

平成28年度文部科学省委託
「スーパー食育スクール事業」
報告書

研究主題

食から見つめ直す健やかな心と体

～学校・家庭・地域との連携や

食育支援システムの活用による自己管理能力の育成～



「朝食と 朝の会話で 健康チェック！」
「みそ汁の 湯気に浮かぶよ 我が子の笑顔」
H27・28年度 熊本県教育委員会主催「朝食キャンペーン」 標語の部 最優秀賞作品



熊本県教育委員会

はじめに

平成 28 年 4 月に起こった未曾有の熊本地震は、私たちの郷土に大きな爪痕を残し、地震の発生から 10 ヶ月が過ぎた今もなお、多くの方々が避難所生活を余儀なくされております。

学校再開後、児童生徒が満面の笑顔で給食を食べる姿が印象的で、学校給食がいかに重要であるかを改めて認識したところです。

さて、本年度、内閣府が「第 3 次食育推進基本計画」を策定し、現在の多様な社会に対応した食育の推進がスタートしました。

本県では、平成 23 年 3 月に「熊本県食育推進計画」となる「くまもと食で育む命・絆・夢プラン」を策定し、ライフステージに応じた食育の推進を図っているところです。

県教育委員会としても、平成 18 年度から朝食に関するポスター・標語・朝食メニューを児童生徒や保護者に募集し、朝食の重要性を啓発する「朝食キャンペーン」の実施、平成 20 年度から、学校給食において毎月 19 日に県産食材を活用した郷土料理や伝統料理を提供する「ふるさとくま（熊）さん（産）デー」の実施、「弁当の日」の実施の啓発等、食育の推進を図っております。

このような中、県教育委員会では、平成 27・28 年度、文部科学省委託「スーパー食育スクール事業」を受託し、実践校をあさぎり町立免田小学校とし、栄養教諭を中心に食育の推進を図ってきました。

免田小学校では、研究主題を「食から見つめ直す健やかな心と体～学校・家庭・地域との連携を通じた自己管理能力の育成～」と設定し、取り組まれました。昨年、11 月の「学校給食・食育研究発表会」において、各教科等における学校給食と関連付けた計画的な授業や給食の時間における食に関する指導の実践をはじめ、体組成計・活動量計を活用してデータを数値化し、目に見える形で成果を発表されました。

これらの実践により、児童の食に関する課題意識や改善の意欲が高まり、そのことが、保護者の「食と健康」への意識の向上と家庭での食生活の改善につながる等、多くの成果が現れています。今後、更に最終目標である自己管理能力の育成に着実に結びついていくことを実感しました。

この度、2 年間免田小学校での食育の取組、生活習慣・食生活アンケート調査、活動量と体組成との関連等についてまとめましたので、取組の成果を参照のうえ、各学校等において食育の推進に御役立ていただければ幸いです。

最後になりましたが、本事業の推進委員の皆様には、それぞれの御立場から貴重な御意見をいただき、研究実践を大きく後押ししていただきました。

また、あさぎり町教育委員会をはじめ、関係者の皆様には本研究を物心両面で御支援いただきました。

本研究に御協力いただいた皆様に心より感謝申し上げます、御挨拶とさせていただきます。

平成 29 年 2 月

熊本県教育庁教育指導局体育保健課
課長 平田 浩一

目次

はじめに

I 熊本県教育委員会の取組について 1	【視点3】 70
1 スーパー食育スクール事業取組の趣旨	1 変容の「見える化」を図る食育チェックブックの活用
2 スーパー食育スクール事業の取組体制	2 「からだシート」で体組成チェック
3 熊本県スーパー食育スクール事業推進委員会委員一覧及び年間計画	3 「活動量カルテ」で運動バランスチェック
II あさぎり町立免田小学校の取組について . . . 4	4 意欲を高める「すごいぞポイント」
≪ I 研究の概要 ≫ 4	5 家庭での行動化を支える生活チェックがんばりカードの活用
1 研究主題	6 児童の課題に対応した健康教室の実施
2 主題設定の理由	【視点4】 75
3 主題について	1 学校と家庭の食育推進をつなぐ食育チャレンジデー
4 研究の仮設	2 授業参観・懇談会
5 研究の視点	3 企業の専門性を生かした特別授業セミナー
6 目指す子どもの姿	4 活動量計親子体験
7 研究組織	5 地域の人材を活用した親子料理教室
8 研究の構想	6 食育推進を図る情報発信
9 「スーパー食育スクール」推進委員会との連携	7 「学校給食・食育」推進校及び「スーパー食育スクール」研究発表会の実施
10 食に関する指導計画の見直し	【栄養教諭の関わり】 84
≪ II 研究の実際 ≫ 10	1 食育授業・日常指導のサポート
【視点1】 10	2 学校・地域・家庭が連携した食育のサポート
1 食育授業の「さ・し・す・せ・そ」	≪ III 成果の検証 ≫ 87
2 栄養教諭及び養護教諭の参画	1 評価指標についての考察
3 食育に関する授業の型	2 給食についての考察
4 教科との関連を考えた献立の工夫	3 学力についての考察
5 文部科学省食育教材資料「たのしい食事つながる食育」の計画的な活用	4 楸タニタによる体組成及び活動量に関する分析と評価
6 食育授業の実践	5 「免田小学校版食育ステップ表」の実績検証
7 食への関心と感謝の心を育む体験活動	6 研究の成果と今後の課題
【視点2】 56	7 実践で活用した資料
1 食に関する指導の中心に位置付けた「食育タイム」	おわりに
2 栄養教諭作成資料の活用	
3 共有フォルダ資料活用	
4 学び合い、つながり合う交流給食の実施	
5 食に関する指導と日常指導をつなぐ「食育ロード」	
6 学びを生かす「食育お弁当の日」の設定	
7 委員会活動中心の取組	
8 体カアップに関する取組	
9 朝食キャンペーン	

I 熊本県教育委員会の取組について

1 スーパー食育スクール事業取組の趣旨

本事業は、学校が大学や企業、生産者、関係機関等と連携し、食育を通じた、健康増進等、食育の多角的効果について科学的データに基づいて検証し、その成果を分かりやすく示し、普及啓発を行うことにより、食育のより一層の充実を図ることを目的とする。

2 スーパー食育スクール事業の取組体制

(1) 事業の取組体制

<p>【事業目標】 食習慣や生活習慣を改善して健やかな心と体をつくるために、学校・家庭・地域が連携し、企業によるデータ統計分析と免田小学校版「食育ステップ表」をもとにした食育の推進を通して、次の4項目の目標達成を目指すとともに、併せて効果検証を行う。 また、効果的な食育の取組や情報については、家庭や町内の保育園、小・中学校及び地域に共通実践資料として提供し、地域ぐるみで食育の推進を目指す。</p>
<p>【評価指標】 ①朝食摂取率 95%以上、朝食品目数 3品以上摂取率 80%。 ②ふるさとの味登場率 100%。 ③食事への感謝 90%。 ④午後 10 時前に就寝する児童 80%。 ⑤不定愁訴 10%改善。 ⑥活動量計の 1 日 1 人当たりの校内歩数合計を平均 6000 歩維持。 ⑦晴れの日の昼休み外遊び率 90%。 ⑧新体力テスト結果概ね全国平均到達。 ⑨肥満傾向（肥満度 20%以上）の児童の出現率の減少、肥満度の改善。 ⑩「食育チェックブック」による、食と運動相互の向上。 ⑪朝の共食率の増加。 ⑫食への関心の高まり。</p>
<p>【評価方法】 <食習慣の改善> ・食生活の調査・ワークシートや感想用紙・給食中の感想・献立表 <健やかな心と体づくりにつながる実践力の育成> ・食に関する指導到達度調査・4月新体力テストで課題把握、計画、実践・新体力テストで劣っていた種目体験コーナー設置・12月新体力テスト再調査・長期休業中「生活チェック頑張りカード」・生活チェック週間における学習カードの活用 <変容の「見える化」による自己管理能力の育成> ・体組成計及び活動量計を活用した定期的、継続的な測定と肥満度検証・食生活調査 ・「食育チェックブック」・「活動量カルテ」めあての設定、行動変容・行動力 <家庭・地域との連携と啓発> ・食生活調査・食に関する指導意識調査・「食育チェックブック」による家庭での食育チャレンジ実施率チェック・あさぎり町共有資料活用率」・熊本県指定「学校給食・食育」研究発表会アンケート</p>

(2) あさぎり町立免田小学校の取組概要

- ①各教科等において、学校給食と関連付けて計画的に授業を実践する。
- ②指導教材・資料をデータベース化して、情報の共有化を図り、すべての給食にお

いて、食に関する指導を実施する。

③家庭や地域と連携した各種体験活動、食育講演会及び「弁当の日」を実施する。

④児童の体と運動に関するデータを体組成計や活動量計等の ICT を活用して、データを「見える化」し、児童の活動意欲を高めるとともに、食との関係についても検証する。

3 熊本県スーパー食育スクール事業推進委員会委員一覧及び年間計画

(1) 熊本県スーパー食育スクール事業推進委員会委員一覧

	氏名	所属及び役職
1	本田 榮子	九州看護福祉大学非常勤講師
2	木下 はるみ	熊本県立大学特別講師
3	寺西 健二	株式会社 タニタ ヘルスネットワーク推進部
4	寺園 幸恵	株式会社 えがお ロイヤリティ向上部（管理栄養士）
5	山村 純一	あさぎり町立免田小学校学校医
6	西 実良	あさぎり町学校給食食材生産者代表
7	尾方 裕一	JA くま中球磨営農センター長
8	蟻田 和子	あさぎり町食生活改善推進員代表
9	中村 笑	あさぎり町ふるさと振興社代表
10	免田 潤一郎	JA くま青壮年部免田地区代表
11	尾曲 幸輔	あさぎり町立免田小学校 PTA 会長
12	佐藤 浩臣	熊本県立南稜高等学校教諭（食育担当）
13	吉村 英亀	あさぎり町立免田小学校校長
14	黒木 靖子	あさぎり町立免田小学校研究主任
15	田代 優子	あさぎり町立免田小学校栄養教諭
16	大石 和子	あさぎり町立免田小学校養護教諭
17	丸尾 律子	あさぎり町健康推進課主幹（管理栄養士）
18	竹内 正信	あさぎり町教育委員会教育課長補佐兼指導主事
19	西村 浩二	熊本県教育庁審議員兼教育指導局体育保健課課長補佐
20	後迫 貴利子	熊本県教育庁教育指導局体育保健課（事務局）
21	岩田 雪子	熊本県教育庁教育指導局体育保健課（事務局）
22	塩村 勝正	熊本県教育庁教育指導局体育保健課（事務局）
23	中野 浩二	熊本県球磨教育事務所指導主事

(2) 熊本県スーパー食育スクール事業年間計画

実施時期	計 画 内 容
(4月)	校内における研究体制の確立 活動量測定開始
(5月)	食育推進構想図「食育ステップ表」、全体計画、年間指導計画の見直し 食生活調査準備 交流学习準備
6月	1日(水) 公開給食・事後研究会 6年1組 鎌田 真奈美 教諭 給食時間の流れと食育タイムの持ち方
	15日(水) 研究授業事前・事後研究会(中研①) 2年1組 黒木 靖子 教諭 生活科「おいしい野さいをそだてよう」
	6年2組 梅田 里香 教諭 外国語活動「Let's go to Italy!」 生産者等との交流学习 食生活調査
	あさぎり町内保育園、免田小児童及び町内保護者対象講演会
	28日(火) 研究授業事前・事後研究会(大研①) 1年1組 田上 静香 教諭 学級活動「はなまるあさごはんをたべよう」
7月	事業開始前の調査・測定 1日(金) 第1回特別授業セミナー※授業参観
	11日(月) 第1回推進委員会 体験事業
8月	生産者等の声を届けるICT教材作成 町主催調理セミナー及び体験活動
	23日(火) 食に係る教育講演会 演者：株式会社えがおホールディングス 森川敏光氏 演台：「夢の実現における食育の重要性について」
9月	研究発表模擬授業・紀要及び流れ検討 研究授業事前研究会
	13日(火) 研究授業事前・事後研究会(大研②) 3年1組 吉田 憲一 教諭 国語科「食べ物のひみつを教えます」
	24日(土) 第1回親子料理教室 26日(月) 第2回特別授業セミナー
	30日(金) 研究授業事前・事後研究会(中研②) 4年1組 福田 貴文 教諭 体育科保健領域「育ちゆく体とわたし」
10月	5年1組 三浦 優 教諭 家庭科「食べて元気! ご飯とみそ汁」 19日(水) 第2回推進委員会
	29日(土) 第2回親子料理教室
11月	10日(木)～11日(金) 全国学校給食研究協議大会秋田大会にて第3分科 会「学校経営における食育の在り方」免田小学校吉村英亀校長発表
	17日(金) 熊本県教育委員会指定「学校給食・食育」研究発表会 公開授業6学級(※大研③を兼ねる)・公開給食3学級
	26日(土) 第3回親子料理教室
12月	報告書作成計画提案 食育に係る研究授業
	報告書原稿作成
1月	16日(月) 第3回推進委員会 報告書作成検討会 25日(水) 学校給食・食育総合推進事業事例発表会(文部科学省)
	26日(木) 学校給食週間学校給食フェアで文部科学省食堂献立に免田小学 校の給食献立(まぜ栗ご飯、鯖の塩焼き、れんこんはさみ揚げ、つぼん 汁)登場
	給食週間の実施1月16日(月)～1月20日(金)
2月	22日(水) 報告書(冊子)印刷完成 24日(金) 報告書(冊子)発送
	28日(火) 平成28年度スーパー食育スクール事業終了
(3月)	

II あさぎり町立免田小学校の取組について

I 研究の概要

1 研究主題

研究主題
食から見つめ直す健やかな心と体
 ～学校・家庭・地域との連携や食育支援システムの活用による自己管理能力の育成～

2 主題設定の理由

(1) 今日的課題から

近年のライフスタイルの変化に伴い、子どもたちの食生活を取り巻く環境も大きく変わってきている。「食生活」ばかりでなく、「運動」や「睡眠」等の生活習慣の乱れも指摘され、小児肥満や過度の痩身等の増加が課題となっている。このことは、やがて、生活習慣病の要因にもつながるため、これらの課題への早急な対応が求められている。また、「食事」「運動」「睡眠」は、子どもたちの望ましい成長に欠かせない要素であり、学力や体力の向上、気力等の高揚のために不可欠である。

このことから、学校・家庭・地域が連携し、子どもたちの基本的な生活習慣を整え、望ましい食生活に係る知識と行動力を身に付けさせることを通して、子どもたちの健やかな心と体を育む取組が必要である。

(2) 本校児童の実態から

本校の課題も今日的課題と同じ傾向にあり、平成 27 年 6 月に行った食生活に関する実態調査では、様々な「こ」食（孤〔孤独〕食、個〔個別〕食、固〔固定〕食、小〔小量〕食、粉〔粉製品〕食、濃〔濃い味〕食、子〔子どもたちだけ〕食）の課題が明らかになった。

また、朝食の欠食や食事内容の偏り、偏食傾向も見られた。朝食欠食の理由には、「時間がない」「食欲がない」「用意されていない」等が挙げられた。また、偏食傾向の背景としては、保護者の多忙感や価値観の多様化で共食の機会や時間が減少し、子どもたちが嫌いな食材について、そのよさや働きを知る機会が十分にとれていないことが推測された。

さらに、体格や体力に関しても、各クラスに数名ずつ肥満や痩身傾向にある児童がおり、新体力テストでは全ての項目で県平均を下回る結果であった。

本校児童の健康状態に関し、気になるデータを取り上げると、4月の身体計測結果では、「肥満度 20%以上」が、全児童 382 人中 44 人（11.5%）であった。また、食生活調査において「朝ごはんを食べない日もある」と回答した児童が、全児童中 55 人（14.4%）もおり、児童の食習慣が身に付いていないということだけでなく、保護者の朝食に対する意識にも課題があるということが分かった。

このことから子どもたちの生活習慣を整えるとともに、成長期にある子どもたちの望ましい体づくりや正しい食への知識を身に付けさせて、望ましい食生活習慣を構築するための食育を推進する必要性を感じた。

その際、児童自身が、食育に関する資料やデータをもとに自分の課題を見つけ、めあてを決めて課題解決を目指して実行するという自己管理能力を高めることが大切であると考えた。

このようなことから、研究主題を上記のように設定し、学校の教育活動全体を通して、学校における食育の推進及び心身の健康の保持増進を目指していくこととした。

3 主題について

(1) 「食から見つめ直す」とは



近年の児童を取り巻く食生活の乱れは、学力・体力低下の一因と考えられている。望ましい食習慣を身に付けさせることは、生活リズムの改善と心の安定につながる。「早寝・早起き・朝ごはん」により、朝から心が安定している児童は、登校時に、心と体、そして頭のスイッチが既に入っている状態となる。そのような児童の学習・運動意欲は高く、学力・体力アップにつながると確信する。

このようなことから、食育の推進は、成長期にある児童の望ましい成長を支えるばかりではなく、学校における知育、徳育、体育等の教育活動全体を支える基盤となるものであると考える。

(2) 「健やかな心と体」とは

児童の心と体に関する喫緊の課題は、不規則な食事や偏った栄養摂取、また、運動不足や睡眠不足等の生活習慣の乱れによる小児肥満や過度の痩身傾向にある児童の増加、不定愁訴の高まり、そして、体力の低下等が挙げられる。

食習慣と生活リズムを改善させることで、児童の心を安定させ、自分自身の自己肯定感を高めることができると考える。そのことは、児童のやる気と根気を高めることにつながり、それぞれの発達段階に応じた体の成長と体力アップを促すことができると考える。

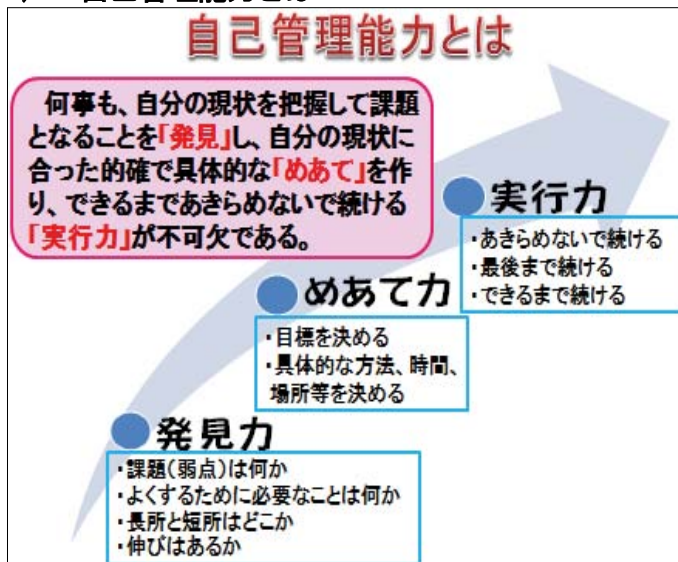
(3) 学校・家庭・地域との連携の意義

食生活の改善や自己管理能力の育成は、学校・家庭・地域が連携することで、家庭や地域の食育が推進され、児童への効果は2倍にも3倍にも高められる。

そこで、食育推進の取組は、積極的に家庭や地域に情報発信し、関心を持ってもらうと共に、それらの取組に協力してもらうなど、学校・家庭・地域が連携し、生涯を健康に生きるための「食育のプレゼント」として児童へ届けたい。



(4) 自己管理能力とは



児童の実践力につながる大きな力は自己管理能力であると考えられる。健やかな心と体づくりに何が必要であるかを理解しても、自ら実践しないと改善につながらない。「自己管理能力」を身に付けることで、「行動化」につながり、健やかな心と体づくりを実現させることができる。また、それは、食育だけでなく、学習やスポーツ、将来設計にまで関わる力であると考えられる。

本校では、自己管理能力を「何にでも使える・つながる・必要な力」として捉え、児童にも伝えた。

4 研究の仮説

望ましい食習慣の形成を目指すために、「目指す子どもの姿」「研究の視点」に留意しながら、学級経営、日常指導、各教科等及び給食時間における食に関する指導を関連させた取組の工夫を行うことで、児童は望ましい食習慣の必要性を実感し、理解を深めることができるであろう。さらに、学校での学びを家庭・地域と連携し生かす取組の工夫を行うことで、望ましい食習慣と体づくりに対する意識を高め、主体的に実践する子どもが育つであろう。

5 研究の視点

- 視点1 理論・授業**
 - 食への興味・関心を高め、正しい知識と望ましい食習慣を定着させる学習指導の工夫
- 視点2 食育・体育**
 - 健やかな心と体づくりにつながる自己管理能力を高める日常指導(学校給食含む)の工夫
- 視点3 調査・環境**
 - 食や運動の課題を見つめ、変容を実感する調査・分析・啓発の工夫
- 視点4 家庭・地域**
 - 学校・家庭・地域が連携し、望ましい食習慣と体づくりへの関心を高める食育活動の推進

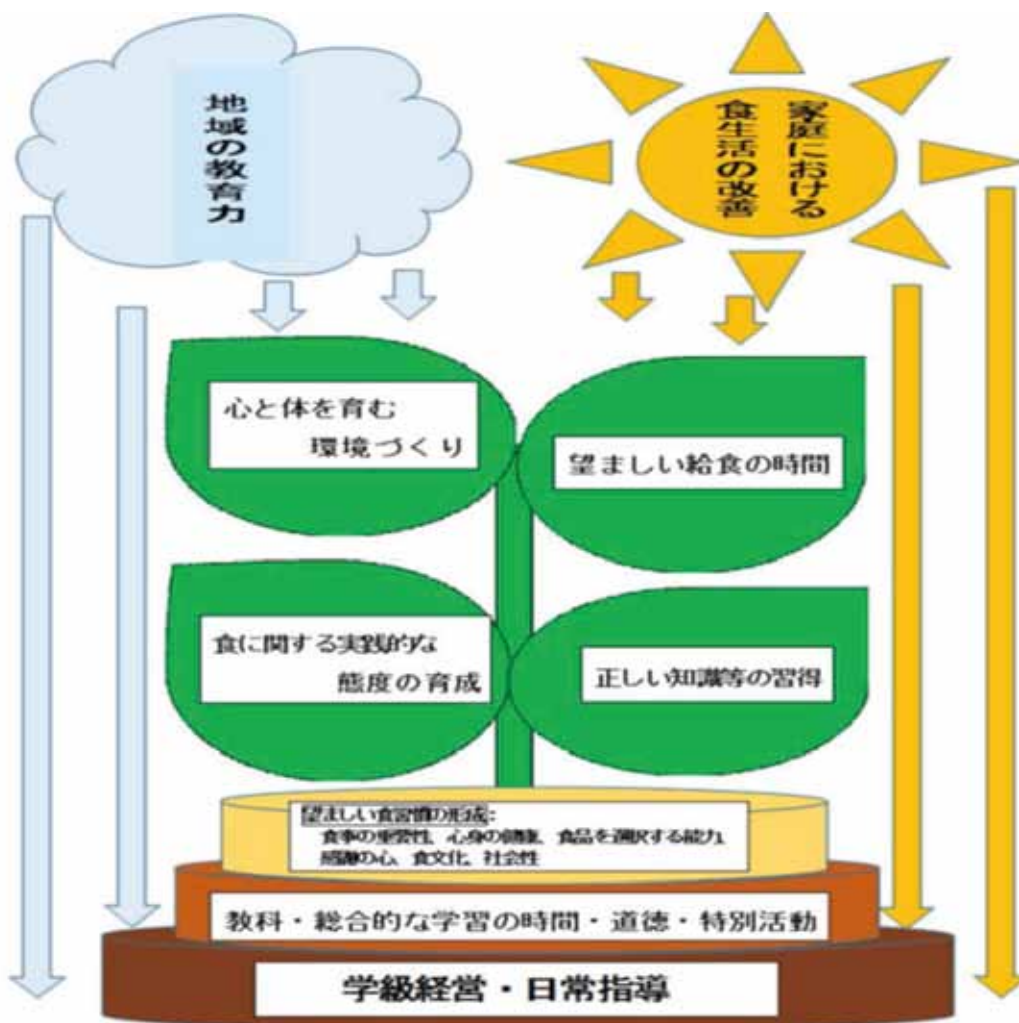
6 目指す子どもの姿

- 低学年**
 - 食品の種類や栄養に関心を持ち、感謝して食事ができる子ども
- 中学年**
 - 食品の種類や栄養の働きを考え、生産者や食事を準備してくれた人々に感謝しながら、進んで望ましい食生活を送ろうとする子ども
- 高学年**
 - 心身の健康のために、自らの生活を見つめ直し、よりよい食生活習慣を築く子ども

7 研究組織



8 研究の構想



9 「スーパー食育スクール」推進委員会との連携

食育推進の取組を行うにあたり、外部の有識者や生産者、本校PTA、そして、熊本県教育委員会体育保健課、球磨教育事務所、あさぎり町教育委員会の指導主事、本校の職員代表で構成された「食育推進委員会」が設置された。年3回の会議を開き、そこでのご意見やご助言をもとに、食育の取組を企画・検討しながら進めた。



第1回 平成28年7月11日(月)

- ・スーパー食育スクール事業説明
- ・H27年度の取組と課題
- ・H28年度の評価指標と取組の方向

第2回 平成28年10月19日(水)

- ・研究発表内容の検討
- ・H28年度評価指標と取組の状況

第3回 平成29年1月16日(月)

- ・スーパー食育スクール報告書の検討
- ・H28年度の取組のまとめ

10 食に関する指導計画の見直し

(1) 就学前から中学校まで系統的に学ぶ食に関する指導全体計画の作成

平成28年度 食に関する全体計画 免田小学校

学校教育目標
自ら学び、豊かな心をもつ
心身ともに健康な子どもの育成

本年度の教育重点目標
地域とともにある学校という意識を持ち、保護者や地域住民に信頼される学校づくりを目指すとともに、人権尊重の精神に立ち、子どもたちの夢を目指す教育活動を一丸となって推進していく。

本校の食に関する指導目標
正しい食事のあり方や楽しい食習慣を身につける。
食事を通じて自らの健康増進ができるようになる。
楽しい食生活を通して、郷土愛を育成し、社会貢献を図る。

具体的な指導内容
①食事の重要性(概)
②心身の健康(心)
③食品を選択する能力(選)
④感謝の心(感)
⑤社会性(社)
⑥食文化(文)

各発達段階における食育の目標
【乳幼児期】
食のことに興味関心をもち、食の楽しさを味わう(あさざり健康21)
【低学年】
食品の種類や栄養に関心を持ち、好き嫌いを克服しようとする。
感謝の気持ちを持って食事ができる。
【中学年】
栄養と健康の関係を理解し、バランスのよい食事をとろうとする。
食に対する感謝の心を持ち、地域の産物や郷土料理に関心を持つ。
【高学年】
正しい食事のあり方がわかり、食生活に生かそうとする。
日本や外国の食文化を理解し、大切にしようとする。
【中学校】
望ましい食習慣を定めて、健康を保持増進する。
食を通して望ましい人間関係を築く。

給食の時間における食に関する指導
1月 2月 3月 4月 5月 6月 7月 8月 9月 10月 11月 12月 1月 2月 3月

【社会】 食に関する産業・食文化に関する単元
【理科】 植物・人の体のつくりに関する単元
【生活】 身近な人々と自然に関する単元
【学芸】 学校活動(2)「日本の生活や学習への通じ及び健康安全」
【道徳】 食に関連した心のふれあいと好ましい人間関係

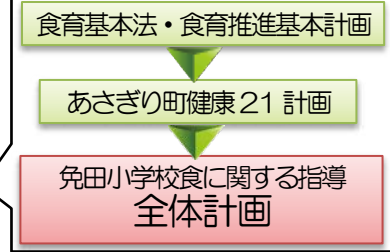
教科等におけるねらい
食に関する興味や関心を高め、知識を習得する

【家庭科】 食や買い物に関する単元
【保健】【体育】 体の発達と健康に関する単元

【総合的な学習の時間】
3年「大豆はかせになろう」
4年「探れあさざり町の食文化遺産」
5年「水から生み出される日本」
6年「夢に向かおう」

学級活動(学朝)	1年	2年	3年	4年	5年	6年
給食を知らず(重社)	給食を知らず(重社)	朝ごはんの大切さ(心)	朝ごはんの大切さ(心)	朝ごはんの大切さ(心)	朝ごはんの大切さ(心)	朝ごはんの大切さ(心)
食育月間	食育月間	食育月間	食育月間	食育月間	食育月間	食育月間
学校行事	給食週間(1月)・お祝い遠足(3月)	給食週間(1月)・お祝い遠足(3月)	給食週間(1月)・お祝い遠足(3月)	給食週間(1月)・お祝い遠足(3月)	給食週間(1月)・お祝い遠足(3月)	給食週間(1月)・お祝い遠足(3月)
家庭・地域各種団体との連携	給食試食会(1年保護者・評議員)	給食試食会(1年保護者・評議員)	給食試食会(1年保護者・評議員)	給食試食会(1年保護者・評議員)	給食試食会(1年保護者・評議員)	給食試食会(1年保護者・評議員)
地域産物活用の方針	ふるさとまなまデー	ふるさとまなまデー	ふるさとまなまデー	ふるさとまなまデー	ふるさとまなまデー	ふるさとまなまデー
個別相談指導の方針・取組	食物アレルギー調査・個別相談の実施	食物アレルギー調査・個別相談の実施	食物アレルギー調査・個別相談の実施	食物アレルギー調査・個別相談の実施	食物アレルギー調査・個別相談の実施	食物アレルギー調査・個別相談の実施

食育基本法を受けて、あさざり町では「あさざり健康21計画」を作成し、町内の食育推進に取り組んでいる。



全体計画の作成に当たっては、子どもたちが就学前から小学校、中学校と一貫した方針のもとで食育についての学びを深めたり実践力を育んだりすることができるように、乳幼児期から中学校までの目指す子どもの姿を明らかにし、見通しや系統性を考えて取り組めるようにした。また、町の食育と同じ方向で取り組むために、「あさざり健康21計画」との関連を図った。

(2) 「給食の時間」における食に関する指導年間計画(食育タイム)

給食の時間における食に関する指導年間計画(食育タイム)

月	月目標	指導内容	献立日標	指導訪問	関連教科等	旬の食材	地産物・郷土産物	行事食	委員会活動	家庭・地域との連携	資料等
4	3つの色の食べ物を知ろう(心) ●紙や当番の仕方を覚えよう(社)	食物の種類や栄養に関心を持ち、好き嫌いを克服しようとする。 感謝の気持ちを持って食事ができる。	旬の食べ物	配膳の仕方 春の食べ物	①国語 ②算数 ③理科	イチゴ・ねぎ 山菜 山菜おこわ	入学準備祝い (菜の花ご飯)	給食(あとかたづけ) 放送(一口メモ)	給食(あとかたづけ) 放送(一口メモ)	JAイチゴ プレゼント	給食の記録 食育の記録 食育21
5	朝ごはんの大切さを伝えよう(心)	朝ごはんの大切さを伝えよう(心)	地域の食材	一汁二菜 朝ごはんの大切さを伝えよう(心)	①家庭科 ②理科	お茶・新玉葱 インゲン、じゃがいも	端午の節句(おこわ)	給食(残食チェック)	JAメロン プレゼント	お弁当 チャレ	

毎日の給食の時間に5分間の「食育タイム」を位置付け、教科等や給食時間以外の日常指導と関連を図りながら学びを深められるようにした。それらをまとめて年間計画に表すことで、食育指導の6つの観点について、系統的・連続的に積み重ねられるようにした。

給食の時間における食に関する年間指導計画(食育タイム)

月	月目標	指導内容	献立日標	指導訪問	関連教科等	旬の食材	地産物・郷土産物	行事食	委員会活動	家庭・地域との連携	資料等
4	3つの色の食べ物を知ろう(心) ●紙や当番の仕方を覚えよう(社)	食物の種類や栄養に関心を持ち、好き嫌いを克服しようとする。 感謝の気持ちを持って食事ができる。	旬の食べ物	配膳の仕方 春の食べ物	①国語 ②算数 ③理科	イチゴ・ねぎ 山菜 山菜おこわ	入学準備祝い (菜の花ご飯)	給食(あとかたづけ) 放送(一口メモ)	給食(あとかたづけ) 放送(一口メモ)	JAイチゴ プレゼント	給食の記録 食育の記録 食育21
5	朝ごはんの大切さを伝えよう(心)	朝ごはんの大切さを伝えよう(心)	地域の食材	一汁二菜 朝ごはんの大切さを伝えよう(心)	①家庭科 ②理科	お茶・新玉葱 インゲン、じゃがいも	端午の節句(おこわ)	給食(残食チェック)	JAメロン プレゼント	お弁当 チャレ	

II 研究の実際

視点1 食への興味・関心を高め、正しい知識と望ましい食習慣を定着させる学習指導の工夫

1 食育授業の「さ・し・す・せ・そ」

食育の授業を行う際には、まず、自分や自分の生活を見つめさせ、課題に気付かせ、それらの課題に対応した学習活動となるようにした。そして、専門的な知識を持った人材を活用し、学びを深め、学習したことを生かす場の設定と行動化につなげる手立ての工夫を行うようにした。それらのことを「食育授業の『さ・し・す・せ・そ』」にまとめ、食育の実践力を身に付けるための授業の流れとして、授業づくりに活用した。

さ

第4学年の学級活動「探れ給食パワー」では、事前活動として、1週間分の給食献立について、嫌いな食材やメニュー、また、完食できたかを記入し、自分の弱点を明らかにした。
授業では、学級の1週間の完食時間を振り返り、メニューにより完食時間が異なるという学級の課題も明らかになった。

◎給食チェック!

日	メニュー	完食できたか	嫌いな食材
月	むぎごはん とうろじる とりにくとレバーの汁あえ キャベツのサラダ	○	レバー
火	どっくごはん とうろじる にのみせ ごまペースあえ てまきのり	○	なし
水	チキンライス クリームシチュー ししゃもフライ ブロッコリーサラダ	○	なし
木	こめパン バリバリやきそば うのはなサラダ ずいか	○	なし
金	えだめごはん はるさめじる しるあざかなのカレー揚げ しんじゆとがらのかに味噌あえ	○	なし

◎給食チェックを振り返って気づいたことを書こう!

① べんじゆもつとはやと食下木あうに けりたいです。

② べんじゆがきらい。

食育授業の「さ・し・す・せ・そ」

さ【さがす】

し【調べる・知る】

す【ステップアップ】

せ【生活にせまる】

そ【育てる】

し



第5学年の家庭科「食べて元気！ご飯とみそ汁」では、五大栄養素を学んだ上で、栄養バランスのよいみそ汁の具の組み合わせを考え、目を覚ますためによく噛む固い食材や、根菜類などの噛み応えのある食材を選んでいった。



第4学年の学級活動「探れ！給食パワー」では、ある休日の担任の昼食メニューと栄養教諭が考えた給食メニューについて、赤・黄・緑それぞれの食材の数を三角のレーダーチャートに表して提示した。
それらを比較して考えることで、給食のレーダーチャートの三角の方がはるかに大きいことに気づき、給食は、多くの食材を使いバランスがとれたメニューになっていることが分かった。

す



第4学年の学級活動「探れ！給食パワー」では、ステップアップタイムとして栄養教諭の話聞いた。大根を例に挙げ、一つの食材を変身させた料理例を紹介し、給食パワーへの理解を深めた。

第2学年の学級活動「体がよるこぶおやつのとりにかたを考えよう」では、ステップアップタイムとして養護教諭の話聞いた。一日に摂ってよいとされる砂糖の量を超えると体にどんなことが起きるのか、子どもたちは、真剣に聴いていた。



さ→自分の課題に気づき、食への興味・関心を高める手立ての工夫

し→課題を解決するための活動の工夫

す→専門知識を持った栄養教諭等の人材活用

せ→学びを生かす場の設定

そ→「行動化」につなげる手立ての工夫

せ

第3学年の総合的な学習の時間「大豆はかせになろう」では、広めたい大豆のよさを選んだ。



第4学年の学級活動「探れ！給食パワー」では、授業で学んだことから、自分の生活上の課題を改善するためのめあてを決め、給食班の中で発表した。

そ



第1学年の学級活動「きょうしよくのたべかたをかながえよう」では、給食の献立に着目し、食品を赤・黄・緑に仲間分けをする活動に取り組んだ。給食は、栄養が考えられバランスよく作られていることに気づき、好き嫌いせず給食を食べていこうとする態度を育てるようにした。

◎今日の学習をふりかえって、これからの食べ方に生かしたいことは見つかりましたか。自分の強点と今日の学習で学んだことから、朝食のめあてを考えましょう。

めあて	いつも3品以上を食べること					
理由	3品食べないとテストやプリントのことも集めていきなからことからはいつも3品以上を食べるようにする					
めあてチェックをしましょう！	1030	1031(土)	11/1(日)	11/2	11/3	11/4
進んでがんばった-A	言われてがんばった-B	できた-C	C	B	A	A

第4学年の学級活動「探れ！給食パワー」では、「生活にせまる」段階で立てためあてについて1週間の実践期間を設けた。授業において給食グループごとに全員のめあてを発表し合っており、お互いのがんばりを励まし合うことができた。このチェック週間を設けたことめあてに対する自分や友だちの頑張りを取り返りながら「行動化」につなげることができた。

2 栄養教諭及び養護教諭の参画

食育推進においては、栄養教諭を要とし学校全体で組織的に地域・家庭と連携を図りながら取り組むことが必要である。また、健やかな心と体づくりの視点から養護教諭の参画も不可欠である。そこで、本校では、栄養教諭と養護教諭の参画を積極的に行っている。

栄養教諭は、学校給食を「生きた教材」として活用し、学校内外における食育の取組について、情報・資料の提供や関係団体等との調整を中心となって行い、コーディネーターとして関わっている。特に年度当初は、食育推進計画や本校版食育ステップ表の作成、各種体験活動や年間を見通した授業や食育タイムの計画、研究関係の各専門部の取組もスタートするため、それぞれに様々な提案を行った。また、体験活動の内容に最適な講師や体験活動を受け入れる団体を紹介したり、体験活動の概要説明を行ったりする等、きめ細やかなサポートは大きな推進力となった。食育に関する各研修会に参加し、専門的な知識も豊富である栄養教諭が専門性を生かし、適切な提案を行うことで、円滑に取組を進めることができた。



【食育コーディネーターとしての栄養教諭の活用】

養護教諭は、年度当初の体格や月ごとの運動量のデータ等を分析し、学校医とも連携しながら課題について担任へ働きかけたり、保健委員会を通じて児童への情報発信や啓発を行ったりしている。また、PTA母親委員会と連携し、保護者発信の食育推進を支えた。



【養護教諭の活用】

3 食育に関する授業の型

食育に関する授業では、熊本県教育委員会「食育実践マニュアル」を活用し、教科等の指導内容との関わりから下に掲載した3つの授業の型を意識して設定した。

食育授業Ⅰ型	教科等の指導内容そのものが「食」に関する指導内容と重なるもの
食育授業Ⅱ型	教科等の指導内容の一部が「食」に関する指導内容と関連するもの
食育授業Ⅲ型	教科等の素材として「食」に関する内容が活用できるもの

その際、単元の目標と内容、評価規準との関連も考慮し、各教科の目標や内容を逸脱することがないようにした。

4 教科との関連を考えた献立の工夫

小中学校における学習内容と関連がある食材や料理、献立については、各教室に月ごとに配付する「旬の食材」に掲載し、食育タイムで紹介しながら児童の関心を高めている。

教科等で取りあげられた教材を食材や献立として意図的に給食に活用することは、教科における効果として、学習内容をより身近に捉えられること、また、その食品や学習内容について給食を通して確認することができ、学習意欲を一層高めることができること等があげられる。また、食育の効果として、総合的な学習の時間や生活科の体験学習等で身近に接した食材を味わったり、それらを使った料理への理解を深めたりすることで、食育の6つの観点「食事の重要性」「心身の健康」「食品選択」「感謝の心」「社会性」「食文化」への意識を高めることができる。



教科等と関連した給食

7月4日「クマノシヤブ」沖繩料理：中3年社会公民「日本文化の多様性」

7月5日「ご飯」アンパン→ブドウ糖：中2年理科「生命を維持する働き」たけな

7月8日「赤米ご飯・木の实和え」：中1年社会歴史「縄文文化・弥生文化」胡枝子和え

7月12日「夏野菜のマリネ」：小2年国語「きせつのはなし」なごがきた

7月13日「和食メニュー」：中3年理科「生活環境とその分析」ファストフードとの栄養価比較

7月14日「リン」：中1年社会地理「世界の食文化とその食化」インドのリン

5 文部科学省食育教材資料「たのしい食事つながる食育」の計画的な活用

今年度3月に文部科学省より食育教材資料「たのしい食事つながる食育」が刊行された。各学年の教科の食育と関連した指導内容が分かり、食に関する授業作りのヒントとなっている。

そこで、「給食の時間における食に関する指導年間計画」に活用箇所を示し、計画的に活用できるようにした。



【文部科学省食育指導資料】

【給食の時間における食に関する指導年間計画】