

## 平成 29 年度 食育推進に係る実践報告書

学校名	呉市立宮原小学校		
学校長氏名	藤本 芳英	栄養教諭氏名	内藤 郁子
職員数	16名	児童・生徒数	132名

## 1 学校における食育の現状（昨年度からの課題等）

- ・にこにこ健康カードで、「決めた時間に寝た」の指標が目標値より低い。基本的な生活習慣の定着について今後とも指導していく必要がある。朝食指導も含めた生活習慣の指導は、宮原中学校区で取り組む課題である。
- ・食べるときの正しい姿勢、箸の持ち方が、上手にできない児童がいる。「宮原しぐさ」をもとに、学校全体で計画的に取り組んでいく必要がある。
- ・地場産物や郷土料理のことを知らない児童がいる。郷土を愛する児童を育て、自尊感情を高めるためにも、自分たちの住んでいる地域に興味を持ち、身近に感じ、好きになってほしい。
- ・食べる時間が無く朝食欠食だったり、朝食が偏ったりしているため、不調を訴えて保健室に行く児童がいる。ほかにも、食物アレルギー、肥満傾向、偏食などの個別指導が必要な児童がいる。

## 2 学校の食育に係る目標（成果指標・目標値）

食育に係わる指標

中期経営目標	短期経営目標	目標達成のための方策	指標
たくましい体の育成	体力向上 基本的な生活習慣の定着	○生活リズムの定着 (家庭学習も含む)	○児童アンケート85%以上 ・にこにこ健康カード(早寝 早起き しっかり朝ごはん。家庭学習)

## 3 食育の目標に対する具体的な取組

【取組1】(テーマ) 宮原中学校区で連携した「早寝 早起き しっかり朝ごはん」の取組

- にこにこ健康カード：児童の意識を高めるために、全校児童を対象に年3回（5月・9月・1月）取り組んでいる。（宮原中学校区のそれぞれの学校でも、生活アンケートに取り組んでいる。）
- 学級活動の時間の指導：学級担任と栄養教諭でTTの授業を行う。  

小学校3年	題材名「バランスの良い朝ごはんを考えよう」ねらい：1日のスタートである朝ごはんを大切に、栄養バランスのよい朝ごはんをとろうとする意欲を高める。
中学校1年	題材名「1日のスタートは朝食から 朝食をしっかり食べよう」ねらい：より良い中学校生活を送るためには、1日のスタートである朝食が大切であることを理解し、自分の体のためにより望ましい朝食を考えることができる。
- 家庭科の時間の指導：教科担任と栄養教諭でTTの授業を行う。  
（※宮原中学校区では、各校の食育担当の教職員と連携をとり、年間計画を作成し、計画的に担任と栄養教諭とでTTの授業を行っている。養護教諭とT3で授業を行うこともあった。）
- 個別指導：にこにこ健康カードで、特に気になる児童には、養護教諭と栄養教諭が協力して個別に話を聞き、指導を行った。保護者には、懇談会の日に行う健康相談の案内を出し、話をした。
- 家庭学習での取組：夏季休業中に、小学校では朝ごはんを家族のために作るという課題に取り組み、中学校では家族のためのお弁当を作るという課題に取り組んだ。
- 保健委員会の児童が、朝食をテーマに児童朝会で発表をした。
- 宮原中学校区で、親子料理教室を行い、参加した保護者に栄養バランスの良い朝食について話をした。保護者や地域には、給食学習会や試食会などで話をした。
- お手伝いカードの実施。



委員会の児童の発表

【取組2】(テーマ) 呉市の地場産物や郷土料理を知り、郷土を愛する心を育てる。

- 総合的な学習の時間の取組：総合的な学習の時間において、担任と連携して児童が調べたりまとめたりするための資料提供等を行った。
- 学校給食での取組：地場産物や郷土料理を給食の献立に取り入れ、その都度給食時間に指導をした。ランチルームや食育コーナーには、常に地場産物と郷土料理の展示や掲示を行った。



食育コーナー

- 食育朝会：「呉市の地場産物や郷土料理を知り、呉市をもっと好きになろう」をテーマに、パワーポイントを使用し、クイズ形式で話をした。
- 地域との連携：地域の人にレシピの募集を行った。思い出献立集に掲載する。

### 【取組3】(テーマ) 宮原しぐさを意識し、食事のマナーを身につける。

- 給食時間の指導：特に姿勢が気になる児童に立腰の指導をした。委員会の児童が放送で呼びかけをした。
- 学級活動の時間の指導：題材名「おはし名人になろう」1年生を対象に、学級担任と栄養教諭がTTの授業を行った。また、給食学習会で家庭でも練習をして欲しいという願いをし、食育通信にも載せた。
- 豆つかみ大会：委員会の児童を中心に、箸を使って豆を運ぶゲームの大会を開催した。
- 招待給食：各学年ごとに、お世話になった先生を招き、招待給食を行った。
- テーブルマナー教室：6年生にナイフとフォークを使ったマナーを指導した。
- バイキング給食を実施した。



豆つかみ大会

## 4 「ひろしま給食100万食プロジェクト」の取組について

- 宮原小学校での取組
  - ・全教職員共通理解のもとに、取り組んだ。
  - ・「ひろしま給食100万食プロジェクト」の掲示コーナーを作り、郷土料理、地場産物をテーマにした掲示をした。
  - ・「ひろしま給食100万食プロジェクト」のレシピとキャッチフレーズ募集に、5年・6年生全員で家庭学習として取り組み、提出した。
- 保護者・地域と連携した取組
  - ・給食だよりや食育通信を通して保護者や地域に啓発を行うとともに、食数結果等も知らせた。
  - ・ひろしま給食のレシピを、地域のスーパーマーケットに置かせてもらった。併せて、小さな箱も置かせてもらい、ひろしま給食を作った人にはレシピの一部を切り取ってその箱に入れてもらうことで食数調査の協力を得た。
  - ・保護者や地域の方が集まる機会に、職員室前の「食育コーナー」にひろしま給食のレシピを置いて持ち帰ってもらった。地場産物も展示し、紹介した。
  - ・親子料理教室のレシピの中に、ひろしま給食を取り入れた。
  - ・保護者や地域を対象に試食会を行った。地域の広報に募集要項を掲載してもらった。
  - ・呉宮原高等学校が行った地域貢献プロジェクトのなかで、「地域の方を招いてひろしま給食を作って食べよう」という内容の会があり、地域の方々とともに栄養教諭が参加し、連携を深めた。

## 5 取組に対する成果と課題

### 【成果】

○生活アンケート (にこにこ健康カード)

決めた時間に寝た	85%
決めた時間に起きた	96%
赤・緑・黄色のグループの食べ物を朝ごはん食べた。	92%

○食に関する実態調査 (5・6年生)

食器や箸の持ち方 良い姿勢で食べている	87%
いただきます ごちそうさまのあいさつができる	97%
広島県産の食材を知っている	97%
広島県の郷土料理を知っている	92%

にこにこ健康カードの結果を見ると、児童は意欲的に「早寝 早起き しっかり朝ごはん」に取り組んでいることがわかる。指標は85%以上なので、達成している。食事のマナーについても、意識して取り組んでいるようである。地場産物や郷土料理については、6年生は全員知っていると回答した。

### 【課題】

にこにこ健康カードで、「決めた時間に寝た」がほかと比べると低い。基本的な生活習慣の定着については、今後も家庭と連携をとりながら、個別に指導していく必要がある。

宮原中学校区で調査を行った結果、「赤・緑・黄色のグループの食べ物を朝ごはん食べた」児童が小学校で89%だが、中学校の生徒は77%だった。今後も中学校区で、計画的に指導を行う必要がある。

## 6 今後の取組に向けた改善方策について

- ・にこにこ健康カードで「赤・緑・黄色のグループの食べ物を朝ごはん食べた」の目標値は達成し、児童の朝食に対する意識が高まっていることが分かった。しかし、中学生になると意識が下がる傾向にある。宮原中学校区で「早寝 早起き しっかり朝ごはん」を家庭に定着させていくための取組を、中学校区内で連携を取りながら今後も継続する。
- ・食べる時の姿勢、箸の持ち方については、今後も継続して学校全体で計画的に取り組んでいく。
- ・地場産物や郷土料理のことを知り、興味を持って自ら調べ、学び合う取組を今後も続ける。保護者や地域にも理解を得るための工夫をする。
- ・児童が主体的に学習をすすめていけるように、指導内容や指導方法の工夫をする。
- ・食物アレルギー、肥満傾向、偏食、朝食欠食などの個別指導が必要な児童がいる。担任・養護教諭・保護者等と連携し、組織的、継続的に学校全体で取り組んでいく。