

平成 29 年度 食育推進に係る実践報告書

学校名	大崎上島町立東野小学校		
学校長氏名	平田 修	栄養教諭氏名	横畑 みず江
職員数	19名	児童・生徒数	56名

1 学校における食育の現状（昨年度からの課題等）

- ・調理体験の少ない児童がいる。
- ・姿勢が悪い児童が多く、昨年度末の担任評価では正しい姿勢で食事をしている児童は29%だった。

2 学校の食育に係る目標（成果指標・目標値）

- ・学年に応じた料理を作ることができる児童の割合 95%
- ・正しい姿勢で、ご飯と汁食器を持って食べる児童の割合 60% (担任評価)

3 食育の目標に対する具体的な取組**【取組1】（テーマ） 学年で決めた料理を作ろう**

高学年になっても調理体験が少ない児童がいる。そこで自分の食事が作れるように各学年の食育推進計画に発達段階に応じた調理を計画した。その中で食べ物に親しみ、食べることの楽しさや食べ物の命をいただいていることへの感謝の気持ちを感じるように指導を進めた。

特に5年生は「ひろしま給食100万食プロジェクト」の出前講座で「地だこの炊き込みご飯、和え物、お吸い物」という地元の食材を使った料理を作ることができた。児童は「先生はおいしい料理を作るのに、とても長い時間をかけて作っているのとてもすごいと思いました。3泊4日で実際に野菜を切ったり、料理を作ったりするから、今日習ったことが生かせるようにしたいです。」と料理作りに意欲を持つことができた。



また、児童の中には「夏の食事チャレンジ」や「冬の食事チャレンジ」の「お家のお手伝い」の項目にある広島県教育委員会作成の「つくって！食べよう！ひろしま給食」を使い、自分ができる事にチャレンジする児童もいた。

【取組2】（テーマ） 正しい姿勢で食器を持って食べよう

姿勢は学習にも健康にも大きな影響を与える。そこで正しい姿勢で生活する習慣をつけるため、授業中と給食時間に、「腰骨を立て、足ピタをする」ように指導を継続している。今年度は担任の評価で「正しい姿勢で食器を持って食べる児童の割合60%」を目標値として取組を行った。

まず、児童にソフトボールを体と机の間にはさみ、それを落とさないように食器を持つ体験をさせ、正しい姿勢を意識させた。できていない児童にはその都度、児童同士や教職員が声掛けを行った。さらに、家庭にも学校だよりやほけんだより、食育だよりで「正しい姿勢」についての指導をお願いした。



その結果9月では29%の児童しかできていなかったが、2月には目標値の60%には到達できなかったが、50%の児童が「正しい姿勢で食器を持って食べる」ことができようになってきた。

また、「がんばり週間」の児童のコメントには「次のがんばり週間では〇が全部できるよう頑張ります。」保護者からは「家庭でも注意しています。」というコメントもあり、家庭でも「正しい姿勢で食器を持って食べる」ことに取り組んでいる様子が分かった。

今後も継続して取組を行い、児童に正しい姿勢で食器を持って食べることを身に付けさせていく。

【取組3】(テーマ) 「カミカミデー」と3のつく日は3分間はみがきデー

丈夫な歯でよく噛むことは健康に過ごすためにも食事を楽しむためにも必要なことである。児童には保健指導や給食の時間に、噛むことの効果について指導している。大崎上島町では8日を「カミカミデー」として噛むことが必要な小魚や大豆、アーモンドなどを使った料理を給食に出している。この取組と合わせて、今年度は「カミカミデー」と3のつく日を「3分間はみがきデー」とし、よく噛むことと歯の衛生について考える日に設定した。児童は給食を食べ終わると3分間砂時計を見ながら歯磨きをしたり、手鏡で磨き残しがないか確認をしたりしている。



さらに1月の食育朝会では「食べ物の旅」のパワーポイントを使い、食べ物をよく噛むことが消化・吸収を助けることを保健体育委員が発表し、かむことの大切さを全校児童に伝えた。

4 「ひろしま給食100万食プロジェクト」の取組について

今年度も児童生徒が、普段から「ひろしま給食100万食メニュー」を身近に感じるように、「ひろしま給食100万食メニュー」を毎月必ず1品以上給食メニューに組み込むように町内で取組を進めた。また、大崎上島町健康福祉課と連携し「夏休み子供料理教室」のメニューには「平成29年度ひろしま給食100万食メニュー」の「熱く燃えろ!!Cスープ」を親子で実習する機会を作ることもできた。

さらに、今年度は学校へ行こう週間中に「ひろしま給食100万食メニュー」を取り入れた給食試食会を実施した。「ひろしま給食100万食プロジェクト」に参加した保護者からは「熱く燃えろ!!Cスープもいい子いりこも簡単でおいしくて素晴らしいレシピです。我が家の定番になりそうです。H26のねぎチリ揚げはすっかり定番化しています。また来年も楽しみたいです。」という感想が寄せられた。

5 取組に対する成果と課題

【成果】

- ・自分の「腰骨を立てた正しい姿勢で食器を持って食べる」姿を確認し、特に給食開始5分間黙って食べる「もぐもぐタイム」の間は目標を意識して食べるようになってきた。また、「正しい姿勢」について家庭でも意識してもらうことができるようになってきた。
- ・「ひろしま給食100万食プロジェクト」については過年度メニューを作っている家庭も多く、「私は〇〇を手伝ったよ。」と報告してくれる児童も増え、取組が家庭に普及してきたことがうかがえる。

【課題】

- ・給食開始後5分間の「もぐもぐタイム」では「腰骨を立て足ピタ」で食べるが、この時間を過ぎると無意識に元の姿勢になってしまう児童が多い。今後も継続して取り組む必要がある。

6 今後の取組に向けた改善方策について

食事のマナーを守り、腰骨を立て足ピタで食器を持って食べることもバランスのよい朝食をとることも料理をすることも家庭の協力が不可欠である。児童に良い食習慣を身に付けさせるため、家庭を巻き込んだ課題を設定したり、食育だよりで簡単な料理を掲載したりしていく。また、保護者も含めた個別指導も引き続き行う。