

V まとめ

V まとめ

○事業目標

- ・毎日朝食を食べる児童 100%
- ・朝食内容の改善
- ・朝食・夕食を一緒に食べる家庭の増加
 - 朝食：家族一緒に食べる日 4日以上/週
 - 夕食：家族一緒に食べる日 6日以上/週
- ・主食・主菜・副菜・汁物等のそろった食事は大切であると思う保護者の増加 92%
- ・食育は大切であると思う保護者の増加 92%
- ・子どもと一緒に料理を作る保護者の増加 90%

1. 倉敷市立西阿知小学校の取組概要

(1) 食に関する指導の授業実践（全学年）

学校全体で食育に取り組む指導体制を整え、栄養教諭を中心とした食に関する指導の全体計画に基づいた全体・年間指導計画を作成し、食生活実践につなぐ授業づくりを重点的に行った。

- 1年：学級活動 「たべものとなかよくなろう」
- 2年：生活科 「おひさまもりもり まるかじり
～わたしの野さいをそだてたい～」
- 3年：社会科 「倉敷市ではたらく人々 ～店ではたらく人々の仕事～」
- 4年：体育科（保健領域） 「育ちゆくからだとわたし」
- 5年：家庭科 「元気な毎日と食べ物」
- 6年：体育科（保健領域） 「生活習慣病の予防」

(2) 「元気もりもり体すくすく大作戦」生活ふり返しシートによる

児童の生活習慣等実態把握（全学年・年6回）

※（項目：規則正しい生活（起床・就寝・食習慣 / 排便習慣 /
外遊び・テレビ・ゲーム）

食習慣や生活習慣の向上をめざし、「元気もりもり体すくすく大作戦」週間を実施した。児童自身が週間中のがんばりを振り返り、実践したことと課題を認識し、自己管理能力につなげる。

(3) 食育支援システム（くらしき市版ヘルスジャッジ）の活用

（5年生：年3回、6年：年1回）

家庭科、学級活動等の時間に、食育支援システム（くらしき市版ヘルスジャッジ）を活用し、児童の食事摂取状況を把握する。児童が食事摂取状況をデータ入力し、栄養バランスのとり方学習を踏まえ、自身の食生活を振り返るようにする。また、保護者に情報提供し、家庭での食事の見直しができるように啓発する。

2. 食育により成果の見られた事項

①食事内容の改善

「主食・主菜・副菜がそろった朝食を摂っている」児童の増加	19.9% (6月)→25.0% (11月)
「栄養バランスを示す得点」の向上	84.9点(1回目)→90.2点(3回目)

②児童の健康状態の改善

「『身体のだるさや疲れを感じる』ことがない」児童の増加	37.5% (6月)→42.4% (11月)
「『イライラする』ことがない」児童の増加	36.6% (6月)→42.9% (11月)

③児童の生活習慣等の改善

「休み時間外で遊んだ」児童の微増	4.1点(6月)→4.3点(12月)
「元気もりもり体すくすく大作戦合計得点」の微増	46.2点(6月)→46.5点(12月)

④児童及び保護者の食に関する意識の改善

「給食を残さず食べた」児童の微増	4.5点(6月)→4.8点(12月)
「子どもと一緒に料理を作る」保護者の増加	83.5% (6月)→85.3% (11月)

3. 平成27年度の取組について

食育により自己管理能力の育成が図られ、食事バランス、児童の健康状態等の改善がみられたが、保護者及び児童の食への意識向上並びに児童の生活習慣、学習習慣の定着については、十分な成果が得られなかった。引き続き、食育を充実させることで、自己管理能力を育成し、児童の望ましい食習慣の確立をめざす。

また、家庭に向けて、保護者の食生活の改善へつながるような取組を行ったり、朝食・夕食を一緒に食べることを啓発したりすることで、保護者自身が食の大切さを実感し、食習慣の改善につなげていく。

次年度も、さらに食育を充実させることで、生活習慣を改善し、それが、学習習慣や運動習慣の改善につながるよう具体的な取組について検討していく。また、保護者の食への意識向上を図るための効果的な取組について検証する。“学校・家庭・地域の連携を深め、共に学ぶ私たちの食と健康”の研究課題でもある「連携」をさらに充実させ、西阿知小学校を核として、家庭・地域へ食育の輪を広げていきたい。

平成26年度 「スーパー食育スクール事業」に取り組んで

近年、社会情勢がめまぐるしく変化し、国際化が進み、ライフスタイルが多様化するなかで、子どもたちも含め日本人として、「食」の大切さに対する意識が希薄になり、不規則な食生活を送る等、「健全な食生活」が失われつつあり、健康面では、栄養の偏り、肥満や生活習慣病の増加等の問題が挙げられています。

このような中、一人ひとりが「食」のあり方を見つめ直し、「食」について振り返る習慣を身につけ、生涯を通して「健全な食生活」が送れるよう、平成20年3月に「倉敷市食育推進計画」を策定し、3年間にわたって様々な取組みを推進してまいりました。その取組みについて「倉敷市食育推進計画の評価報告書」としてまとめ、平成23年に「第二次倉敷市食育推進計画」を策定し、自ら食育に取り組む子どもたちの育成が重要であると考え、小学校から中学校の時期では、「食の大切さを学び、食習慣を定着させましょう」を目標とし、様々なポイントを掲げ、実践しています。

また、倉敷市では、市内の小・中学校に、児童生徒が自分の1日の食事内容の食事診断が行えるウェブコンテンツシステムを導入しています。このソフトを活用し、食育に生かすことで、「自分の食生活について理解し、自身の健康管理ができる児童生徒」の育成を目指しています。さらに、「くらしき市版ヘルスジャッジ」と学校給食の業務システムを連携させて、給食献立表のホームページを作成し、「食育ホームページ」として公開しております。これらの食育ツールを活用して、家庭への支援を促し、学校と家庭が連携して望ましい食・健康管理を進めています。

そして、今年度、文部科学省の「スーパー食育スクール事業」の指定を受け、本事業を推進してまいりました。スーパー食育スクールである西阿知小学校では、「学校・家庭・地域の連携を深め、共に学ぶ私たちの食と健康～食育支援システムを活用した、食習慣の確立及び自己管理能力の育成～」を研究主題に実施しました。

全学年で、食育の授業研究を行うことで、組織的・体系的な取組となり、教職員の意識が変わり、そのことで、子どもたちの食に対する意識や食の大切さについて、事業実施前よりも改善されました。また、栄養教諭の学校での役割・重要性がより明確になり、今後、倉敷市内の学校で食に関する指導を充実させるためのモデルになっていくものと考えております。

次年度に向け、生涯の健康の基礎となる食育について、西阿知小学校の実践を継続し、成果と課題を踏まえながら、他の小・中学校においても広めていくとともに、学校・家庭・地域・関係団体が連携して取り組んでいけるよう支援してまいりたいと考えています。

最後になりましたが、本市の取組に対しまして、熱心に御指導いただきました大阪市立大学の春木敏先生、岡山県立大学の川上貴代先生、久保田恵先生、御協力いただいた関係団体、岡山県教育庁保健体育課の皆様方に厚くお礼を申し上げますとともに、今後ともより一層の御指導・御支援を賜りますようお願い申し上げます。

平成27年2月

倉敷市教育委員会

教育長 井上 正義