

5 研究の成果と今後の課題

テーマ1 学校給食を中心とした食に関する指導の取組から

学校給食における食育の中心となる「生きた教材」としての献立を作成するために、地場産物を活用した給食献立の実施と指導をすすめてきた。

- 地域生産者や財団法人岡山県学校給食会等の協力によって、学校給食献立にふさわしい物資が増えた。
- 学校給食献立における地場産物の活用率（品目ベース）は、第1回地場産物活用状況調査（平成22年6月第3週目実施）では45%であったが、第2回（平成22年11月第3週目実施）では、58%に上昇させることができた。
- ▲地場産物の活用にあたっては、関係機関と連携を図りながら年間を通して安定して供給される体制を構築したい。

学校給食に地場産物を活用していることを知らせ、「地域の恩恵を受けた地場産物はわたしたちの宝である。」と理解させたいと考え、平成22年9月から毎月第3水曜日に地場産物使用率100%の「たまのお宝献立」を実施した。

- 献立と関連した指導を実施するにあたり、児童に地場産物をイメージしやすくさせ正しい理解に導くための手立てとして、「宝箱」「たまのお宝マップ」「お宝説明書」等の教具を作成し、市内全小学校での指導が可能になった。
- 指導の結果、第2回食に関する実態調査では、学校給食に地場産物を使用していることを知っている児童が172人（76%）から193人（83%）へと増加した。

安全でおいしい給食を提供するために、調理員と調理作業の見直しを行い調理技術の向上に努めることと、児童に対する地場産物についての指導の効果を検証するために、残量調査を実施中心校の第5・6学年で実施した。

- 教科・特別活動等での継続した指導により、胸上小学校では、第1回目平均9%の残量があったが、第2回目は平均1%未満に減少した。
- ▲学年が上がるにつれて給食残量が多くなる傾向がみられる。そのため、残量が少なくなるように調理の工夫に努めると共に、中学校での残量調査を行い、食に関する情報提供を継続して行うことが必要である。

今後は、学校や生産者団体等と協議し、教科や特別活動等の指導と関連をもたせながら発達段階に応じた指導を実施できるように、「生きた教材」となる献立を作成したい。

また、学校給食の調理については、調理員が定期的に研修を受けられる機会を設けることにより、衛生管理の徹底と調理技術の向上を目指したい。

テーマ2 朝食を中心とした食に関する指導の充実のための取組から

朝食の摂取については、玉野市食育推進計画の目標を達成するために、発達段階に応じた指導を教科等で実施した。

- 第1回食に関する実態調査で明らかになった朝食内容についての課題を解決するために、教具「おはようマット」「献立作成セット」を作成した。市内共通教具として、一人1セット使用して学習できるスタイルを整え、すべての児童生徒が均等に学ぶことが可能になった。
- 「おはようマット」は、授業で「献立作成セット」と一緒に使用する学習用、学習内容を日々確認するための下敷き、家庭で食事をする際に栄養バランスを確認するための実践用の3種類を作成し、よりよい朝食を食べようとする意識を継続させる指導スタイルを確立することができた。
- 授業の理解度、意識度、生活への定着度等の質問を設けたアンケートを作成した。授業前後にアンケートを実施することで、効果や課題を簡単に明らかにすることができるようになり、指導内容や手立てを見直すことが容易になった。さらに、事後指導を行うポイントが明確になった。

朝食指導の効果を検証するために、食に関する実態調査データを、指導を行ったグループ（以下「介入群」とする。）（ $n = 278$ ）と指導を行わなかったグループ（以下、「非介入群」とする。）（ $n = 37$ ）を設定し、分析した。

- 第1回調査では、「朝食を毎日食べる」と回答したのは、介入群で90%、非介入群は89%だったことから、2群間の実態には差がないと考えた。指導後の第2回調査では、「朝食を毎日食べる」と回答したのは介入群で91%と1ポイント増加した。このことから、指導前後の朝食摂取状況に変化はみられないが、現状を維持することはできたことが明らかになった。非介入群は79%で10ポイントも低下していることから、行動を継続していくためには、朝食の大切さについて繰り返し指導をしていくことが重要である。

▲朝食の摂取状況に変容は見られなかったが、知識や意識の高まりは見られたことから、行動面における現状を維持していくために継続した指導を行いたい。

朝食を摂取するためには、生活習慣全体を見直すことが重要であることから、中学生や保護者等を対象に有識者による食育講演会を開催した。生徒が自らの生活習慣をふり返り、よりよいものにしようとする意識と態度を育てたいと考え、睡眠を中心とした生活習慣と朝食の関わりについて話をしていただいた。

- 生徒の感想文には、「睡眠の大切さがわかった。」「生活リズムを見直して、朝食を食べようと思う。」等とあり、知識や理解を深めていることがわかった。この他、「家族と生活リズムについて話し合った。」「睡眠の仕組みについて、きょうだいに伝えようと思う。」等、生徒が学習したことを家庭に持ち帰ることの波及効果があった。

テーマ3 家庭・地域・学校と共同調理場の連携による食に関する指導の取組から

<家庭との連携>

家庭との連携の要として「朝ごはんレシピ集」(P.129～P.145)を作成した。また、給食だよりや献立表を配布して、食に関する情報を発信した。さらに、料理教室や食育講演会を開催して、保護者が食生活を含む生活習慣について学ぶ場を設定した。

- 「朝ごはんレシピ集～第1集～」を料理教室の資料にすることで、保護者に朝食づくりの啓発ができた。配布した家庭からは「子どもでも簡単に作れるものばかりなので、子どもと一緒に作りたいです。」等の声を聞くことができた。
- 「朝ごはんレシピ集～第1集～」は、テーマ2の取組を効果的にすすめるために家庭での実践用教材として活用した。その取組の成果を発表する場として、「朝ごはんレシピ集～第2集～」を作成することができた。
- 朝食への関心を継続させるための取組として、レシピ集から料理を選び「朝食おすすめ献立」を作成し、給食献立に取り入れた。これにより、朝食にふさわしい献立や食品の組み合わせ方法について家庭に伝えることができた。
- ▲レシピ集を通して、家族全員が朝食の大切さを理解し、家族の健康を考えてよりよい朝食を食べることができる家庭が増えるよう、継続した支援を行いたい。

<学校との連携>

学校保健委員会や食育講演会等を通じて、養護教諭をはじめとする教職員と連携して、健康教育を推進した。

- 学校保健委員会では、保健委員会の児童が、自分たちの実態や委員会での取組について発表した。そうすることで、他の児童が健康に関する問題を自分の課題として捉えることができた。
- 有識者の講話により、食事と健康が密接に関わっていることを理解させることもできた。
- ▲今後は、ますます多様になる健康課題の解決に向けて、各校の養護教諭や教職員との連携体制を整えたい。

<地域との連携>

- 行政に所属する栄養士と連携して事業をすすめることができた。具体的には、市の食育推進計画に掲げる目標を達成するための助言をいただき、食育講演会や料理教室の開催にあたっては、地域で活躍する栄養改善協議会等に参加を呼びかけていただく等、地域と共同調理場が連携するためのパイプ役を果たしていただいた。
- 市民センターと連携した朝食啓発活動を通じて、地域全体で子どもを育てる取組を実施することができた。
- ▲栄養委員の方には、料理教室での指導にあたっていただく等、今後の食育活動の協力者として、更なる連携を深めたい。
- ▲今後、各健康教育団体等との協力体制を整備し、地域との連携を深めたい。

食に関する実態調査の結果から

調査時期別（調査時期：４月・１１月）統計

○地場産物に関する項目

結果：「給食に玉野市や岡山県の食材＜地場産物＞が使われていることを知っている」児童は１７２人（７６．４％）から１９３人（８３．２％）、生徒では６４人（７１．１％）から７５人（７８．９％）へ増加。

考察：有意差はみられなかったが、小学校では、給食の時間に栄養教諭が直接指導を行ったこと、中学校では献立表や給食だより等の資料を配布したり、地場産物を使用したリクエスト献立を募集・実施したりすることで、地場産物についての認識を深めたと思われる。

これらのことから、栄養教諭が教壇に立って指導をすることや、教材を貸し出すことによって学級担任から食に関する指導を行っていただき、学習の場を確保することが重要であることがわかった。

また、児童生徒が給食献立を作成するなど、給食の食事内容に興味関心をもつことができるリクエスト献立の実施も有効な手立てであったと考えられる。

○健康に関する項目

結果：「学校での体調はよい」児童は１５３人（６８．０％）から１７７人（７６．３％）、生徒は６１人（６７．８％）から７８人（８２．１％）へ増加。

考察：背景として、朝食に関する指導を実施したことから、朝食摂取を含む生活習慣を改善しようとする意識の変化が関与していると考えられる。また、起床時間が早くなるという傾向もみられた。このことから、今後も朝食を含む、食事・運動・休養のバランスのとれた生活習慣の確立を目指した指導を継続することが重要である。さらに、児童生徒がよりよい生活習慣を確立することにより、落ち着いて学習することができる体制を整えることができると考えられる。

▲給食に関する項目

結果：「牛乳を残さず飲む」生徒が８２人（９１．１％）から、７６人（８０．０％）へ減少。

「給食を食べる時間が短くて、残すことがある」生徒が４３人（４７．８％）から６２人（６５．３％）へ増加。

「嫌いなものを残すことがある・ときどき残すことがある」生徒が４８人（５６％）から６５人（６９％）へ増加。

考察：背景には、小学校と中学校の給食時間等の違いが関わっていると考えられる。中学校に進学したばかりの４月には緊張感があり、給食に対する気持ちは、小学校の給食指導の意識が継続していたと思われる。しかし、中学校では給食時間が短くなることや、指導の視点が違うこと等により、残さず食べようとする意識が次第に薄れていったものと考えられる。

ただ「残さず食べる」という視点からだけではなく、成長に必要な栄養素の補給や望ましい食習慣を確立するための食事内容を学ぶという給食の目的を踏まえ、嗜好に左右されない自らの健康を考えて食事をするができる児童生徒を育成することが課題である。この目的を達成するためには、栄養教諭のみならず学級担任をはじめとする教職員が給食の時間に同じ視点から継続して指導をしていただくことが望まれる。

学校における食に関する指導は、学校給食を「生きた教材」として活用して行われるものである。そのためには、第1段階として、食に関する指導の観点を踏まえた献立を作成し、安全においしく調理するための調理技術の向上を目指し、第2段階として、教科等で、望ましい食習慣の確立に向けての指導を行い、嗜好に左右されない摂食行動へと導くことが重要である。給食の時間においては、限られた時間を有効に使うための配膳や準備、食べ方の指導や食べる時間を確保することが望まれる。さらに、学校だけでなく、家庭に対しても食事の重要性を伝え、協力を得ることが欠かせない。

望ましい摂食行動を確立するために、家庭・学校・共同調理場の三者が連携したよりよい指導を推進することが今後の課題である。

6 事業全体を振り返って

食に関する指導の計画を明確にし、食育関連事業を推進するために、各校における全体計画の作成に栄養教諭が参画した。食に関する指導は、学校教育活動全体で行われるものであることから、給食の時間のみならず、教科や特別活動、総合的な学習の時間との関連をもたせながら、計画的に研究を進めることができた。特に、テーマ2の朝食に関する指導については、市内すべてのクラスで指導することはできなかったが、参観日に授業を行う等、家庭への啓発につなげることができた。

また、栄養教諭が学校における食育コーディネーターである給食主任等と連携して、市内全小学校・中学校と関わることにより、市内で統一した食育のめあてをもち、系統的な指導を行うことができた。

今後は、先進地視察等で学んだ取組や指導方法等について伝達し、各校の食に関する課題を共に考えたり、資料を提供したりする等、食に関する指導のコーディネーターとしての役割も果たしていきたい。

本事業を行うにあたり、玉野市食育推進検討委員会を立ち上げ、取組内容等について委員の方に協議していただいた。これまで、学校給食について検討する場は設けられていたが、食に関する指導の取組について具体的に検討する場は無く、本事業による取組を通して連携のきっかけ作りとすることができた。

学校における食育は、学校長のリーダーシップにより行うことが重要である。このことをふまえ、次年度より、学校長と教育委員会担当者の指導のもと、この事業の取組を市内で実施するために、市内学校における食に関する指導推進のための会を設置し、玉野市における食に関する指導の充実に努めたい。