

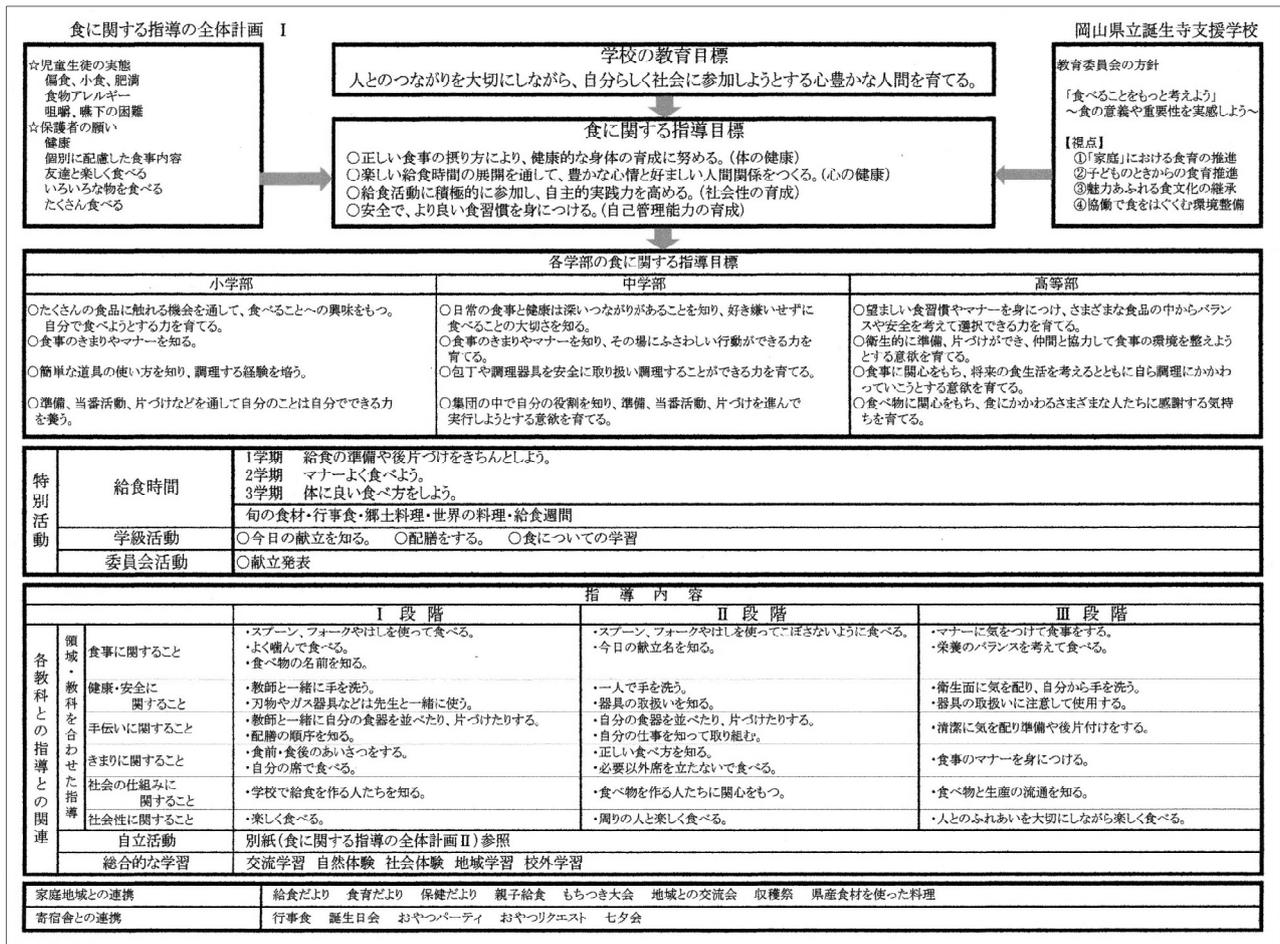
V 特別支援学校における食育の 取組

1 岡山県立誕生寺支援学校の概要

本校は開校41年目を迎えた知的障害のある児童生徒、および肢体不自由のある児童生徒が在籍する学校である。県北部の久米南町に位置しているが、学区は津山市、真庭市、美作市、岡山市の一部など4市8町村と広範囲の地域から通学している。平成24年5月1日現在で小学部67名、中学部53名、高等部117名、計237名が在籍している。自宅からスクールバスを利用したり、一般の公共交通機関を利用したりして通学している児童生徒が多いが、遠距離等で入舎を必要としている子どもたちは高等部の生徒を中心に77名おり、校内にある寄宿舎を利用し集団生活を送りながら通学している。本校には調理場が設置されており、約390食の給食と約90食の舎食が作られている。

本校では今年度から栄養教諭が配置され、栄養教諭を中心に食に関する教育を進めてきた。毎月、各学部・寄宿舎の学校給食担当者と栄養教諭が集まり「学校給食担当者会」を開いてきた。この会では、それぞれの学部・寄宿舎での食育の取組の検討・情報交換、翌月の献立検討等を行っている。この会で検討したことは、それぞれ担当教員が学部に持ち帰り、学部全体に伝えるようにしている。

2 食に関する指導の全体計画



食に関する指導の全体計画 II (自立活動と関連する内容)

食に関するねらい (年間を通じて)					
目標	指導項目	具体的な内容	主な配慮事項	自立活動の指導内容とのかかわり	
				区分	関連する項目
○食事の仕方に慣れよう ○好き嫌いをしないで食べよう	意欲補食、咀嚼、嚥下 偏食	☆「いただきます」の挨拶やエプロンをつけることで食べようとする気持ちになる ☆いろいろな種類の食べ物を味わう。	★生活リズムを整える。	1 健康の保持	(1)生活のリズムや生活習慣の形成に関する事 (4)健康状態の維持・改善に関する事
○安心しておいしく食べよう	表出	☆「快」「不快」などの意思を伝える。	★じっくりとかわり、情緒の安定を図る。 ★食事の姿勢や介助方法の改善を図る。	2 心理的な安定 3 人間関係の形成	(1)情緒の安定に関する事 (3)障害による学習上又は生活上の困難を改善・克服する意欲に関する事 (1)他者とのかかわりの基礎に関する事
○いろいろな味や臭いを味わおう	味覚、嗅覚等の感覚機能の発達	☆食べ物、色、形、大きさ、固さなどを感じる。	★冷暖房、照明、湿度、衛生等の食環境の整備をする。 ★食べやすい献立と調理の工夫	4 環境の把握	(1)保有する感覚の活用に関する事 (2)感覚や認知への対応に関する事
○よくかんで食べよう ○よい姿勢で食べよう	咀嚼、嚥下の機能向上 安定した座位、上肢の動き 食事動作の改善、習得	☆手を伸ばす、物をつかむ、口に運ぶ、などの手指の動きを身につける。	★個々の状況に応じた支援とともに児童生徒自ら活動できるような補助具や自助具を活用する。 ★食物形態の工夫をする。	1 健康の保持 4 身体の動き	(1)生活のリズムや生活習慣の形成に関する事 (1)姿勢と運動・動作の基本的技能に関する事 (2)姿勢保持と運動・動作の補助的手段の活用に関する事 (3)日常生活に必要な基本動作に関する事
○教師や友達と楽しく食べよう ○感謝して食べよう	やりとり(表情、発声、身振り、言葉) 感謝の気持ち	☆働きかけを受け入れたり、応えたりしながら食べる。	★楽しい食事を通してコミュニケーションを図る。	3 人間関係の形成 6 コミュニケーション	(1)他者とのかかわりの基礎に関する事 (1)コミュニケーションの基礎的能力に関する事

◎ 安全な食環境の整備について

- ① 冷暖房、照明、湿度、衛生などに配慮し、身体的に気持ちがよく、集中できる食環境を整える。
- ② 大きさ、固さ、とろみ、食材の選定など食べやすい献立と調理を工夫する。
- ③ 誤嚥を防ぐ姿勢、食べ方を工夫する。
- ④ 姿勢を安定させるための補助用具や自助食器、特殊食器等を必要に応じて活用し、児童生徒が楽に食事がとれる環境づくりに努める。

3 取組の具体的内容

【各学部の取組】

(1) 知的障害部門 (小学部・中学部・高等部) の取組

① 小学部の取組

今年度の在籍数は、1年生8名(2学級)、2年生3名、3年生5名、4年生14名(2学級)、5年生15名(2学級)、6年生9名の合計54名(9学級)である。

学校全体の児童生徒数の増加により、食缶の数量や保管場所等の関係で、複数学級での運搬・配膳を行っている。グループ分けは教室配置等を考慮し、1・2年生、4年生、5年生、3・6年生の4グループとしている。1・2年生は教室前の廊下までワゴン車で運び、3年生以上は児童が分担して給食室まで食器や食缶等を取りに行っている。配膳場所や配膳方法については、それぞれのグループで児童の実態に合わせて教室等で工夫して行っている。

ア 食に関する指導について

○食材やマナー等の指導

栄養教諭から毎月出される「行事食の一口メモ」や「〇月の献立より」等を利用し、学級や児童の実態に合わせて食材やマナーの指導を行った。また4～6年

生は、「生活」の時間に野菜を育てる活動に取り組み、その活動を通して身近な野菜について知り、食べてみようという気持ちを持てるようにした。他学年でも生活単元学習で買い物から調理を体験させることで、「食べること」や「食べもの」への関心を持たせるようにしていった。

○偏食や好き嫌いのある児童への指導

配膳の時に、児童が「少しがんばれば食べられる量」をお皿に入れ、皿が空っぽになったら大げさにほめシールを貼るようにしたり、好きなものを少し残しておき、それを励みに苦手なものを食べるようにしたりした。また、同じものばかり食べてしまう児童には、本人の1食分を2つに分けておき、1つ目を全部食べたなら「おかわり」として残りを食べるようにした。給食をほとんど口にしない児童もいるが、一定時間はみんなと一緒に着席しておくようにし、その際、児童の好きそうなものを勧めている。

イ 給食室との連携

給食の準備や食事の様子を栄養教諭に見てもらい、小学部の児童の実態を知ってもらった。その後、栄養教諭と一緒に給食を食べることで交流を深めることができた。小学部の児童にとっては、今までいつも食べている給食の献立を考えている栄養教諭と交流する機会はなかったので、楽しく交流を深めることができた。その際、栄養教諭に食材についての話等をしてもらったり、給食についての感想を話したりした。栄養教諭と一緒に給食を食べることでいつも以上にがんばって食べることができた児童もいた。



ウ 配膳の工夫

咀嚼が十分でない児童やスプーンを利用する児童等には実態に合わせた大きさにきざんだり、固定食器を利用したりしている。また、早食いであったり、量の加減ができず口に詰め込んだりしてしまう児童には、別の食器を用意し、一口分ずつ取りわけて食べるようにしている。固定食器等やスプーン・フォークの数も可能な限り担任の希望通り教室に出せるよう給食室と調整している。

② 中学部の取り組み

今年度の在籍数は、1年生16名(3学級)、2年生19名(3学級)、3年生10名(2学級)の合計45名(8学級)である。

一昨年度までは3年生が食堂を利用していたが、生徒数増加のため今年度は2学級合同で配膳をし、各学級で食事をしている。生徒が食堂まで食器などをとりに行き、クラスまで運搬している。



ア 食に関する指導について

2年生で、栄養教諭と一緒に「朝ごはんや栄養バランスの良い食事」についての学習を行った。食品を3つの色で分けて、食事のバランスを考えることができた。「ご飯は黄色」「お肉は赤」など、食事をしながら「自分が今食べているものは何の仲間か」を考えることができるようになった生徒もいる。

また、生徒が自ら、「理想の朝ごはん」の献立作りをし、実際に調理実習で調理をした。

マナーについては、給食を食べる際、生徒の実態にあわせて茶碗や箸の持ち方、正しい姿勢などを指導している。師範して見せたり、言葉かけをしたりすることで、茶碗の持ち方や姿勢を意識して食べることができるようになった生徒もいる。箸が使えずスプーンで食事していた生徒も、練習することでピンセット箸や箸が使えるようになるなど、個々の課題に応じた指導も行っている。

偏食のある生徒についても、細かく切ったり、自分で食べられる量を決めたりすることで食べることができるようになりつつある。

作業学習で作った野菜を給食に使ってもらうことで、「自分たちが作った野菜だ」とうれしそうに食べる様子が見られたり、苦手な野菜でも頑張っって食べようとする様子が見られたりした。



イ 家庭との連携

保護者を対象に給食試食会を行った。運搬、配膳を見てもらったり、一緒に給食を味わったりすることができた。また、栄養教諭から学校給食についての説明も行うことで、保護者にも食の大切さを呼び掛けることができた。



知的障害部門中学部 2 年生 1 グループ 「職業・家庭」学習指導案

日 時：平成 24 年 10 月 23 日（火） 10：40～11：30

場 所：知的障害部門中学部 2 年 C 組教室

指導者：山口紗世子，城井田奈都美，山下円

1 単元名「朝ごはんをつくろう」

2 単元について

(1) 生徒の実態

本校知的障害部門中学部 2 年生 1 グループは，男子 4 名，女子 2 名の計 6 名で構成されている。

コミュニケーションについては，ほぼ全ての生徒が自分の気持ちを表現したり，簡単な言葉でのやりとりを行ったりすることができる。しかし，読んだり，書いたりすることについては苦手な生徒が多く，一定時間集中して，座って学習することが困難な生徒もいる。食生活については，一部の生徒ではあるが，朝食を取らずに登校したり，夕食を食べずにお菓子を食べたりしている実態がある。

また，調理については，ほとんどの生徒が一人で安全に気を付けて包丁やピーラーなどの道具を使うことができるが，一口サイズや薄切りなどの切り方については難しい生徒もいる。火気の扱いについても安全に気を付けることができる。衛生面については「手を石けんで洗う」「身だしなみを整える」などの基本的なことはほぼ理解している。本グループの一部の生徒は，昨年より準備から片付けまで一人で行う授業を続けており，必要な道具を探してそろえたり，使ったものは自分で片付けたりすることができるようになってきている。しかし，レシピを確認しながらの調理については，活用できる生徒は少ない。また，食品名や調理器具の名称については，正しく理解できている生徒もいるが，食品の栄養素の働きやバランスの良い食事については，初めての学習となる生徒がほとんどである。

(2) 単元設定の理由

本学年は昨年度から 2 つのグループに分かれて調理の授業を行ってきた。本グループの一部の生徒は，将来の自立を視野に，準備から片付けまでを含めて一人で一品作り上げることが目標としてきた。そこで，今年度は，調理を行うだけでなく，食事の意義や栄養素についての学習までを入れた単元を設定した。生徒の中には，朝食を取らずに登校したり，夕食を食べずにお菓子を食べたりしている生徒がおり，成長期である中学生の段階で，栄養バランスについて学習し，自分の体に必要な栄養素や食品について知ることが大切なことだと考える。また，家庭において自分で調理活動を行っている生徒もいることから，栄養素の働きや栄養バランスについての学習の必要性を感じている。朝食の栄養バランスについて調べたり，バランスの良い献立を考えたりすることで，自分で食事の準備をするときに考える手立ての一つとしてほしい。

また、個々の考えた朝食献立を基に本グループの理想の朝食献立を考えることで、友だちの意見の良いところや新しい考え方に触れることができると思う。

(3) 指導に当たって

本単元では、栄養教諭の専門性の高さを生かし、チーム・ティーチングで授業を行うことで生徒たちに必要な知識がどこまでなのかを実態に応じて見極めながら指導を行っていきたい。生徒が興味をもって授業に臨めるように、実際に生徒が食べている給食の献立や担任教師の実際の食事内容を用いて、栄養素の働きや栄養バランスについて学習するようにする。

また、板書での学習だけでは、注目できない生徒も多いので、手元で操作できる献立カードや学習シートを活用し、それを使って板書での学習につなげることによって、意欲的に学習できるようにしたり、個々の活動時間を確保したりしたい。

調理活動については、1年次と同様に自分の仕事や役割に対する責任感を身につけられるよう、準備から片付けまでレシピを確認しながら行い、一人が一品を分担し、作ったメニューを持ち寄ることで朝食プレートができるようにする。調理の際は、自分で考えて活動できるように、実態に応じたレシピを工夫することで、生徒が活用しながら調理を行えるようにする。できるだけレシピを活用できるように助言し、困ったときのみ教員に助けを求めることにする。

3 単元の目標

(1) 全体目標

- 身近な食品を3つの色に分けて、その働きについて知ることができる。
- いろいろな食品を組み合わせる大切さが分かる。
- レシピを確認しながら、安全に気をつけて調理することができる。

(2) 個人実態と目標

生徒	実態	個人目標
A	<ul style="list-style-type: none"> ・座学が困難で、集団学習のルールを守ることができにくく、常に喋っている。書くことが特に苦手である。 ・安全面・衛生面に注意しながら、調理を行うことができる。 ・レシピを確認しながらの調理にはまだ慣れず、友だちの様子を確認したり教師からの助言を求めたりすることが多い。 	<ul style="list-style-type: none"> ・身近な食品を3つの働きに仲間分けすることができる。 ・料理に使われている食材を確認し、いろいろな食品を組み合わせる献立を考えることができる。 ・レシピを確認しながら調理を行い、片付けまで責任持って行うことができる。
B	<ul style="list-style-type: none"> ・安全面・衛生面に注意しながら、調理を行うことができる。 ・レシピを確認しながら、調理を行おうと 	<ul style="list-style-type: none"> ・身近な食品を3つの働きに仲間分けすることができる。 ・料理に使われている食材を確認

	<p>いう意志がみられる。</p>	<p>し、いろいろな食品を組み合わせ て献立を考えることができる。 ・自分でレシピを確認し、調理を進 めることができる。</p>
C	<p>・吃音があるので、緊張すると発表しにく くなる。 ・包丁の使い方に課題はあるが、調理に対 する意欲は高い。 ・レシピを確認しながらの調理にはまだ慣 れず、友だちの様子を確認したり、教師か らの助言を求めたりすることが多い。</p>	<p>・身近な食品を3つの働きに仲間分 けすることができる。 ・料理に使われている食材を確認 し、いろいろな食品を組み合わせ て献立を考えることができる。 ・レシピを確認しながら調理をする ことができる。</p>
D	<p>・読んだり、書いたりすることが苦手で、 学習全般に対して自信をなくしやすい。 ・包丁の使い方に課題はあるが、調理に対 する意欲は高い。 ・レシピを確認しながらの調理にはまだ慣 れず、友だちの様子を確認したり教師か らの助言を求めたりすることが多い。</p>	<p>・身近な食品や料理の名前が分か る。 ・料理に使われている食材を確認 し、3つの色に分けることができ る。 ・レシピを確認しながら調理をする ことができる。</p>
E	<p>・分かっているけど発表しようとしな いところがある。 ・調理中は安全に気をつけて包丁や火を使 うことができるが、長時間待つことは難 しい。 ・レシピを確認しながらの調理にはまだ慣 れず、友だちの様子を確認したり教師か らの助言を求めたりすることが多い。</p>	<p>(家庭の事情により、前半の授業欠 席のため、調理実習から参加) ・料理に使われている食材を確認 し、いろいろな食品を組み合わせ て献立を考えることができる。 ・レシピを確認しながら調理を行 い、片付けまで責任持って行うこ とができる。</p>
F	<p>・読んだり書いたりすることが苦手で、か なり時間がかかる。 ・包丁の使い方には課題があるが、安全に 気をつけて使おうとしている。 ・レシピを確認しながらの調理にはまだ慣 れず、友だちの様子を確認したり教師か らの助言を求めたりすることが多い。</p>	<p>・身近な食品や料理の名前が分か る。 ・料理に使われている食材を確認 し、働きのカードで確認しながら、 3つの色に分けることができる。 ・レシピを確認しながら調理をする ことができる。</p>

4 指導計画 (全7時間)

- 朝食について学習しよう・・・・・・・・・・ 1時間
- 食品の働きについて学習しよう・・・・・・・・ 1時間
- バランスの良い食事のメニューを考えよう・・・・ 1時間 (本時)
- 理想の朝ご飯を考えよう・・・・・・・・・・ 1時間
- 朝ご飯を作ろう・・・・・・・・・・・・・・ 2時間
- バランスのよい食事についてまとめよう・・・・ 1時間

5 本時案

目標	3つの色の食品をバランスよく組み合わせて献立を考えることができる。	
学習活動	指導及び支援の手立て	教材・教具
<p>1 あいさつをする。 ・学習のルールについて確認する。</p> <p>2 前時の復習をする。 ・3つの働きについて思い出す。 ・前日の給食に使われた食品の何品かを3つの働きに分ける。</p> <p>3 本時のめあてを知る。 「体の調子を整える働きのある食品を4品以上入れた献立を考えよう」</p> <p>4 料理カードの中から3種類の料理を組み合わせて給食の献立を考える。 ・料理名と含まれる食品名をワークシートに記入する。 ・働きごとに、色別のシールを貼る。 ・色分けしたシールの数を数えて、3色がバランスよくとれているか自己評価する。</p> <p>5 自分が考えた献立を発表する。</p> <p>6 本時のまとめをする。</p> <p>7 分かったことや感想をシートに記入する。</p>	<p>・前もって学習のルールについて全体に示して確認することで、A男が意識できるようにする。</p> <p>・○×のクイズ形式にすることで、学習に入りやすくする。</p> <p>・本時のめあてを提示し、本時の学習について目的意識を持つことができるようにする。</p> <p>・料理に含まれる食品は、料理カードの裏に示しておく。(A男B女) ・書くのが苦手な生徒に対しては、食品を書いたシールを準備しておき、学習に取り組みやすくする。(C女,D男,F男) ・働きをわかりやすくするために、3色に色分けした食品群の表を使うようにする。 ・緑のシールの数が不足している生徒については、料理の数をもう1品足すか、料理を変更するように促す。</p> <p>・献立を発表する時は、他の生徒にも見えるようにシートを示すようにする。</p> <p>・本時の学習内容を振り返り、3つの色をバランスよく組み合わせて献立を考えることの大切さについて確認できるようにする。</p> <p>・書きにくい生徒については、側で教師がまとめの内容を復唱するように</p>	<p>・発表のルールを書いたボード</p> <p>・働きのフラッシュカード</p> <p>・○×カード</p> <p>・めあてカード</p> <p>・食品カード</p> <p>・3つの働きカード</p> <p>・ワークシート</p> <p>・料理カード</p> <p>・食品シール</p> <p>・色シール</p> <p>・3色に色分けした食品群の表</p> <p>・発表用の手順を書いたシート</p>

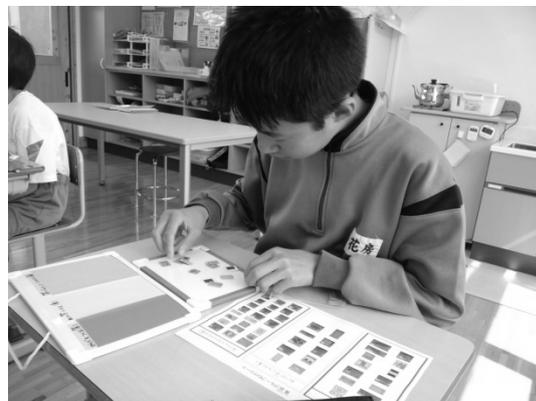
8 次時の学習内容を知る。	する。 ・次時はグループで理想の朝ごはんを 考えることを伝えることで、次時の意 欲につなげるようにする。	
9 あいさつをする。		

6 評価

A	・メニューリストから料理を選び、体の調子を整える食品を4つ以上含んだ献立を考えることができたか。	
B	・メニューリストから料理を選び、体の調子を整える食品を4つ以上含んだ献立を考えることができたか。	
C	・メニューリストから料理を選び、体の調子を整える食品を4つ以上含んだ献立を考えることができたか。	
D	・メニューリストから料理を選び、体の調子を整える食品を4つ以上含んだ献立を考えることができたか。	
F	・メニューリストから料理を選び、体の調子を整える食品を4つ以上含んだ献立を考えることができたか。	

◎できた ○ときどきできた △ できなかった

《授業の様子》



③ 高等部の取組

今年度の生徒数は、1年生52名（6学級）、2年生29名（4学級）、3年生24名（3学級）の合計117名（13学級）である。高等部では全生徒・職員（162名）が食堂で食事をしている。配膳は各学年の給食当番の生徒が行い、食後の掃除や片付けは学級ごとの輪番で行っている。

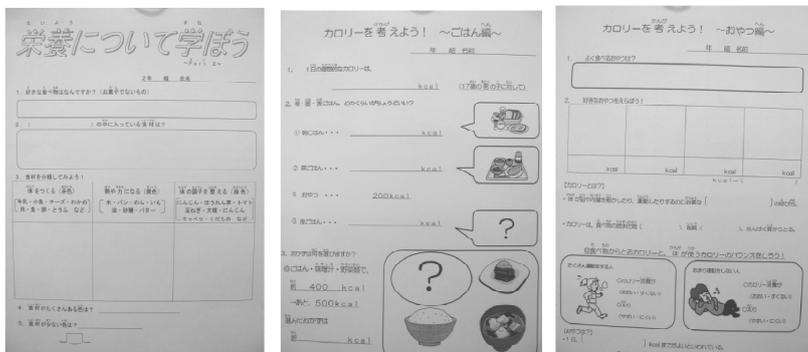
ア 食に関する指導について

○各学年での栄養に関する学習

<例1>基礎学習の授業

「栄養のバランス」について、栄養教諭から資料を借り、授業を行った。

食材の分類、献立の立案、カロリー計算などを行うことにより、バランスのとれた食事の大切さに気づくことができたようだ。



<例2>学級活動

栄養教諭と相談して購入した「食育カルタ」をすることで楽しみながら食事について考えることができた。

○栄養教諭による説明

給食時間中に給食ができるまでの様子や特別献立について等の説明をしてもらった。実物や写真等を見たりクイズ形式で答えたりすることができ、生徒にも理解しやすかった。

○行事食の一口メモ

栄養教諭が発行した「行事食の一口メモ」を給食時間の始まりに給食委員または、担当教諭が説明するようにしている。

○給食ニュース

栄養教諭が用意して、食堂のよく見える所に掲示してくれている「給食ニュース」を高等部の生徒は理解できる人が多いので、見て学習するように声をかけている。



イ 今後の課題

来年度は、弓削高校跡地へ移転するため、距離が離れ、今まで栄養教諭と連携していたことが行いにくくなる。そのため、どのように関わっていくかが課題である。

(2) 肢体不自由部門の取組

今年度の児童・生徒数は、通学生は小学部 12 名、中学部 5 名、高等部 9 名、訪問教育生は小学部 1 名、中学部 3 名、高等部 3 名である。

給食は通学生のみが各学部の教室で給食を配膳し、食事をしている。配膳は主に教師が行っているが、中学部や高等部の一部の生徒など、可能な生徒は教師と共に配膳をしている。

① 食に関する指導について

○ 偏食に対する指導

全てを食べなくても少しの量を食べることができたら、大げさに褒めるようにした。また給食時間中に栄養教諭に来てもらい、様子を見てもらった。給食後には栄養バランスに関する紙芝居をし、バランスよく食べることの大切さを指導した。対象生徒は少しずつ食べられなかったものに挑戦しようとする姿が見られる。

○ 「給食ができるまで」についての指導

栄養教諭に授業に入ってもらい、「給食ができるまで」についての指導を行った。食材が納品されるころから給食後の洗い物までの給食室の様子を事前に動画や写真で撮影してもらい、教室で解説も加えながら生徒に観せた。また調理で実際に使用している道具を教室にもってきてもらい、生徒が持ち上げてみたり、教師と一緒に触ってみたりした。生徒は興味深そうに授業に取り組み、給食の有り難さ、調理員さんの大変さを感じる授業になった。



② 摂食・嚥下障害のある児童・生徒への対応

○ 給食の形態

児童・生徒それぞれに適した食事の形態を用意し、食事をしている。給食室でペースト状、小さ目のきざみ状にする給食と教室で個々に合わせて教師がはさみで大き目のきざみ状にする給食を用意している。

○ 給食の献立の相談

献立の案が決まった後に、骨が多くあるさんまや誤嚥の恐れがある餅、強い咀嚼が必要なイカなど摂食が難しそうな食材を代用品にあらかじめ変更してもらうように依頼をしている。また月に 1 度、実際に食べてみて、児童・生徒が食べにくそうだったもの、誤嚥が起こりそうだった献立を栄養教諭に報告するようにしている。

【寄宿舎での取り組み】

寄宿舎は、今年度男子50名、女子27名、計77名（内、肢体不自由児部門3名）の児童生徒が在籍し、小学部2年生から高等部生までと年齢に幅がある集団である。全員が食堂に集まり朝夕の食事をしており、高等部生を中心に、配膳、食器の片づけ、食堂掃除などの当番活動をしている。

(1) 食に関する年間指導目標

- 好き嫌いをせずにバランスよく食べる。
- 食事のマナーや衛生面に気を配って気持ちよく食べる。
- 食事やおやつは楽しんで食べる。

(2) 食事指導年間計画

	重点目標	全体指導
4月	食事の仕方に慣れよう。 食器の扱いに気をつけて片付けよう。	食器の扱いに気と返却について 残飯とゴミの分別について
5月	残飯などの片付け方を知ろう。	配膳当番の身だしなみ・食堂の掃除について
6月	衛生面に気を配り、清潔しよう。	栄養教諭による食事に関する話①
7月		
9月	好き嫌いせずによく噛んでバランスよく食べよう。	栄養教諭による食事に関する話②
10月		
11月	食事のマナーに気をつけて気持ちよく食べよう。	
12月		
1月	周りの人とふれあいながら楽しく食べよう。	栄養教諭と調理員の先生方に感謝する会 栄養教諭によるおやつ・軽食の調理実習③
2月		
3月	感謝して食べよう。	

(3) おやつについて

寄宿舎では、月曜日から木曜日まで、下校後に、おやつを食べている。内容については、「おやつリクエスト」を行い舎生の希望を取り入れながら、いろいろな食感、味覚を経験させるように配慮している。そして、年2回おやつパーティーを行っている。(10月、1月) 舎生の要望を取り入れながら一人300円の予算で計画し、各階で楽しみながら簡単な調理をして、普段とは違う内容のおやつを経験している。

○おやつパーティー

	1・2階男子	3階男子	女子
10月	手作りクレープ サイダーアイスフロート	手作りクレープ ジュース	手作りケーキ
1月	お好み焼き	プリン・ア・ラ・モード	お好み焼き

(4) 栄養教諭による食育の指導

食事指導年間計画の重点目標に沿って、寄宿舍からの要望や舎生の実態を踏まえて栄養教諭と指導内容を検討し実施していった。指導の場面としては、「栄養教諭による食事に関する話」として、舎生全体での学習の機会を設けている。

① 「衛生面に気を配り、清潔にしよう。」 6月

身だしなみや配膳の時に、衛生に気を付けるポイントを学習した。今年度新たに配膳当番になった舎生を中心に、事前に「身だしなみと食堂の掃除の仕方」について学習をしており、実際にエプロンを身につけ身だしなみのチェックを行った。また、調理の行程でどのように衛生に気を付けているかを、クイズ形式にして楽しく考えることができた。調理員の衛生管理の大変さを知り、感謝の気持ちを新たにするとともに、自分たちが衛生面に気を付けることの大切さを知ることができた。



② 「好き嫌いせず、よくかんで食べよう。」 11月

事前に舎生の「食事調べ」を行い、好き嫌いの傾向やよく噛んでいるかどうか記録をとり、その資料をもとに指導の内容を検討していった。スライドを見ながら、食材や料理名、野菜の栄養価について楽しく考えることができ、嫌いな食べ物にも体に必要な栄養があることを知ることができた。次に、小さいおむすびを舎生一人ひとりに用意し、普段どのくらい噛んでいるか、また、一口20回から30回噛むとご飯の味がどう変化するか食べ比べをした。噛むことでご飯が甘くなることに驚く様子が見られ、関心を持つことができた。

小学部生から高等部生までの舎生全体への指導であるため、指導の目標や指導内容の段階は適切に設定できないが、クイズに答えたりおむすびを食べたり子どもの活動を多く取り入れながら、子どもたちは楽しく興味を持って話を聞くことができた。これからも栄養教諭と検討を重ねながら、舎生の「食」への関心が深まり、より良い習慣が身につくように指導を継続していきたい。

【給食室の取組】

(1) 献立について

① 内容

献立は、本校の栄養教諭が季節の行事や目標に合わせて1カ月ごとにたて、学校給食担当者会で各部の担当者と栄養教諭で検討している。その際、食材の形態・調理方法などについて話し合っている。旬の食材を使い、児童生徒の実態に応じて食材や料理形態を工夫している。

(アレルギー食)

主となる料理がアレルギー源の場合は、代替えを用意する。料理の一部に含まれる場合は、除去して対応している。

現在は、さけ、たまご、大豆、えび、かに、たこ、いか、くるみ、バナナなどのアレルギーで、4名の児童生徒が対象になっている。

(特別食)

特別食は、刻み食2名、大きめ刻み食1名、ペースト食2名の計5名について実施している。その他にも、果物(りんご・なし)などは個人に合わせた形態にしている。

②給食週間中の献立

給食週間中には、昔の給食や他県の料理、外国の料理、リクエスト献立を取り入れている。平成24年度は給食では1週間、舎食では2週間実施した。

(給食)

1月21日	北海道の料理	麦ごはん、牛乳、ザンギ、コーンあえ、豚汁
1月22日	イタリア料理	コッペパン、牛乳、さわらの香草焼き、イタリアンサラダ、ミネストローネ
1月23日	デザートセレクト	麦ごはん、牛乳、寄せ鍋、からしみそあえ、デザートセレクト(ツインクレープ、レアチーズ風ムース、牛乳プリン)
1月24日	京都の料理	はいからうどん、牛乳、かぶの千枚漬け、抹茶蒸しパン
1月25日	昔の給食	麦ごはん、味付けのり、牛乳、さけの塩焼き、にびたし、すいとん汁

《行事食の一口メモ》

1月21日(月)「北海道の料理」

献立: 麦ごはん、牛乳、ザンギ、コーンあえ、豚汁

ザンギ
 鶏肉をしょうがやしょうゆ、んにくのだれに漬けて焼いたものです。他の県では「から揚げ」といいますが、北海道では「ザンギ」といいます。

コーンあえ
 北海道は、とうもろこしの産地です。給食で使っているとうもろこしも、北海道産です。

豚汁
 北海道では、とん汁のことをぶた汁といいます。豚汁には、さつまいもを入れますが、北海道ではじゃがいもを入れます。真だくさんの味噌たっぷりの汁です。

1月22日(火)「イタリア料理」

献立: コッペパン、さわらの香草焼き、イタリアンサラダ、ミネストローネ

さわらの香草焼き
 イタリア料理には、風味をよくしたり、彩りをよくするために、香草がよく使われます。香草の種類はたくさんありますが、今日は、バジルとオレガノを入れています。

ミネストローネ
 ミネストローネは、トマトを使ったイタリアの野菜スープです。トマトやじゃがいも、たまねぎ、マカロニなどをたくさん入れて作ります。「ミネストローネ」はイタリア語で「真だくさん」という意味があります。

(舎食)

1月16日	リクエスト献立	親子丼、おひたし、赤だし、くだもの
1月17日	久米南町の郷土料理	ぎんなんおこわ、たらのはず蒸し、はりはり漬け、田舎汁、きりかさね
1月21日	リクエスト献立	ポークカレー、コールスローサラダ、くだもの

1月22日	リクエスト献立	ごはん、やきそば、はるまき、ジンジャースープ、くだもの
1月23日	福岡県の料理	麦ごはん、さばのごまみそ焼き、菊花あえ、がめ煮、いちご
1月24日	岡山県の料理	岡山寿司、ままかりの南蛮漬け、地場産野菜のみそ汁、くだもの
1月28日	インドネシアの料理	ナシゴレン、ガドガド、ソト・クドゥ、バナナ
1月29日	和歌山県の料理	麦ごはん、南高梅、太刀魚の塩焼き、高野豆腐の卵とじ、みそ汁、みかん
1月30日	昔の給食	麦ごはん、くじらのオーロラソース、せんキャベツ、クリームシチュー、くだもの

1月16日～20日は、給食週間にちなんだリクエスト献立や他の県の料理を取り入れています。

16日 ～リクエスト～
おやこどん、おひたし、あかだし、くだもの

17日 ～久米南町の料理～
ぞんなんおこわ、たらのほすむし、
はりはりづけ、すまし汁、きりかざね
久米南町の観音寺には、樹齢80年の天いちようがあり、枝にはたくさんのぞんなんが落ちます。町の特産物を使って郷土料理を作りたいという思いから、この天いちようからとれるぞんなんを使った、ぞんなんおこわを作りました。

21日 ～リクエスト～
ポークカレーライス、コーンスローサラダ、くだもの

22日 ～リクエスト～
ごはん、やきそば、はるまき、ジンジャースープ、くだもの

23日 ～福岡県の料理～
むぎごはん、くじらのオーロラソース、せんキャベツ、
クリームシチュー、くだもの

24日 ～岡山県の料理～
おかやまずし、ままかりのなんばんづけ、
じばさんやさいのみそ汁、くだもの
岡山寿司は、海の子や山の幸がたくさん入った岡山県のお寿司です。季節によって具が変わります。
ままかりは、別名「サツバ」と呼ばれ、ままかりという呼び方は岡山県の呼び方です。瀬戸内海でとれる岡山を産する魚です。今日は南蛮漬けにしています。よくかんで食べましょう。

27日 ～昔の給食～
むぎごはん、くじらのオーロラソース、せんキャベツ、
クリームシチュー、くだもの

28日 ～インドネシア料理～
ナシゴレン、ガドガド、ソト・クドゥ、
バナナ
ナシゴレンは、インドネシアの揚げめしです。「ナシ」・・・ごはん、「ゴレン」・・・焼く、炒めるという意味です。
ガドガドは、インドネシア風サラダです。野菜や豚骨汁にピーナッツの入ったソースであえています。
ソトクドゥは、インドネシアのスープです。鶏肉や野菜、テンペも入っています。

29日 ～和歌山県の料理～
むぎごはん、なんこうめ、たちうおのしおやき、
こうやどうふのたまごとし、みそ汁、みかん
なんこうめは、和歌山県の名産で、収穫量日本一です。梅干しには、ごはんをくりにくしたり、風邪を予防するといわれています。
和歌山県はたちうおの、収穫量日本一です。「たちうお」は「太刀魚」と書きます。太刀魚という名前は、太刀のようになたけ見るところからきています。
また、高野豆腐は、和歌山県にある高野山のお坊さんが生んだ保存食品です。

30日
むぎごはん、くじらのオーロラソース、せんキャベツ、
クリームシチュー、くだもの

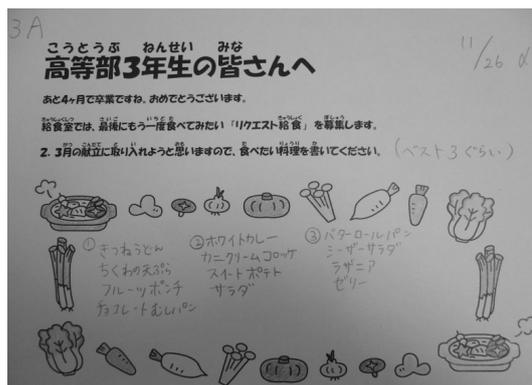
3学期には、卒業生を対象にリクエスト献立を取り入れている。

(主なリクエストメニュー)

- ・ラザニア
- ・カレーライス

- ・ラーメン
- ・ビビンバ
- ・フルーツポンチ
- ・スイートポテト

など・・・



③ 地場産食材の活用

月に一度、JAと生産者、栄養教諭で「学校給食取組検討委員会」を行い、来月使用できる野菜の種類や量について協議している。地域でとれた野菜を積極的に給食に取り入れるようにし、使用予定の食材は家庭配布献立表に書いてお知らせしている。

(地場産活用率)

	6月	11月
平成23年	43%	37%
平成24年	42%	53%

平成24年11月は、卵や毎日使うにんじんを納品してもらったことができたことで、地場産活用率が上がった。

主に使用している地場産食材

キャベツ、はくさい、ねぎ、アスパラ、小松菜、ほうれんそう、たまねぎ、きゅうり、だいこん、筋なしいんげん、かぼちゃ、ピーマン、じゃがいも、なす、大豆、とうがん、春菊、ブロッコリー、かぶ、ごぼう、チンゲン菜、切干大根、いちご、ぶどう、卵、にんじん など・・・

○地場産食材を使用した献立（支部での取組）

久米・苫田支部の活動を利用して、地場産物を活用した献立をたてている。本校の児童生徒たちが食べにくい献立（シズ・いしもちじゃこ等）は、学校の実態に合わせて展開しながら献立を活用している。普段は各学校の栄養士がそれぞれ献立をたてているが、支部単位で考えることでいろいろなアイデアが出て変化のある献立作成ができるので、今後も続けて献立数を増やしていきたいと考えている。

時期	基本献立	本校での献立	使用した地場産物
H23. 夏	ピースごはん 牛乳 シズの甘酢漬け じゃがごぼきんぴら みそ汁	ピースごはん 牛乳 いかの甘酢漬け じゃがごぼきんぴら みそ汁	米、グリーンピース、牛乳、じゃがいも、アスパラガス、ごぼう、こまつな、たまねぎ、花切りだいこん

H23. 秋	プルコギ丼 牛乳 春菊の中華あえ 新高梨	プルコギ丼 牛乳 春菊の中華あえ 新高梨	米、麦、牛乳、牛肉、たまねぎ、しいたけ、ねぎ、春菊、キャベツ、新高梨
H23. 冬	もち麦ごはん 牛乳 鶏肉のゆず風味揚げ 即席漬け 小松菜のみそ汁	むぎごはん 牛乳 鶏肉のゆず風味揚げ 即席漬け 里芋のみそ汁	米、麦、牛乳、ゆず果汁、たまねぎ、だいこん、はくさい、こまつな、干しいたけ
H24. 春	こころごはん 牛乳 さよりのかば焼き 春のおひたし 葉たまねぎのみそ汁 きびだんご	こころごはん 牛乳 いかのかば焼き 春のおひたし 葉たまねぎのみそ汁 きびだんご (肢体不自由部門は一口ゼリー)	米、巨大胚芽米、牛乳、アスパラ、キャベツ、葉たまねぎ
H24. 秋	さつまいもごはん 牛乳 ままかりの紅葉揚げ ゆず香あえ 豚汁	さつまいもごはん 牛乳 さわらの紅葉揚げ ゆず香あえ 豚汁	米、麦、牛乳、さつまいも(高等部)、はくさい、小松菜、ゆず果汁、しいたけ、ごぼう、だいこん、ねぎ

《 H24. 春の献立 》



《 H24. 秋の献立 》



④ 学校で収穫した食材の使用

学校の作業学習で中学部や高等部の生徒が栽培し収穫できた食材はその都度、給食や舎食に取り入れている。野菜を育てて収穫するだけでなく、給食で使うために土のついた野菜を洗ったり、納品したりする活動も児童生徒が行っている。使用した際には、その都度たよりを出して各クラスにお知らせしている。

《 中学部 》



6月・・・たまねぎ 7月・・・じゃがいも
 10月・・・だいこんのまびき菜
 11、12月・・・だいこん

《高等部》

11月・・・さつまいも



給食室よりお知らせです

次の日の献立には、中学部のみなさんが作ってくれた **だいこん** が入っています。

11月26日(給食)・・・のっぺい汁
 11月27日(朝食)・・・ゆかりあえ
 11月29日(給食)・・・肉ごぼううどん

しっかりと味わっていただきましょう。

大きくて立派な大根でした。

収穫

冷たい水で1本ずつ丁寧に洗ってくれました。

葉っぱを切りおとして...

注文した量を測ってくださいます。

納品

(2) 食に関する指導について

① 給食だよりの発行

毎月、給食献立表の裏に印刷している。

② 行事食の一口メモ

毎月、行事食等の説明や献立のねらいを書いたたよりを各クラスに1枚配布し、担任の先生への情報提供を行っている。

《給食だより》

給食だより

暑い夏、食欲がなくなったり、夏バテが原因になったりしがちです。毎日食事に気を配るためのポイントを押さえてみましょう。

夏の食生活を見直して元気に過ごしましょう!!

元気ポイント1
 まずは早起き＆朝ごはん

元気な一日をスタート!

元気ポイント2
 上手に水分を補給しよう!

元気ポイント3
 間食は時間と量を決めて!

夏場に起きやすい食中毒に注意!

食中毒予防のポイント

【お祝い】
 七夕飾りは、飾りによって種類がありますが、箸の柄が花びらやたまたまの形、また、人形を飾ることもありますが、たまたまへのお祝いも、きりぎりすやなすなどの飾り、うどんやまじゅうなど様々です。

【お祝い】
 七夕の日に、飾りを入れるという習慣や風習があります。お祝い事は、お祝い事を書いた短冊をつるしますね。

《行事食の一口メモ》

10月の献立より

10月11日 目の愛護デー献立

昨日10月10日は「目の愛護デー」でした。昨日は1日遅れましたが、今日は目にいい食品を使用しています。

10月10日 目の愛護デー

ビタミンAが多い食べ物（にんじん）や、ビタミンCが多い食べ物（アセロラ）、アントシアニンが多い食べ物（ブルーベリー）を取り入れました。

10月19日 秋祭り献立

秋祭りは、収穫を感謝するお祭りです。今日は「お茶、黒豆、ごぼう、さつまいも、きりたんぽこ餅」など、秋にとれる作物をたくさん使用しています。

10月26日 十三夜献立

※今年の十三夜は27日です。

十三夜は日本独特の風習です。十三夜はいもや栗を食べることから「芋名月」や「栗名月」と呼ばれています。今日の給食は、栗の入ったごはんや粥の黒豆をつけています。

10月30日 ハロウィン献立

明日10月31日は、ハロウィンです。もともとハロウィンは、秋の収穫を祝い、悪い自然霊や魔女などを追い出す祭りでした。それがいつか、魔女やお化けに仮装した子供たちが「お菓子をくれなきゃいたずらするぞ」となえて近くの家をたずねるようになりました。今日は、ハロウィンにちなんで「かぼちゃのデザート」をつけています。

③担任・寄宿舎と連携した授業

- ・6月には「衛生面に気を配り、清潔にしよう」、11月には「好き嫌いせず、よくかんで食べよう」という内容で話をした。
- ・10月に知的障害部門中学部2年生で、「朝ごはんを作ろう」という単元で授業を行った。バランスのよい食事を生徒自身が考え、実際に調理実習で調理した。
- ・12月に肢体不自由部門高等部で、「給食ができるまで」の授業を行った。

【学校全体での取組】

今年度から家庭との連携を深めるために、食に関する授業の様子や学校での給食時間の様子等を家庭に知らせる「食育だより」を発行している。学校での取組の様子を全家庭に知ってもらうことで、学校と家庭とでより連携した取組ができると考えている。

また「食育だより」を発行することで、お互いの学部の様子を知ることができ、職員間の小中高・寄宿舎の連携もとれてきた。

食育だより

誕生寺支援学校
平成24年11月16日
NO.2

実りの秋真っただ中、学校の周りでも栗、さつまいも、柿・・・など秋の味覚があふれていました。A小の子どもたちが行った誕生寺では大きないちじょうの木の下に銀杏が落ちていました。支援学校の給食でも、「さつまいも」や「きのこ」がらんだんに使われ、秋の味覚を満喫しています。給食時間の様子からも、「食欲の秋」の到来が感じられました。

裏面には子どもたちがもりもり食べている給食の中から、今の季節にお勧めのお手軽メニューを栄養教諭の山口先生に紹介してもらいました。ご家庭でもぜひ作ってみてくださいね。



A中学部では10月下旬から11月にかけて「朝ご飯や栄養バランスの良い食事」に関する授業が行われました。授業の内容について、紹介します。



朝ごはんの大切さについて学習しました。朝ごはんを食べることで、次の3つの良いことがあると分かりました。

- ・脳が働く
- ・体が元気になる
- ・うんちが出る

また、たくさんの食品がとれる朝ごはんが良いということも学習しました。

食品の3つの働きについて学習しました。前日の給食に使われた食品を、ヒントシートを見ながら働き別に3つの仲間に分けたり、それぞれの数を数えてバランスが取れているか確認したりしました。

食品が3つの働きに分かれることを学習した生徒たちは、給食の食材を見て「これは赤の仲間？」と尋ねたり、歩行中に畑になっているなすを見て「なすは緑の仲間じゃる？」と尋ねたり…。学習の成果が普段の生活の中でも見られました。



食品を3つのはたらき仲間分け中。ヒントシートを確認しながら確認しました。

「体をつくるはたらき」をもつ赤い仲間
「熱や力になるはたらき」をもつ黄色い仲間
「体の調子を整えるはたらき」をもつ緑の仲間



自分の食べたい給食献立や好きな献立など、栄養バランスを考えながらメニューを組み合わせる学習をしました。メニューを組み合わせながら、使われている食品を3つの働きに分け、その数を確認することで、栄養バランスが取れているか自分で確認できました。



栄養教諭の山口先生の授業の最終日には、理想の朝ごはんの献立を考えました。これまで学習したことを思い出しながら、栄養バランスに気を付けて、一人ひとりがしっかり考えて自分なりの献立を作りました。みんなの前で発表するとき、照れながらも自信をもって発表する姿がとてもてきてました。

それぞれの献立を基にグループ全員で相談して、グループの理想の朝ごはんを完成させることができました。11月には実際に考えた朝ごはんを調理で作ってみるそうです。

秋を味わう！山口先生お奇めしレシピ

鶏のゆず風味【材料（4人分）】

鶏もも肉	240g
食塩	0.7g
A こしょう	少々
清酒	4.6cc
片栗粉	適量
揚げ油	適量
玉ねぎ	80g
B 濃いくちしょうゆ	92cc
三温糖	68g
ゆず果汁	8.8cc

【作り方】

- ① 鶏肉は食べやすい大きさに切り、Aで下味を付ける。
- ② ①に片栗粉をまぶして揚げる。
- ③ 玉ねぎは、くし型切りにする。
- ④ 鍋にBを煮立たせ、玉ねぎを入れてたれを作る。
- ⑤ ②に④をからめる。

これからの季節、いつものから揚げに、ゆずの風味を加えてみてはいかがでしょう？



おにまん【材料（4個分）】

ホットケーキミックス	120g
ベーキングパウダー	2g
砂糖	3g
さつまいも	30g
牛乳	15cc

【作り方】

- ① さつまいもは小さなサイコロ状に切り、水にさらしてアクを抜いておく。
- ② ホットケーキミックス、ベーキングパウダー、砂糖はあわせてふるっておく。
- ③ ホールに牛乳、②の粉を加える。
- ④ ダマが無くなるまで混ぜ、水気を切った①のさつまいもを加え、さっくりと混ぜ合わせる。
- ⑤ アルミカップに落とし入れ、強火で約15分蒸し上げる。

表面にいくつもさつまいもの角切りが見える様子がゴツゴツして鬼やその金棒をイメージさせるため、このような名称が付いたそうです。ホットケーキミックスで作るとお手軽できます。

4 まとめ

(1) 家庭との連携

学校での食育の取り組みを児童生徒の家庭に知らせる手段としてこれまで「献立表」や「給食だより」があった。しかし、これでは教室での食育の取り組みを各家庭に伝えることができにくいと思われた。そこで、「食育だより」を作成することにし、今年度は1～4号を発行した。各学部での給食時間等の様子や食に関する授業の様子を紹介していくことができ、学校での取組の様子を全家庭に知らせることができたのではないと思う。

また、給食の写真や栄養教諭と連携した授業の様子などを学校のホームページのブログで紹介し情報発信をしている。

来年度以降も「食育だより」の発行やブログの活用などを継続していき、家庭との連携の一つにしていきたい。

(2) 授業における栄養教諭との連携

今年度は中学部や肢体不自由部門で授業を行った。中学部では「職業・家庭」の時間に「朝ごはん」に関する授業を、肢体不自由部門では「給食ができるまで」の授業を栄養教諭と担任が連携して行い、生徒たちも楽しく食についての学習を進めることができた。授業の様子や感想は担当者会で情報交換をすることができた。来年度は他学部でも年度当初にどの教科で食育を進めていくことができるかを検討し、計画的に栄養教諭と連携した授業を行っていきたい。

(3) 来年度の給食時間の持ち方について

本校の児童生徒数は年々増加しており、現在は給食390食、舎食90食を調理している。来年度から高等部が弓削高跡地に移るため、本校で調理した給食を配送する予定である。スペースも狭く、別調理もあるため衛生的に作業するための工夫を考える必要がある。

衛生面を考慮しながら生きた教材となる献立作成をどのようにしていくかが今後の課題である。