

平成 28 年度 食育推進に係る実践報告書

| | | | |
|-------|-----------|--------|-------|
| 学校名 | 呉市立呉中央小学校 | | |
| 学校長氏名 | 藤井 敏彦 | 栄養教諭氏名 | 室瀬 美穂 |
| 職員数 | 42名 | 児童・生徒数 | 612名 |

1 学校における食育の現状（昨年度からの課題等）

食に関する指導を年間指導計画に基づいて行っている。

食の指導や体験を楽しみにしている児童が多い。

2 学校の食育に係る目標（成果指標・目標値）

早寝、早起き、朝ごはんの定着率90%を目標値とし、達成値は92.4%であった。（朝食摂取率は96.5%）

生活振り返りカードを活用し、家庭を巻き込んだ取組を進めたり、養護教諭と栄養教諭が一緒に個別指導を行ったりした成果である。

3 食育の目標に対する具体的な取組**【取組1】（テーマ） 家庭との連携（給食学習会）**

安心安全でおいしい学校給食と食育についての理解を深めるため、写真や動画を取り入れたパワーポイントを使ってわかりやすい話を心がけている。出席者46人にアンケートを行った結果は、次の通りである。

1. 給食学習会に参加されてどうでしたか？

とてもよかった（46人）、ふつう（0人）、あまり良くなかった（0人）

2. ご意見、ご感想（抽出）

- ・毎日、衛生面、安全面に気を付けて給食を作っている事がわかり、とても感謝しています。これからもよろしくお願いします。
- ・給食室の器具の説明など、とても興味深かったです。食材の洗浄など、知らないことも多く、楽しいお話、ビデオメッセージも面白かったです。ありがとうございました。
- ・普段はお会いすることがなかなかないので、今後もこのような会があると良いです。校長先生のメッセージや調理員の先生方の紹介ビデオも良かったです。
- ・子どもが小学生になってから給食を楽しみに通学しているのがとてもよくわかりました。いつも元気になる給食をありがとうございます。これからもお願いします。私は米飯をお弁当箱に入れて持って行っていたので、呉に来て子どもが小学生になって、給食のこと、食べ物の地域の違いなど、初めて知ることもあり、給食の話を聞くのが、とても楽しみです。
- ・今回初めて参加して、楽しかったです。減塩のこととか、勉強になりました。ありがとうございました。
- ・いつもおいしい給食をありがとうございます。味も形も安全も追求していただき、本当に息子は給食と室瀬先生が大好きです。これからもよろしくお願いします。
- ・食育の大切さを改めて感じました。
- ・毎年、室瀬先生のお話が楽しいです。
- ・室瀬先生の子どもを愛する食育の心を近くで感じる事ができてとても良かったです。ありがとうございました。

【取組2】(テーマ) 家庭との連携(ワークシートの共有, 学校の食育を家庭へつなぐ)

食に関する授業を行った時は、ほとんどの授業でワークシートを家庭に持ち帰らせ、家庭からの返事を記入してもらっている。今回は、1年生の保護者102人に次の3項目についてアンケートを行った。

1. お子さんは、給食時間を楽しみにしていますか。

はい(93%)、いいえ(2%)、わからない(4%)、無回答(1%)

2. 学校の食育は、子どもの健康教育に必要なだと思いますか。

はい(96%)、いいえ(0%)、わからない(2%)、無回答(2%)

3. 学校の食育についてのご意見、ご感想(抽出)

- ・毎食、「今日のごはんは何色が少ない」等、気にしながら食べています。バランス良く食べる様になり嬉しく思います。
- ・家では食べない食材でも「学校では食べられたよ」という言葉を耳にする事もあり、少しずつでも食べられるように頑張る事ができるようになりました。
- ・学校から帰宅後に「今日、室瀬先生に習ったんよ、あのね、ごまっつね、油なんよ。」と話してくれました。日常よくみる食物、材料が何に変わるか興味を持つ機会を与えて頂き、子ども達の食に対する意識へ大きく影響していると思います。
- ・好き嫌いせず食べないといけないと考え始めたので、いい勉強をさせてもらっていると思います。
- ・家庭では難しいと思いますので、食育の授業をしていただきありがたいです。家庭では、食事を通して子どもに食事の大切さを伝えていけたら、と考えます。
- ・野菜、魚、果物等の旬の時期についてどんどん取り上げてほしい。どの野菜もスーパーで年中出回っていて、大人もよくわからなくなることもあるので。
- ・子ども自身が室瀬先生の食育の時間が大好きで、授業があった日は色々話をしてくれます。それだけ興味が持てるように話をしてくださっているのだらうなとすごく有り難いです。
- ・室瀬先生のお話をよく家でも聞かせてくれます。教室に来ていただけるのを楽しみにしているようです。
- ・自宅で親が伝えるよりわかりやすく、楽しく学んでくれるのでありがたいです。
- ・食品の成分や役割など、わかりやすくとても良いと思います。危険な添加物や発がん物質、農業の問題など一歩先の食育を学べる教育現場であると、病気になりにくい子どもが増えるのではないのでしょうか。
- ・家で教える事がなかったので、話をするいい機会をいただきました。学校でのお話、とてもわかりやすかったみたいで、嬉しいです。
- ・食育の授業がある度に、家で教えてくれるので、自分の成長や野菜などに、興味を持ってきているようです。以前よりも、この野菜はどいう栄養になるのかなど聞いてくる事が多くなり、うるさく言わなくても、話せば一口でも食べる事が多くなりました。
- ・自宅ではどうしても好きなものばかりを取りがちです。食育の時間で食の大切さを勉強し、給食をクラスの友達と好きな物も嫌いな物も残さず食べるという、子ども本人の自覚が大切だと思います。
- ・家で食育について話をした事よりも、学校でみんなと聞いた事の方が心に残るみたいで「良く知ってるね」と驚くと「学校で聞いた。」とよく言ってます。

【取組3】(テーマ) 配置校以外の学校への指導

呉市では、栄養教諭の担当校及び職務について「呉市学校栄養職員の勤務に関する運営要綱」を定めている。それにより、栄養教諭配置校以外の学校の食育に関わる指導は、栄養教諭配置校校長と担当校校長が協議し、教育委員会を通して栄養教諭が派遣されている。

本校は、小学校2校と中学校2校を担当している。小学校2校では、一年間に1クラス1時間の授業に取り組んでいる。両城中学校では、各クラス1回ずつ給食時間に食育担当者からいただいたテーマに沿って指導を行っている。呉中央中学校では、各学年1時間ずつ、学級活動において食育担当者や担任と打ち合わせをして授業をしている。7年生では「朝食の大切さを知ろう」、8年生では「受験に向けての食生活を考える」、9年生では「かぜの予防と食生活(受験期を迎えて)」というテーマで指導に取り組んだ。



4 「ひろしま給食100万食プロジェクト」の取組について

・家庭への発信

ひろしま給食のレシピを全家庭に配布した。また、職員室前の食育コーナーに、レシピを置き、保護者等が訪問時に自由に持ち帰っていただけるようにした。

・呉市の給食メニューに活用

呉市では、全学校で毎年メニューに取り入れている。

・夏休みキッズクッキング教室

夏休み中に行った5・6年生児童対象の料理教室で、「タコタコライス」を実習した。

・教育実習生(栄養教諭)の指導に活用

栄養教諭教育実習生に、今年度の100万食メニューの1つ「タコタコライス」の掲示資料を作成させ、ひろしま給食100万食プロジェクトについて指導した。

・校内での掲示

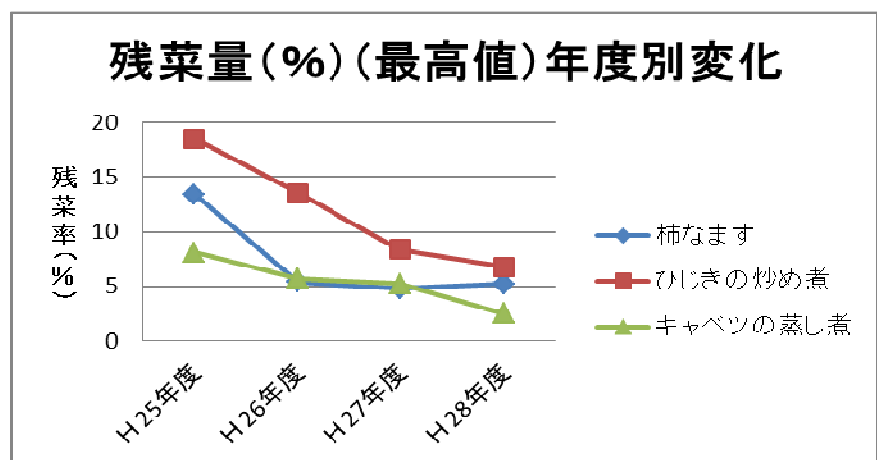
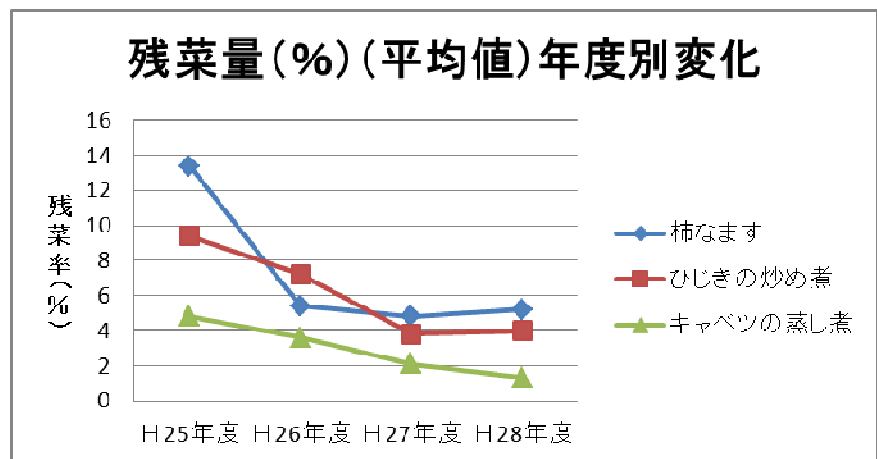
給食室前にポスター等を張り出し、児童や来校する保護者等へアピールした。



5 取組に対する成果と課題

【成果】

毎年、食べ物を大切に食べようとする態度を育てていくことをテーマに取組を進めている。毎日給食を食べている様子を栄養教諭が観察し、食缶におかず等が残っていたらおかわりをして食べるように声かけを行い、児童が特に苦手としている野菜料理の残菜量を測定している。その結果、残菜の年間平均値は、昨年度と比べ大きな変化は見られなかったが、残菜の一番多い量（最高値）を年度別に比較すると、値が減ってきており、これは食べなかった児童が減ってきていることを意味していると考ええる。



【課題】

児童の食育を進めていく上で、毎日の給食時間の指導は、大切な役割を担っている。今後も栄養教諭が積極的に教室に出向き、食材について解説したり、給食時間を楽しく、明るい雰囲気にするために、パペットを利用して話をしたりすることで、一層食への関心を高めていきたい。また、教師用資料を呉市の栄養教諭・学校栄養職員で作成して配布したり、特別な献立については職員朝会で話をしたりすることで、教職員の意識を高めることが必要だと考える。

6 今後の取組に向けた改善方策について

食育は、学校だけでなく家庭と一体となって取り組んでいくべきものである。そのため、学校で行った食育についての授業を家庭に伝えていく取組を進めていきたい。そのため、ワークシートに保護者欄を設け、学習内容についての感想を保護者から募っていくことで、保護者の意識改革を進めていく。そして、食育通信を通して内容を広く紹介していくことで、食育の輪を広げていきたい。今年度、地域の住民対象の料理教室講師を依頼された折に、学校での食育の取組について話をしたところ、学校で食育をすることは、よい事だと評価していただいた。今後も折に触れ、学校での食育の取組について地域に発信していきたい。また、地域のスーパーとの連携による給食だより（献立表）や学校給食ミニレシピの配布を、今後も続けていきたい。

配布しているミニレシピ

呉市の学校給食人気メニュー⑳

和え物

わけぎのめた

発信元→呉市立呉中央小学校 栄養教諭 室瀬

広島県尾道市は、「わけぎ」生産量日本一です。

(エネルギー：2.3Kcal, カルシウム：2.1mg, 塩分：0.5g)

| 材 料 (1人分) | (g) |
|-----------|-----|
| わけぎ | 2.5 |
| ゆで塩 | 適量 |
| にんじん | 5 |
| ちくわ | 5 |
| 中みそ | 3.5 |
| さとう | 1.8 |
| 食酢 | 1.8 |
| 広島レモン果汁 | 0.4 |

《 作 り 方 》

- ① わけぎは塩ゆでし、ザルにあげてしっかり水気をきっておく。
- ② にんじんはせん切りにし、ゆでておく。
- ③ ちくわは半月または輪切りにする。
- ④ 合わせた調味料を煮立て、ちくわ、にんじん、わけぎの順に入れて煮る。(給食では加熱しますが、ゆでた材料を和えるだけでもよいです。)



いろいろな食べ物や料理の味を体験して、味覚を広げよう。

??? 絶滅危惧種 ???

子ども達に「めた」を家で食べた事があるかどうか聞きました。なんと、クラスの半数以上の子どもが家で食べた事が無いと答えました。これを受けて、ある担任の先生の言葉です～「めた」って、料理の絶滅危惧種なんじゃない?～。どうお考えになりますか? 広島の産物を使った日本の味、「わけぎのめた」(酢みそ和えという料理)を子どもたちに味わってもらうために、旬の時に給食に出しています。