

平成30年度 食育推進に係る実践報告書

| | |
|-----|----------|
| 学校名 | 呉市立吉浦小学校 |
|-----|----------|

1 学校における食育の現状（昨年度からの課題等）

児童は、食に関する知識は豊富で、授業の時の質問やクイズなどにもしっかり答えている。しかし、将来の望ましい食習慣が身に付いていない児童や実践に至っていない児童、また、野菜、豆製品や魚などの苦手な食品を少しずつでも頑張っ食べようとする意識が低い児童がいる。毎日の朝ごはんの摂食については、指標である100%まであとわずかであるが、朝食を食べていない児童が固定化されている。

2 学校の食育に係る目標（成果指標・目標値）

元気な心と体を育む規則正しい生活と望ましい食習慣の形成

—さわやかな朝のスタートをするために「毎日朝ごはんを食べる子100%」を目指す—

- 「朝ごはんを食べた」児童100%
- 「朝ごはんを食べることは大切だと思う」肯定評価100%
- 「給食の時間が楽しい」肯定評価95%以上

3 食育の目標に対する具体的な取組

【取組1】（テーマ）「触・植・食」活動の取組

吉浦小学校では食育の中心活動として、各学年の発達段階に応じて植物に触れ、育てて食べる「触・植・食」活動を行っている。その活動を通して、食べ物を育てることの大変さを知り、食べ物に対する感謝の気持ちを育てるとともに、食に関する関心を高めることをねらいとしている。

1年生……とうもろこしを栽培して、食べた。そして、いつもお世話になっている6年生にプレゼントした。

2年生……ミニトマト オクラ ししとうの中から児童自らが選んで栽培した。

3年生……地域の漁協の方にお世話していただいて貝掘りをした。枝豆を栽培して食べた。

4年生……なす、ピーマンを栽培してピザを作って食べた。

5年生……バケツ稲を育てた、地域のみそやさんに教えていただいてみそ造りをし、自分達で造ったみそを使って家庭科で吉浦元気汁を作った。

6年生……中学2年生と地域の方が育てたさつまいもを中学2年生と小学1年生がいっしょにいもほりをした。6年生がそのさつまいもを使って、地域の吉浦女性会の方といっしょにいもだんごを作って食べた。そして、1年生にもプレゼントした。

このように異学年のつながり、小中一貫の取組、さらに地域の方との連携を図ることによって郷土を愛し、学校に誇りを持てるよう取り組んでいる。

【取組2】(テーマ) 各教科における栄養教諭の取組

1 おやつを取り方を考えよう

夏休みになると家庭で過ごす時間が増え、おやつを食べる機会が増えてくるため、4年生を対象に夏休み前におやつについて指導した。

まず、担任が子どもたちに日頃のおやつに対する実態を振り返らせた後、おやつにはどんな働きがあるかを知らせ、おやつの必要性について話した。

その後、「そんなにいいところがあるおやつならいくらいくら食べても良いのか。」という疑問をもとに、おやつを食べる時には、時間と量を決めること、朝、昼、夕の3回の食事ですり取りにくい食品をとるようにすることなど、どんなことに気を付けておやつを食べたら良いかについて指導した。そして、お勧めのおやつについて紹介するとともに、実物のおやつを提示し、児童がおやつの種類や表示などに興味を持てるよう説明した。また、特に夏には水分の補給が重要であることから、水分の補給にはどんな飲み物がよいかについても考えさせた。ペットボトルの空き容器を使って実際に入っている砂糖の量を提示し、視覚的に砂糖の量を実感できるよう工夫した。

※児童の感想から

- ・ポテトチップスにこんなにカロリーがあるとは思いませんでした。
- ・おやつを食べ過ぎないようにします。
- ・ジュースにはこんなにたくさんの砂糖が入ってることにびっくりしました。



2 食べて元気に

5年生の家庭科「食べて元気に」では、家庭科の教科担任と連携し、授業を行った。

まず、教科担任から「人間はどうして食べるのか。」と質問をし、「生きるため」「死ぬから」「大きくなるため」等の回答を児童から引き出した後、そのためにはどのような食べ方が良いかについて栄養教諭が説明した。

家庭科の教科書を元に5大栄養素の名前を覚え、それぞれの栄養素にはどんな働きがあるかを考えさせた。

次に、それぞれの栄養素を多く含む食品を教科書で調べてワークシートに記入し、どの食品がどのグループに入るかを確認した。5大栄養素の働きと給食の3つのグループ分けとが繋がっていることに気付き、給食は栄養バランスについて十分考えられていることについて理解することができた。

※児童の感想から

- ・ちょっと難しかったけど、栄養素の働きが分かった。
- ・どの栄養素も大切だということが分かった。
- ・バランスよく食べようと思う。



4 「ひろしま給食100万食プロジェクト」の取組について

吉浦小学校では、次のような取組を通して啓発を行った。

○ぱくぱく通信（食育通信）に「ひろしま給食100万食プロジェクト」の趣旨やレシピを掲載した。

○掲示板の給食コーナーやランチルームに「ひろしま給食100万食プロジェクト」についての掲示をした。

○「ひろしま給食100万食」の献立の日に試食会を行い、保護者や地域の方に試食をしていただいた。

○地域のスーパーマーケットに受賞したレシピを置いていただいた。

○呉市では、「ひろしま給食100万食プロジェクト」に応募した呉市の児童生徒のレシピの中から、調理研究を通して、今年度の統一メニューに選ばれた

「ひろしまオールスター★担々丼」に合う「食べてくれ〜汁」を選び、呉市独自の献立を決定し、全国学校給食週間に呉市の統一献立として取り入れた。



5 取組に対する成果と課題

【成果】

○児童は、給食コーナーの掲示や給食放送をよく見たり聞いたりしており、クイズに掲載している内容にも興味をもち、クイズにも多くの児童が応募している。また、「給食カレンダー」には教室からの意見を書くコーナーを設けている。児童からの意見や感想が多く寄せられていることから、児童の食に対する関心が高いことが分かる。

○吉浦小学校の食育の特徴の1つである「吉浦元気汁」についても、自分たちの学校で考えられ、給食にも取り入れられていることに誇りを持ち、給食委員会が各学級を訪問して「吉浦元気汁を飲もう。」と啓発している。クラブ活動や親子料理教室でも元気汁を作りたいと希望する児童が多く、毎年、食育通信に作り方のレシピを掲載している。

○「触・植・食」体験後に行った児童アンケートの結果では、「朝食を食べることは大切だと思う。」と答えた児童は95.2%、「給食の時間が楽しい。」と答えた児童は89.3%と、目標値には達していないが、肯定的な回答が多かった。たくさんの児童が「触・植・食」体験を通して、食に対する関心が高まっている。

○「ひろしま給食100万食プロジェクト」では、給食学習会（試食会）、給食掲示、ぱくぱく通信（食育通信）への掲載や、給食放送、地域のスーパーマーケットへレシピを置いてもらうなどの取組により、児童、家庭、地域に対して幅広く啓発することができた。

○さまざまな取組の結果、児童は食に対する関心を高め、よりよい生活習慣のためにはどんなことに気を付ければよいか等についても理解できつつある。

【課題】

○「さわやかカード」のアンケート結果では、「毎日朝ごはんを食べた」と答えた児童は1回目97.4%、2回目93.7% 3回目90.3%であり、「朝ごはんを食べる子ども100%」に近づくよう取り組んできているが、思うように成果が出ていない。3回目については、かぜやインフルエンザなどにより

体調がすぐれない児童が多かったためと考えられる。さらに今年度は、7月の豪雨災害の影響も考えられる。今後、朝ごはんの取組に力を入れたい。

○学校の食育に係る目標に対しては、「朝ごはんを食べた」児童が90.3%、「朝ごはんを食べることは大切だと思う」肯定評価が95.2%、「給食の時間が楽しい」肯定評価が89.3%だった。「朝ごはんを毎日食べる子100%」を目指すためには、保護者の協力が不可欠であり、継続した啓発が必要と思われる。また、児童のアンケート結果においても全体的には肯定的な数値が高いが、目標値を達成できていない項目もある。さらに、食べ物について知識としては分かっているが、実際の生活習慣の改善にまで至っていない児童がいる。

6 今後の取組に向けた改善方策について

「触・植・食」体験，食育の授業，給食放送，食育の掲示などの取組を継続させる。食物を作る大変さを実感することを通して食べ物に感謝する心をもったり，健康のためにどんな食べ方をするのがよいかについて考えたりするなど，食に関する感謝の気持ちや知識が高まるよう工夫する。その中で得た知識を実際の自分の生活に生かせるように家庭，地域と共に取り組んでいきたい。

また，吉浦小学校の食育の柱である「毎日朝ごはんを食べる子100%を目指して」の取組としては「簡単にできる朝ごはんレシピ」の配布し，固定化している朝食を食べていない児童に対しては，養護教諭や担任と連携して個別指導や健康相談の機会を捉え，保護者に対する啓発に力を入れていきたい。

今後，教職員全体で共通理解を図り，連携を深めながら教育活動全体を通して計画的に食育の指導を進めていく中で，児童の行動変容を見取り，肯定的な声かけをしていく。家庭，地域に対しても，さまざまな機会を捉えて児童が学習したことを知らせ，家庭，地域への啓発につなげるとともに連携を深める。これらの取組を通して，さらに，食育に係る目標値に近づくことができるようにしたい。