

平成26・27年度
熊本県教育委員会指定「学校給食・食育研究推進校」
公益財団法人熊本県学校給食会委嘱「学校給食・食育研究推進校」

研究紀要

研究主題

「食」に対する関心を高め、

自らの食生活をよりよくする生徒の育成

～「食」に関する授業等の実践を通して～



平成27年11月20日（金）

熊本県宇城市立三角中学校

はじめに

近年、食の原点である「家庭の食卓」のあり方について、様々な問題が取りざたされています。その一番の犠牲となるのは、やはり、“子ども”たち。体も心も、そして脳も成長途中にあり、大人よりも影響を受けやすく、後々改善することも難しいとされています。そのような状況を踏まえ、子どもたちにとって望ましい食習慣の定着を図ることは、「食と健康」、「食とスポーツ」、「食と学力」など、『生きる力』の源となる必要不可欠な要素だと考えています。

本校では、「学校給食・食育推進校」として、平成26・27年度の2年間、熊本県教育委員会から研究指定を受け、これまで研究を進めて参りました。

研究主題を『食』に対する関心を高め、自らの食生活をよりよくする生徒の育成～『食』に関する授業等の実践を通して～とし、生徒自らが食に対する関心を高め、生命尊重や食に対する感謝の気持ちを醸成していく実践を積み重ねてきたところです。そして、その間、保護者や地域の皆様からたくさんの御協力と御支援を得ながら、本日の研究発表会に辿り着くことができました。

本日は、ささやかな研究のあゆみをまとめてみましたが、これまでの研究の成果と課題を明らかにし、更に研究の深化・充実を図っていきたいと考えております。まだまだ、不十分な点が多々ありますが、皆様の忌憚のない御意見・御指導をいただきましたら幸いです。本日は、どうかよろしく願いいたします。

最後になりましたが、本校の研究推進に当たり、懇切丁寧な御指導・御助言、御支援を賜りました熊本県教育委員会、宇城教育事務所、公益財団法人熊本県学校給食会、宇城市教育委員会並びに関係者の皆様に心よりお礼申し上げます。

本日は、終日大変お世話になります。

平成27年11月20日

宇城市立三角中学校

校長 長谷 哲也

目 次

○ はじめに

I 研究の概要・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 1～4

- 1 研究主題
- 2 主題設定の理由
 - (1) 社会の要請から
 - (2) 本校の学校教育目標から
 - (3) 本校生徒の実態から
- 3 研究の目的
- 4 研究の仮説
 - (1) 仮説1
 - (2) 仮説2
- 5 研究組織
- 6 研究の構想

II 研究の実際・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 5～17

- 1 仮説1の達成に向けて
 - (1) 「食」に関する授業等の実践
 - (2) 体験活動の充実
 - (3) 給食時間の指導の取組
- 2 仮説2の達成に向けて
 - (1) 「弁当の日」の取組
 - (2) 食育講演会の実施
 - (3) 「家庭の日」の取組
 - (4) 生徒会活動の取組
 - (5) 文化祭における取組
 - (6) 各種便りの活用

III 研究の成果と今後の課題・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 18～20

- 1 成 果
 - (1) 【感謝の心】について
 - (2) 【社会性】について
 - (3) 【食文化】について
 - (4) 【食事の重要性】・【心身の健康】・【食品を選択する能力】について
 - (5) 【朝食摂取率】について
- 2 課 題

○ おわりに

○ 研究同人・参考文献

I 研究の概要

1 研究主題

「食」に対する関心を高め、 自らの食生活をよりよくする生徒の育成 ～「食」に関する授業等の実践を通して～

2 主題設定の理由

(1) 社会の要請から

食育基本法の前文では、食育を「生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきもの」であり、「様々な経験を通じて『食』に関する知識と『食』を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てること」と規定されている。また、同法の5条には食育に関する学校教育の役割が規定され、学校が果たす責務として食育が提起されている。また、熊本県では平成18年3月に「熊本県食育推進計画」を策定し食育に取り組んできた。さらに平成23年3月、食育がさらに県民生活へ根付き、実践されるよう、食に関する総合計画へと見直され、第2次計画となる「くまもと 食で育む命・絆・夢プラン」が策定された。その中で、食育とは、「食の安全に関する知識や望ましい食習慣を身に付けるとともに、地域の産物や食文化についての理解を深め、健全で豊かな食生活を送る能力を育むこと」としている。

しかし、近年、ライフスタイルの多様化などによって食生活が変化し、「食」を大切にする心や優れた食文化が失われつつある。また、栄養バランスの偏りによる肥満や痩身、朝食欠食や孤食等の「食」に関する問題が生じており、健全な食生活を取り戻すことが求められている。そのために、「食」に対する関心を高め、正しい知識に基づいて自ら判断し、自らの食生活をよりよくする実践力を身に付けることが重要であると考え、本主題を設定した。

(2) 本校の学校教育目標から

本校は、「自他ともに伸びゆく生徒の育成～共生と自律、そして挑戦～」を教育目標に掲げている。また、目指す生徒像として、「夢や目標に向かって努力を惜しまない生徒」、「自分と同じように他を尊重し自らを律する生徒」、「自ら考え自ら学ぶことに喜びを持つ生徒」及び「健康で明るく自他の命を守る生徒」の4つを重点目標として定めている。

この学校教育目標や重点目標を達成するには、知育、徳育及び体育の基礎となる「食」に対する指導の充実を図ることで、「食」への関心を高め、正しい知識に基づいて自ら判断し、実践していく力を身に付ける必要があると考える。また、家庭や地域へ啓発を行い、授業等で学んだことが、生徒の実践的態度につながるように、給食の時間や家庭、地域と連携した実践の場を設けることが、生徒自らの食生活を改善することに効果的であると考え、本主題を設定した。

(3) 本校生徒の実態から

平成26年6月に本校で実施した「食」に関するアンケートでは、学校給食について「好き」と答えた生徒は90%で、給食を「残さず食べる」と答えた生徒は80%であった。実際、残滓の量は非常に少ない。しかし、生徒一人一人が準備された給食を完食しているわけではなく、嫌いなものや食べ切れないものを級友に食べてもらっているという課題もある。また、「給食準備や片付けの協力、食事のマナーが身に付いている」と答えた生徒は90%であった。しかし、給食準備や片付けが人任せだったり、食事の音量が大きすぎたり、食べ終わるまでの時間が長すぎたりする状況も見られる。感謝の心については、「動物や植物の命をいただいて自分の命が養われていることに感謝しているか」に対して、16%の生徒が「あまりない」「ほとんどない」と答えており、感謝の心についても課題があると捉えている。朝食摂取の割合については、熊本県の公立小・中学校で毎日朝食を摂取してくる生徒の割合が85.5%（平成25年度）に対して、本校生徒は、約81%（平成26年6月）と下回っている。また、「朝食を食べている」と答えた生徒の摂取内容を調べると、栄養バランスを考えて食べている生徒は少なく、主食や飲み物だけだったり、とにかく満腹になればいいという考えだったりしている。これらの実態から、朝食についても課題があることがうかがえる。

以上のことから、本研究の推進により、学校教育活動全体を通して食育を推進することで、生徒の「食」に対する関心が高まり、一人一人に望ましい食習慣の育成が期待できると考え、本主題を設定した。

3 研究の目的

本研究では、教科等における食に関する指導の目標を明確にした授業や体験活動等（以下「食」に関する授業等）の実践と給食時間における食に関する指導を関連させ、発達段階に応じた指導を行う。特に、「食」に関する授業等の実践に当たっては、生徒の「食」に対する関心を高め、正しい知識に基づいて自ら判断し、実践していく力の育成をめざす。その際、栄養教諭の専門性を生かし、授業への参画を積極的に行うとともに、学校給食を「生きた教材」として活用し、効果的な取組を進めていく。

また、家庭や地域への啓発を進めるとともに、「食」に関する授業等での学びを生かし、給食の時間や家庭、地域と連携した実践の場を設けることにより、自らの食生活をよりよくする生徒の育成をめざす。

このような取組を通して、以下のような生徒の育成をめざす。

<めざす生徒像>

- 食事のありがたさに気付き、食に関わる様々な人へ感謝する心をもつ。【感謝の心】
 - 給食の準備や後片付け、食事のマナーを身に付け、楽しい会食を通して交流を深める。【社会性】
 - 地域の産物や旬の食材を知り、それらを生かした郷土料理のよさを理解する。【食文化】
 - 食品の栄養素や食事のとり方を理解し、自己の健康を考えた食事ができるようにする。【食事の重要性】【心身の健康】【食品を選択する能力】
- ※【 】…食に関する指導の内容

4 研究の仮説

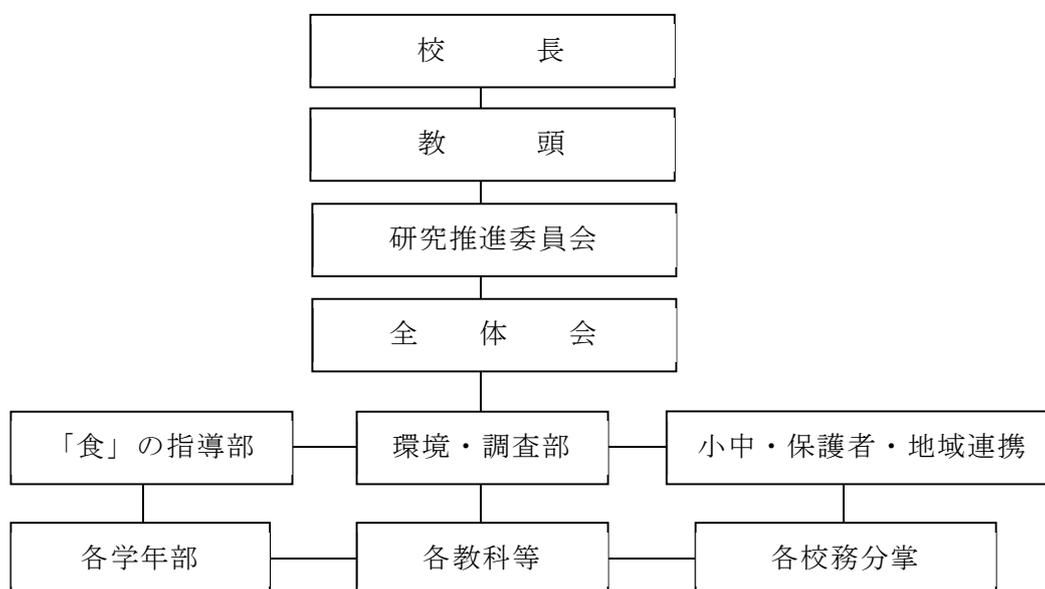
(1) 仮説1

教科等における食に関する指導の目標を明確にした授業や体験活動及び給食時間における「食」に関する指導の充実を図ることにより、「食」への関心が高まり、正しい知識に基づいて自ら判断し、実践していく力が身に付くであろう。

(2) 仮説2

仮説1の学びを生かし、給食時間での実践や家庭・地域と連携した活動での実践を行うとともに、家庭・地域への啓発を進めることで、自らの食生活をよりよくする生徒が育成されるであろう。

5 研究組織



◎「食」の指導部…○野村、○松尾、河野、橋本、御船、坂本

- ・教科等における食に関する指導（各教科等、体験活動）の充実
- ・学校給食における食に関する指導の充実
- ・栄養教諭の専門性の活用
- ・生徒会活動の充実

◎環境・調査部…○井上、寺本、平野裕、鳶村、須藤

- ・野菜等の栽培活動
- ・アンケート調査の実施と結果分析（6月と12月）
- ・啓発活動（文化祭での「食」に関するステージ発表・展示物作成）

◎小中・保護者・地域連携部…○小夏、田邊、小原、山内、中野、平野、森、金田、
（教頭）

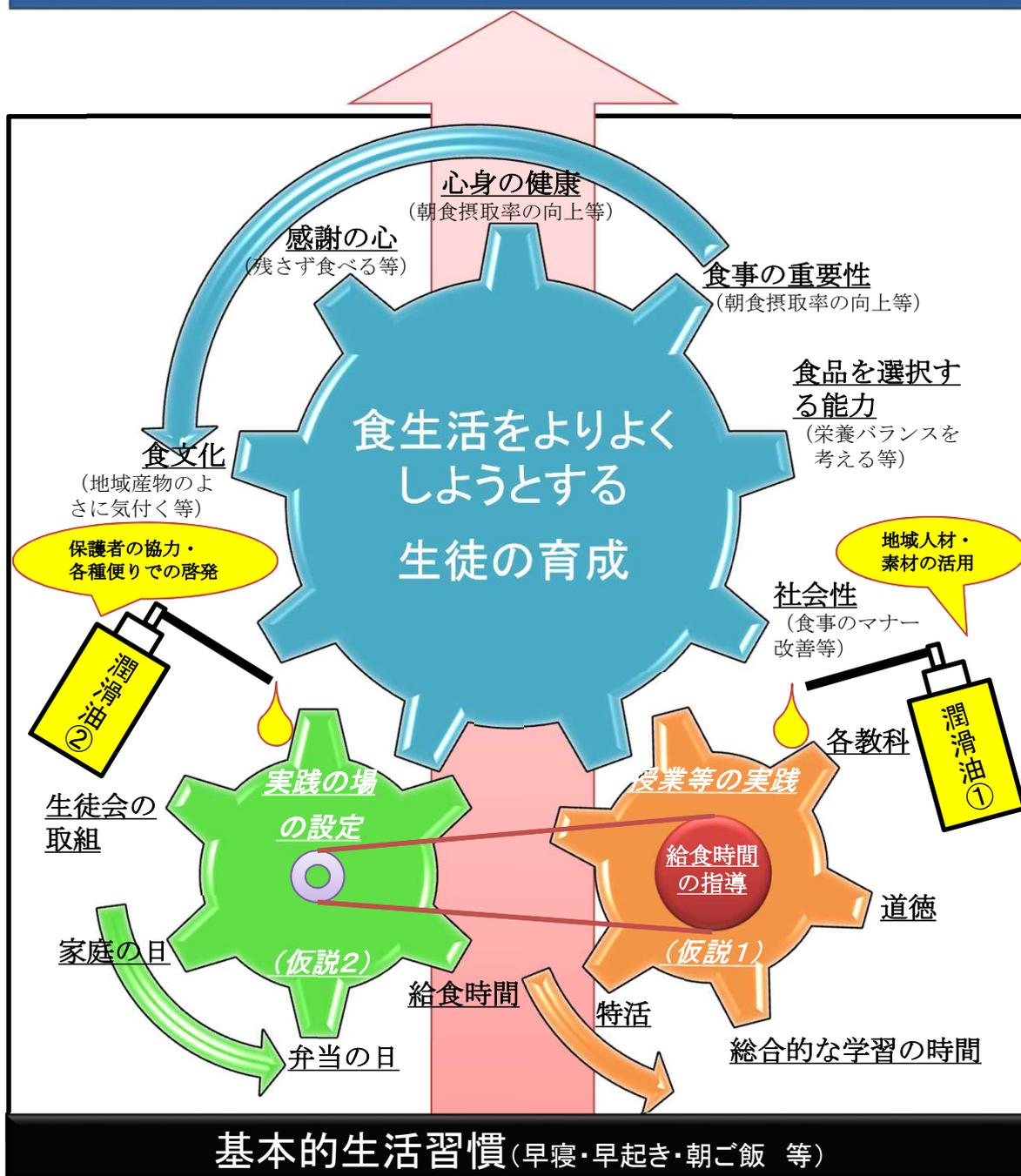
- ・「食」に関する講演会の開催
- ・保護者との連携及び啓発活動
- ・地域人材を活用した郷土料理体験
- ・本校校区2小学校との連携

（○は各部会のチーフ）

6 研究の構想

本校の学校教育目標
自他ともに伸びゆく生徒の育成～共生と自律、そして挑戦～

研究主題
「食」に対する関心を高め、自らの食生活をよりよくする生徒の育成



Ⅱ 研究の実際

1 仮説1の達成に向けて

(1)「食」に関する授業等の実践

① 授業計画と分類

「食」に関する授業を実践するにあたり、教科等年間指導計画の中から「食」に関する内容の洗い出しを行い、それをもとに、表1のような授業計画を立てた。「食」に関する授業は、教科等の担当者によるものだけでなく、栄養教諭とのT・T形式でも実践した。

表1 授業計画（一部抜粋）

| 月 | 週 | 教科 | 学年 | 内容 | 型 |
|---|---|------|-----|------------------------------------|---|
| 4 | 4 | 理科 | 2 | 化学変化と原子・分子(ホットケーキがふくらむ理由) <選> | Ⅱ |
| | 5 | 社会 | 1 | 文明のおこりと日本のなりたち<文> | Ⅲ |
| 5 | 3 | 技術 | 2 | 人、生物、環境のかかわりについて知ろう<社> | Ⅲ |
| | 5 | 保体 | 1 | 心身の発達と心の健康～体の発育・発達～<重・健> | Ⅰ |
| | | 数学 | 2 | 連立方程式の利用(条件を決めて食を選択する)<選> | Ⅲ |
| 6 | 1 | 理科 | 2 | 化学変化と原子・分子(発展:カルメ焼きがふくらむ理由) <選> | Ⅱ |
| | 2 | 特別支援 | 1・2 | 朝食の重要性とメニュー作り<重・健> | Ⅰ |
| | | 保体 | 3 | 健康な生活と病気の予防～食生活と健康～<重・健> | Ⅰ |
| | 3 | 技術 | 1 | 表計算ソフトで給食の栄養バランスを調べてみよう <重・健> | Ⅲ |
| | | 総合 | 2 | 地域の食材を使ってオリジナルふりかけを作ろう<文> | Ⅰ |
| | | 数学 | 3 | 平方根<文> | Ⅲ |

また、「食」に関する授業等を行う際、食育と教科等の関わりを明確にするため、次の表のⅠ～Ⅲ型に分類した。

| 型 | 食育と教科等の関わり |
|---|---|
| Ⅰ | 教科等の指導内容 <u>そのものが</u> 「食」に関する指導内容と <u>重なるもの</u> |
| Ⅱ | 教科等の指導内容の <u>一部が</u> 「食」に関する指導内容と <u>関連するもの</u> |
| Ⅲ | 教科等の <u>素材として</u> 「食」に関する内容が <u>活用できるもの</u> |

(「食育実践マニュアル」熊本県教育委員会より)

授業実践にあたって特に留意したことは、Ⅱ型とⅢ型の授業での「教科等の目標」と「食に関する指導内容及び目標」との関連である。研究を進める中で、食に関する指導内容や目標を重視するあまり、授業によっては教科等の目標達成が薄れるという反省もあった。そこで、Ⅱ型とⅢ型の授業では「教科等の目標」を達成することを第一とすることや、「食に関する指導内容及び目標」は教科の指導内容に関係付けた目標として位置付けるとともに、給食の時間や体験活動等とも関係付けながら達成していくこととした。

② I型の授業実践

1年 特別活動（学級活動）の実践

ア 単元名 「わたしたちの毎日と食生活」

イ 本時の目標

1日を元気に活動するために朝食を食べることの大切さがわかり、朝食を必ず食べようとする態度を身に付けることができる。また、よりよい朝食にするためには、いろいろな食品を組み合わせて食べることが大切であることを理解できる。

ウ 食に関する指導内容

食事の重要性について理解させ、心身の健康増進に生かす生徒を育成する。（食事の重要性、心身の健康）

エ 展開

| 過程 | 学習活動 | 指導上の工夫・留意点 ◆評価 |
|----|--|--|
| 導入 | 1 夏休みの生活アンケートを振り返り、自分たちの生活について考える。 | ○夏休み中の生活アンケート結果を視覚的に示す。（T1） ○アンケート結果を見て、何が課題か考えさせる。（T1） |
| 展開 | 2 本時の課題を把握する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin: 10px auto; width: fit-content;">朝ごはんの大切さについて考えよう</div> 3 朝食を食べる理由を考える。 4 朝食を食べることの大切さについて話を聞く。  5 どんな朝ごはんを食べたらよいか考える。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;">【言語活動】（設定の意図） 意見交換しながら、より良い朝食を考える。 (1) 自分の考えを書く。 (2) 友だちの考えを聞く。 (3) 考えの修正や付け加えをする。</div> 6 話し合いで考えを深めた朝ごはんについて発表する。  | 徹底指導 ○数人に発表させて、3つのポイントを押さえる。（T2） ・体を元気にする。 ・脳にエネルギーを送る。 ・排便のリズムをつくる。 ○朝食の大切さを多面的に説明し、朝食を積極的に食べようとする意欲を持たせる。（T2） ○学力と朝食、体力と朝食との関係などを、図や写真などの資料を用いて効果的に説明する。（T2） 能動型学習 ○自分一人で朝食を用意することができるように、冷蔵庫にある食品で朝食メニューを考えさせる。（T1） ○給食はバランスがとれており、手本になることを伝える。（T2） <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;">◆教科等の評価【集団活動や生活への関心・意欲・態度】（ワークシート・行動観察）朝食メニューについて、班で協力して考えている。</div> ○「朝食内容の充実」がわかるように、ビフォーとアフターを意識して発表させる。（T1） ○生徒の発表に対して、助言する。（T2） |
| 整理 | 7 本時を振り返り、学んだことや感想を書く。 | ○朝食や生活習慣の改善に結び付けるため、自学ノートに朝ごはん日記を付けていくことを伝える。（T1） |

オ 生徒の振り返り、学び（一部抜粋）

- ・朝ごはんを食べることで、体温が上がる、排便を促す、脳が目覚めることが分かったから、今度から必ず食べるようにしたいです。朝ごはんのメニューもちゃんと考えたいです。
- ・朝食はいつも食べているが、もっとバランスのよい食べ方をしようと思った。こんなに食について考えたことはなかったので、知識を深めようと思った。

③ II型の授業実践

2年 理科の実践

ア 単元名 化学変化と原子・分子（1 物質の成り立ち）

イ 本時の目標

カルメ焼きが、炭酸水素ナトリウムの熱分解で気体が発生するためにふくらむことを説明することができる。

ウ 食に関する指導内容

炭酸水素ナトリウムが加熱によって気体が発生させる性質があることを理解し、カルメ焼きをはじめ、ケーキやパン等、食品をふんわりと仕上げる食品添加剤として広く利用されていることを理解させる。（食品を選択する能力）

エ 展開

| 過程 | 学習活動 | 指導上の工夫・留意点 ◆評価 |
|----|--|---|
| 導入 | 1 カルメ焼きがふくらむ現象を観察する。  | ○次の点に留意し、実際にカルメ焼きを作る。 ・安全めがねの着用 ・加熱する温度は125℃ ・炭酸水素ナトリウムを入れるタイミング |
| 展開 | 2 カルメ焼きがふくらむ理由を考える。 (1) 本時の課題を把握する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">カルメ焼きをつくり、カルメ焼きがふくらむ理由を説明しよう。</div> (2) 予想する。 (3) カルメ焼きづくりに挑戦する。 (4) カルメ焼きがふくらんだ理由を班で考える。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">【言語活動】（設定の意図） 意見交換し、炭酸水素ナトリウムの熱分解による気体の発生と、カルメ焼きがふくらむことを関連付けて考えることができるようにする。</div> (5) カルメ焼きがふくらんだ理由を理解する。  | ○カルメ焼きがふくらんだ理由について、問題意識を持たせる。 ○自分の意見を書かせ、数名に発表させる。 能動型学習 ○安全面の確認をし、班で協力させる。 ○うまくふくらまない班を手伝い、コツを教える。 ○課題を意識して、班でしっかり考える時間を確保する。 ○数班に発表させ、付け加えや修正を行わせ、正しく理解させる。 徹底指導 ○カルメ焼きは、炭酸水素ナトリウムの熱分解でCO ₂ が発生するからふくらむことを押さえる。 ○発展として、炭酸水素ナトリウムの熱分解でH ₂ Oが発生することもふくらむ理由の1つであることを押さえる。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">◆教科等の評価【知識・理解】（ワークシート） カルメ焼きが、炭酸水素ナトリウムの熱分解でCO₂が発生するためにふくらむことを説明することができる。</div> ○時間があれば、炭酸水素ナトリウムの熱分解がカルメ焼き以外にも広く利用されていることを伝える。 |
| 整理 | 3 本時の振り返りをする。 | ○自分なりの図や言葉で、本時の学びをまとめさせる。シートは回収し、評価に使用する。 |

オ 生徒の振り返り、学び（一部抜粋）

・考察では、表面に穴があったから空気が抜けたのかなと思いました。でも、空気が抜けたのになぜふくらんでいるのかが分からなくて、逆に入ったのではと思いました。だから、みんなが説明していた「二酸化炭素と水蒸気が抜けていった」ということは、私も「そうかな」と思っていたけど、それでふくらむかは分かりませんでした。でも、先生に聞いてやっと分かりました。砂糖が固まってきた、発生した気体が外に逃げられず中に閉じこもるのでふくらむと聞いて、「なるほど!」と思いました。今回のカルメ焼きの授業で理科がもっと好きになりました。

④ Ⅲ型の授業実践

1年 技術・家庭（技術分野）の実践

ア 単元名 「デジタル作品の設計・制作」～アプリケーションソフトの利用～

イ 本時の目標

表計算ソフトを利用し、身近なデータをグラフ化することで、表計算ソフトの使い方や利便性を理解できる。

ウ 食に関する指導内容

身近なデータとして給食献立を取り扱うことで、給食の栄養バランスに関心を持たせると共に、栄養教諭の説話を効果的に活用し、日常食の自己管理意識を高めさせる。（食事の重要性）

エ 展開

| 過程 | 学習活動 | 指導上の工夫・留意点 ◆評価 |
|------------|--|--|
| 導入 (10) | 1 前時の学習を振り返る。 2 本時の学習課題を知る。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin: 10px 0;"> 表計算ソフトで給食の栄養バランスを調べてみよう。 </div>  | ○導入課題を通して表計算ソフトの使い方の振り返りを促す。（T1） ○身近なデータの1つとして給食献立の栄養バランスに目を向けさせる。（T1） ○表やグラフのよさ、データの整理視覚化の意識づけ、レーダーチャートのスタイルを理解させる。（T1） |
| 展開 (30) | 3 学習課題の解決に取り組む。  4 お互いの作品から学び合う。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> 【言語活動】（設定の意図） お互いの作品を評価することで、表計算ソフトの利便性を理解させる。 </div> 5 PCソフトの利便性を確認するとともに栄養教諭の説話を聞く。 (1) 技術の視点から データ領域の変更とグラフのリンク機能 (2) 食育の視点から バランスが完璧な献立は難しいこと 長期的・計画的な食事で補充していること | ○データはあらかじめ、それぞれのPCに保存しておく、簡単に利用できるようにしておく。（T1） 徹底指導 ○机間指導で操作を苦手とする生徒を支援する。（T1） 能動型学習 ○教室を自由に移動し、それぞれの画面上に表示された作品を評価し合うように促す。（T1） ○指導のポイント T1：技術の視点・・・表計算ソフトの利便性の確認 T2：食育の視点・・・現実的な栄養バランスの考え方と摂取方法 ○給食にはビタミンの割合が多いこと、和食は栄養バランスに優れていることを説明する。（T2） <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> ◆教科等の評価【技能】（観察） グラフを作成することができる。 </div> |
| 整理 (10) | 6 学習をまとめる。 | ○表計算ソフトは便利であり、様々なところで利用されていることを知らせる。（T1） |

オ 生徒の振り返り、学び（一部抜粋）

- ・1日の給食の栄養素のバランスが悪かったので、最初はびっくりしたけど、1週間や1ヶ月ではバランスがよいことがわかったので、やっぱり給食の献立は考えてあると思った。また、家の食事では不足しがちなビタミンを給食で多く取り入れてくれていることはありがたいと思った。
- ・エクセルのレーダーチャートで表すと、わかりやすいし、聞いただけや文字で見るとよりいろんなことがわかった。

⑤ その他の授業実践

②～④で紹介した授業実践を含め、以下の表のとおり、栄養教諭が参画して「食」に関する授業を行っている。（詳細は実践資料集参照のこと）

指導案は、大研で行う授業の指導案は正案で、それ以外の授業の指導案は略案で作成している。栄養教諭はT・Tで授業を行ったり、資料や情報を提供したりして、授業の充実を図っている。

| 型 | 教科 | 学年 | 学習内容 |
|-----|-----------|-----|-------------------------------------|
| I | 特別活動（学活） | 1 | 朝食の大切さについて考えよう |
| I | 特別活動（学活） | 1～3 | 基本的生活習慣の大切さを考えよう |
| I | 保健体育 | 3 | 健康な生活と病気の予防～食生活と健康～ |
| I | 保健体育 | 1 | 心身の発達と心の健康～体の発育・発達～ |
| I | 保健体育 | 3 | 食生活と健康 |
| I | 特別支援 | 1 | 800円以内で栄養のバランスを考えてお昼のメニューを選ぼう |
| I | 特別支援 | 1・2 | オリジナル朝食メニューをつくろう |
| I | 技術・家庭（家庭） | 1 | 調理実習 びりん飯を作ろう |
| I | 総合的な学習の時間 | 2 | 地域食材を使ってオリジナルふりかけをつくろう |
| I | 総合的な学習の時間 | 2 | 地域食材を使ったオリジナルふりかけを極めよう |
| II | 理科 | 2 | 化学変化と原子・分子～カルメ焼き～ |
| II | 理科 | 2 | 化学変化と原子・分子～穏やかな酸化～ |
| II | 理科 | 2 | 化学変化と原子・分子～小麦粉で酸化銅の還元～ |
| II | 理科 | 2 | 動物の生活と生物の進化～だ液のはたらき～ |
| II | 理科 | 2 | 動物の生活と生物の進化～終章 酵素のはたらきを調べよう～ |
| II | 理科 | 3 | 自然界のつり合い～分解者のはたらき～ |
| II | 理科 | 3 | 化学変化とイオン～中和～ |
| II | 理科 | 3 | 自然界のつり合い |
| II | 数学 | 1 | 資料のちらばりと代表値 |
| III | 技術・家庭（技術） | 1 | 表計算ソフトで給食の栄養バランスを調べてみよう |
| III | 理科 | 1 | 力と圧力～空気の圧力～ |
| III | 理科 | 1 | 大地の変化～地層～ |
| III | 理科 | 2 | 化学変化と原子・分子～鉄と硫黄の化合～ |
| III | 理科 | 3 | 地球の明るい未来のために～大切なエネルギー資源（放射線）～ |
| III | 数学 | 3 | 平方根 |
| III | 社会 | 2 | 世界から見た日本の姿 |
| III | 社会 | 1 | 世界各地の人々の生活と環境 |
| III | 社会 | 1 | 世界の諸地域 アジア州をながめて 2 |
| III | 社会 | 1 | 世界の諸地域 オセアニア州をながめて |
| III | 音楽 | 1 | 箏曲六段の調～琴体験「さくらさくら」 |
| III | 国語 | 2 | 食の世界遺産～鯉節～ |
| III | 英語 | 1 | ウッド先生がやってきた |
| III | 英語 | 1 | A New Year's Visit |
| III | 英語 | 2 | So Many Countries, So Many Customs. |
| III | 道徳 | 1 | 増えた塩ます（責任ある行動） |
| III | 道徳 | 1 | 三角の黒砂糖（郷土愛） |

(2) 体験活動の充実

① 1年生 郷土料理作り

ア ねらい

郷土料理の調理体験をとおして、地域の産物やそれらを生かした郷土料理の良さを理解するとともに、「食」の重要性や地域の食文化、歴史等を理解する。

イ 取組内容

- ・総合的な学習の時間に郷土料理「豆菓子」作り（講師は三角町食生活推進協議会の方々）
- ・家庭科で郷土料理「びりん飯」作り



豆菓子作り



びりん飯作り

ウ 生徒の感想より

- ・何回も食べたことがあり、食べ慣れた味だったけど、やっぱり自分たちで作ったらうまかった。自分たちは豆菓子グループとして、文化祭で発表するので、豆菓子について質問もできたし、知ることでもできたからよかった。
- ・私は豆菓子とはどういうものなのか、全く知りませんでした。でも作ってみて、材料も身近にあるもので作れるし、作り方も簡単だったので家でも作ってみたいと思いました。

② 2年生 職場体験学習と「食と農の体験塾」での体験

ア ねらい

職場体験学習や食育講話、料理体験をとおして、「食」の重要性や地域の食文化、歴史等を理解するとともに、食物やその生産等に関わる人々に感謝する心を持つ。

イ 取組内容

- ・総合的な学習の時間に職場体験学習の実施（食に関する事業所を含む）
- ・総合的な学習の時間に「食と農の体験塾」に行き、食育講話とピザやバームクーヘン作りを体験

ウ 生徒の感想より

- ・私が講演で思ったことは、朝にきちんと50%以上お米を食べるとよいということが心に残りました。いつもパン等1つのものしか食べてこなかったけれど、今日の講演を聞いて、脳が働かないと聞き、「これはいけない」と思いました。明日からはきちんとご飯とみそ汁を食べて来ようと思いました。食べるのがこんなに大切と思ってなかったし、知れてよかったです。



職場体験学習



宮田研蔵氏による講話



ピザやバームクーヘン作り



③ 栽培活動の取組

ア ねらい

栽培活動をとおして、野菜に関心を持たせ、食物やその生産等に関わる人々に対して、感謝する心や態度を養う。

イ 取組内容

特別活動（委員会や学活等）において、栽培活動に取り組んだ。

<平成26年度の取組>

エダマメ、ハクサイ、チンゲンサイ、ダイコン、ニンジン、サニーレタス（全生徒）

<平成27年度の取組>

ミニトマト（各学級）、サツマイモ、エダマメ、キュウリ、ラッカセイ

環境・保健委員会や特別支援学級の生徒、部活動生を中心に花壇やプランターで野菜を栽培している。収穫した野菜は給食の食材として活用し、生徒にそのことを紹介している。

また、全校生徒で取り組む栽培活動として、サニーレタスを1人1株ずつプランターで栽培した。プランター内の

サニーレタスには名札をつけ、自分のものとして大切に育てさせた。そして収穫したサニーレタスは各家庭に持ち帰らせ、食材として活用させた。（H26.12月）

今年度は環境・人権委員会が主になり、各種野菜を栽培し、各学級でミニトマトの栽培に取り組んでいる。



給食の食材に活用



サニーレタスの手入れ



ダイコンの収穫



種まき



サニーレタスの収穫



トマトの苗の植え替え



苗の手入れ



収穫前のトマト

ウ 生徒の感想より

- ・一から育てたので、実がなって赤くなった時はとてもうれしかった。達成感があった。
- ・普段はトマトは嫌いで食べないけど、今回は抵抗なく食べられた。
- ・給食のトマトみたいに上手いかなかったの、育てることの難しさがわかった。

(3) 給食時間の指導の取組

ア ねらい

本校は単独校方式の給食であり、ランチルームで全校生徒と職員が一堂に会して給食を食べる。全校生徒や職員が家族のような雰囲気を感じながら、食事のマナーや社会性を培っている。また、給食時の栄養教諭からの話を聞くことで、給食を食った教材としながら「食」に関する理解を深めている。



ランチルームでの給食の様子

イ 取組内容

ランチルームでの給食では、次の(ア)～(エ)の4点に重点を置いて指導している。

(ア) 準備では給食当番の生徒だけでなく、職員も三角巾、エプロン、マスクを着用主に衛生面のことを考えた取組である。給食委員が手洗いや身支度のチェックをしている。

(イ) 給食前に、栄養教諭等から「食」に関する話

各教科等における「食」に関する授業(I～III型)と学校給食を関連付けることで、「食」に関する学びを生かし、生徒たちの実践につなぐことを目的として取り組んでいる。

また、地元の食材の活用や食材が持つ栄養について紹介し、地域の産物への関心を高めたり、健康を維持するための「食」の大切さを考えさせたりする場としている。

(ウ) 給食中は、オルゴール曲が聞こえる音量で会話

食事のマナー向上を目的とした取組である。以前は食事中に大声で話をしたり、笑ったりしていた。そこで、生徒会の給食委員会と連携し、給食委員から全校生徒に対して、周りを考えて食事中は会話する声量をコントロールするように呼びかけている。

(エ) 黙って食べることに集中させるための「もぐもぐタイム」の設定

食事のマナー向上を目的とした取組である。給食の様子から、時間内に食べ終わろうとする努力が見られなかったり、食べることよりも会話を優先したりする課題があった。そこで、会話を止めて食べることに集中させるために、給食終了前の5分間に「もぐもぐタイム」を設定した。「もぐもぐタイム」のスタートは、生徒会の放送・文化委員会の生徒が放送で呼びかけている。現在は、ほとんどの生徒が、給食時間内に食べ終わることができるようになっている。



準備の様子



給食前の「食」に関する話



2 仮説2の達成に向けて

(1)「弁当の日」の取組

ア ねらい

- ・家事の大変さを知り、家族に感謝する気持ちを育てる。
- ・生徒の自立心を育て、食に関する関心を高める。
- ・家庭での親子のコミュニケーションの場を増やし、家族の絆を深める。
- ・食材の選択を通して、自分や身近な人たちの健康を考える態度を育てる。



生徒の手作り弁当

イ 取組内容

「弁当の日」カードに実施した内容を記録し、保護者から一言感想を加えて担任に提出する。「おにぎり」作りから始め、段階を踏んで「弁当」作りに関わる生徒の育成を図っている。

| 取組日 | 「弁当の日」の目的や方法 |
|------------------------|--|
| H27.3.20(金) | <ul style="list-style-type: none"> ・当日の給食をおかずだけにし、各家庭から持参した「おにぎり」と組み合わせて昼食とする方法で実施する。 ・生徒は自分の体格や食欲、体調を考慮して量や具材を決める。 ・持参する「おにぎり」は家庭の協力を得てもよいので、自分で作ってくる。 |
| H27.4.14(火) 歓迎遠足 | <ul style="list-style-type: none"> ・各自で「弁当」を作ってくる方法で実施する。 ・下の4つのコースから自分で選ぶ。 ・この回では主食だけでなくおかず作りに関わることを目的とし、「弁当」の献立も考えさせる。栄養バランスを取り入れた「弁当」を作る。 |
| H27.5.19(火) 体育大会予備日 | <ul style="list-style-type: none"> ・各自で「弁当」を作ってくる方法で実施する。 ・下の4つのコースから自分で選ぶ。 ・この回では主食だけでなくおかず作りに関わることを目的とし、「弁当」の献立も考えさせる。栄養バランスを取り入れた「弁当」を作る。 |



おにぎり作り



生徒の手作り弁当



自作のおにぎりを見せる生徒



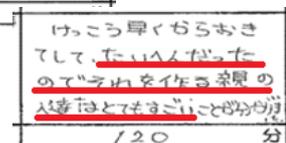
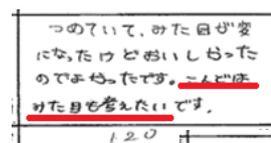
ウ 「弁当の日」の4つのコース

| コース | 内容 |
|-----------|-------------------------------|
| パーフェクトコース | 買い物から参加し、主食・おかずともに作り、弁当箱に詰める。 |
| シェフコース | 主食・おかずともに作り、弁当箱に詰める。 |
| チャレンジコース | 主食を作り、おかず作りに参加して弁当箱に詰める。 |
| ビギナーコース | 主食を作り、作ってもらったおかずとともに弁当箱に詰める。 |

※主食とはご飯類、パン類、麺類をさす。

| コース | 主食 | 副菜 |
|---|----------------|-------------------|
| チャレンジ (主食を作る・おかず作りを手伝う・詰める) | ○ | ○ |
| ビギナー (主食を作る・詰める) | | |
| 弁当のメニュー | 主食 | 副菜 |
| *主食 ご飯・パン・めん類 | ○ ご飯 ○ やきそば | ○ 食パン ○ スライスパン |
| *主菜 肉・魚・たまご等のおかず | ○ 肉(ハンバーグ) | ○ 肉 |
| *副菜 野菜・いも類・海草 きのこを使った使ったおかず くだもの | | ○ トマト ○ キュウリ |

「弁当の日」カード



生徒の感想

(2) 食育講演会の実施 (総合的な学習の時間扱い)

ア ねらい

学校での食育指導の一つとして講師を招き、「食」に関する講演を親子で聞くことにより、「食」の大切さや「食」に対する感謝の気持ち等を改めて認識するとともに、家庭における食生活を親子で見直す機会とした。

イ 取組内容

① 「食と農の体験塾」塾長の講話 (宮田研蔵氏)

本校校区で、食と農の体験塾の塾長をされている宮田研蔵氏を講師としてお招きした。“食から見える世界”という演題で、「頑張りたい時に頑張れる体作り」が「食」と密接な関係にあること、「食」に関して五感で体験することがとても大事であること、さらに現代人の食生活が危機に瀕していること等の話があった。



講演中の宮田氏

(生徒の感想より)

- ・ 食べることがこんなに大切と思ってもなかったの、知ることができてよかった。
- ・ 一番心に響いたのは、早く寝て、早く起きて、朝ごはんを食べるということです。私は最近朝ごはんを食べていなかったの、明日からきちんと食べようと思いました。好きな時に好きなものを食べられることに感謝したいし、食べ物を大切にしたいなと思いました。
- ・ 勉強はいつでもできるけど、ちゃんと体作りの方をしないと勉強できないから、食べ物についても関心を持つと思った。

② 熊本心理カウンセリングセンター

臨床心理士の講話 (岡崎光洋氏)

臨床心理士としてのお仕事の傍ら、子育てについての講演活動や執筆活動を積極的に行っておられる岡崎光洋氏を講師としてお招きした。「人と生き合うということ～食を中心として～」という演題で講話をしていただいた。食事のありがたみや対人関係についての考え方、食べる時の行儀や食べる時に作り手や食材に「ありがとう」という感謝の気持ちを忘れてはならないという話をいただいた。



講演中の岡崎氏



話に聞き入る保護者の方

(生徒の感想より)

- ・ 「生きることは他の命を奪うこと」なのに、食べることのありがたみがわからなさ過ぎて、命の大事さがわからなくなっているから、私は食事の時に「いただきます」というだけでなく、気持ちを込めて言おうと思いました。
- ・ 私は「いただきます」や「ごちそうさまでした」は習慣になっていたけど、これからは気持ちを込めて言いたいです。「命をくれてありがとう」の気持ちを込めて言いたいです。

(4) 生徒会活動の取組

ア ねらい

給食委員会を中心に「食」に関する活動に取り組んでいる。委員会ごとに調査や啓発活動を行うことにより、生徒相互で「食」に関する意識を高め合っている。

イ 取組内容

| 生徒会 | 「食」に関する活動内容 |
|-------|--|
| 給食 | <ul style="list-style-type: none"> ○給食当番の衛生点検（衛生面の向上） ○給食準備のサポート（準備時間短縮のため） ○栄養黒板を活用した栄養バランスの視覚的啓発 ○給食準備コンクールの計画及び実施（準備時間短縮のため） ○食育月間（6月）の取組 ○年間を通した「食」の話の計画と実施（水分補給や朝食のはたらき等） ○献立の作成（栄養のバランスや、旬の食材等を栄養教諭と一緒に考えながら、基本的に生徒たちの好みの献立を取り入れるようにしている） |
| 体育・保健 | <ul style="list-style-type: none"> ○手洗い、うがい、ハンカチ、爪のチェック（衛生面の向上） ○歯磨きのチェック（食事のマナーの向上） |
| 学級・生活 | ○「早寝・早起き・朝ご飯」調査（中体連1週間、夏休み期間）（生活リズムの定着と朝食摂取率のさらなる向上のため） |
| 環境・人権 | <ul style="list-style-type: none"> ○栽培活動（ミニトマト、サツマイモ、エダマメ 等）の計画及び実施 ○栽培している植物の手入れ（畝作り、水やり、草取り 等） |
| 図書 | <ul style="list-style-type: none"> ○給食準備中の昼読書チェック（落ち着いた場作りのため） ○「食」に関する本の紹介 |
| 放送・文化 | <ul style="list-style-type: none"> ○給食の献立や栄養バランスについて放送による啓発 ○「もぐもぐタイム」への切り替えの呼びかけ（時間内に食べ終わるため） |



お楽しみ献立



「水分補給」や「朝食の働き」について情報発信



給食準備コンクール



サツマイモの栽培の準備



「早寝・早起き・朝ご飯」調査



6月宇城中体連前 特別企画（学級・生活委員会）
最高の状態で宇城中体連を迎えるために！
 <「早寝、早起き、朝ご飯」調査 中体連編>
 (5)年(2)組(4)号 氏名(西山 泰)

| 日付 | 6月1日(金) | 6月2日(日) | 6月3日(月) | 6月4日(火) | 6月5日(水) |
|----------------|---------|---------|---------|---------|---------|
| ①前日寝たの時間何時? | 8時~9時 | 8時~9時 | 8時~9時 | 8時~9時 | 8時~9時 |
| ②寝たの時間何時? | 9時~10時 | 9時~10時 | 9時~10時 | 9時~10時 | 9時~10時 |
| ③朝ご飯を食べたの時間何時? | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 |
| ④朝食を食べたの時間何時? | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 |
| ⑤朝食を食べたの時間何時? | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 |
| ⑥朝食を食べたの時間何時? | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 |
| ⑦朝食を食べたの時間何時? | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 |
| ⑧朝食を食べたの時間何時? | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 |
| ⑨朝食を食べたの時間何時? | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 |
| ⑩朝食を食べたの時間何時? | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 |
| ⑪朝食を食べたの時間何時? | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 |
| ⑫朝食を食べたの時間何時? | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 |
| ⑬朝食を食べたの時間何時? | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 |
| ⑭朝食を食べたの時間何時? | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 |
| ⑮朝食を食べたの時間何時? | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 |
| ⑯朝食を食べたの時間何時? | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 |
| ⑰朝食を食べたの時間何時? | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 |
| ⑱朝食を食べたの時間何時? | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 |
| ⑲朝食を食べたの時間何時? | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 |
| ⑳朝食を食べたの時間何時? | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 |
| ㉑朝食を食べたの時間何時? | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 |
| ㉒朝食を食べたの時間何時? | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 |
| ㉓朝食を食べたの時間何時? | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 |
| ㉔朝食を食べたの時間何時? | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 |
| ㉕朝食を食べたの時間何時? | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 |
| ㉖朝食を食べたの時間何時? | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 |
| ㉗朝食を食べたの時間何時? | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 |
| ㉘朝食を食べたの時間何時? | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 |
| ㉙朝食を食べたの時間何時? | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 |
| ㉚朝食を食べたの時間何時? | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 |
| ㉛朝食を食べたの時間何時? | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 |
| ㉜朝食を食べたの時間何時? | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 |
| ㉝朝食を食べたの時間何時? | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 |
| ㉞朝食を食べたの時間何時? | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 |
| ㉟朝食を食べたの時間何時? | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 |
| ㊱朝食を食べたの時間何時? | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 |
| ㊲朝食を食べたの時間何時? | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 |
| ㊳朝食を食べたの時間何時? | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 |
| ㊴朝食を食べたの時間何時? | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 |
| ㊵朝食を食べたの時間何時? | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 |
| ㊶朝食を食べたの時間何時? | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 |
| ㊷朝食を食べたの時間何時? | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 |
| ㊸朝食を食べたの時間何時? | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 |
| ㊹朝食を食べたの時間何時? | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 |
| ㊺朝食を食べたの時間何時? | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 | 7時前 |

調査カード

(5) 文化祭における取組

ア ねらい

文化祭を、食育についての保護者・地域への「啓発の場」として位置づけ、ステージ発表や展示物作成により、生徒、保護者、地域の方の「食」に対する関心を高めるとともに、本校の取組への理解と協力を得る機会とした。

イ 取組内容 (H26年度)

| 学年 | 啓発活動 | 内容 |
|----|-------|--|
| 1 | ステージ | 給食の歴史、特別活動(学活)で学んだ朝食の大切さ、地域の郷土料理(豆菓子、びりん飯)についての寸劇を行った。 |
| | 展示 | 給食室の調理員や栄養教諭、地域の方にインタビューし、給食や郷土料理について模造紙にまとめた。 |
| | 試食ブース | 昼食時間に、豆菓子とびりん飯の試食ブースを設けた。 |
| 2 | 展示 | 国語で学んだ鰹節を題材に「食」について考えた生徒作文を展示した。 |
| 3 | 展示 | 給食への感謝を表した巨大ポスターを作製した。 |



鰹節のレポート



朝ご飯についての展示物



文化祭での食育ステージ発表

(6) 各種便りの活用

ア ねらい

本校で取り組んでいる食育についての「啓発」の1つで、保護者、地域の方にも積極的な情報発信を行い、生徒、保護者、地域の方の「食」に対する意識の変容を図り、連携を強化した。

イ 取組内容

毎月発行される学校新聞や給食便り、学級通信等により、「食」についての情報や研究授業での生徒の様子、授業で学んでいること等を発信している。

特集「食育」

このような取組をとりとて、食育の大切さを、地域の方にも伝えていきたいと思います。また、日本の食文化の魅力を、大いに発信していきたいです。IT活用も積極的に活用していきたいです。情報も簡単に得られるので、私達も積極的に活用していきたいです。食を通して、食育の大切さを伝えていきたいと思います。

文責 松尾

食育の目標は授業等、いろいろな場面で行われています。上の写真は3年1組の保健体育での研究授業の様子です。井上教諭と松尾栄養教諭のTT指導です。..

学校新聞の特集「食育」コーナー

Ⅲ 研究の成果と今後の課題

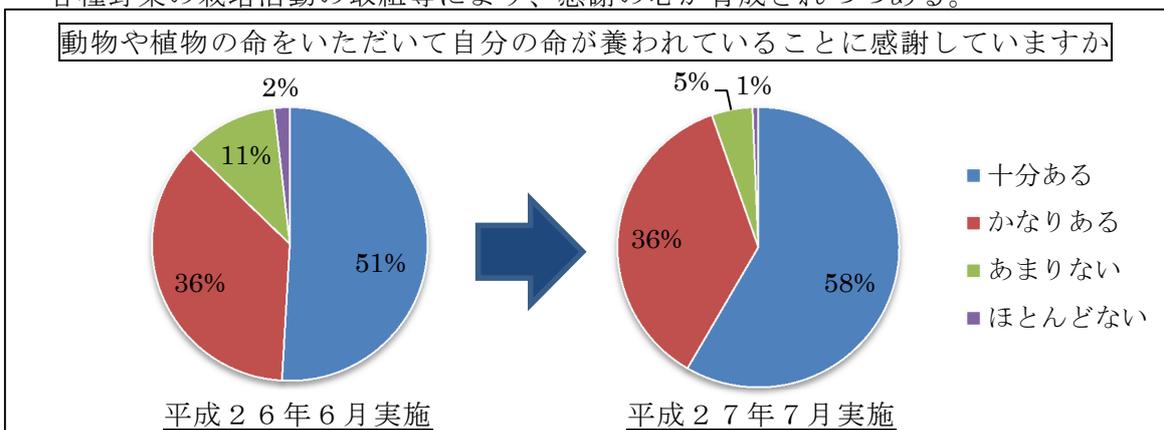
<めざす生徒像>

- 食事のありがたさに気づき、食に関わる様々な人へ感謝する心をもつ。【感謝の心】
- 給食の準備や後片付け、食事のマナーを身に付け、楽しい会食を通して交流を深める。【社会性】
- 地域の産物や旬の食材を知り、それらを生かした郷土料理のよさを理解する。【食文化】
- 食品の栄養素や食事のとり方を理解し、自己の健康を考えた食事ができるようにする。【食事の重要性】【心身の健康】【食品を選択する能力】

1 成果

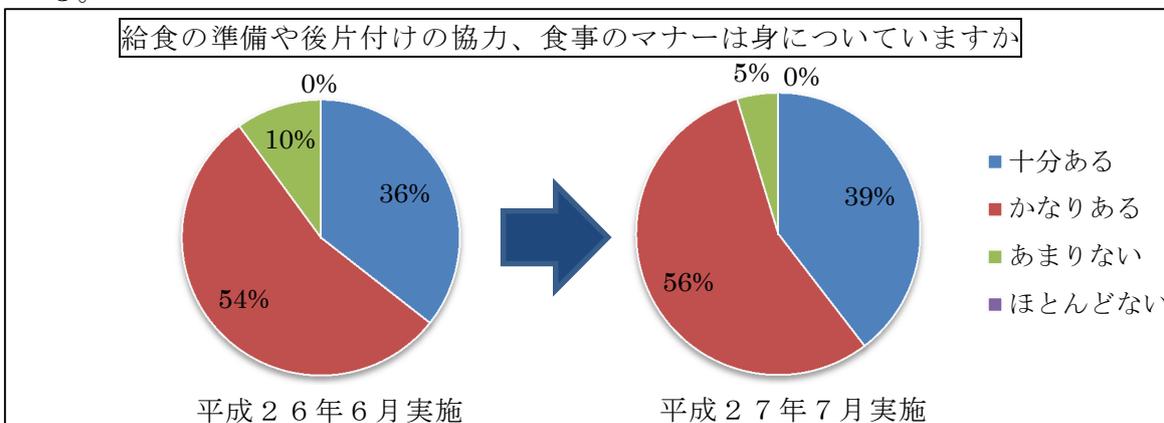
(1) 【感謝の心】について

平成26年度から平成27年度にかけて本校で実施した「食」に関するアンケート結果（以下アンケート結果）では、「動物や植物の命をいただいて自分の命が養われていることに感謝している」と答えた生徒の割合が7%増加した。また、栽培活動を通して「普段、トマトは嫌いで食べないけど、今回は抵抗なく食べられた。」という生徒の変容も見られた。「食」に関する授業等の実践や給食時間における食に関する指導、各種野菜の栽培活動の取組等により、感謝の心が育成されつつある。



(2) 【社会性】について

アンケート結果では「給食準備や後片付けの協力や食事のマナーは身につけている」と答えた生徒の割合が90%から95%と5%増加した。給食時間の指導を充実させ、食事のマナーを身に付け、協働して交流を深められるように取り組んだ成果と思われる。



実際に、生徒の給食準備や片付けにかかる時間が早まったり、食事中の音量をコントロールしたり、時間内に食事を食べ終わる努力をしたりする生徒が多くなった。

(3) 【食文化】について

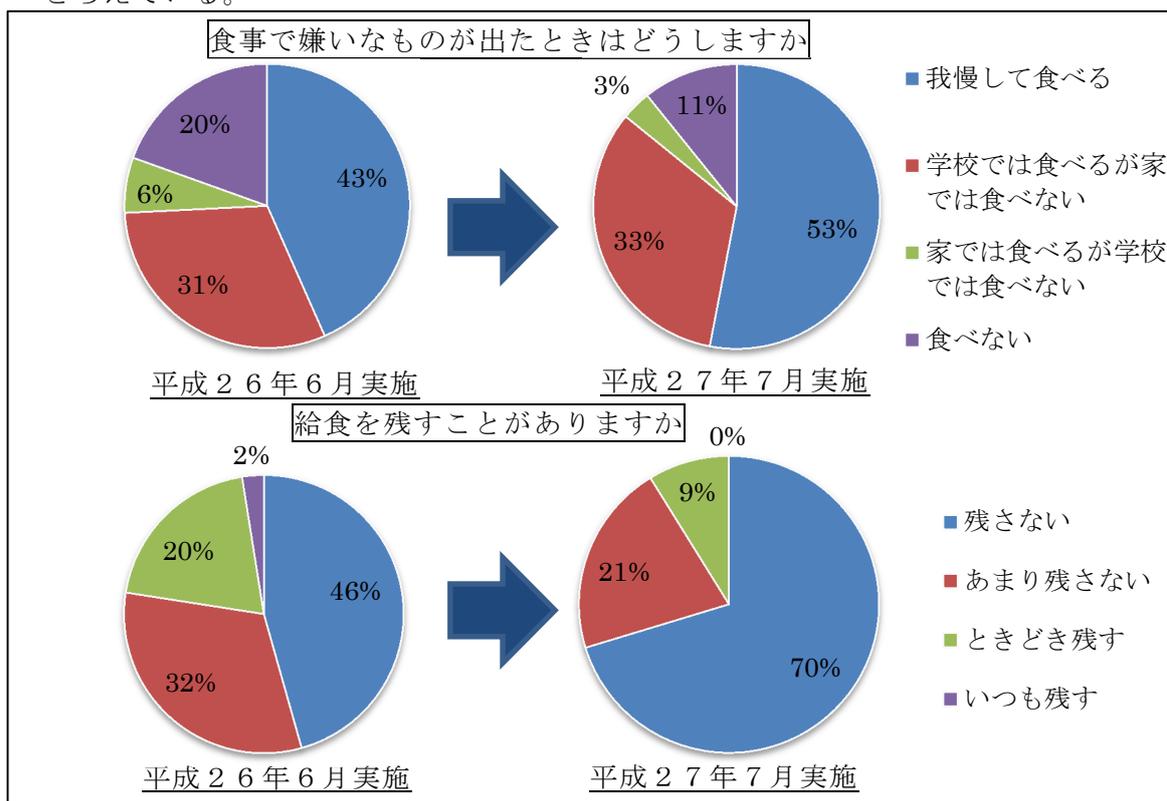
栄養教諭による給食の時間における食に関する指導をはじめ、郷土料理作りや職場体験学習、授業等での取組をとおして、生徒の地場産物や旬の食材への関心が高まり、それらを生かした郷土料理のよさについて理解したりすることができた。

生徒の感想より一部抜粋（郷土料理の豆菓子作り）

- ・地元にあるものを使って作ることができるのに、とってもおいしくできていてすごいと思った。
- ・作り方がわかったので、家でも作ってみようと思います。この伝統料理を私たちが次の世代に受け継がなくてはならないと思います。自分で作った豆菓子はとってもおいしかったです。砂糖で作ったから、今度は黒砂糖で作ってみたいです。

(4) 【食事の重要性】・【心身の健康】・【食品を選択する能力】について

アンケート結果では、「食事で嫌いなものが出たときに我慢して食べる」と答えた生徒の割合が10%増加した。また、「給食を残さない」と答えた生徒の割合が24%増加した。これは、栄養のバランスのとれた食事を取ることが、体の成長に大切なことを理解している生徒が増えたからと思われる。このような生徒の変容は、「食」に関する授業等の実践の積み重ねや給食の時間の指導の充実等によるところが大きいととらえている。



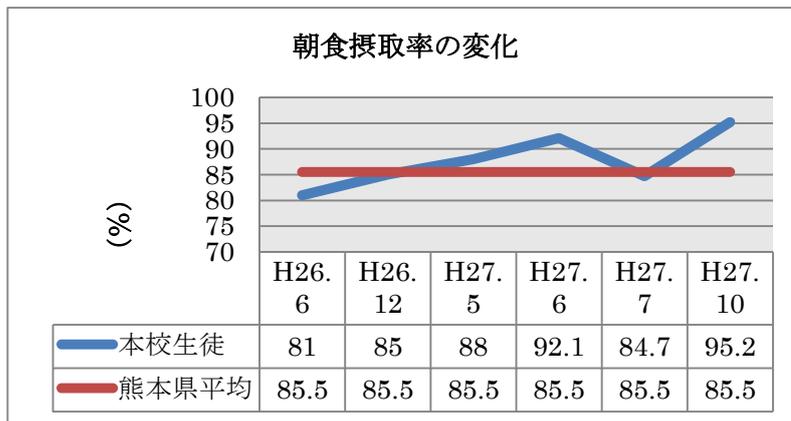
このような生徒の変容は、生徒が食品の栄養素や食事のとり方を理解し、自己の健康を考えた食事ができるようになった証だと考える。

(5) 【朝食摂取率】について

「食」に関する授業実践や「早寝・早起き・朝ご飯」調査、食育講演会や文化祭で保護者の方に啓発してきたことにより、朝食摂取率を熊本県平均値以上に高めることができた。

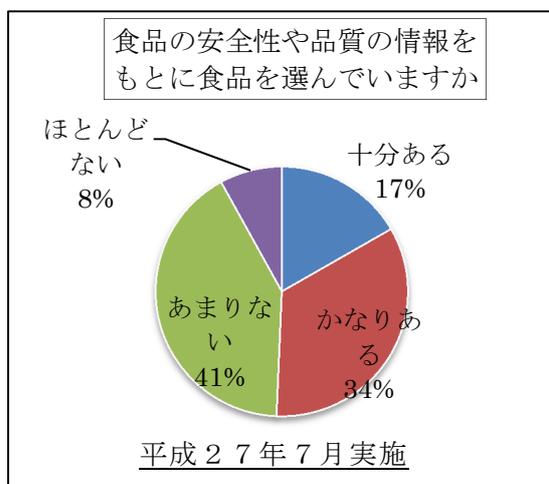
以上のことから、めざす

生徒像4項目すべてについて顕著な改善が見られた。よって仮説1及び2については、効果があったと言える。

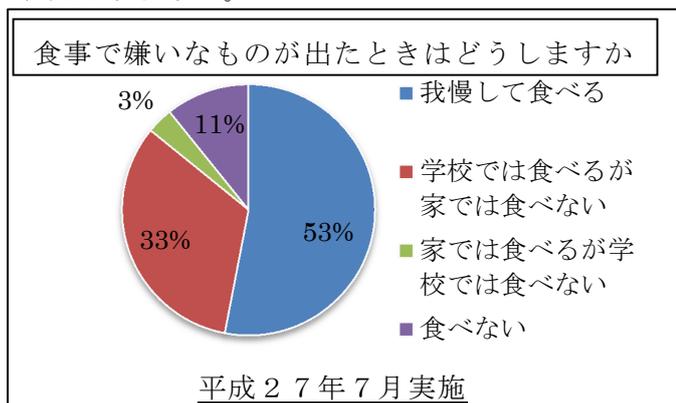


2 課 題

(1) 右に示したアンケート結果では、「食品の安全性や品質の情報をもとに食品を選んでいる」と答えた生徒は、昨年6月は50%で今年7月は51%となった。1%しか増えておらず、低い意識の状態である。残り49%の生徒にも、好きな食品だけでなく、自らの体を健康に保つために、栄養バランスを考えて食品を選択する能力を付けていく必要がある。「食品を選ぶ」という実践や体験の場がまだ不足していることが課題である。そのため、実践の場としての「家庭の日」や「弁当の日」を今後もさらに充実させていかなければならない。



(2) 「食事で嫌いなものが出たときに我慢して食べる」と答えた生徒は昨年6月より10%増えて53%になった。「学校では食べる」と答えた生徒は2%増えて、33%になった。ただし、生徒は学校給食よりも、家庭で食事を食べる回数が多い。これを踏まえると、「学校では食べるが家では食べない」および「食べない」生徒が合わせて44%もいることは大きな課題である。本校の「食」に関する学びを、家庭や地域、そして本校校区の2小学校にも発信し、連携を広げ、深めていくことで、生徒の望ましい食習慣を身に付けていく必要がある。



「学校では食べるが家では食べない」および「食べない」生徒が合わせて44%もいることは大きな課題である。本校の「食」に関する学びを、家庭や地域、そして本校校区の2小学校にも発信し、連携を広げ、深めていくことで、生徒の望ましい食習慣を身に付けていく必要がある。

(3) 家庭と連携した実践の場である「弁当の日」や「家庭の日」の回数がまだ少なく、生徒の実践力向上にはさらなる積み重ねが必要である。また、各教科等における「食」に関する指導と学校給食を関係付けた取り組みを、さらに充実させていく必要がある。

おわりに

本校の取組は、研究仮説で示しているように、大きく2つの柱があります。1つ目は授業や体験活動及び給食の時間等における教師の指導を充実させること。2つ目は給食時間や家庭・地域と連携した生徒の実践的な活動を充実させることです。私たちは、この2つの柱が歯車として協同してはたらくことで、「食事の重要性」や「感謝の心」といった食育の6つの目標が達成され、研究テーマに掲げた、「『食』に対する関心を高め、自らの食生活をよりよくする生徒」が育成されると考えました。

研究指定を受けた当初は、授業実践を中心に研究を進めていましたが、「弁当の日」などの生徒の実践的な活動を充実させていくことも大切と考え、研究内容がふくらんでいきました。また、研究指定2年目には、さらに新しい取組がアイデアとして出されたり、給食時間における「食」に関する指導と教科等との関係を深め、その役割を高めたりして、研究が充実していきました。

2年間の研究により、生徒自身が「食」の大切さに気付き、よりよい食生活を送ろうとする態度が見られるようになったことはもちろん、私たち学校職員も学校給食の果たす役割の大きさに改めて気付きました。今後は、小学校等との連携も視野に入れて、さらに成果を求めていきたいと考えています。

最後になりましたが、本校の研究推進にあたりまして、御指導と御助言をいただきました、熊本県教育委員会、宇城教育事務所、公益財団法人熊本県学校給食会、宇城市教育委員会、関係各位に、心より感謝申し上げます。

平成27年11月20日

宇城市立三角中学校 教頭 久森英朗

研究同人

【平成27年度】

| | | | | | |
|----|-------|-------|-------|------------|------------|
| 校長 | 長谷 哲也 | 教諭 | 井上 淳一 | 図書司書補 | 中野佐智代 |
| 教頭 | 久森 英朗 | 教諭 | 河野 好美 | 用務員 | 園田 幸 |
| 教諭 | 御船 千鶴 | 教諭 | 野村 恒平 | 給食調理員 | 荒木 美穂 |
| 教諭 | 橋本 和也 | 教諭 | 平野 裕明 | 給食調理員 | 村寄 洋子 |
| 教諭 | 鳶村 成彦 | 栄養教諭 | 松尾 美春 | 給食調理員 | 溝上 理恵 |
| 教諭 | 田邊 章 | 養護教諭 | 小原知賀子 | 給食調理員 | 中村 里美 |
| 教諭 | 須藤 哲郎 | 事務主任 | 平野 哲也 | スクールカウンセラー | 三角 淳子 |
| 教諭 | 小夏 隆雄 | 講師 | 坂本 操 | A L T | クリスティン・カリマ |
| 教諭 | 寺本 佳代 | 学習支援員 | 森 ゆかり | | |
| 教諭 | 山内 貴子 | 生活支援員 | 金田由美子 | | |

【平成26年度】

| | | | | | |
|----|-------|-------|-------|-------|-------|
| 教頭 | 前田 一孝 | 講師 | 杉本 洋子 | 給食調理員 | 福嶋 孔大 |
| 教諭 | 吉崎 繁 | 学習支援員 | 楸柄 範吉 | | |

参考文献

- 中学校学習指導要領解説総則編他全教科 文部科学省（教育出版）
- 食に関する指導の手引き 文部科学省
- 食育実践マニュアル 熊本県教育委員会
- 「学校における食育の推進」～望ましい食習慣の形成を目指して～ 熊本県教育委員会
- 各研究発表校研究紀要