

平成 29 年度 食育推進に係る実践報告書

学校名	東広島市立西条小学校		
学校長氏名	中嶋 崇弘	栄養教諭氏名	貞岩 美智恵
職員数	64名	児童・生徒数	1,090名

1 学校における食育の現状（昨年度からの課題等）

平成25年度より栄養教諭が配置され、年間計画に基づいて、栄養教諭と担任のT・Tによる食に関する指導が計画的に行われているが、画一的になっている傾向がある。

児童数1,000人を超えるマンモス校であり、東広島市の中心部に位置する学校であることから、食物の生産に係る場面に触れる機会が少なく、食事に関する感謝の心を育むという点について、課題をかかえている。苦手な食べ物が出た時には食べられずに嘔吐する児童も見られ、同じ給食センターの受配を受ける他の小学校と比べても、残食率が高い傾向にある。なかでも、魚を使った献立やごはんの残食が多く、残食率の減少が課題である。

2 学校の食育に係る目標（成果指標・目標値）

- (1) 食教育の評価指標を、栄養教諭とのT・Tによる指導の実施率100%とし、教科等における食に関する指導の充実に向けた取組を実施する。
- (2) 平均残食率4%以下を目標とし、残菜の軽減に努める。
- (3) 食育だより（年6回以上）やレシピ（毎月）を発行し、保護者や地域との連携を図る。

3 食育の目標に対する具体的な取組

【取組1】教科等における食に関する指導の充実に向けた取組について

食に関する指導年間計画に基づき、学級担任とのT・Tによる食育の授業を全クラスで実施した。実施にあたっては、学年ごとに学級担任との連携の時間をもち、学年の課題や他の教科との関連を考慮し、指導の内容や指導方法の工夫を図った。前年度と同じテーマであっても、学級担任と連携する中で、指導の流れを変更し、有効な指導に結びつけることができた。



3年生では、朝食の大切さをとりあげ、参観授業とすることで家庭への啓発を図った。学年一斉の授業とするために、栄養教諭が指導に入れない学級の担任とも十分連携し、資料提供を行った。

5年生では、お米を主食とする「日本型食生活」の良さについて指導したが、ごはん給食の日の残食の多さをとりあげ、残食率の減少へつなげることができた。



総合的な学習の時間には、地域の酒造りに関連して、4年生では「西条の水のおいしさ」、5年生では「酒造り」について学習している。教科担当者からの依頼により、4年生では水の硬度による味の違い、5年生では西条の酒を使った郷土料理「美酒鍋」づくりについて、今年度も専門的立場から指導に関わった。担当教諭と連携し、専門的知識が必要な部分にだけ栄養教諭が登場する形で授業をすすめることができた。年間計画にない指導においても、効果的に栄養教諭を活用し、食に関する指導を進展させることができた。



特別支援学級の指導では、担任がテーマを提案し、指導案の作成等においても主導する形で進めていった。そのため、栄養教諭をより効果的に活用し、指導することができた。

【取組2】残菜を減らすための取組について

魅力ある給食となるよう、献立内容を見直し、特に残菜の多い魚を使った料理については、揚げ物等食べやすい料理形態にするなどの工夫をした。また、行事等で給食時間が確保しにくい場合は、できるだけ準備や食事に時間がかからない献立を組み合わせさせた。

児童の食べ物や給食に関する興味・関心を高めるため、食育コーナーにめくって楽しむ献立表や食べ物に関するクイズを掲示した。

給食時間に教室に出向き、旬の食べ物について話をしたり、食に関する指導の後、教室でいっしょに会食する中で食べ物大切さについて指導を行った。また、校内の保健・安全・給食部会でも、残菜を減らすために協議し、それぞれの担任する学級の給食指導に生かした。



【取組3】家庭や地域への情報発信の取組について

食育だよりを6回発行し、保護者や地域の方々に、学校での食に関する指導の取組を発信した。また、JAと連携し、学校給食へ食材を提供している地元農家を取材した地産地消だより「ゆめまる通信」を発行し、地場産物への理解を深める取組も行った。

1年生の保護者を対象に、試食会を開催し、学校給食への理解を深める取組を行った。

4 「ひろしま給食100万食プロジェクト」の取組について

今年度は6年の担任と連携し、6年生全員に「ひろしま給食」に応募させた。これにより、広島県の特産物についての関心を高めることができ、11月の「作って！食べよう！弁当DAY!」の取組みにもつながることができた。

東広島市では、ひろしま給食に組み合わせて提供するメニューを市内の児童・生徒より募集し、東広島市学校給食連絡協議会で決定し、実施している。今年度も、「熱く燃える!!Cスープ」に「瀬戸内の恵揚げ」

と「秋風さわやかきのこ添え」を組み合わせたひろしま給食を10月に提供した。「瀬戸内の恵揚げ」は本校の6年生の児童が「ひろしま給食」に応募したメニューで、「ひがしひろしまお宝レシピ」として活かすことができた。本校の児童が考えたメニューが採用されたことで、「ひろしま給食」への関心を高めることができた。



食育だよりや東広島市で作成した紹介のリーフレットを配付した。

校内の食育コーナーに「ひろしま給食」に関する掲示をし、児童の関心を高める取組を行った。



東広島市生涯学習フェスティバルでは、学校給食のブースを設営し、「ひろしま給食」の掲示をすると同時に、パンフレットや「ひろしま給食」を含むレシピ集を配布した。



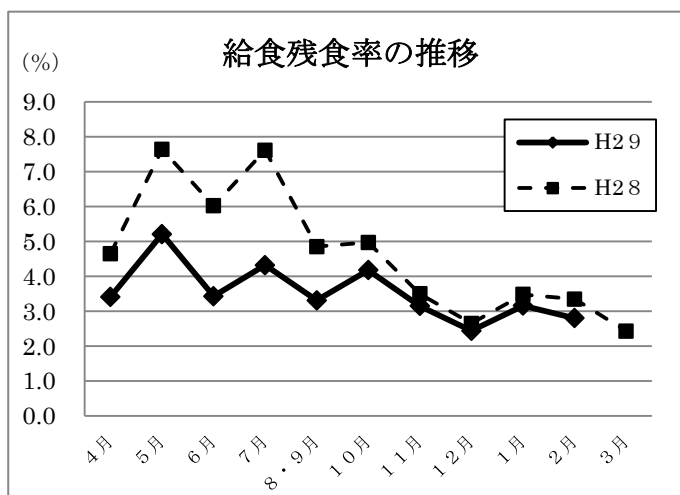
5 取組に対する成果と課題

【成果】

○食教育の評価指標（目標値）として、栄養教諭とのT・Tによる指導の実施率100%をあげているが、全学年において、年間指導計画に基づき、実施することができた。また、計画していた以外の指導も実施することができた。指導後、児童から食べ物に対する感謝の言葉が聞かれたり、苦手な食べ物も積極的に食べようとする態度が見られた。

○食育コーナーに広島県の地場産物や郷土料理を扱った掲示をしたり、ひろしま給食（前年度までの分も含む）を毎月の「広島県発見ウィーク」で繰り返し提供し、放送原稿等で紹介することで、児童の地場産物・郷土料理に対する理解が深まった。食に関する調査では、知っているものを記入できた児童の割合が、地場産物については1回目・2回目とも90%以上の数値を示し、郷土料理については55%から65%に増加している。

○5月には、運動会の練習等もあり、平均残食率が5%を超えたが、5月・7月・10月以外は、目標の4%を下回り、年間の平均も2月末現在で、3.5%となっている。また、魚を主菜とした日の残菜も全体的に減量し、3%前後になってきた。



【課題】

- 食に関する指導をした直後には、児童に変容が見られるが、毎日の指導につなげることができず、効果が長続きしない。
- 毎年3年生で朝ごはんの指導をしているが、5年生で調査してみると、朝ごはんを欠食する児童の割合が0にはならない。また、栄養バランスのととのった朝食を食べることは大切なことだと思う児童は9割を超えるが、実践できているのは6割に留まっている。家庭への啓発をいかに図っていくかが課題である。
- 残食率は昨年度に比べてかなり減少してきており、目標の4%も下回ってきているが、同じ給食の受配を受けているほぼ同規模の小学校に比べると、残食率が平均で2%程度高くなっている。さらに残菜を減らす取組が必要である。

6 今後の取組に向けた改善方策について

- 食に関する指導にあたっては、さらに、学級担任と連携の時間をしっかり持ち、児童の実態に合った指導ができるようにしていきたい。また、継続的な指導につなげるために、指導後の給食時間における指導を充実していきたい。
- 朝ごはんの喫食率やその内容を向上させるために、3年生で実施している参観授業での指導を上学年での指導につなげる働きかけをしていく。また、今年度、食育だよりで取り組んだ朝食のレシピの紹介等、内容の充実を図る取組をしていきたい。
- 給食の残食率を下げるために、献立の工夫により、魅力ある給食の提供に努め、給食時間の指導の充実を図ると同時に、保健・安全・給食部会等でも連携を深め、学校全体としての取組にしていきたい。
- 給食センターとの兼務のため、指導のための連携の時間がとりにくい実態がある。限られた時間を有効に活用し、効果的な指導が行えるように工夫していきたい。また、年間計画にないものについても、学級担任や教科担当との連携をさらに深め、食に関する指導として定着させ、指導時数を増やせるようにしていきたい。



もぐもぐ通信

食育だより No.4

平成29年10月

西条小学校



ふるさとの味 未来へつなぐひろしま給食

(キャッチコピー考案：木浦勇輝さん)

みんなで作って食べよう！100万食！

「ひろしま食育ウィーク」(10月15日～21日)

今年度も「ひろしま給食100万食プロジェクト」を実施します。「ひろしま給食100万食プロジェクト」は、県民みんなで、広島ならではの給食メニュー「ひろしま給食」を食べて、食生活の改善や健康増進など、“食”に関する理解や意識を高める「食育」プロジェクトです。

今年度も、メニューを一般公募し、応募総数 4,160 作品の中から、呉市立安浦中学校 2 年生松本那々海さんの作品「熱く燃えろ！Cスープ」が最優秀レシピ賞に選ばれました。

10月15日～21日の「ひろしま食育ウィーク」に、広島県内の給食を実施している小学校・中学校・特別支援学校で、20万人の子どもたちが「熱く燃えろ！Cスープ」をメニューにとり入れた「ひろしま給食」を食べます。

東広島市で、このスープにあうメニューを公募したところ、本校の6年生山口大洋さん考案の「瀬戸内の恵揚げ」が選ばれ、市内統一メニューとして、提供されることになりました。



10月20日

最優秀レシピ賞 熱く燃えろ！Cスープ



このスープは、カーブの試合を見ていた時に思いつきました。「カーブのように真っ赤でアツイものはできないか!？」と考えた末、この「熱く燃えろ!!C(シー)スープ」ができました。具材がいっぱいでとてもおいしいです。(考案者より)

秋風さわやかきのこバターいため

具材がいっぱいで、きのこは体にいいのでたくさん食べてください。

秋風さわやかきのこ添え

瀬戸内の恵揚げ



牛乳

ごはん

熱く燃えろ!!
Cスープ



※西条学校給食センターでは調理機器の都合により和えもの「秋風さわやかきのこ添え」として提供します。

瀬戸内の恵揚げ

瀬戸内海でとれた魚に広島県産のレモン果汁を使ったソースをかけました。魚が熱いうちにソースをかけるとおいしいです。僕は呉で釣った子メバルを使いました。骨ごと揚げる場合はしっかり火を通すことがポイントです。

ひろしま給食にはこんなメニューもあります

広島県教育委員会賞
優秀レシピ賞

ひろしま いい子いりこ



何回も作ってみました。作りたてはぱりっと、しばらくするとしなやかになります。日持ちもします。おでかけにもいいです。カルシウム・ミネラルがいっぱい！かんきつのマーマレードの香りがさわやか！おやつにもピッタリ！

広島名物たっぷり 塩レモン焼きそば



瀬戸田産のレモンを使った、短時間で作れるヘルシーメニューです。

ひろしま 愛あんかけ



広島県産の大豆を使った厚あげと、広島県産のもち米を使ったノンアルコールの甘酒と広島県産のレモン、かきしょうゆこうじ、音戸のちりめんを使っていて、子どもでも食べやすい、やさしい味になっています。

広島レモン入り 小松菜マドレーヌ



小松菜が苦手でも、マドレーヌだから、おいしく食べることができます。



みんなで「食育」楽しく「食育」



朝ごはんの大切さについて考えよう

9月12日(火)、3年生は参観授業で、「朝ごはんの大切さについて考える」食育の授業を行いました。3年5組は栄養教諭とのTT、それ以外は、学級担任が単独で指導しました。

紙芝居の中に出てきたひろ君が朝ごはんを食べていなかったために倒れてしまったところから、朝ごはんの大切さを考えていきました。

朝ごはんが入れてくれる目覚ましスイッチは次の3つで、そのスイッチを入れてくれるのは、赤・緑・黄の食べ物の3つのなかからです。

体の目覚ましスイッチ



脳の目覚ましスイッチ



おなかの目覚ましスイッチ



つまり、3つの食べ物のなかまがそろわないと、3つのスイッチすべてを入れることができません。

そこで、3つのスイッチが入る朝ごはんを考えるヒントとして、クロスワードパズルを楽しく解いていきました。



上のような朝ごはんが理想ですが、毎日続けるのはなかなか大変。パンと牛乳とくだものだけでも、一応3つのなかまをそろえることはできます。3つのなかまがそろった朝ごはんを食べて登校しましょう。



もぐもぐ通信

食育だより No.5

平成29年11月

西条小学校



展開中！ ひろしま給食100万食プロジェクト ふるさとの味 未来へつなぐ ひろしま給食

今年も「ひろしま給食100万食プロジェクト」が始まっています。

学校給食でも、これまでに、最優秀レシピ賞「熱く燃えろ!!Cスープ」をはじめ、広島県教育委員会賞「ひろしまいい子いりこ」・優秀レシピ賞「広島名物たっぷり塩レモン焼きそば」の3つのメニューを提供してきました。11月には優秀レシピ賞「ひろしま愛あんかけ」も、提供する予定にしております。

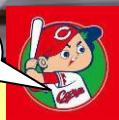
学校では、広島県教育委員会からの依頼で、第1回を11月24日、第2回を平成30年2月16日を締切として、ご家庭でひろしま給食を作られた回数・食べられた回数をご報告いただいております。ご協力よろしくお願いいたします。

10月20日(金)

秋風さわやか
きのこ添え



カープのように
真っ赤なスープ
だよ。



熱く燃えろ!!
Cスープ



瀬戸内の恵揚げ

6年生山口大洋君考案の「ひがしひろしまお宝レシピ」。釣った魚(小メバル)を使って作りました。瀬戸内海でとれた魚に広島県産のレモン果汁を使ったソースをかけています。



10月19日(木)

小型黒糖パン・牛乳
広島名物たっぷり塩レモン焼きそば
フルーツ栗いむあえ



10月16日(月)



ごはん
牛乳
美酒鍋
ひろしま
いい子いりこ
レモンゼリー

作って！食べよう！弁当DAY！


～ひがしひろしま食材さがし～

今年
11月6日(月)

10月31日(火)・11月1日(水), 6年生は、「作って！食べよう！弁当DAY！」に向けて、お弁当作りのポイントについて学習しました。そして、習ったことを生かしながら、献立作りから調理まで自分で弁当作りを行い、学校でクラスの友だちや担任の先生と会食しました。

キーワードは おい・し・そ・う

弁当作りのポイント

- お 大きさぴったり 
- い いろどりきれい
- し 主食・主菜・副菜をそろえて
- そ それぞれちがった調理方法と味で
- う 動かない詰め方



東広島ブランド推奨マーク
ゆめまる

ゆたかなめぐみ
東広島まるかじり



みんなで「食育」楽しく「食育」

いよいよ
弁当DAY!



児童の感想より

- 主食・主菜・副菜の割合に気をつけて詰めようとしたが、どうしても副菜の量が少なくなっていました。次作る時は、がんばりたいです。
- ふだん全然料理をしないので難しくて、時間がかかったけれど、作った時はすごくうれしくて、まだいろいろな料理を作りたいなと思いました。
- いつもお母さんはとても苦労して、お弁当を作ってくれたり、食事できるよう食材をしっかりそろえてくれてるんだなと思いました。
- 卵焼きを作る時に、母の言う通りに形を整えたら、上手にできました。母はすごいんだなと思いました。
- 料理が好きなので、作り終わった後の達成感があってすごく楽しかったです。

お弁当はどれも
力作ぞろい



みんなで
楽しくいただきました

