

平成 28 年度 食育推進に係る実践報告書

学校名	広島県立黒瀬特別支援学校		
学校長氏名	河野 啓	栄養教諭氏名	長島 澄恵
職員数	68 名	児童・生徒数	121 名

1 学校における食育の現状（昨年度からの課題等）

自校方式の学校給食で、個別の配慮を要する児童生徒の実態に合わせた給食を基本とし、日々の給食を通して、また授業・行事を通してそれぞれ食育を行っている。その中で個別の課題は異なり、それぞれの工夫を必要としている。給食においては、広島県産の食材の使用（地産地消）に取り組んでおり、資料掲示や説明、実物展示などでのアピール時には認識しているところもあるが、アンケートで「地場産物（広島県産）を知っていますか」と聞くと「知らない」という答えが多くかえってくる。アンケートの設問と日頃食べているものとのマッチングが難しいこともあると思うが、より認識・理解が深まるよう、今年度は重点的に取り組んでいきたい。また、日頃の学校生活の他に、長期休業中や卒業後の生活にも課題が見え隠れしている現状がある。

2 学校の食育に係る目標（成果指標・目標値）

1 学校給食において広島県産の食材の使用（地産地消）について

	成果指標	目標値
A	小学部 給食食材について興味を持つ。	給食時間を中心に給食の話をしっかりと聞く。
	中学部 ①地場産物の食材と名前のマッチング ②広島県の地場産物を3つ以上知っている。	3つ以上 70%
		3つ以上 70%
	高等部 ①地場産物の食材と名前のマッチング3つ以上 ②広島県の地場産物を3つ以上知っている。	3つ以上 70%
3つ以上 70%		
B	学校給食の広島県産の食材の使用（地産地消）	35%以上

2 夏期休業中・卒業後の食生活について

	成果指標	目標値
A	夏期休業中・卒業後の食生活について考える。	①自分の課題を知る。 ②自分の課題に気づき改善を考える。

3 食育の目標に対する具体的な取組

【取組1】（テーマ） 広島県の食材（地産地消や地場産物）について

- ① 広島県の食材の実物や資料を使って展示や説明を行ったり、食についての学習時やその他給食時間や朝の会などを利用して働きかけ、興味・理解が深まるよう取組を行った。中学部1年生～3年生、高等部3年生では、それぞれ広島県の旬の食材をもとに地場産物について授業を行い、当日の給食での使用食材の具体例をなども挙げながら、知っているほしい地場産物10品について取り上げ、食品名の記入やマッチングなども行った。
- ② 給食の地場産物使用については地元農家（JA）やスーパー、養鶏場などと連携しながら広島県産の食材の使用（地産地消）に取り組んでいる。しかし、天候不順や本校の人数増による使用量の増加などにより、その確保が難しくなっており、臨機応変に対処できるよう業者に協力をお願いしながら進めている。

【取組2】（テーマ） 夏季休業中・卒業後の食生活について

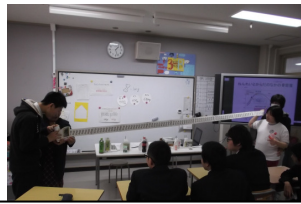
- ① 夏季や夏季休業中特に気になる『飲料水と砂糖の摂取』について、夏休み前後に高等部1年生と2年生に、砂糖の功罪や実物の飲料水を使ってそれに含まれる砂糖について目で見てわかる授業を心掛けて行った。
- ② 卒業後の生活については、高等部では生活科の調理実習を通して、自分で作れる食事を目標に簡単な調理にチャレンジしている。生徒の実態も違うので、それぞれの課題に沿った取組を行っている。高等部3年生は長期休業中は牛乳を飲まない生徒も多く、卒業後に摂取の機会が減ると危惧される牛乳や乳製品に意識してもらうため、カルシウムの授業を行い、その作用や実物の商品と含まれるカルシウム量を見てわかるよう工夫して学習を行った。

【取組3】(テーマ) 目で見てわかる手洗いとバイキンについて

- ① トイレ後や喫食前など手洗いの機会は学校生活に多いが、なかなかできていないことが多いため、6月に小学部1年生～6年生に、病気予防や衛生の基本として、それぞれのクラスごとに紫外線キットを使って学習を行った。



取組 2①飲料水と砂糖の授業



取組 2②カルシウムの授業



取組 3①手洗いの授業

4 「ひろしま給食100万食プロジェクト」の取組について

今年度は県立の栄養教諭・学校栄養職員で考えた特別支援学校独自の献立『トクトクポトフ』を統一メニューとし、『タコタコライス』『せとうちレモンゼリー』とともに10月16日～22日の食育ウイークに特別支援学校全校で実施した。トクトクポトフは、咀嚼の難しい児童生徒にも食べやすいよう食材や味付けに工夫し、材料も県内産を多く取り入れられるよう取組んだ。本校では、ゼリーに大長から購入したレモンを手絞りし、たっぷりの果汁を使って作りとても好評だった。(写真④) 保護者にプリント配布を行ってひろしま給食100万食の協力をお願いしたところ、全校で327食の協力があった。給食ではのべ25献立取り入れ、中には卒業リクエストメニューにも選ばれる人気定番メニューになった献立もあった。5月の第1回保護者試食会に昨年度の100万食メニュー『ひろしまたっぷりビビンバ』などを取り入れるととても好評であった。(写真⑤)



④100万食
メニュー



⑤第1回保護者
試食会メニュー

5 取組に対する成果と課題

【成果】 ① 地場産物について

- 給食時間に説明していたことで知っている地場産物もあるが、改めて聞くとなかなか答えが出ない地場産物もあったため、授業でじっくりと学習できる機会を設けたところ、生徒の反応も良く、理解も深まったのではと思う。記入やマッチングの方法も生徒の実態に合わせるため、担任と連携を取って無理なく進められるよう難しい生徒には写真ありのマッチングや手元文字を見ながらの記入などを行い、成功体験の実感できる授業を心掛けた。目標以上にどのクラスもクリアできていた。給食では、6月の地場産物調査時は32.5%であったが、11月には47.6%にすることができた。

② 夏季休業中・卒業後の食生活について

- 飲料水と砂糖の授業では、実際に含まれる量の砂糖をスティックシュガーとコップに移した砂糖で見ること、日頃自分たちが知らずにどれだけ砂糖をとっているのか分かり、驚いていた。今後についての発表では、飲む本数を減らしたり砂糖が少ないものや入っていないお茶などに変えたり等、改善に向けての意見も見られた。
- カルシウムの授業では、卒業後の生活改善を期待して、カルシウムの量を骨のイラストで表したロールを伸ばしていくことで量の実感でき、教室の端から端まで伸びたものを見て牛乳や乳製品・小魚・カルシウムを含む野菜など、気にして取りたいという意見も出ていた。伸ばし作業も楽しかったらしく、積極的に前に出て作業していた生徒もいた。

③ 目で見てわかる手洗いとバイキンについて

- 手についたバイキンが青く光って見える設定で紫外線ランプを当てると、バイキンをやっつけようときれいになるまで手洗いしていた。担任と一緒に学習した手洗いの歌をさっそく歌いながら洗っている児童もいた。

【課題】

授業の中では理解しているようでも時間がたつと忘れてしまうことも多くあり、繰り返しの指導が必要に思う。

6 今後の取組に向けた改善方策について

それぞれの学年にあった課題や取組について担任等と話し合いながら食育を進めていき、せっかくある生きた教材の給食を生かした取組としていけるよう今後も分掌などでもしっかりと話し合っ取り組んでいきたい。

ひろしま給食100万食プロジェクト

つくってみんさい 食べてみんなさい 栄養満点ひろしま給食



10月16日～10月22日はひろしま食育ウィークです！

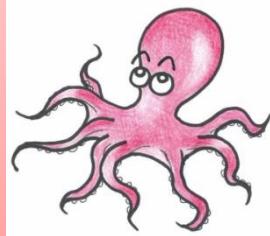
黒瀬特別支援学校

ひろしま給食 統一メニュー
タコタコライス



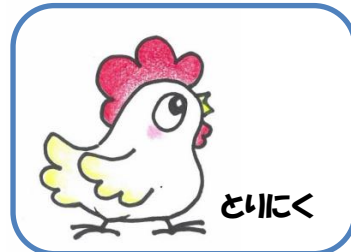
学

3022作品の中から今年度の最優秀レシピに選ばれた「タコタコライス」です。三原市の中学3年生が考えました。隠し味に広島県産のオイスターソースを使っています。ごはんにも、パンにも、麺にも合うレシピです。



特別支援学校 統一メニュー
トクトクポトフ

広島県内の特別支援学校の栄養士が集まり、みんなが食べやすいメニューを考えました。「トクトクポトフ」の「トクトク」は特別支援学校の「特」で、いろいろな栄養がとれるやさしい味のポトフです。材料は食べやすい大きさに切っています。広島県産大豆で作られた豆腐が入っているのも特徴です。



こんな材料が入ってるよ！

デザート **せとうちレモンゼリー**

ひろしまけんさん
リーには**広島県産レモン**を

使っているよ！



トクトクポトフ 《材料 4人分》

鶏肉	100g
白ワイン	2g (小 1/2)
にんにく	0.4g
たまねぎ	100g
じゃがいも	100g
にんじん	60g
木綿豆腐	80g (1/4丁)
小松菜	40g
コンソメキューブ	2個
油	4g (小さじ1強)
塩	一つまみ
こしょう	少々
薄口しょうゆ	1.5g
水	400g (2カップ)



作りやすい、コンソメキューブを使った材料です。冷凍鶏がらスープを使われる時は、
(冷)鶏がらスープ 50g
塩 小さじ1/2強
こしょう 少々
薄口しょうゆ 大さじ1
で、塩こしょうの1/5を鶏肉を炒めるときに、4/5を豆腐と一緒に入れてください。

(仕上がり時には2割減って320gくらいになります)

☆ ローリエなどを入れても香りもいいです。この量はひとりあたり汁椀に1杯くらいなので(179カロリー)、ご家庭では夕食などだと2倍の量でつくられてもボリュームがあっていいと思います。給食では食べやすいよう食材を小さく切っていますが、本来ポトフは大きく切るものなので、お好みで加減してください。

レッツ・クッキング！！



《作り方》

- ①にんにくはみじん切り、にんじん・じゃがいも・たまねぎ・豆腐・鶏肉は1.5cmくらいの角切りに切っておきます。小松菜は1.5cm幅に切ってさっとゆがいておきます。
- ②鍋に油とにんにくを入れて火をつけ、鶏肉を入れて表面の色が変わったら白ワインと塩とこしょうを振り入れて炒め、そこににんじん・たまねぎを入れて炒めます。
- ③玉ねぎがすきとおってきたら分量の水をいれて中火で蓋をして煮ます。ふっとうしたらじゃがいもを入れてさらに煮ます。
- ④にんじんが少し柔らかくなったらコンソメキューブと豆腐を入れて弱火で煮ます。この時、水分が蒸発しすぎていたら少し足してください。
- ⑤にんじん・じゃがいもが柔らかくなったら蓋を取り、小松菜と薄口醤油を入れて色が悪くならないよう2～3分ほど煮て出来上がり。