

平成 30 年度 食育推進に係る実践報告書

学校名	呉市立川尻小学校
-----	----------

1 学校における食育の現状（昨年度からの課題等）

本校では、黄・赤・緑の食べ物が分かるという児童が 92.1%（学校アンケートより）と、理解度は高い。また、給食が黄・赤・緑のバランスのとれた食事になっていることや、黄・赤・緑の食べ物がそろって栄養のバランスがとれるということは理解できている。しかし、そのことを自分の食生活に生かすことができている児童はまだ少ない。

朝食において黄（主食）・赤（主菜）・緑（副菜）をそろえて食べている児童は一昨年度の 68%から昨年度は 74%と 6 ポイント上がり、課題であったことが徐々に改善されているものの、まだ十分とはいえない。

本校の課題は生活習慣の中でも特に「早寝ができていないこと」と「栄養バランスのとれた朝ごはんが食べられていないこと」の 2 点である。今年度も引き続き、生活習慣の改善と朝食内容のさらなる充実に向け、児童を通して保護者啓発を進め、食に対する選択力を高めていくことが必要である。

2 学校の食育に係る目標（成果指標・目標値）

黄（主食）・赤（主菜）・緑（副菜）がそろった朝食を年 3 回の「元気アップ週間」の取組の中に位置付け、家庭との連携を深めて実施することで、栄養バランスのよい朝食摂取の意識を高める。

栄養バランスのとれた朝食摂取を定着化させるために、黄（主食）・赤（主菜）・緑（副菜）をそろえて食べる児童の割合を指標とし、75%以上にすることを目標値とした。

3 食育の目標に対する具体的な取組

【取組 1】（テーマ）栄養バランスのよい朝食を食べる児童の割合を増加させる取組

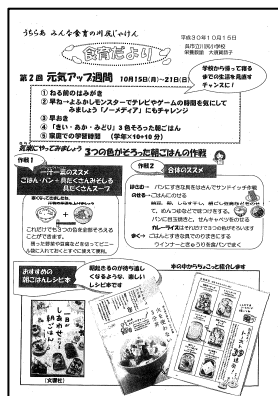
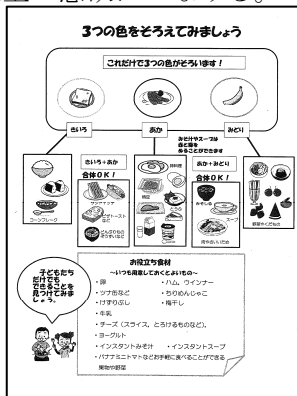
平成 25 年度より毎年取り組んでいる「元気アップ週間」では、はじめの 3 年間は顕著な成果が見られなかった。課題を明確にして継続して取り組んだ結果、一昨年度の 68%から昨年度は 74%と大幅に改善した。今年度も引き続き「早寝」と「栄養バランスのよい朝食を食べること」の 2 つの課題に向けて、75%を目標として児童・保護者・教職員への周知や意識付けを行うと共に、中学校区の小中が同時期に「元気アップ週間」に取り組んだ。

- 川尻っ子ノート（自立ノート）の活用で習慣化と定着を図る
毎日の自分の生活の振り返りと家庭との連絡ツール
- 学力向上と関連付けることでさらに意識を高める
今年度 3 回目の元気アップ週間の項目に、テレビを消して宿題を行う「ノーテレビ」の項目を加えた。
- 児童への周知と啓発
「元気アップ週間」前の児童朝会で給食委員会児童による朝ごはんの大切さを伝える劇の実施
- 教職員へ働きかけ、学校全体で共通理解を図る。
- 食育の課題について食育だより等を通して保護者へ周知する。
- 取り組んだ結果の公表やパーフェクト賞の表彰により、がんばりを見える形で評価し、児童の意欲につなげる。

学年	1学期	2学期	3学期	4学期	5学期	6学期	7学期	8学期	9学期	10学期	11学期	12学期
3・4年用



給食委員会の児童扮する「バランスレンジャー」



「家庭学習時間」と「ノーテレビ」の項目を追加した「元気アップカード」

食育だより等による保護者への周知

【取組2】(テーマ) 小中一貫教育で行う食に関する指導の充実に向けた取組

小中一貫食育プログラム【食育の9年間のストーリー】に基づいた指導

本校は1中1小の中学校区であることと親子給食により、小中9年間を通して同じ給食を食べていること等から、小中一貫で食育を進めやすい環境である。これまでも、毎年栄養教諭による中学校への乗り入れ授業を計画的に行ったり、「ひろしま給食100万食プロジェクト」に小中合同で取り組んだりするなど、日頃から小中間の連携はとれている。今年度は、昨年度作成した小中の9年間の系統的に見通した食育プログラム「食育の9年間のストーリー」【資料1】をもとに取り組むことができた。

その他、小中で同時期に「元気アップ週間」にも取り組み、生活習慣と食育の課題を明確にしながら、9年間のゴールである「食の自立」に向けて取り組んだ。

【取組3】(テーマ) 児童生徒を笑顔にする給食作り

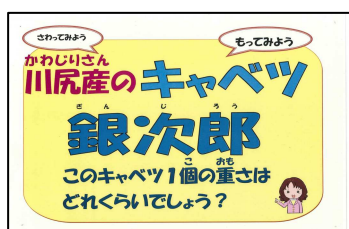
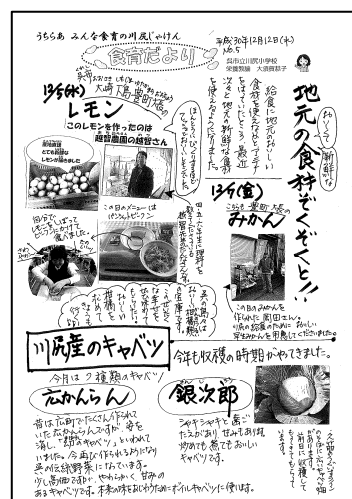
～おいしくて安全で感謝の気持ちを育てる学校給食～

(1) おいしくて魅力ある給食

だしを原料から本格的にとる、手作りにこだわる、主食・主菜・副菜がそろった献立作成により、味覚を育て、食事の手本となるような給食作りを目指した。

(2) 地元の食材を掘り起こす取組 ～地域への愛着と感謝の心を育てる～

- ・ 地域の地場産物をより多く使用するため、地元の農家やJA等との連携を図った。
- ・ 従来の川尻町産のキャベツ（品種：銀次郎）やピオーネ・安浦産のたまねぎ・安芸津のじゃがいもに加え、今年度は、「川尻町産のれんこん」を新たに使用した。
- ・ 大崎下島の農家から「みかん、ぼんかん、デコポン、レモン」を購入し、新鮮で安価な柑橘類を提供した。
- ・ 地元猟友会の協力により、毎年行う「みのりまつり」の日の給食に野呂山の「猪肉」を取り入れ、「ぼたん汁」を提供している。



(3) ホームページによる発信

- ・ 給食の写真を学校のホームページのトップページに掲載し、毎日更新した。
- ・ 毎日の給食献立名、使用食材、もりつけ方、今日の食材の話、子ども達に伝えたいことなどを書いた「今日の給食」（給食日めくりカレンダー）を掲載した。【資料2】



本校のホームページ

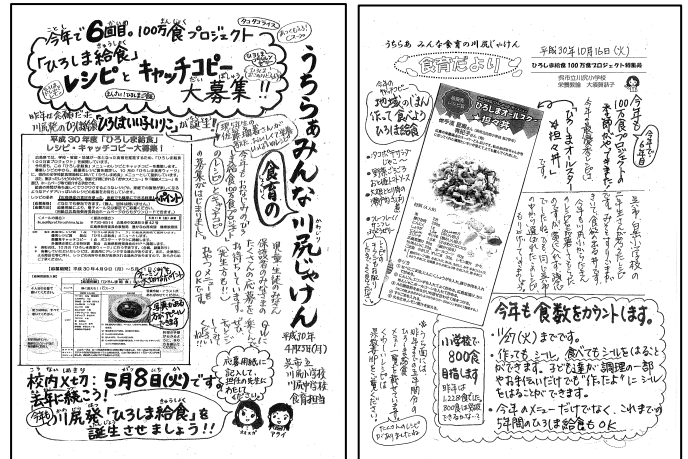


「給食日めくりカレンダー」の一例

4 「ひろしま給食100万食プロジェクト」の取組について

昨年度同様、中学校と連携して取り組んだが、応募数は58で昨年度よりも少ない応募となった。また、家庭での食数も586食となり、目標の800食に及ばなかった。

今年度は作りやすいレシピが少なかったことも原因の一つかもしれないが、これまで6年間の「ひろしま給食メニュー」は、給食の献立でもたびたび提供して人気のメニューとなっており、児童・保護者に定着している。

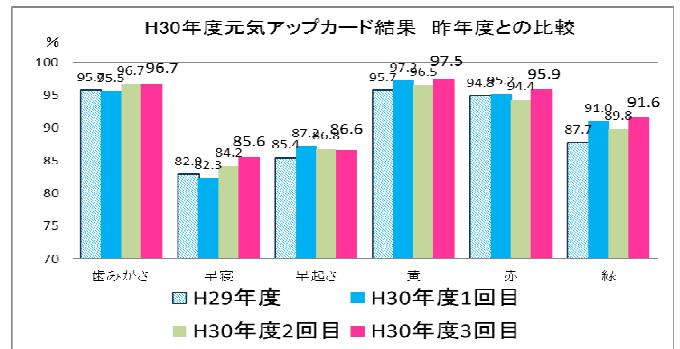
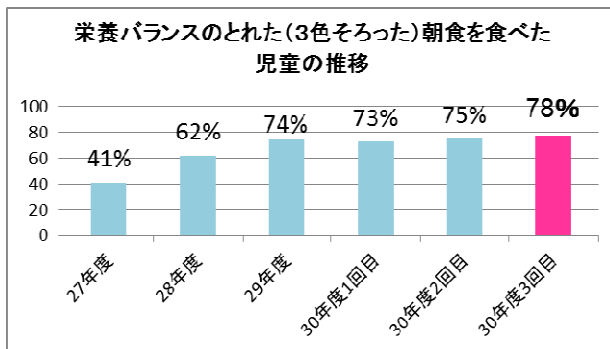


5 取組に対する成果と課題

【成果】

取組1について

黄・赤・緑の3色がそろった朝食を食べた児童は78%となり、これまでの5年間で最も良い結果となり、目標値を達成することができた。また、すべての項目が昨年度を上回り、児童・保護者とも生活習慣を整えることや栄養バランスのとれた朝食に対する意識が、年々高まっていることがうかがえる。生活習慣や朝食だけでなく、家庭学習時間やノーテレビなど、本校の「学力フォローアップ事業」との関連を図り、全教職員の共通認識のもと、学校全体で取り組んだことが良い結果につながった。



保護者のコメントより

- ・ 元気アップ週間は、親も「がんばらねば！」という引き締まった気持ちになります。
- ・ 朝は忙しくて黄・赤・緑がなかなかそろわないので、みそ汁でがんばりました。
- ・ 元気アップカードのおかげで自発的にとりくんでくれるのでとてもよい取組だと思います。子供とのコミュニケーションにもなるので続けてもらいたいです。
- ・ 子供と一緒に、「これが赤、これが緑」と確認しながら、楽しんで朝ごはんを食べました。
- ・ けじめのある生活を目標によくがんばりました。特にノーテレビはとても良いことだと思います。

取組2について

小中一貫食育プログラムがあることで、9年間を見通した食育に取り組むことができた。元気アップカードに小中が共通して取り組むことにより、校区の課題が明確になり、発達段階に沿って取り組むべき内容を全教職員で共有できた。

また、栄養教諭が中学校への乗り入れで行う食育の授業づくりの手立てとして、中1「中学生の食育ハンドブック」中2「おいしく減塩ハンドブック」中3「受験必勝ハンドブック～食事編～」の3冊を作成した。

【資料3, 4, 5】

貴重な食育の授業を行う上で、教科書の代わりになり、ワークシートやふり返りもこの1冊にまとめた。形に残すことで生徒が見直すことができるため、その後の食生活に生かしたり家庭への発信や啓発につなげたりすることができ、これまで以上に効果を上げることができた。



中学2年 「おいしく減塩」の授業

取組3について

「給食が好き」と答えた児童の割合が97%になり、昨年度の95%から2ポイントアップした。本物のおいしさを追求したり、地元の食材を掘り起こしたりすることにより、児童の地元への愛着心を育てることや、自分の健康への興味関心を高めることにつながった。

また、給食時間の放送が給食に対する関心を高めている。とりわけ、放送後半の当日の給食に使用している食材の中から一つを選び、その色を当てる「食べ物色当てクイズ」は、全校児童がとても楽しみにしており、このクイズを毎日行うことで3つの色が分かる児童が増えている。

さらに、ホームページのトップページに給食の写真を掲載したことで、給食についての具体的でわかりやすい情報発信となり、地域や保護者の関心を高めることにつながった。

児童の「給食お手紙」より

- ・ 根菜のごまみそ煮は、れんこんやごぼうがあつて、えいようがあつて元気ができました。(4年)
- ・ いつもおいしいみんながよろこぶ給食を作ってくれてありがとうございます。(2年)
- ・ 広かんらのナムルがおいしかったです。「まぼろしのキャベツ」と言われていることを初めて知りました。(3年)
- ・ カレーうどんがとてもおいしかったです。昆布とかつお節のだしがよくきいていました。(5年)
- ・ きょうのきゅうしょくはぜんぶすきで、一ばんにたべました。(1年)

【課題】

- ・ 「元気アップ週間」の取組が5年目を迎え、成果の兆しは見えているものの、望ましい生活習慣や朝食習慣が定着したとは言えない。今後も継続しつつ、行動変容につなげるためにさらなる取組の工夫が必要である。また、中学生になると達成度が下がっている現状もあり、中学校と連携を深めながら対策を考えていきたい。さらに、児童生徒はもちろん、保護者への啓発の工夫も必要である。
- ・ 家庭状況などを含めて個別指導が必要な児童が数名いるので、学級担任と連携をとりながら進めていく必要がある。
- ・ 教科等における食に関する指導は、5・6年生の家庭科や1年生の学級活動、生活科、国語科においては栄養教諭と学級担任のT・Tで授業を行うことができているが、他の学年や教科での授業が十分実施できなかった。時期や内容等、計画を見直していく。

6 今後の取組に向けた改善方策について

- ・ 元気アップ週間での3色そろった朝食を食べる児童の達成度を100%に近づけたい。そのために、保護者に対しては従来通りの食育だよりによる発信や簡単にできるレシピ集の配付、懇談会などでの働きかけを増やしていく。また、児童に対しては「朝ごはん〇〇大作戦」などのスローガンをかかげることで児童の関心を高めたり、昼休憩等を利用して児童のための「朝ごはんミニ料理教室」を開いて自分で作ることができる児童を増やしたりする等、児童が主体的に取り組むことができるようにする。
- ・ 「生活習慣」「感謝」「食事のマナー」の3点を中学校区での食育で付けたい力として、9年間の食育プログラムを組み立てている。この食育プログラムを小中教職員で実践しながら見直していくとともに、年度当初に取組の共通理解を図り、中学校区全体で取り組む体制をつくっていく。さらに、教職員の異動にかかわらず、継続できる組織作りをしていきたい。
- ・ 今年度、各教科等と関連付けて取り組むことにより、従来よりも成果が見られた。カリキュラム・マネジメントの視点から、健康教育や食育だけでなく各教科等との関連も図り、教職員全員が共通理解のもと教育活動全体で取り組むことが児童に力を付けることにつながる。今後も教育活動全体で取り組んでいくことが重要である。
- ・ しっかり睡眠をとることや栄養バランスのよい朝食をとるなどの望ましい生活習慣は、学力や体力の向上につながるということについて、結果をもとに周知し、活用していく。
- ・ 今の取組がすべての児童にすぐに結果として表れるとは限らないので、継続した取組を大切に、9年間を通して「食の自立」をめざし、将来、必ず児童が自分の食生活に生かし、実践することができる取組にしていきたい。