

平成 28 年度 食育推進に係る実践報告書

学校名	安芸郡府中町立府中小学校		
学校長氏名	奥 金実	栄養教諭氏名	石本良重
職員数	45 名	児童・生徒数	823 名

1 学校における食育の現状（昨年度からの課題等）

- ・「生活リズムカレンダー」を学期に1回実施しているが、その中の項目である朝食調査の結果、1品ないし2品あるいは食べない家庭が平成27年度は34%あった。
- ・学校全体で給食指導にあたった結果、全体の残食率は減少したが、個々の児童をみると、偏食のため給食が食べられない児童がまだまだいる。

2 学校の食育に係る目標（成果指標・目標値）

- ・栄養バランスのとれた食事の大切さを理解し、家でも実践しようとする児童を育成する。

「生活リズムカレンダー」の取組により、栄養バランスのとれた朝食を摂取する児童の2学期の割合を1学期より5%以上にする。

3 食育の目標に対する具体的な取組**【取組1】（テーマ）栄養バランスのとれた朝食**

- ・食育参観日を2学期に全学年実施した。発達段階に応じて朝食についての授業を行い、親子でバランスのとれた朝食について考えた。
- ・簡単にできる朝食レシピを作成し、掲示板にウォールポケットに入れて掲示し、自由に取れるようにした。
- ・給食試食会で朝食に関する話をし、保護者に栄養バランスのとれた朝食の大切さを啓発した。
- ・給食日よりや掲示板を利用して情報発信をした。

【取組2】（テーマ）体験学習を重視した食に関する指導の取組

- ・生活科で1年生は、給食のお手伝いとして「そらまめ」「ピーマン」「とうもろこし」の皮むきや種取りを行った。その後、自分たちが下処理した野菜を給食で使用し、全校児童で食べた。
- ・2年生は、「グリーンピース」の皮むきをし、豆ごはんとし給食に出した。また、夏野菜について学習し、バイキング方式で夏野菜サラダを作って食べた。
- ・1年生の国語科の「サラダでげんき」の「りっちゃんのサラダ」を題材に3色分けを学んだ。
- ・「りっちゃんサラダ」を給食で全校に提供し、1年生はバイキング形式で自分たちが作って食べた。



1年生

【取組3】（テーマ）教科等における食に関する指導の充実に向けた取組

- ・4年生の社会科の「ごみの始末と活用」で給食の残食を題材にした。
- ・6年生が家庭科で「府中小オリジナル給食メニュー」を考え、給食で実施した。

「栄養バランス」「給食の約束」「食べる人の気持ち」の3つの献立作りのポイントをふまえ、班ごとにメニューを作り、その中から1つ、クラス代表メニューをクラス全員の採点で決定し、給食で実施した。

4 「ひろしま給食100万食プロジェクト」の取組について

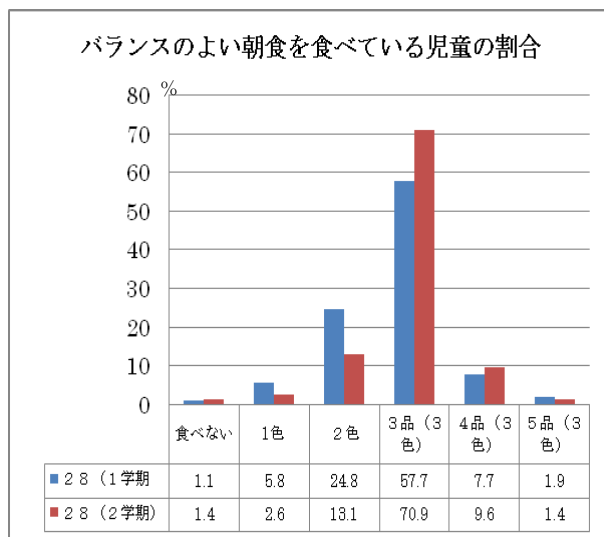
- ・給食試食会で実施し、家庭で作って食べることに付いて啓発をした。
- ・5年生の家庭科と関連付け「ひろしま給食出前講座」
日本料理の北岡先生を講師に招き、おいしい出しのとり方について学んだ。
- ・府中町で広島県産の食材を使用した「さっぱりさわやかサラダ」を取り入れ、食材についての掲示もして、広島県産の食材について関心を持たせるようにした。
- ・優秀レシピ賞に選ばれた本校教諭の「ひろしまんぷくシャキシャキサラダ」を取り入れた給食メニューをレシピとともに学校のホームページに掲載し、広めた。



5 取組に対する成果と課題

【成果】

- ・食育参観日に親子で朝食について考えたり、給食日より等で朝食の大切さを啓発したりした結果、「生活リズムカレンダー」の栄養バランスのとれた朝食を摂取する児童の割合が81.9%となり目標値である1学期の67.3%より5%以上大きく超えることができた。
- ・一人一人が楽しい食への挑戦を目指せるよう、野菜が苦手な児童が多い低学年で野菜とふれ合う体験活動を重視した食育を実施した。また、毎月、誕生日給食としてリザーブ給食を実施したり、郷土料理や世界の料理を提供したりして、児童の食への関心を深めた。その結果、苦手な食材も少しでも食べてみようとする児童や給食を完食する児童が増えた。給食委員会の取組で実施している「完食賞」も4月には1クラスだけだったが、2月には10クラスになった。
- ・6年生が立てた給食献立は児童の関心が高く、普段の給食より、盛りだくさんの内容にもかかわらず、残食率は同じ月の平均の半分であった。「よく考えられている」「さすが6年生だと思った」などの感想が寄せられた。



【課題】

- ・朝食の内容が1品ないし2品あるいは食べない家庭が17.1%となり、27年度に比べて大幅に減少したが、朝食を食べない児童、食べてきているが内容に課題がある児童が固定している。今後も継続した取組が必要である。

6 今後の取組に向けた改善方策について

- ・栄養バランスのとれた朝食についての取組を家庭に理解してもらえるように、来年度も引き続き行う。
- ・健康安全部を中心とした食育推進の取組を推進し、自ら判断し、望ましい食習慣を実践する子どもの育成のための取組を、継続して行っていく。

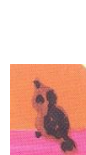
ごちそうさま！

(食育だより)

平成28年12月5日
府中小学校
栄養教諭 石本良重

国語の教材「サラダでげんき」に登場する「りっちゃんのサラダ」を給食に出しました。

1年生は大きな皿にサラダの材料を並べて自分で作って食べました。野菜が苦手な児童もこの日はがんばって食べていました。



～児童の感想文をいくつか紹介します。～



今日は、りっちゃんサラダのバイキングをつくってくださりありがとうございました。イロイロなやさいのしゅるいがあつてうれしかったです。またりっちゃんのサラダをつくってください。りっちゃんのサラダでいちばんおいしかったのはにんじんです。それから2ばんめにおいしかったのはこんぶです。またらいねんもつくってくださいおねがいします。



今日は、りっちゃんサラダのバイキングをつくってくださりありがとうございました。サラダのトマトがいちばんおいしいとおもいました。おかげでトマトがすきになりました。サラダがおいしかったです。またたべたいなとおもいました。おかわりをしていないので2はいぐらいおかわりをしたかったです。

今日は、りっちゃんサラダのバイキングをつくってくださりありがとうございました。こんぶが山もりあつてうれしかったです。りっちゃんサラダがおいしかったです。こんどはトマト・ハム・にんじん・トウモロコシをもっといっぱいふやしてください。ふやしたららいねんの1年生がよろこぶとおもいます。らいねんの1年生にもたべさせてあげてください。

2月の給食

6年生が家庭科で「府中小オリジナル給食メニュー」を考えました。

「栄養バランス」「給食の約束」「食べる人の気持ち」の3つの献立作りのポイントをふまえ、班ごとにメニューを作りました。その中から1つ、クラス代表メニューをクラス全員の採点で決定しました。

クラスの献立を決めるために、班ごとにプレゼンを行いました。歌や踊りを考えた班、献立のポイントをわかりやすくPRした班、それぞれが工夫してクラスみんなにアピールしていました。



6年1組

相性ばつぐん!! 絶品給食

野菜とごまのハーモニー

でこぼん

スティックポテト

10品絶品ラーメン

6年1組からのメッセージ

私たちの考えたメニューは「10品絶品ラーメン」と「野菜とごまのハーモニー」「スティックポテト」「でこぼん」です。「10品絶品ラーメン」には、8種類の野菜とその他の具材が2種類入っています。「野菜とごまのハーモニー」はブロッコリーを細かくして苦手な人でも食べやすいようにしました。「スティックポテト」は大きめにしたので、しっかり味わって食べてください。甘いスティックポテトの後に甘酸っぱいでこぼんを食べてさっぱり相性抜群です。栄養満点のこのメニューで寒い冬を乗り越えてください。

広島冬給食

みかんゼリー

レモン風味の冬サラダ

冬野菜のラーメン

豚のかりんとうあげ

★
ラッキー
にんじん
いり

ラーメンにのりをトッピング

6年2組からのメッセージ

6年2組が考えた「広島冬給食」です。メニューは、「冬野菜のラーメン」「豚のかりんとうあげ」「レモン風味の冬サラダ」「みかんゼリー」です。「冬野菜のラーメン」には、料理名の通り冬野菜をたくさん使っています。星型のラッキーにんじんも入れています。「レモン風味の冬サラダ」は冬野菜と広島産のレモン果汁を使っています。「豚のかりんとうあげ」は給食の栄養バランスをよくするために入れました。「みかんゼリー」は広島県のみかんの果肉とジュースを使っています。6年2組ががんばって考えた給食なので、味わって食べてください。

6年3組

笑顔 😊 給食

はっさくゼリー

鶏のから揚げ キャベツのゆかりあえ

わかめごはん

かき玉汁

6年3組からのメッセージ

6年3組が考えた「笑顔給食」です。みんながこの給食を食べて、笑顔になってほしいと思い考えました。みんなに人気がある「鶏のから揚げ」はさっぱりしたレモン味で味付けをしました。しっかり食べてスタミナをつけましょう。「キャベツのゆかりあえ」はキャベツのシャキシャキした食感がおいしさをアップさせてくれます。「かき玉汁」は食べると体がぽかぽかしてくるので、寒い今の季節に合います。「わかめごはん」は磯の香りを楽しんでください。「はっさくゼリー」のはっさくは冬が旬でとてもおいしいです。この給食を食べて、心も体も元気に笑顔になってください。

6 年 4 組

新春絶品給食

さわやかレモン風味サラダ

新春
ちらしずし

あたたか
さつまいもの
みそ汁

ラッキー
にんじん
いり

6 年 4 組からのメッセージ

6 年 4 組が考えた「新春絶品給食」です。アピールポイントが3つあります。1 つ目は「さわやかレモン風味サラダ」です。これは広島県産のレモンをたくさん使っているととてもさわやかなサラダです。2 つ目は「あたたかさつまいものみそ汁」です。これには桜の形に切ったにんじんがクラスに少しだけ入っています。見つけるととてもラッキーなにんじんです。3 つ目は季節感です。この献立が給食にでるのは2月です。2 月はまだ寒いけど春も近づいている季節なので冬らしいさつまいものみそ汁と春らしいちらし寿司をあわせました。