

## 平成 29 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	湯戸 智恵美
職員数	47名	児童・生徒数	636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 98%（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、「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4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：68%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、野菜朝ごはんのレシピを食育特別号として、写真やイラストをカラーで見やすく印刷して配布した。また、参観日の日に合わせて、児童玄関に自分で作れる野菜朝ごはんレシピ「電子レンジ編」、「秋冬編」を掲示した。

【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。特別な日に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。

今年度は、企業連携として、チチヤス株式会社の方に協力をしていただき、「やさい with M (milk)」と題して野菜朝ごはんフェアを開催した。野菜チーズリゾットや豚骨ラーメン風野菜スープ、手づくりドレッシングなどの試食を180名の方にいただいた。当日は、骨の様子をじっくり見たり、ミルククイズに参加したり、児童にとって身近に感じることができる工夫をしている。また、野菜朝ごはんレシピをミニブックに折りたたむ仕組みにし、配布した。食べた感想やお手伝いをしたことを後ろのページに記入するとシールをもらうことができ、保護者と児童が一緒に取り組むことができるよう工夫した。



### 【取組3】(テーマ) 身体測定時の朝ごはん指導

3学期の身体測定時に第4回の生活調べに向けた朝ごはん指導を全校児童に行った。1～4年生に対して、朝ごはんの役割を知らせ、赤・黄・緑をそろえた朝ごはんの良さを伝えた。5～6年に対してサーモグラフィーによる体温の変化や朝ごはんと学力の関係のグラフを活用し、五大栄養素の学習を振り返りながら、朝ごはんを食べる重要性を知らせた。



### 4 「ひろしま給食100万食プロジェクト」の取組について

給食委員会で「広島名物たっぷり塩レモン焼きそば」の調理、試食を行った。作った感想をポスターにし、各クラスへPRをした。また、給食日よりでは、お手伝いを「おてつだいコース」「きほんコース」「チャレンジコース」にわけてどんなお手伝いがあるのか紹介した。



上記の取組の結果、食べた人数2223人、お手伝い回数908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：70%、2月：73%と増加し、赤・黄・緑が3色そろった朝食を食べた児童が5月：63%、11月：62%、2月：67%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。また、身体測定時の朝ごはん指導では、どの食品を組み合わせると赤・黄・緑がそろった朝ごはんになるか考えさせる指導により、野菜朝ごはんの意識が高まったと感じる。朝ごはんフェアでは、保護者と直接話しができ、家庭での実態や課題を聞く事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たが、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、朝ごはんに関する食の全体指導を継続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。