

平成 28 年度 食育推進に係る実践報告書

学校名	広島市立大塚小学校		
学校長氏名	上向井 利之	栄養教諭氏名	吉野 里恵
職員数	40名	児童・生徒数	613名

1 学校における食育の現状（昨年度からの課題等）

- 道徳、総合的な学習の時間において、栄養教諭の専門性を生かせるように、実践研究を深める。
- 子どもの食事のお手伝いの習慣化をさらに進める。
- 家庭・地域と連携し食育を推進し、情報発信を充実させる。

2 学校の食育に係る目標（成果指標・目標値）

- めざす子ども像「卒業までに自分でごはんを炊いておむすびとおかずを一品以上作ることができる子ども」
- 朝食に野菜を食べる子どもを90%にする
- 食事の準備やお手伝いをする子どもを80%にする



3 食育の目標に対する具体的な取組

【取組1】教科等における食に関する指導

(1) 訪問指導（給食指導）

- 1回目 全学年：給食指導、おはし指導・噛む指導（カミング30）、食育の日（3つのわ食）
- 2回目 たべもののはたらき（1年） 野菜を食べよう（2年） 朝ごはんを食べよう（3年）
大豆について（4年） 伝統的な食文化（5年） カルシウムについて（6年）

(2) 学年と連携した授業（教科指導・特別活動）

- 1年生 学級活動 「給食だいすき」
道徳 「いただきます」ということ
- 2年生 学級活動 「やさいのパワーを知ろう」（生活科・PTC活動と関連）
- 3年生 学級活動 「すききらいしないで食べよう」（レッツダンス「食べよう」集会と関連）
道徳 「行事食について知ろう」
- 4年生 体育科（保健） 「育ちゆく体とわたし」
- 5年生 総合的な学習 「なるほど・ザ・お米ワールド」（社会科・PTC活動と関連）
- 6年生 家庭科 「弁当のおかずを作ろう」（「弁当の日」と関連）
言語数理運用科 「地場産物を使った給食を考えよう」（大塚おむすびランチと関連）

<成果と課題>

- (1) 訪問指導での内容は、授業にも生かすことができ、様々な気づきを生活に生かすヒントになっている。さらに実践力を高める工夫をしていきたい。
- (2) 各学年と連携して授業研究に取り組んだ。広島市教育委員会主催の栄養教諭研修で、1年生の道徳の公開授業に取り組み、指導助言をいただいた。学年の先生方といっしょに研究をすすめ、学級担任にとっても、栄養教諭にとっても貴重な学びの機会となった。

【取組2】 給食指導の充実について

- 朝の学級指導に時に、独自献立や地場産物についてビデオ放送を実施した。
- 「健康ひろしま広島21」を参考に「カミング30」を実施した。
- 毎月19日の食育の日には、給食委員会活動で「はし指導」を実施した。
- 地域の産直市や食品会社と連携し、地場産物を使用して、年間4回独自献立を実施。6月の食育月間には、沼田町の郷土料理「さんばいさん」、11月には、「ふるさと給食」を実施。1月の給食週間には、本校3年生が育てた大根を使った大根スパゲッティ、12月には、6年生が言語・数理運用科の学習で考えた地場産物を使った料理を給食に取り入れ、家から各自持参したおむすび2個と組み合わせた「大塚おむすびランチ」を実施した。
- 6月と1月は、学校協力者会議委員や老人会の方を招いて、招待給食を実施した。



【取組3】 家庭・地域と連携した取組

<家庭と連携>

- 本校で6年目、小中9年間の共通した取組として4年目となる「弁当の日」を実施。テーマを「ありがとうで結ぶ心と心」とし、小中・家庭と連携して取り組んだ。学年ごとにめあてを設定し、ワークシートを活用しながら、計画的に取り組めるように工夫した。また、保護者のコメントをいただき、家庭の様子や保護者の思いにふれることができた。
- PTC活動で、1年は給食試食会、2年は育てた野菜でピザ作り、3年はお好み焼き作りを実施した。
- 年4回、生活リズムカレンダーを実施し、基本的な生活習慣と朝食について啓発に努めた。
- 長期休業中に「お手伝いチャレンジカード」を取り入れ、食事のお手伝いの習慣化を図った。

<地域と連携>

- 地域人材に支えられた栽培体験学習を実施。3年生は総合的な学習の時間で大根づくりを行い、収穫した大根は、独自献立（大根スパゲッティ）に使用。5年生は、米づくりを行い、収穫したお米を使って、TT授業を実施した。
- 公民館を活用し、夏休み親子料理教室（弁当づくり）を実施した。
- 学区内のスーパーマーケットと連携し、食育コーナー設置。「弁当の日」に合わせて、地域・家庭へ情報発信の一翼を担ってもらった。
- 学校だより・食育だよりなどで学校給食や食育の取組を積極的に発信した。

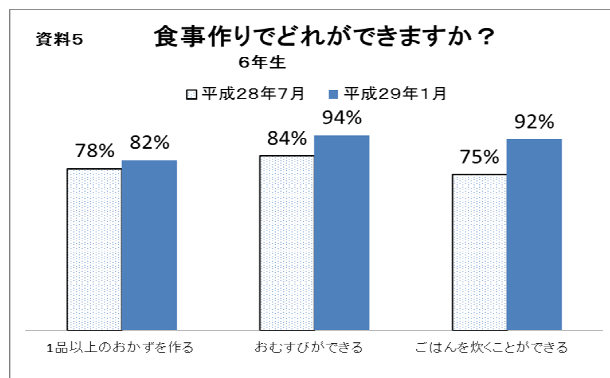
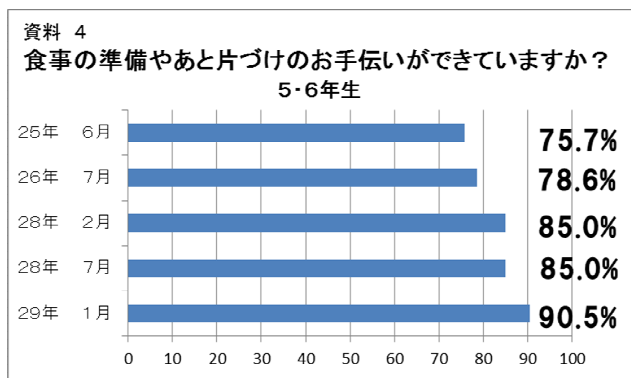


4 「ひろしま給食100万食プロジェクト」の取組について

- PTC給食試食会で「ひろしま給食100万食プロジェクト」をお知らせした。
 - ひろしま給食の内容については、食育だよりでお知らせした。
 - 学校へ行こう週間にポスターなどで広報、教室ポスターによる食数カウントを実施した。
- 上記の取組を行い、1,389食をカウントし、広島市教育委員会へ報告した。

5 取組に対する成果と課題

【成果】



- ・中学校区3校で取り組んだ「弁当の日」のワークシートでは、「ひとりでもできた」と自信をつけた児童がいた。「また、弁当を作りたい」「他の料理を覚えたい」など今後への意欲も見られた。保護者のコメントも嬉しい、「買い物と一緒にいくようになった」「会話が増えた」などコミュニケーションを促す場となった。お手伝いをする子どもが年々増え、お手伝いの習慣化につながっている。
- ・6年生の言語数理運用科の学習とリンクさせた「大塚おむすびランチ」では、地場産物や地域の食文化について理解を深めることができ、ふるさとを愛する気持ちにとつながっている。おむすび作りは、1年生でも多くの子どもが挑戦していた。目指す子ども像「卒業までにおむすびとおかずを一品以上作ることができる子ども」に迫る取組として期待できる。

【課題】

- ・食に関する指導で、道徳については、新しく3年「行事食について知ろう」に取り組むことができたが、総合的な学習についての研究を進めることができなかった。
- ・地域人材に支えられた栽培体験学習は、地域の方の高齢化や天候不順など不安もあるが、学校と地域、また保護者にも協力してもらいながら今後も進めていきたい。

6 今後の取組に向けた改善方策について

- 食に関する指導：総合的な学習について栄養教諭の専門性を生かせるように、実践研究を進める。
- 食育目標：家庭と連携して「弁当の日」を実施する。来年度は縦割り班を再編成し取り組む。
来年度も引き続き、「お手伝いチャレンジカード」を長期休業中に行う。
- 家庭・地域の連携：食育だより、学校ホームページの充実を図る。

大塚小 食育だより

平成28年11月2日

広島市立大塚小学校

「第6回 弁当の日(マイ弁当で交流会)」

10月14日(金)に、「第6回 弁当の日(マイ弁当で交流会)」を実施しました。大塚小学校では、「わたしにもできるよ みんなでつくろう お弁当」をスローガンに、各学年での『めあて』を受けてワークシートを活用し、一人一人が計画的に取り組みました。

保護者の皆様には、子どもたちのお弁当づくりに、いろいろとご協力いただきまして、本当にありがとうございました。



6年生は、家庭科の調理実習で、「ちくわの白ごま照り焼き」と「三色ピーマンソテー」を作りました。当日、弁当のおかずに取り入れている児童もいました。



遠足と同じように異学年の友達と弁当を食べました。そして仲良く元気に遊びました。



もちろん先生も弁当づくりをしました。

児童のふりかえりから、一部を紹介します

- べんとうづくりをして、おかあさんはいつもたいへんなんだなということがわかりました。
(1年3組)
- ぼくは、トマトをあらったり、やさいを切るのをがんばりました。つぎからおかずを一品つくりたいなと思いました。
(2年1組)
- にんじんとじゃがいもを肉にまくのがむずかしかったです。がんばったところは、べんとうばこにつめるところです。向きをそろえるところがむずかしかったです。 (3年2組)
- アスパラに肉をまくのに、すきまがでないようにまくのがたいへんでした。かにの形になるようにウインナーに切れ目をいれるのがむずかしかったです。でも、うまくできたのでうれしかったです。つめるとき、同じ色をとりにかざらないようにするのがたいへんでした。来年から家庭科が始まるので楽しみです。来年もがんばります。 (4年2組)
- 弁当を気持ちをこめて作ったらおいしく完成した。卵焼きは、砂糖の量もちゃんとなっていました。ぼくがいちばんむずかしく、がんばったのは、卵をまくときです。最初はうまくまけなかったけど、お母さんがこつを教えてくれたからできました。 (5年4組)
- いつもより、火を使うことが多くてたいへんでした。でも、とてもおいしかったです。5年生のときより料理ができるようになってきたので、とてもうれしいです。 (6年2組)
- 5年生の時は、ウインナーなど1品だったけど、6年生になって初めて家庭科で習ったちくわの「白ごま照り焼き」を作りました。食べてみると、弁当の中で一番おいしかったです。また、弁当の日には2品3品と作っていきたいです。 (6年4組)

「弁当の日」をきっかけにこれからも、買い物や食事の準備や後かたづけなど、お手伝いを続けてほしいですね。「弁当の日」は、大塚中学校区9年間の取組となっています。今後とも、長い目で、子どもたちの弁当作りをあたたかく見守ってくださいますよう、よろしくお願いします。



**「弁当の日」 児童の弁当作りに ご協力ありがとうございました。
お家の方からのコメントの一部をご紹介します。**

○初めての「弁当の日」数日前からドキドキした様子で、何度も買い物リストを見直していました。アスパラやお肉を切るとき、自分で工夫している姿が見られました。弟の分も父の分も作ってくれて、お礼のお手紙をもらって、とてもうれしそうでした。

○お買い物の時から一緒にえらんで、楽しくじゅんびできましたね。べんとうばこにつめるのは、かんたんなようでむずかしいことがわかりましたね。おてつだい、がんばりました！！

○ハンバーグのひき肉をこねるとき、「お肉ってこんなに冷たいんだね」とびっくりしていましたね。りんごの皮をむくのが、とてもたいへんそうでしたね。これからもいっしょに台所に立って、おりょうりしましょうね。

○シリコンケースを上手に使って、はいちを考えることができたね。大好きなからあげがたくさん入ったおいしそうなお弁当になるように上手につめられたね。

○今年の目標は、①卵焼きを一緒に作る ②おにぎりを自分でつくる ③弁当箱に自分でつめるに2人で話して決めました。卵焼きは、少しぐちゃってなったけど、はじめてつくったのに上手にできたね！！おにぎりはバッチリ！！お弁当箱につめるのは、はじめてでとまどっていたけど、コツを教えてあげたら、上手につめれて すごいなあ～と思いました。
夏休みにたくさんお手伝いをしたおかげか、今年はすんなり作れたね！！がんばりました。





○ちゃんと朝起きてがんばってくれました。カゼながらもお弁当につめたり、ウインナー焼いたり上手にできてました。カニカマをかざったり、ハムを星にしたりするとき「ちょっと大変」って言ってたけど最後までがんばってくれました。一緒にべんとうを作って楽しかった♡♡

○卵焼きひとつ作るのでも、やる事、できるまでいろいろな工程があることがわかったのではないかと思います。お弁当にしても、毎日食べている給食やお家でのごはん、ひとつひとつがいろいろな手間と工程、あとは、おいしく食べてほしいという心が入っていると思って（気づいて）食べてほしいと思います。

○シンプルな卵焼きですが、「けっこうむずかしいんだね」と言っていました。自分もはじめての料理は、失敗をしていたなと思い出しました。何回も失敗を繰り返しながら上手になってほしいです。

○火を使っの調理をがんばっていました。少しアスパラがやわらかくなり苦戦していましたが、最後まで取り組むことができていました。スクランブルエッグは度々作っているので、手をかすこともなく作ってくれました。ちくわの照り焼きも、上手にでき、残りを朝ごはんにみんなでおいしく食べました。

○卵焼きは、作ったことがなかったので、本番前に一度チャレンジして、当日は2回目の調理となりました。見た目も味つけもとても上手にできたと思います。おいしかったです。朝5:30に起きて、おにぎりも自分で作り、眠たかったことと思いますが、おいしい弁当を食べることができ、いい思い出になったと思います。また、別のメニューにチャレンジしてみてね！！



大塚小 食育だより

平成28年7月1日



カミング30週間（6月13日～17日まで）

6月の「歯と口の健康週間」に合わせて、カミング30（ひとくち約30回かむ）週間を設定し、給食放送の合図に合わせて、ひとくち30回かむ取組を行いました。

よくかむことの効果として、味がよくわかる、食べすぎを防ぐ、歯やあごが丈夫になる、だ液がたくさん出ることによって虫歯予防・がんの予防、脳の働きが活発になることなどがあります。

食育授業「野菜のパワーを知ろう」（2年生）

2年生は、野菜について勉強しました。野菜には、4つのパワーがあることを学習しました。4つのパワーは、①病気にかかりにくくなる ②ひふがじょうぶになる ③目のはたらきがよくなる ④うんこが出やすくなる です。



また、2年生は生活科で一人一人が野菜を育てています。水やりなどのお世話をしながら野菜のパワーについて勉強したことをより身近に考える機会にしてほしいです。

児童の感想

- やさいをたべるとからだのちょうしをととのえたり、ひふやめのはたらきをよくすることがわかりました。これから ぼくは、やさいをのこしません。
(2年1組)
- やさいは、わたしたちのこころとからだをととのえてくれるんだな。きょうからやさしいやごはんをしっかりとべて、おおきくなろうとやるきがでてきました。すききらいなくたべようとおもいました。
(2年2組)
- やさいをたべると、からだによいことが4つあることがわかりました。今そだてているピーマンを早くたべたいです。
(2年3組)

沼田町 郷土料理 第9回【さんばいさん】



6月24日（金）に独自献立 第9回「さんばいさん」を実施しました。かつては、田植えの労をねぎらって、近所の方と食べられていた沼田町の郷土料理です。

今年度も、沼田町でとれた野菜とお米を使いました。野菜やお米を作ってくださった地域の方々に感謝して、おいしくいただきました。

レッツ・ダンス「たべよう！」集会

6月29日（水）の大休憩に、給食委員会による集会 **レッツ・ダンス「たべよう」** がありました。たくさんのおともたち・先生方も参加し、広島市の食育の歌「たべよう」にあわせて元気いっぱいおどりました。

これからも「たべよう」の歌のように、赤・黄・緑の食べ物を好き嫌いしないでパクパク食べて、夏バテしないで元気に過ごしてほしいです。

