

奈義町における  
栄養教諭を中核とした食育推進事業の取組

## 「奈義町における栄養教諭を中核とした食育推進事業」の取組

### 1 奈義町の概要

奈義町は、岡山県北東部に位置し、北は鳥取県境と隣接している。東西約9km、南北約10km、面積69.54Km<sup>2</sup>を有し、人口約6,400人の農山村の町である。農業を基幹産業とし、昭和40年に創設された陸上自衛隊日本原駐屯地との共存共栄を図りながら調和のとれたまちづくりを行っている。背後には、昭和44年に氷ノ山那岐山後山国定公園に指定された那岐山がそびえ、その山麓から広がる丘陵地帯に位置する自然豊かな町である。

また、全国で町村合併が進むなか、奈義町では、平成14年2月に合併の賛否を問う住民投票を実施し、単独町政でまちづくりを推進し、「優しさと思いやりのまちづくり」を合言葉に町の活性化を図っている。町内には保育園1園、幼稚園2園、小学校、中学校各1校があり、在籍する子どもたちは、約690名である。農業が町の産業の中心的な役割を果たし、農産物は自家菜園で栽培している家庭が多い。また、以前は三世帯同居家庭が大部分であったが、時代とともに核家族化へと変化している。

### 2 奈義町としての取組の趣旨

近年、子どもたちの基本的な生活習慣の乱れが指摘されており、食生活も例外ではない。そして、この乱れは学習意欲や体力、気力の低下の原因にもなっていると指摘されている。本町の実態調査からも同じような傾向が伺え、このような課題解決のため、県のモデル地域の指定を受け、平成19・20年度の2ヶ年間「食育から広げる生活リズム向上プラン」の事業に取り組んだ。様々な取組を通して学校、家庭、地域が共通意識を持ち、お互いに連携することができ、今後につながるネットワークづくりができた。

しかし、朝食にあっては、欠食者の存在・朝食メニューの簡素化、また夕食にあっても、「安い・簡単・きれい」などの理由から、インスタント食品やレトルト食品等、手軽に食べることができる食品の多食化傾向等の問題が残った。これらの問題を解決し、子どもたちの心身の健康増進のため、更に、園、学校、家庭、地域が連携し食育をより効果的に推進していく必要があると考えている。

また、乳幼児期から義務教育終了時まで一貫した指導をすることが大切であることから、栄養教諭は町内の保育園、幼稚園、小・中学校に出向き、それぞれの発達に即した指導を行い、一貫した食育の指導を行う必要があると考える。

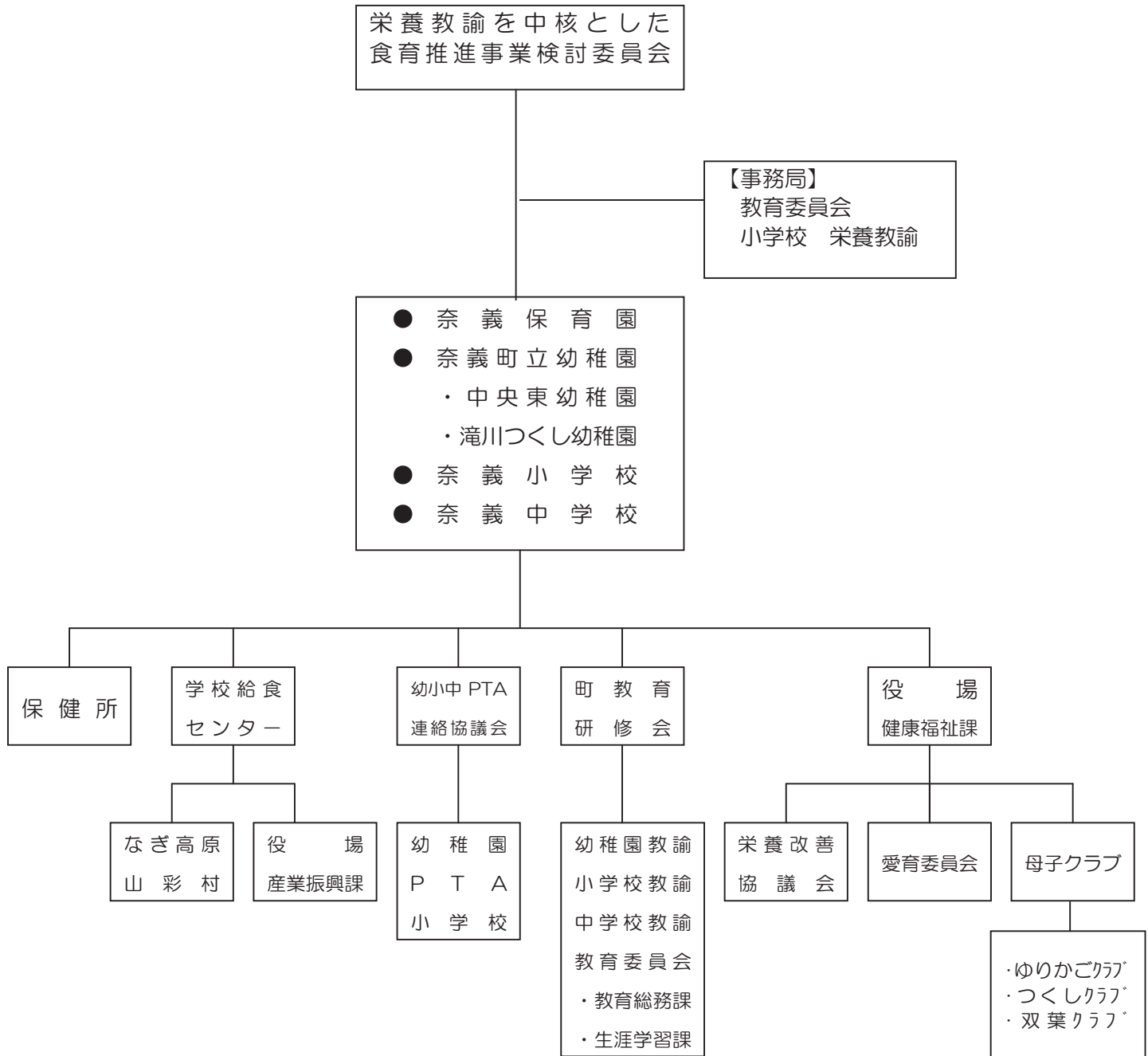
また、学校給食に地場産物を提供している地元の生産者と連携を密にしていくことは、学校における食育を家庭や地域と連携して展開していく面からも有効である。生産者と児童が交流をもつことで、子どもたち、家庭、地域、各種団体等が食に関する関心を高め、各種の連携が容易になるとともに、地域全体の食に対する意識が向上すると考えられる。

### 3 奈義町の取組の具体的内容

#### (1) 全体計画

テーマ1	子どもの健康を保持増進するため望ましい食生活を形成させるための方策
内容・計画	<ul style="list-style-type: none"> <li>① 食の親子クラブ交流会 栄養教諭を中心に栄養士・栄養委員とともに食育コーナーを設け、様々な食育を実施する。</li> <li>② わんぱくなぎっ子まつり 栄養教諭・栄養士・栄養委員等が一体となって食育に関するイベント・食育コーナーを設け、食育を推進する。</li> <li>③ 食育講演会 望ましい食生活を形成させるため、保育園・幼稚園・小学校・中学校の保護者・一般町民を対象とした食に関する講演会を実施する。</li> <li>④ 食べ残しを減らすための方策として、直接給食調理に携わる栄養教諭・調理員の調理研究及び先進地視察研修 ○給食メニューの研究・技術の向上を図る。 ○目的達成を図るため、学校給食の現場への先進地視察研修を行う。</li> </ul>
テーマ2	地場産物の活用や米飯給食を推進するための研修
内容・計画	<ul style="list-style-type: none"> <li>① 検討委員会による米飯給食取組実践校への視察研修</li> <li>② なぎアグリフェスタ（農林業祭）で牛乳を使ったおやつ作り、地場産物の推進を図る。</li> <li>③ 地場産物を活用するための調味料レシピ作成（2,500部作成し全戸に配布）</li> <li>④ 生産者との交流会（小学生に販売所を見学させ理解を深める）</li> </ul>
テーマ3	保育園・幼稚園・小学校・中学校を通じた食に関する指導
内容・計画	<ul style="list-style-type: none"> <li>① 乳幼児期からの食に関する指導 ○ 保育園／食育参観日を設け簡単な作業と紙芝居等を通して食に関心を持たせる。 ○ 幼稚園／栄養教諭を指導者に、食の大切さを理解させる学習に取り組む。 (滝川つくし幼稚園・中央東幼稚園 各1回実施)</li> <li>② 小学校での食に関する指導 ○ 主食である稲作り体験学習を年間通じて指導していく。 (田植え・稲刈り・稲こぎ・稲づくり発表会・お飾り作り等)</li> <li>③ 中学校での食に関する指導 ○ 朝食欠食児を減らすための方策として、栄養教諭による授業を行い、指導を図る。</li> <li>④ 食に関するアンケートの実施 ○ この事業実施前と実施後の2回。</li> <li>⑤ 町教育研究会で共通に食育を推進する。</li> </ul>

〈事業の実施体制図〉



(2) 検討委員会構成委員（25名）

NO	所 属	所属及び役職
1	奈義町教育委員会	教育長（検討委員長）
2	奈義中学校	校長
3	奈義小学校	校長
4	奈義幼稚園	園長
5	奈義中学校 PTA	PTA 会長
6	奈義小学校 PTA	PTA 会長
7	奈義中央東幼稚園 PTA	PTA 会長
8	奈義滝川つくし幼稚園 PTA	PTA 会長
9	奈義中学校 PTA	PTA 母親委員（2名）
10	奈義小学校 PTA	PTA 母親委員（2名）
11	岡山県教育庁保健体育課	総括参事（健康教育班長）
12	岡山県教育庁保健体育課	副参事（指導主事）
13	岡山県美作保健所勝英支所	主任
14	奈義町愛育委員会	会長
15	奈義町栄養委員会	会長
16	なぎ高原山彩村	代表
17	奈義町役場 健康福祉課（保育園）	園長
18	奈義町教育委員会 中央東幼稚園	副園長
19	奈義町教育委員会 滝川つくし幼稚園	副園長
20	奈義町役場 健康福祉課	健康福祉課栄養士
21	奈義町役場 健康福祉課	健康福祉課保健師
22	奈義小学校	栄養教諭
23	奈義町教育委員会 教育総務課・奈義町学校給食センター	教育総務課長補佐兼学校給食センター長
計		25名

## 4 事業経過

月	事業実践の内容	実施場所
4月	稲作り体験（もみまき体験）	小学校周辺圃場
5月	稲作り体験（田植え体験）	小学校周辺圃場
6月	第1回検討委員会	奈義町役場
	小学校6学年食の指導	小学校
	食の親子クラブ交流会	チャイルドホーム
7月	給食メニュー開発・研究	給食センター
	学校給食食材連絡調整会議	奈義町役場
	わんぱくなぎっ子まつり	屋内ゲートボール場
	先進地視察研修	香川県高松市国分寺中学校
8月	食育講演会	奈義町文化センター
	第2回検討委員会を兼ねて 地場産物活用に係る先進地視察研修	島根県雲南市
9月	調味料レシピ作りに係る調整会議	奈義町保健相談センター
10月	稲作り体験（いいそない体験）	奈義小学校
	中央東幼稚園食育参観日	中央東幼稚園
	稲作り体験（稲刈り体験）	小学校周辺圃場
	小学校2学年食の指導	小学校
	稲作り体験（稲こぎ体験）	小学校周辺圃場
	町教研公開授業	滝川つくし幼稚園
11月	農林業祭で地場産物の推進	奈義中央広場
	滝川つくし幼稚園食育参観日	滝川つくし幼稚園
	給食運営委員会との連絡会議	奈義町役場
12月	稲作り体験（お飾り作り体験）	奈義小学校体育館
	調味料レシピ作りに係る調整会議	奈義町保健相談センター
	調味料レシピ作りに係る調整会議	奈義町保健相談センター
	給食メニュー開発・研究	給食センター
1月	調味料レシピ作りに係る調整会議	奈義町保健相談センター
2月	第3回検討委員会	奈義町役場

## 5 研究の経過

### テーマ1 子どもの健康を保持増進するため望ましい食生活を形成させるための方策

#### (1) 食の親子クラブ交流会

##### 【開催日時等】

月 日	場 所	内 容	人 数
6月28日(日) 10:00～ 15:00	チャイルド ホーム	【親子クラブ交流会】 ・昔遊び ・親子遊び&お話し遊び ・食育つりゲーム ・「食育の日」推進事業 ・地産地消の食事提供	参加者110人 関係者 9人

##### 【内 容】

#### ◎ 食育つりゲーム

食品カードをプールに並べ、子どもたちが釣りあげ、その食品の働きに応じて、赤（からだをつくる）・緑（からだの調子を整える）・黄（動くもとになる）という3つの色の網にグループ分けする。子どもたちがゲーム感覚で食品の働きについて理解することができ、好き嫌いなくなんでも食べようとする意識が高まった。

#### ◎ 「毎月19日は食育の日」推進事業

食習慣や食に対する考え方は、毎日の食卓から自然に学び身についていくものであると考え、「家族そろって1日1回は食卓を囲みましょう。」をテーマに家庭での食育を指導した。併せて食育の日普及啓発を行った。

#### ◎ 地産地消啓発の食事提供

奈義町産の食材を使った料理を作り、地産地消の良さについて理解を深める機会を作った。  
メニューは、じゃこおむすび、焼き豚おむすび、かぼちゃのポタージュの三品を作りとても好評だった。



##### 【事業成果】

手作りのおいしさ、地元の食材の良さ（安全・安心）を、試食を通して体験していただき、多くの家庭での実践まで深めることができた。併せて食育の日普及啓発を通して、家族でそろって食事することの大切さの認識が深まった。他のクラブ員とともに食事しながら交流ができ、仲間づくりの場となり食生活についての情報交換ができた。



## 【今後の課題】

幼児時期におけるより良い食生活の定着や地産地消の普及のために、食育活動の機会を増やし、より多くの家庭で食生活を見直すきっかけを作るためにも、各クラブ単独の関連行事でフォローを行う。そして、食について関心の低い家庭への働きかけを検討する。

## (2) わんぱくなぎっ子まつり

### 【開催日時等】

月 日	場 所	人 数
7月26日(日) 10:00~12:00	屋内ゲートボール場 すぱーく 奈義	参加者 親子 235人 関係者 71人

すべての子どもが健やかに育ち、安心して子育てができる地域づくりをめざして、子育てに関わる様々なグループが協力して実施した。

### 【内 容】

#### ◎ 食育コーナー（栄養委員会）

- ・ お砂糖クイズ  
おやつに含まれるお砂糖の量を選んでもらう。
- ・ おやつのお秘密展示コーナー  
おやつを展示し、それぞれのおやつに含まれている糖分量を砂糖の量であらわす。
- ・ 3色食べ物釣りゲーム……食品カードを吊り上げてそれぞれの働きの網に入れる。
- ・ びっくり箱  
箱の中に手を入れてさわっただけで中身の食品を当てる。
- ・ お箸でタワー作り  
お箸を使って棒状のビスケットをタワー状に積み重ね箸使いを学ぶ。
- ・ 奈義っ子を探そう！  
たくさんの食品カードから奈義の特産品を当てる。
- ・ 目方でドーン！カルシウム  
牛乳1本に含まれるカルシウムと同じ量のカルシウムを含む煮干しを当てる。
- ・ 目方でドーン！お野菜  
一日に必要な野菜の量を当てる。
- ・ 旬勘ゲーム  
選んだ食品の旬の季節を四季のカードから選ぶ。
- ・ 牛乳配布コーナー  
食育推進事業の一環で牛乳の良さを理解してもらい、PRする。
- ・ 試食コーナー  
試食を盛りつけて提供する。





## 手づくりおやつ試食

ミルクゼリー・黒豆といりこのごまがらめ・麩のカレースナック・米粉のケーキ

### 【事業成果】

- ① お砂糖クイズ、おやつの秘密展示コーナーでは、間食の量や内容について親子で考えるきっかけを作ることができ、毎日の食生活を見直す良い機会が持てた。
- ② 3色食べ物釣りゲーム、目方でドーン！カルシウム、目方でドーン！お野菜では、食品にはそれぞれ有効な働きがあることが理解でき、バランスよく食べることや野菜の摂取を心がけるという意識が高くなってきた。保護者は野菜を食べる工夫についても理解を深めることができた。
- ③ びっくり箱では、食材の自然なままの形にふれることで、食品に対する興味が深まり、台所での食育を始める前段階を作ることができた。
- ④ お箸でタワー作りでは、正しい箸の持ち方を実践するきっかけづくりができた。
- ⑤ 奈義っ子を探そう！では、地元で採れる野菜について認識をしていただき、保護者には地産地消の安全性について理解をしていただいた。
- ⑥ 旬勘ゲームでは、食材の旬について理解し、併せて保護者には行事食の大切さを説明することで見直す場を提供した。
- ◎ 親子で一緒に体験すること、そして子どもたちが遊びを通して「食」について体感することで、子どもたちの食に対する関心を高め、家庭での食育実践への一歩を踏み出すきっかけづくりができた。

### 【今後の課題】

イベントでの指導では直後の感想が好意的であり、取組の内容は良かった。しかし、その後の生涯を通じた食育について、食環境の整備や地産地消の取組も含め、実施しやすい食育のあり方を示しながら継続実施を図っていくことが今後の課題である。また、食生活での問題がある子どもへの指導は、行動変容へとつながるようなものにしていくため、各機関と連携しながら日々継続できる食の支援体制を確立していく必要がある。

### (3) 食育講演会

#### 【開催日時等】

月 日	場 所	人 数
8月1日(土) 13:30~15:30	奈義町文化センター2階会議室	参加者100人

#### 【内 容】

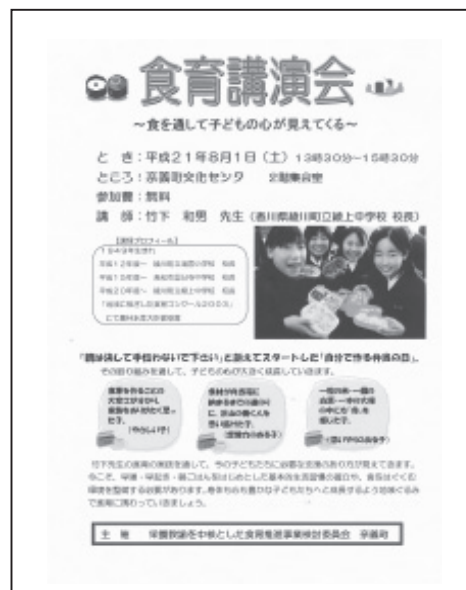
弁当作りを通して、食育を推進されている香川県綾川町立綾上中学校 校長竹下和男先生を講師に迎え、～食を通して子どもの心が見えてくる～ と題した、食育講演会を実施し

た。

チラシは、保育園、幼稚園、小・中学校に配布するとともに、一般市民を対象に参加を呼びかけた。

### 【参加者のアンケート】 一部抜粋

- 弁当については、仕事をもっていたため、3人の子どもたちに手抜きすることなく本気で毎日作ったことを思い出します。自分の手作りの弁当を作る姿、また小学生であることに感動です。仕事で小さな子どもたちと接するなかで、食育の大切さをやさしく知らせていきたいと思いました。紹介のあった著者の内田さん、テレビなどで視聴し、一人涙を流しながら胸いっぱいになったことを思い出します。温かな内容あふれる講演に、大きな感動をいたしました。ありがとうございました。
- 子どもの年齢でなく、親が子どもに教えたいことやできることをしてやろうと身近なところから始める気持ちが大切だと感じました。食事作りをさせてない、させたいと思いつつ、時間に余裕がなくイライラして、させないゆとりがない自分に反省しました。また、共働き・核家族というなか、その思いを達成させようとするゆとりがない現実につらさを覚え、実行するには努力が必要であると思いました。
- 娘が小学3年生です。どうせ子育てが大変なら、奈義小学校でも「子どもが作る弁当の日」をしてほしいです。その結果親子共々成長していけそうです。素敵な取組みと感じたので、とても興味を持ちました。聞くより体験することがどれだけ大切かと思いました。



この他まだまだ多くのアンケート結果が寄せられている。竹下先生が紹介された「癌を宣告された主婦が、子どもに残してやれるもの」と題しての講話は、大変心を動かされた参加者が多かった。アンケート結果にもあるように、奈義町にも「弁当の日」の取組を期待している保護者、また食育の大切さを改めて考えさせられたなどの多くの声が聞かれた。この「弁当の日」の取組は、現在全国的に広がっており、今後益々増えることが予想されている。この取組みに向けて更に研修する必要があるため、奈義町教育委員会委員研修で香川県綾川町立綾上中学校に出向き、竹下和男校長の指導を受

けた。食育の原点はここにあるように感じる研修であった。奈義町でも実施に向け、今後学校、PTA等と検討を重ねていきたいと考えている。

(4) 食べ残しを減らすための方策として、直接給食調理に携わる栄養教諭、調理員の調理研究及び先進地視察研修

- ① 学校給食の現場への先進地視察研修を行う。

【開催日時等】

月 日	研 修 先	参 加 者
7月28(火)	高松市立国分寺中学校	教育長・栄養教諭・学校給食センター長 給食センター職員 計10名



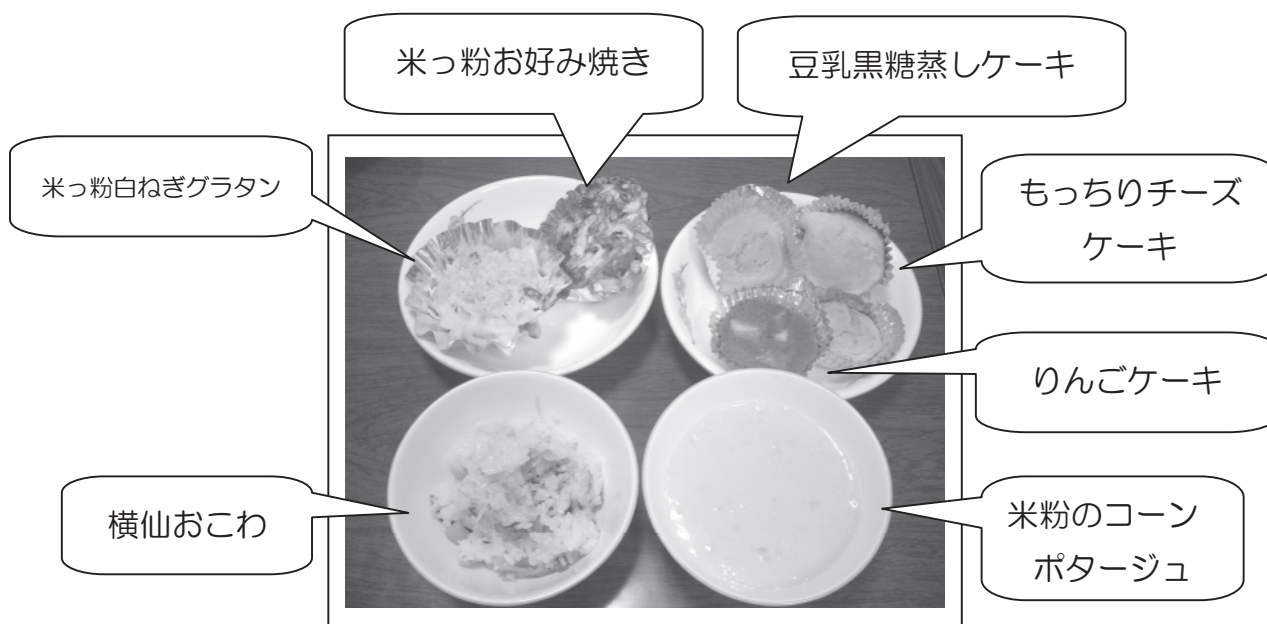
高松市立国分寺中学校は、「弁当の日」の取組を5年間実践しており、3年間で10回実施。実施にあたっては、安全安心、地産地消、和風、郷土弁当など毎回テーマを決めて実習している。前任の竹下和男校長が「弁当の日」を推進された経緯があるだけに、校長転勤後も食育が引き続いて実践されていた。中学校では、約800人の生徒に対し、残滓量が、0.5～1.0kgだと説明を受け大変驚くとともに、奈義町では、小学生のときは残さなかった給食が、中学生になって残滓量が増えていることを問題視していただいただけに大変衝撃を受けた。また、校長が修学旅行のエピソードとして「出されたものは全て食べる」と教育していた国分寺中学校では、バイキングで出された料理を全て平らげる。ホテル側は、足りないと思って追加する。また生徒は食べる。これを繰り返し、学校側は、「我が校の生徒は、出されたものは全て食べると教育しているので、この辺りでストップしてくださいとお願いした。」という興味深いお話をお伺いし、食育を継続して進めることの大切さを学ぶことができ、大変参考になった。また、栄養教諭、調理員、生産者の方々が、「生徒の健康に配慮した給食作りをしよう」と一致協力して努力されている点や、幼稚園から一貫して食育が図られていることが、今日の成果につながっていることを感じた。奈義町でも、学年に応じた指導を実施するとともに、調理技術の向上や、メニュー開発等更に研鑽を重ね、残滓量を減少する給食作りに取り組んでいかなければならないと考えている。

② 給食メニューの研究・技術の向上を図る。

月 日	場 所	内 容
7月16(木)	奈義町学校給食センター	米粉を使ったメニューの開発及び奈義町の郷土料理の研究



献 立 : 米っ粉お好み焼き、米っ粉白ねぎグラタン、米粉のコーンポタージュ、  
米粉ケーキ（もちりチーズケーキ、りんごケーキ、豆乳黒糖蒸しケーキ）  
横仙おこわ





<12月22日(火)>

献立： 米粉のかきあげ、米粉のから揚げ(肉・魚)、米粉のすいとん、  
米粉のビーフカレーライス、米粉のマフィン



米粉のマフィン



米粉のビーフ  
カレーライス



米粉のすいとん

米粉の  
から揚げ  
(肉・魚)

<考察>

米粉は水に溶けやすく、とろみをつける料理には大変使いやすい。また、揚げ物は高温で揚げることで、カラリと仕上がり、食べたときの食感がとても良い。グラタン、シチューを実際に給食でも実施したところ、扱いやすく、児童生徒の反応もとても良かった。今回はその時手に入った米粉や上新粉で行ったが、ぜひ町内産の米粉を使用し、町内の味を一つでも多く、児童生徒に知らせていきたいと思う。



米粉グラタン



米粉シチュー

## テーマ2 地場産物の活用や米飯給食を推進するための視察研修

### (1) 検討委員会による米飯給食取組実践校への視察研修

#### 【開催日時等】

月 日	研修先	参加者
8月26(水)	島根県雲南市	検討委員15名・山彩村会員3名 計18名

#### 【内 容】

- 地産地消の推進と取組について
- 学校給食野菜生産グループの取組について



雲南市では、「食は生命」を計画理念として食育推進計画を策定し食育に取り組んでいる。木次地区では、学校給食に有機無農薬野菜を基本とし、エコファーマーにより野菜づくりやEM菌によるぼかし作りを行い、野菜に肥料として使用、農薬は木酢液や唐辛子、にんにくを使用するなど、学校給食には徹底して安全・安心な野菜の提供に取り組んでいる。この学校給食野菜生産グループの取組は、平成5年に始まり、農林水産大臣賞や文部大臣賞を受賞し、現在では42品目・14トンの出荷である。地産地消率は、平成19年度66.6%、月によっては90%を越える月があるなど、学校給食に地産地消を推進し、安全・安心な野菜を提供している。併せて学校給食には、地元産のコシヒカリを使用。パンは、小麦粉に替えて米粉パンを導入するなど地元産を積極的に使用している。

また、「弁当の日」の取組は、実施にあたっては難しい点もあったが、この取組を実践することにより残滓はかなり減少したようだ。この取組は、昨年度は28校中18校の実施であったが、21年度は雲南市内の学校は全て実施し、全国で4番目に多いとのことであった。食育を積極的に取り組んでいる市町村は「弁当の日」の取組を取り入れてところが多く、今後奈義町でも実施に向け、学校、PTA等と検討を重ねていきたいと考えている。

(2) なぎがグリスタ（農林業祭）で牛乳を使ったおやつづくり、地場産物の推進を図る。

【開催日時等】

月 日	場 所	内 容	人 数
11月1日（日） 10:00～13:00	奈義中央広場	【食育推進コーナー】 ・地産地消料理紹介リーフレット配布 ・食育推進事業紹介 ・地産地消啓発の食事提供	配布数300人 関係者 9人

【内 容】

- ◎ 地産地消料理紹介リーフレット配布……里芋・長ねぎ・さつまいもの利点を紹介し、それぞれを活用した料理を紹介し、地元の産物を見直す機会を提供した。
- ◎ 「毎月19日は食育の日」推進事業……食育は毎日の食卓から自然に学び身につけていくもので、「家族揃って1日1回は食卓を囲みましょう。」と呼びかけるチラシを配布し、併せて食育の日普及啓発を行った。
- ◎ 地産地消啓発の食事提供……奈義町産の黒豆を使用した横仙おこわと、奈義町産の米粉を使った米粉ケーキを提供し、地産地消の良さについて理解を深める機会を作った。



【事業成果】

町内産の食材について理解を深めるとともに、試食及びリーフレットを通して様々な調理例を紹介することで、家庭での実践につながった。特に地産地消について普及啓発でき、地元食材の活用の期待が高まった。

【今後の課題】

年に一度の農林業祭での呼びかけなので、その後継続したものとするのが課題である。そのためにも、各地域でのコミュニティー活動へつなげ地域に密着した食育推進事業とし、栄養委員を中心に地区伝達講習会等での身近な普及啓発が必要である。



(3) 地場産物を活用するための調味料レシピ作成 (2,500部作成し全戸へ配布した)  
【地産地消レシピ集作までの経過】

月 日	場 所	内 容	参 加 者
9月10日(木)	奈義町 保健相談センター	レシピ原案検討	18人
11月20日(金)	奈義町 保健相談センター	レシピ掲載料理検討	11人
12月 9日(水)	奈義町 保健相談センター	レシピ内容検討	13人
12月16日(水)	奈義町 文化センター	レシピ掲載料理調理及撮影	9人
1月12日(火)	奈義町役場	レシピ校正	3人
2月 1日(月)	奈義町役場	レシピを広報紙に折込み	1人

【内 容】

奈義町は、農業が町の中心的産業であり、野菜は多くの家庭が自家栽培している。季節によっては、大量の農産物を収穫することができ、同じメニューに偏ってしまいがちである。しかし、調味料を変えることにより料理のレパートリーが広がり、旬の野菜を食卓に多くのせられると考え、「調味料レシピ集」を作成した。その際料理の基本となる項目を分かり易く掲載し、子どもたちが手軽に料理を作ることができるよう工夫した。作成にあたっては、栄養教諭、町栄養士、美作保健所勝英支所、栄養委員等の協力により冊子を作成した。料理を通して、親子で料理を楽しみ、やがて進学等により親元を離れて自炊する子どもたちの「生活するための一助」に繋がればと考えている。調味料レシピ集は町内全戸配布した。



(4) 生産者との交流会 (小学生に販売所を見学させ理解を深める)

3年生社会科「農家で働く人々の仕事・店で働く人々の仕事」

○ なぎ高原山彩村の見学

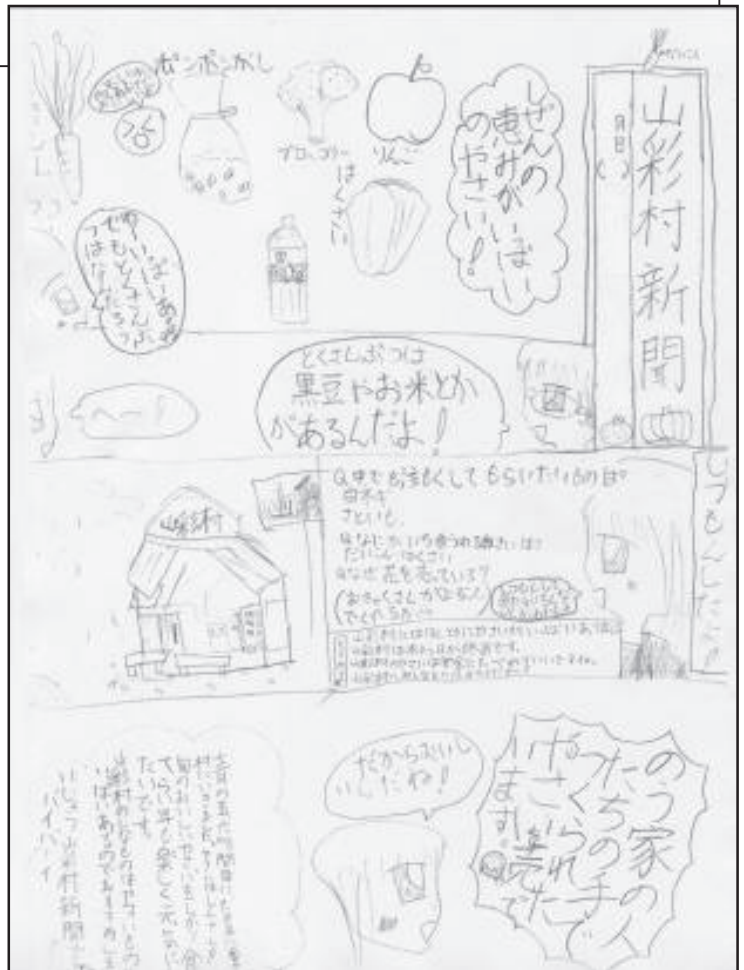
学校給食に使用する地場野菜を納入している山彩村を見学し、調べ学習を行った。地域の旬の食材がたくさん売られている様子を見学したり、生産者の方から野菜を作る上での苦労や作っていてうれしいことなどを聞いたりすることで、農業の大変さや喜びについて知ることができた。また、見学後には地場野菜を給食に使用する理由や奈義町の特産品について学習した。





野さいが50種類以上売られていることを知りました。なぎ町でできた新せんな野さいがいっぱいありました。

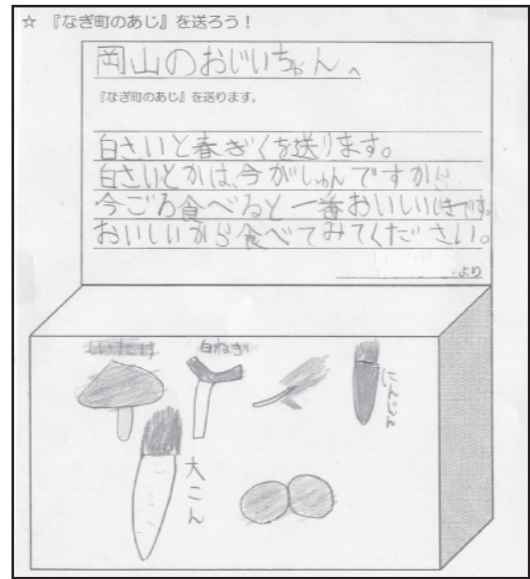
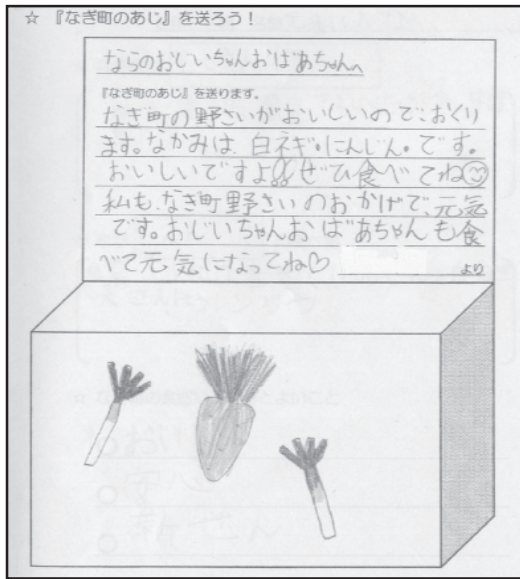
よく売れているのは里いもと白ねぎです。里いもはねばねばしていておいしくて、白ねぎはあまくておいしいです。山彩村に野さいがいっぱいあってびっくりしました。また行きたいとおもいました。



奈義町の野菜について勉強して・・・

『なぎ町のあじ』を送ろう！

なぎ町の野さいはおいしいです。私はなぎ町の野さいのおかげで元気です。おじいちゃんおばあちゃんもたくさん食べて元気になってね。



○ 交流給食（生産者の方々を招いて）

学校給食に使用する野菜を生産されている地域の生産者の方々を招いて交流給食を行った。児童は11月に山彩村の見学をしたときにお会いした方がいたり、生産者マップで顔を知っている方もいたりしたため、すぐにうち解けることができた。各クラスではクイズをしたり、野菜を作る上での苦労話を聞いたりして楽しい給食時間にすることができた。



### 奈義町地場産物生産者マップ

安全・安心なおいしい野菜をありがとうございます!!

給食センターでは、昨年より山彩村から内産野菜を納入しています。現在19名の方のご協力で、たくさんの中産野菜を採用することができています。そこで、子どもたちに給食で採る野菜を知っていただくための写真集などを載せた『奈義町地場産物生産者マップ』を作成し、小学校・中学校に掲示しています。

これからも、生産者の顔が見え、安全・安心な地場産物を使用し、子どもたちの笑顔の見えるおいしい学校給食を届かせたいと思います。



### テーマ3 保育園・幼稚園・小学校・中学校を通じた食に関する指導

#### (1) 乳幼児期からの食に関する指導

- ① 保育園での取組（食育参観日を設け簡単な作業と紙芝居等を通して食に関心をもたせる。）

＜栽培体験を通して＞

夏野菜やさつま芋等を植え、世話をしながら、生育の様子を観察する。また、収穫したものを給食に加えてもらい、いろいろな味や食材に慣れる。

#### 取組①

プランターの夏野菜は、玄関に置き登降園時に保護者と一緒に見ることにより野菜の生育に関心もてるようにした。芽さしをしたさつま芋に水をあげたり、園児が身近に見て世話をしたりすることで、生育の様子を見たり、収穫をする楽しさを知ったりすることができた。またこれらの野菜を給食に入れることで食べる喜びを味わうことができた。



赤いトマト美味しそうだね



僕たちが育てた野菜を給食で食べたよ。



#### 取組②

そら豆やとうもろこしの皮をむくなど、子どもたちにできる簡単な手伝いを通して、食材に親しみをもてるようにし、またこれらを給食に入れることで楽しみにして味わえるようにした。

とうもろこしの中にはお髭がたくさんあるんだね！みんなでむいて楽しかったよ。



採りたてのとうもろこしは、甘くてとっても美味しいね！！



<栄養教諭の話>

身近な野菜や食材を見たり、触れたりしながらいろいろな食材の形や色を知る。よく見たり、食べたりする身近な食材を○、△、□の形に分け、食材にはいろいろな形があることを知る。



四角の食べ物はたくさんあるね。  
今日の朝はどんな形のものを食べたかな？

三角のおにぎり大好き！

実際の形をあまり見ることのない子どもたちであるが、食材の名前もよく知っており、いろいろな形を想像しながら、答えることができていた。その後給食時に形当てクイズを楽しんだ。



○ 「やさいのおなか」の絵本を見た後、実際に野菜を切ってその断面を見る。いろいろな形の違いや面白さに気づき、匂ったり、触れたりした。



人参は中が丸いよ。  
花火みたいなもようだね！



白菜の下のほうはかたいけど上のほうはやわらかいよ！



いろいろな野菜を見た後、野菜の引越し鬼をしたよ。  
大根・ねぎ・トマト。鬼に捕まらなくてよかったね。



## 【保育園での事業成果と今後の課題】 保育園長

奈義保育園は、0歳児から3歳児までの乳幼児59名が在籍している。本事業の推進にあたり、2歳児、3歳児を対象に栄養教諭の指導を受けた。指導は、数多くある食品のなかから○・△・□の形に分けたり、野菜を切って中の模様を見せ、幼児たちにも理解しやすい方法で食品や野菜に興味をもたせることができた。指導後も食品の形当てクイズや、野菜の引越しゲームなどの遊びを取り入れ、楽しみながら指導することができた。また、「小学校の給食の先生じゃ!」と、親しみをもって栄養教諭に接し、幼児たちの笑顔に小学校給食への期待とつながりを感じることができた。

保育園では、毎日の生活のなかで、幼児たちが給食やおやつを通して様々な食材や味に慣れ、基本的な食習慣が身につくよう指導している。給食での衛生管理面から幼児たちへの指導は限られるが、トウモロコシやそら豆の皮むきなど簡単な給食の手伝いをさせ、給食の食材として取り入れてきた。自分達たちが手伝いをしたことにより、嫌いな野菜も食べようという意欲がもてるようになってきた。また、園では本年度から米、味噌、野菜、米粉パンなど町内産の食材をできるだけ使用し、安全・安心な食材の使用に心がけている。併せて、園内に給食の展示を行うことにより、親子で楽しい会話が進み、給食への関心が高まってきたように感じている。今後も、子どもたちが食べ物に興味や関心もてるよう、「食べるのが大好き、楽しい」と感じる遊びや給食時間の環境づくりを工夫していきたい。また、今後も栄養教諭と連携を図りながら、子ども一人ひとりが食べることに意欲をもち、丈夫な体づくりができるよう、年齢に応じた指導を行っていきたいと考えている。

## ② 幼稚園での取組（栄養教諭を指導者に食の大切さを理解させる学習に取り組む）

### 【栄養教諭による食育参観日での指導】

中央東 平成21年10月13日（火）

滝川つくし 平成21年11月11日（水）

### 【内 容】

#### ○ 園児への指導（パネルシアターにより）

- ・ 食材に興味、関心を持たせる。
- ・ 三つの栄養素について学ばせ、バランスよく食事をする  
ことの大切さを理解させる。
- ・ 好き嫌いなく何でも食べるよう指導する。

#### ○ 保護者への指導

- ・ 三つの栄養素について知り、バランスよく食事をする  
ことの大切さを指導する。
- ・ 料理作りは、子どもの脳の発達に大きな役割を果たすため、  
手伝いを通して食に関心をもつよう指導する。



<中央東幼稚園>





<滝川つくし幼稚園>

## ○ 保護者からのおたより

- ・ お手伝い（おやつ作りなど）が脳の発達に重要になってくるという内容は初めて耳にすることであり、とても興味深く傾聴した。
- ・ 小学校の給食の場面で、小袋を開けるなど思ってもいなかったことなので参考になった。
- ・ 仕事をもっての子育てなので、調理は時間との戦いです。子どもが「手伝いをしたい」と言っても満足にさせていないのが現状です。（忙しい忙しいと大人の都合ばかり押しつけるのではなく、これからは今しかできない関わり方を時間が許す限り心がけていこうと思いました。）
- ・ 幼児期の生活経験が大人になって心の健康に大きく影響するのですね。共働きですが、子どもと楽しく過ごすことを家族一同で心がけます。
- ・ 家族、友人、地域の人など多くの人と交流し、一緒に食べることの楽しさやメニューを勉強し、今一番大切なことに真剣に取り組んでいきたいです。

## <考 察>

今後、更に園と家庭が連携し、子供たちが「食」に興味をもつよう指導していく必要がある。そのためには、参観日などを通し食の大切さを伝える機会を多く取り入れたり、食育だよりを発行するなどして、食の大切さを啓発していく必要があると考える。

## ア 中央東幼稚園での取組

### ① 栽培～クッキング

【ねらい】・四季を通して自然に触れあわせ、野菜の栽培、収穫を体験させる。食育を通して豊かな人間関係の基礎が培われるよう推進していく。

【内 容】・自分たちで野菜を育てる。

- ・ 収穫の時期に気づく。
- ・ 自分たちで育てた野菜を調理し食べる。

★ 四季を通して野菜づくりを体験させ、年長児は自分たちで栽培した野菜を調理し、誕生会などで園児揃って食べる経験をしている。いろいろな野菜の種を蒔くたびに、「わあー。小さい種！本当に人参になるのかなあ。」、「大根の種って赤いんだ！はじめて見た！」など、その都度、驚きと発見の連続である。

また、種からは育てにくい、すいかやゴーヤの苗は、園児と一緒にお店に買いに行っている。「苗が傷むから、そおーっと、もって帰ろうな！」など友だちと話しながら持ち帰る姿が見受けられ、大切なものとして扱おうとしている意識が感じられた。



「ゴーヤの  
苗をくだ  
さい。」



たくさんゴー  
ヤが、なるとい  
いね。

一緒にそっと  
持って帰ろう  
ね。



9月はじめ、ゴーヤを収穫  
しゴーヤチャンプルを作っ  
て食べました。

ゴーヤって、ぶつぶつ  
があるんだね。



★ 水やりや草取り、間引きなどの体験を通して野菜に関心をもたせ、嫌いだった野菜が食べられるようになった園児が増えている。体験がこのような成果につながり、野菜だけでなく、いろいろな食材にも関心がもてるようになってきた。また、収穫した野菜でどんな料理ができるか、誕生会のメニューを考えることも楽しみの一つになっている。食事作りを通して、食材を大切に作る心、みんなに喜んでもらう嬉しさ、一緒に食べる楽しさが感じられるようになってきた。





にんじんと、じゃがいもと、たまねぎを収穫したから、今回は、カレーライスを作ろうよ！

みんなで、食べるとおいしいね。



たまねぎって、目にしみるね。

さつまいもで、どんな料理ができるかな？

② エプロンシアター「ピーマンマンのいただきます」

【ねらい】・赤、黄、緑の栄養素に興味や関心をもつ。

【内 容】・赤、黄、緑の三つの栄養素の働きの再確認をする。

・好き嫌いしないで何でも食べようとする。

★ 風邪予防に好き嫌いをしないで食べることの大切さを、食育教材のエプロンシアターで行った。話の内容は、「ピーマンマンが、赤の食材の肉も、黄色の食材のおにぎりも、緑の食材のサラダも大嫌い、おやつばかり好んで食べていると、体が細くなり力も出なくなった。そこへバイキンが、「病気にしてやろう」と寄って来た。ピーマンマンが、勇気をだして三つの食べ物を食べると、パワーが出てきて、バイキンをやっつける」という話である。



○園児の様子

・「肉は赤色で!」「レタスもトマトも緑色なんで!」などと園児たちから声が聞こえ、三つの栄養素への興味や関心をもって話を聞くことができた。また、食べた物が、体のなかでどんな働きをするか学習したり、何でも食べようとする場面を見た時には、「赤は、力が強くなるんで。」「好き嫌いしたら、いけんのんで。」という声も聞かれた。

○ お弁当の時の様子

・「ご飯は、黄色だったよな。」「ウインナーもお肉じゃけん、赤色だよな。」などと、友達とお弁当を見せ合ったり、会話をしながら食べていた。また、ブロッコリーやほうれん草など、苦手な物が入っている園児は、「体の中がきれいになるんだよな。」と言いながら食べていた。



○ 保護者からのたより（できていますかカードより）

・「食べ物には、赤の仲間と黄色の仲間と緑色の仲間があるんで。」と話してくれました。  
・「ピーマンマンがお菓子ばかり食べたら、体がしなしなになったんで。」と教えてくれました。

★ 子どもたちの成長の基本である「食育」を、一時のものではなく継続して学ばせることが大切であると考え、今後更に「食」の大切さを機会がある毎に指導していきたい。年少児にあっては、年長児が行っている野菜栽培やクッキングなどを継続し、食の関心



を深めていきたいと考えている。

#### 【成果と課題】

- 季節の草花や野菜を使ったままごと遊び、紙しばい、エプロンシアターなどの視覚教材を使い、三つの栄養素の働きや食に関心をもつことができた。
- いろいろな行事を通してみんなで一緒に食べることにより「一緒に食べると楽しい」、「好き嫌いしないで食べよう」という気持ちをもつようになってきた。
- 自分たちで栽培したものを収穫、調理することにより、食材に興味をもち、食材を大切に作る気持ち、食事を作る喜び、作ったものを人に食べてもらうという喜び（達成感）を実感することができた。
- 帰宅後、お弁当箱を出したり、自分で洗ったりする園児が増えてきた。2学期のお弁当最後の日、5歳児のなかに自分でお弁当を作ってきた園児がいた。また、自分で作りたと言っていたが「朝早く起きることができなかった」という園児もいた。これまでの経験の積み重ねにより、子どもたちに食に関する意識が高まり、お弁当を作りたい、家でも料理の手伝いがしたいなどの気持ちが出てきたようだ。  
保護者ともうまくコミュニケーションがとれており、食に対する意識の高まりを感じた。
- 園児は、周りの大人との温かな関係のなか、安心感や基本的信頼感のもとに、できることを増やし達成感や満足感を味わいながら自分の自信を高めていく。園での様子、園児の育ちを伝えるなど、保護者との連携を更に大切にしていきたい。



<園児の作った弁当>



- 食育の関心が高まり、生活のリズムの向上が高まり「早ね・早おき・朝ごはん」のより良い生活習慣を身につけようとする意識が高まってきた。いろいろな家庭事情や保護者の意識の違いがあるが、園と家庭がうまく連携を取りながら食育を進めていきたいと考えている。

## イ 滝川つくし幼稚園での取組

### 【園児の実態と教師の願い】

本園の園児は、年長児23名、年少児20名、計43名である。明るく素直で活発に活動している。園児の3分の2は、集合住宅に住んでおり核家族が多く、また農作物と触れ合うことが少ない環境にある。園児の昼食はお弁当であり、お弁当の時間をとても楽しみにしている。お弁当は、園児の好みに合わせた弁当を作っている傾向が多く、ほとんどの園児は残さずに食べている。

しかし、嫌いな野菜や食べたことがない食べ物が入っていると時間がかかったり、食べられない姿が見受けられる。そこで、栽培活動や食に関しての遊びを通して、「みんなと食べるとおいしい」「食べることは楽しい」など、喜びを感じられる体験を増やすとともに“嫌いな物でも食べよう”“体に良い物を進んで食べよう”とする意欲を育てていきたいと考えている。

### 【具体的な取組内容】

- 職員で園児の生活や遊びの実態と食との関係について話し合い、その重要性を共通理解する。
- 体を十分に動かし、お腹をすかせおいしく食べられるような運動や生活づくりを推進する。
- 食に園児が積極的にかかわれるよう自分たちで野菜を育て、収穫・料理し、みんなで一緒に食べる体験を推進する。
- 食と健康な体とのかかわりを視聴覚教材などを利用し、わかりやすく食の大切さを理解させる。
- 家庭に食育だよりや園での食育の様子を知らせ、食の大切さを考える機会を提供する。

### 【実践事例】

#### (1) さつま芋の栽培・収穫を通して（4歳児）

##### 《教師の願いとねらい》

さつま芋栽培を通して、生育の様子や収穫する喜び、またおやつ作りをさせみんなと一緒に料理して食べる楽しさ、おいしさを体験させる。

##### 《園児の活動》

・芽さし、芋掘り

6月、さつま芋の芽をさし、水やりや草取りなどの世話をしながら生育の様子を観察させた。芽さしのときには、「これからさつま芋ができるん？」と不思議そうに苗を見る園児もいたが、世話をするうちに「早くおいもができんかなあ？」、「大きくなっとる！」と、生育を喜び、楽しむ姿が見られるようになった。

10月、大きな芋ができていることを期待して芋掘りを行った。友達と一緒に芋づるを引っ張り、「こんなに大きい！いっぱいじゃ！」と、大きくて長い芋に感心していた。始めは手足の汚れを気にしていたが、一生懸命掘るうちに次第に汚れを気にすることなく、泥まみれになって掘っていた。「先生掘るの手伝って！なかなか出てこん！」と、真剣な顔で掘っていた園児も、掘りあげた時は、「こんなに大きい！」「先生、こんな形のがあったで！見て！」と大喜びで見せてくれた。



大きくなってね。



うんとこしょ、どっこいしょ。  
長くなったね。



おおきなおいも！！なかなか掘れない。

がんばろう！  
手伝ってあげる！



やった～！  
掘れた～！

#### ・スイートポテト作り

収穫したさつま芋で、スイートポテトを作った。「顔の形ができた！」「粘土みたいで楽しい！」と歓声を上げながら、交代で芋をつぶしたりボールを押さえたりしながらスイートポテト作りを楽しんだ。焼きあがった芋の匂いを嗅いだり、もったいなさそうに少しずつ食べたりする姿が見受けられ、芋が少し苦手な園児も、「おいしい。」と笑顔で食べることができるようになった。



おいしそうに焼けたよ！

だんだんつぶれてきた～！





顔の形に  
しよ〜♪

きれいな丸に  
なったよ。



おいしい〜!!

## (2) 視聴覚教材や遊びを通して (4歳児)

### 《教師の願いとねらい》

食べ物が三つの仲間に分けられることや、三つそろって食べると元気な体ができることなど食べ物や自分の体に興味をもたせる。

### 《園児の活動》

#### ・タペストリーの活用

いろいろな食べ物が赤（血や肉になる）、黄（力の元になる）、緑（体の調子を良くする）の仲間に分けられることを、タペストリーを使って指導した。始めは、「トマトは赤いけど緑なん？」と、不思議そうな様子も見られたが、三つの働きタペストリーで自由に遊ばせるなかで、三つの食べ物大切さが理解できるようになった。そして、お弁当を食べながら、「赤も黄色も緑も入っとる!」「しいたけは何色だったっけ？」などと、友達と話ができるようになり、食べ物や自分の体に興味をもつようになってきた。



## (3) 野菜の栽培・クッキングを通して (5歳児)

### 《教師の願いとねらい》

野菜の栽培を通し、収穫する楽しさ、自分たちで育てた野菜を料理してみんなと食べるおいしさ、苦手な野菜も食べることができるようになった喜びなど、栽培を通して野菜に関心をもたせる。また、四季それぞれに収穫できる野菜を知り、旬のおいしさを味わわせ、クッキングを通して料理をする楽しさや食べてもらった喜びを体験させるなど、食に関心をもつ園児に育ててほしいと考えている。

### 《園児の活動》

四季を通して、季節を代表する野菜が収穫できるように栽培計画を立て、園児と一緒に野菜を植える。



・ 4月下旬

ミニトマト、ナス、きゅうり、ピーマン、スイカの苗を植え、当番を決めて水やりや草取りを行った。「きゅうりの赤ちゃんができとる。」「ナスがこの前より大きくなったよ。」「トマトが赤くなっとる！」と、少しの変化にも興味をもって育てていく様子を見るようになり、次第に世話をすることを楽しむようになった。

暑いから、たくさん水をあげようね。

野菜がたくさんとれたよ！  
いただきま〜す！



トマトができるのが楽しみだなぁ。



大きくなったね。おいしそう！



6月下旬

きゅうりやミニトマトが収穫できるようになり、採れたてのきゅうりやミニトマトを食べる。「きゅうりを丸かじりしたのは初めて！おいしいなぁー！」「このトマト甘くておいしい！」「もう1つ食べたい！」と、採れたての野菜のおいしさを味わい、喜んで食べた。

(家庭より)

「家ではなかなかトマトを食べてくれなかったのですが、『幼稚園で食べたら甘くておいしかった！』と、食べれたことを喜んでいました。」「きゅうりはあまり好きではなかったので、丸かじりしたと聞いて、びっくりしました。」と、園で収穫した野菜を食べたことで、野菜のおいしさを知り、食べられたことを喜ぶ便りが届いた。

こんなに大きいスイカができたよ。



甘くておいしい！



おいしそうな枝豆がたくさんできたよ。



・10月下旬

自分の鉢で育てたラディッシュを家庭に持ち帰る。お家の人と一緒にサラダを作って家族みんなに食べてもらい、「おいしい!」と、言ってもらったことを喜ぶ声が、多くの園児から聞かれた。

・クッキング

毎月の誕生会には、収穫した野菜を使った献立を園児と話し合って決め、クッキングをしてみんなで会食をしている。「たまねぎに泣かされた!」、「さつま芋って、硬いじゃ。」、「ねぎの中はぬるぬるしとるんじゃなあ。」と野菜を料理することで野菜の特質に気づいたり、包丁の使い方も次第に上手になるなど、料理に興味をもつようになった。会食時も「幼稚園のカレーはおいしい!」と、苦手な野菜が入っていてもおかわりをしたり、「キャベツが甘い!」、「カリフラワー、初めて食べた。おいしんじゃ。またお母さんと作ろう。」と、自分たちで作った野菜を味わって食べることができた。



【成果と今後の課題】

- 季節の野菜を栽培・管理させることにより、野菜の生育の変化や、野菜に関心を持ち大切に育てることができた。今後も、栽培する野菜の種類や植える場所などを考えていきたい。
- 自分たちで大事に育てた野菜を収穫できたときの喜びを通して、苦手な物でも食べようとする意欲につながってきたように感じる。また、その野菜を友達や教師と一緒に料理して食べることで、みんなで食べる楽しさや、食べることに自信がもてるようになり、お弁当に嫌いなものが入っていても頑張ってお食べようとする姿勢が見受けられるようになった。今後は、一人一人の好き嫌いの実態をより細やかに把握し、個々に応じた声掛けや支援ができるように、園と家庭とが連携を深めていきたい。
- 保護者から「野菜の皮をむいたり切ったりしておねえちゃんとカレーライスを作ってくれました。」、「サラダを作るのにきゅうりを切ってくれました。上手に包丁を使っていて驚きました。」、「園から持ち帰った はつか大根でサラダと一緒に作りました。」などの声が聞かれるようになった。園で野菜の栽培や料理をしたことで、進んで料理をするようになったり、料理の手伝いをさせる家庭が増えてきたように感じる。今後は、収穫した野菜を持ち帰らせ、家庭で一緒に料理し、楽しく食べる喜びを味わえるように推進していきたい。
- 保護者から「食事の時、みんなで赤や黄色、緑などの食材のクイズをしながら食べています。」、「残している時も『みどりんが残っている』という頑張り食べています。」、「食材や栄養について話をするきっかけになった。」などの声が聞かれるようになった。今後は食の大切さを分かりやすく伝える工夫をしていきたい。

- 野菜を育てるには、水やりや草取り、肥料やりなど手間がかかることを知り、食べ物への感謝の気持ちを感じさせることができた。
- 視聴覚教材の利用や食に興味を持てる遊びを取り入れることで、食べ物や自分の体に興味を持つことができるようになった。今後は、興味を持って食にかかわっていける遊びの環境を工夫していきたい。

#### 【幼稚園での事業成果と今後の課題】 幼稚園長

平成19・20年度、岡山県から指定を受けて推進してきた「食育から広げる生活リズム向上プラン」の取組は、幼稚園教育にとってまさに時期を得たものであった。平成20年3月に改定幼稚園教育要領が公布されたが、領域「健康」のなかには、新たに「食育」に関わる内容が加わり、内容の取扱いとして「園児の食生活の実情に配慮し、和やかな雰囲気の中で教師や他の幼児と食べる喜びや楽しさを味わったり、様々な食べ物への興味や関心をもったりするなどし、進んで食べようとする気持ちが育つようにすること・・・」が新たに示された。

幼稚園では、従来から取り組んでいた「できていますかカード」や日々の園児の実態から生活リズムの見直しの必要性を感じ、歯磨き、朝食、大便、また、バランスよい食事の大切さなど栄養教諭の指導を親子で受けてきた。それを引き継ぎ園児にも、食材を三つのグループに分けバランス良い食事が大切なことの指導をし、ままごと遊びや自分たちで栽培した野菜を食べるなどをすることで、園児の食に対する意識はより高まった。

平成21年度も「栄養教諭を中核とした食育推進事業」の指定のなか、前年度に続き栄養教諭の指導を受けながら取組を進めてきた。

小学校1年生の給食の実態から、おはしがきちんと持てない子、食事の遅い子、好き嫌いのある子など、幼稚園で指導すべき課題を教えてもらうことができた。

また、園児のお弁当の時間を通して見てもらい、ふりかけや味つけのご飯でなく、白いご飯とバランスの良いおかずで食べることが、味覚の上からも大切であることの指導を受けた。参観日に栄養教諭から、そうした実態を保護者に伝えてもらい、「おやつ作り」や手伝いが脳の発達に大きな役割を果たすとの話をしていただいた。子どもにとって家庭での体験・習慣が大変重要である。「少しでも親子で調理を楽しむ時間を作っていきたい」とか、「家庭で、これは赤の食べ物、これは黄色の食べ物・・・と三つの栄養素を言いながら食べています。」「お弁当にふりかけを控えるようにしました」などの声が聞かれ、保護者の意識の向上が見られたことは大きな成果である。

今後とも栄養教諭の指導を受けながら、園児への指導とともに、保護者と園との連携を深め、食育についての理解とより良い生活習慣づくりを進めていきたい。



## (2) 小学校での取組

### 【内 容】

- ・ 主食である稲作り体験学習を、年間を通じて指導していく。  
(田植え・稲刈り・稲こぎ・稲作り発表会・お飾り作り等)

### <体験学習>

#### ○ 5年生総合的な学習の時間「米作り」

ボランティアティーチャーに1年間をとおした指導をお願いし、米作りに必要な条件や年間の計画を聞くところから活動を始めた。田植えや稲刈りでは泥の中に入ったり、鎌をもって稲を刈り取ったりする経験が初めての児童もたくさんいて、米作りの工夫や苦勞を味わうことができた。



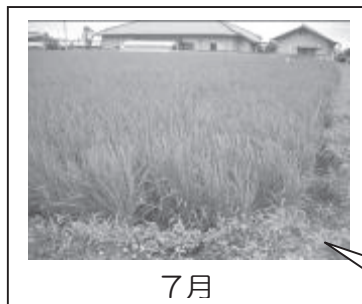
4月30日 もみまき

もみをまんべんなくしきつめるのは、すごく難しかったです。一円玉の大きさくらいのすき間があいてもいけないと教えてもらいました。



5月27日 田植え

みんなで息をあわせて、1列ずつ植えていきました。こしが痛くなりました。田植えの機械ができるまでは、どこの家でも苦勞して手で植えていたことがわかりました。



7月

植えたときには小さかった苗が、7月には大きく成長していました。



10月6日 いいそない

縄を「なう」のは、教えてくれた鷲田さんは簡単になっていたけど、ぼくは本当に難しかったです。コツをつかんだ後はみんなで教えあって、たくさんの「いいそ」がなえました。



10月13日 稲刈り



刈った稲は十字に交差させて棒に干します。これを「天日干し」といいます。しっかりお日様で乾燥させることでおいしいお米に仕上がります。

友だちとペアになって、稲を刈りました。初めて鎌を使うので、手を切らないように気をつけました。刈った稲は10わを1組にして、いいそないで作った縄でくくりました。腰をかがめるので、腰が痛くなりました。



10月23日 稲こぎ



できあがり



12月6日 お飾り作り

いいそないで、ない方を教えてもらいましたが、今回は右ないと左ないがあって大変でした。しかも、お正月に飾るお飾りなので、いいのを作りたいと思いながらしていきました。米作り最後の作業なのでがんばろうと思いました。形ができあがったら、仕上げに水引・稲の穂・飾りをつけて完成しました。家に持って帰って家族に見せるのが楽しみです。玄関に飾ります。

<給食でもいただきました>

- ・とってもおいしいお米でした。5年生の苦勞がわかる味でした。5年生のみなさん、ありがとう。
- ・真っ白でとてもキレイなお米で、おかわりもすぐなくなりました。
- ・いつもよりモチモチしていて、すごくおいしかった！もっとたくさん食べたいです。



○ 3・4年生社会見学 蒜山ジャージーランド

牧場で働く人々の仕事や工夫を知るため、牧場でのえさやり体験や乳搾り体験などを行った。

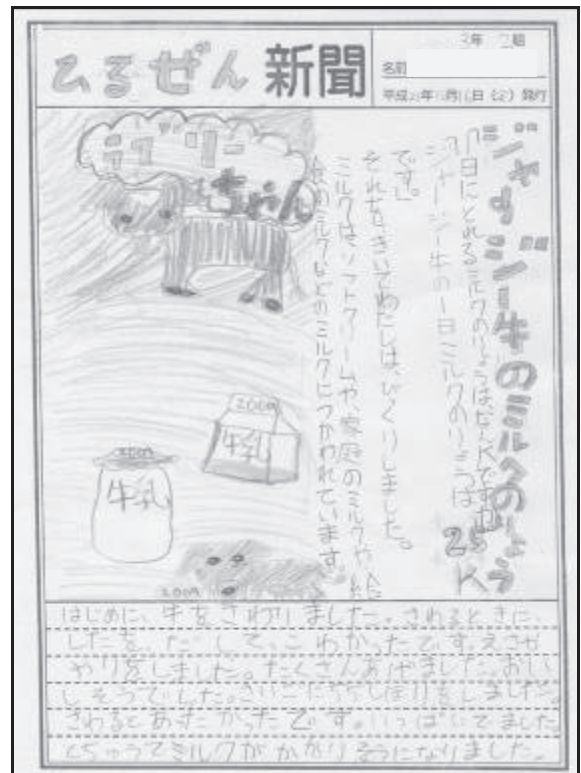


はじめに牛をさわりました。さわるときに牛がしたを出したので、こわかったです。でも目が大きくてとてもかわいかったです。

えさやりをしました。たくさんあげました。おいしそうにたくさん食べていました。牛の子どもは母おやのおちちをのむのではなく、こなミルクをのむそうです。うまれたての赤ちゃんはこやの近くにいったらいけないそうです。そのわけは、近くにいったらびょう気になってしまう牛がいるからです。



さいごにちちしぼりをしました。牛のおちちをさわると、あたたかかったです。いっぱいできました。と中でミルクが上がりそうになりました。





# 平成21年度 食に関する指導の全体計画

奈義町立奈義小学校

児童：偏食のある児童が多い 保護者：教育に関心がある	<b>学校教育目標</b> 豊かな心を持ち、自ら考え、たくましく生きる児童の育成 <b>目指す子ども像</b> かんがえる子ども がんばる子ども やさしい子ども 気づく子ども	学習指導要領 食育基本法 食育推進基本計画
-------------------------------	--	-----------------------------

## 食に関する指導目標

望ましい食生活の習慣を身につけ、好ましい人間関係を育成し、心身ともに健康な児童を育てる。

- ① 食事の重要性や食事の楽しさを理解する。(食事の重要性)
- ② 自分の健康に配慮した食生活を知り、望ましい食習慣を身につける。(心身の健康)
- ③ 正しい知識・情報から、食品の品質及び安全性等について自ら判断できる能力を身につける。(食品を選択する能力)
- ④ 食べ物を大事にし、食べ物の生産等にかかわる人々への感謝する心をはぐくむ。(感謝の心)
- ⑤ 食事のマナーを身に付け、好ましい人間関係や豊かな心をはぐくむ。(社会性)
- ⑥ 各地域の産物、食文化や食にかかわる歴史等を理解し、尊重する心をもつ。(食文化)

幼稚園	低学年	中学年	高学年	中学校
	・みんなと仲良く食べることが出来る。 ・いろいろな食べ物があることを知り、何でも食べようと努力することができる。	・好き嫌いをなく食べることの大切さを知る。 ・楽しく雰囲気の中で食事をすることができる。	・自分の食生活を見直し、よりよい食習慣を身につけようと努力することができる。 ・楽しみながら食事をすることで、豊かな心や望ましい人間関係を育むことができる。	

特別活動	学級活動 及び 給食時間	1学期	2学期	3学期
		○何でも食べよう ○歯を大切にしよう ○決まりを守って準備・片付けをしよう ○マナーを守って仲良く食べよう	○食べ物の名前が分かる ○好き嫌いをなく何でも食べよう	○感謝して食べよう ○食べ物の仲間分けをしよう ○自分の食べ方について反省をしよう
	学級活動 ◎給食指導	○楽しい給食 ○協力して上手に配膳しよう ○清潔を考えた給食にしよう	○歯を大切にしよう ○食品について知ろう ○好き嫌いをなく食べよう	○感謝して食べよう ○自分の食生活について反省をしよう
		○楽しい給食 ○能率よく準備片付けをしよう ○衛生 マナーを考えた給食にしよう セレクト給食(ジャム)	○歯を大切にしよう ○健康な生活習慣を考えよう ○食事の環境について考えよう セレクト給食(主菜(デザート) リクエスト給食	○感謝して食べよう ○食生活について考えよう ○楽しい食事にしよう 卒業/ダイニング給食
	学校行事	入学式 試食会 奈義祭	運動会 音楽発表会	給食週間 給食感謝集会 卒業式
児童活動	給食黒板の準備 ワゴン片付け点検 給食時校内放送 歯みがき集会(6月)、給食集会(1月)			

各教科との関連		1年	2年	3年	4年	5年	6年
	国語	説文「めめ」		説文「ミツカミツカ」 物語「もちもちの木」	説文「手で食べるはして食べる」		
	社会			ものをつくる人々の仕事 昔の道具調べ	わたしたちのくらしと水・こみ	米作りのおかん地域 水産業のおかん地域	米作りのはまりと国の統一 世界中の日本とわたしたち
	理科			糧物の生		種子の発芽と養分 花から実へ	食物の消化と吸収 生物とかんきょう 自然とともに生きる
	家庭科					簡単な調理をしてみよう 作っておく食べよう	生活を見直そう 楽しい食事を工夫しよう
	体育科 (保健運動)			毎日の生活とかんこう	大人は行く私たちの体		病気の予防
	生活総合	学校たんけん さつまいも栽培	町たんけん くんぐんのびろ		わたしたちのくらしと水・こみ	米作り 地域の方との交流会 米を使った料理から世界へ	
道徳	たのしみ	たのみのらしき	お母さんの耳 日曜 どちらからか(カレーライス)			ハンガーマップ	

地域産物活用	地域産物を給食に積極的に取り入れ、地域の特色や良さについて知らせる
個別指導	食物アレルギー個別対応(個人情報取扱に留意)
地域や家庭との連携	家庭における食生活に対する関心を高める。(給食日より、学校日より、学年・学級日より) 家庭・地域の理解と協力を深める。(給食試食会、食に関する講義、親子料理教室)



# 平成21年度 給食指導年間計画

奈義町立奈義小学校

	4月	5月	6月	7月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
給食目標	決まりを守って準備と片付けを上手にしよう	マナーを守って楽しく食べよう	衛生に気をつけ給食をしよう	夏の食事について考えよう	楽しい食事ができるよう工夫しよう	食べ物に関心をもちよう	好き嫌いをなくすよう	冬の食事について考えよう	感謝して食べよう	感謝して食べよう	一年間の反省をしよう	
目標	決まりを守って準備片付けをしよう マナーを守って仲良く食べよう	協力して準備片付けをしよう 上手に片付けをしよう	清潔を考えた給食にしよう 夏の食生活について考えよう	手洗いをきちんとしよう 清潔を考えた給食にしよう	楽しく食べよう 食べ物を知ろう	食べ物を知ろう 食生活について考えよう	なんでも食べよう 冬野菜について知ろう	好き嫌いをなくすよう 健康な生活習慣を知ろう	感謝して食べよう 食生活を大切にしよう	感謝して食べよう 食生活を大切にしよう	自分の食べ方について反省をしよう	
指導内容	能率よく準備片付けをしよう 食事のマナーを考えよう	食生活について考えよう 衛生的な給食時間について考えよう	夏の健康と食生活について考えよう 衛生的な給食時間について考えよう	夏の健康と食生活について考えよう 衛生的な給食時間について考えよう	食べ物と健康について考えよう 食生活について考えよう	食べ物と健康について考えよう 食生活について考えよう	冬の食生活について考えよう 偏食の害	冬の食生活について考えよう 偏食の害	感謝して食べよう 食生活を大切にしよう	感謝して食べよう 食生活を大切にしよう	楽しい食事にしてしよう	
学級活動	給食の決まり・給食当番・配膳片付け	食事のマナー・はし・姿勢・食器の扱い方	衛生的な給食・手洗いの徹底	正しい食生活・夏/冬予防・朝ごはん	食生活について考えよう 旬の食品・味覚の秋・地場産物	食生活について考えよう 旬の食品・味覚の秋・地場産物	偏食の害	冬の食事・風邪予防・手洗い・うがい	感謝の心・給食ができるまで	感謝の心・伝承料理	一年間の反省・楽しい給食	
各教科	1～6年「楽しい給食」 1年「歯を大切にしよう」 1年(生) 学校たんぱん 2年(生) 町たんぱん 4年(社) わたしたちのくらしと水 わたしたちのくらしと水 わたしたちのくらしと水・くらしと水 5年(社) 米作りのさかんな地域 5年(理) 種子の発芽と養分 5年(家) かんたんお味噌汁 5年(給) 米作りの初まき 6年(社) 米作りのはしまり七国の統一 6年(家) 生活を見直そう	1年「何でも食べよう」 2年「歯を大切にしよう」 1年(生) さつまいもを育てる 2年(生) ぐんぐんのびろ 3年(国) ミラクルミルク 3年(保) 毎日の生活とけんこう 5年(理) 花から食べよう 5年(給) 米作り 田植え 6年(理) 食物の消化と吸収 6年(理) 生物とかんきよ	3年「歯を大切にしよう」 6年「歯を大切にしよう」 2年(生) ぐんぐんのびろ 3年(国) もちもちの木 3年(社) ものをつくる人々の仕事 3年(理) スーパーマーケット・野菜 4年(保) 大人に近づくと私たちの体 5年(社) 水産業のさかんな地域 5年(給) 米作り いそいそ	4年「歯を大切にしよう」 5年「歯を大切にしよう」 1年(生) さつまいも収穫祭 1年(国) まめ 2年(生) さつまいも収穫祭 ラディッシュ収穫祭 4年(国) 手で食べる、はして食べる 5年(給) 米作り 稲刈り・脱穀 6年(家) 楽しい食事を工夫しよう 6年(保) 病気の予防	4年「歯を大切にしよう」 5年「歯を大切にしよう」 1年(生) さつまいも収穫祭 1年(国) まめ 2年(生) さつまいも収穫祭 ラディッシュ収穫祭 4年(国) 手で食べる、はして食べる 5年(給) 米作り 稲刈り・脱穀 6年(家) 楽しい食事を工夫しよう 6年(保) 病気の予防	3年「歯を大切にしよう」 6年「歯を大切にしよう」 2年(生) 冬の町たんぱん 3年(社) 昔の道長調へ七輪種 5年(家) 作っておいしく食べよう 5年(給) 地域の方との交流会 米を使った料理から世界へ 6年(理) 自然とともに生きる	1～6年「感謝して食べよう」 2年「食べ物仲間割げをしよう」 2年(生) 冬の町たんぱん 3年(社) 昔の道長調へ七輪種 5年(家) 作っておいしく食べよう 5年(給) 地域の方との交流会 米を使った料理から世界へ 6年(理) 自然とともに生きる	3年 家族の仕事 6年 ハンガーマップ	3年 家族の仕事 6年 ハンガーマップ	3年 家族の仕事 6年 ハンガーマップ	3年 家族の仕事 6年 ハンガーマップ	6年「バイキング給食」 6年(社) 世界のなかの日本 とがたしたち
道徳	1年 たのしいな	3年 お母さんの耳、日曜	2年 たのめふしぎ 3年 どちらからか(カレーライス)	2年 たのめふしぎ 3年 どちらからか(カレーライス)	2年 たのめふしぎ 3年 どちらからか(カレーライス)	2年 たのめふしぎ 3年 どちらからか(カレーライス)	2年 たのめふしぎ 3年 どちらからか(カレーライス)	2年 たのめふしぎ 3年 どちらからか(カレーライス)	3年 家族の仕事 6年 ハンガーマップ	3年 家族の仕事 6年 ハンガーマップ	3年 家族の仕事 6年 ハンガーマップ	
給食	日本の郷土料理 世界の料理 日本の郷土料理	世界の料理 日本の郷土料理 世界の料理 日本の郷土料理	世界の料理 日本の郷土料理 世界の料理 日本の郷土料理	世界の料理 日本の郷土料理 世界の料理 日本の郷土料理	世界の料理 日本の郷土料理 世界の料理 日本の郷土料理	世界の料理 日本の郷土料理 世界の料理 日本の郷土料理	世界の料理 日本の郷土料理 世界の料理 日本の郷土料理	世界の料理 日本の郷土料理 世界の料理 日本の郷土料理	世界の料理 日本の郷土料理 世界の料理 日本の郷土料理	世界の料理 日本の郷土料理 世界の料理 日本の郷土料理	世界の料理 日本の郷土料理 世界の料理 日本の郷土料理	
	4月	5月	6月	7月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	

## ○ 食に関する指導

### 第 2 学 年 学 級 活 動 学 習 指 導 案

平成 21 年 10 月 21 日 (水) 第 3 校時 指導者 担 任 岡本玲子 (T1)

栄養教諭 山本紀子 (T2)

#### 1 題 材 「やさいパワーで元気な体を作ろう」

#### 2 目 標

野菜には体にとって大切な働きがあることを知り、好き嫌いなく進んで食べようとする意欲をもって野菜を食べられるようにする。

#### 3 題材設定の理由

##### ○ 題材観

「食」は健康な生活を送る上で重要な役割を果たしている。望ましい食生活は、健やかな成長や心の安定につながると考えられる。野菜を積極的に摂取した食生活が望まれるが、低学年の児童は野菜嫌いな子が多く、摂取の不足している児童がみられる。学校の給食時間においても、野菜を中心とした献立の時には、どうしても残量が多くなりがちである。また、家庭の食事でも動物性食品の摂取が増え、野菜とのバランスに欠ける傾向がみられる。

野菜にはビタミンやミネラル、食物繊維等が豊富に含まれており、体の調子を整える働きがある。成長期の児童にとって、野菜の働きを知り、進んで食べようとする意欲を持つことは、健康な体を作るために大変重要である。

そこで、野菜の体内での働きを知らせることで、好き嫌いなく進んで食べようとする意欲をもたせたいと考え、本題材を設定した。

##### ○ 児童の実態

本学級の児童は 28 名である。給食の時間を楽しみにしている児童が多く、クラスみんなで楽しく給食を食べることができている。また、2 学期になり食べる量も増えつつあるが、中には野菜中心の献立を苦手としている児童もいる。苦手な献立でもがんばって食べようとしている姿が見られるが、野菜を食べた方が良いことはわかっているが、野菜の働きについてまでは詳しく知らないため、なぜ食べないといけないのかわからずに食べているのではないかと考える。

そこで、野菜は自分たちの体にとって大切な働きがあることを知らせることで、進んで食べようとする気持ちがもてるようにしたい。

##### ○ 指導の工夫

- 野菜に含まれる栄養素や健康な体をつくる働きについて知らせるためには専門的な知識が必要となると考え、担任と栄養教諭との TT 指導を行うこととした。きめ細かい指導とその専門性を生かして学習できるようにする。

- ・ 生活科の時間に栽培した野菜を導入に使用することで、児童が野菜に興味をもったり、より身近に野菜を考えたりすることができるようにする。
- ・ 給食に使われている野菜を「色の濃い野菜」と「色のうすい野菜」に分ける活動を行い、それぞれの働きについて知らせることで、児童が食生活のなかで野菜の働きを意識しやすいようにする。
- ・ 実物の野菜を使用することで視覚的に訴え、興味をもてるようにする。
- ・ 食物繊維については1年生の時に学習した絵カードを使用し、さつまいもに含まれていたものと同じであることがわかるようにする。
- ・ この目標を達成するためには、家庭との連携が必要不可欠であると考え、前時生活科は参観日に行うことで保護者にも啓発し、親子で家庭での食生活を考え直す機会となるようにする。
- ・ 事後の活動として、学習のまとめに自分のめあてを書いた「がんばりカード」を学校だけでなく家庭でも取り組むことで、家庭と連携をとりながら元気な体を作るために苦手な野菜でもがんばって食べようとする意欲をより強く持つことができるようにする。

#### ○ 食育の視点

- ・ 野菜には体の中で大切な働きがあることがわかる。(①食事の重要性)
- ・ 元気な体を作るために好き嫌いなく食べることが欠かせないことがわかる。(②心身の健康)

#### ○ 研究テーマとの関連

この指導は本校の研究授業として行う。本校健康教育部会の研究テーマ「『子どもが安定した学校生活を送るために身につけてほしい力』を考える」に迫るためには、子どもたち自身が健康な体をつくるためにどのような生活が大切なのかを知ることが必要であると考えた。そこで、食生活では主に「体の調子を整える」働きのある野菜の栄養について知らせ、健康な体をつくるためには欠かせない食品であることを伝えていきたい。そして野菜を好き嫌いなく進んで食べることで、毎日元気に登校し、学校生活を安定して送ることができるようにしていきたい。

## 4 事前の活動

給食時間	給食に使われている野菜を知ろう
生活科	野菜の仲間分けをしよう

5 本時案

学習活動	・ 教師の支援および配慮事項	準備物 ◎評価(方法)
<p>1 色の濃い野菜と色のうすい野菜に分けられることを思い出す。</p> <p>2 本時のめあてをつかむ。</p>	<p>・色の濃い野菜と色のうすい野菜について前時の学習に使用した野菜やカードを使って思い出せるようにする。(T1)</p> <p>・給食にいつも野菜がでるのはなぜかを予想させることで、体の中での野菜の働きに関心をもつことができるようにする。(T1)</p>	野菜 カード
野さいパワーを知ろう		
<p>3 野菜を色の濃い野菜と色のうすい野菜に分ける。</p>	<p>・今日の給食に使われている野菜を提示し、色の濃い野菜と色のうすい野菜に分ける。(T2)</p> <p style="text-align: center;">色の濃い野菜 にんじん・ねぎ・小松菜</p> <p style="text-align: center;">色のうすい野菜 玉ねぎ・ごぼう・白菜・もやし</p>	野菜 絵カード
<p>4 それぞれの働きについて知る。</p>	<p>・色の濃い野菜と色のうすい野菜にはそれぞれに大切な働きがあることをペープサートを使って説明する。(T1 T2)</p> <p style="text-align: center;">色の濃い野菜 : 目の働きを守る カロテンの働き</p> <p style="text-align: center;">色のうすい野菜 : かぜをひかない体をつくる ビタミンの働き</p>	ペープサート カロテン ビタミン
<p>5 これからの食生活について考える。</p>	<p>・1年生の時に学習した絵カードを提示することで、さつまいもについて思い出せるようにし、どちらのグループにもさつまいもと同じ食物繊維が含まれていることを知らせる。(T2)</p> <p>・野菜にはそれぞれ違った働きがあることを知らせることで、いろいろな野菜を食べなければいけないことに気づくことができるようにする。(T2)</p> <p>・それぞれの働きをプリントに記入するように指示する。</p> <p>・本時の学習でわかったことやこれからがんばることをプリントにまとめる。(T1)</p> <p>・まとめたことを発表する場を設けることで、これからの食生活の意欲を高められるようにする。(T1)</p>	絵カード  プリント ◎野菜には大切な働きがあることがわかり、進んで食べようとしているか。(プリント・発表)



6 事後の活動  
 がんばりカードに取り組もう

7 授業の実際

色の濃い野菜と色のうすい野菜に  
 仲間分けをしよう

「こまつなはどちらに分けられ  
 るのだったかな？」  
 「色の濃い野菜です！」



それぞれの働きについて知ろう

「カロテンマンとビタミンちゃん  
 の登場です！」  
 色の濃い野菜と色のうすい野菜は  
 それぞれに違う働きがあるんです  
 ね。

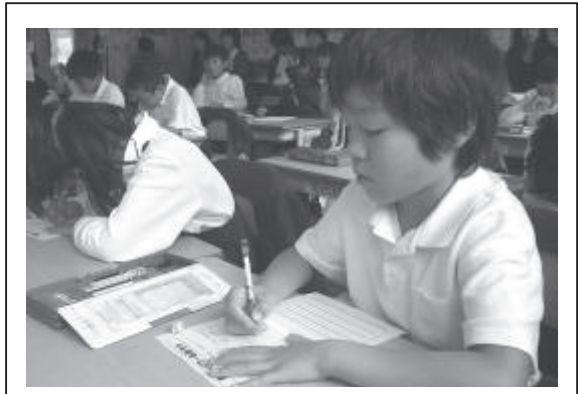
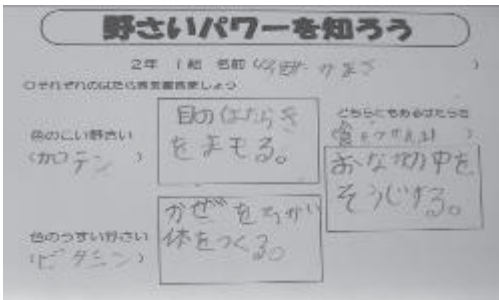


どちらにもある働き

「この絵を覚えていますか？」  
 「あっ 1年生の時に勉強したぞ」  
 「さつまいものすじについて勉強  
 したときと同じだ」



まとめをしよう



<児童の感想>

「色のこい野さいと色のうすい野さいをりょうほう  
たべて、元気なからだでいたいです。」  
「ぼくはかぜをひきやすいので、色のうすい野さい  
をいっぱい食べたいです。」



8 授業反省

- ・ 実態に合わせた教材・教具の工夫がしてあり、子どもたちの反応もよかった。
- ・ プリントと板書がうまくつながっていて、どの子もいろいろな場所にヒントを見つけてまとめることができていた。
- ・ がんばりカードに込められた願いを伝えることで意欲を高めることができていた。
- ・ 1年生から継続している学習の大切さを感じた。
- ・ 栄養教諭がいることが本校の特色であり、良さでもあることが良くわかった。
- ・ 語り口が丁寧で、表情や雰囲気がとてもよかった。知識をわかりやすく教えることで、生活を変えていくことが大切であると感じる内容であった。
- ・ 発表の苦手な児童には復習の場面でしっかり時間をとって発表させると良かった。
- ・ 自分自身の課題を見つけ、それを明確にした上で授業をつくることが大切。1人1人の課題意識を鮮明にし、その上に情報をのせ、そして自己決定するという流れを大切に考えていきたい。

9 事後の活動 「野さいもりもりカード」

**野さいもりもりカード**

色のこい野さい、色のうすい野さいを食べて、に色をぬりましょう。

	あさごはん	ひるごはんのつゆ	よるごはん
10月21日(水)			
10月22日(木)			
10月23日(金)			
10月24日(土)			
10月25日(日)			
10月26日(月)			
10月27日(火)			

かんとくを書きましょう  
きょうはかぼちゃの汁  
を飲んでみた。

あつちのあつち  
一週間ちゃんと野菜を食べて  
ました。カードがなくなって  
食べられるように頑張りたい  
です。

**野さいもりもりカード**

色のこい野さい、色のうすい野さいを食べて、に色をぬりましょう。

	あさごはん	ひるごはんのつゆ	よるごはん
10月21日(水)			
10月22日(木)			
10月23日(金)			
10月24日(土)			
10月25日(日)			
10月26日(月)			
10月27日(火)			

かんとくを書きましょう  
野菜さいもりもりカードを  
楽しんでます。

あつちのあつち  
朝ごはん、向きの野菜を食べるの  
習慣を身につけ、お母さんやお父さん  
の野菜の残りなども見つけたので、  
お母さんやお父さんに感謝して、  
おやつや朝食で食べる機会を増やした  
カードがなくなると、お母さんやお父さん  
に感謝したいと思います。

## 【小学校での事業成果と今後の課題】 小学校長

奈義小学校においては、栄養教諭を中心として食に関する指導の全体計画を作成し計画にしたがって指導を行っている。

児童をとりまく環境へ配慮をする必要があるため、家庭、地域への啓発として、地場産物を活用した献立や郷土料理を給食に提供して郷土料理の継承を図り、給食日より等でも随時啓発している。地場産物の活用にあたっては、生産者の顔が見えるよう校内に顔写真を掲示している。

3年生児童は、「総合的な学習の時間」に地域の販売所「山彩村」に見学に行く活動と身近な地域で生産される野菜を再確認したり、生産者の苦労話を聞いたりする体験をしている。更に、生産者を小学校へ招いての交流給食により、グループに分かれて児童と一緒に話しながら給食を食べることも行っている。このような体験から自分が好きでなかった野菜を「白ネギが食べたい」と発言するまでになり家族を驚かせたということもおきている。

5年生児童は、「米作り」を通して指導をしている。「田植え」から始まり、「稲刈り」、「稲こぎ」、「発表会」、「お飾りづくり」と、1年間を通じてコシヒカリ系統の品種『もりのくまさん』に取り組んでいる。新米を食べた児童に「きれいでもちもちしておいしい。」と好評であり、給食でもいただいた。この一連の活動には、今年から取り組んでいる「学校支援ボランティア」も参加し活動をともにするなど「開かれた学校」へと前進した事例にもなっている。

栄養教諭が地域との連携により食育推進活動を実施し、生産者組合への加入者も増えるなどお年寄りの生きがいと地域の活性化にもつながっている。

地産地消の取組により、米や特産物の栽培・収穫・調理等、体験活動や食に関する授業を通して、学年相応の発達段階に応じた食育の場を設定することができており、引き続き食に関する授業や実践を重ね、意識の高揚を図るとともに、児童が自分の食生活や健康について自分で考え実践し続けることができるよう支援していくことが必要と考える。

また、食事に関するマナーについても、食前食後の「あいさつ」、準備や片付けの仕方など、今後も家庭や地域と連携して指導していきたいと考えている。

### (3) 中学校での取組

【目的】 栄養教諭による食育指導を通して、教員及び生徒の食に対する意識の変容を図る。

#### 【取組の内容】

- ・ 栄養教諭と校長、教頭、食育指導担当者との研修
- ・ 栄養教諭の指導による校内研修
- ・ 栄養教諭の給食時間での各教室における食育指導 (週一回各教室)





- ・ 栄養教諭による 1 年学級活動の指導  
題材「1 日のスタートは朝食から」
- ・ 町教育研修会(健康教育部会)で家庭科の公開研究授業を実施し、栄養教諭を中心に  
して食育に関する指導法の改善を図る。

【事業成果と今後の課題】

- ・ 生徒の多くが食事の意義や目的を理解するようになった。また家庭科や給食担当以外  
の教員も食育や健康の事を意識して、日々の活動をするようになった。
- ・ 生徒全員の意識改革までには至っておらず、給食の食べ残し等も多い現状がある。

○ 生徒会給食委員会の活動

【目 的】

生徒会の給食委員会に給食に関する様々な取組を実施させ、食育指導の一助とする。

【給食委員会の活動方針】

給食の配膳、片付けがスムーズに行えるように全体に配慮する。

【活動内容】

月	月 目 標	活 動 内 容
1 1	給食を残さず食べよう	三年生のポスターづくり・配膳室での呼びかけ
1 2	運搬と配膳を早くしよう	二年生ポスターづくり、エプロン回収
1	牛乳を残さず飲もう	学級及び配膳室での呼びかけ
2	牛乳パックをきちんと開こう	一年生ポスターづくり、配膳室での呼びかけ
3	給食を残さず食べよう	学級及び配膳室での呼びかけ

【事業成果と今後の課題】

- ・ 主な活動内容は給食を衛生的に楽しく食べるための活動だが、生徒自身が教室環境の  
衛生を考えることができるようになってきている。
- ・ 委員会活動により、どのクラスも明るい食事風景になっ  
ている。



PTAの試食会の様子

○ P T A 会 員 へ の 啓 発 活 動

【目 的】

保護者に給食の現状を認識してもらうとともに、食育の  
必要性を理解してもらう。



### 【取組内容】

P T A 母親委員会主催の給食試食会を実施して、給食の現状を認識してもらおう。また、栄養教諭を囲んで食育についての研修をする。

### 【事業成果と今後の課題】

- ・ 保護者が給食のことを良く理解してくれた。
- ・ 栄養教諭が食事と健康について講話をして、参加した保護者に食事と家庭教育の重要性を啓発することができた。
- ・ 保護者の参加がまだ一部に留まっているため、参加者が増える取組が必要である。

### 【中学校での事業成果と今後の課題】 中学校長

心と体の健康は毎日の食事が源になっているのはいうまでもないが、中学生にこの事を諭すのはこれまでの課題であった。思春期の最中である中学生は、体型やダイエットを気にして、自らの食欲を制限することなどが色々な場面で見られた。また、家庭教育力が低下し、食事を家で作らない保護者も散見されるようになっていく中で、食事の果たす役割や機能について保護者に啓発をしていくのは、様々な困難が伴っているのも現実であると思っている。

このような中で、栄養教諭が中心に様々な取組を実施し、徐々に各方面に変容が見られ出している。第一に生徒たちが食材や食事の内容に意識を向け出し、健康問題は食事で解決できるものが多いという意識を、もちだしたことである。第二は家庭へ様々な食育に関する印刷物を配布したり、P T A 活動や学級懇談会等を通して、家庭での食育の重要性が浸透してきている。

しかし、各方面の全体に意識の変革をもたらしているものではなく、いかにこの取組の裾野を広げるかが今後の課題だと考えている。

(5) 町教育研究会で共通に食育を推進する  
幼稚園公開授業

◇日時 平成21年10月27日(火)

◇目的 幼稚園で公開保育を行い、園での食育の取組を通じ、小・中学校や町の関係機関と共通認識をもち、関係者が連携を深めることができるよう推進する。

## 1 指導内容

### (1) ままごと遊び

#### ○ 環境構成

- ・ ごちそう作りが楽しめるように、いろいろな材料を用意したり、自分たちで材料を採りに行けたりできるようにする。
- ・ 用具を取り出したり、片付けたりしやすいように種類別に表示しておく。

#### <4歳児>

#### ○ ねらい

- ・ 自分なりに試したり工夫したりしながら、友達と一緒にごちそう作りを楽しむ。

#### ○ 教師の援助

- ・ すったり切ったりつぶしたりしている様子を認めたり、ごちそうができたことに共感し満足感が味わえるようにする。
- ・ 教師も一緒にごちそうを作りながらごちそうのヒントを指導し、楽しんでごちそう作りができるようにする。
- ・ 包丁やおろし器を使う様子を見守りながら、使い方が不十分な幼児には使い方を教え、安全に遊べるようにする。

#### <5歳児>

#### ○ ねらい

- ・ 友達に自分の思いや考えを出し合いながら、ごちそうを作ったりレストランごっこを楽しむ工夫をさせる。

#### ○ 教師の援助

- ・ 自分の思いを伝えたり、友達の思いを受け入れたり、相談したりしている姿を認め、自分たちで遊びを進めていけるようにする。
- ・ 教師もお客になるなど遊びに加わり、園児と会話のやり取りを通して雰囲気盛り上げ、楽しく遊びが進められるように工夫する。
- ・ 切り方や盛り付け方等工夫しているところをしっかりと認め、更に工夫して作ろうと



する気持ちをもてるようにする。

- ・ 年少児に用具の使い方を教えたり、優しくかかわったりしている姿を認めることで、年長児としての自信をもてるようにする。

すすきのレストラン  
にいらっしゃいませ  
〜♪



おまかせしました！  
これも食べてね。



このサラダ、  
とってもおい  
しい！



何作ろうかな。お客さん、  
食べてくれるかなあ？



こんなごちそうが  
できました〜！！

## (2) クラスでの取組

### <4歳児>

#### ① 幼児の実態と教師の願い

- ・ 6月に芽さしをしたさつま芋を掘り、いろいろな形の芋ができて驚きながら、喜んで収穫することができた。収穫したさつま芋は、蒸かし芋にしたり、自分たちで茶巾絞りを作って食べた。さつま芋が苦手な園児も、自分たちで育てたことや、みんなで一緒に作ったことで、おいしく食べることができた。また、いちごの苗を植え、毎日水やりをしながら生育を楽しみにしている。自分たちで野菜を育てることで、収穫の喜びを味わい、苦手なものでも食べようとする意欲が育ってほしい。また、世話をすることを通して、思いやりの気持ちをもったり、実がなることを期待できるよう

にしていきたい。

- ・ 絵本を読んだりタペストリーを使い、いろいろな食べ物が、赤、黄、緑の仲間に分けられることを知らせてきたことで、お弁当を食べながら、「今日は赤と黄色と緑、全部入っとる!」「ピーマンは緑だったっけ?」などと、興味をもって話をする様子が見られた。そこで、本物の食材を用意し、実際に自分たちで赤、黄、緑の仲間に分け、食べ物の役割（体のもと、力のもと、元気のもと）を知ることで、いろいろな食材を喜んで食べるようになってほしいと考えている。

## ② ねらいと内容

○ いろいろな食べ物に興味をもつ。

- ・ 食べ物を赤、黄、緑の仲間に分け、役割を知る。
- ・ 友達と一緒に食べる楽しさを味わう。

## ③ 本日の展開

生活の流れ	環境の構成と教師の援助
○ クラスでの活動をする。 ・ 買い物遊びをする。	<ul style="list-style-type: none"><li>・ みんなで一緒に遊びの用意をすることで、買い物遊びに期待がもてるようにする。</li><li>・ 食材に触れたり、匂いをかいだりすることで、食べ物に興味がもてるようにしていく。</li><li>・ 友達と一緒に買い物をしたり、赤、黄、緑の仲間に分けたりする様子を見守っていく。</li><li>・ 「いらっしゃいませ」などと声をかけながら、買い物を楽しめるような雰囲気を作っていく。</li><li>・ 不安で買い物がしにくい園児には、言葉をかけたり他児に尋ねたりしながらも、一人で買い物ができる気持ちをもてるようにする。</li><li>・ 友達と相談したり、友達を応援したりする姿を認めていく。</li><li>・ 買った品物を見ながら話し合い、赤、黄、緑の食べ物と、その役割を知らせ、三色の必要性を指導していく。</li><li>・ 赤、黄、緑に分けた食材は園児の目に見えるところに置き、お弁当の中身と見比べることで、自分の食べているものやその役割に興味をもてるようにしていく。</li></ul>



#### ④ 買い物遊びの様子

自分たちが食べている実際の食材で遊ぶことで、食べ物により興味をもてるのではないかと考え、三つの仲間を選ぶ買い物遊びをした。

品物を並べる時から、「ほんとのお店みたいじゃなあ。」と、買い物遊びに興味をもっている姿が見られた。買い物をしながら、「みかんにしようかなあ…みかんは何色だったっけ?」「パンか、うどんか、おにぎりを買ったら、黄色が食べれるで。」と、三つの仲間を考えながら買う園児もいた。買い物をする友だちを見て、「赤を買った?」「何にする?」などと声をかけながら楽しそうに見ていた。また、「この魚、くさい!」などと、匂いを嗅いでいる園児もいた。



黄色のものはどれかな?



ぼくは何を買おうかなあ。

#### <5歳児>

##### ① 幼児の実態と教師の願い

- ・ 園の畑できゅうり、ミニトマト、ピーマン、ナス、黒豆、さつまいもなどの野菜を育て、収穫して料理し、みんなで食べたことで苦手な野菜を食べることができるようになった。今もラディッシュやキャベツ、ブロッコリー、大根などの苗や種を植え、水やりや草取りの世話をしながら生育していく様子を楽しみにしている。野菜の栽培を通して、世話をする大切さ、収穫の喜び、いろいろな食材を進んで食べようとする気持ちなどを育てている。
- ・ タペストリーを使って食材が赤、黄、緑の仲間に分けられることや、それぞれの役割を知り、健康な体を作るには3つの仲間が必要なことを学んできた。また、おいしく食事をするためには、しっかり体を動かして遊び、空腹感を感じるが必要なことから、タペストリーのキャラクターを用いて友だちと体を動かすゲーム遊びを楽しむ中で、改めて3つの食材を意識できるようにしていきたい。また、餅つき前日には前もって献立を知らせ、食材を見せることで興味をもって調理することができるよう、おいしく食べる工夫をしている。

② ねらいと内容

- 友だちとイメージを共通にしなが、体を十分に動かして遊ぶ楽しさを味わう。
- 健康に関心を持ち、必要な習慣や態度を身につけようとする。
  - ・ いろいろな遊びに進んで挑戦し、体をしっかり動かして遊ぶ。
  - ・ 遊びの中で、赤、黄、緑の食材や役割を再確認する。

③ 本日の展開

生活の流れ	環境の構成と教師の援助
<p>○ クラスでの活動をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 餅つきの食材と役割を知る。</li> <li>・ 「あかっち、きーぼう、みどりん」の引越し鬼をする。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 餅つきの食材を用意し、「食材が赤・黄・緑のどの仲間に入るか」また「どんな役割があるか」クイズ形式で確認させながら、明日の餅つきを楽しみにできる工夫をする。</li> <li>・ すばやく逃げている姿を認め、しっかり体を動かす心地よさや達成感が味わえるようにする。</li> <li>・ 「あかっち」「きーぼう」「みどりん」のコールだけでなく、食材をコールして考えて動くなど、ルールに変化をつけることで、緊張感やスリルをもたせ、より楽しめるように進めていく。</li> <li>・ しっかり体を動かして遊んだ楽しさに共感し、お弁当を楽しみに思えるように声かけをする。</li> </ul>



【事業成果と今後の課題】

- ・ ままごと遊びでは、さつまいも、大根、人参など自分たちで栽培した野菜を切ったりすったりつぶしたりし、いろいろな方法を試していた。また、遊びの中でコンロをひねったり、包丁を使ったりしており、家庭でもすぐに料理ができそうだった。
- ・ ただ作るだけではなく、「いらっしゃいませ。どうぞ。」などの言葉かけをし、会話をしながら遊んでいてよかった。

- ・ お弁当の時間、年少組から年長組に行くと、「ごはんは黄色じゃ。」「これは赤！」などの声がたくさん聞かれた。赤、黄、緑を使った遊びを取り入れることで、食育が生活の中に違和感なく取り組めている。
- ・ 4歳児では本物の食材を使うことで、子どもたちが、より「買い物に行こう。」という気持ちになって、楽しい雰囲気の中かでできていた。また、赤、黄、緑の色画用紙の上に買い物ごっこをした物を置くことで、食材に関心をもち、三つの栄養素の確認をすることができていた。
- ・ 5歳児は、もち米と普通の米の違いを、大きさ、色などからよく観察していた。また引越し鬼では、始めは「赤、黄、緑」で遊んでいたが、途中から食材の名前や役割の引越し鬼になった。次に鬼になった時に何を言うか考えることを楽しんだり、捕まえ方や逃げ方の作戦を立てたりと、子どもなりに考えて遊んでいた。



#### 【考 察】

- ・ たよりや「できていますかカード」などを通して、幼稚園での食育の取組や子どもの様子を保護者に伝えている。園児が「3つの色を入れてね。」と言うことで、保護者が真剣に食に対して子どもと一緒に勉強するようになった。子どもの言葉や行動が親を動かす力になっているように思う。教師は、保護者に様子を伝えるとともに、遊びを通して、子どもの興味を引きつけるように働きかけていくことで、園と家庭とが一緒になって食について考えていけるようになるのではないかと考える。
- ・ 意欲的に動くことやよく遊ぶことが食欲、食育につながる。今後も、しっかり体を動かすことやままごとなどの遊びを通して、食についての関心をもつようにしていきたい。
- ・ 食育は、保育園から中学校まで全てにつながるテーマである。引き続き、保・幼・小・中の連携を図り、それぞれの特色を活かしながら、年齢に応じた食育を進めていきたい。

## 小学校公開授業

### 第 6 学 年 家 庭 科 学 習 指 導 案

平成 21 年 6 月 23 日 (火) 第 5 校 時 指 導 者 担 任 國 米 敏 美 (T1)

栄 養 教 諭 山 本 紀 子 (T2)

- 1 題 材 名 生活を見直そう  
朝食に合うおかずを作ろう

## 2 題材の目標

- ① 朝食作りのポイントや材料の選び方、購入のしかたがわかるようにする。(関心・意欲・態度)(知識・理解)
- ② ゆでたり、いためたりして調理することができるようにする。(技能)
- ③ 家族のために工夫して、調理計画を立て実践する意欲をもつことができるようにする。(創意・工夫)(関心・意欲・態度)

## 3 題材設定の理由

### ○ 題材観

食事は体の成長や健康の保持に大きく関わっており、生きていくためには必要不可欠である。日々の食事のとり方が将来の健康に大きく影響するといえるが、児童にとっての食事は、まだ大人から与えられるものという感覚が強く、家庭の影響を大きく受けている。自分自身で栄養のバランスを考えたり、規則正しく食事をとったりすることの大切さを理解し、実践することはとても重要なことだと考える。

本題材では、毎日の食事の中から一日のスタートとなる大切な朝食に中心をおき学習を進めていきたい。まず、朝食の大切さを改めて知らせ、そして日常の食事によく使われている野菜や卵を中心に材料の特徴や良さの活かし方を理解できるようにしたい。その中でも特に朝食に取り入れにくいと考えられる野菜については、実際に調理する作業を通して、調理方法やその特性がわかるようにしたい。そして、調理実習を行うことでゆでる・いためるという基本的な技能を身につけ、さらに栄養バランスと朝食作りのポイントを考えた朝食メニューを作る計画を立て、家庭で実践することで確かなものにしたい。その中で、朝という時間を意識して手際よく調理することとバランス良く食べるための調理の工夫をすることをポイントにおき学習していきたいと考える。

また、家庭での実践を通して、いつも朝食を準備してくれる家族への感謝や思いやりの心を育てることにつながるようにしたい。これらの学習を通して、自分の生活を見つめ、自立した食生活をおくる態度を育てたいと考え、本題材を設定した。

### ○ 児童の実態

本学級の児童は 29 名である。5 年生のとき、「作っておいしく食べよう」の題材で、なぜ食べるのか、どのように食べるのがよいかということ学習してきた。そして、健康な体を作るためにはバランスの良い食事が不可欠であるということもある程度は理解しているようである。しかし、昨年度末に行った朝食アンケートでは朝食を毎日食べる児童は 82% であり、10% 以上の児



童が休みの日は食べないと答えている。このことから、朝食は食べないといけないとわかっていても、実践には結びついていないことがわかった。

また、給食時間においては食べることに意欲的で給食時間を楽しみにしている児童が多い。多くの児童が残さずに食べようとしているが、中には偏食があり、特に野菜類の苦手な児童もいる。

#### ○ 指導の工夫

本時は野菜をゆでたりいためたりする調理方法やその特性を知るところである。朝食で摂取しにくい野菜類を朝食に取り入れるために、火を加えるという調理の工夫をすることでかさが減り、朝の短い時間でも食べやすくなることを知らせたい。

本時までに朝食作りのポイントや材料の選び方、またいろいろな調理方法について学習している。本時では根菜（にんじん）と葉野菜（キャベツ）を準備し、まずそれぞれをゆでたりいためたりすることでの違いについてわかるようにしたい。そして、生のものとの違いを比べながら観察し、気付いたことについて確認することで、ゆでたりいためたりする調理方法の良さや特徴などがより具体的にわかるようになることを考えた。

### 4 指導の計画と評価 <全8時間>

次	時間	目 標	主な活動	評価基準（評価方法）
1	どんな朝食にするかを考えよう			
	1	朝食にふさわしい食事作りの条件を考える。	朝食の必要性について知る。どんな朝食にするのがよいか考える。	【知】朝食に必要な条件がわかる。（ワークシート）
2	材料をそろえよう			
	2	材料の選び方がわかる。	材料を買うときに気をつけることや表示の見方、選び方がわかる。	【関】材料の買い物を工夫しようとしている。（活動）
3	ゆでたり、いためたりしてみよう			
	3	いろいろな調理方法がわかる。	朝食にふさわしい調理方法にはどんなものがあるかを考える。	【知】料理はいろいろな調理方法で作られていることがわかる（発表）
	4 本時	ゆでる・いためる調理方法の特徴を知る。	根菜と葉野菜を調理し、生との違いを観察する。	【技】調理の特徴がわかる。（ワークシート・発表）
4	くふうしてみよう			
	5	実習の計画を立てる。	朝食作りに必要な材料と分量を調べる。朝食作りの手順をまとめる。	【関】朝食作りの調理計画をまとめることができる。（ワークシート）
	6 7	安全に気をつけて、実習をする。	計画に従い、班で協力して調理を行う。感想や反省をまとめる。	【技】班で協力して朝食作りができる。（実習）
	8	家族のために工夫して朝食作りの計画を立てる。	家族のことを考えて朝食作りの計画を立てる。	【創】家族のための朝食作りの計画がたてられたか。（ワークシート）

## 5 本時案

目標	「ゆでる」、「いためる」調理ができ、その特徴がわかる。【技】	
学習活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 教師の支援</li> <li>○ 予想される児童の反応</li> </ul>	準備物 ◎評価(方法)
1 前時を振り返る。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「ゆでる」、「いためる」調理について、気をつけることと約束について問いかけ、思い出せるようにする。(T1)</li> <li>○「ゆでる」 ○水からゆでるか、湯からゆでるか ○切ってからゆでるかどうか</li> <li>○「いためる」○火力の強さ ○加熱する順番</li> </ul>	
ゆでたり、いためたりしてみよう		
2 調理道具を準備する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・にんじん(根菜)とキャベツ(葉野菜)を調理し、その変化を観察することを知らせる。(T2)</li> <li>・それぞれの加熱時間と調理のとき、注意することについて知らせる。(T2)</li> <li>・食材と調理に必要な道具を示し、準備するように指示する。(T2)</li> </ul>	にんじん キャベツ 油 フライパン 鍋 網じゃくし はし
3 約束にしたがって調理する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・まずはにんじんを調理し、次にキャベツを調理するように指示する。(T2)</li> <li>・気をつけることや約束について班で注意しあいながら作業するように助言する。(T1・T2)</li> </ul>	
4 調理した野菜を観察する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・それぞれの野菜をワークシートの項目に従って観察し、記入するように指示する。(T2)</li> <li>・机間指導し、話し合いがスムーズに行われるように支援する。(T1・T2)</li> </ul>	
5 それぞれの班で意見を発表する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・班で意見を発表するように促す。(T1)</li> <li>・自分の班で意見と違う意見がないか意識を持って別の班の意見を聞くように助言する。(T1)</li> </ul>	
6 調理の特徴について確認する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・調理の特徴について班から出た意見についてまとめ、出なかった事に関しては付け加えて知らせる。(T2)</li> </ul>	◎「ゆでる」「いためる」の調理の特徴に気付くことができたか。(ワークシート・発表)
7 次回の学習について確認する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・次回は調理実習の計画を立てることを知らせる。(T1)</li> </ul>	

## 6 評価

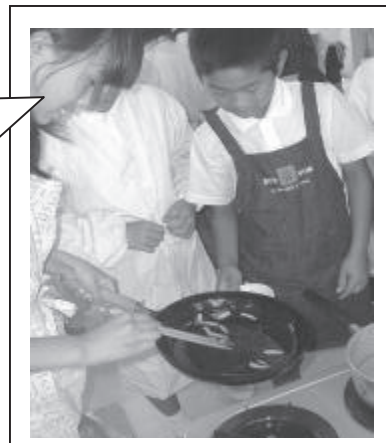
「ゆでる」、「いためる」の調理の特徴に気付くことができたか。(ワークシート・発表)

## <児童の感想>

「にんじんは水から、キャベツはお湯からゆでるといい。」

「炒めるとポテトチップスみたいないいにおいがした。」

「火が強すぎると周りが焦げてきた。」



「炒めたものやゆでたものは生のものより量が少なく見えた」

「ゆでたり炒めたりすると香りがよくなった。」

「炒めすぎたので歯ごたえが悪くなった。」

「ゆでただけだと味が無い。マヨネーズなどで味をつけるとおいしいと思う。」

## 7 授業反省

- ・ ワークシートの工夫を考える。

自由に記入できる欄を設け、児童の自由な発想を考えさせるのも良かった。

どのように記入すれば良いかわからなかった児童がいた。

記入する内容の観点をはっきりさせておくことが必要である。

- ・ 朝食は簡単に手早く用意して、栄養バランスがよいものにすることが一番大切であることを着眼点にしていたことは良かった。
- ・ 班で協力して実習できていた。
- ・ 子どもの一言一言に真剣さを感じる事ができた。
- ・ 素材の大切さを実感した。
- ・ 比較しながらの思考過程が良かった。
- ・ それぞれの場面で観察の場があった。
- ・ 実践することで生活の場に生かされ、良かった。

## 6 まとめ

### 【成果と課題】

この事業を通して、家庭・学校・地域・行政が連携を密にして取り組むことの大切さを痛感した。1人の栄養教諭では成し得ないことも、多方面からの協力が大きな力となり、子どもたちに望ましい食習慣についてより深く知らせることができた。そして、「子どもたちのためなら」と、保護者や地域の方には惜しみない協力を頂き、大変ありがたかった。

そのなかで栄養教諭として、保育園・幼稚園・小学校・中学校とすべての校・園で年齢や実態に即した食指導に携わることができた。点の指導を線の指導にすることができ、町内の「食指導のパイプ役」になれたことは私自身大きな成果であると感じている。また、食のコーディネーターとして、指導資料の提示や校内研修などで教材研究の力になることができた。

しかし、アンケート結果からは、高めた知識を毎日の食生活に生かしていくことは難しいことも明らかになった。繰り返し指導することで、子どもたち自身がよりよい食習慣を確立できるよう意識付けを図ることが大切である。今後もこの事業で培ってきたことを継続し、保護者や地域の方の協力もいただきながら、すべての子どもが笑顔ある未来となるよう一步一步確実に進んでいきたい。

栄養教諭 山本紀子

#### ☆保育園 【食べ物の形・野菜の形】



保育園児の指導

#### ☆幼稚園 【食育参観日】

園児の指導



保護者の指導

#### ☆小学校 【食に関する指導】



5年生家庭科

2年生学級活動

#### ☆中学校 【食に関する指導】



PTAへ講話

1年生学級活動



## 平成21年度「栄養教諭を中核とした食育推進事業」に取り組んで

食育は、心身の成長や人間形成に大きな影響を及ぼすもので、生きるうえでの基本であって、知育、徳育、体育の基礎となるべきものである。様々な経験を通じて「食」に関する知識と、「食」を選択する力を習得して行くことが求められている。特に、食生活においては、栄養の偏り、不規則な食事、肥満や生活習慣病の増加、過度の痩身思考などの問題がある。

本町では、食育推進の重要性を十分に認識して、平成19・20年度の2ヵ年間「食育から広げる生活リズム向上プラン」の事業に、保護者や各種団体の皆様のご協力を頂きながら、各種講演会の開催や、「早ね・早おき・朝ごはん」運動、「ノーテレビデー」運動などに取り組んできた。これらの取り組みをテレビ、新聞等で数多く取り上げて頂き、成果を十分にアピールしたことなどにより、県知事から「21年度夢づくり推進大賞」を授与して頂いた。

また、学習指導要領の改訂や学校給食法の改正によって、「学校における食育の推進」が明確に位置付けられるとともに、栄養教諭が、学校給食を「生きた教材」として食に関する指導に取り組むことも明記されたことなどにより、平成21年度には、「栄養教諭を中核とした食育推進事業」に取り組んだ。この事業については、「子供の健康を保持増進するため望ましい食生活を形成させるための方策」、「地場産物の活用や米飯給食を推進するための研修」、「保育園・幼稚園・小学校・中学校を通じた食に関する指導」の三つのテーマを定めて、食育講演会や各種交流会の開催、先進地視察、地場産物の消費拡大の推進などに取り組んだ。

また、平成22年度からは、地産地消、米の消費拡大、自給率の向上や安全安心な食材の導入を推進するために、学校給食に、低農薬で栽培した町内産のコシヒカリと、小麦のパンに替えて米粉パンを導入する計画にしている。更に、子どもたちに食事に関心を持たせるために、全国的に広がっている「弁当の日」の取り組みに向けて調整をしている。3年間に亘って、食育推進事業に取り組んで、食べることの大切さ、生活リズムの大切さなどについて、多くの皆さんに一定の理解はして頂いたものと思うが、わかっている、つい「安い・早い・簡単・便利」な食事に心を引かれるものと思うので、食育については、常に、「言い続ける。関心を持たせる。実施してもらう。」ことに努めて、長期的に事業を展開していかなければならないと考えている。食育や学校給食法の目的である食に関する指導を推進するためには、児童・生徒などに指導ができる栄養教諭の配置が必要不可欠である。

これからも、食育を推進していくために、家庭、学校、地域、行政が連携を図りながら、継続して取り組んでいかなければならないと考えている。

平成22年2月

奈義町教育長 笠木 義孝