

学校・家庭・地域が一体となった食育の取組
～郷土の食環境及び人々に学ぶ食育～

(発表者)

広島県尾道市立向東小学校 栄養教諭 石田恵美

1 はじめに

本校は、広島県南東部、尾道市にある瀬戸内海に囲まれた向島に位置し、児童数 430 名、各学年 2 クラス、特別支援学級 4 クラスの中規模校である。幼稚園・小学校・中学校が隣接し、その連携による教育活動を進めている。

平成 25 年度より、広島県内 2 校目であるコミュニティ・スクールを本格実施し、『地域は学校のために、学校は地域のために！』のスローガンのもと、5 つのミッション・ステートメントの実現に向けて地域とともにある学校づくりを進めている。

2 学校給食の概要

平成 22 年度末までは、向東町の幼稚園 1 園、小学校 1 校、中学校 1 校の給食を 1 つの共同調理場で実施していた。しかし、老朽化に伴い、平成 23 年度から、小学校（幼稚園含む）と中学校に調理場が新設され、自校給食を行っている。

給食数は、幼稚園 113 食、小学校 472 食、中学校 250 食である。栄養教諭は小学校に配置され、技術員（給食調理）は小学校 5 名、中学校 3 名である。

3 児童の実態

学校給食の摂取状況を見てみると、共同調理場から自校給食に移行した平成 23 年度から残食量は減少し、平成 25 年度の残食率は 2.2% である。

朝食の摂取状況については、98.6% の児童が食べており、その内 8 割の児童が、自分から進んで食べている。しかし、約半数の児童は、主食・主菜・副菜等のそろった朝食を食べていない。また、朝食を家族の誰かと一緒に食べている児童は、夕食の 94.8% に比べて 64.9% と低い。

食事のマナーについては、姿勢よく食事することが「できている」と回答した児童が 83% である一方、担任は、食器の持ち方や配膳の仕方等のマナー

に課題があると評価している。

また、児童は自分の住んでいる地域の食材や郷土料理についての関心が低く、家庭でも食べる機会が少ない。

〔 地場産物を 5 種類以上知っている児童 52% 〕
〔 郷土料理を 5 種類以上知っている児童 26% 〕

4 主題設定の理由

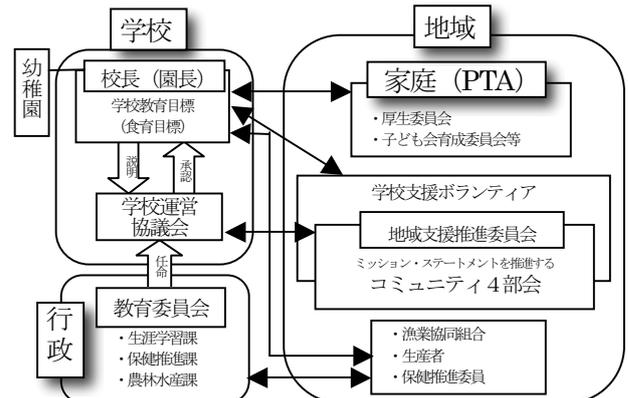
本校では、「伸びる！素直で元気な向東っ子」を教育目標に掲げ、食育目標を「食べることの大切さを知り、自分の健康を考えた食べ方ができる子供の育成」とし、食育の推進に取り組んでいる。

目標を実現するため、学校・家庭・身近な地域の人々から、食について学ぶことを重視した取組を進めることとした。これは、本校の推進するコミュニティ・スクールの趣旨とも合致するものである。

この取組を推進することにより、児童の食への興味・関心が高まり、望ましい食習慣の形成につながると考えた。また、家庭・地域の人々と関わり、郷土の食材・郷土料理などを学ぶことで、郷土に対する理解を深め、郷土を愛する心を育てることができると考えた。

さらに、家庭・地域の食に関する関心が高まり、子供の食に対する認識もより深まるという相乗効果が期待できると考え、本題材を設定した。

5 食育推進体制の整備



家庭・地域の人々との関わりが深まるよう、食育推進体制を整備している。

6 取組の実際

(1) 地場水産物を活用した学校給食の実施

尾道市農林水産課・漁協と連携し、尾道市産の太刀魚、タコ、チヌ、生わかめを旬の時期に給食に取り入れている。「生わかめ」は向東地区にある東部漁協から納入している。子供たちからは、「海のかおりがする」「シャキシャキしておいしい」などの感想が聞かれた。地場水産物を活用した給食献立の日は残食が少ない。

また、地場産物を給食に取り入れる際には、教職員指導資料「給食ひとことメモ」の配布や給食放送の実施、食育コーナーへの掲示も行い、担任による給食指導としても活用している。

1月の全国学校給食週間中には、地場産物や郷土料理を積極的に取り入れるとともに、児童の給食委員会による地場産物についての食育劇を行っている。

(2) 家庭との連携による弁当の日の取組

毎年1月の日曜参観日に、家庭の協力を得て、「弁当の日」を実施している。その際、ねらいを明確にした上で、発達段階に応じた取組となるよう計画している。今年で8年目となる。

「弁当の日」のねらい

- 家庭科や総合的な学習の時間等の学びを生かして、弁当の準備・調理・食事を自分の力で計画し、実施することを通して、「食」に関する実践力を身に付ける。
- 自分の力で、弁当づくりに取り組むことにより、自立心を育てるとともに、周りの人々や家族の人への感謝の気持ちをもつ。

1年生～4年生は、おにぎり弁当を、5、6年生は、おかず入りの弁当としている。

6年生では、総合的な学習の時間のカリキュラムに「マイ弁当づくり」を位置付けて実践している。

① 事前指導

冬休み前、保護者に「お弁当のレシピ」や「おにぎりづくりについて」の資料を配付し、弁当の日に向けて計画的に行えるようにしている。

② 食に関する指導

当日の授業参観は全学年「食に関する授業」を実施し、その後の学級懇談会では、「食」につ

いて考える機会を設けている。



(3) 学校支援ボランティアを活用した食に関する指導

地域の野菜作り名人を招き、大根やほうれん草の種の植え方を学んでいる。その後、双葉の観察を行い、収穫後に調理することで、食べ物と育ててくれる人への感謝の気持ちを育んでいる。



3年生は、尾道市特産のいちじく（蓬莱柿）畑を見学し、地域の生産者から話を聞き、向東地域についての調べ学習をしている。

地域の女性会の方に昔、向東町で盛んに栽培されていたさつまいもを使って「きんとん」を作っている。また、お茶をたてて、お茶菓子としていただき、お茶の作法も学んでいる。

また、「ぬた」や「がじつあえ」等の地域の郷土料理について調べ、郷土新聞を製作している。



「ごはんとみそ汁」に加えて、大根の葉をふりかけにしたり、ゆずの皮を使ったママレード等、食材を無駄なく使う料理法を地域の女性会の方から学んでいる。

(4) 食生活改善に向けた取組

① 「生活チェック」の実施

生活習慣の定着を目的に、毎年9月と1月に児童の自己点検による「生活チェック」を行っている。これは、朝食の摂取状況を含めた生活習慣について、自分で進んでできたか1週間点

検するものである。児童自身が反省を行い、家庭からも一言アドバイスを書いてもらうようにしている。

その結果をもとに、4年生では総合的な学習の時間に、「食について考えてみよう」というテーマで、より良い朝食の在り方についての学習を行っている。朝食の大切さについては、栄養教諭から学び、「元気のでる朝ごはん」について、調べ学習をしている。まとめの発表では、「3つのなかまの食べ物をそろえる」「みそ汁に野菜をたくさん入れる」という栄養面に加え、お家の人への聞き取り調査をまとめ発表している。その中で、お家の人の「元気に育ってほしい。」という願いも感じとることができている。

② 「ひろしま給食100万食プロジェクト」の取組

これは、平成25年度から広島県が全校に推奨している取組である。県民みんなで、広島ならではの食材を使った給食メニュー「ひろしま給食」を食べて、食生活の改善や、健康増進など、「食」に関する理解や知識を高める「食育」プロジェクトである。今年で3回目となる。

小学校では実施日にPTAの試食会を計画し、地域の産物や学校給食への理解を深める場としている。食育通信では、レシピの紹介や「食べたよカード」を作り、感想欄に記入された保護者の感想を通信に掲載することで、保護者との交流を深めている。



(5) 食に関する情報発信

① 食育通信「食べて元気！」の配布

学校での食育の取組を掲載した食育通信「食べて元気！」や郷土料理等の給食レシピ等を保護者のみでなく、地域のスーパーマーケットに毎月掲示、配布している。また、学校での食の取組の掲示も行っている。地域の方々からは「今の学校給食のカレーのルーが、手作りなのを初めて知った」「友達の分も毎回もらっている」等、保護者以外の方からの声を聞くようになった。

② PTA主催の料理教室の実施

夏休みには、PTA子ども会育成委員会により、地域の保健推進委員と保健推進課栄養士を講師に「夏休みこども料理教室」を行っている。

12月には、PTA厚生委員会により、地域の女性会を講師に「親子郷土料理教室」を行っている。向東地域に伝わる雑煮と餅つきを親子で体験し、郷土料理に疎遠な親も子供と共に学ぶ機会となっている。

③ 給食試食会の活用

給食試食会では、学校給食の目的や学校の食育の紹介、家庭での食育の重要性を伝えている。

内容は学校と保護者が事前に検討し、新しい給食室の見学や給食時間の参観等、幼稚園・小学校・中学校とそれぞれの実態に応じた内容となるようにしている。

(6) 地域と連携した取組

① 幼稚園での招待給食

隣接した幼稚園では、地域の畑で地域の方々と共に育てたじゃがいもや玉ねぎを、隣接した小学校の給食室に届けている。その食材を使った献立の日には、育ててくださった地域の方々と共に招待給食を行っている。



② 東っ子まつりへの参加

「東っ子まつり」は向東地域の保育所、幼稚園、小学校、中学校が参加する地域のまつりである。このまつりで、地場水産物である「たこ」を使った郷土料理「たこめし」の試食を学校給食技術員部会が行っている。その際、給食の紹介やレシピを配布している。

③ 健やかフェスタ（おのみち市民健康まつり）での取組

これは、毎年11月に尾道市教育委員会が児童生徒の健康に関する興味・関心を高めることを目指して行っている取組である。今年で11回目となる。

この行事に参画することで、児童生徒・保護者・市民がともに健康について考える機会となっている。学校における実践発表や健康に関する「標語」「図画・ポスター」や、「100人の朝ごはん」の展示を行っている。

「100人の朝ごはん」は、自分で作った朝ごはんを写真にとり、応募する料理コンテストである。栄養バランス・旬の食材・彩り・作りやすさ等を考慮して入賞作品が選ばれている。本校では、「100人の朝ごはん」に5、6年生全員が応募している。

また、「食コーナー」においては、「ひろしま給食 100 万食 (尾道市メニュー)」の試食やレシピ配布、給食の紹介を行っている。

7 成果と課題

(1) 成果

① 児童の望ましい食習慣の形成

食習慣の形成については、特に食事のマナーについて改善が見られた。食事のマナーについて、肯定的に答えた児童が、増加している (H25 年度 83%⇒H26 年度 86%)。実際に給食時間の食事のマナーは改善していると担任も評価している。「100 人の朝ごはん」の配膳写真は、ほぼ正しいものであった。このように、学校でのランチルームや日々の継続した学級での指導に加え、家庭での働きかけにより、食事のマナーが少しずつ習慣化された。

また、朝食については、一人で食べると答えた児童の減少がみられ、保護者への啓発の効果が表れてきた (H25 年度 35.1%⇒H26 年度 16.2%)。

② 児童の地域への理解

全国学校給食週間中、地場産物や郷土料理を継続して給食で使用し、紹介した結果、献立に対する児童の感想には、「地域でとれた野菜や魚、果物を食べて、私たちが住んでいる地域がとても大好きになりました。地産地消は住んでいる地域の大切さも考えられるんだと思いました。」等の感想が見られ、地場産物や郷土料理への認識が高まった。地域への理解も深まった。

地場産物を 5 種類以上知っている児童
H25 年度 52%⇒H26 年度 68.9%
郷土料理を 5 種類以上知っている児童
H25 年度 26%⇒H26 年度 59.5%

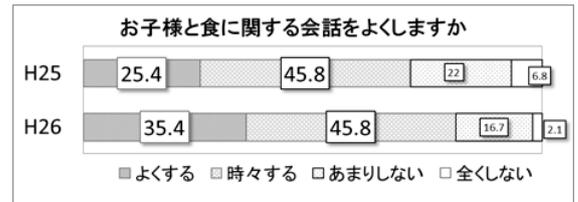
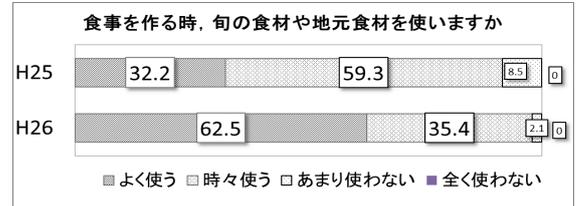
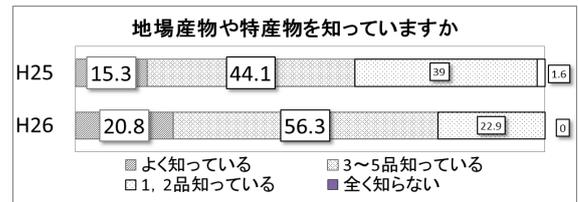
③ 家庭での食に対する意識

地場産物を給食に取り入れ、食育通信にも紹介することで、保護者の地場産物に対する認識が高まり、調理に使う機会が増えている。

「今日、こんな給食食べたよ。」「おいしかったから家でもつくって。」という話題が増え、子供と食に関する話をよくするようになったという声も聞かれるようになった。

学校運営協議会でも、「食育が充実してきているのを感じる。保護者の意識を高めていくことも続けてほしい。」という意見をいただいている。

(2) 今後の課題



① 朝食の内容改善

朝食はほぼ食べているが、その内容は、十分ではない。内容の改善について、個に応じた指導や家庭への啓発を引き続き行う必要がある。

② 食に関する指導の充実

学校での食に関する指導が、家庭での実践に結び付くようなカリキュラム開発を、担任と栄養教諭が連携を密にして作成していく必要がある。

③ 家庭・地域への情報発信

試食会の保護者アンケートでは、給食に最も望むことは、郷土食や伝統食を取り入れることであった。また、郷土料理 (5 種類以上) を作ることができるかと答えた保護者は 14.6% であることから、関心はあるが、家庭ではあまり作られていないという実態が見られる。そこで、食育通信を通して、郷土料理のレシピ等、情報発信を継続していく必要がある。

8 おわりに

向東地域では、3 歳から 15 歳まで継続して学校給食を提供している。ここで提供される学校給食は、栄養バランスのとれた家庭の参考になる食事であればならない。また、地域の郷土料理を提供することにより、食文化を伝承する役割も担っている。これまでの実践で得た連携の輪をより深め、学校・家庭・地域の食をコーディネートできる栄養教諭として貢献できるよう、更なる食育の充実に向けて取り組んでいきたい。