

平成 28 年度 食育推進に係る実践報告書

| | | | |
|-------|----------|--------|-------|
| 学校名 | 呉市立安浦中学校 | | |
| 学校長氏名 | 下重 節実 | 栄養教諭氏名 | 松浦 悦子 |
| 職員数 | 25 名 | 児童・生徒数 | 218 名 |

1 学校における食育の現状（昨年度からの課題等）

給食の残菜は年々減少しており、各学級で安全に手早く準備することができ、食事時間の確保ができるようになった。また、昨年度から養護教諭と連携して「健康（食事・生活）相談」を実施し、肥満度 20%以上の生徒の割合を目標の 10%を下回る 8.7%に減らすことができた。しかし、給食での喫食状況から偏食や小食など気になる生徒もおり、食を中心とした生活改善を目指した取組を実施することにした。

2 学校の食育に係る目標（成果指標・目標値）

家庭科教諭と連携して、栄養バランスのとれた望ましい弁当作り、地域の方を招待した会食会を計画し、生徒アンケートの成果指標として満足度 80%以上を目標値とした。

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」 栄養のバランスのとれたお弁当をつくろう

全学年、家庭科の授業において、班ごとに主菜、副菜、付け合せなどの料理を決めて調理実習し、持参した弁当箱に詰めて「栄養のバランスのとれたお弁当」を作成した。

- ① A主菜（卵）、B主菜（肉類）、C副菜、D副菜、E付け合わせのそれぞれのグループから 1 品を選び、合計 5 品を決定する。
- ② 5 品を 6 つの食品群の表に分類し、課題をみつける。
- ③ 不足している食品群があれば、改善策を考える。
- ④ 改善後、決定した料理をもとに、各自で盛り付け図を作成する。
- ⑤ 各班ごとに調理した 5 品を主食の米飯といっしょに、持参した弁当箱に彩りよく詰める。
- ⑥ 出来上がった弁当の写真を撮り、ふり返りをする。

【取組 2】（テーマ） 地域の方を招待して会食会をしよう

1 年の総合的な学習の時間において、地域の方を招いた会食会を実施した。招待状作成、地域学習の発表、豚汁調理、受付、接待などを計画・分担し、当日は町内小学校長や学校関係者評価委員、自治会長、民生児童委員など 30 名の方の参加があった。豚汁には、地域の特産物である「日之浦小芋」を使った。



【取組3】(テーマ) 健康(食・生活)相談

養護教諭と連携し、4月の身体測定の結果、肥満度20%以上で「内科検診結果(生活習慣病)のお知らせ」を配付した生徒及びその保護者を対象にした「健康(食・生活)相談」を実施した。今年度は、急激な体重の減少が見られた生徒にも相談を行った。自分の食生活を振り返ったり、保護者から聞き取ったりしたことをもとに、個々の課題を明らかにし達成可能な目標を設定した。長期休業前や新学期の身体測定後に相談をもつことで休業中の生活の振り返りも行った。

4 「ひろしま給食100万食プロジェクト」の取組について

家庭科において、家庭科教諭と連携して「ひろしま給食100万食メニュー」の調理実習を行った。給食では「ひろしま給食メニュー」の学級用資料と保護者用資料を作成し、配付、指導した。

「ひろしま給食100万食プロジェクト出前講座」では、日本料理の調理師を招き、「ふるさと安浦再発見～だしのうま味を知り、地域の食材を味わう～」と題して、だしの飲み比べと地場産物である「日之浦小芋」を使ったみそ汁の調理実習を行った。



5 取組に対する成果と課題

【成果】「弁当の日」では、1年の生徒満足度は93%、2年では99%、3年では90%と全学年で学校評価の目標値である80%を上回った。「弁当作りは楽しかった。家でも役立てたい。」「母のたいへんさがわかった。感謝したい。」「たいへんだったけど、その分達成感があった。」「この経験を生かして、自分でも弁当が作れるようになりたい。」など、弁当作りに意欲・関心を持ったり、家族への感謝の気持ちを高めたりすることができた。また、栄養のバランスのとれた弁当の課題解決に向けて、班で取り組み、98%の生徒が解決することができた。

会食会では、96%の生徒が地域の方と交流を深めることができた と答え、豚汁の調理は98%の生徒が班で協力することができた と答えた。

【課題】「健康(食・生活)相談」では、4月に8.63%であった肥満傾向割合が9月には7.37%に下がったものの、1月には10.37%と増加し、相談に参加しなかった生徒の肥満度増加など、「普通」から「軽度肥満」等に移行する生徒が数名みられた。また、3年で部活動引退後に体重が増加する生徒は毎年みられることから、引退後の食生活等の指導・取組が必要と思われる。

6 今後の取組に向けた改善方策について

「弁当作り」においては、実施日の調整とともに更なる調理技術習得のための時間設定、実習内容について家庭科教諭や学級担任と協議、連携していく。

健康(食・生活)相談においては、相談に参加しない生徒・保護者への取組や、部活動引退後の食生活指導など、学校保健計画にも位置づけて実施していく。