

平成27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
～食育支援システムを活用した自己管理能力の育成～



熊本県教育委員会

はじめに

近年、ライフスタイルの多様化や地域のきずなの希薄化等、社会環境の急激な変化は、不規則な食事や偏った栄養摂取等による肥満や痩身等の課題を顕在化させるなど、子供たちの健康に大きな影響を及ぼしております。

このような中、食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身に付けさせる食育の取組を、学校・家庭・地域が連携して推進することは、子供たちの将来にわたる心身の健康づくりに大きな役割を果たすものであると考えております。

本県では、平 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。

学校においては、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」の実施や、平成 20 年度からは、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」の実施など、食育の推進を図っております。さらに、平成 27 年度には、文部科学省の委託事業である「スーパー食育スクール事業」を、あさぎり町立免田小学校を実践校に指定し、実施しています。

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～食育支援システムを活用した自己管理能力の育成～」として取り組まれました。

主な内容としては、各教科等における学校給食と関連付けた計画的な授業実践や指導教材・資料のデータベース化による、すべての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・活動量計等の ICT や朝食内容や給食残食量を記録した「食育チェックブック」の活用によるデータの「見える化」に取り組まれています。

これらの実践が、児童の食に関する課題意識や改善の意欲を高めることにつながり、そのことが、児童はもとより保護者も「食と健康」について考え、家庭での食生活を改善するきっかけとなる等、多くの成果が現れております。

この度、あさぎり町立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についての結果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すべての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 28 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
1 スーパー食育スクール事業取組の趣旨	1
2 スーパー食育スクール事業の取組体制	1
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	2
II あさぎり町立免田小学校の取組について	4
1 学校紹介	4
2 食育推進体制	4
3 研究主題	5
4 研究主題設定の理由	5
5 研究構想図	6
6 食に関する指導の全体計画	7
7 食に関する指導の年間指導計画	8
8 各学年における「食に関する指導」年間指導計画	10
9 「免田小学校版食育ステップ表」	16
10 食生活・体・心の実態調査	17
11 めざす子供の姿及び研究の視点について	22
12 食育に関する具体的な取組について	23
III 成果の検証	88
1 評価指標についての考察	88
2 本校の研究全体についての考察	92
3 成果と今後の課題	97
おわりに	

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します。

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

【事業目標】

運動量の増加、肥満傾向児童の出現率の減少、朝食の欠食率や朝食内容の改善及び食に対する感謝の気持ちを持った児童の増加等を目指す。また、家庭への啓発を積極的に行い、保護者の食育に対する意識の変容を目指す。

【評価指標】

- ①朝食の欠食率0%、朝食品目数3品以上摂取率10%増加。
- ②学校給食における残食率0%。
- ③不登校児童率0%。
- ④欠席0の日を各学年前年度比10日以上増。
- ⑤活動量計の1日1人当たりの歩数合計を平均1,000歩以上増加。
- ⑥肥満傾向（肥満度20%以上）の児童の出現率10%以下。
- ⑦食事の際の挨拶の意味が分かり、感謝して食べることができる児童の割合100%。
- ⑧朝食、夕食を揃って食べる家庭の増加。

【評価方法】

<健やかな心について>

- ・アンケートによる食生活の調査の実施。（児童と保護者）
- ・料理セミナー等での感想文

<健やかな体について>

- ・アンケートによる食生活の調査の実施。（児童と保護者）
- ・データが蓄積される体組成計・活動量計といったICTを活用し、体と運動の関係についてデータの「見える化」を図り、分析・検証を行う。
- ・朝食内容や給食残食量を「食育チェックブック」に毎日記録し、データとして活用する。

(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	深山 知子	株式会社 タニタ 開発部
3	寺園 幸恵	株式会社 えがお 人財開発部 (管理栄養士)
4	山村 純一	あさぎり町立免田小学校学校医
5	西 実良	あさぎり町学校給食食材生産者代表
6	尾方 裕一	JA くま中球磨営農センター長
7	蟻田 和子	あさぎり町食生活改善推進委員代表
8	中村 笑	あさぎり町ふるさと振興社代表
9	免田 潤一郎	JA くま青壮年部免田地区代表
10	尾曲 幸輔	あさぎり町立免田小学校 PTA 会長
11	佐藤 浩臣	熊本県立南稜高等学校教諭 (食育担当)
12	吉村 英亀	あさぎり町立免田小学校校長
13	黒木 靖子	あさぎり町立免田小学校研究主任
14	田代 優子	あさぎり町立免田小学校栄養教諭
15	大石 和子	あさぎり町立免田小学校養護教諭
16	甲斐 真也	あさぎり町農林振興課課長補佐
17	丸尾 律子	あさぎり町保健環境課主幹 (管理栄養士)
18	迫田 正純	あさぎり町教育委員会教育課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	田中 誠	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
(5月)	食育推進構想図「食育ステップ表」作成 全体計画、年間指導計画の見直し
(6月)	生産者等との交流学习の実施 25日(木) 第4学年：学級活動「探れ！給食パワー～考えて食べよう～」
7月	13日(月) 第1回推進委員会 14日(火) 第1学年：学級活動「きゅうしょくのたべ方をかんがえよう」 事業開始前の調査・測定の実施
8月	体験事業の実施 生産者等との交流学习の実施 食に係る教育講演会の実施
9月	15日(火) 第5学年：家庭科「食べて元気！ご飯とみそ汁」 25日(金) 第1回特別授業セミナー 26日(土) 第1回親子料理教室
10月	20日(火) 第2学年：生活科「ぐんぐんのびろパート2」 27日(火) 第3学年：総合的な学習の時間「大豆はかせになろう」 30日(金) 平成27年度スーパー食育スクール事業全国連絡協議会
11月	26日(木) 第2回推進委員会 28日(土) 第2回親子料理教室 10日(木) 第2回特別授業セミナー
12月	報告書原稿作成開始 報告書原稿作成
1月	22日(金) 第3回推進委員会 25日(月) 平成27年度スーパー食育スクール事業事例発表会 26日(火) 第6学年：体育「体力向上プログラムをつくろう」 報告書原稿提出
2月	給食週間の実施 4日(木) あさぎり町教育フェスティバルでの実践発表 29日(月) 各県教育委員会及び県内各小・中・特別支援学校等へ事業報告書の発送 29日(月) 文部科学省へ報告書の提出 平成27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

1 学校紹介

本校は、北緯32度14分、東経130度54分、海拔151.668mに位置する。本校区は、あさぎり町の中心を通る国道219号線沿いにあり、東は多良木町、西は錦町と接している。また、東西に細長く広がり、山はなく平坦な地形をしている。

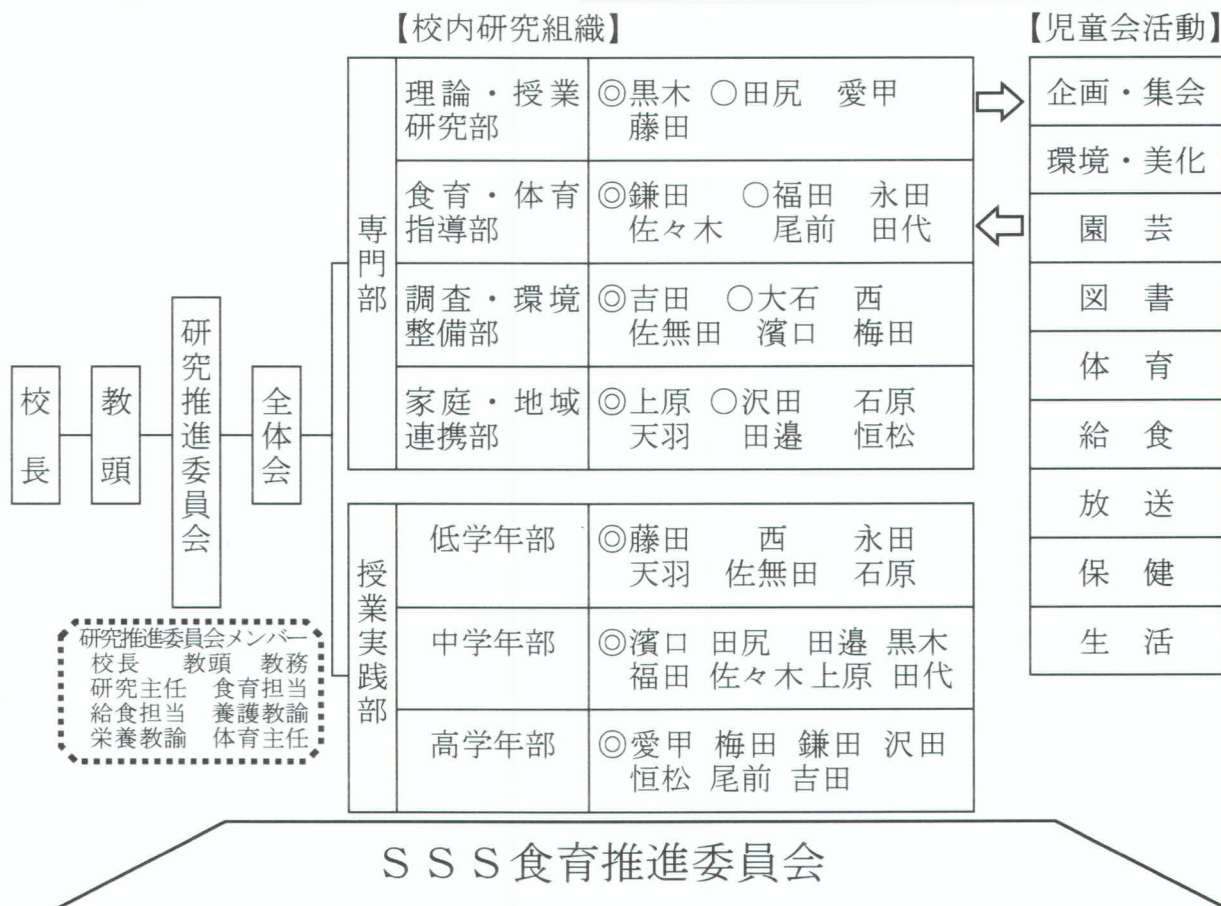
校区内には、球磨川、リュウキンカ（キンポウゲ科）自生地の南限とされる丸池、古墳時代後期に造られた鬼の釜古墳・才園古墳、弥生時代後期の免田式土器が発掘された本目遺跡・市房隠遺跡、日本で唯一「幸福」と名のつく「おかどめ幸福駅」などがある。

全校児童数は382人で、特別支援学級を含めると16学級、職員数は30人である。



【あさぎり町立免田小学校】

2 食育推進体制



- 食育推進会議……………年3回
- 児童会活動……………月1回
- 各専門部・授業実践部会…校内研修、必要時（昼休み及び放課後）
- 研究推進委員会……………校内研修事前、必要時（昼休み、放課後）
- 栄養教諭打合せ……………校内研修、必要時（昼休み、放課後）

3 研究主題

研究主題：「食から見つめ直す健やかな心と体」 ～食育支援システムを活用した自己管理能力の育成～

4 研究主題設定の理由

(1) 今日の課題から

近年のライフスタイルの変化に伴い、子供たちの食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、子供たちの望ましい成長に欠かせない要素であり、学力や体力の向上と、気力の充実のために不可欠である。

これらのことから、学校・家庭・地域が連携し、子供たちの基本的な生活習慣を整え、望ましい食生活への知識と実践力を身に付けさせることを通して、子供たちの健やかな心と体を育む取組が必要である。

(2) 本校の児童の実態から

本校の課題も今日の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〔子供たちだけ〕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、偏食傾向も見られる。

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。

偏食傾向の背景としては、保護者の多忙化や価値観の多様化で共食の機会や時間が減少したこと。また、子供たちが食に関する情報に触れる機会が減ってしまったことなどが挙げられた。

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。

このことから、子供たちの生活習慣を整えるとともに、成長期にある子供たちの望ましい食習慣を構築するための食育を推進する必要がある。

研究主題：「食から見つめ直す健やかな心と体」
～食育支援システムを活用した自己管理能力の育成～

