

平成 29 年度 食育推進に係る実践報告書

学校名	呉市立本通小学校		
学校長氏名	堀田 由美	栄養教諭氏名	吉山 由衣
職員数	17名	児童・生徒数	180名

1 学校における食育の現状（昨年度からの課題等）

- 食物の栄養，衛生的な食品の扱い方，食事のマナー等の食に関する知識が身に付いている児童と身に付いていない児童に差がある。
- 起床・就寝時刻を守ることのできる児童の割合（55%）
- 毎日朝食をとる児童の割合（91.1%）

2 学校の食育に係る目標（成果指標・目標値）

- 起床・就寝時刻を守ることのできる児童の割合（80%）
- 毎日朝食をとる児童の割合（95%）

3 食育の目標に対する具体的な取組

【取組1】（テーマ） 家庭及び地域と連携した食育

- 給食学習会の実施
  - ・保護者対象に献立作成から給食の提供までの流れや給食室での調理の様子の説明，給食の配膳や喫食，子どもたちが給食を食べている様子の参観を通して「見て食べて楽しく」給食について学ぶ機会とした。
- 食育通信による情報発信
  - ・毎月 19 日に食育通信を発行した。学校での食育の様子を分かりやすく伝えることができるように内容を焦点化し，見出しを工夫したり，写真を多く用いたりした。



【取組2】（テーマ） 基本的な生活習慣の定着

- 各学年における食に関する指導の実施
  - ・第2学年 学級活動「やさいのはたらきをしよう」
    - 生活科「やさいのせわをしよう」でミニトマトを栽培してきた2年生に対し，野菜の体内での働きが分かり，好き嫌いせず，進んで野菜を食べようとする意欲をもつことができることをねらいとした授業を行った。野菜が属する緑色のグループの「おもに体の調子を整える」働きについて，実感をもって理解させるために，野菜の現物を用い，五感を使って野菜の特徴を見付けさせた。授業後は，「やさいとなかよしカード」に取り組みせ，好き嫌いなく何でも食べようとする態度を育て，実践化を図った。
- 「元気っ子週間」の取組
  - ・「元気っ子カード」を用い，早寝・早起き・朝ごはんの状況を調査することで，生活習慣を見直す強化週間（元気っ子週間）とした。毎日の保護者確認欄や取組を終えてのメッセージ欄を設けることで，家庭との連携を図るとともに児童の実践意欲につなげた。
  - ・委員会活動により，朝会や給食時間中を活用して就寝時刻を守ることにについて全校への呼びかけを行った。達成率の最も高いクラスを表彰することで，意欲的に取り組ませるようにした。



## 4 「ひろしま給食100万食プロジェクト」の取組について

- 親子料理教室の実施
  - ・夏季休業中にひろしま給食メニューの「熱く燃えろ!!Cスープ」を取り入れた親子料理教室を行った。簡単なメニューと組み合わせることで、家庭でも朝食等に活用できるようにした。
- 掲示物の作成
  - ・ひろしま食育ウィークに合わせて給食で実施した「熱く燃えろ!!Cスープ」の掲示物を作成した。
- 食育通信による情報発信
  - ・親子料理教室やひろしま食育ウィークの取組の様子を食育通信で紹介した。いろいろな場面で何度も情報発信したことで、給食で実施する前からひろしま給食メニューを楽しみにする児童の姿が見られた。



## 5 取組に対する成果と課題

### 【成果】

- 給食の時間の指導と教科等の指導につながりを持たせることで、食物の栄養、衛生的な食品の扱い方、食事のマナー等の食に関する知識が身につけている児童の姿が多く見られるようになった。
- 基本的な生活習慣については、昨年度と比較して数値が上がった。

	目標値	平成29年度	平成28年度
起床・就寝時刻を守る	80%	62.7% (7.7ポイント増)	55%
毎日朝食をとる	95%	93.6% (2.5ポイント増)	91.1%

### 【課題】

- 児童における食に関する知識等についての定着については、具体的な数値目標がないため、個々の変化を見とりにくい。
- 基本的な生活習慣の定着について、目標値に達していない。
- 達成度の低い児童が固定化している傾向にある。

## 6 今後の取組に向けた改善方策について

- 給食の時間の指導と教科等の指導をつなげていく際に、年間指導計画の重要性を改めて感じた。来年度に向けて、他の教職員と連携しながら改善し、活用していきたい。
- 目指す児童の姿を具体的に示すとともに数値目標等についても全教職員で共通理解を図り、より効果的な指導を行っていきたい。
- 基本的な生活習慣については、家庭との連携が不可欠であるため、日々の連携や懇談会等の機会をとらえ、個別指導をさらに充実させていきたい。



平成29年7月19日発行  
 栄養教諭 吉山 由衣

1学期の給食も今日で終わりです。4月には、6年生が配膳した給食を苦戦しながら食べていた1年生も、自分たちで給食の準備ができるようになり、食べられる量もだんだん増えてきました。暑くなり、食欲が落ちてくる時期かと思いきや、「量を少し増やしてもらえませんか？」と要望のある学級もあり、子どもたちの元気パワーに驚かされる日々です。



## 2年生食育「やさしいのはたらきをしよう」

2年生は、残食ゼロを目指していつも一生懸命給食を食べています。授業の前に好き嫌いについてのアンケートをしたところ、苦手な食べ物として「なす」「ピーマン」「グリーンピース」「トマト」「とうもろこし」「えだまめ」など「野菜」をあげた児童が多くいました。

2年生は、生活科でミニトマトを育てていることもあり、野菜の特ちょうや体内での働きについて知ることで、野菜と「なかよし」になってほしいと思い、授業を行いました。



### 好き嫌いについてのアンケート結果

#### ★好きな食べ物

- 1位 アイスクリーム
- 2位 ラーメン、いちご
- 3位 ハンバーガー、ポテト、フルーツポンチ、冷凍みかん、カレー

#### ★苦手な食べ物

- 1位 野菜  
(なす、ピーマン、グリーンピース、トマト、とうもろこし、えだまめ)
- 2位 なし(すばらしい!)
- 3位 納豆、りんご、メロン



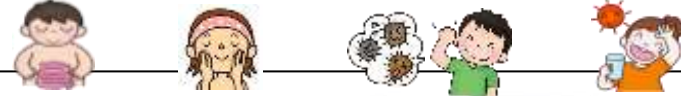
はてなバッグを使い、目で見て、においを嗅いで、手で触って野菜を観察しました。あわせて、味や噛んだ時の音なども思い出し、それらがどのような体内での働きにつながるのかを考えました。

＜トマト＞  
 赤い、葉っぱ、さらさら、あますっぱい、ベチャ  
 「トマトが赤いのは、肌を太陽から守るため」  
 ⇒**トマトを食べれば、肌が強くなる!**

＜ピーマン＞  
 緑、くさい、ベチャッ、苦い、パリッ  
 「ピーマンが苦いのは、他の動物に食べられるのを防ぐため」  
 ⇒**栄養いっぱい、ピーマンを食べれば、風邪を引きにくくなる!**

＜なす＞  
 紫、くさい、つるつる、にがい、べちょべちょ  
 「なすがべちょべちょ音するのは、水分をたくさん含むため」  
 ⇒**水分いっぱいのなすを食べれば、夏バテを予防できる!**

野菜には、それぞれ特ちょう的な体内での働きがあり、それらは「おもに体の調子をととのえるはたらき」につながっている!



### 7月14日の献立

- ・ごはん・牛乳
- ・ちくわのカレー揚げ
- ・さわやか和え・豆腐汁



授業後、給食の野菜を頑張って食べている様子がみられました。中には、「**にんじんにはどんなパワーがあるの?**」と聞いてきた子どももいました。苦手な食べ物にも、体を元気にしてくれるためのパワーがあることを知り、好き嫌いをせず食べようとする意欲へとつながればと思います。



## 7月より、新しい食器が仲間入りしました!

一昨年度より、従来のステンレス製のものに替わって、PEN樹脂製の食器が1枚入っていましたが、残りの2枚の食器も新しいものになりました。7月から使えるようにと、6月30日の臨時休業の日に給食技師の迫田先生が全員分の食器を洗浄し、準備してくださいました。おぼんも順次、同じPEN樹脂製のものに替わっていく予定です。

新しい食器を紹介します!



ズームしてみると...?



白地の皿の縁には、ピンクの花柄がついています。子どもたちにも「**かわいい!**」と好評でした。

### PEN樹脂とは...?

PEN(ポリエチレンナフタレート)樹脂は、食品からの着色汚れに強く、耐熱性に優れ、食材成分や酸・アルカリにも侵されない素材です。

白地の皿なので、料理の彩りがよく映えます。

以前のものより、深くなったので、麺やカレーライスが食べやすくなりました。



新しい食器に替わり、「**いつもよりもっとおいしいぞうに見える!**」と言ってきた子どももいました。食器も食事のおいしさを決める一因であることを改めて感じた瞬間でした。

### 「おいしい」絵本の紹介

「たべかたのえほん」 石田 葉音 文  
 よしのぶ もとこ 絵



「白いごはんやパンはどうやって食べるのかな?」  
 「おはしの正しい使いかた、知っているかな?」  
 「野菜やフルーツって、そうやって食べるといいの?」  
 「おうちでのごはんと、おそとでのごはん、どちらがうのかな?」  
 など、子どもはもちろん、大人も楽しく学べるテーブルマナーの絵本です。

何気なく食べている目玉焼きやふりかけごはんの食べ方まで、分かりやすく絵と文で示してあります。食べ物の絵がとてもおいしそうなのも魅力的です!