

平成 28 年度 食育推進に係る実践報告書

学校名	福山市立春日小学校		
学校長氏名	石井 秀司	栄養教諭氏名	藤井 薫
職員数	30 名	児童・生徒数	460 名

1 学校における食育の現状（昨年度からの課題等）

- ・残食の割合の高い「野菜料理」に着目し、平成27年度から「給食ベジ食べるチャレンジ!!」の取組を行っている。残す児童の固定化もあるが、全体的に残食率の低下が見られる。
- ・食事マナーの一つである「正しい配膳」ができていない児童が平均2割いる。
- ・食器破損数は、ブロック内でも、かなり少ない状況にある。

2 学校の食育に係る目標（成果指標・目標値）

- ・野菜を使った料理をすすんで食べる児童を育て、給食の残食率を2.0%以下にする。
- ・「正しい配膳」のできる児童を85%以上に増やす。

3 食育の目標に対する具体的な取組

【取組1】（テーマ）給食委員会活動と連携した「給食ベジ食べるチャレンジ!!」の取組

【ねらい】給食の残食として比較的多い野菜料理について、児童の実態を把握するとともに、給食委員会の活動等をとおして、児童の野菜料理を積極的に食べる意欲の向上を図る。

【実施期間】年2回（7月と11月の3日間）

【方法】・学級ごとに、完食した給食メニューに印をつける。

- ・児童用『チャレンジカード』に「めあて」を設定することにより、児童に日々の取組を意識させる。
- ・給食委員は、給食放送で、取組の経過や野菜に関する情報を提供する。取組終了後は、結果の掲示や達成度別の賞状を各学級に配る。
- ・食育だより等で、様子や野菜料理のレシピを紹介し、家庭への啓発を図る。

【取組2】（テーマ）PTA・栽培委員会活動によるゴーヤの栽培と給食メニューへの活用

【ねらい】環境学習（グリーンカーテンによる室内温度の低下）を目的に育てたゴーヤの実を給食メニューに取り入れることにより、苦手な野菜でも身近に感じ、積極的に食べようとする児童の意欲を高める。また、地産地消の意味もあわせて知らせる。

【実施期間】1学期

【方法】・PTAが苗を植え、栽培委員が育てて収穫する。

（土日祝日や平日の早朝・夕方の水やりは、PTAの保護者の方々の協力により、確実にされる）

- ・給食の食材として使用し、調理した料理（ゴーヤチャンプル・ゴーヤの甘みそあえ）についての給食放送や調理の様子の掲示を行う。給食時間の児童の様子を食育だよりなどで紹介する。



【取組3】(テーマ)『配膳キット』の活用による食事マナーの定着

【ねらい】配膳キットを活用し、繰り返し正しい配膳の指導を行うことにより、食事のマナーを自らの生活に生かす児童を増やす

【実施期間】11月以降

【方法】運営部で『配膳キット』を作成し、各学級での給食指導時に活用する



4 「ひろしま給食100万食プロジェクト」の取組について

- ・全教職員への主旨の説明
- ・ひろしま給食レシピ・キャッチコピーの募集（高学年は、家庭科の学習として取り組む）
- ・ポスター掲示、ちらしの配布等による保護者や来校者への啓発
- ・給食に登場する「ひろしま給食」を給食放送や給食通信で、全児童に周知
- ・料理クラブや給食士が実施する「子ども料理教室」での調理
- ・特別賞を受賞した児童のレシピをブロック献立として、給食に導入
福山市学校給食週間中の実施日に考案者と児童がランチルームで交流
食育コーナーの掲示や食育だよりによる児童や保護者への啓発

(2017.1月末現在)

	平成28年度メニュー							平成27年度メニュー	平成26年度メニュー	合計
	タコタコライス	ワクワクJJJ! (ジャコジャガじゃけん)	ぶた肉と広島食材たっぷりのいため物	ひろしまんぷく!シャキシャキサラダ	広島フルーツぶるんゼリー	おい!ヘル!★ とり肉の広島レモンしょうゆ丼	その他	まんさい!ひろしまご飯	広島たっぶりビビンバ	
給食分	500		495			490		240	260	1985
家庭分(食べた数)	125	158	243	167	234		21			948
家庭分(調理回数)	43	33	73	21	64					234

5 取組に対する成果と課題

【成果】

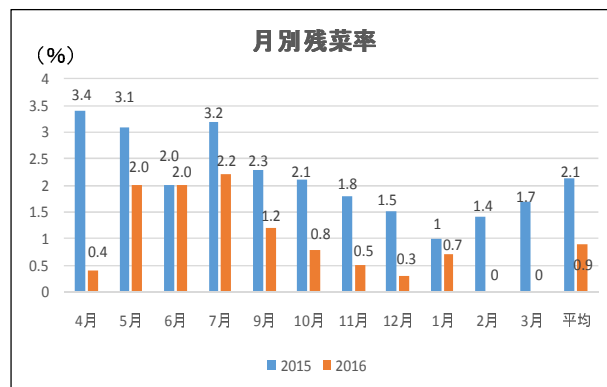
- ・2.0%以下の目標に対して、2月末時点で年間平均0.9%となり、取組の成果があった。
- ・「給食ベジ食べるチャレンジ!!」期間中の残菜率は、月平均よりいずれも低い。

今年度は、特に取組後の経過もよい。その背景には、担任の給食指導や給食委員の活動、給食室の協力等による組織的な取組による児童の意識の向上がある。

- ・正しい配膳への取組により、1か月後には、96%の児童が、正しい配膳ができるようになった。配膳表の掲示だけでなく、児童全員への配膳位置の「見える化」の成果があった。

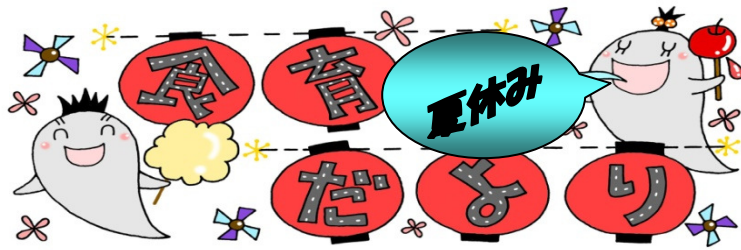
【課題】

- ・残菜率については、全体が減少している中、米飯の占める割合が増加してきている。
(一学期65%, 二学期86%)



6 今後の取組に向けた改善方策について

- ・児童が一生を通じて、健康的な生活を送るための基礎づくり（食品の選択能力と自己管理能力の体得ができるように、食に関する指導においては、「野菜」をひとつの柱として、今後もすすめていく。
- ・残菜の内容の結果から、主食と副菜をバランスよく食べることを基本に、一学期には「野菜料理」を二学期には「主食のごはん」に重点を置いた指導を行う。



春日小学校
平成 28 年 7 月

あした なつやす はじ はやね はや お あさ たいせつ せいかつ おく げん き
明日から夏休みが始まります。早寝・早起き・朝ごはんを大切に生活を送って、元氣
みの なつやす やす あいだ たの ようす がっこう き
で実りある夏休みにしましょう。休みの間 の楽しいできごとやがんばった様子を学校で聞
くのを楽しみにしています。



ふくやまし さい いわ
福山市の 100 歳のお祝いをしたよ!!

「ばらゼリー」のシール



かお あじ
バラの香りと味がいいね!!

7 月 1 日の給食では、新市町のグリーンアスパラガスの入った「福の山たっぷり丼」、走島のしらすぼしを使った「しらすあえ」、デザートには福山産のばらジュースを使った「お祝いゼリー」が登場し、子どもたちは、お祝いの気持ちで、おいしく食べました。使われた食材は、さとうを除いては、すべて福山市内産あるいは県内産という地場産物たっぷりの給食でした。

ことし 今年もチャレンジ!!

7 月 12 日から 14 日の 3 日間、野菜を積極的に食べる『給食ベジ食べるチャレンジ!!』に、子どもたちが取り組みました。給食委員による給食放送や先生たちの声掛けで、一人一人ががんばりました。夏休みの間でも、家族みんなで夏野菜をしっかりと味わいたいですね。



←12 日 :
なつやすカレー
こまつなサラダ
牛乳

13 日 :
ごはん ぶたにくと
レバーのかりんあげ
プチトマト
わふうワンタン 牛乳



きゅうしょうほうどう
給食放送



おいしーい



←14 日 :
サマーミート
スパゲティ
かいそうサラダすいか
牛乳



しょうくけいじ
食育掲示



給食のない夏休み。いつもにも増して栄養バランスのとれた食事をしましょう。暑い夏は食品の衛生管理や熱中症予防にも十分に気をつけましょう。
朝昼夕の3食をしっかりと食べ、夜更かしをせずに十分体を休めることも大切です。

「なつやすみ」・5つの注意

一 生

ものの管理をしっかり。
肉の生焼けにも注意しよう！



三

ネラル（カルシウム・鉄など）をしっかりとる。牛乳・乳製品や大豆製品、小魚、海そうなどを意識して食べよう！



な

つ

や

す

み

つ 冷

めたい飲み物や食べ物をとりすぎないで。おやつは時間と食べる量を決めて食べよう！



や 野

菜を毎日食べる。旬のおいしい夏野菜をたくさん食べよう！



ずい 水

分補給を忘れずに。のどが渇く前に、水や麦茶などでこまめにとろう！



なつ 夏もやっぱいみそ汁

【材料】 (2人分)

みそ (やや甘めのもの) 100~130
かつおぶし 各5
いりこ (粉末) 各5
昆布 (納豆昆布) 各5
※わかめなら細かく砕く

せんもんちょうりし すがのみほこ 専門調理師 菅野美穂子さんおすすめの

『みそまる』を作ろう！

【つくりかた】

・材料をすべてボールに入れてスプーンで混ぜ、8等分にして丸める。

※麦みそや白みそなど、どんなみそでもよい。

※お好みで、ごまやあおさ、カレー粉、かぼちゃ粉末、モロヘイヤ粉末、インスタントコーヒーなどをまぶす。

※冷蔵庫で約2週間、冷凍庫で約1カ月保存可能です。

2016.2.11 中国新聞記事より



春日小学校
平成 28 年 12 月

朝が一段と冷え込むようになり、朝起きるのがつらいと感じる人もいるのではないのでしょうか？ 寒い朝ほど、朝ごはんをしっかりと食べて、体の中から温まりましょう。

ごはんやめん・パンなどの「おもにエネルギーになる食べ物」が、体の中でしっかりと燃えるためには、野菜やくだものなどの「体の調子をととのえる食べ物」を組み合わせることが必要です。かぶや大根、白菜などの冬野菜は、生であえものやサラダをはじめ、煮物や汁物など、いろいろな料理で楽しめますね。

☆がんばりました!!「給食ベジ食べるチャレンジ!!」

11月8・9・11日の3日、春日っ子たちが取り組みました。

- 【8日】秋のかおりごはん 煮びたし 白玉汁
【9日】ごはん 大豆のいそ煮 ツナフレーク和え ぶどうゼリー
【11日】ごはん 根菜のうま煮 白菜のしらす和え 納豆



給食委員会による結果発表の掲示

・完食の多かった料理

第一位「煮びたし」 第二位「大豆のいそ煮」「ツナフレーク和え」 第三位「白玉汁」

- ・18学級のうち、すべてを完食した学級は、7学級でした。完食まであと一歩という学級も3学級ありました。

- ・取組をきっかけに、これからも野菜に関心を持ち、野菜料理をもりもり食べる春日っ子を育てていきたいと思ひます。

給食放送で結果を発表。

『のこさずきれいに食べたで賞』の賞状を手渡す給食委員さん



かぶサラダがもう
ちょっと食べたかったよ。
おいしかったよ。
またつくってね。
(1ねんせい)

☆つくってみよう！給食メニュー

《かぶサラダ》 4人分

ロースハム	20g
にんじん	20g
かぶ	150g
水菜	30g
サラダ油	小さじ1
す	大さじ1弱
うすくちしょうゆ	小さじ1/2弱
さとう	小さじ1強
しお	小さじ1/10
こしょう	少々

ドレッシング

つくりかた

- ① ハムは色紙切り、にんじんとかぶは、短冊切り（小さいものはちょう切り）水菜は2cmくらいに切る。
- ② 湯をわかし、にんじん・水菜とをゆでて、冷ます。かぶは塩少々で塩もみして、水気を切る。
- ③ ハムと②をドレッシングで和える。

※給食では、より安全に食べられるように、かぶやハムもゆでています。

かぶサラダが
あまづっぱく
ておいしかった
です。
(3ねんせい)

☆ひろしま給食100万食プロジェクト



10月初旬から、11月25日まで「食数調べ」(家庭と学校分)がありました。

今年度の「ひろしま給食のテーマ」は、『作って食べる』です。

家庭で

学級では、子どもたちが「食べた食数」と「作った回数」分のシールをカラーの台紙に貼りました。「食べた食数」は948食、「作った回数」は234回でした。ご協力ありがとうございました。

すべての項目において、シールの数が最も多かったのは、3年生です。

学校での「食数調べ」は終わりましたが、広島県教育委員会のホームページへアクセスして、さらに食数を増やすことができます。引き続きチャレンジしていきましょう。

<http://www.pref.hiroshima.lg.jp/site/kyouiku/juten-h28kyusyoku100mansyoku.html>

(画面上の「ひろしま給食アンケートページはコチラです」をクリックします。)

学校で

10月の給食では、最優秀レシピ『タコタコライス』のほか、選択メニューで『広島たっぷりビビンバ』(26年度優秀レシピ)と『まんさい!広島ごはん』(27年度最優秀レシピ)を、11月の給食では『ぶた肉と広島食材たっぷりのいため物』(28年度優秀レシピ)を、子どもたちは食べました。料理クラブでも、ぶた肉の代わりにウインナーを使って、作りました。とても簡単でおいしくできたので、子どもたちも大満足でした。

「ひろしま給食」を食べて、広島県の地場産物などについての知識も深めました。

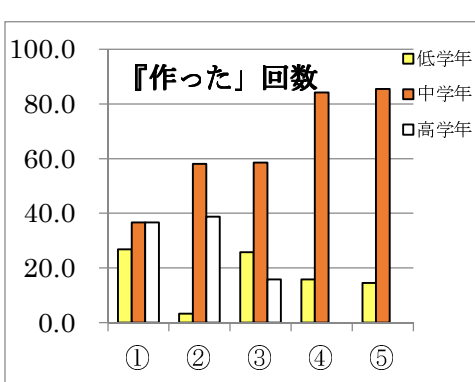
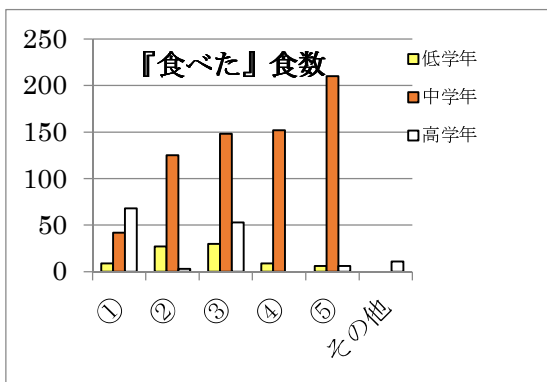
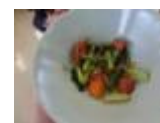
タコタコライス



**ぶた肉と広島食材
たっぷりのいため物**



**料理クラブ
バージョン**



①タコタコライス ②ワクワクJJJ ③ぶた肉と広島食材たっぷりのいため物
④ひろしままんぶく!シャキシャキサラダ ⑤広島フルーツおぼろんゼリー

**はしもと かずや とくべつしょうじょう
橋本和弥くん 特別賞受賞おめでとう!!**

ひろしまけんちょう ひょうしょうしき
広島県庁での表彰式



かすが こしゅうかい ひょうしょうしき
春日っ子集会での表彰式



そして...

「おい!ヘル!と!り肉の広島!モンしょうゆ丼!」



**1月の給食に
出ます!!**



食育だより

春日小学校
平成 29 年 2 月

しゅんぶん ひ す こよみ はる うめ かいか ほう さんかんしおん
春 分 の 日 が 過 ぎ , 暦 で は 春 に な り ま し た 。 梅 の 開 花 も 報 じ ら れ , 三 寒 四 温
で , し だ い に 春 を 感 じ る 日 が 増 え て き ま す 。

しよくいく がっこう しよくいく とりくみ じょうほう し
さ て , 食 育 だ よ り で は , 学 校 で の さ ま ざ ま な 食 育 の 取 組 や 情 報 な ど を お 知
ら せ し て い ま す 。 お 家 で , 子 ど も た ち と 語 る と き の 話 の 種 に し て い た だ け
た ら と 思 い ま す 。 ど う ぞ よ ろ し く お 願 い い た し ま す 。

こんかい ふくやましがっこうきゅうしよくしゅうかん
今 回 は , 福 山 市 学 校 給 食 週 間

がつ にち がつ か
(1 月 18 日 か ら 1 月 24 日) の

とりくみ しょうかい
取 組 を 紹 介 し ま す 。



給食室前に給食士と
掲示板ができました!!

まいにち かんそう たの
毎 日 感 想 を み る の か 楽 し み だ ね

『ひろしま給食』in学校給食週間

とくべつしょう きゅうしょく がっこうきゅうしよくしゅうかん
★『特別賞』メニュー 給食デビュー!! (1月23日)
「おいC! ヘルC! とり肉の広島レモンしょうゆ丼」
ねん くみ はしもとかず や かあさま さ ち こ
5 年 2 組 橋本和弥くんとお母様佐知子さん

3,022 作品の中から
選ばれました!!



ちょうり きゅうしょくし せんせいがた
調理してくださった給食士の先生方
といっしょに…
「おめでとうございます!!」

みんなで食べる!

ねん くみ こ
1 年 1 組 の 子 ど も た ち と ラ ン チ ル ー ム で …

「みなさん! 今日の 丼 を 考 え た 方 で す よ。」

「えー! す ご い な あ!」 と 歓 声 が あ が り ま し た 。



シー ひ と て
「おいC! 人は手を
あげて!」の
と 問 い かけ に
げんき て
元 気 よ く 手 が あ が り ま し た

おすすめポイント

その 1 : 身近にある食 材 で 簡 単 に 作 れ る

その 2 : 広島レモンとしょうゆのハーモニー

コメント

・おばあちゃんから母・子どもへと伝えられた
わ や あじ おお ひと ひろ
我が家の味, 多くの人へと広がるとうれしい



『ひろしま給食』in学校給食週間

春日小学校
平成29年2月

つながり 広げよう! (その1)

ランチルームでの食事が終わるころ
給食士の苗代先生が登場! 子どもたち
からたくさんの質問がでました

- ・「何人で給食を作っていますか？」
→「3人です」(「エ〜! たったの3人？」
というよくめきが)
- ・「どうして給食はおいしいんですか？」
→「栄養士の先生がつくった献立を
どうしたらおいしく調理できるかを
給食士のみんなで考えてつくる
からです。」

愛情もたっぷりですよ!
(「へえ そうなんだ!」
みんな納得の表情でした)



先生あのね!
質問があります

料理クラブで作った
「ウイナーと小松菜のいため物」の作り方
と調理の様子を紹介しています。
このメニューは『ひろしま給食』の
「ぶた肉と広島食材たっぷりのいため物」を
アレンジしたものです。

つながり 広げよう! (その2)

1月23日の様子を掲示でお知らせしています

左下: 北校舎3階踊り場

(子どもたちの感想もあります: レモンの
香りがきいていておいしかったよ!
また作ってください)

右: 北校舎2階食育コーナー

(調理や料理クラブの様子を紹介)

右下: 26日の書初めの会場で

(調理から食べる様子とレシピ)



家庭で作れる
ようにレシピも
置きました。



今回 食育だよりといっしょに
レシピもお配りします。
まずは、お家のみなんで食べて
みましょう。



お知らせ ・ 関連の記事が、今月26日発行の「中国新聞ミニコミ誌」に掲載されます。

ご協力ありがとうございました!!

まんじょくたっせい
100万食達成

「ひろしま給食」メニュー食数・調理回数結果 (1月27日現在)

食数	全県	春日小給食	家庭	合計	割合
1,030,121食	1,985食	948食	2,933食	約0.3%	
調理回数(家庭分)	全県	春日小	家庭	合計	割合
75,129回	234回	約0.3%			