

## 平成 28 年度 食育推進に係る実践報告書

学校名	東広島市立八本松中学校		
学校長氏名	松原真奈美	栄養教諭氏名	大重千織
職員数	41名	児童・生徒数	468名

### 1 学校における食育の現状（昨年度からの課題等）

昨年度から、総合的な学習の時間の「食を探る」において、課題発見・解決学習の単元開発をしていくことを課題に取り組んできた。課題意識を持って取り組むことができるように単元の見直しが必要である。

また、生徒の食の実態調査から、朝食摂取においては、全国平均より上回っているが、主食・主菜・副菜のそろった朝食を食べている生徒が64%で、朝食内容に課題がある。

### 2 学校の食育に係る目標（成果指標・目標値）

【取組指標】「作って！食べよう！弁当DAY！」の実施（2回）

栄養教諭の食に関する指導時間数100時間以上

【成果指標】毎日、朝食を食べている生徒の割合 98%以上

### 3 食育の目標に対する具体的な取組

【取組1】（テーマ） 総合的な学習の時間における食に関する指導の取組

総合的な学習の時間では、1～3学年を通して「食を探る」単元を設定し、「課題発見・解決学習」を取り入れた取組を行った。第1学年の取組について紹介する。

**第1学年**      単元：食を探る「地場産物」

**課題設定**（パフォーマンス課題）

「東広島に『地場産物』の活用を促進するためには、どのような新聞記事を提案すればよいのか考えよう。」

- ・地場産物について生徒の認知度（実態）を知る。
- ・アイデアを出し合い、イメージマップを作る。

**情報収集・整理・分析**

どのような内容を提案すればよいか考える。

- ・どんな地場産物があるのか学校給食から考える。

**課題設定**

担当地区の「地場産物」について提案する内容を考える。

**情報収集・整理・分析**

地域の方から情報収集する。

- ・ゲストティーチャー（市役所産業部・JA・生産者）

家での聞き取りや調べたりしたことを交流する。

課題解決のための計画を立てる。

**まとめ・創造・表現**      **実行**

プレゼンテーションをする。

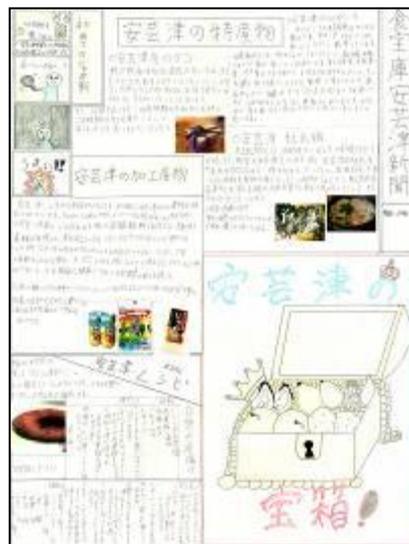
- ・ゲストティーチャーに自分たちが考えた新聞の内容を提案し、アドバイスをもらい、改善策を考える。

**実行**

課題解決に向け、より効果的な内容を考えまとめる。

**振り返り**

学習を振り返る。



## 【取組2】(テーマ) 「作って! 食べよう! 弁当DAY!」の実施

東広島市では、食育の充実を図るため、生徒自身が弁当を作り、学校で一緒に食べることを通して、食べることの大切さに気づき、家族や農家の方たちへの感謝の気持ちを持つことにより、生きる力の向上を図るとともに、地産地消の担い手の育成を図ることを目指し、「作って! 食べよう! 弁当DAY!」を実施している。本校では、次のような取組を行っている。

### 弁当DAYの学年テーマ

- 1 学年：地場産物を取り入れる。
- 2 学年：地場産物を使い、和の味の基本「だし」を使う。
- 3 学年：地場産物を使い、究極の食を表現する。家族のために作ろう。

- ①第1回目実施(5月)・・・学年テーマを発表し、テーマにそった弁当を自分で作る。
- ②第2回目実施(10月)・・・総合的な学習の時間の学習を活用し、テーマにそった弁当を自分で作る。
  - 西条農業高等学校の取組から学ぶ。(1～3年)
  - 地場産物について学ぶ。(1年)
  - 料理の専門家から学ぶ。(2年)
  - ライフスタイルに応じた食について学ぶ。(3年)
- ③校内コンテストの実施・・・各クラスでテーマにそった弁当を選ぶ。
- ④保護者・地域の方の投票・・・選ばれた弁当を掲示し、  
学校へ行こう週間に保護者・地域の方の投票



## 4 「ひろしま給食100万食プロジェクト」の取組について

- ①「ひろしま給食」に組み合わせる料理の募集
  - 募集方法・・・「給食だより」に募集要項を掲載。
  - 料理選定・・・「タコタコライス」と「ワクワクJJJ!」にあい、食材や栄養面も考慮し選出。
  - 料理決定・・・試作を行い、東広島市の統一となる一食分のひろしま給食を決定。
  - 選定組織・・・東広島市教育研究会・栄養士部会で、市教委指導主事参画し実施。
- ②広報紙作成・・・市内統一の広報紙作成。
- ③家庭・地域への啓発・・・給食試食会で料理試食。参観日にレシピ配布。地元スーパーへレシピ設置。
- ④食数の把握・・・毎週、保健給食委員会の生徒が、各クラスで広報。ポスターにシールを貼る。

## 5 取組に対する成果と課題

### 【成果】

- 取組目標については、予定どおり実施できた。
- 総合的な学習の時間で、探究的な学習にすることで、目的意識を持って生徒は取り組むことにつながり、野菜への意識が高まった。
- 自分で弁当作りをすることで、いつもお弁当を作ってくれる家族への感謝の気持ちや温かく見守る家族とのよい関係づくりができた。

### 【課題】

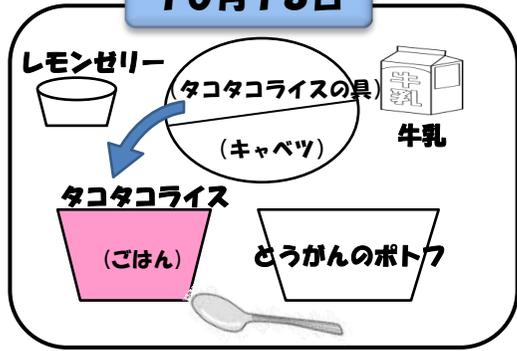
- 朝食の摂取率が94%で、学校の食育目標値に及ばなかった。個別に家庭への働きかけが必要である。



## 6 今後の取組に向けた改善方策について

- 総合的な学習の時間を充実させ、弁当作りをとおして、生徒自身が課題解決のスキルを高められるように、地域の人材の活用や、教材や資料の精選をしていく。
- 家庭との連携の充実を図る。

10月18日



# 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

学校・家庭・地域で めざせおいしく100万食!

「ひろしま給食100万食プロジェクト」は、県民みんなで、広島ならではの「ひろしま給食」を食べて「食」に関する理解や意識を高める「食育」プロジェクトです。東広島市の学校給食では、2つのメニューを市内統一メニューとして提供します。

10月21日



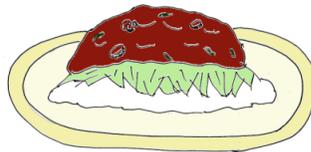
## タコタコライス

最優秀レシピ賞

考案者:三原市立大和中学校3年 原 夏那さん

【作り方】

- ①米を炊く。
- ②キャベツをゆでておく。
- ③鍋に油を入れて豚ミンチを炒め、酒を振り入れ、火が通ったら玉ねぎを加え、炒める。
- ④玉ねぎに火が通ったらトマト・たこ・小松菜を加え、Aで味付けをし、水気がなくなるまで炒め、仕上げる。
- ⑤皿にごはん、②のキャベツ、④の具を順に盛り付ける。



## ワクワクJJJ! (ジャコジャガジャけん)

広島県教育委員会賞

考案者

比治山大学健康栄養学部3年  
延藤 香織さん・桐岡 陽美さん  
西川 綾香さん・山本 菜さん

【作り方】

- ①米粉を水（粉量の倍）で溶いておく。
- ②鍋にオリーブ油、にんにくを入れ火にかけ、こんにゃく、にんじんを炒め、水を加えて煮る。
- ③じゃがいも、ちりめんじゃこ、エリンギ、しめじを入れ、コンソメを加えて煮る。
- ④材料が煮えたらアスパラを加え、牛乳で溶いたみそと、①の米粉を入れてとろみをつける。
- ⑤粉チーズ、塩・こしょうで調味をし、火を止める。

アスパラガスを絹さややブロッコリーにするなど、季節の旬の野菜を使って作りましょう。



## とうがんのポトフ

考案者:八木松中学校1年 森王 香衣さん

材料	分量(4人分)	切り方
にんじん	1/4本	いちょう切り
玉ねぎ	1/2個	くし切り
しめじ	1/3株	小房に分ける
とうがん	200g	2cm角切り
じゃがいも	1個	2cm角切り
ウィンナー	50g	
コンソメ	1個	
塩・こしょう	少々	
水	400cc	

【作り方】

- ①湯を沸かし、コンソメを入れ、にんじん、玉ねぎ、しめじ、ウィンナー、じゃがいも、とうがんの順に煮る。
- ②塩・こしょうで味を整える。



## ビタミン・レモン

考案者:原小学校6年 佐々木 ひなたさん

材料	分量(4人分)	切り方
豚肉	200g	一口大
塩・こしょう	少々	
でんぷん	適宜	
揚げ油	適宜	
レモン	4切れ分	いちょう切り
レモン果汁	小さじ1	
しょうゆ	小さじ1	
みりん	小さじ1	
酒	小さじ1	
さとう	小さじ1	

【作り方】

- ①豚肉に塩・こしょうで下味をつけ、でんぷんをまぶし、揚げる。
- ②Aを煮立たせ、レモンとレモン果汁を加え、レモンソースを作る。
- ③②のたれを①の豚肉にからませる。

豚肉は玉ねぎなどと一緒に炒めてもOK!



## 広島特せい! 野菜もいもいサラダ

考案者:板城小学校6年 友廣 咲希さん

材料	分量(4人分)	切り方
キャベツ	2枚	千切り
水煮大豆	20g	
きゅうり	1/4本	輪切り
にんじん	1/5本	千切り
酢	小さじ1/2	
サラダ油	小さじ1	
さとう	小さじ1	
塩・こしょう	少々	

【作り方】

- ①にんじん、キャベツをゆで、きゅうりは軽く塩をする。
- ②調味料を合わせ、材料をあえる。

季節にとれる野菜を使って作りましょう。