

平成 29 年度 食育推進に係る実践報告書

学校名	呉市立安浦中学校		
学校長氏名	細川 司	栄養教諭氏名	松浦 悦子
職員数	26 名	児童・生徒数	206 名

1 学校における食育の現状（昨年度からの課題等）

食育推進委員会において食に関する課題等について協議し、全教職員で食育を推進している。給食の残菜は年々減少し、ほとんどなくなってきたのは、その成果と考えられる。

しかし、平成 29 年度広島県「食に関する実態調査」の、「①主食・主菜・副菜がそろった朝食を食べている。」「②食事の準備や後片付けの手伝いをしている。」「③家で、家族の人といっしょか、または一人で料理をつくることがある。」の 3 項目の数値が、本校では① 93.3%、② 71.2%、③ 50.0%と低い実態がある。

また、4 月の身体測定の結果、肥満度 20%以上の生徒の割合が 12%と高かった。

2 学校の食育に係る目標（成果指標・目標値）

学年ごとに「弁当の日」を設け、栄養バランスを考えた弁当作りを実施して「食の自立」を目指し、生徒アンケートにおける満足度 80%以上を目標値とした。

また、肥満度 20%以上の生徒には、養護教諭と連携して「健康（食・生活）相談」を実施し、肥満度の数値が減少した生徒の割合 30%以上を目標値とした。

3 食育の目標に対する具体的な取組

【取組 1】（テーマ） 「弁当の日」～チャレンジ!!「おいしそう」な弁当をつくろう～

広島県「食に関する実態調査」の結果から、食生活や健康についての関心を高め、家族と触れ合う機会を増やし、献立作成や調理技術の習得など、将来に向けて健康な食生活が実践できるよう「食の自立」を目指して取り組んだ。

事前学習では、「おいしそう」な弁当の「お…（弁当箱の）大きさ」「い…彩り」「し…主食・主菜・副菜をそろえ、バランスは 3 : 1 : 2」「そ…それぞれの味、調理方法」「う…動かないように詰める」について指導し、「弁当の日」当日には、自分が作った弁当を「おいしそう」の項目に沿って自己評価させるとともに、課題を見つけ、その改善方法について考えさせた。保護者へは、「弁当の日」実施前に学習内容についてプリントで知らせ、献立作成や食材料の購入・準備、調理等の支援について理解と協力を仰いだ。

「難しかったけど楽しかったし、学べることもたくさんあった。また作りたいです。」「自分で作ると達成感があった。出来上がった時にすごく嬉しかったです。次もぜひ作ってみようと思いました。」「この体験を通して母の偉大さを感じるとともに、これからは少しずつでも料理を作っていこうかなと思った。」など、生活改善への意識を高めたり、家族への感謝の気持ちを抱いたりした生徒が多く、健康な食生活を実践するための知識や技能の必要性を感じさせる契機となった。

【取組 2】（テーマ） 健康（食・生活）相談

養護教諭と連携し、4 月の身体測定の結果、肥満度 20%以上の生徒及び経過観察が必要な生徒を対象に、食事や生活について考える場として「健康（食・生活）相談」を年 2 回（7 月と 12 月）実施した。測定結果のグラフや成長曲線など、生徒が見てわかりやすい資料を作成して提示した。保護者から食生活の様子を聞き取ったり、生徒に振り返りや目標を記入させたりするなど、自分のこととして捉えさせるように工夫した。

【取組 3】（テーマ） 給食委員会による食育劇

本校では、毎年、文化祭で教職員による食育劇を発表しており、その成果もあつてか、今年度は給食委員会による食育劇を 2 回実施した。第 1 回のテーマは「その身支度、手洗い、大丈夫?」、第 2 回のテーマは「安浦中から給食の残菜をなくそう」で、それぞれのテーマにおいて各学級での実態をもとにシナリオを作成し、担当教員の演技指導のもと、生徒朝会で発表した。



4 「ひろしま給食100万食プロジェクト」の取組について

毎年、家庭科の授業で取り組んでおり、今年度は最優秀レシピ賞と特別賞を本校の生徒が受賞することができた。保護者対象の給食学習会で「熱く燃えろ!!Cスープ」「ひろしまいい子いりこ」の調理実習を行い、中学校区内の小学校でも同様の給食学習会&調理実習を実施し、大変好評だった。

地域公益団体主催の「安浦新ええとこ祭り」では、本校 PTA と中学生ボランティアによる「熱く燃えろ!!Cスープ」を販売するブースが設けられ、多くの市民に提供することができた。また、安浦町まちづくりセンターが主催する短期講座では、「現役中学生考案レシピで作る料理教室」が企画され、栄養教諭が講師となり、受賞した「熱く燃えろ!!Cスープ」「しらすとレモンの広島牛丼」を含めた調理実習を行った。



5 取組に対する成果と課題

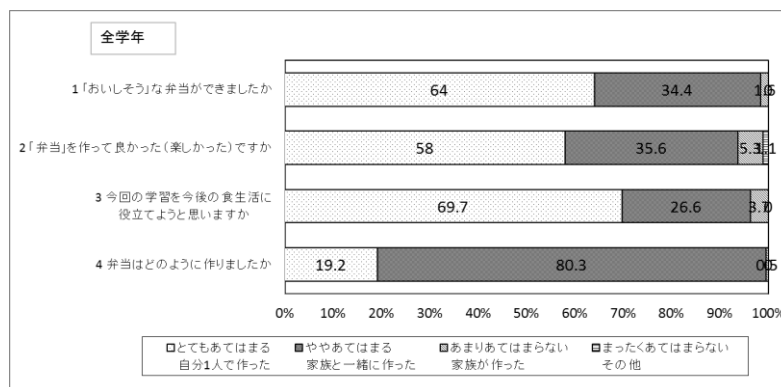
【成果】

(1) 「弁当の日」

全学年とも生徒アンケートにおける満足度80%以上とする目標値を大きく超えることができた。

「私は今回の弁当作りで『い』と『う』をがんばりました。」「『し』の主菜と副菜の割合が1:1になってしまった。」など、「おいしそう」を使った学習は、生徒にとって分かりやすく、意欲や関心を高めて取り組むことができた。

また、家庭で弁当を作ることにより、家族のアドバイスや支援を得て、楽しみながら弁当作りに取り組むことができた生徒も多く見られた。



(2) 健康(食・生活)相談

1学期の対象者のうち、肥満度が減少した生徒の割合は約42%となり、目標値の30%以上を達成することができた。参加者は延べ18組だったが、参加者のほとんどが継続して参加しており、3年間継続した参加が5組あった。継続的に相談を行うことで、生徒・保護者ともに日常の食生活を繰り返し見つめ直し、意識を高めることができた。

(3) 給食委員会による食育劇

給食委員が自分の学級の給食時間での手洗いや身支度の実態、日々の残菜量などを食育劇として発表することで、生徒一人一人が給食における課題を見つけ、どのように改善すればいいかを考える場を提供することができた。特に、残菜については学級の実態だけでなく世界の飢餓の現状についても触れ、食育劇発表後の残菜は発表前よりも減少し、現在も継続している。

【課題】

(1) 「弁当の日」

「一人で作った」生徒は1年で14.5%、2年で18.6%、3年で23.9%だった。「弁当作りは初めて」という生徒がどの学年にも約半数おり、技能面で家族の支援なしで弁当を作ることが難しい生徒が多くいることが分かった。将来的に、一人で「おいしそう」な弁当(食事)が作れるよう、「食の自立」に向けた知識や技能の習得が必要である。

(2) 健康(食・生活)相談

3年生では、毎年2学期以降に肥満度が増加する生徒や、新たに肥満傾向になる生徒が見られる。部活動引退後の生活習慣や食生活の指導が課題である。

6 今後の取組に向けた改善方策について

- 調理実習等、家庭科教諭と連携し、調理技能の習得や向上を目指す。
- 養護教諭と連携し、部活動引退後や受験に向けた食生活改善について指導する。
- 学校給食に関わる指導を通して、食に関する正しい知識の習得を目指す。