

平成 29 年度 食育推進に係る実践報告書

学校名	広島県立黒瀬特別支援学校		
学校長氏名	河野 啓	栄養教諭氏名	長島 澄恵
職員数	80名	児童・生徒数	130名

1 学校における食育の現状（昨年度からの課題等）

自校方式の学校給食で、1/3以上いる個別の配慮を要する児童生徒に実態に合わせた給食を実施し、授業・行事等学校生活を通してそれぞれ食育に取り組んでいる。その中で個別の課題は異なり、それぞれ工夫を必要としている。健康管理やアレルギー・食中毒による児童生徒の事故予防のために、手洗いや配膳、調理実習などにおいてまだ十分でないところが課題の一つであるので、今年度はそれに重点的に取り組んでいった。

2 学校の食育に係る目標（成果指標・目標値）

- ・給食前や日常的に行う手洗いをより衛生的に行えるよう、手洗いについての指導を小学部で各学年1回以上取り組み、他学部でも必要な学年で取り組む。
- ・夏季休業中の食生活を健康的に過ごせるよう、特に気になる『清涼飲料水と砂糖の摂取』について、夏休み前に高等部1年生の各クラスで1回以上授業を行う。
- ・調理・飲食を伴う学習活動において、より衛生的に行えるようマニュアルを作成し、全校で改善に取り組む。
- ・HPを通じて本校の給食を情報発信をしていくために年間20回以上のHPの掲載を目指す。

3 食育の目標に対する具体的な取組

【取組1】（テーマ） 目で見てわかる、手洗いの指導について

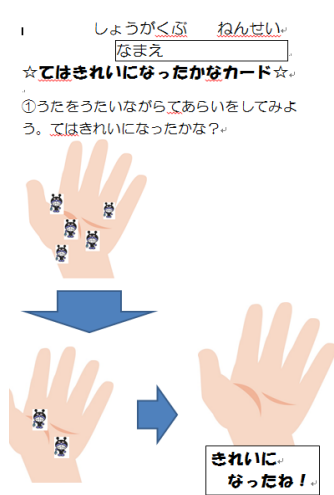
トイレ後や喫食前など手洗いの機会は学校生活に多いが、なかなか出来ていないことが多いため、7月に小学部1年生～6年生にそれぞれのクラスで手洗い指導を行った。手を洗う手順や時間がよりわかりやすいよう工夫した。PPを見ながら『ごんべさんの赤ちゃん』の曲に合わせて『手洗いの歌』と一緒に歌って数回エア手洗いをした後、実際にそれぞれが手洗を行い、その時に洗い残しがわかりやすいよう、紫外線キットを使って汚れの残っている部分が目で見てわかるようにした。他の学年でも紫外線キットを貸し出して手洗いの学習を行っている。

てあらいのうた...（『ごんべさんの赤ちゃん』の曲で）

じゅんぴ ☆うたのスタート☆

- ① せっけんをつける
- ② てのひらあわせてあらいましょ
- ③ おやこが〜めでごしごしと
- ④ ゆびのあいだもきれいにね
- ⑤ つめのさきもぐるぐると
- ⑥ きゅっきゅっきゅっ

さいごに、^{てくわ}手もわすれずにあらってね



【取組 2】(テーマ) 夏季休業中の食生活について

夏季休業中に特に気になる『清涼飲料水と砂糖の摂取』について、夏休み前に高等部1年生の各クラスで、砂糖の功罪や実物の清涼飲料水を使っでの学習を行った。自分が選んだ清涼飲料水に含まれる砂糖の量をスティックシュガーで表し、答えあわせ後自分たちで増減させるという、目で見てわかる授業を心掛けて行った。



まずはスティックシュガー1本の甘さを無糖紅茶に入れて飲んで実感した。

【取組 3】(テーマ) 調理・飲食を伴う学習活動について

調理実習や飲食を伴う学習活動において、より衛生的に安全に行えるよう、学習の実施においては許可制とし、毎回内容や手順を起案し、栄養教諭の助言を受け、管理職の許可を得ることとした。関係者会議などを経て新たにそれらのマニュアルを作り、軌道に乗せたところである。

4 「ひろしま給食100万食プロジェクト」の取組について

- ① 保護者や園への今年度の100万食のチラシやレシピの配付と、各教室へのシール台紙配付により、家庭や園での調理・喫食を呼びかけた。連絡帳記入や児童生徒自身で各教室のシールを貼ってもらった。
- ② 給食に今年度の100万食メニューすべてを取り入れた。また今までの好評だった100万食メニューも順次取り入れて、10月～2月にのべ合計24個の100万食メニューを給食で実施した。中には卒業お祝いクエストメニューに選んでくれた献立もあり、とても好評だった。
- ③ 広島県内の特別支援学校の栄養教諭・栄養職員で広島県食材を使った食べやすい独自メニューを考案し、『トクトクライス』と名付けて全特別支援学校の給食で10月に実施した。レシピやプリントを配付し、HPなどでも紹介した。食べやすく美味しいととても好評だった。
- ④ 5月の新入生保護者対象の第1回給食試食会では、26年度100万食メニューの『ひろしまたっぷりビビンバ』を、1月の在校生保護者対象の第2回給食試食会では今年度の100万食メニュー『熱く燃えろ!!Cスープ』を出し100万食の趣旨やレシピの紹介などを行った。ぜひ家庭でも作ってみたいと好評であった。

トクトクライス 熱く燃えろ!!Cスープ 瀬戸内レモンゼリー 牛乳



5 取組に対する成果と課題

【成果】

- 1 手洗い方法を歌いながらおぼえたことや洗ったら手のばいきんがいなくなることを紫外線キットで実感したことなどから効果があったようで、給食の手洗い時に先生と一緒に歌いながら手を洗う姿を見ることが増えており、少しずつ定着しているようである。
- 2 実際に含まれる砂糖の量を目で見て、知らずに摂取していたことにとっても驚き、「のどが渴いたらお茶や水を飲む」「砂糖の入った清涼飲料水は飲まない」「飲む本数を減らす」「家族や兄弟と分け合って飲む」など、改善の意見がたくさん出ており、夏休みにも気を付けてくれていたようである。
- 3 マニュアルが作成でき実施できつつあることで、今まであやふやの中で不安のまま行っていた作業や学習が少しずつ衛生的に行われるようになり、見直す良いきっかけとなっている。
- 4 給食のメニューに100万食メニューを登場させることで実際に食べて関心を持ったり、地場産物の使用が多くなっているなど良い結果が出ている。ただ、今年度の家庭や園での調理・喫食の取組は、校内合計274食であり昨年度の84%であった。
- 5 100万食や郷土食・行事食など本校の給食を情報発信をしていくために年間26回のHPの掲載を行った。

【課題】

授業の中で実感し理解したことも、時間の経過とともに忘れてしまうことが多くあるので、繰り返しの指導を行い、定着に向けて取り組んでいきたい。

6 今後の取組に向けた改善方策について

今年度は年度末に来年度の食育について学年と話す機会が少し持てたので、それぞれの学年にあった課題や取組について実態を考慮しながら進めていくことができるのではと期待している。生きた教材である給食を生かした取組を、今後も分掌などを中心に話し合っていきたい。来年度も新たなアレルギーや刻み食が増えるため、より教職員間で連携を密にして、調理実習や飲食を伴う学習活動においても安全・安心を基本に進めていきたい。

《トクトクCライス》

ひろしまけん とくべつしえんがっこう どういつ
広島県の特別支援学校★統一メニュー

《材料 4人分》

米	2合 (300g)
麦	20g
豚ミンチ	80g
しょうが	2g (1/4 かけ)
酒	5g (小さじ1)
塩	0.6g (一つまみ)
こしょう	少々
油	3g (小さじ1)
たまねぎ	140g (1/3 個)
にんじん	60g (1/3 本)
青ねぎ	40g (1 束弱)
干し椎茸	6g
水	200g (1 カップ)
ふ	12g
木綿豆腐	120g (1/3 丁)
卵	160g (3個)
みりん	8g (小さじ1 と 1/2)
薄口しょうゆ	12g (大さじ1 弱)
粉末とりがらスープの素	5g (小さじ2)
ごま油	小さじ1 (3g)



} A

作りやすい、粉末とりがら
 スープの素を使った材料
 です。

冷凍鶏がらスープ(塩分な
 し)を使われる時は、Aを
(冷)鶏がらスープ 50g
薄口しょうゆ 大さじ1
と1/3

に変えてください。



《作り方》

- ①米は麦を入れて炊飯します。
 - ②干し椎茸は分量の水につけてもどしておきます。(戻し汁も使います)
 - ③しょうがはみじん切り、たまねぎ・人参は細切り、青ねぎは1.5 cmくらいに、もどした干し椎茸はスライスしさらに3つくらいに切ります。
 - ④もめんどうふは1.5 cmのサイコロに、麩は分量外の水につけておきます。(この水は麩を絞った後に捨てます)
 - ⑤フライパンか鍋に油を入れ、しょうが・豚ミンチを酒と塩・コショウを振り入れ炒めます。
 - ⑥たまねぎ・にんじんを入れ炒め、きざんだ干しいたけと戻し汁(1カップ)、みりん・トリガラスープの素・薄口しょうゆを入れて具が柔らかくなるまで、5分ほどふたをして煮ます。
 さらに豆腐と軽くしぼった麩を入れ麩がふっくら水分を吸うまで煮ます。
 - ⑦ほぐした卵と青ネギを入れて火が通ったらごま油を回しかけて火を止めます。
 - ⑧ご飯を盛って上に⑦をかけてできあがり。
- ★仕上がりは麩と卵が水分を吸っているため汁けはあまりありません。
 ⑥で水分が足りない場合は少し水を加えてください。

