

# 平成 30 年度 食育推進に係る実践報告書

学校名	呉市立白岳小学校
-----	----------

## 1 学校における食育の現状（昨年度からの課題等）

白岳小学校では、これまで学校と家庭と地域の連携のもと継続した食育が進められている。昨年度の取組の課題としては、次の2点が挙げられる。1点目は、栄養バランスの良い朝食の摂取についてである。本校の朝食の喫食率は98%と高い。また基本的な生活習慣の定着を目指して実施されている「いきいきにっこり生活カード」の中の「赤・緑・黄色のグループの食べ物がそろった朝ごはんが食べられている」という質問にも、約80%の児童が「食べてきている。」と回答している。しかし、調査時には食べていても、栄養バランスの良い朝食摂取が習慣化されていない児童もいる実態がある。

2点目は、給食の残食率が少し高いことである。クラスでの給食のつぎ残しが時々見られ、各クラスの全配食の確認等ができていないことも関係していると思われる。全校での全配食の確認を確実にするための工夫が必要である。

## 2 学校の食育に係る目標（成果指標・目標値）

★「白岳中学校区食に関する指導全体計画」より（小中一貫重点目標）

- ① 赤・緑・黄色のグループの食べ物がわかり、特に朝食は、3つのグループの食べ物がそろるように意識して食べる。（食品を選択する能力）（成果指標・・・いきいきにっこり生活カード80%以上）
- ② 食物の生産等にかかわる人々への感謝の心を持ち、給食の食べ残しを減らす。（感謝の心）（給食目標）給食のつぎ残しをゼロにし、残食を減らす。（成果指標・・・平均残食率4%以下）

★学校評価

給食を完食している児童の割合（成果指標・・・80%）

## 3 食育の目標に対する具体的な取組

【取組1】（テーマ）栄養バランスのとれた朝ごはんがわかり、実践できる児童の育成

### ○ 食育朝会での食育劇を通じた朝食指導

本校では、毎年食育月間である6月に、食育朝会で保体部の教職員による朝食の食育劇を実施している。9年間継続して実施していることで、朝食の重要性は理解している児童が多い。しかし、行動変容につながらない児童もいるため、劇の内容の改善を図っている。今年度は「朝ごはん相談会」と題して本校の課題を4パターンにして寸劇にし、保体部の教職員が演じた。



## 【取組2】(テーマ) 夏休み・冬休み前の健康生活相談の実施(朝食欠食傾向児童の個別指導)

本校では、長期休業前に養護教諭と連携して健康生活相談会を実施している。夏休み前の健康生活相談会は、「朝食を欠食することがある、もしくは栄養バランスが気になる児童とその保護者」を対象として実施した。根拠となるデータは、①いきいきにっこり生活カードの朝ごはんの点数、②保健指導の個別の聞き取り、③担任からの情報、④体調不良で来室した児童への問診の4つである。

会場は保健室とし、図2に示すように相談コーナー、展示物コーナーなどを設けた。相談コーナーでは、養護教諭は、保護者から児童の朝食に関する情報や普段から困っていることを聞き、本人には成長曲線を使用して成長の様子を伝え、睡眠や体力づくりなどの生活面から指導した。栄養教諭は、栄養バランスや間食についてなどの栄養面から指導した。また、ちょっとした工夫で栄養バランスが整うレシピを紹介して、保護者の負担感を減らすようにした。さらに、児童には、本人に課題を気付かせるとともに意思決定させる事を大切に、実際にできそうな工夫やポイントについてアドバイスしたことをもとに児童と一緒に目標を考えた。最後に、いつでも気軽に相談ができることも知らせた。展示物コーナーでは、実際に使えそうな食品を見ながら栄養バランスを取る方法を指導した。

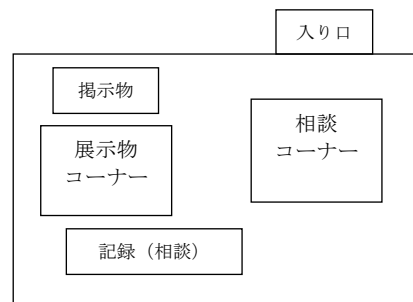


図1 会場図



個別指導に使用する展示物

## 【取組3】(テーマ) 「植・触・食」を通して地域と連携し、食べものに感謝する心を育てる

本校では、学年園でいろいろな野菜を栽培し、収穫した物を給食に取り入れて全校で感謝していただく取組をしている。1年生は生活科でさつまいもを育て茎の筋取りをし、栄養教諭が作った芋の茎のきんぴらを見学が試食した。初めて食べる児童も多かったが、ほとんど残菜はなかった。

さつまいもは、給食で芋のから揚げにしてもらい、全校で試食した。5年生は、毎年呉市の伝統野菜である「広かんらん」を学年園で栽培している。呉市の農林水産課や広町の「おいもを愛する会」の方々に、広かんらんの育て方や「広かんらんちゃん焼き」の作り方を教えてもらうようになって8年目になる。5年生が作った「広かんらんちゃん焼き」を少しずつアルミカップに入れて、4年生全員に試食してもらうことで、自分たちも来年育てたいという意識が高まり、「広かんらん」を育てる事を児童は楽しみにしている。また、広かんらんを給食に入れたり、各家庭でおすすめの料理を作ってもらったりする等全校で紹介している。

育てた野菜を給食に入れる時には、「私たちが育てたので残さず食べてください。」と児童が放送をしている。すると、残菜も少なくなる。児童は、収穫した野菜が小さくてもとても大事にする。苦手な野菜でも自分たちが育てたものは、頑張っって食べている。水やりをしたり、草ぬきをすることを通して、食べ物を大切にしている心が育ってきているのだと思う。

育てて食べる体験は、感謝の心を育てることにもつながる貴重な体験となっている。



5年生の育てた「広かんらん」



1年生の育てた「さつまいも」

#### 4 「ひろしま給食100万食プロジェクト」の取組について

今年度の最優秀レシピ賞が、本校児童と保護者の作品の「ひろしまオールスター★担々丼」であったこともあり、夏休みのふれあい料理教室や教職員の食育研修などを通して紹介し、「ひろしま給食100万食プロジェクト」について、全教職員での共通理解を図り取り組んだ。全教職員で100万食のメニューを調理実習したことで、担任がクラスの児童に説明しやすかったとの感想を聞いた。また、夏休みのふれあい料理教室でも調理実習を取り入れることで、保護者や児童への啓発となった。さらに、料理教室で実習したことについても食育広場に掲示した。本校では、給食だよりや食育通信を地域の4店舗の大型スーパーマーケットに配付し、ひろしま給食100万食の食数記入のプリントと、記入した用紙を入れるボックスを4店舗に設置させてもらっている。地域の方々にもご協力いただき、食数の増加につながった。

子供達が家庭でたくさん作ってもらったり一緒に作ったりしたこともあり、目標を上回る数字となった。地域のスーパーに置かせていただいた箱にも多くの用紙が入っており、中には「ひろしま給食100万食を応援しています。頑張ってください。」と書いた手紙も入っていた。学校と家庭と地域が連携した食育の取組となっている。

夏休みのふれあい料理教室



## 教職員の食育研修



【第1回・2回合計】 ★食べた数 6,223食 (目標:4,000食)

☆作った数 1,236食 (目標:1,000食)

今年度の目標を大きく上回った食数となった。学校と家庭と地域を連携させた取組が成果となった。

## 5 取組に対する成果と課題

### 【成果】

○白岳中学校区食に関する指導全体計画より(小中一貫重点目標)

①赤・緑・黄色のグループの食べ物がわかり、特に朝食は、3つのグループの食べ物がそろうように意識して食べることができる。

★いきいきにっこり生活カード

赤・緑・黄色の食べ物がそろったバランスのよい朝ごはんを食べた児童の割合(80%以上)

・6月 84.8% → 2月 88.2%

★学校評価

栄養バランスのとれた食の指導の充実を図る。

・成果指標・・・給食を完食している児童の割合80%以上 : 2月 91%

②その他

地場産物や郷土料理について、ランチルームでの指導や総合的な学習の時間の指導により意識を高めることができた。

～ H30年度広島県「食に関する実態調査」より ～

質問事項	広島県	白岳小
広島県の食材を知っていますか	91.9%	98.4%
広島県の郷土料理を知っていますか	61.5%	99.2%

### 【課題】

食物の生産等にかかわる人々への感謝する心を持ち、給食の食べ残しを減らそうと努力はしているが、今年度は週4回の米飯給食に変わったこともあり、ご飯がよく残っていた。3学期になって減ってはきたものの、今後も残食を減らすことが課題である。

(給食目標) 給食のつぎ残しをゼロにし、残食を減らす。(成果指標・・・平均残菜率4%以下)

・平均残菜率・・・1学期6.3%, 2学期6.1%, 3学期(1・2月)5.5%

## 6 今後の取組に向けた改善方策について

今年度の取組の課題を基に、給食の残食の改善方法を教職員で協議し、継続した指導を実施する。また、個別指導等も継続する中で、児童の行動変容が見取ることができるよう食に関する指導を組織的・計画的に進めていきたい。