

平成 28 年度 食育推進に係る実践報告書

学校名	広島県立廿日市特別支援学校		
学校長氏名	片嶋 学	栄養教諭氏名	大村 雅子
職員数	127 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）

児童生徒の給食への関心は高く、多くの児童生徒が毎日の給食を楽しみにしている。毎日の給食を教材として、多様な食品を経験し、バランスのよい食事や、マナーなどの社会性、食文化に関することなど、多くのことを学んでいる。しかし、栄養のバランスのとれた朝食を食べる、よくかんで食べるなど、望ましい食生活を実践する児童生徒の割合は低い。児童生徒の個人差も大きいことから、家庭との連携を深め、実際の食生活に生かすことが課題である。

2 学校の食育に係る目標（成果指標・目標値）

項目	成果指標	目標値
望ましい食生活を実践する。 （食事の重要性） （心身の健康）	主食・主菜・副菜がそろった朝ごはんを食べている児童生徒の割合の増加	ほぼ毎日（週5日以上） →児童 30%以上 生徒 60%以上
	食事の時よくかんで食べる児童生徒の割合の増加	だいたいよくかんでいる →児童 40%以上 生徒 60%以上
食文化にふれ、郷土料理を継承する。 （食文化）	郷土料理を知っている生徒の割合の増加 （児童については、給食を通して「郷土料理の味を知る」という体験を積む。）	3種類以上知っている →生徒 40%以上 ひろしま給食又は広島の郷土料理の実施 →月1回以上

3 食育の目標に対する具体的な取組

【取組1】（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

担任と連携し、食に関する指導の取組を行った。

(1) 小学部 生活単元学習「健康について」

給食の食材を3つの食品群に分ける活動を行い、栄養のバランスについて学習した。



(2) 小学部 生活単元学習「健康について（給食室の見学）」

給食で使用する調理器具を実際に見たり触れたりする活動を行い、給食室を見学した。



(3) 中学部 総合的な学習の時間「ヒロシマに生きる自分たち」

広島の特産物や広島企業についての学習を行い、大阪広島コラボお好み焼きを考えた。

(4) 高等部 生活単元学習「生活を考えよう（朝食を作ろう）」

朝食の役割について学び、自分の朝食を3つの食品群に分ける活動を通して、栄養バランスのよい朝食について考えた。

(5) 高等部 総合的な学習の時間「卒業後にむけて」

生活習慣病を予防するための食生活(糖分, 脂質, 塩分)について, 実物や写真等を用いながら学習し, 給食が体に良い食事であることを学び, 卒業後の食生活について考えた。



【取組2】(テーマ) 学校給食を活用した食に関する指導の取組

(1) 高等部作業学習(園芸グループ)との連携

授業で収穫した野菜を, 給食に活用する取組を行った。食べ物や生産者への感謝の気持ちを育む機会となった。

(給食)



(児童生徒の感想)



(2) 特色ある献立

① 地域の食文化の伝承

行事食, 郷土料理, 地場産物を活用した献立を実施した。

② 食育の日献立

献立の見本となるよう, 一汁二菜の献立などを中心に実施した。

③ かみかみ献立(月1回)

かむことを意識できるよう, かみごたえのある食材を使用した献立を実施した。

④ 姉妹校(台湾)献立, 世界の料理, 教科と関連した献立

⑤ セレクト給食, リクエスト給食

特色ある献立を実施することで, 学校給食が「生きた教材」として, 地域の食文化や世界の料理など, 様々なことが学べる機会, 食べる機会となるよう取り組んだ。給食時には放送による指導を行った。

(かみかみ献立 高野豆腐のから揚げ)



(台湾 ルーローハン)



4 「ひろしま給食100万食プロジェクト」の取組について

(1) 特別支援学校統一メニューの作成

特別支援学校の栄養教職員で, ひろしま給食統一メニューの副菜として, 「トクトクポトフ」を考案し, 実施した。「トクトクポトフ」の「トク」は特別支援学校の「特」で, アレルギー対応や食形態対応をしている児童生徒も, できるだけ多くの児童生徒が食べれる食材を使い, いろいろな栄養がとれるよう工夫した。(別紙資料)

(2) 学校給食試食会

保護者対象の試食会で, 「タコタコライス」と「トクトクポトフ」を実施し, 保護者に実際に食べてもらい, 取組についての理解と協力を呼びかけた。

タコタコライス



トクトクポトフ

(3) 学校保健委員会

年2回の学校保健委員会では, 取組について情報提供し, 協力を依頼するとともに(7月), 取り組みの成果について報告し(2月), 取組への理解と情報共有を図った。

(4) 給食だより等の活用

夏休み号に「タコタコライス」のレシピを紹介し、夏休み明けには、ひろしま給食の取組についての内容と、全てのひろしま給食について、レシピ等の情報提供を行った。保護者へは、食べて作った食数を連絡帳で報告していただくよう依頼するとともに、各クラスへ台紙とシールを配付し、シールを活用して楽しく取り組めるよう協力を呼びかけた。

(5) 学校給食の活用

平成25年度からのひろしま給食を、「ひろしま食育ウィーク」だけでなく、毎月1回以上給食にとり入れた。児童生徒の人気メニューの一つとなり、高等部3年生のリクエスト献立に「広島チキチキレモン」が選ばれた。

5 取組に対する成果と課題

食に関するアンケートより（7月、12月実施）

アンケート項目		7月	12月
児童生徒	地域や広島県の地場産物を知っている。 (3種類以上)	(小学部) 16% (中・高等部) 48%	(小学部) 27% (中・高等部) 52%
	地域や広島県の郷土料理を知っている。 (3種類以上)	(小学部) 15% (中・高等部) 41%	(小学部) 27% (中・高等部) 42%
	主食・主菜・副菜のそろった朝食を食べている。 (週5日以上)	(小学部) 34% (中・高等部) 55%	(小学部) 35% (中・高等部) 45%
	いつも食事の時ゆっくりとよくかんで食べている。 (だいたいそうしている)	(小学部) 45% (中・高等部) 64%	(小学部) 44% (中・高等部) 56%
保護者	朝食はいつも栄養のバランスを考えて作っている。	(小学部) 13% (中・高等部) 24%	(小学部) 19% (中・高等部) 29%
	夕食はいつも栄養のバランスを考えて作っている。	(小学部) 18% (中・高等部) 39%	(小学部) 26% (中・高等部) 40%
	食事に関連した子どもの健康にいつも注意している。	(小学部) 20% (中・高等部) 32%	(小学部) 23% (中・高等部) 35%

【成果】

- (1) 地域や広島県の地場産物や、郷土料理について、「ひろしま給食100万食プロジェクト」の取組や、学校給食の取組により、知っている児童生徒の割合が増加した。
- (2) 給食だよりや給食試食会等での働きかけにより、朝食や夕食について、栄養のバランスを考えて作っている保護者の割合や、食事に関連した子どもの健康に注意している人の割合が増加した。

【課題】

- (1) 主食・主菜・副菜のそろった朝食を食べている児童生徒の割合が低い。生徒の目標値60%以上→結果45%であった。
- (2) いつも食事の時ゆっくりとよくかんでいる児童生徒の割合が低い。半数位の人があまりかんでいないという結果となった。生徒の目標値60%以上→結果56%であった。

6 今後の取組に向けた改善方策について

(1) 食に関する指導の充実

栄養教諭と担任が連携した食に関する指導の取組を、計画的に実施する。

(2) 朝食内容の充実

読んでもらえる給食だよりの作成や、学校給食試食会、学校保健委員会等で朝食に関する内容を取り上げ、家庭との連携を深める。

(3) よくかんで食べる児童生徒の割合の増加

かみかみ献立を継続し、給食時間にかむことを意識できる取組を行うとともに、朝食の取組と同様に、家庭との連携を深める。

給食だより臨時号 ☆ひろしま給食100万食プロジェクト☆

～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～

10月16日～10月22日はひろしま食育ウィークです！

ひろしま給食 統一メニュー

タコタコライス



3022作品の中から今年度の

最優秀レシピに選ばれた「タコタコライス」です。三原市の中学3年生が考えました。隠し味に広島県産のオイスターソースを使っています。

ごはんにも、パンにも、麺にも合うレシピです。



特別支援学校 統一メニュー

トクトクポトフ



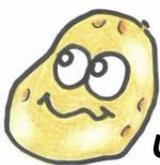
とりにく



こまつな



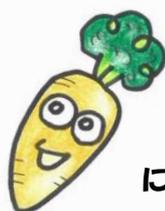
とうふ



じゃがいも



たまねぎ



にんじん

広島県内の特別支援学校の栄養士が集まり、みんなが食べやすいメニューを考えました。「トクトクポトフ」の「トクトク」は特別支援学校の「特」で、いろいろな栄養がとれるやさしい味のポトフです。材料は食べやすい大きさに切っています。広島県産大豆で作られた豆腐が入っているのも特徴です。(レシピは裏面へ)

デザートのリモンゼリーには

ひろしまけんさん
広島県産レモンを

使っているよ！



こんな材料が入ってるよ！

ひろしまけん とくべつしえんがっこう どういつ 広島県の特別支援学校★統一メニュー

トクトクポトフ

《材料 4人分》

とりにく 鶏肉		100g
しろ 白ワイン		2g (小1/2)
にんにく		0.4g
たまねぎ		100g
じゃがいも		100g
にんじん		60g
もめんとうふ 木綿豆腐		80g (1/4丁)
こまつな 小松菜		40g
コンソメ		2個
あぶら 油		4g (小さじ1強)
しお 塩		一つまみ
こしょう		少々
うすくち 薄口しょうゆ		1.5g
みず 水		400g (2カップ)

(仕上がり時には2割減って320gくらいになります)

☆ ローリエなどを入れても香りがいいです。
給食では食べやすいよう食材を小さく切っています
ますが、本来ポトフは大きく切るものなので、
お好みで加減してください。

作りやすい、コンソメキューブを使った材料です。冷凍鶏がらスープを使われる時は、
(冷)鶏がらスープ 50g
塩 小さじ1/2強
こしょう 少々
薄口しょうゆ 大さじ1
で、塩こしょうの1/5を鶏肉を炒めるときに、4/5を豆腐と一緒に入れてください。



《作り方》

- ① にんにくはみじん切り、にんじん・じゃがいも・たまねぎ・豆腐・鶏肉は1.5cm くらいの角切りに切っておきます。
小松菜は1.5cm幅に切ってさっとゆがいておきます。
- ② 鍋に油とにんにくを入れて火をつけ、鶏肉を入れて表面の色が変わったら白ワインと塩とこしょうを振り入れて炒め、そこににんじん・たまねぎを入れて炒めます。
- ③ たまねぎがすきとおってきたら分量の水をいれて中火で蓋をして煮ます。ふっとうしたらじゃがいもを入れてさらに煮ます。
- ④ にんじんが少し柔らかくなったらコンソメキューブと豆腐を入れて弱火で煮ます。この時、水分が蒸発しすぎていたら少し足してください。
- ⑤ にんじん・じゃがいもが柔らかくなったら蓋を取り、小松菜と薄口醤油を入れて色が悪くならないよう2~3分ほど煮て出来上がり。

