	・山梨学院大学健康栄養学部教授1人
行 政（ 県 ）	・公立学校食育推進研究会会長・栄養士部会会長 1 人 ・県企画県民部消費生活安全課長(第 3 次やまなし食育推進計画所管)1 人 ・県福祉保健部健康増進課長(健やか山梨 21(第 2 次)所管)1 人 ・県農政部果樹・6次産業振興課長(山梨県果樹農業振興計画所管 1 人) ・教育庁義務教育課長 1 人、教育庁スポーツ健康課長 1 人、教育庁峡東教育事務所指導主事(モデル校所轄教育事務所)1 人 ・教育庁スポーツ健康課事務局 3 人
行 政（ 市 ）	・甲州市教育委員会指導主事1人、モデル校校長 1 人・栄養教諭 1 人

図表22 つながる食育推進事業栄養教諭連絡協議会の構成

有 識 者	・山梨学院大学健康栄養学部教授1人
栄 養 教 諭	・モデル校栄養教諭1人、地区代表栄養教諭8人、平成 28 年度採用栄養教諭5人
行 政（ 県 ）	・教育庁スポーツ健康課事務局 2 人

(2) モデル校における推進体制

モデル校に設置された「甲州市食育推進協議会」（24 人）は、モデル校、市関係部局のほか、長年、甲州市の食育に関わってきた県内高等教育機関の有識者や JA 等で構成されている。

なお栄養教諭は、塩山南小学校が本務校であり、奥野田小学校は兼務校であるが、奥野田小学校の校内研究会や食育部会等の会議に参加するなど、同校の食に関する指導の中心的な役割を担っている。

図表23 甲州市食育推進協議会の構成

モデル校	・校長、教頭、教務主任、研究主任、栄養教諭、給食主任、養護教諭 各1人 ・モデル校PTA会長、PTA副会長 各1人
関係者	・JAフルーツやまなし2人
有識者	・山梨大学大学院総合研究部医学域教授1人 ・山梨大学大学院総合研究部医学域助教1人
行政（市）	・甲州市教育総務課（課長1人、指導主事1人） ・甲州市給食センター所長 ・甲州市健康増進課（課長1人、リーダー1人、食育推進担当3人） ・甲州市食育推進会議プロジェクトリーダー2人
行政（県）	・山梨県教育委員会スポーツ健康課指導主事1人

（3）連携機関及び連携内容

食育推進協議会に有識者として参加している山梨大学大学院では、BDHQ（簡易型自記式食事歴法質問票）による調査・分析も行っている。

図表24 モデル事業における連携機関と連携内容

連携機関名	連携内容
山梨学院大学健康栄養学部	推進委員会助言，評価方法
山梨大学大学院総合研究部医学域	推進協議会助言，調査・集計・分析・評価
甲州市食育推進会議	研究活動との連携，学習会の開催
甲州市役所健康増進課	市の食育活動との連携
甲州市政策秘書課	広報活動
甲州市給食センター	研究活動との連携，メニューの作成，見学・研修
甲州市栄養教職員研究会	研究活動の推進・連携，レシピ集の作成
東山梨教育協議会	研究活動の共有・連携，活動の公開
甲州市内小中学校	比較データの提供
JAフルーツ山梨	農業指導，出前講座，生産者との窓口
峡東ケーブルネット株式会社	広報活動
ヴァンフォーレ甲府	特別講師による出前授業講師
山梨県立産業短期大学	特別講師による出前授業講師

注) BDHQ（簡易型自記式食事歴法質問票：brief-type self-administered diet history questionnaire）とは、栄養素や食品の摂取状態を定量的に調べるための質問票の構成を簡略化したシステムであり、専用の栄養価計算プログラムによっておよそ30種類の栄養素とおよそ50種類の食品の摂取量を算出できる。

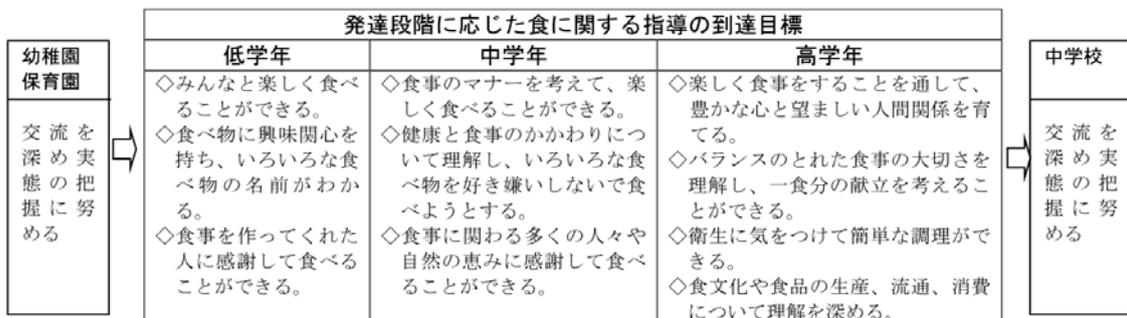
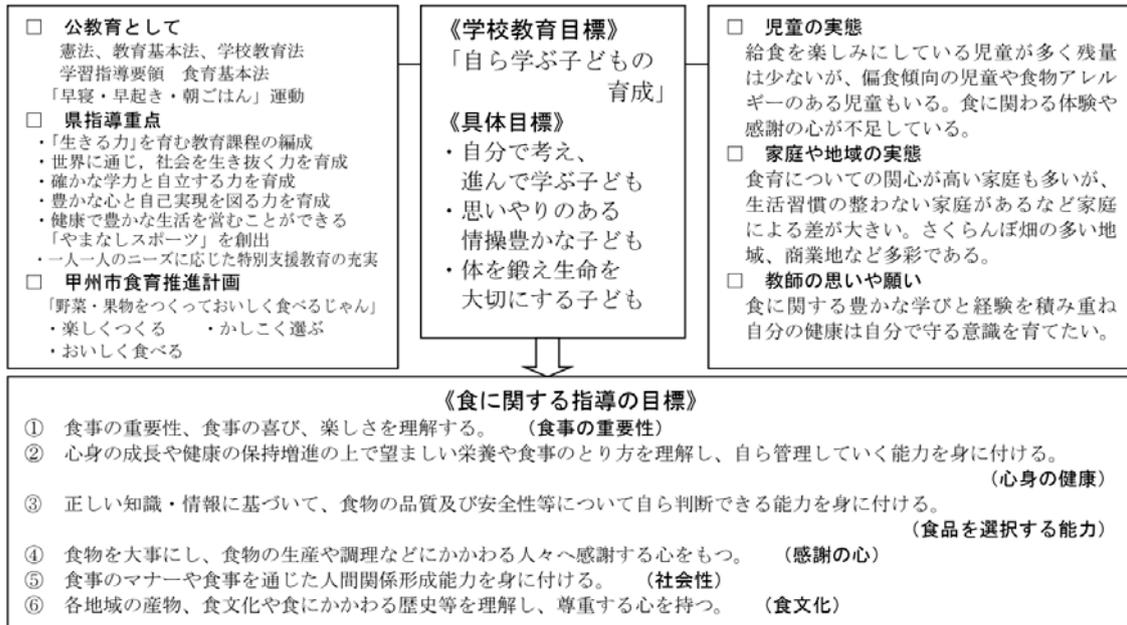
IV. モデル事業の取組概要

(1) 食に関する指導の全体計画の概要

奥野田小学校では、食に関する指導の目標として、「食事の重要性」「心身の健康」「食品を選択する能力」「感謝の心」「社会性」「食文化」の6つを重点に置いて指導している。

平成 29 年度 食に関する指導の全体計画

甲州市立奥野田小学校



《指導場面》

<p>【教科】 教科との関連を図り、教科での知識と給食での経験とを相互に生かす。 国語：時と場にあった話し方 社会：食糧と生産、流通、消費の仕組みと、そこで働く人々 地域で働く人々 理科：植物の成長、消化吸収の働き 生活：野菜作り、家庭の仕事 家庭：食品の栄養と働き、簡単な調理 家族の団らん、食事のマナー 体育：健康の保持増進・発育、病気の予防</p> <p>【総合的な学習の時間】 食教育との関連をはかる。</p>	<p>【給食の時間】 準備、食事、片付けの一連の活動を通して望ましい食習慣を身につけ、好ましい人間関係を育てる。 食前：食事の場にふさわしい環境 身支度・手洗い等の清潔 安全で清潔な能率のよい配膳 食中：食事のあいさつ、食事のマナー 楽しい会食 健康によい食事のとり方 食後：食後の休息 能率的な片付け 歯みがきの励行</p> <p>【特別活動】 学級活動 ・正しい食事のとり方 ・食事と健康 児童会活動 ・さつまいも栽培 ・委員会活動 クラブ活動 学校行事</p>	<p>【道徳】 ・基本的な生活習慣の確立 ・好ましい人間関係の育成 ・感謝、郷土を大切にすることを育てる ・感謝の気持ちの育成</p> <p>【家庭・地域との連携】 ・献立表、食育だより等の配付 ・給食試食会 ・親子料理教室 ・地産地消の推進 ・食農体験に関わる外部講師の招聘 ・食教育に関する授業参観</p> <p>【個別指導】 ・ひとりひとりの食生活の実態に応じ、きめ細かな指導を実施し、望ましい食習慣を育成する。 ・保護者、担任、養護教諭、栄養教諭などが連携し必要に応じて実施する。 ・偏食、肥満、痩身、食物アレルギー、スポーツ、栄養など</p>
---	---	--

(2) 学校における主な取組や指導内容

① 食育授業実践

道徳や家庭科などで食育の授業を行っており、6年生の家庭科「工夫しようおいしい食事」では、お弁当の日を作るメニューを考えるなど、家庭と連携した取組につながる工夫をしている。また、給食時間を活用して、全校で「塩山式手ばかり」について指導し、自分の体にあった目安の量を確認している。

■食育授業の実践

学年	教科	単元
1年生	道徳	『しよくじのあいさつ』 担任が絵本「しんでくれた」の読み聞かせをし、「いただきます」の意味を考えた。また、栄養教諭より、給食ができるまでには多くの人たちの働きがあることを知らせ、「ごちそうさま」の意味を伝えた。
2年生	学級活動	『おやつのおべ方を考えよう』 望ましいおやつのおべ方を知り、自分のおやつのおべ方を見直した。そして、おやつのおべ方の目的を知り、健康のためによりおやつのおべ方を考えた。
3年生	学級活動	『カルシウムのひみつを知ろう』 カルシウムの働きを知らせ、成長期に十分なカルシウムをとる必要があることに気づかせた。また、カルシウムを効果的に摂取するための食生活について考えた。
4年生	学級活動	『いただきますについて考えよう』 「いただきます」の意味や、食品ロスについて学習し、食べものを大切にするために自分ができることを考えた。学習したことを家庭へ伝え、ふりかえりシートを使い、自分で決めたことを実践できているか1週間確認した。
5年生	家庭科	『食べて元気に』『ごはんのみそ汁をつくらう』 「だしなし」と「だし入り」のみそ汁の飲み比べなどをし、みそ汁について学習する中で、家族のために作るみそ汁を考えた。
6年生	家庭科	『工夫しようおいしい食事』 1食分の献立での立て方について学習し、「家族のためのお弁当」というテーマのもと、第2回お弁当の日(冬休み)に作るメニューを考えた。
つくし学級	自立活動	『じょうぶなほねの作り方を知らう』 カルシウムの働きやカルシウムの多い食べ物について学習し、丈夫な骨を作るための作戦を考えた。
すみれ・つくし学級	自立活動	『おにぎり作り』 自分たちでおにぎりの作り方を調べ、計画を立てました。家庭にも計画を見てもらおうなど協力してもらいながら、おにぎりを作った。第2回のお弁当の日にもつながる活動となった。
全校	給食時間における指導	『塩山式手ばかり』 給食の時間にごはんの手ばかりを行い、普段自分が食べている量と比べさせながら、自分の体にあった目安の量を確認した。



【6年生の家庭科『工夫しようおいしい食事』】



【全校『塩山式手ばかり』】

② 食育ファイルの作成

食育に関して学習してきたこと（一人一鉢栽培やお弁当の日の取組や感想、塩山式手ばかりなど）を綴る食育ファイルを全児童が作成し、各学年での学習の振り返りや、学習してきたことをこれからの生活の中でも活かしていけるように保管している。



【食育ファイル】

(3) 家庭や保護者との連携による取組内容

① 全校一人一鉢栽培

JA フルーツ山梨の職員を講師に招き、全児童を対象として、ミニトマトもしくはナスの苗を鉢に植える一人一鉢野菜栽培講習を開催した。

植えた鉢は家庭へ持ち帰り、観察記録をつけ、収穫した野菜で料理を作っている。児童が保護者と栽培活動に取り組む中で栽培の苦労や成長、収穫の喜びを家族と共有する機会となっている。

また、PTA では、一人一鉢栽培への感想や栽培した野菜をどのように料理したかについてアンケートを実施している。



【一人一鉢栽培の作業風景】

○「一人一鉢野菜栽培活動」を通しての「つながる食育」の感想（PTA 広報誌のアンケート結果より一部抜粋）

*自分で苗から収穫まで栽培した事によって、野菜作りの大変さ、収穫したトマトへの愛着、手をかけてくれた人々への感謝等、親子で感じ話しました。食卓に並ぶ全ての食材に同じような思いを持ち、食べられることに感謝したいです。

*子供自身が責任を持って一生懸命水やりをし、手入れはおばあちゃんに聞いたりして、1つの物を育てる事の大切さを子供と一緒に私も学ぶことができました。一緒に育て、調理し、食べるという事は1つ1つの過程で学ぶこともあり、食の大切さにつながったのではないかと思います。

② お弁当の日

学校と家庭との連携による「お弁当の日」を設定し、自分で工夫してお弁当を作ることにより、学習したことを活用する力や創意工夫する力、物事を自分の力で行ったときの達成感などを学ばせている。

作ったお弁当について、お弁当の写真、自分が手伝ったこと、作った感想、保護者からのコメントを記載して提出し、食育ファイルにまとめている。

お弁当の日を通して、食への興味や関心が高まり、また、家の人の大変さを感じる児童も多く、感謝する心をもった感想が多く見られた。2回目では学習したことを活かして取り組む児童も多く見られている。

○第1回お弁当の日（土曜参観日に合わせて開催し、学校にて親子で作ったお弁当を食べる。）

○第2回お弁当の日（冬休みに実施することで、家庭で取り組んでもらえるようにしている。）



【お弁当の日の様子】

③ 土曜参観における食育授業公開

土曜参観日の5校時に全学年で食育授業公開を行い、保護者の食育に対する意識向上や学校での取組を理解してもらう機会としている。また、参観日を利用して、6校時に親子食育学習会を実施している。

学習したことで、意識の高まりだけでなく、栄養バランスに気をつけた食事をとったり、朝ご飯を食べる頻度が増えるなど、児童の食習慣にも変化がみられている。

■土曜参観において授業公開した教科と単元

学年	教科	単元
1年生	学級活動	『げんきなからだをつくろう』 赤・緑・黄の食べものと働きについて学習し、元気な体をつくるための作戦を考えた。また、これまでの給食の様子を振り返り、学習したことをもとに自分のめあてを決めた。
2年生	学級活動	『野菜を食べよう』 野菜の種類や働きについて学習し、自分の食生活を振り返りながら、これから頑張りたいことなどを決めた。
3年生	学級活動	『大豆のひみつ』 大豆からできる食品について学習する中で、実際にきな粉とゆばを味見した。また、大豆の栄養についても学習した。
4年生	学級活動	『元気のもとになる朝ごはんについて考えよう』 クラスの実態から課題をつかむ中で、養護教諭より朝ごはんの働きについて説明をしてもらい、望ましい朝ごはんについて学習した。
5年生	家庭科	『食べて元気に』 五大栄養素と3つの食品グループについて学習した。その後、栄養面からAさんの食事について、良い点と課題点を考えた。
6年生	学級活動	『世界の料理と日本の料理について知ろう』 世界の料理が身近に食べられていることを知る中で、自分たちの国の料理である「和食」について考え、和食のよさを見直し、和食マナー教室につなげた。



【1年生の学級活動『げんきなからだをつくろう』】



【3年生の学級活動『大豆のひみつ』】

(4) 生産者や地域との連携による取組内容

① JA フルーツやまなしとの連携による農作学習

JA フルーツやまなしでは、市内の全小学校に JA 職員が講師として赴き、白菜の苗の植え付け、学校園において大根の種の植え付けなどを実施している。また、全児童を対象に一人一鉢野菜栽培講習会を行うほか、1～3年生ではトラクターの仕組みを学ぶ農作業学習会、5年生では JA から提供された種もみからの米づくりや野菜ソムリエによる野菜教室などを実施している。

② ふれあい集会

学校園で児童が育てたさつまいもを、学校給食センターで蒸かしてもらい、地域の高齢者と児童が交流する「ふれあい集会」において甘草茶と一緒に提供した。

また、ふれあい集会では食にまつわるお店（マメつかみ、食材当てコーナーなど）を出し、高齢者と児童がふれあいを持った。

このように、地域の人々を学校に招き、児童が育てた作物を実際に食べてもらうことにより、学校における食育の取組への理解と協力が促進され、地域全体での食育に対する意識醸成につながっている。



【さつまいもの収穫風景】



【高齢者とのふれあい風景】

③ 給食センターとの連携

甲州市では、合併前の旧市村（塩山市、勝沼町、大和村）ごとに給食方式が異なり、それぞれ特色を活かした学校給食に取り組んでいる。奥野田小学校を含む旧塩山市の区域では11小中学校を対象とした甲州市学校給食センター、旧大和地区では2小中学校による大和共同調理場、旧勝沼地区では自校（単独調理場）方式（5校）となっている。

甲州市学校給食センターは、奥野田小学校から徒歩数分の場所にあることから、学校と学校給食センターの連携によって、児童が栽培した野菜の学校給食での活用（平成28年は「さつまいも」）や、給食献立を活用した食育の充実、食を通じたコミュニケーションを図ることができるよう日常の給食指導を充実させている。



【学校給食センター外観】

（甲州市学校給食センターについて）

学校給食センターは、平成26年8月より利用を開始し、小学校8校、中学校3校の給食1,900食（最大2,200食まで対応可能）を提供している。

学校給食センターでは、開かれた食育の場として、随時センターの見学や試食も受け付けている。毎月19日の食育の日には、市民を対象とした学校給食試食会（市主催）を実施している。平成28年度より食育の日の給食では、「日本列島めぐり」として全国の郷土料理や地場産物を献立に取り入れ、試食会でも同じ献立を提供し、学校給食センターの取組などを紹介している。

また、地産地消給食として甲州市や山梨県内の食材を使った給食、行事食としてこどもの日や十五夜にちなんだ給食などを提供し、給食の時間に栄養教諭、学校栄養職員、市職の栄養士が話をしたり、学校給食センターから解説のプリントを配布している。



【給食センター見学風景】

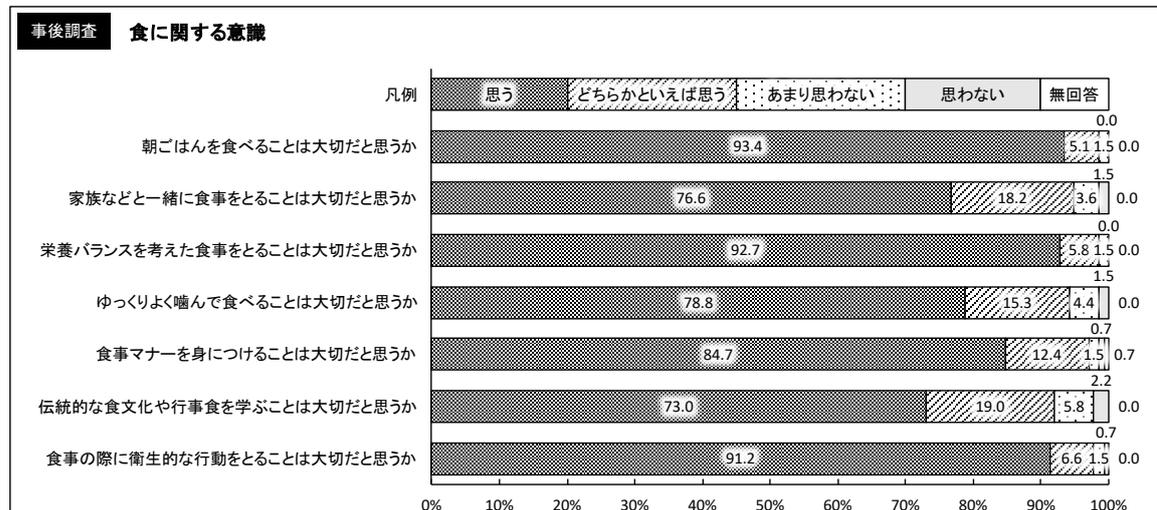
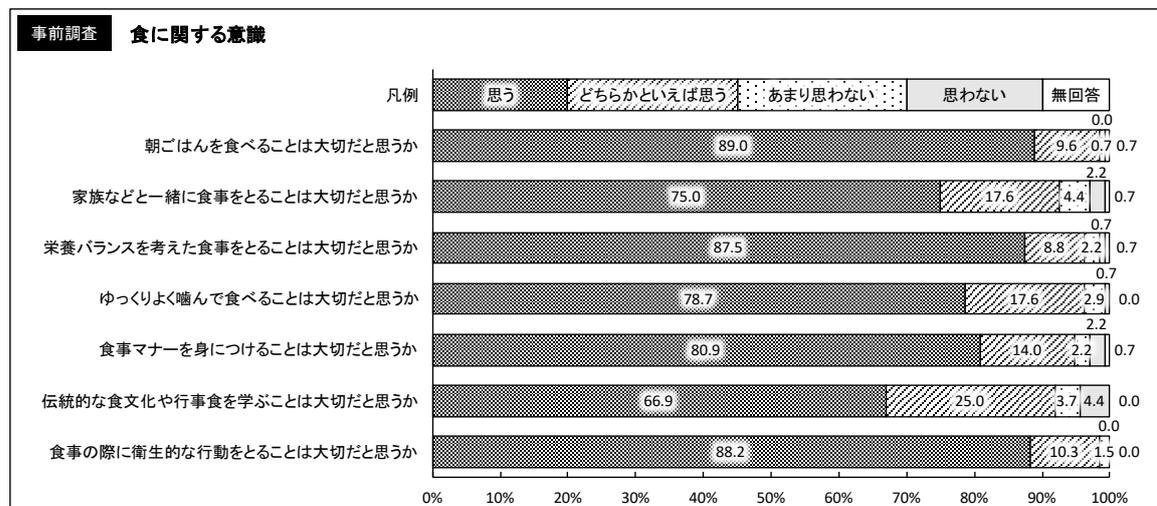
V. 取組の成果と今後の課題

(1) 児童アンケート調査（事前・事後）の結果からみた取組成果

① 児童の食に関する意識の変化

児童の食に関する意識をみると、大切だと思うこととしては、「朝ごはんを食べること」や「栄養バランスを考えた食事をとること」、「食事の際に衛生的な行動をとること」の割合が比較的高くなっている。

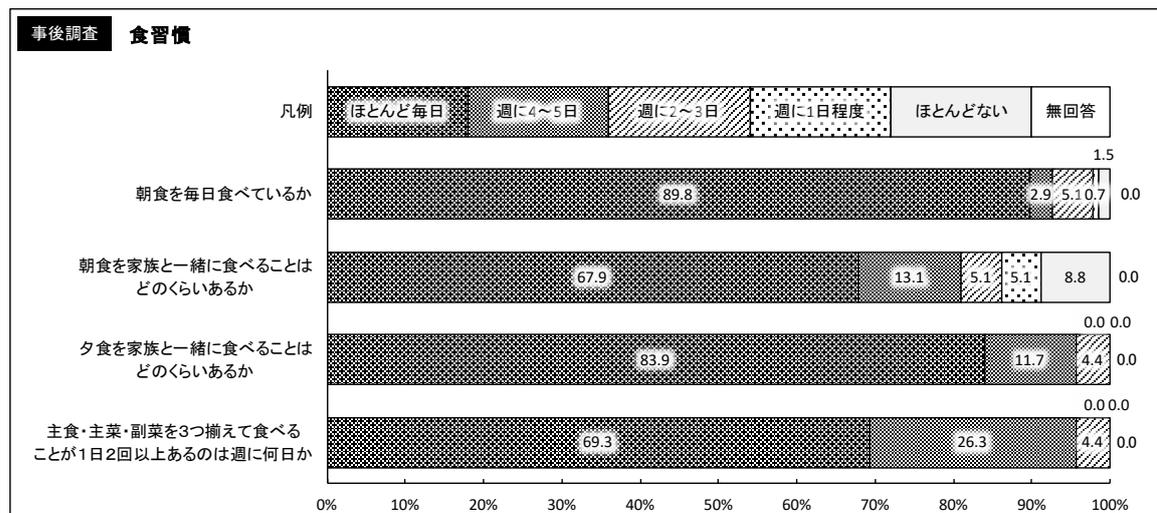
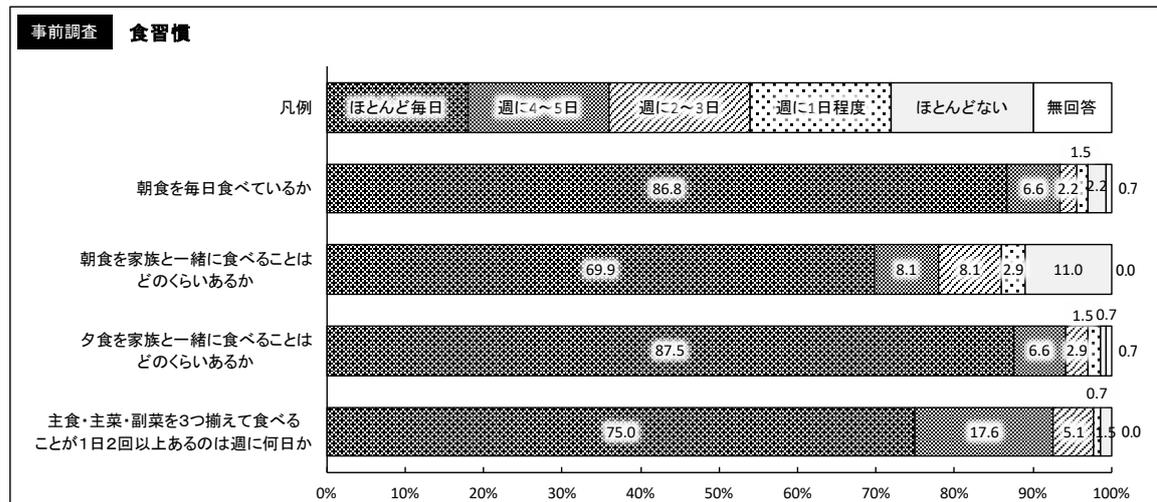
また、児童の食に関する意識を事前調査と事後調査で比較すると、事前調査では相対的に意識が低かった「伝統的な食文化や行事食を学ぶこと」について、事後調査では大切だと思う児童の割合が6ポイント向上している。



② 児童の食習慣の変化

児童の食習慣の変化をみると、朝食を食べることについては「ほとんど毎日」と回答した割合が事後調査においてやや増加している。

また、食に関する意識の中で「栄養バランスを考えた食事をとること」を大切だと思う児童の割合が高まったことと関連し、食習慣のうち「主食・主菜・副菜を3つ揃えて食べることが1日に2回以上ある日」が「週に1日程度」又は「ほとんどない」と回答した児童の割合が事後調査では0%となっている。

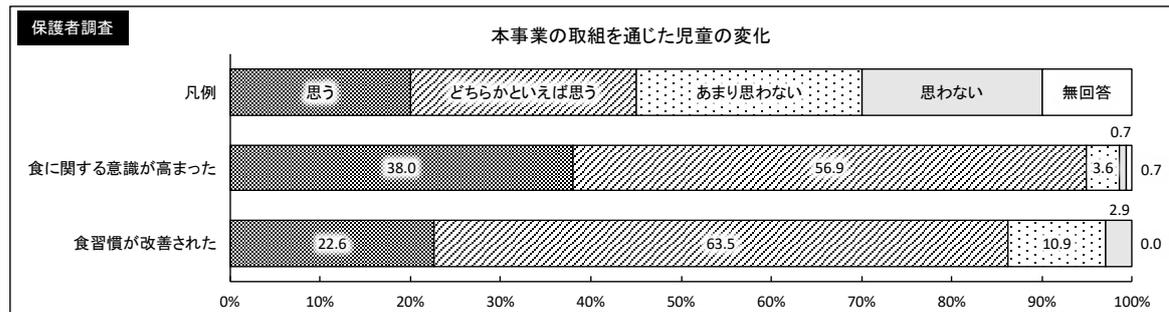


(2) 保護者アンケート調査の結果からみた取組成果

① モデル事業の取組を通じた児童の変化

モデル事業の取組を通して児童の食に関する意識が高まったと思うと回答した保護者は38%を占め、どちらかといえば高まったと思うという回答と合わせると、ほぼ全ての保護者が取組を通じた子供の食に関する意識の変化を認識している。

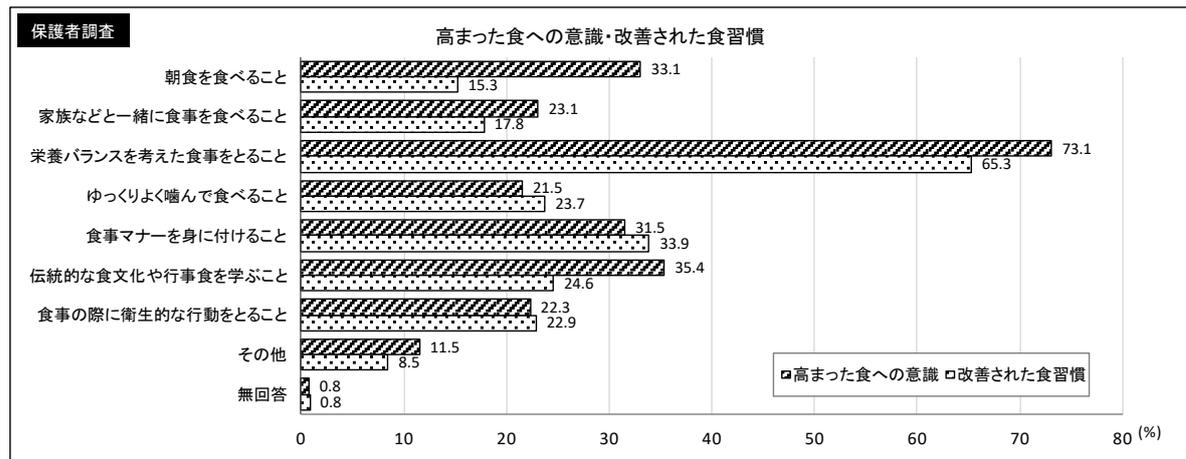
また、食習慣が改善された（思う+どちらかといえば思う）とする保護者も約86%を占めており、食に関する意識の高まりとともに食習慣にも改善がみられている。



② 食に関する意識のうち高まったもの・改善された食習慣

保護者からみて子供のどのような食に関する意識が高まったか、あるいはどのような食習慣が改善されたかを具体的にみると、児童へのアンケートで大切だと思うと回答した割合が高かった「栄養バランスを考えた食事をとること」は、保護者からみても子供の意識や食習慣に変化がみられた点として最も高い割合となっている。

また、「伝統的な食文化や行事食を学ぶこと」については、児童へのアンケートでも意識の高まりがみられたが、保護者からも、「栄養バランスを考えた食事をとること」に次いで児童の意識が高まった点として挙げられている。



(3) 独自評価指標等からみた取組成果

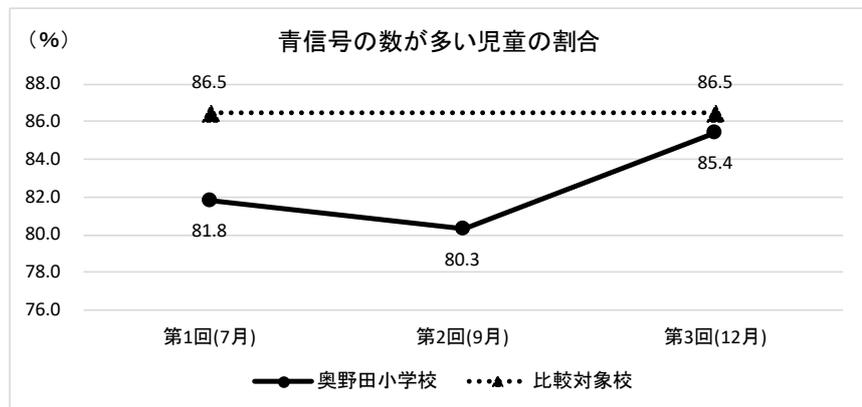
① BDHQ（簡易型自記式食事歴法質問票）

【目標：結果の青信号の出現率 85%以上、比較対照校の結果を上回る】

BDHQは、通常の食事から習慣的に摂取している栄養素の摂取状況の情報を得るために設計された質問票であり、調査結果は児童にも分かりやすい信号の色で示され、信号の色が青の場合は、過剰摂取や摂取不足がない、良好な状況であることを示している。

モデル事業では、体型と主要な栄養素を含んだ 27 項目のうち青信号の数が 3 分の 2 以上であった児童を「青信号が多い児童」とし、その割合（出現率）が 85%以上になることを目標として事業評価を行った。

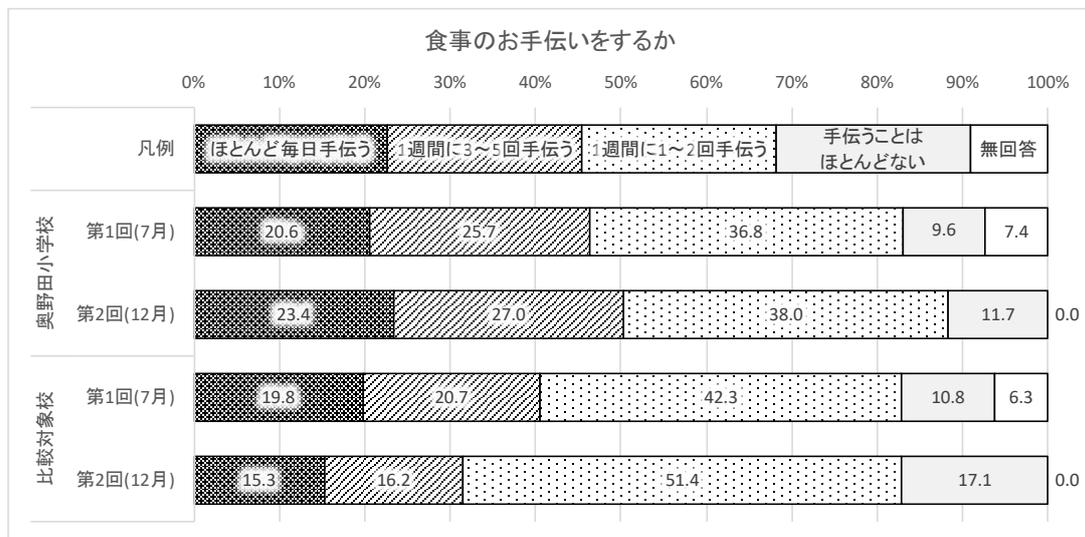
奥野田小学校における調査結果をみると、事業実施前（第 1 回調査）は「青信号が多い児童」の割合は 81.8%であったが、事業実施後（第 3 回調査）は 85.4%と、目標の 85%以上を達成しており、同様の調査で比較対象とした学校とほぼ同一の水準となっている。



② 毎日食事の手伝いをする児童の割合

《目標：85%以上、比較対照校の結果を上回る》

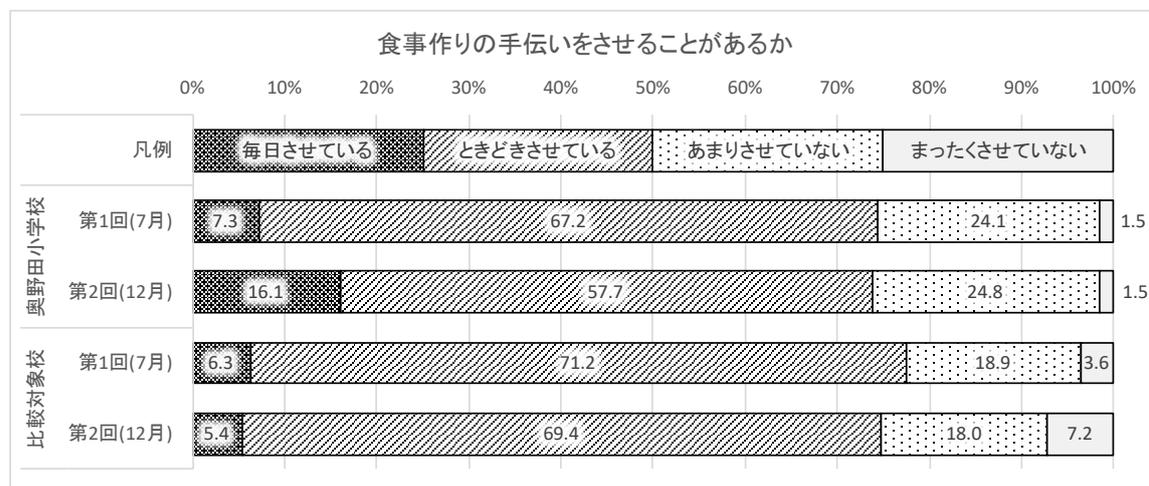
奥野田小学校が 7 月と 12 月に実施したアンケート調査によると、家庭で食事の手伝いを行う児童の割合は、「ほとんど毎日手伝う」「1週間に3～5回手伝う」「1週間に1～2回手伝う」のいずれの頻度も第 1 回調査より第 2 回調査の方が高く、食事の手伝いを行う児童の割合が全体的に増加している。



③ 毎日食事作りに子供を関わらせる家庭の割合

《目標：85%以上、比較対照校の結果を上回る》

奥野田小学校が7月と12月に保護者に実施したアンケート調査によると、家庭において食事づくりの手伝いを「毎日させている」とする割合が、第1回調査の7.3%から第2回調査では16.1%と約10ポイント増加している。



(4) 取組成果のまとめ（総括）

奥野田小学校では、道徳や家庭科などでの食育の授業とともに、「一人一鉢栽培」や「お弁当の日」の設定、「土曜参観における食育授業公開」などにより、家庭との連携を図っており、保護者と児童が家庭で野菜を栽培したり、料理を作ったりする等の機会を創出している。

また、小学校から徒歩数分の距離に立地している「甲州市学校給食センター」との連携により、児童が栽培した野菜の学校給食での活用や地産地消給食の提供、給食時間の食に関する講話などが実践されている。

こうした取組により、「朝ごはんを食べること」や「栄養バランスを考えた食事をとること」、「伝統的な食文化や行事食を学ぶこと」といった児童の食に関する意識や家庭における食育への関心が高まり、その結果が「毎日食事の手伝いをする」児童の増加や「毎日食事作りに子供を関わらせる家庭」の増加といった成果に表れているものとみられる。

VI. 取組成果の普及方策

モデル事業の取組内容や成果は、学校便り、学年便り、給食便り、PTA新聞等を使って家庭や地域へ発信するとともに、峡東CATVでの取材・番組放送などを予定している。

また、山梨県内・甲州市内の学校関係者向けとして、県食育シンポジウム、食育推進事業報告会を開催し県内全小中学校へ発信するほか、県教委主催の各種研修会において実践報告を予定している。

事例⑥ 下呂市立下呂小学校

岐阜県下呂市 	モデル校	テーマ	GIFU 食のマイスタープロジェクト事業「食がわかる・食をつくる・食を働かかける・食生活をつくり上げる ぎふの子供」～輝け命！『いただきます』 食でつながる ふるさと・人・未来～			
		モデル校	下呂市立下呂小学校			
		所在地	〒509-2202 岐阜県下呂市森 285 番地			
		学校給食	共同調理場方式			
		栄養教諭	配置年	平成 21 年度	兼務状況	共同調理場も兼務
下呂市	人口	総人口 33,585 人、年少人口 3,830 人(11.4%) 【H27 国勢調査】				
	学校数	小学校 13 校、中学校 6 校、高等学校 1 校、特別支援学校 1 校				
	地域概況	市の中心には「日本三名泉」のひとつに数えられ年間 100 万人の宿泊客を迎える下呂温泉が位置し、観光業を柱に飲食物販など各種サービス業が基幹産業となっている。				

I. モデル校の概要

下呂小学校は、下呂温泉地域とその南北の益田川沿いの地域を校区としており、保護者が観光業に従事する児童も多い。平成 29 年 5 月現在の児童数は 309 人であり、市内では萩原小学校 (375 人) について 2 番目に児童生徒数の多い小学校である。

図表25 下呂小学校の学級数及び児童生徒数(平成 29 年度)5 月 1 日

		1 年	2 年	3 年	4 年	5 年	6 年	特別支援学級	計
学級数		2	2	2	2	1	2	3	4
児童数	男子	18	26	29	23	18	31	6	151
	女子	24	33	29	29	19	22	2	158
	計	42	59	58	52	37	53	8	309

II. これまでの食育の取組状況

(1) 県による食育の推進に関する取組

岐阜県では平成 19 年 3 月に「第 1 次食育推進基本計画」を、平成 24 年 3 月に「第 2 次計画」を策定し食育に取り組んできた結果、学校給食における地場産物の使用割合や、朝市・直売所の販売額の増加、市町村食育推進計画の策定など、食育が着実に推進されてきた。

しかし、ひとり親世帯や共働き世帯など世帯構造の変化や、食に関する価値観、ライフスタイルの多様化など健全な食生活を実践することが困難な場面も増えてきている。このため、平成 29 年 3 月に「第 3 次岐阜県食育推進基本計画」を策定し、「未来へつなぐ清流の国ぎふの食育」をキャッチフレーズに継続して食育に取り組んでいる。

第 3 次計画では、心身の健康の増進と豊かな人間形成の実現及び健康寿命の延伸を目的に、次世代を担う子供と食生活の課題が多い青年期を重点世代として取り組むこととしている。

また、岐阜県教育委員会では、GIFU 食のマイスタープロジェクト事業として、県内全ての小学 6 年生を「家庭の食育マイスター」に委嘱し、学校で学んだ食に関する知識や調理技

術を家庭において実践し、児童を通じた家庭の食育を推進している。

岐阜県では平成 19 年度から栄養教諭の配置が始まり、平成 29 年 5 月 1 日現在、131 人が配置されている。

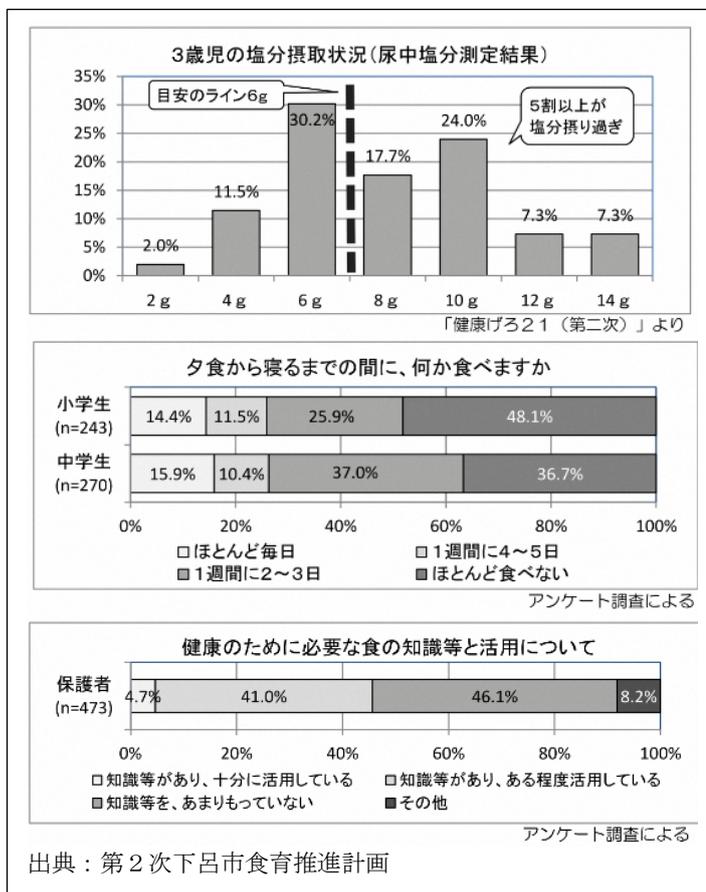
(2) 市及びモデル校における食育の推進に関する取組

① 下呂市の食に関する現状と課題

下呂市には、漬物など、塩、味噌、醤油を多用してきた古くからの食文化が残っている。こうした食文化は、家庭での子供たちの食生活にも影響を与えており、3 歳児の塩分摂取状況をみると、約 6 割が塩分の摂り過ぎとなっている。

また、間食の摂取状況をみると、15%前後の小中学生が夕食から寝るまでの間に「ほとんど毎日」間食すると回答しており、正しい間食のあり方に関する意識啓発の必要性が高まっている。

さらに、食に関する知識については、ほぼ半数の保護者が、「知識等をあまりもっていない」と回答しており、食育に関する積極的な情報発信が必要となっている。



② 下呂市の食育の推進に係るこれまでの取組状況

下呂市では、平成 22 年度に「下呂市食育推進計画」、平成 27 年度からは「第2次下呂市食育推進計画」を策定し、「食を通して元気な身体と心を育み、明るい未来を築きます。」を基本理念に食育推進に取り組んでいる。

第2次計画では、「生涯にわたるライフステージに応じた間断ない食育の推進」「生活習慣病の予防及び改善につながる食育の推進」「家庭における共食を通じた子供への食育の推進」の3つを重点課題として取り組んでいる。

③ モデル校における食育の推進に係るこれまでの取組

下呂市の全小・中学校では、食に関する年間指導計画を整備し、各教科や特別活動等における指導の充実を図っている。下呂市の栄養教諭が、学習指導案等を共有し、食に関する指導を全学級でTTにより実施されている。その中で、下呂小学校では、栄養教諭が特別活動において学級担任と連携を図り、TT授業を実施したり、野菜の栽培や豆腐作り等の体験学習を系統的に行ったりして、食に関する正しい知識や判断力を身に付け、実践力を育成している。

また、学校給食においては、地元生産者や市の関係部局と連携を図り、地場産物の活用を図りながら食に関する指導の充実を図っている。学校給食の時間に地元生産者が、献立に使用されている食材についての講話を行い、児童が生産者の苦労を理解し、食に対する感謝の気持ちを深めることができるよう指導している。さらに、塩分の過剰摂取が市の課題となっていることから、減塩への意識を高めるために、平成 28 年度から小学 1 年生に塩分測定器を配付し、家庭における減塩の取組を始めている。

PTA 活動との連携により、「早寝・早起き・朝ごはん運動」「親子クッキング」や夏休みに「家族クッキング」、「下呂っ子シェフ」など、保護者への啓発を行い、家庭における食育を推進している。

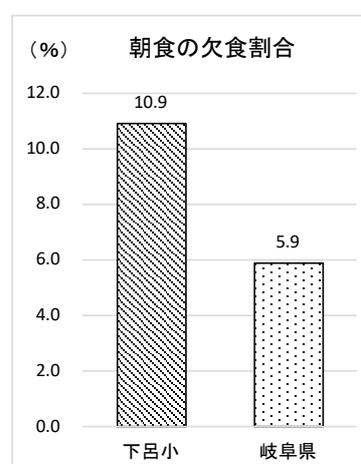
(3) モデル校が抱える食育推進上の課題

食に関するアンケートの結果、朝食を食べないことがある児童は約 1 割であり、県平均 (5.9%) を上回っている。また、朝食を一人で食べている児童の割合は約 2 割、子供だけで食べている児童の割合は約 3 割であるが、これは学区内に観光産業等に従事している保護者が多いことも要因と推察され、共食の重要性についての意識を高めていくために、家庭における食育の推進が求められている。

さらに、給食を残さず食べた割合は、約 9 割であり、児童委員会 (健康委員会) を中心に「残量ゼロ」を呼びかけてはいるもののゼロには達していない。そこで、調理員や生産者の努力や思いを知ることを通して、心を込めて食事の前後のあいさつをすることや、食に対する感謝の気持ちを持ち、残さず食べることができる態度を育てることが必要とされている。

また、家庭で食事のあいさつを必ず行う児童の割合が約 6 割と低いことも、下呂小学校における課題として挙げられている。

一方、下呂市では、食習慣の課題のひとつに塩分の過剰摂取が挙げられ、脳血管疾患や心疾患等の原因となる高血圧につながる事が懸念されている。尿中塩分測定の結果、成人のみならず幼児期の塩分の過剰摂取という調査結果があることから、減塩への意識を高めるため、平成 28 年度から小学 1 年生の児童の家庭に塩分測定器を配付し、家庭での食事の汁物の塩分量の測定をはじめている。1 年生の家庭での塩分濃度の薄い (0.6~0.8%) とされる割合が約 6 割程度であったことから、学校給食の目標である塩分濃度 0.6% について周知していくとともに、家庭における食育を推進する中で、減塩の必要性についての理解を深め、体験を通して薄味の味覚に慣れることを実感し、食生活を改善することが必要となっている。



Ⅲ. モデル事業の実施体制

(1) 県の推進体制

岐阜県では、モデル校代表や県食生活改善推進員などが参加する「岐阜県つながる食育推進委員会」（15人）を設置している。

図表26 岐阜県つながる食育推進委員会の構成

有 識 者	・学識経験者1人
関 係 者	・県食生活改善推進員協議会1人・県PTA連合会1人・県学校給食会1人
モ デ ル 校	・下呂小学校代表1人
行 政（市）	・市教育委員会代表1人
栄 養 教 諭 等	・県学校栄養士会会長1人 ・県小・中学校教育研究会栄養教諭・学校栄養職員部会長1人 ・栄養教諭地区代表7人

(2) モデル校における推進体制

モデル校に設置された「下呂小学校地域食育推進委員会」（19人）には、園小中のつながりを通じた食育プログラムを推進するため、子ども園園長や中学校校長なども参加している。

下呂小学校を受けもつ栄養教諭は、平成21年から下呂学校給食センターに配置され、下呂小学校を含む小学校3校、中学校2校を兼務している。本務校は下呂小学校となり、食に関する指導の全体計画の作成に関わっている。

栄養教諭は、午前中は調理場で勤務し、他の小中学校の兼務もあり、下呂小学校に常駐できないことから、児童の家庭を含めた日常の取組状況は学級担任から栄養教諭に伝わるように連携を図っている。

また、兼務校の中学校では、給食時間の訪問、教科等における食に関する指導、PTAに対する食育の講話等を行っている。

図表27 下呂小学校地域食育推進委員会の構成

モ デ ル 校	・校長1人・栄養教諭1人・養護教諭1人・教頭1人・保健主事1人 ・教諭(食育推進長)1人・PTA会長1人 ・母親委員長1人・母親代表1人
関 係 者	・下呂市生産者代表1人 ・下呂中学校校長1人・下呂中学校養護教諭1人・下呂中学校PTA代表1人 ・わかばこども園園長1人
有 識 者	・学識経験者1人
行 政（市）	・市教育委員会教育対策監1人・市農林部代表1人・市健康医療部代表1人
行 政（県）	・県教育委員会指導主事1人

(3) 連携機関及び連携内容

下呂市では、減塩による食生活改善などの課題に対応するため、市健康医療課と連携を図っているほか、生産者による訪問授業やPTAを通じた家庭における取組の推進等を図っている。

図表28 モデル事業における連携機関と連携内容

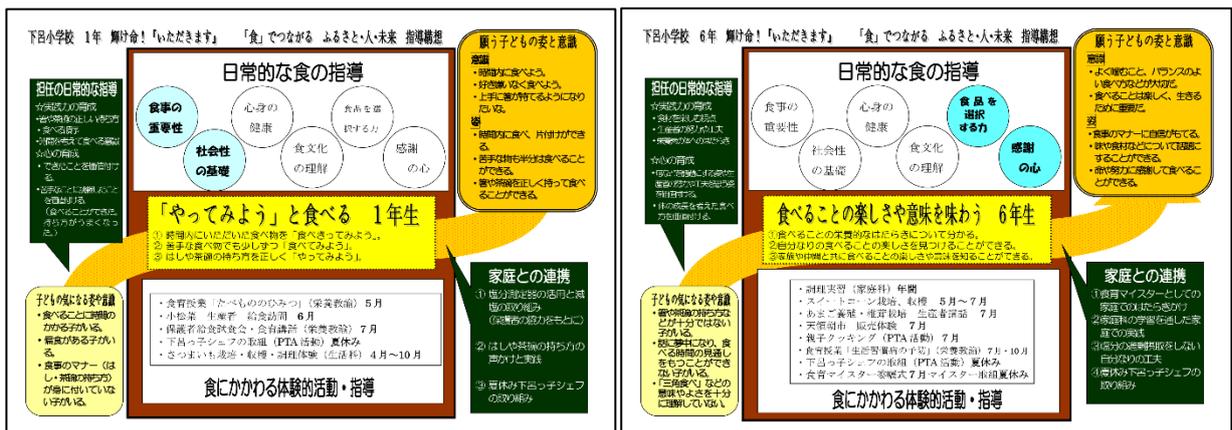
連携機関名	連携内容
下呂市健康医療課	下呂市食育推進基本計画との関連についての指導・助言 食と健康に関わる指導・助言 減塩の家庭への啓発
下呂市農政部	食と農との関わりについての指導・助言 家庭に向けて地場産物の積極的な活用の啓発
PTA保護者代表	家庭での取組の推進 事業内容についての広報 家庭での変容報告
地域生産者代表	食育授業や食の講話への協力 地域の食材のよさの啓発
下呂中学校	アンケート実施などの協力
わかばこども園	アンケート実施などの協力
県立益田清風高等学校	食に関わる体験学習における交流
下呂市食生活改善推進員	食育授業や調理教室、食育講話の協力 家庭の食生活の改善に関わる指導・助言

IV. モデル事業の取組概要

(1) 食に関する指導の全体計画の概要

下呂小学校では、食に関する指導の全体計画で、食育を通して育てていきたい資質・能力として6つの目標「食の重要性」「心身の健康」「食品を選択する能力」「感謝の心」「社会性の基礎」「食文化の理解」を設定し、各学年の発達段階に応じた食に関する指導を行っている。

各学年の指導に際しての学年指導構想を立案し、学年段階に応じて重点化した指導内容と食に関わる体験的活動との整合性を図るとともに、学級担任の日常の指導、家庭との連携についても効果的に実施することを明記している。



平成29年度 食に関する指導の全体計画

下呂市立下呂小学校

<p>児童・保護者・地域の実態 ○教師側の指導や見届けが共通理解され、児童委員会や各学級活動により、好き嫌いせず、感謝して給食を食べようとする児童が増えた。 ●児童の意識に個人差があり、栄養のバランスを考えたり、感謝したりして好き嫌いをなく食べられるような、継続した食指導が必要である。</p>	<p>学校教育目標</p> <p>自ら求め心豊かに生きぬくたくましい子</p>	<p>下呂市教育委員会の方針と重点 ・「自分の命は自分で守る」意識の向上と態度の育成 ・組織的対応による事故等の未然防止（食物アレルギー対応、う歯予防） ・食育を通じた望ましい生活習慣づくり</p>
--	---	---

食に関する指導の目標

- ① 食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。＜食事の重要性＞
- ② 心身の成長や健康の保持増進の上で望ましい栄養や食事のとり方を理解し、自ら管理していく能力を身に付ける。＜心身の健康＞
- ③ 正しい知識・情報に基づいて、食物の品質及び安全性等について自ら判断できる能力を身に付ける。＜食品を選択する能力＞
- ④ 食物を大事にし、食物の生産等にかかわる人々への感謝の気持ちをもつ。＜感謝の心＞
- ⑤ 食生活のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を身に付ける。＜社会性＞
- ⑥ 各地域の産物、食文化や食にかかわる歴史等を理解し、尊重する心をもつ。＜食文化＞

各学年の発達段階に応じた食に関する指導の目標		
低学年	中学年	高学年
○食べ物に興味関心をもち、食品の名前が分かるようにする。 ○みんなと楽しく食べることができるようにする。	○衛生的に給食の準備や食事、後片付けができるようにする。 ○生産者や自然の恵みに感謝して食べることができるようにする。 ○好き嫌いをなく食べることができるようにする。	○食事を通して豊かな心と好ましい人間関係を育てるようにする。 ○日常の食事に関心をもち、バランスのとれた食事の大切さが分かるようにする。 ○食文化や食品の生産・流通・消費について理解を深めるようにする。

		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
特別活動	学級活動及び給食時間	○手際良く衛生的な配膳 ◎給食を知ろう ●給食の大切さ			○衛生的な工夫、野菜と仲良し ◎食べ物の名前を知ろう ●規則正しくしっかり食べよう			○いっぱいとうろカルシウム ◎食べ物に関心をもちよう ●好き嫌いをなく食べよう ●1・2年学年別バイキング給食			○風邪の予防、成長を振り返ろう ◎食べ物について振り返ろう ●感謝する気持ちをもって食事をしよう		
	○学級活動 ◎食に関する指導 ●給食指導	○手際良く衛生的な配膳 ◎食品について知ろう ●給食の大切さ			○おやつのみみつ、配膳の工夫 ◎食べ物の働きを知ろう ●正しい食生活 ●3・4年学年別バイキング給食			○食べ物のおおきさ、地域の食材 ◎食べ物の3つの働きを知ろう ●好き嫌いをなく食べることのおおきさ			○風邪の予防、成長を振り返ろう ◎食生活を見直そう ●感謝する気持ちをもって食事をしよう		
		○手際良く衛生的な配膳 ◎食べ物の働きを知ろう ●正しい食事の在り方 ●5・6年学年別バイキング給食			○バランスの良い食事 ◎季節の食べ物について知ろう ●生活リズムと食生活			○健康な生活習慣 ◎食べ物と健康について知ろう ●好き嫌いをなくバランス良く食べることのおおきさ			○風邪の予防、成長を振り返ろう ●感謝する気持ちをもって食事をしよう		
	学校行事	発育測定、歯の衛生週間、食育月間、位山研修			運動会、夏季休業			修学旅行、冬季休業			学校給食週間、6年生を送る会、卒業式		
児童会活動	マナーの呼びかけ			残菜調査・呼びかけ			衛生について考える			感謝の気持ちを伝える			

		1年	2年	3年	4年	5年	6年
教科との関連	社会			・はたらく人とわたしたちの暮らし	・くらしを守る ・住みよいくらしをつくる	・わたしたちの生活と食料生産	・縄文のむらから古墳のくにへ ・長く続いた戦争と人々のくらし
	理科			・植物を育てよう1～4	・あたたかさとしき物 ・動物のからだのつくりと運動	・生命のつながりを考えよう1～4	・生き物と環境3, 4, 5
	生活	・さつまいもをそだてよう ・じぶんでできるよ	・大きなあれわたしの野さい ・もつとなかよしまちたんけん				
	家庭					・おいしい楽しい調理の力 ・食べて元気！ご飯とみそ汁	・朝食から健康な1日の生活を ・まかせてね今日の食事
	体育(保健領域)			・けんこうな生活	・育ちゆくわたし	・けがの防止	・生活習慣病の予防
総合学習			下呂のすてき発見	福祉を学ぶ	環境プロジェクト	人とつながる	

道徳(特別の教科道徳科)

感謝 勤労 家族愛 家庭生活の充実 よりよい学校生活、集団生活の充実
郷土の伝統と文化の尊重、郷土を愛する態度 生命の尊さ

家庭・地域との連携 学校だより、食育(給食)だより、保健だより、母親だより、講演会

地場産物活用の方針 計画的に地域の生産者との連携を図り、給食への地場産物の活用を大いに進める。

個別相談指導の方針・取組 食生活の乱れが著しく、改善の傾向がみられない児童、食物アレルギーがある児童を対象に個別面談を実施する。そして指導方針を決定し、保護者と連携をとりながら指導していく。

(2) 学校における主な取組や指導内容

① 健康委員会の取組

健康委員会では、食べることとの向き合い方、基本的な習慣、具体的な家庭での実践等を児童健康委員会が毎日調査して見つけ、掲示や集会で発表し、全校で共有している。また、同委員会では「はしをうまく使ってほしい」と願い、体験コーナーを設置した。取組を通して、自分のはしの使い方を見つめ直し、その後の給食時や家庭での実践につなげて考える子供が増えている。



【「はしをうまく使おう」体験コーナー】

② 「家庭の食育マイスター」の取組

「家庭の食育マイスター」とは、児童自らが家庭において食育の話題を提供し、食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身に付けるため、6年生全員が委嘱を受ける取組であり、家庭で調理に挑戦したり、家族とともに食事をとることを実践の目標としている。下呂小学校では県内の公立小学校及び義務教育学校（前期課程）、特別支援学校小学部の代表として6年生が夏休み前に全校集会の場で「家庭の食育マイスター」の委嘱を受け、その思いを語った。食育の取組への関心・意欲が高まり主体的な家庭での食事づくりなどにつながっている。



【家庭の食育マイスター委嘱式】

また、1年生から5年生においても家庭で食の実践が残せるように、各学年での体験学習について家で話したり、感想をもらったりしているほか、6年生の「家庭の食育マイスター」につなげる取組として「下呂っ子シェフ」（後述）を実施している。

③ 給食センター、関係部局との連携

家庭での実践には、給食センターや食育に関わる部局との連携が重要となっている。

そこで、食の啓発ポスターを通して、学校で取り組んできたことを写真やキーワードをもとに家庭や地域での話題となるようにまとめている。

食の啓発カレンダーでは市健康医療課や農務課と協力して地産地消や減塩に関わる取組などの情報をまとめて作成している。

また、「食育通信」で塩分測定器の貸し出しを呼びかけ、家庭を巻き込んで減塩の取組を推進している。

つながる食育通信 第1号

届け！命「いただきます」～「食」でつながる みるさと・人・未来～

平成17年7月に食育基本法が施行され、国を挙げて食育が推進されることになりました。今年度下呂小学校は、文部科学省指定のつながる食育推進事業を受け、よりよい人生を送る「生きる力」を育む食育に取り組んでいきます。

食育って何だろう？

- 生きるうえでの基本であり、健康・徳育・体育の基となるものです。
- さまざまな体験を通して「食」に関する知識と「食」を満喫する力を養い、よりよい人生を送る「生きる力」を育むものです。

★家庭でできる「食育」～こんなことを心がけてみませんか？

給食を食べる習慣をつける

ゆつりよくかんで食べる

家族で食事を囲む

親子と一緒に食事の支度をやる

食育と運動のとりこぼしを防ぐ

運動と食育を同時に実践する

給食で減塩に取り組む

生活習慣病の原因のひとつとされている塩分の過剰摂取は、高血圧の原因を高めるといわれています。また、塩分過多は心臓病の原因となり、歯の健康にも悪影響を及ぼします。子どもの時から減塩に慣れることで、健康で元気に暮らす習慣を身につけていくことが大切です。

学校給食の減塩は食生活に、食料のロス削減、しよやのみそなどの調味料を減らすことで減塩効果があります。学校での学習が、自分と家族の健康につながるように、家族で減塩に取り組むことも大切です。

塩分摂取量の目安は、成人で1日6g未満、小学生で1日3g未満です。

塩分摂取量の目安は、成人で1日6g未満、小学生で1日3g未満です。

年代ごとの「うす塩」の摂取（許容）		減塩率	
大人	幼児	減塩率	減塩率
1%以下	0、5%以下	0、3%以下	0、3%以下

(3) 家庭や保護者との連携による取組内容

① 下呂っ子シェフ

PTA 総会では「食べることは生きること」との考えのもと、PTA として食育に積極的に取り組んでいけるよう共通理解に努めており、PTA の活動として、子供たちが夏休みに、家族のために料理や食事の手伝いに挑戦する「下呂っ子シェフ」を実施している。

親子で作った料理や家族から教わった料理など、1年生から5年生まで約300人の「下呂っ子シェフ」の取組は、活動の写真やイラストとともに、児童と保護者の感想を添えて提出され、全校で共有できるよう掲示している。地域の生産者との関わりが深かった6年生児童は、下呂で作られた食材を使った「地産地消ピザ」を作るなど、創意工夫に満ちた学びも見られている。



【廊下に貼られた下呂っ子シェフの取組】

② 家族クッキング

PTA 母親委員会により、夏休みに家族クッキングを実施した。観光産業に携わる家庭が多いため、参加が難しい状況の中で、平成29年度の「家族クッキング」には約20組が参加し、子供たちにとって、家族と一緒に料理ができる楽しさを味わう体験となっている。

栄養教諭が講師となった「家族クッキング」では、味噌汁を中心に実習を行ったが、単に料理を作るだけでなく、即席出汁と煮干しを使った出汁の2種類を作り比較や塩分測定なども行い、家庭での食事についての減塩意識を高めている。

③ 給食試食会・食の講演会・塩分測定器の配布

1年生の保護者を対象に給食試食会と食育講話を行い、栄養教諭が朝食の重要性や役割、減塩の必要性について話をした。

減塩については、下呂市の3歳児及び成人における尿中塩分濃度が高いことを受け、味覚のできあがる学齢期に薄味、減塩の食習慣を形成することが重要であることから、小学校へ入学した児童に対して、塩分測定器を配布（無償提供）したり、5・6年生の家庭科において学校で準備した塩分測定器を持ち帰り塩分測定を行ったりして、家庭の食事における減塩に取り組み、食と健康への意識を高めている。

塩分測定器の配布は、市の健康医療課と市ロータリークラブが連携して、平成28年度から始めた取組であり、市ロータリークラブの医師が中心となって行っている。

塩分測定は、夏休み期間など、年数回、数日間計ることとしている。

(4) 生産者や地域との連携による取組内容

① 地域生産者による訪問指導

給食の時間に地域の生産者を招いて訪問指導を行っている。キャベツの選定では、多くの子供たちがきれいなキャベツを選ぶなか、「虫が食べているほうがおいしいはず」と自分の経験とつなげて考える児童もおり、食材に込める生産者の努力まで感じ取れる姿もみられている。



【地域生産者による訪問指導風景】

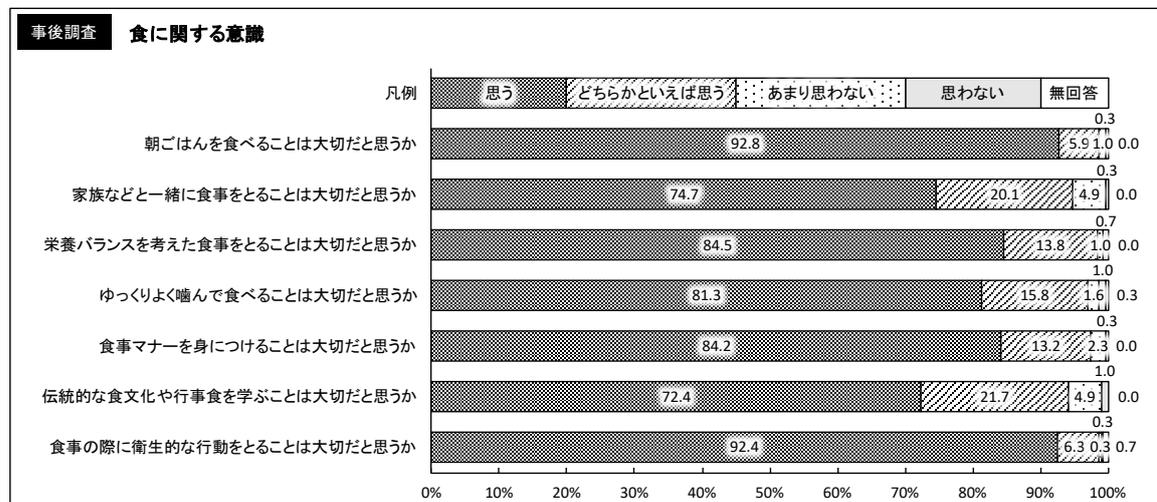
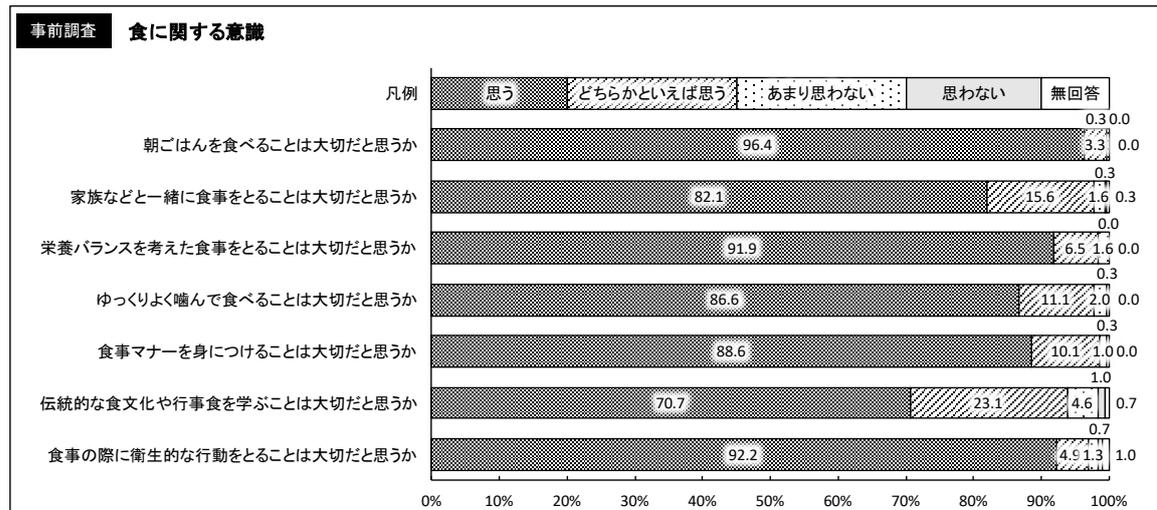
V. 取組の成果と今後の課題

(1) 児童アンケート調査（事前・事後）の結果からみた取組成果

① 児童の食に関する意識の変化

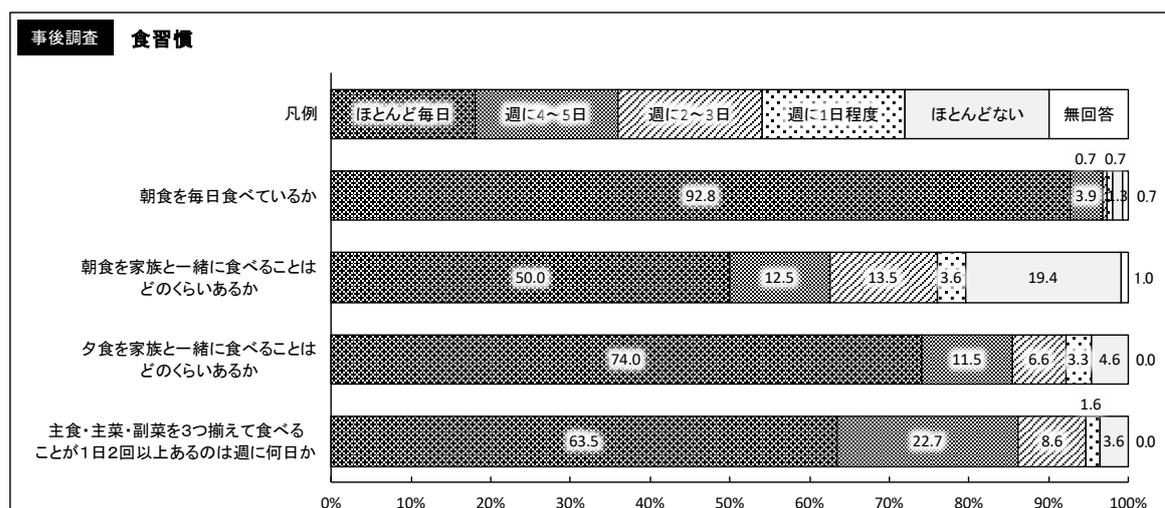
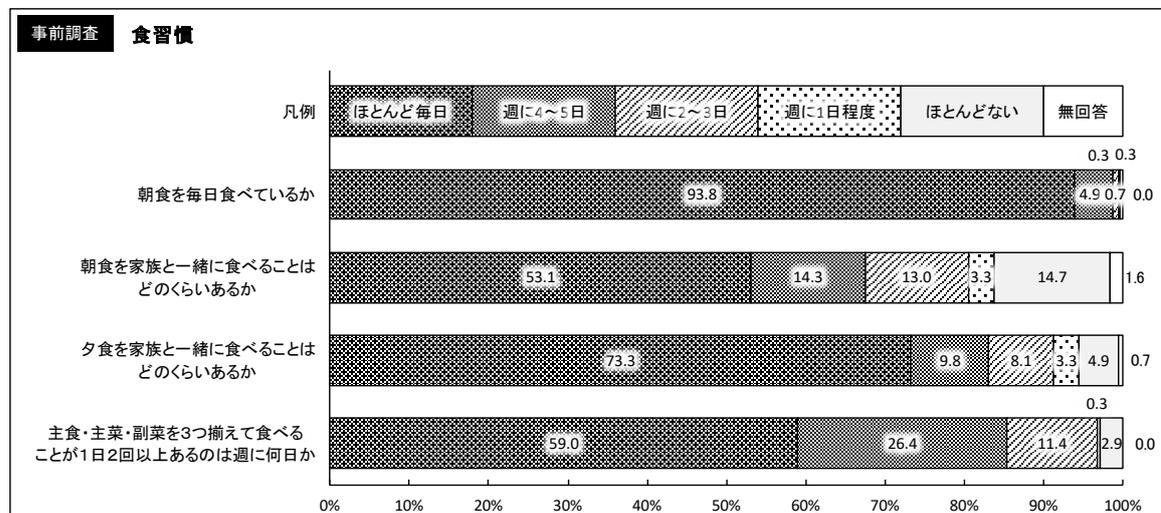
児童の食に関する意識をみると、大切だと思うこととしては、「朝ごはんを食べること」や「食事の際に衛生的な行動をとること」の割合が比較的高くなっている。

また、児童の食に関する意識を事前調査と事後調査で比較すると、「伝統的な食文化や行事食を学ぶこと」が大切と思う児童の割合がやや向上している。



② 児童の食習慣の変化

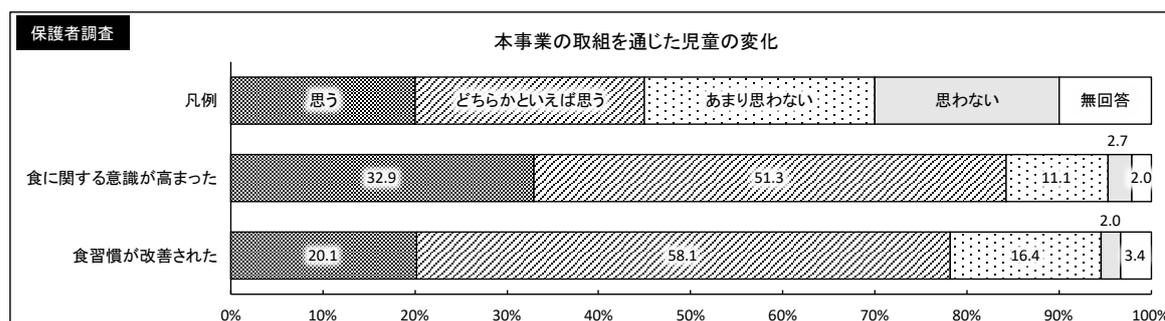
児童の食習慣の変化をみると、夕食を家族と一緒に食べる頻度や、栄養バランスを考えた食事の頻度（主食・主菜・副菜を3つ揃えて食べることが1日2回以上ある日数）で改善がみられ、「ほとんど毎日」の割合が増加している。



(2) 保護者アンケート調査の結果からみた取組成果

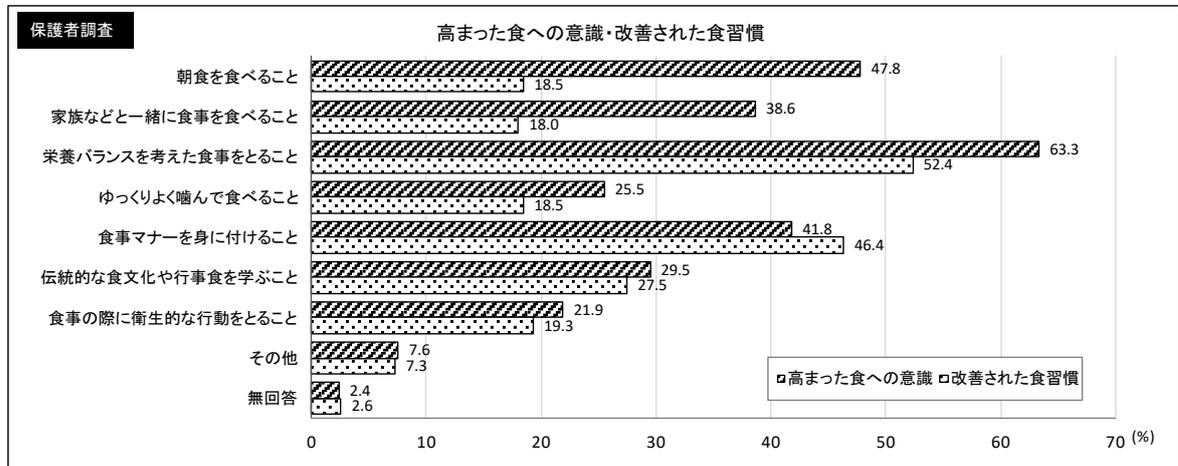
① モデル事業の取組を通じた児童の変化

モデル事業の取組を通して児童の食に関する意識が高まった（思う＋どちらかといえば思う）とする保護者は約84%、児童の食習慣が改善された（思う＋どちらかといえば思う）とする保護者は約78%で、多くの保護者が取組を通じて児童の食に関する意識の高まりや食習慣の改善を認識している。



② 食に関する意識のうち高まったもの・改善された食習慣

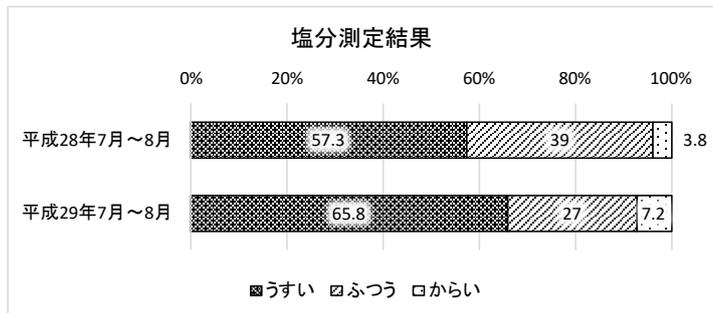
保護者からみて子供のどのような食に関する意識が高まったか、あるいはどのような食習慣が改善されたかを具体的にみると、「栄養バランスを考えた食事をとること」の割合が意識・食習慣ともに最も高い割合となっている。また、約5割の保護者が「朝ごはんを食べること」について児童の意識が高まったとしている。



(3) 独自評価指標等からみた取組成果

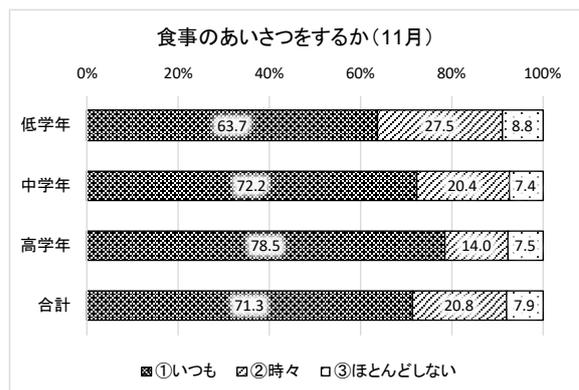
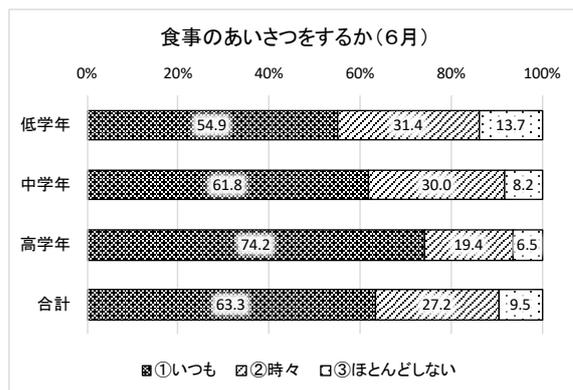
① 家庭での汁物の塩分測定結果

1年生を対象に塩分測定器を配布し、汁物の塩分測定を行った結果では、平成28年度から平成29年度にかけて、「うすい」とされる割合が増え、減塩の改善傾向がみられている。学校としては、家庭によって成果に差がみられるため、個々の児童の傾向をより重視している。



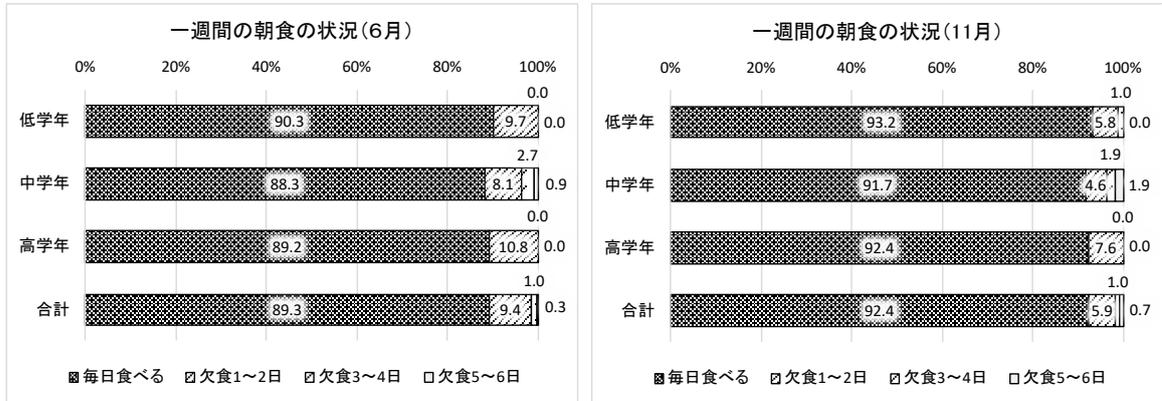
② 食事の時に挨拶をする児童の割合

下呂小学校が独自に6月と11月に全児童を対象に行った食生活アンケート（以下「食生活アンケート」という。）によると、食事の時にあいさつを「いつも」している児童の割合はいずれの学年でも増加しており、意識の向上が図られている。



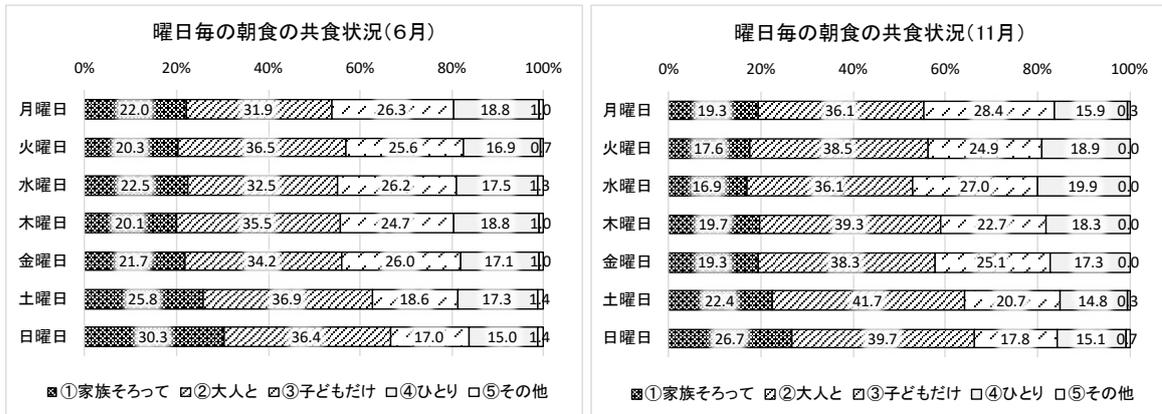
③ 朝食の欠食状況

食生活アンケートから一週間の朝食の摂食状況をみると、朝食を食べないことがある児童の割合はいずれの学年でも6月より11月の方が低く、「毎日食べる」の割合が高くなっており、朝食欠食率が改善している。



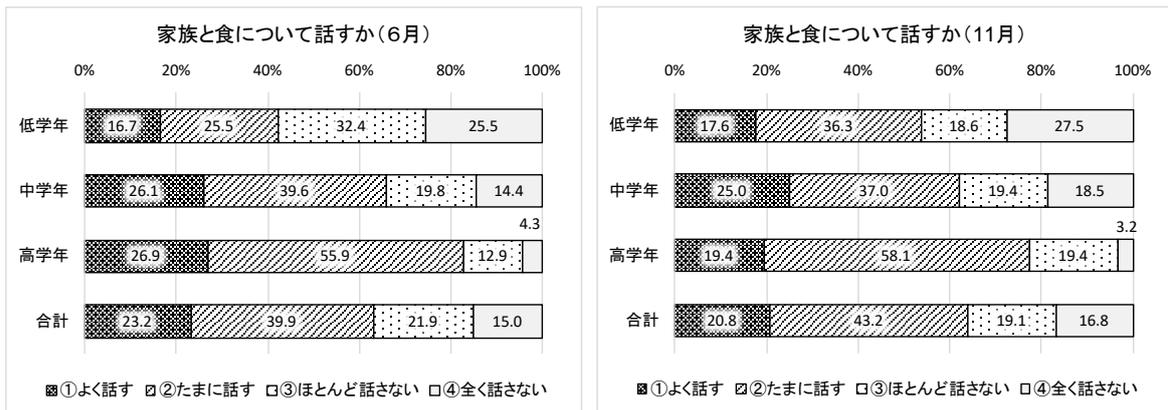
④ 曜日ごとの朝食の共食状況

食生活アンケートから曜日ごとの朝食の共食状況をみると、曜日によりばらつきはあるものの、月・木・土曜日は「家族そろって」又は「大人と」朝食を食べている割合が増えており、「ひとり」で朝食を食べている割合が低下している。



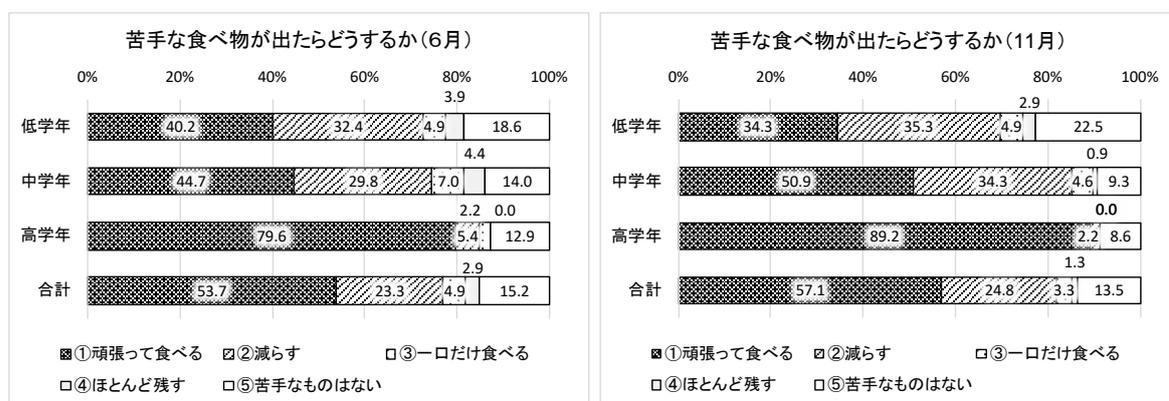
⑤ 家族と食について話をする割合

食生活アンケートによると、家族と食に関して「全く話さない」児童の割合は、高学年で減少しており、わずかに改善がみられている。



⑥ 給食で苦手なものが出た特に頑張っって食べる割合

食生活アンケートによると、給食で苦手な食べ物が出たとき「頑張っって食べる」という割合は、高学年になるほど増加しており、改善傾向がみられている。



(4) 取組成果のまとめ (総括)

下呂小学校では、学区内に観光業に携わる家庭も多く、朝食の共食状況などに課題がみられていたことから、家庭や保護者と学校や児童がつながり、ともに活動する機会が持てるよう、「家庭の食育マイスター」や「下呂っ子シェフ」、「家族クッキング」、「給食試食会」、「塩分測定器の配布」などの様々な取組を展開している。それぞれの取組に際しては、県教育委員会やPTA、市健康医療課、市ロータリークラブ、地域生産者などとの密接な連携が図られており、指導に必要な資機材の確保や情報の発信が行われている。

こうした取組と併せ、PTA 活動との連携による「早寝・早起き・朝ごはん運動」や、学級活動での全学年を対象にした「手際よく衛生的な配膳」の指導、児童会活動での「衛生について考える」取組などが児童の食に関する意識の向上につながっているものとみられる。

このように、家庭での減塩に係る取組や「つながる食育通信」による家庭への情報発信、「下呂っ子シェフ」、「家族クッキング」の取組などが、保護者と児童が料理について一緒に考える良い機会となっており、栄養バランスの揃った食事や生活習慣（食事の時のあいさつ、朝食の欠食状況）などの面で改善がみられている。

VI. 取組成果の普及方策

取組成果については、公表会として保護者や地域住民を対象とした授業公開を行い、食に関する指導の周知（取組の成果と課題の公表）を行うほか、食育啓発ポスターやカレンダーの配布を行う。また、取組の様子や成果と課題をリーフレットにまとめ地域へ回覧することを予定している。

また、学校だより、ホームページによる発信とともに、岐阜県小・中学校教育研究会栄養教諭・学校栄養職員部会、岐阜県学校栄養士会への報告を予定している。