

平成 28 年度 食育推進に係る実践報告書

学校名	広島市立伴中学校		
学校長氏名	野村 稔	栄養教諭氏名	堀 恵美子
職員数	51 名	児童・生徒数	664 名

1 学校における食育の現状（昨年度からの課題等）

本校はバス通学の生徒もおり、部活動の朝練などがあると早くに家を出るので、朝食は簡単なものになる傾向があるように感じる。「主食のみ」のような単品だと食べている生徒がほとんどだが、主菜や副菜はなかなか食べにくいようだ。準備されていないなど理由はあるようなので、保護者への啓発や、調理技能の向上を図るなどの取組を継続して行い、朝食の内容を改善していきたい。

残食率については、引き続き、減少するよう、「おいしい給食・楽しい給食」を工夫したい。また、ただ給食を残さないというだけでなく、家庭での食事についても考えることができるよう、指導していきたい。

2 学校の食育に係る目標（成果指標・目標値）

学校評価において、以下のような目標を設定した。

■食育を推進し、自らの健康維持・体力増進に努める生徒を育てる

- 1 教科の指導と給食指導をつなげて、食への関心を高める。
- 2 食生活ステップアップカードなどに学級で取り組むとともに、取組の内容や結果を家庭に伝える。
- 3 家庭への食育の啓発を行う。

そして、7月と12月に以下のような内容でアンケートをとった。

【生徒】あなたは、「お弁当の日」に栄養のバランスを考えて自分のお弁当をつくることができましたか。

【教職員】教科指導と給食指導をつなげて食への関心を高め、生徒がバランスを考えた食を意識することができるよう努めた。

肯定的評価が概ね8割を超えるように取り組んだ。

3 食育の目標に対する具体的な取組

【取組1】（テーマ） 弁当の日の取組

今年度、小中連携教育・健康教育部会において、中学校区で「弁当の日」に取り組んだ。小学校は今まで実施していなかったが、今回、日程は指定せず、できる日ということでも小学校にも一緒に取り組んでもらった。

中学校を卒業する頃には、自分の力だけで弁当を作ることができるようにと、低学年・中学年・高学年と実施可能な項目を7つずつ考えて、子どもたちに取り組む形式とした。どの学年も「食べ終わった弁当箱を洗う」という項目を入れ、作って終わり、作らなかったから終わりではなく、最後まで取り組む努力ができるように考えた。

中学校においては、今まで通り作るメニューを自分で考えて実施するようになった。6月までの家庭科で調理実習を組んでもらい、おにぎりや卵焼きができるようにしてから、弁当の日に臨んだ。

【取組2】（テーマ） 教科の指導と給食指導をつなげて、食への関心を高める

今年度も、1年生の総合的な学習の時間において、1年間「食」について生徒達に考えてもらった。年度当初のアンケートで、「食事の時間を楽しいと思わない」と答えた生徒が少しでも減ればいいと思い、楽しい食育になるようにした。

しかし、だんだん食経験が乏しくなり、10月にメニューを考えさせてもおもしろいアイデアは生まれてこないことから、今年度は、夏休みの課題で、家族の協力を得てもいいので給食のメニューを考えてくるようにした。大方の生徒は、家庭に協力してもらって考えることができていた。生徒達は家庭科の授業で学んだ6群をもとに栄養バランスを考えて献立をたてていた。そして、各クラスで考えたメニューをクラス代表メニューとして、10月から12月の給食において実施した。

また、「食と命」ということで、「いのちをいただく」という絵本をテーマに、道徳の時間において「命」について考えた後、ゲストティーチャーをお迎えして、目の前で丸鶏を解体してもらいながら、「命」について具体的に考えさせた。

【取組3】(テーマ) 食生活ステップアップ週間の実施

毎年6月と12月に食生活ステップアップ週間を実施し、自分の朝食の内容や基本的な生活習慣について振り返っている。「睡眠時間」「朝食を食べたか」「朝食の内容(主食・たんぱく源となるもの・野菜・乳製品・果物)」「排便」について項目をもうけ、昨年度から同じ内容で点検している。

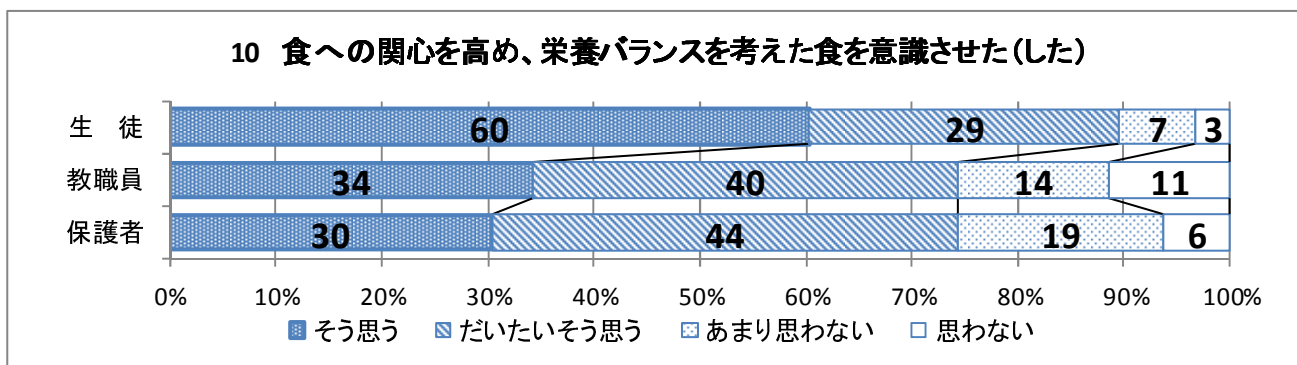
12月には6月までの結果が見えるように個人カードを配布して、振り返らせている。野菜の項目を設けることで、朝食でも野菜をとることを意識づけできるようにした。

4 「ひろしま給食100万食プロジェクト」の取組について

10月という時期がいつも地域のお祭りの時期と重なり、なかなか地域の協力が得づらいので、今年度は家庭科部に協力してもらい、100万食プロジェクトの「つくレポ」を作成した。それをカラー印刷し、各教室に配付して知らせた。毎日の集計は各学級の厚生委員にってもらい、シールを貼ってもらった。



5 取組に対する成果と課題

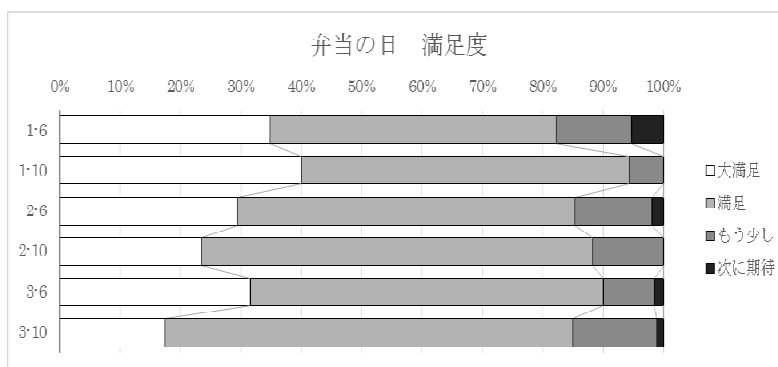


- 【生徒】あなたは、「お弁当の日」に栄養のバランスを考えて自分のお弁当をつくることができましたか。
- 【教職員】教科指導と給食指導をつなげて食への関心を高め、生徒がバランスを考えた食を意識することのできるよう努めた。
- 【保護者】お子様は「お弁当の日」に自分で栄養バランスを考えたお弁当をつくっていましたか。

【成果】

取組1

今年度は中学校区全体で実施できたことが大きかった。小学校の協力がとてもありがたかった。小学校の方では児童も保護者も高評価だったようなので、9年間の食育となるように継続的に続けていきたい。



取組2

家庭を巻き込んで夏休みの課題で料理を考えてもらったため、おもしろい料理が出ていた。各クラスに実際に考えたメニューの栄養計算表を配付したが、カルシウムなどが不足しやすいことに気づいたり、せっかく6群で考えたのに、栄養価的にはバランスが悪かったりしたことも含め、多くのことに気づくことができたようだ。

取組3

「ステップアップ週間があることで、生活を見直すことができた」と生徒が感想に書くなど、生活習慣について見直す機会になっているようだ。全く○印がつかない生徒はいないが、少しでも○印の個数が増えるよう、働きかけていければ良いと思う。

【課題】

取組1

弁当の日について、小学校では概ね高評価だったようだが、中学校はいきなり作れといわれても難しいという保護者の意見があった。子どもたちは一生懸命だが、それに伴う食経験がないように思われる。また、「子どもは3年間一度も作らなかった、意味がないと思う」という厳しい意見もいただいた。意味のある取組にしていかなければならないと思った。

取組2

最終的に決定した献立を見ると、家庭で自分たちが作れるものだったせいか、料理としては難しいものが少なく、よくあるようなメニューに収まっていた。そのため、例年より少し残食率が高くなっていったように思う。また、総合的な学習の時間の流れについて、生徒達にどんな力をつけてもらいたいのかをきちんと吟味しながら考えていく必要があると思った。

取組3

忙しい時期に行うため、生徒からの回収率はもちろん、担任から栄養教諭への提出率もよくなかった。そのため、結果的にその回が空欄になってしまうので、生徒の元に継続的なデータを渡すことができなかった。

6 今後の取組に向けた改善方針について

取組1

来年度は小学校からつながるような系統だった目標を考え、生徒達に目標を設定させて取り組みたい。家庭に負担をかけるのではなく、家庭からの協力が得やすいような形で、子どもたちの力をつけてやれるよう、工夫したワークシートを作りたい。

取組2

それぞれの「食」のテーマが、相応しい時期にあるように総合的な学習の時間だけでなく、学活、道徳の時間などを巻き込んで考えたい。また、今回、「命」を考えるところで、社会科でちょうど流通などのことをしていたことから、それともつなげることができるように思われた。身構えた食育ばかりではなく、普段の学習も巻き込んで、総合的な学習の時間の日程を組めると、より生徒達の力になると思った。

取組3

食生活ステップアップカードは就寝時刻や起床時刻を記入することもあることから、生徒が普段どのような生活を送っているのか知る手立てになると思う。そのようなことを担任に説明して、「食育」だけでなく、他のことにも活用できることなどを知らせていきたい。