

平成 28 年度 食育推進に係る実践報告書

学校名	海田町立 海田南小学校		
学校長氏名	重森 栄理	栄養教諭氏名	田中 映美
職員数	4 2 名	児童・生徒数	6 4 4 名

1 学校における食育の現状（昨年度からの課題等）

本校の朝食に関する実態は、毎日朝食を食べる児童の割合 97%（生活調べ：全校児童対象）、主食・主菜・副菜のそろった朝食の割合 31%（食に関する実態調査：5年生対象）であり、ほとんどの児童が朝食を食べているが、食事内容のバランスに課題がある。

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調べを実施し、家庭と連携しながら生活リズムを確立していく。朝食については、今年度より「赤・黄・緑」の食材別に食べた内容をチェックし記録し、7日間のうち5日間以上「緑」を食べた児童の割合を成果指標とする。1回目の生活調べ結果：64.7%を参考に、80%以上を目標値とする。

3 食育の目標に対する具体的な取組

【取組1】（テーマ）野菜を中心にした朝ごはんレシピを配布

主に生活調べを実施する時期に合わせて、「野菜朝ごはんレシピ便り」を特別号として、年5回配布する。第1号「簡単編」、第2号「お手伝い編」、第3号「電子レンジ編」、第4号「きのこ編」、第5号「おすすめ給食レシピ編」とし、写真やイラストをカラーで見やすく印刷して配布した。

【取組2】（テーマ）野菜朝ごはんフェアを開催

上記のレシピだけでは、イメージがわからず作りづらいという保護者の要望から、材料や出来上がりの様子を実際に見たり、味見をしたり、作り方を聞ける場を設けた。特別な日を設定するのではなく、参観日の日に気軽に立ち寄れるよう工夫した。

1回目は朝ごはんレシピ第1号の「簡単編」のレシピの再現、ドレッシングの試食、要望の多かったスムージーの試飲を実施。参加者120名にカット野菜や冷凍野菜の利用など、簡単に野菜を取り入れる方法を提案することができた。

2回目は第2号「お手伝い編」のレシピを中心に啓発。企業連携として、株式会社カゴメの方と栄養士を目指す学生の方に協力をして頂き、トマトを使ったスムージーや野菜フレンチトーストなどの試食を実施し、160名の参加者にして頂いた。



3回目は第4号の「きのこ編」のレシピを、株式会社ホクトの方と連携し啓発した。季節や天候によって値段が左右される野菜だけではなく、年間を通して価格の安定したきのこを使うことで、冬場の朝食にも緑の食材が使用できることを提案した。当日は、毒きのこクイズやきのこもぎとり体験コーナーも作り、児童にとってもきのこを身近に感じることができる工夫をしている。

【取組3】（テーマ）秋の試食会でデモンストレーション

秋の試食会（参加者19名）において、朝ごはんレシピ第3号「電子レンジ編」の料理について家庭科室でデモンストレーションを行った。電子レンジを使い、どんな人でも作りやすいことをアピールするた

め、本校の男性教員にも協力してもらい実施した。家庭でもすぐに実践できるように、目の前で実際の手順を踏んで作り、試食をしてもらおう工夫をしている。

4 「ひろしま給食100万食プロジェクト」の取組について

本校では100万給食レシピを食べた人数2500人、お手伝いした回数1000回を目標にして取り組んだ。

取組① 給食委員会が中心となり、レシピの紹介やどんなお手伝いができるか全校朝会で提案。また、お手伝いした回数を独自の表とシールでカウントし、児童のやる気を高める工夫をした。

取組② 担任が実際に家庭で作った感想をもとに、児童への啓発が行えるよう「タコタコライス」の材料セットを希望者に用意した。28名の教職員が家庭で作ることができた。

取組③ 地元スーパーとの連携として、スーパー内での試食啓発活動を実施。「広島食材たっぷりの炒め物」の試食を126名の方にさせていただくことができた。現在の学校給食での取り組みについて、地域の方にも知ってもらえる良い機会となった。

上記の取組の結果、食べた人数3525人、お手伝い回数538回となった。



5 取組に対する成果と課題

【成果】

生活調べの結果、朝食に「緑」を5日以上食べた児童は11月：67%、2月：67%と横ばいの結果となったが、赤黄緑が3色そろった朝食を食べた児童が5月：27%、11月：54%、2月：56%と増加した。緑の食材を意識して食べることで、他の色の食材への関心が高まったことが推察される。朝ごはんフェアでは、保護者と直接話しができ、家庭の実態や課題を聞くことができる良い機会となった。

【課題】

朝食に「緑」を5日以上食べた割合が増加しなかった。保護者がチェックする低学年ほど「緑」の摂取率が高く、高学年になるほど低かったことから、自分でチェックする際、野菜やきのこ、海草を食べていても気付かずにカウントしていないことが予想される。どんな食材が「赤・黄・緑」なのかも含めて、朝ごはんに関する食の指導を全体的に実施する必要がある。

6 今後の取組に向けた改善方策について

来年度も、今年度同様の目標を家庭へ発信することで、朝食における野菜摂取の意識の高まりを継続させたい。取組ごとのアンケートによると、朝ごはんフェアのような実践的な啓発を希望する声が多くあったことから、継続していくとともに、児童が自分で作れるような取組も企画していきたい。