

つながる食育

の推進に向けて



平成 30 年 3 月
文部科学省初等中等教育局

「つながる食育推進事業」について

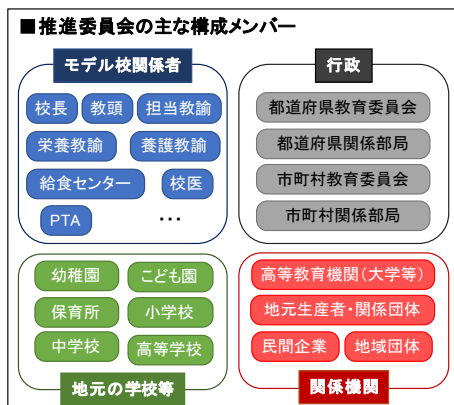
近年、偏った栄養摂取など子供たちの食生活の乱れや肥満・痩身傾向などが見られ、子供たちが食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身につけることができるよう、食育を推進することが喫緊の課題となっています。そして、子供の食に関する課題を解決するには、学校を核として家庭を巻き込んだ取組を推進し、子供の日常生活の基盤である家庭における食に関する理解を深めることにより、効果的に子供の食に関する自己管理能力の育成を目指すことが重要となります。

このため、文部科学省では、平成 29 年度に全国の 17 校(小学校 14 校、中学校 2 校、高等学校 1 校)をモデル校として指定し、「**つながる食育推進事業**」を実施しました。

事業委託先/モデル校	テーマ	事業委託先/モデル校	テーマ
北海道教育委員会 七飯町立七重小学校	つながる七飯の食育	山梨県教育委員会 甲州市立奥野田小学校	学校・家庭・地域の連携による奥野田健児の育成
青森県教育委員会 田子町立田子小学校	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	岐阜県教育委員会 下呂市立下呂小学校	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・食を働かせる・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～
山形県教育委員会 川西町立小松小学校	学校との連携による家庭・地域における食育の意識向上と実践力の向上	愛知県教育委員会 瀬戸市立水野中学校	健康な心と身体をもつ生徒の育成 ～生活習慣病予防に向けた家庭・学校間連携を通して～
福島県教育委員会 三春町立三春中学校	家庭での望ましい食生活につながる食習慣の自己管理	三重県教育委員会 名張市立名張小学校 名張市立つじが丘小学校 名張市立百合が丘小学校	食育で連携、名張まるごとパブリック大作戦！
福島県教育委員会 新地町立新地小学校	「新地の子どもは、さ・わ・や・か・だ！」をスローガンに、食を中心とした生活習慣の改善等による健康課題の解消	島根県教育委員会 浜田市立三隅小学校	地域の宝を知り、感謝の心を育む食育の推進 ～魚の魅力を味わおう～
栃木県教育委員会 宇都宮市立今泉小学校	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～	徳島県教育委員会 三好市立辻小学校	つながり、交わり、響きあい、学校・家庭・地域の三者協働で進める、子どもの生きる力を育む食育
学校法人佐藤学園 花咲徳栄高等学校	食でつながる人々の環 ～若い世代が担い手となり地域へのアプローチを～	福岡県教育委員会 宇美町立宇美小学校	食生活習慣を改善し、進んで健康な体づくりに取り組む子どもの育成 ～みんなで取り組む「つながり」を大切にしたい夢ビジョン UMI食育プログラム～
石川県教育委員会 加賀市立山代小学校	食から始まる健康づくり ～食に関する多様な体験活動を通して、健全な生活ができる力とふるさとを愛する心を育む～		

推進委員会の設置

取組にあたっては、モデル校や都道府県・市町村教育委員会のほか、地元の生産者や関係機関などからなる推進委員会を設置しました。



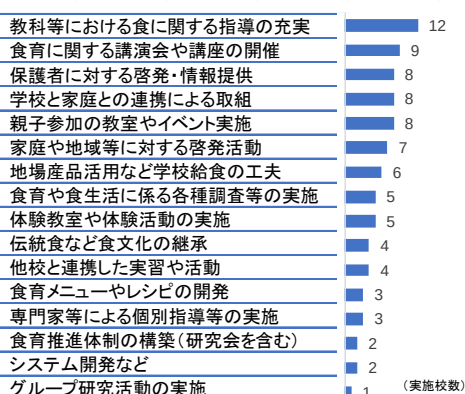
関係機関との連携による取組

各モデル校では、市町村関係部局や大学、地元生産者などの様々な関係機関と、事業間の調整や講師派遣、体験活動、調査分析など様々な場面で連携を図りながら取組を進めました。

連携機関	主な連携内容
都道府県教育委員会	指導・助言、情報共有、関係機関等との連絡調整など
都道府県関係部局	指導・助言、講師派遣、他事業との調整など
市町村教育委員会	事業運営全般の後方支援、広報・情報発信など
市町村関係部局	講師派遣、情報共有、関係機関・事業等との調整など
高等教育機関(大学など)	調査・分析、データ集計、指導・助言、講師派遣など
民間企業・民間団体	体験活動やイベント等の開催協力、調査・分析など
医療関係者・医師会	指導・助言、講演会等への講師派遣など
PTAなど	講座等の運営協力、広報、体験活動等への協力など
食育関係団体(給食会など)	指導・助言、講座等の開催支援、情報発信など
生産者・関係団体(JAなど)	指導・助言、体験活動等への協力、生産物等の提供など
幼稚園・小中学校・高校	情報共有、体験活動等への協力、食育指導に関する連携など
地域団体等	指導・助言、体験活動等への協力、生産物等の提供など

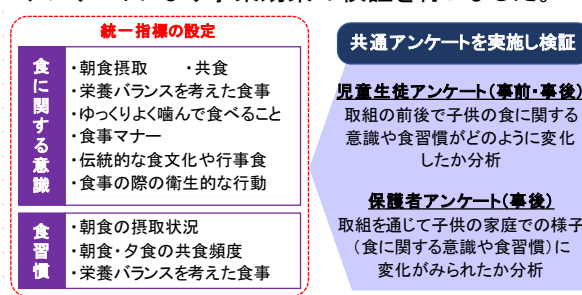
各モデル校での取組内容

各モデル校の取組をみると、学級担任・教科担任と栄養教諭の連携による食に関する指導などのほか、講演会の開催等を通して保護者に働きかけたり、親子で参加するイベントを実施するなど保護者の積極的な参画を促す取組も多くみられました。



統一指標による事業効果の検証

文部科学省において、あらかじめ子供の食に関する意識や食習慣の変化に係る指標を設定し、共通アンケートにより事業効果の検証を行いました。



→ その結果はP11へ

取組事例の紹介

食育推進上の重要なテーマとして「**つながる**」という点に着目した本事業では、栄養教諭を中心に、家庭や地域、関係機関・団体等とのつながりを意識し、連携を図りながら多彩な取組が展開されました。

家庭とのつながり

栃木県宇都宮市立今泉小学校

各家庭で月1回「食育チャレンジシート」を活用し、子供が立てた目標の達成に向け、保護者や学級担任、栄養教諭等がアドバイスするなど、学校と家庭が双方向で食生活改善に取り組めました。



石川県加賀市立山代小学校

生ごみのリサイクルから循環型社会について学んだ授業のワークシートを家庭に持ち帰り、その内容を児童から家庭に伝え、保護者からも感想をもらうことにより、家庭での意識向上を図りました。



三重県名張市立つつじが丘小学校

家庭において主食・主菜・副菜を組み合わせた朝食の大切さを見直してもらうため、県主催の朝食メニューコンクールに参加し、地場産物の食材を使ったバランスのとれた朝食づくりに挑戦しました。



地域とのつながり

北海道七飯町立七重小学校

地域の生産者等と連携して地場産物を活用した給食「七飯産の日」を月1回実施しました。取組を通じて町内生産者とのつながりも多く生まれ、新たな地元食材を給食に活用できるようになりました。



愛知県瀬戸市立水野中学校

特別支援学級の栽培活動として、校地外に田を借り、地域の農家の方に指導を受けながら餅米を栽培しました。さらに、地域の方を招いて、収穫した餅米を使った餅つき会を行いました。



三重県名張市立名張小学校

給食で使われている食材の生産・加工過程の理解や食材への関心を高めるため、給食に納入されている小松菜の生産者や豆腐の製造業者を講師として招き、講話や豆腐作り体験を行いました。



関係機関・団体とのつながり

山形県川西町立小松小学校

地元の農業高等学校と連携し、同校の生徒による食育ミュージカルを全校児童で鑑賞したり、地元の特産物の普及啓発活動を行っている生徒との交流や親子での農業体験などを行いました。



三重県名張市立百合が丘小学校

米作りに関する学習の一環として、地域食材への関心を高め、伝統的な食文化を大切にする心を育むため、地域の製菓舗店主に指導してもらいながらおはぎ作りやいちご大福づくりを行いました。

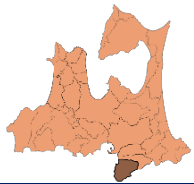


島根県浜田市立三隅小学校

地域の特産物である「魚」に焦点をあてた食育に取り組むため、関係機関や地元の水産高校、商業高校、生産者団体と連携して、魚を使った料理づくりなど様々な体験活動を行いました。



取組事例の紹介



児童主体の活動や異学年交流給食等を通じた食への関心・意識の醸成

青森県田子町立田子小学校

児童数：160人（平成29年5月1日現在）

栄養教諭：平成28年度より配置（兼務）

給食方式：共同調理場方式

青森県三戸郡田子町

基幹産業は畑作を中心とし、水稻と畜産を組み合わせた複合経営が主流。特に全国的なブランドとなっているにんにくは様々な食育の場面で取り入れられている。

モデル校の課題

食に対する意識の向上が課題

田子小学校では、給食の野菜残食率が約1割あり、町内他校と比較して高い傾向にありました。また、身体測定結果からは、肥満傾向児童の出現率が全国・県平均と比較して高い傾向がみられていました。

さらに、事前アンケートの結果、栄養バランスを考えた食事をとっている児童の割合や、ゆっくりよく噛んで食べることが大切だと思う児童の割合は、高学年になるにつれて低くなっており、食への関心をいかに高めるかが課題となっていました。

取組のねらい

児童と保護者や地域への啓発

「笑顔でおいしく、バランスよく」というキャッチフレーズを設定し、児童と保護者、地域住民の三者を対象として本事業の取組内容を構築しました。

児童に対しては、野菜の栽培・収穫体験や食育教材を活用して食に関する指導を各教科等と関連づけながら計画的に実施することとしました。また保護者に対しては、親子クッキング教室や学校便り等を通じて、食育への関心を高めていくことに焦点をあてた取組を、さらに地域住民に対しては、食育資料の配布や田子町ケーブルテレビを活用した情報発信等で食育に関する周知を図り、町民全体の食育推進に対する機運の醸成を図ることをねらいとしました。



ニンニクの収穫体験

このように、家庭や地域が児童を通じて食育に深く関わることにより、食習慣の改善や育成につなげることを目標として取り組みました。

特徴的な取組①

子供自身が食育の重要性を発信

田子小学校における活動の特徴は、児童自身が主体となった様々な取組を展開している点です。

例えば、田子小学校では以前からランチルームを利用して**なかよし給食**（年9回）や**バイキング給食**（年3回）を実施しており、1年生と5年生、2年生と4年生、3年生と6年生がセットになり、上級生が下級生にバランスよく食べることを教えたりしながら会食していました。そこで、これらの異学年交流給食の時間を活用して、給食委員会の児童が「**野菜レンジャー**」に扮して登場し、野菜を使った食事の大切さや健康への効果を子供たちにPRする活動を行いました。下級生の子供たちも「野菜レンジャー」の話は楽しんで聞くことができ、食に対する関心が高まりました。



給食委員による「野菜レンジャー」

さらに、町の全世帯が加入している田子町ケーブルテレビの協力を得て、この「野菜レンジャー」が出演して食育の取組を紹介するコマーシャルを制作し、町内のニュースを流す番組「わくわくタイム」の中で随時放映する取組も行いました。子供自身が「野菜レンジャー」として食育の重要性を発信するこのコマーシャルは、地域でも話題になっており、町民への食育に対する意識の啓発にも一役買っています。



野菜レンジャーによる食育コマーシャル

◆取組の成果・効果

共通アンケート(児童アンケート調査(事前・事後))からみた成果・効果	取組前	取組後
ゆっくりよく噛んで食べることへの意識 (「(大切だ)と思う」と回答した児童の割合)	77.2%	85.2%
栄養バランスを考えた食事の摂取状況 (「ほぼ毎日」2食以上とっている児童の割合)	48.1%	51.0%
モデル校の独自調査からみた成果・効果	取組前	取組後
肥満傾向児童(女子)の出現率(取組前:平成29年4月, 取組後:平成30年1月)	13.9%	13.7%
食事を楽しんでいる児童の割合(保護者アンケートより、取組前:6月、取組後:12月)	92.7%	95.0%

特徴的な 取組②

データを使った食習慣の改善

田子小学校では、データを使って食に関する意識や食習慣を改善する取組も展開しています。例えば、事前の調査により高学年ほど咀嚼力が低下する傾向があったことから、学校歯科医の

助言・協力を得て**咀嚼力判定ガム**や**咀嚼計**を使った計測を行い、噛むことへの意識



咀嚼計「カミカミセンサー」による計測

づけにつなげています。また、田子町が平成9年から実施している『若年生活習慣病予防健康診断』の一環として、6年生全員と4・5年生の肥満度20%以上の児童を対象に健康診断を実施しており、個別指導対象の児童には、**スケールを使って食事の適量を計る体験**を行うことで、普段の食事の量を見直すきっかけとしています。

このほかにも、地元の生産者と連携し、特産物の栽培・収穫体験や生産者を講師とした食育学習会等を通じて、食材への関心を高める取組を行いました。

青森県の「味感を育む『だし活』事業(青森県総合販売戦略課)」や「子ども健康促進事業～あおり型給食普及事業～(青森県教育庁スポーツ健康課)」の取組に合わせて、平成26年度から給食を工夫して塩分を徐々に少なくする取組も行っており、取組当初は薄味のためか残食率が高かったものの、現在では薄味に慣れたこともあり、残食率は減少しています。

取組の 成果・効果

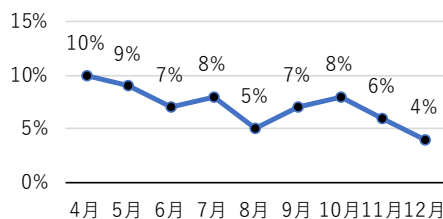
食に関する意識や食習慣が改善

児童自身が子供が親しみやすいキャラクターに扮してバランスの良い食事の重要性や野菜を摂ることの大切さを伝えることで、

下級生も楽しんで話を聞くことができ、

給食の副菜の

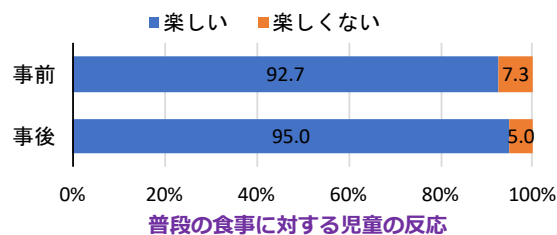
残食率が減る傾向がみられます。



給食の副菜の残食率の推移

共通アンケートでも、**ゆっくりよく噛んで食べる**
ことへの意識や栄養バランスを考えた食事の摂取状況などに改善がみられたほか、約9割の保護者が取組を通じて**子供の食に対する意識の高まり**や**食習慣の改善**を実感しており、特に「ゆっくりよく噛んで食べること」が意識の面でも行動の面でも最も多くの保護者から改善されたと指摘されたことから、取組を通じて、よく噛んで食べることや食事の栄養バランスへの意識づけにつながったことがうかがえます。

さらに、保護者を対象に行った独自調査によると、**普段の食事が楽しい(「楽しい」+「どちらかといえば楽しい」)**と言っている児童の割合は増加しており、様々な活動を通じて食事の楽しさが子供たちに浸透しつつあることがうかがえます。



普段の食事に対する児童の反応

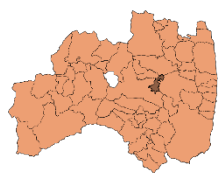
担当者の声

「“つながり”を意識して様々な主体が一体となって取り組みました」

養護教諭
松山さん

今回、学校で意識的に取り組んだ内容については、効果が見られている部分があり、「子どもたちの活動をととして家庭や地域へつながっていくこと」に重点をおいて取り組んだ効果ではないかと考えています。『つながり』を意識し、点状にあった取組につながりを持たせる方法を探り、また、新たな挑戦についてチームで取り組めるように提案するなどして、仲間と一緒に試行錯誤を重ねた半年間でした。つながりを意識することで、『みんなで』取り組めたように思います。

取組事例の紹介



データを活用した一人ひとりの食に関する課題の明確化と家庭との連携による改善

福島県三春町立三春中学校

生徒数：348人（平成29年5月1日現在）

栄養教諭：平成25年度より配置

給食方式：単独調理方式

福島県田村郡三春町

福島県のほぼ中央部、阿武隈山系の西裾に位置しており、日本三大桜のひとつである三春滝桜があり、春のシーズンには、多くの観光客が訪れている。

モデル校の課題

震災による生活環境の変化等

東日本大震災後の原発事故による影響から、福島県内の子供は屋外での活動が制限されるなど、生活習慣の変化に伴い肥満傾向児の出現率が高い状況が続いており、三春中学校でも、屋外での運動量の減少や体力の低下が課題となっていました。

また、生徒の食に関する知識の乏しさや女子生徒に多い痩身願望、時期や学年による運動量のばらつき、高度肥満など家庭での食習慣の改善が必要な生徒への個別支援の不足などが課題となっていました。

取組のねらい

生徒の自己管理能力の育成と実践

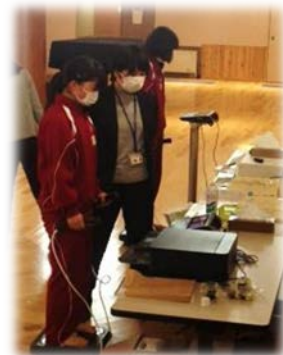
三春中学校では、平成27・28年度の2年間にわたり実施した「スーパー食育スクール事業」で把握された諸課題も踏まえ、生徒一人ひとりが望ましい食習慣を形成するための自己管理能力を身につけることで家庭での望ましい食生活の実践につなげることをねらいとして本モデル事業に取り組みました。

具体的には、2年間「スーパー食育スクール事業」で取り組んだ様々な活動の継続性にも配慮し、引き続き生徒の生活習慣と運動量・体格等を把握するとともに、個々人の体組成データを分析し、生徒一人ひとりが各自の課題を把握して食と体力向上に対する意識づけを図る取組を行うこととしました。また、教科や学級活動における食に関する指導や年間を通じた身体運動プログラムの実践などにも引き続き取り組み、自己管理能力「食べる力」を身につけることを目指すとともに、保護者を対象とした給食試食会や講演会等を開催し、家庭での食習慣の見直しと望ましい食生活の実践に向けた意識啓発を図ることとしました。

特徴的な取組①

データを活用した健康管理

福島県では、子供が自分の体力や健康に関心を持ち、運動習慣や食習慣、生活習慣の改善に取り組む態度を育てるため、平成27年に「**自分手帳**」という冊子を作成し、県内の小4から高3までの全児童・生徒に配付しています。三春中学校では、生徒個々の生活習慣と運動量・体格等を把握・分析する上で、生徒自身の自覚を促すため、この「自分手帳」を活用して各自の発育測定の結果や体組成データを記録させています。そして、毎月19日の「食育の日」に各自で「自分手帳」を見返し、自分が決めた目標の達成状況を確認させ、望ましい食習慣や運動習慣、生活習慣の改善に取り組む意識づけを行っています。



発育測定の様子

さらに、この「自分手帳」は、各教科等における食に関する指導において活用しています。例えば、総合的な学習の時間では、「自分手帳」に記録した発育測定結果と体組成データから望ましい生活習慣について学ぶなど、食習慣の改善をねらいとした食に関する指導を実施しました。また、保健体育科の学習では、活動量調査の結果から個々の基礎代謝量と消費エネルギー量を把握し、運動量と食事量の目安を「自分手帳」に記録させることで、自らの健康や体力の維持・増進を図る意識を育てています。



総合的な学習の時間

◆取組の成果・効果

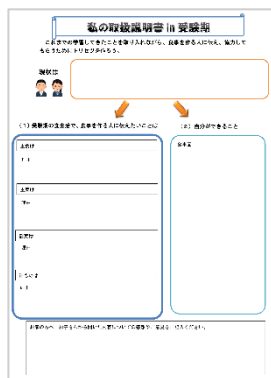
共通アンケート(生徒アンケート調査(事前・事後))からみた成果・効果	取組前	取組後
夕食の共食状況 (夕食を「ほぼ毎日」又は「週に4～5日」家族と一緒に食べる生徒の割合)	85.7%	87.7%
ゆっくりよく噛んで食べることにに対する意識 (「(大切だと)思う」と回答した生徒の割合)	61.2%	67.7%
モデル校の独自調査からみた成果・効果	取組前	取組後
肥満傾向生徒(1年男子)の出現率(取組前:平成29年4月、取組後:平成30年1月)	12.3%	7.0%
痩身傾向生徒(2年女子)の出現率(取組前:平成29年4月、取組後:平成30年1月)	10.7%	5.3%

取組の内容

データ共有による保護者の意識啓発

生徒は年2回「自分手帳」を家庭に持ち帰り保護者に内容を確認してもらっており、保護者との間で食と健康に関する生徒個々のデータや食育の取組内容が共有されています。また、生徒に対する食生活状況調査とあわせて、保護者を対象とした家庭での食習慣状況調査も実施し、家庭での食に関する意識等の実態や取組前後の変化を把握しました。

さらに、3年生の総合的な学習の時間では、自分の栄養バランスや体組成計の測定結果、1・2年次での学習内容等を踏まえ、受験期の食事について考え食事を準備してくれる家族に伝え、協力してもらうためのツールとして「私の取扱説明書(トリセツ)」を作成しており、このシートに保護者からの記入欄を設けることで、家庭で子供と保護者が食生活を考える機会をつくっています。



「私の取扱説明書」シート

これらの取組と併せて、家庭での食習慣の改善につなげるため、保護者に対する意識啓発も行っています。例えば、給食試食会では、学校給食を試食してもらうだけでなく、実際に保護者に生徒の主食の基準目安量を計測してもらうことで、日常の食生活の改善に活かしてもらうよう工夫しています。



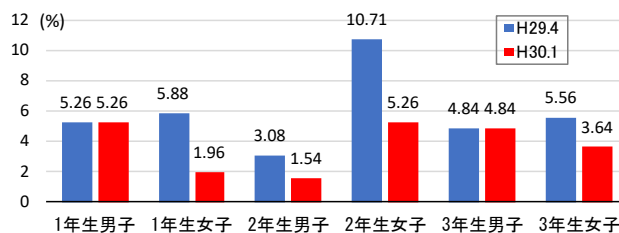
主食量の計測の様子

取組の成果・効果

自己管理で発育傾向が一部改善

共通アンケートの結果、特に**朝食の摂取状況や夕食の共食状況などに改善**がみられたほか、**栄養バランスを考えた食事をとることやゆっくりよく噛んで食べることなど食に関する意識の高まり**がみられました。また、8割超の保護者が取組を通じて**子供の食に関する意識が高まった**としており、生徒の意識の高まりがみられた項目については、保護者からも改善点として挙げられていることから、「自分手帳」を活用した意識づけにより家庭での望ましい食習慣の実践につながっている様子がうかがえます。

一方、課題となっていた肥満・痩身傾向児の出現率についてみると、痩身傾向については概ね改善がみられたものの、肥満傾向については依然として運動量が少ない時期に出現率が高くなる傾向がみられ、特に部活動引退後の3年生男子における肥満傾向児出現率は全国の3倍以上になるなど課題が残りました。生徒個々の多岐にわたるデータを収集して多角的な分析を行うとともに、その結果を踏まえた食に関する指導を行うなど、一人ひとりの自覚化・意識化を促す取組を行ってきた結果、生徒の食に関する意識や食習慣には着実に変化がみられていますが、今後は家庭との連携を一層推進しながら、日常生活の中で食事量の見直しや活動量を増やす取組が展開されるよう工夫することが必要となっています。



痩身傾向のある生徒の出現率

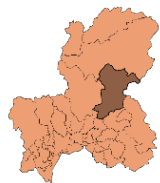
担当者の声

「生徒の学びを家庭につなげることで、家庭でも食を考えるきっかけができました」

栄養教諭
齋藤さん

生徒が学び、保護者に伝え、望ましい食習慣につなげる取組を通して、保護者がバランスのよい食事について生徒と一緒に考える機会をもつことができました。食生活に関心の低い家庭でも、子供から話をすることによって、食を考えるきっかけができたと思います。

取組事例の紹介



児童による保護者への働きかけを通じた 家庭での食育の実践

岐阜県下呂市立下呂小学校

児童数：309人（平成29年5月1日現在）

栄養教諭：平成21年度より配置（兼務）

給食方式：共同調理場方式

岐阜県下呂市

市の中心には、「日本三名泉」のひとつであり、年間100万人の宿泊客を迎える下呂温泉が位置し、観光業を柱に各種サービス業が基幹産業となっている。

モデル校の 課題

家庭での実践につなげる力の養成

下呂小学校では、朝食を食べないことがある児童が約1割と、県平均を大きく上回っていました。また、朝食を一人で食べる児童の割合は約2割、子供だけで食べる児童の割合は約3割など、朝食の共食状況にも課題がありました。保護者が観光産業等に従事している家庭が多いことも、家庭での共食率が低い要因のひとつと推察され、共食の重要性に対する意識を高めていくために、家庭における食育の推進が課題となっていました。

取組の ねらい

児童を通じた家庭での食育推進

岐阜県では、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、児童を通じた家庭での食育を推進する取組を実施しています。下呂小学校では、この6年生の「家庭の食育マイスター」の取組を進めるだけでなく、「家庭の食育マイスター」になるために必要な食に関する知識や態度などを低学年・中学年の段階から学べるよう、指導内容を1年生から6年生まで順序立てて配列し、重点化を図ったうえで系統的に指導していくことを目指して取組を進めてきました。

モデル事業では、これまでの取組を踏まえ、食育を通して児童が人とつながる中から郷土愛を育み、未来を切り拓く力を育てることをテーマとして実施しました。



4年生のこんにやくづくり

特徴的な 取組①

子供が家庭に働きかける様々な取組

下呂小学校では、6年生全員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、食育の取組への思いを「マイスター宣言」として発表します。そして、各家庭において学校で学んだ食育について考えながら望ましい食習慣を身に付けるよう、家で調理に挑戦したり、食育に関する話題を提供したり、家族と一緒に食事をとるといった活動を行っています。



家庭の食育マイスター委嘱式

また、1年生から5年生までは、この6年生での『家庭の食育マイスター』としての活動につながるよう、PTAと連携して『**下呂っ子シェフ**』として夏休みに家族のために料理や食事の手伝いに挑戦する取組を行っています。児童は『下呂っ子シェフ』で取り組んだことを写真や絵を添えてまとめ、そこに家族の感想も書いてもらいます。そしてそれぞれのまとめ資料を校内に掲示し、学校全体で共有できるようにしています。



下呂っ子シェフの取組の校内掲示

さらに、こうした取組とあわせて、学校給食を参考に親子で料理に取り組む『**家族クッキング**』をPTAと連携して開催するなど、児童が中心となって家庭での食育に対する関心を高める様々な取組を展開しています。

◆取組の成果・効果

共通アンケート(児童アンケート調査(事前・事後))からみた成果・効果	取組前	取組後
伝統的な食文化や行事食を学ぶことへの意識 (「(大切だ)と思う」と回答した児童の割合)	70.7%	72.4%
栄養バランスを考えた食事の摂取状況 (「ほぼ毎日」2食以上とっている児童の割合)	59.0%	63.5%
モデル校の独自調査からみた成果・効果	取組前	取組後
朝食欠食率 (1週間の朝食調べで「欠食1日」～「欠食6日」の児童の割合)	10.7%	7.6%
食事マナー (食事の時にあいさつを「いつもする」児童の割合)	63.3%	71.3%
栄養バランス (給食に苦手な食べ物が出た時に「頑張って食べる」児童の割合)	53.7%	57.1%

特徴的な 取組②

市と連携した家庭への働きかけ

下呂市では、食習慣に関する課題として、成人のみならず幼児でも塩分の過剰摂取が指摘されており、市ロータリークラブと連携して新入生に対して**塩分測定器の無償提供**を行っています。下呂小学校では、この取組に合わせて、1年生の保護者を対象とした給食試食会や食育講話を行い、栄養教諭からは朝食の重要性や役割、減塩の必要性について話をするとともに、市ロータリークラブや保健師からは減塩の目的や塩分測定器の使い方について説明し、食育に対する関心・意識の醸成を図りました。



1年生の保護者に対する食育講話

さらに、本事業の一環として学校で塩分測定器を準備し、5・6年生のうち希望する児童が家に持ち帰り**家庭で塩分測定**を行うなど、減塩に対する保護者の意識醸成を図りました。

また、給食の時間に地域の生産者を招いて訪問指導を行うなど、様々な工夫により家庭や地域と連携しながら児童の食に対する関心を高め、家庭における実践に結びつける取組を行っています。



地元生産者による訪問指導

また、給食の時間に地域の生産者を招いて訪問指導を行うなど、様々な工夫により家庭や地域と連携しながら児童の食に対する関心を高め、家庭における実践に結びつける取組を行っています。

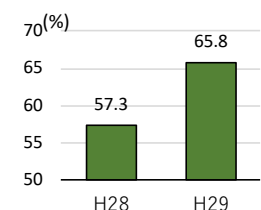
取組の 成果・効果

栄養バランスへの配慮等が浸透

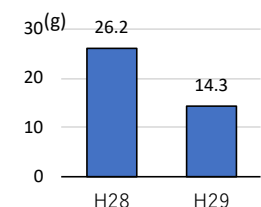
共通アンケートの結果、特に**夕食の共食状況や栄養バランスを考えた食事の摂取状況などに改善**がみられました。また、下呂小学校が独自に実施した児童アンケートによると、**朝食欠食率や朝食の共食状況などに改善**がみられたほか、**食事マナーの向上**といった成果もみられました。各家庭で保護者と子供が料理や食について一緒に考える機会を多く創出したことにより、課題であった**家庭での共食状況に改善**がみられるなど、家庭での食に対する意識の向上につながっています。

また、共通アンケートで多くの保護者から**栄養バランスを考えた食事の摂取状況が改善**したと指摘されたことや、下呂小学校の独自調査において、**食事の時にあいさつを「いつも」している児童の割合が全学年で増加**したことなどからも、食事マナーや栄養バランスを考えた食事の重要性など、**児童の食に対する意識の高まり**がみてとれます。

さらに、家庭での減塩に向けた働きかけを行った結果**汁物の塩分が低い家庭の割合が前年度と比べて高**くなったり、生産者や給食の調理員との交流を通じて**給食の一人あたり残菜量が前年度より減少**するなど、着実に成果が表れつつあります。



汁物の塩分が低い家庭の割合



給食の一人あたり残菜量

担当者の声

「子供たちからの働きかけを通じて保護者の食に対する意識が高まったと感じました」

栄養教諭
柿ヶ野さん

子供たちからの働きかけや様々なPTA活動を通じて保護者が「食に向き合う時間」が増えたことで、保護者の食に対する意識が高まり、家庭での実践につながりました。子供が学んだことをきっかけに学校と家庭の相互関係が構築されつつあります。また、食育関係部局との連携や地域とのつながりも生まれ、食品ロスの問題や地産地消等への理解・意識が広がったと感じます。

取組事例の紹介



食育ソフトを活用した評価指標の見える化と 児童・保護者との共有による家庭での食育推進

徳島県三好市立辻小学校

児童数：65人（平成29年5月1日現在）
栄養教諭：同地域の中学校の栄養教諭が支援
給食方式：共同調理場方式

徳島県三好市

おおぼけきょう いや
四国のほぼ中央に位置する三好市には、大歩危峡や祖谷のかずら橋、四国霊場第66番札所・雲辺寺など、自然資源・歴史資源が数多く残る。

モデル校の 課題

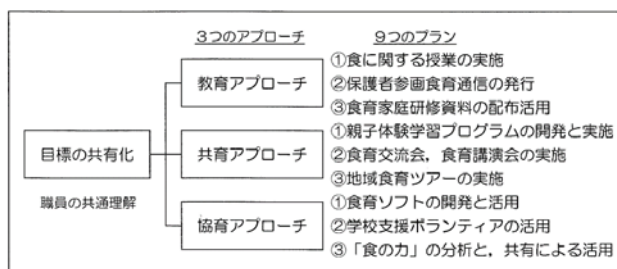
地産地消や食文化の継承が課題

辻小学校では、児童の家庭での野菜摂取率に偏りがみられ、児童の食の選択能力の向上と栄養バランスを考えた食事摂取が課題となっていました。また、地域の特産物や郷土料理への認知度が低く、地産地消や地域の食文化の継承も課題でした。さらに、学校教育には協力的な学区ではあるものの、食育については受け身の保護者が多く、家庭における食育の推進が課題となっていました。

取組の ねらい

児童の「食の力」を高める

辻小学校では、食に関する知識や自己管理能力を「食の力」と名付け、子供たちに「食の力」をつけつつ、家庭や地域に発信してつなげていくことを目標に、3つの「きょういく」アプローチとそれに基づく9つの実践プランを立てて取組を進めました。



3つの「きょういく」アプローチ

- 「教育」アプローチ…知識や理解を深める食育の推進を目指し、学校給食を中心として、食育全体計画に沿った指導と学校から家庭への食育啓発活動を行う
- 「共育」アプローチ…親子学習による食育の充実を狙い、親子が食育を学ぶ活動の組織化、食育を通じた学校と家庭の連携を図る
- 「協育」アプローチ…地域連携による食育の拡充を目標として、地域の教育力を学校や家庭の取組に効果的に活用する

特徴的な 取組①

独自ソフトにより食の力を数値化

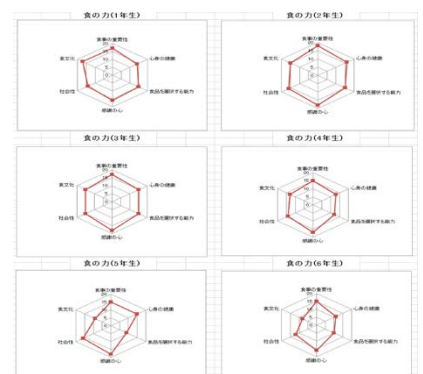
辻小学校では、栄養教諭が学級担任や養護教諭と連携しながら、すべての学年でそれぞれのテーマや課題に合った食に関する指導を実施する上で、児童一人ひとりの「食の力」を数値化して評価するためのシステムとして、**食育ソフト『めざせ！スーパー元気！』**を作成しました。このソフトでは、①食事の重要性、②心身の健康、③食品を選択する能力、④感謝の心、⑤社会性、⑥食文化、の6観点、30項目からなる『「食の力」チェックシート』を用いて児童



食育ソフトの画面

一人ひとりの状態を点数化するとともに、その結果を児童・保護者・教職員の三者で共有しています。「食の力」を表す客観的な評価指標を共有することで、三者が同じ方向を目指して食育を進めることができ、また一人ひとりの『「食の力」チェックシート』を冬休みに家庭で確認してもらうことによって、社会性や食文化なども食育の観点であることとを保護者に知ってもらう機会となっています。

さらに、集計結果を学年別に分析し、その結果を栄養教諭による授業内容に反映させるなど、食に関する指導の充実や保護者の意識啓発にも活用しています。



食育ソフトの学年別集計結果グラフ

◆取組の成果・効果

共通アンケート(児童アンケート調査(事前・事後))からみた成果・効果	取組前	取組後
朝食の共食状況 (朝食を「ほぼ毎日」家族と一緒に食べる児童の割合)	60.0%	71.2%
夕食の共食状況 (夕食を「ほぼ毎日」家族と一緒に食べる児童の割合)	76.9%	81.8%
栄養バランスを考えた食事の摂取状況 (「ほぼ毎日」2食以上とっている児童の割合)	60.0%	80.3%
モデル校の独自調査からみた成果・効果	取組前	取組後
家庭での野菜摂取率(「毎日」又は「週5日以上」野菜を食べている児童の割合)	67.7%	78.8%
食事マナー (学校でも家でも食事の際に肘をついたり脚を組んだりしない児童の割合)	47.7%	63.6%
食事の際の衛生的な行動の実施状況 (学校でも家でも食事前に手をきれいに洗っている児童の割合)	60.0%	75.8%

特徴的な 取組②

多様な保護者の参画機会の創出

辻小学校では、各家庭に配布している**食育通信「でこまわし」**の編集企画会に、公募による保護者有志が参画しています。保護者からの意見を踏まえた情報を掲載したり、家庭での実践につなげるための研修資料を作成して配布したりするなど、保護者のニーズを踏まえた情報発信を行っています。



食育通信「でこまわし」の編集風景

また、家庭科や体育など教科の時間を活用して保護者も交えた**親子体験学習プログラム**を実施し、食文化や食習慣改善に向けた啓発活動を行っています。

さらに、**地域食育交流会**として、児童と保護者、地域住民の交流会や食育講演会、三世代交流パネルディスカッションを開催したり、児童・保護者や地域から希望者を募って**地域食育ツアー**を開催し、西祖谷地域の郷土料理の調理体験や給食センターでの調理疑似体験を行うなど、児童と保護者、地域住民が食育について一緒に考える様々な機会を創出しています。



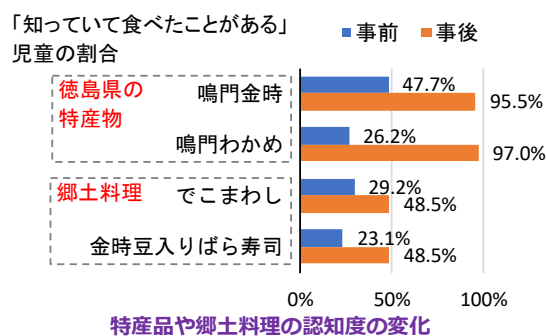
地域食育ツアーでの西祖谷地域の訪問

取組の 成果・効果

食習慣や食文化の認識度が向上

共通アンケートの結果、特に**朝食や夕食の共食状況や栄養バランスを考えた食事の摂取状況**などに改善がみられました。また、辻小学校が独自に実施した児童アンケートでも、**家庭での野菜の摂取率が向上**したり、**食事マナーや衛生的な行動が定着しつつある**といった成果が得られました。一人ひとりの「食の力」を数値化して課題認識を共有したり、保護者が子供とともに食育に関わる機会を多く設けたことで、保護者の意識啓発が図られ、家庭での共食率の向上や児童の食習慣の改善につながっています。

また、辻小学校の独自調査では、**徳島県の特産物や郷土料理に対する児童の認知度が向上**しており、学校給食の献立の工夫や給食時の栄養教諭による食材や食文化についての講話など、学校給食を活用した食育の取組を進めた成果が現れています。



さらに、日頃から児童が食に関する話題を出すようになり、自校のよいところは食育に取り組んでいるところであると認識し、学校や地域に誇りをもつ姿がみられるなど、児童の成長がうかがえます。

担当者の声

「子供の成長というテーマで学校と家庭、地域がつながっていることを実感しました」

栄養教諭
弘田さん

食に関する指導に対して理解がある学校長のリーダーシップの下、学校の全教職員が連携・協力して食に関する指導に関わり、継続的かつ効果的な指導ができました。その結果、家庭や地域との連携も充実が図られ、また地域ボランティアや地域団体等にも協力を頂き、食育ネットワークが構築できました。学校・家庭・地域は「子供の成長」というテーマでつながっていると実感しました。

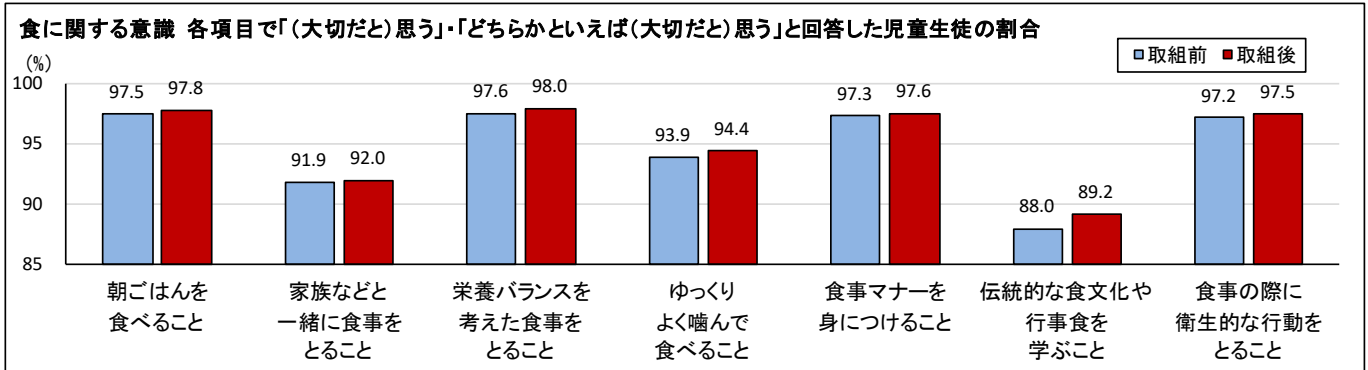
「つながる食育推進事業」の取組による成果

各モデル校で実施した児童生徒及び保護者に対する共通アンケートの分析により、「つながる食育推進事業」の取組を通じた様々な成果・効果が明らかになりました。

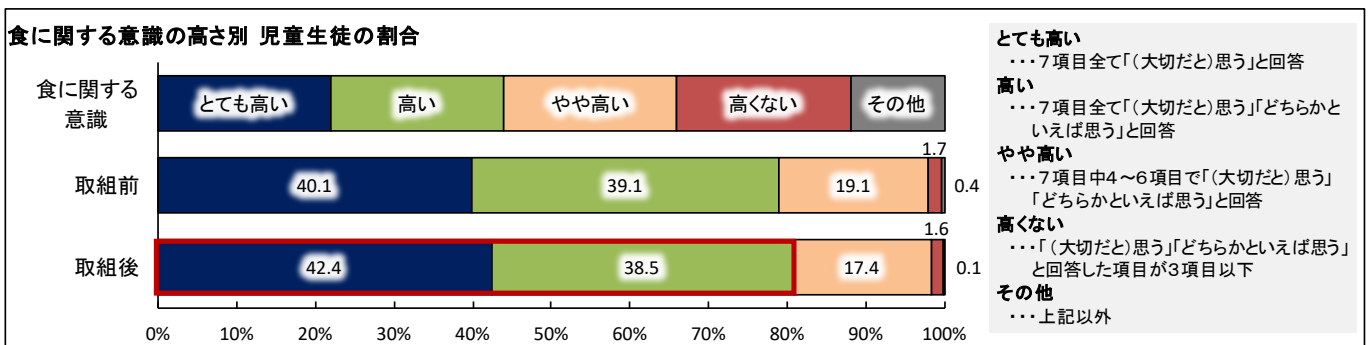


子供の食に関する意識が高まりました

「朝ごはんを食べること」など7つの項目について大切だと思う子供の割合は、いずれも取組前より取組後の方が高くなっており、**取組を通じて子供の食に関する意識が高まった**ことがわかります。

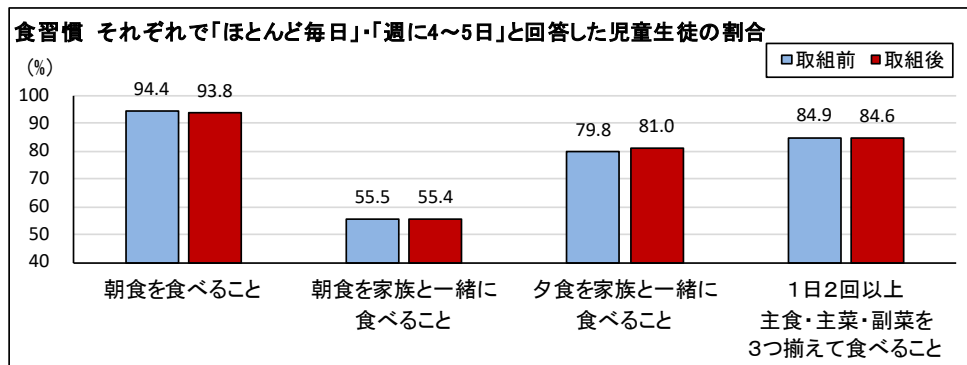


また、食に関する意識の7項目全てについて「(大切だ)と思う」と回答した子供の割合も、取組前より取組後の方が高くなっており、**子供の食に関する意識が底上げされた**ことがわかります。



子供の食習慣は概ね高水準で維持されています

朝食を「週4日以上」食べている子供の割合は約94%、栄養バランスを考えた食事を1日2回以上食べる日が「週4日以上」ある子供の割合は約85%と、これらの食習慣は概ね**高い水準で維持**されています。



一方、共食状況についてみると、夕食に関しては「週4日以上」家族と一緒に食べる子供の割合が約8割と高いものの、朝食についてはその割合は6割に満たず、他の食習慣と比較しても相対的に低くなっています。共食の重要性については認識していても、保護者の勤務形態や世帯構成などによっては、朝食を家族そろって食べることが難しい場合があるなど、家庭の状況による事情も背景にあると考えられますが、夕食の共食に比べて朝食の共食機会が少ないことは課題といえます。

「つながる食育推進事業」の取組による成果



食に関する意識と食習慣には相関がみられました

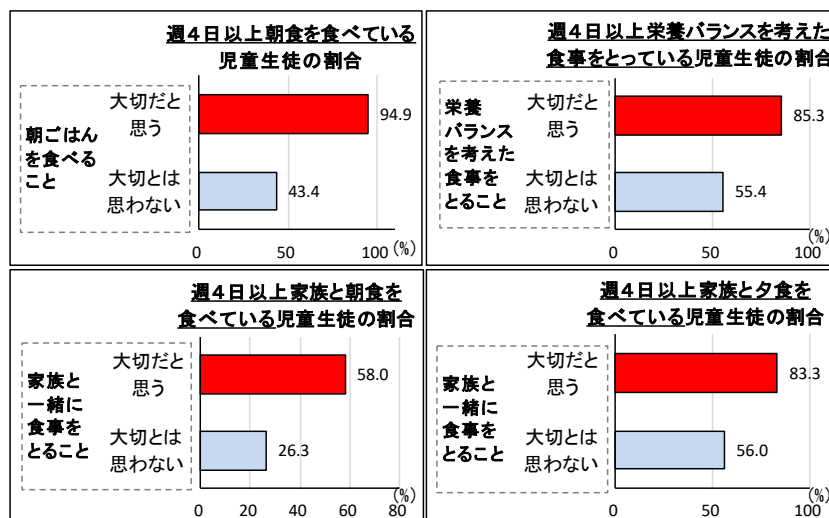
食習慣について、それぞれに対する意識の高さによってグループ分けして比較したところ、**意識と食習慣の間には相関がみられました**。

例えば、朝ごはんを食べることが大切だと思う子供の94.9%は週4日以上朝食を食べていますが、大切とは思わない子供をみると、その割合は50%に達していません。

家庭での共食状況についても同様で、週4日以上家族と一緒に朝食や夕食を食べている子供の割合をみると、朝食・夕食どちらも、家族と一緒に食事をとることが大切だと思う子供の方が高くなっています。

これらの結果を踏まえると、約半年間という本モデル事業の期間内

では子供の食習慣に大きな変化が見られなかったとしても、継続的な取組を通じて食に関する意識を高めていくことによって、長期的には食習慣が改善されていくことが期待されます。



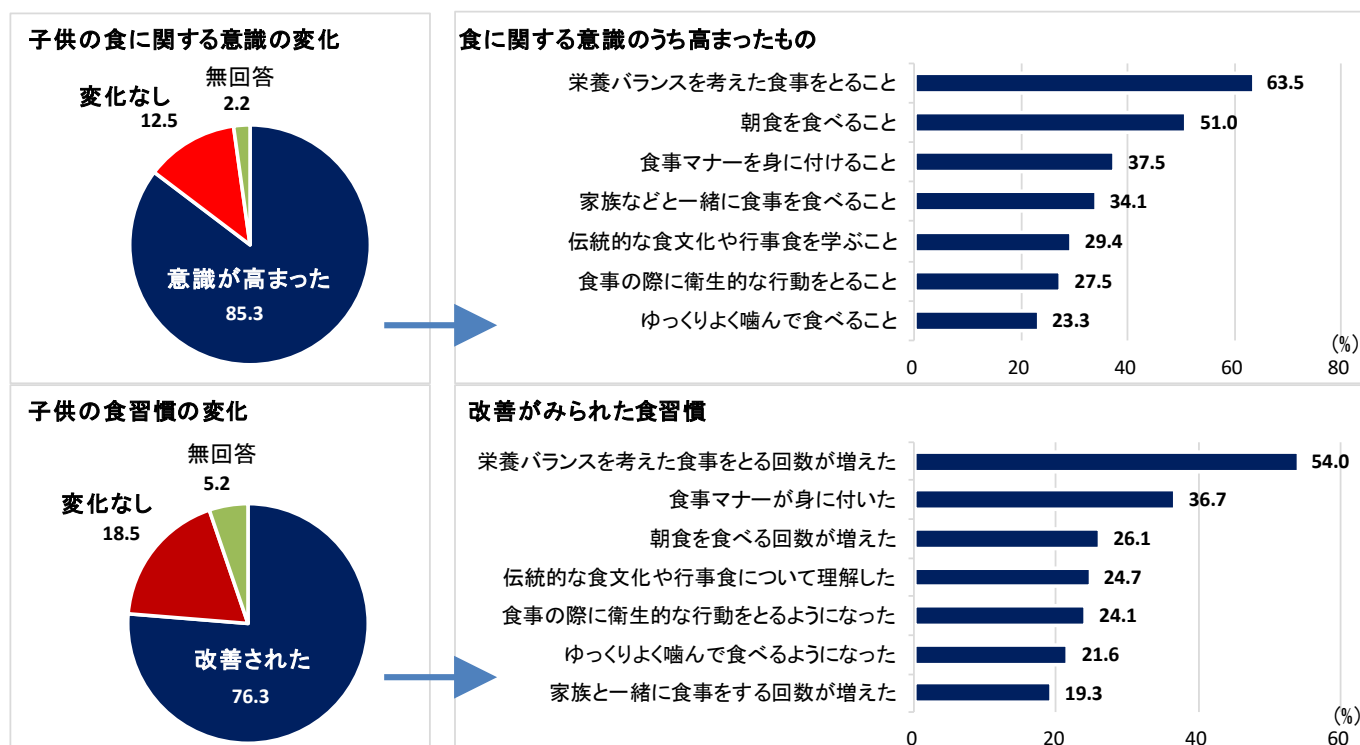
(いずれも取組後の調査結果より)



子供の食に関する意識の高まりや食習慣の改善は保護者も評価しています

保護者アンケートの結果をみると、85.3%の保護者が**取組を通じて子供の食に関する意識が高まった**と回答し、また76.3%の保護者が**取組を通じて子供の食習慣が改善された**と回答しています。

具体的に改善がみられた点としては、意識の面でも食習慣でも「**栄養バランスを考えた食事をとること**」が最も評価されているほか、**朝食を食べること**や**食事マナー**なども多くの保護者から改善した点として挙げられています。



「つながる食育推進事業」の取組による成果



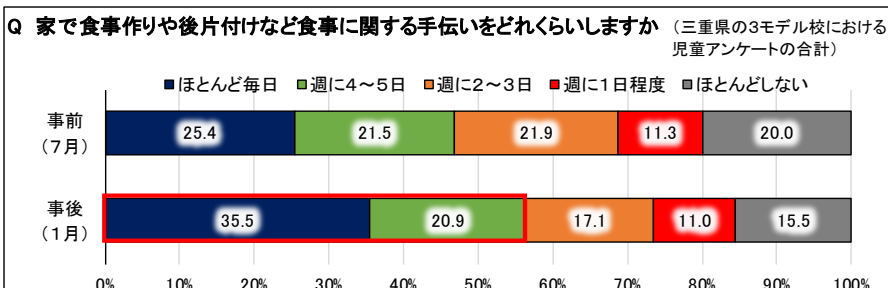
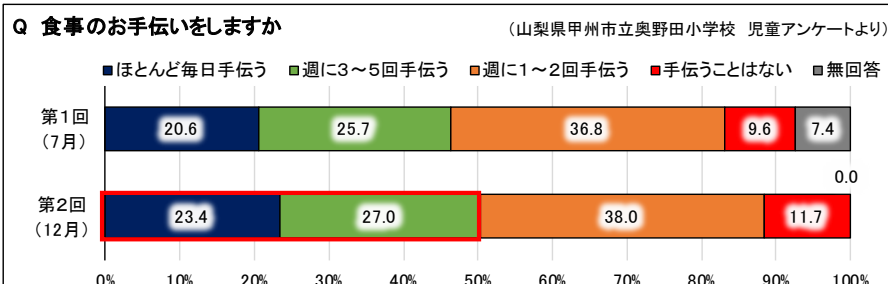
各モデル校の独自指標においても様々な成果がみられました

モデル校の多くは、文部科学省があらかじめ設定した共通指標だけでなく、それぞれの取組内容に応じて独自の評価指標を設定して事業効果分析を行いました。これらの独自指標についても、多くの項目で成果・効果がみられました。ここではそのうちいくつかの指標をご紹介します。

家で食事の手伝いをする子供、子供に食事の手伝いをさせる家庭の増加

学校で調理体験を行うだけでなく、自分で作った弁当を持参する「お弁当の日」を設定したり、長期休みに家庭で弁当づくりに取り組むなど、家庭において子供が食事づくりを実践する取組を行ったモデル校では、取組前よりも取組後の方が家庭で食事に関する手伝いをする児童の割合が高まりました。

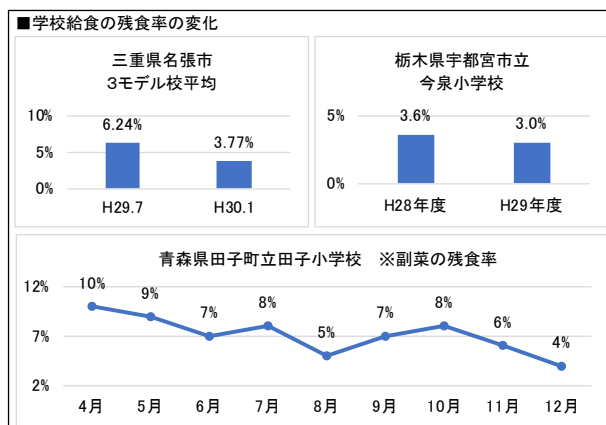
学校と家庭とのつながりを重視した取組を通じて、家庭における食に関する理解が深まり、望ましい食生活が実践されていることがうかがえます。



学校給食の残食率の低下

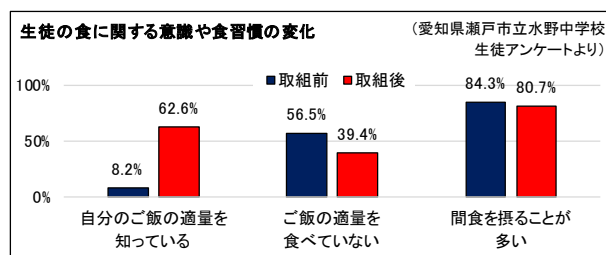
様々な取組を通じて子供の食に関する意識が高まった結果、学校給食の残食量が減ったというモデル校もありました。

そのような残食率に低下がみられたモデル校では、例えば地元高校との農業体験交流や、地元農家の協力による稲作体験、児童（給食委員）による野菜摂取の呼びかけなど、様々な手法で学校給食で使われている食材に対する関心を高め、感謝の心を育成する工夫をしていたという共通点がみられました。



成長期に必要な食事に対する意識の高まり

中学生や高校生は特に女子を中心に痩身願望が強くなるなど、思春期ならではの食に関する課題がみられるなか、給食時にご飯の適量指導を行ったり成長期に必要な栄養素の摂取量と各自の体組成データを組み合わせた指導を行うなど、データを示して理解を促すことにより、望ましい食習慣への理解が深まりました。



「つながる食育」での栄養教諭の役割や取組成果

食育推進上の重要なテーマとして「つながる」という点に着目した本モデル事業では、各モデル校において栄養教諭が中心的な役割を果たしながら取組が進められました。

取組終了後に、モデル事業の事業主体である都道府県教育委員会等に対して行ったアンケート調査から、栄養教諭が果たした役割や、栄養教諭が中心となって取り組んだことによる成果・効果として、次のような点が把握されました。

学校における食育の取組や指導に関する栄養教諭の役割と成果・効果

栄養教諭は各学年の食に関する指導に参画したり、他の教職員に対する情報提供や指導助言、関係者間のコーディネートを行ったりするなど、食育の取組の全般にわたり中心的な役割を果たしていました。

そして、栄養教諭が中心となって取り組んだことにより、教職員の食育への関心・意欲が高まり、共通理解が促進されたという声が多く聞かれました。

具体的な指導資料を作成して各学級担任等に食育の授業の提案をしたり、グスティチャーとの連絡調整など関係者間のコーディネートに努めました



■栄養教諭が担った役割	(件数)
全学年・学級の食に関する指導への参画	8
教職員への食育に係る情報提供や指導助言	7
学校全体での食育推進に向けた関係者間のコーディネート	6
食育の計画立案	6
具体的な指導資料等の作成	5
給食を教材として活用した効果的な食育指導の実践	5
食育の取組に合わせた献立作成	1

■栄養教諭が中心となって取り組んだことによる成果	(件数)
教職員の食育への関心・意欲の高まりや共通理解の促進	8
児童生徒の食に関する意識や行動の変化	6
学校全体での食育の推進	5
食育に関する取組の多様化・食育の指導内容の充実	4
モデル校以外の小中学校への取組の波及	2

家庭や保護者との連携に関する栄養教諭の役割と成果・効果

栄養教諭が中心となって、保護者も参画する食育の取組を企画・実施したり、お知らせを工夫するなどして保護者に積極的に情報発信を行っていました。

このように、栄養教諭が中心となって家庭と双方向のやり取りを行ったことで、保護者の食育に対する関心が高まったという声が多聞かれました。

子供が学校で学んだことを家庭でも実践できるよう、家庭に対して協力を促しました



郷土料理のレシピ集を発行して、家庭での食事内容の充実を図りました



■栄養教諭が担った役割	(件数)
保護者（家庭）も参画する食育の取組の企画・実施	11
保護者への積極的な情報発信	10
個別相談の実施など具体的な課題解決に向けた指導・助言	5
児童生徒が家庭でも継続的に取り組める工夫	4

■栄養教諭が中心となって取り組んだことによる成果	(件数)
保護者の食育に対する関心の高まり	12
児童生徒の食に対する関心の高まりや行動の変化	5
食育に関する取組への保護者の参加促進	3
保護者と学校との連携強化	1
食育に関する取組に対する地域の理解・関心の高まり	1

生産者や地域、関係団体等との連携に関する栄養教諭の役割と成果・効果

様々な関係者との連絡調整役のほか、特産物の活用や新たな講師の発掘など、栄養教諭が地域特性を活かした新たな取組を開発したケースもみられました。

このような栄養教諭の取組を通じて、地域や生産者等との連携が強化されたり、学校の取組に対する地域の理解がより深まったという声が多く聞かれました。

農業系の学科のある地元の高校と連携し、高校生が作った農作物を学校給食で利用したり、農業体験交流を行ったりしました



地元の業者にお願いして地場産業の陶芸で器作りをしたり伝統的な食文化を伝える出前授業を行いました



■栄養教諭が担った役割	(件数)
地域や関係機関との連絡調整	11
地域特性を活かした新たな取組の開発	9
新たな連携先の開拓	3
生産者と児童生徒が触れ合う機会づくり	3
地域全体への情報提供や食育の取組の普及促進	3
市町村内の他校への食育の取組の周知・普及促進	3
地域住民への積極的な情報発信	2

■栄養教諭が中心となって取り組んだことによる成果	(件数)
地域や生産者、関係機関との連携強化	6
児童生徒の食に関する意識や行動の変化	5
学校の食育の取組に対する生産者や地域の理解促進	5
地域全体で食育に取り組む意識の醸成	2

「つながる食育」の推進に向けて

17 校のモデル校における様々な取組から、学校と家庭や地域等との連携により「つながる食育」を推進していく上で有効な活動や実効性を高める工夫・ポイントがみられました。



保護者が子供と一緒に参加する機会を作る

家庭との連携を図る上では、保護者の食に関する意識を高めることが重要です。モデル校の取組をみると、給食試食会や講師を招いた食育講演会などの保護者を対象とした取組のほか、PTAと連携した親子料理教室や親子での生産地訪問ツアーなど、子供と保護者が一緒に参加する活動も数多くみられました。食育にあまり興味がなかった保護者も、このように子供と一緒に参加し、子供と共に取り組むことで、食育に対する意識が芽生え、家庭で実践するきっかけづくりにつながっています。



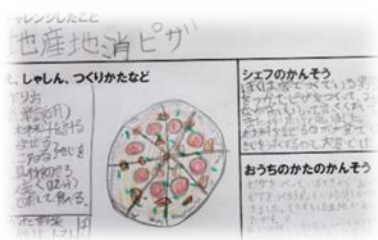
現状や課題をデータで把握し、子供・家庭・学校が共有する

全国共通で実施する身体測定結果を活用して子供の発育状態を把握するだけでなく、咀嚼計を使って噛む力を計測したり、塩分測定器を配って家庭の食事の塩分濃度を測定するなど、食に関する様々な課題をデータで把握し、さらに一人ひとりファイルや手帳に各自のデータを記録して家庭と共有する取組も多くみられました。子供と家庭、学校が客観的な指標により問題意識を共有することで、食育の取組への理解が深まり、意識の高まりや望ましい食習慣の定着といった成果につながっています。



学校と家庭との双方向での情報交換を図る

児童一人ひとりの食育の取組をそれぞれファイルにまとめ、保護者にもコメントを記載してもらったり、夏休みに子供が家族のために食事を作り、保護者にその感想を書いてもらうなど、保護者と双方向での情報交換を行っていた学校も多くありました。このような仕組みを作ることにより、学校での取組を家庭につなげることができ、日常の食生活の改善に結びついています。



地域の生産者や食に関わる人々と子供が交流する機会を作る

地域の生産者や食品加工業者、飲食店などの協力を得て、給食で使われている地元産食材についての講話や収穫・加工・調理体験などを行ったモデル校も多く、これらの学校では子供の食に関する意識の高まりや、給食残食率の低下、食事マナーの向上などがみられました。また、地域との『つながり』に注目した取組を通じて、学校と地域との新たな連携が生まれたり、地域全体での食育推進の機運が高まったという声も聞かれました。



学校種を超えた連携や地域の様々な世代との交流を図る

地域の高齢者から郷土料理を教わったり、地域住民を招待し子供が育てた野菜を使ったおやつをふるまうなど、食を通じて子供が地域の人々と触れ合う機会を作っている例や、学年や学校種を超えた連携を図り、子供から子供に食の重要性を伝える取組なども多くみられました。こうした様々な世代との交流の中で、子供自身が食育の重要性を発信する側に立つことも、食に関する意識を高める上で有効です。



このリーフレットは文部科学省ホームページからダウンロードできます
各学校での食育に関する取組や研修・講演等でご自由にお使いください

つながる食育の推進に向けて

平成30年3月

文部科学省初等中等教育局

〒100-8959 東京都千代田区霞が関3-2-2
TEL 03-5253-4111(代)