

### Ⅲ 各モデル校の取組

# 下松小学校



## 【学校の概要】

本校は、山口県瀬戸内海側のＪＲ山陽本線下松駅を中心とした、下松市のほぼ中央に位置している。昭和４０年代の旗岡団地造成に伴い児童数も増加の一途をたどり、県下１、２といわれる大規模校として発展してきた。しかしながら、少子化社会への転換に伴い、近年は児童数７００名前後で推移している。

本校は、「げんきに」「まじめに」「しんぼうよく」をめざす児童像としてその具現化を進めている。将来、わが国を、わが下松市を支えていく「人間性豊かで、自ら学ぶ、心身ともにたくましい児童の育成」を目指して教育活動に取り組んでいる。

その本校教育推進の基軸が「下松小五心」である。下松小五心は、昭和５６年（１９８１年）に制定されたもので、『素直な心』『感謝の心』『反省の心』『謙虚な心』『奉仕の心』の五つの視点を生活のよりどころとして、日々の教育実践に当たっている。

※児童数 722名 31学級（特別支援学級7学級含む）  
教職員定数 51名（平成30年5月1日現在）

【学校教育目標】

人間性豊かで、自ら学ぶ、心身ともにたくましい児童の育成

教育基本法  
学校教育法  
学習指導要領  
食育基本法  
教育委員会の方針

<児童の実態>  
食生活アンケート結果(6年、30年2月調査)  
・朝食を食べていますか。  
①毎日食べる82.7% ②ときどき食べない14.2% ③ 毎日食べない3.1%  
・食器を持って給食を食べていますか。  
① いつも持って食べる61.4% ② ときどき持って食べる37.0% ③ 持って食べない0.8%  
・地域や山口県の郷土料理を知っていますか。  
① 知っている75.6% ② 知らない23.6%

《校訓・めざす児童像》

健康(げんきに) 誠実(まじめに) 勤勉(しんぼうよく)  
健やかな体 豊かな心 確かな学び

食育目標 食を楽しみ、望ましい食生活を実践する児童の育成

【今年度の重点目標】	1 気持ちのよい食事マナーを身に付ける。      2 感謝の心で残さず食べる。 3 朝食で野菜を食べる。      4 下松市・山口県の地場産食材や郷土料理を知る。
------------	--

【各学年の発達段階に応じた目標】

重点目標	低学年 【食を知ろう】	中学年 【食を深めよう】	高学年 【食を広げよう】
幼稚園・保育園	1	・食事のマナーを意識し、楽しく食事をするができる。	・気持ちのよい食事マナーで、みんなで楽しく会食することができる。
	2	・食事のあいさつができる。 ・苦手な食べ物も食べようとす。	・食べ物に感謝の気持ちを持ち、残食をなくす努力をすることができる。
	3	・食品の働き(3つのグループ分け)や野菜摂取の重要性がわかる。	・自然の恵みや勤労の大切さを知り、感謝の気持ちで食べることができる。
	4	・食べ物や料理に興味・関心を持ち、名前がわかる。 ・地域の特産物や郷土料理を知り、自分たちの食は地域と深いかかわりがあることがわかる。	・朝食の重要性を理解し、野菜料理を食べたり作ったりすることができる。 ・地域の特産物や郷土料理を知り、食生活に生かすことができる。
			中学校

教科との関連	総合的な学習の時間との関連	道徳との関連	特別活動との関連
○各教科の学習内容と食を関連させながら、望ましい食生活を送るための方法や知識の習得を図る。	○食に関する身近な課題に気づき、解決する過程を通して自分の健康を考えた食事ができる。 ○地域の特産物と食に関わる学習を通して食に対する興味関心を深める。	○基本的な生活習慣、食事を通して心のふれあいと好ましい人間関係、責任、協調、社会性を養う。	○自分の食の課題をみつけ、よりよい食生活を実践する。

家庭・地域との連携	○朝食野菜摂取の取組(スッキリ・ぐんぐんチャレンジカード、野菜シール) ○食育だより(ぱくぱくつうしん) ○学校保健安全委員会と連携した保護者料理教室、給食試食会(低・高学年別) ○親子料理教室
-----------	--

◎特に食育を関連づける単元（学年年間指導計画に食育を明記） ◇学級担任・養護教諭・栄養教諭のII

		教科等との関連						給食目標
月		1年	2年	3年	4年	5年	6年	
4	★ 学活：たのしいきゆうしよく		生活：どんな野菜いをそだてようかな					楽しい給食にしよう
5			◎学活：食事マナーについて★				家庭：朝食から健康な1日の生活を	食事マナーに気を付けて食べよう
6								歯と骨をじょうぶにする食事しよう
7			生活：しゅうかうかくをしよう				◎◇保健：病気の予防（生活習慣病の予防1）★	夏を元気に過ごそう
9							◎家庭：毎日の食事を身につめよう ◎家庭：なぜ食べるのか考えよう★	残さず食べよう
10	国語：おはなしをよもう「サラダでけんき」		生活：秋植えの作物			社会：これからの食料生産とわたしたち	行事：修学旅行	和食のよさを知ろう
11			◎学活：すききらいと健康★	◎社会：農家の仕事（きのご村見学）保健：けんこうな生活★		行事：宿泊学習 国語：和の文化を受けつぐ		旬や地域の食材を知ろう
12						◎社会：特色ある地域と人々のくらし（山口県の特産を生かした産業）		かぜを予防する食事をしよう
1	◎学活：かんしゃしてたべよう		学活：感謝して食べよう	学活：給食感謝週間	学活：給食に感謝しよう	学活：給食感謝週間	学活：給食感謝週間をしよう	感謝して食べよう
2					◇保健：よりよく育つための生活			いろいろな豆や豆製品を食べよう
3								すききらいをしないので食べよう

◇ 取組一覧表

目的	実施月日	対象	実施内容	備考
朝食摂取率向上・内容充実	6・10・2月の各1週間 夏休み・冬休み	全校児童	スッキリ・ぐんぐん・チャレンジカードによる朝野菜摂取の実施（保健部）	実践①
	6月25日(月)～29日(金) 10月22日(月)～26日(金) 2月18日(月)～22日(金)	全校児童	朝野菜を食べたら、クラスでシールを貼る。 (給食委員会活動)	実践①
	6月1日(金) 6月14日(木) 6月21日(木)	6年1.3組 4組 2組	家庭科「朝食のとり方を考えよう」 ・ 担任・栄養教諭のティーム・ティーチング	
	6月28日(木)	保護者20名	第1回学校保健安全委員会 ・ 調理実習 【野菜もりもり料理教室～忙しい朝でも、簡単に野菜をとろう！～】	実践①
	10月上旬	給食委員会	【朝ごはんニュース】ポスター掲示による啓発	実践①
	10月30日(火)	5年	宿泊学習事前指導 ・ バイキング料理の取り方事前指導 (朝食で野菜を必ず食べる) 栄養教諭	
	1月16日(水)	保護者22名	第3回学校保健安全委員会 ・ 朝食内容について下松市保健センター管理栄養士の講話	
	12月8日(土)	親子 18組 保護者 18名 児童 26名	親子料理教室 ・ 調理実習 「郷土料理でしっかり朝ごはん」	実践①
	栄養バランスを考えた食事	6月1日(金) 6月25日(月) 7月5日(木) 9月6日(木)	2年3組 2組 1組 4組	学級活動 ・ 「何でも食べよう!元気アップ大作せん」担任・栄養教諭のティーム・ティーチング
6月下旬		6年	保健「生活習慣病の予防」 ・ 担任・養護教諭・栄養教諭のティーム・ティーチング	
9月7日(金)～13日(木)		全校児童 給食委員会	「食缶をからっぽに!あと一口運動」 ・ 残食チェック	実践②
9月		給食委員会	各学年廊下にポスターの掲示啓発	実践②
9月		1・2年	ペロリンカードの活用	実践②

目的	実施月日	対象	実施内容	備考
栄養バランスを考えた食事	12月4日(火) 12月5日(水)	全校児童 体育委員会 保健委員会 給食委員会	「下小げんきっこラリー」 ・ 4日・・・高学年、5日・・・低学年児童が、体育館で各委員会が考えたゲームやクイズを体験 ・ 給食委員会は食べ物クイズ(低・高学年で内容は別)、釣りゲーム(低学年は野菜、高学年は赤・緑・黄の仲間の食べ物のカードを釣り上げる。)	
食事マナーの定着	各月1回	全校児童	食事マナーの日の充実 ・ ポスターを随時給食時間に貼る ・ ミニ指導案を活用した指導	
	9月～11月 各月1回	全校児童	学級担任による食事マナーチェックの実施	実践③
	6月10日(日) 11月20日(火) 1月16日(水)	3年3組 1.2組 4組	学級活動「はし名人になろう」(箸の正しい持ち方・使い方) ・ 参観日に実施。担任・栄養教諭のティーム・ティーチング	
	10月15日(月) 10月17日(水) 10月18日(木) 10月19日(金)	3年1組 2組 4組 3組	食生活改善推進員による給食サポート 【食事マナー支援】	実践④
	11月26日(月)～30日(金)	全校児童	【食事マナーアップキャンペーン】 ・ 給食委員会児童の教室訪問 ・ 食器の正しい持ち方の啓発活動	実践③
地場産食材・郷土料理への理解	年間	全校児童	給食で山口県の郷土料理「けんちょう」等や地場産食材の周知(ふるさと給食の日の活用)	
	11月8日(木)	3年	社会科「農家の仕事」 ・ 笠戸レモンの生産者森野さん講話 ・ 3年児童は後日感想やお礼のメッセージを書き、森野さんに届けた。	実践⑤
	11月29日(水)	4年3組	社会科「山口県の特徴を生かした産業」 ・ 山口県の特産物、郷土料理学習 ・ 担任・栄養教諭のティーム・ティーチング	


目的	実施月日	対象	実施内容	備考
保護者や教職員の意識向上	年間（随時）	教職員	給食時間の「ちょこっと食育」の実施 ・ 給食放送の内容を発達段階に応じて担任が補足説明（月1～2回）	
	年間（随時）	教職員	体力向上プロジェクトの取組 ・ 残食を減らす取組アイデアを教職員で共有 ・ 「あと一口運動」を学級の実態に応じて実施	実践②
	月1回	保護者 教職員	食育だより「ぱくぱくつうしん」の発行やHPへの掲載	
	9月～11月各月1回	学級担任	食事マナーチェック実施	実践③
	6月28日（木）	保護者20名	第1回学校保健安全委員会 ・ 調理実習 【野菜もりもり料理教室～忙しい朝でも、簡単に野菜をとろう！～】	実践①
	10月12日（金）	保護者30名	第2回学校保健安全委員会 1～3年保護者給食参観・試食会 ・ 養護教諭・給食主任が生活リズムや朝野菜摂取の取組説明	
	1月16日（水）	保護者22名	第3回学校保健安全委員会 4～6年保護者給食参観・試食会 朝食内容についての講話	
	12月8日（土）	親子 18組 保護者 18名 児童 26名	親子料理教室 ・ 調理実習 「郷土料理でしっかり朝ごはん」	実践①



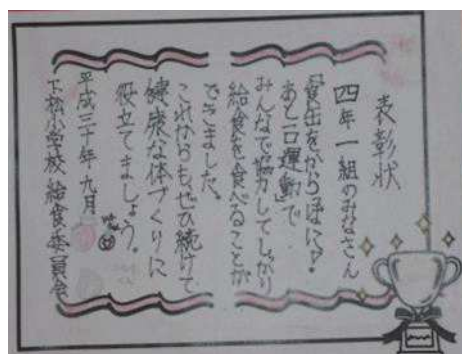
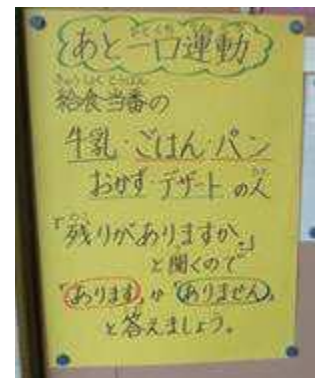
◇ 実践内容

下松小 実践①	朝食で野菜を食べよう		
実施日	年間	実施場所	各教室
対象	全校児童、保護者	指導者	保健部、給食委員会
ねらい	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 朝食に野菜を食べることを習慣化させる。</li> <li>・ 保護者に栄養バランスのよい朝食の内容を充実させるための啓発を図る。</li> </ul>		
内容	<p>1 「朝ごはんに野菜を食べる」習慣化</p> <p>(1) スッキリ・ぐんぐん・チャレンジカード (保健部)</p> <p>生活リズムの定着を目的に、6月・10月・2月の各1週間と、夏休み・冬休み中に実施。できたら○をつける。項目の中に【朝食にやさいも食べる】を入れることで、意識化を図った。</p> <div data-bbox="890 667 1417 913" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> </div> <p>(2) 朝、野菜を食べたらシールをはろう (給食委員会)</p> <p>「スッキリ・ぐんぐん・チャレンジカード」を実施した翌々週に実施。</p> <p>&lt;方法&gt;</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>① 給食委員会がクラスごとに、シール台紙とシールを配付。</li> <li>② 朝ごはんに野菜を食べて来た児童は教室でシールを貼る。(1人1日1枚)</li> <li>③ 給食委員会が集計し、放送で結果発表。</li> </ol> <div data-bbox="284 1256 624 1503" style="display: inline-block;"> </div> <div data-bbox="651 1256 975 1503" style="display: inline-block;"> </div> <div data-bbox="1002 1211 1422 1503" style="display: inline-block;"> </div> <p>(3) 朝ごはんニュース (給食委員会)</p> <p>理想の朝ごはんメニューを考え、掲示紹介した。</p> <div data-bbox="284 1682 1433 2085" style="display: inline-block;"> </div>		



	<p><b>2 保護者への啓発</b></p> <p><b>(1) 学校保健安全委員会</b> 6月28日(木) 下松小学校 調理実習 「野菜もりもり料理教室 ～忙しい朝でも、簡単に野菜をとろう!～」 参加者…保護者 20名 指導者…下松中央地区食生活改善推進員 6名 メニュー…枝豆わかめごはん、つくねバーグ、 ピーマンナムル、わが家の簡単すのもの、 星の子スープ(夏バージョン)</p> <p><b>(2) 親子料理教室</b> 12月8日(土) 下松市保健センター 調理実習 「郷土料理でしっかり朝ごはん」 参加者…親子 18組(保護者 18名・児童 26名) 指導者…下松中央地区食生活改善推進員 6名 メニュー…わかめむすび、けんちょう、スタミナ 納豆、はなっこりーのごまあえ、星の子スープ (冬バージョン)、りんご羹</p>	
<p>児童・ 保護者 の感想</p>	<p>&lt;スッキリ・ぐんぐん・チャレンジカード夏休みの児童の感想&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 朝、野菜のメニューを考えて作ったので、野菜を食べることができた。</li> <li>・ 朝食を自分で作って食べたらおいしかった。</li> </ul> <p>&lt;学校保健安全委員会、調理実習の保護者の感想&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 短い時間にたくさんの料理が作れて驚いた。</li> <li>・ 夏野菜をおいしく、たくさんとれるメニューは参考になった。</li> <li>・ 野菜を食べやすく、工夫されていて参考になった。</li> <li>・ 簡単に作れるので、子どもと一緒に作ろうと思う。</li> <li>・ 親同士で楽しく実習ができ、参加して本当によかった。</li> </ul> <p>&lt;親子料理教室、保護者の感想&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 子どもたちが楽しく料理ができ、洗い物も楽しかったようで、家でもやってもらおうと思った。</li> <li>・ スタミナ納豆やはなっこりーのごまあえなど、普段作ったことのない給食のメニューにふれることができ良かった。</li> <li>・ 推進員さんがいらっしゃるので、直接教えていただきながら作ることができ、勉強になった。</li> </ul>	
<p>成果と 課題</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 「朝、野菜を食べたらシールをはろう」の結果は6月 65.8%、10月 61.4%で、4.4ポイント下がった。しかし、アンケートの保護者の感想では、「朝食に野菜を出すことが少なかったが、取組によって意識し、野菜を取り入れるようになった。」「朝食に野菜や果物をよく食べるようになった。」の声もあり、少しずつ定着してきたと思われる。</li> <li>・ 朝食の必要性や野菜をとる方法などを家庭に啓発し、習慣化に向けて連携して支援していきたい。</li> </ul>	

下松小 実践②	残食を減らす工夫「あと一口運動」		
実施日	年間	実施場所	各教室
対象	全校児童	指導者	学級担任、食育担当、給食委員会
ねらい	<ul style="list-style-type: none"> <li>本校研究組織の一つ「体力向上プロジェクト」の取組として、給食の残食を減らすよう、学校全体で「あと一口運動」を推進する。</li> <li>偏食や少食児童には、自分でがんばろうと決めた量を残さず食べるように、担任や友達同士が支援する。</li> </ul>		
内容	<p><b>1 残食を減らす取組アイデアを教職員で共有</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>食べ物への感謝や、農家の方への感謝の気持ちをもつことを伝える。</li> <li>減らしてよい量を決める。</li> <li>量の調整は本人と相談しながら教員が行う。(励まし、約束) →わずかずつでも、食べられる量を増やしていけるようにする。</li> <li>「いただきます」の前に、最初の量が少ない児童のところに教師が配りに行ったり、まだ食べられる児童がいるかどうか聞いたりする。</li> <li>時間内に食べ終わった人に「一口ずつでもいい」と伝え、協力してもらう。</li> </ul> <p><b>2 給食委員会児童による残食チェック</b></p> <p>「食缶をからっぽに！あと一口運動」 平成30年9月7日(金)～13日(木)</p> <p>① 方法</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ クラス食缶 返却前に、各クラスで食缶担当の給食当番が残食の有無を確認。給食室で返却時、委員会のチェック担当者に有無を報告。</li> <li>○ 個人の返却 給食室で、給食委員会のチェック担当が残食の有無を確認。残食のある児童にクラス名を尋ねてカウントする。</li> </ul> <p>② 留意点</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>量の多少でなく、残食の有無のみを確認する。</li> <li>残食の無かったクラスを放送し表彰する。</li> </ul>		



### 3 給食委員会による啓発活動

ポスターを作成し、各学年廊下に掲示した。



### 4 ペロリンカードの活用

- ・ 9月に1・2年児童対象に実施。10月以降は希望のクラスが継続的に実施している。
- ・ 残さず食べたり自分で決めた量を食べたりすることができたら、自分のペロリンカードに色をぬった。
- ・ クラス全体で食缶が空っぽになった日は、黒板や表などに表示をして、残食ゼロの「見える化」を行う学級もあった。








#### <ペロリンカード がんばったこと>


- 児童の感想
- ・ みそしるを、はんぶんがんばりました。(1年)
  - ・ きゅうしよくをたべているをぬったから、たのしかったです。(1年)
  - ・ すこしでもおおくたべることをがんばりました。(2年)
  - ・ いつもがんばってたべたので、ペロリンカードがぜんぶぬれてよかったです。(2年)

- 成果と課題
- ・ 児童自身に「あと一口」の意識が高まり、主食・おかずの残食率の月平均(全校)が4月 1.9%→12月 1.2%で0.7ポイント下がった。
  - ・ 児童は、ペロリンカードや表彰状など目に見えるようにすることで励みになることができた。
  - ・ 食育アンケート結果で「栄養バランスを考えた食事をとることは大切だと思う」、「どちらかといえば思う」割合が97.1→97.5%で0.4ポイント上がった。
  - ・ 給食で本人や教師が各自の適正な食事量を把握し、的確な支援を行うことが課題である。



下松小 実践③	気持ちのよい食事マナーを身に付けよう																														
実施日	平成30年 9月～11月	実施場所	各教室																												
対象	全校児童	指導者	給食委員、学級担任																												
ねらい	気持ちのよい食事マナーを身に付け、習慣化を図る。																														
内容	<p>1 食事マナーアップキャンペーン（給食委員会）11月26日（月）～30日（金） 給食放送終了後、給食委員2名が各学級を訪問する。 （1）食器を正しく持って食べるとよいわけや正しい持ち方を説明。 （2）クラス全員の席を見回りながら、正しい持ち方を確認。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">    </div> <p>2 食事マナーチェックの実施 9月～11月（学級担任）</p> <p style="text-align: center;">集計結果（○の割合、%）</p> <table border="1" style="display: inline-table; margin-right: 20px;"> <thead> <tr> <th></th> <th>食器</th> <th>ひじ</th> <th>両足</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>9月</td> <td>77.8</td> <td>87.9</td> <td>56.3</td> </tr> <tr> <td>10月</td> <td>82.8</td> <td>83.9</td> <td>60.6</td> </tr> <tr> <td>11月</td> <td>85.8</td> <td>83.6</td> <td>46.2</td> </tr> </tbody> </table> <div style="display: inline-block; vertical-align: top;"> <p>食事マナーチェック表</p> <p>11月21日(水)実施 *都合が悪いときは、別の日におこなってください。</p> <p>担任または子ども同士が様子をチェックし、該当人数を表に記入してください。記入後は、岡田椅子の封筒に入れてください。</p>  <p>【 年 組】</p> <table border="1" style="width: 100%;"> <thead> <tr> <th>項 目</th> <th>できている ○</th> <th>できていない ×</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>① 食器を正しく持っていますか。</td> <td style="text-align: center;">人</td> <td style="text-align: center;">人</td> </tr> <tr> <td>② ひじをついていませんか。</td> <td style="text-align: center;">人</td> <td style="text-align: center;">人</td> </tr> <tr> <td>③ 両足の裏はゆかについていますか。</td> <td style="text-align: center;">人</td> <td style="text-align: center;">人</td> </tr> </tbody> </table> <p>*お気づきがあればご記入ください。</p> </div>				食器	ひじ	両足	9月	77.8	87.9	56.3	10月	82.8	83.9	60.6	11月	85.8	83.6	46.2	項 目	できている ○	できていない ×	① 食器を正しく持っていますか。	人	人	② ひじをついていませんか。	人	人	③ 両足の裏はゆかについていますか。	人	人
	食器	ひじ	両足																												
9月	77.8	87.9	56.3																												
10月	82.8	83.9	60.6																												
11月	85.8	83.6	46.2																												
項 目	できている ○	できていない ×																													
① 食器を正しく持っていますか。	人	人																													
② ひじをついていませんか。	人	人																													
③ 両足の裏はゆかについていますか。	人	人																													
担任の感想	<p>食器…意識させないと食器を持って食べることができない。食器を持つことは少しずつ意識している。</p> <p>ひじ…机に腕をあてている子が多い。特にパンを食べる時にひじをついている子が多い。</p> <p>両足…つま先だけをつけたり机の足置きの部分で踏んだりしている子が多い。両足がぴったりついていない子が多く、指導が必要だと感じた。</p>																														
成果と課題	<ul style="list-style-type: none"> <li>食器を正しく持って食べる児童は増え、次第に習慣化してきたと考えられる。</li> <li>ひじをついていない児童は、9月に比べ11月はやや減少した。</li> <li>両足の裏が床についている児童は11月が最も低く、今後も継続的な声かけが必要と思われる。</li> </ul>																														

下松小 実践④	食生活改善推進員による給食サポート		
実施日	平成30年10月15日(月)、 17日(水)～19日(金)	実施場所	3年各教室
対象	3年児童	指導者	下松中央地区食生活改善推進員
ねらい	下松中央地区食生活改善推進員による給食指導を通して、3年生児童が気持ちのよい食事マナーを身に付けたり、楽しく食事をしたりすることができるようになる。		
内容	<p>食生活改善推進員が各グループの児童と一緒に給食を食べながら、食べることの大切さや楽しさなどを伝えたり、食器の置き方や持ち方、姿勢などを指導し、食事のマナーを児童に意識させたりした。また、実施後に担任に気付きや感想を伝えた。</p>  <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div data-bbox="300 1115 853 1332" style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p>＜食事マナーチェックポイント＞</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・親指を食器のふちにかけていますか。</li> <li>・ほかの4本の指をそろえて、食器の底をのせていますか。</li> </ul> </div> <div data-bbox="869 1115 1433 1332" style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <ul style="list-style-type: none"> <li>・せすじをのばしていますか。</li> <li>・ひざをそろえていますか。</li> <li>・足のうらをゆかにつけていますか。</li> <li>・ひじをついていませんか。</li> <li>・(テーブルと体の間は)にぎりこぶし1つ分あけていますか。</li> </ul> </div> </div>		
児童・ 保護者 の感想	<p>＜児童の感想＞</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・食事のマナーやお皿の持ち方をいろいろ教えてもらった。</li> <li>・今日習ったことをしっかり覚えて、家でもよい姿勢でごはんを食べたい。</li> <li>・教えていただいたことを目標にしてがんばろうと思った。</li> <li>・もし自分がマナーをまちがっていたら、自分から直したい。</li> <li>・推進員さんと食べると、いろいろなことを知ることができてよかった。</li> </ul> <p>＜食生活改善推進員の感想＞</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・食事中の雰囲気がとてもよかった。</li> <li>・子ども達からも話しかけられ、とても楽しかった。</li> <li>・机と椅子がくっつきすぎている人がいた。</li> <li>・初めは意識して上手に持っていたが、リラックスすると元に戻った。</li> </ul>		
成果と 課題	<ul style="list-style-type: none"> <li>・児童は自分の食事マナーを振り返り、意識付けができた。</li> <li>・食生活改善推進員からの気付きを実施後に担任に伝えることで、担任も指導のポイントを再認識することができた。</li> </ul>		

下松小 実践⑤	笠戸島レモンについて学ぼう		
実施日	平成30年11月 8日(木)	実施場所	体育館
対象	3年児童	指導者	生産者
ねらい	笠戸島のレモン生産者の講話を通して、地場産食材や生産者への理解を深め、下松を愛する心を培う。		
内容	<p><b>3年社会科「農家の仕事」</b> 下松市の農産物について学ぶ</p> <p>講話 「笠戸島特産品開発グループによる笠戸島レモンの栽培について」 講師 笠戸島特産品開発グループ 森野 幸雄 様</p> <p>内容 ① 笠戸島レモンの取組について ② 1年間の作業の流れ ③ レモン栽培への思い</p> <p>児童の質問</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・なぜ青いレモンを出荷するのですか。</li> <li>・なぜ、レモンを作ろうと思ったのですか。</li> <li>・レモンが一番おいしい時期はいつですか。</li> </ul>		
			
児童・ 生産者 の感想	<p>&lt;児童の感想&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・笠戸島のレモンの秘密がわかってよかった。</li> <li>・カイガラムシからレモンを守るのがむずかしそうで、ちょっとたいへんだなと思った。</li> </ul> <p>&lt;生産者の感想・メッセージ&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・子どもたちが、少しでもレモンについて興味をもってもらえればと思う。レモンは体に良いので、これを機会にたくさん食べて、風邪をひかないように元気に過ごしてもらいたい。</li> </ul>		
成果と 課題	<ul style="list-style-type: none"> <li>・児童は、生産者から直接話を聞いたり実際の作業のようすを見たりすることで、笠戸島で栽培されているレモンについて理解を深めることができた。</li> <li>・笠戸島レモンを使用した給食を実際に食べたり、お土産にいただいた青レモンを家庭で食べたりすることで、レモンをより身近に感じる事ができた。</li> <li>・今後も、児童が下松の農水産物を更に理解できるように、給食での活用や資料提供等に努めたい。</li> </ul>		



## ◇ 取組のまとめ

### 1 成果

- 「つながる食育推進事業」のモデル校を受け、全校体制で取り組んだことにより教職員の「食育」への意識が高まった。
- 朝ごはんをしっかりと食べる、朝食に野菜を食べる習慣が身に付き、バランスを考えて食事をとる児童が増えつつある。
- 食事マナーチェックや給食委員会の啓発活動等、学校全体で取り組み、指導したことが児童の意識付けになってきている。
- 食生活改善推進員や生産者等、いろいろな人が本校の食育の取組に関わり、児童や保護者の興味や理解を深めることができた。

### 2 課題

- 食育アンケートによると、保護者の食育に対する関心や意識の差が大きいことがうかがえた。家庭の食習慣が望ましいものになるように、保護者の関心を高め、家庭と学校が連携を図っていきたい。
- 学校全体で食育を行うために、教職員の共通認識や学校教育活動での時間の確保が課題である。
- 食事マナーの指導は、皆で楽しく食べる雰囲気を損なわないようにすることとの兼ね合いを考慮しながら進める必要がある。
- 残食をなくす取組は、時に「食べ過ぎ」や「早食い」を招くことがある。適正量の把握や調整の個別支援が重要である。

### 3 今後に向けて

本校は、今年度「食を楽しみ、望ましい食生活を実践する児童の育成」をめざし、つながる食育推進事業のモデル校として、さまざまな取組を行った。本年度の学校での実践を見直し、今後も全教職員が学校教育活動の中で、継続して食育を推進していきたい。

取組を通して、食育の重要性は少しずつ家庭に浸透してきているが、児童や家庭の行動変容には至っていない。知識だけでなく家庭生活と結びつくことで、児童は食の大切さを実感し、実践する意欲を身に付けることができる。そのためには、家庭との連携の具体的方法を研究し、児童が自らの食生活に生かすことができるような取組を実践していきたい。

# 公 集 小 学 校



## 【学校の概要】

本校は今年で創立143年の歴史ある学校である。校区は、かつては広々とした水田が広がるのどかな田園地帯であったが、近年の都市化の進行によって、環境も住宅地として変容している。さらに、県道・市道の整備に伴って、大型店舗等が続々と進出しており、商業地化の傾向が顕著にみられる。

しかしながら、コミュニティセンターとしての役割を果たす末武公民館を中核とした地域住民の有機的な連携によって、ふれあいのある温かい地域社会が形成されている。この地域社会の風土が教育面にも反映し、学校に対する関心も高い。PTA活動も盛んで、協力的である。

学校教育目標を「豊かな心にあふれ、一人ひとりが輝く公集っ子の育成～学ぶ喜び、ふれあう楽しさをすべての児童に～」と掲げ、地域の特色や児童の特性を生かした創意と活力に満ちた教育活動を推進している。

※児童数764名 29学級（特別支援学級3学級含む）  
教職員定数51名 （平成30年5月1日現在）

児童の実態 ・ 規則的な排便の習慣がない子が多い。 ・ 朝食の内容が十分でない子が多い。 ・ 食事のマナーが身についていない。 ・ 偏食の子がいる。 ・ 食物アレルギーの子がいる。  保護者の実態 ・ 食生活への関心に格差がある。  地域の実態 ・ 商業化されている。	学校教育目標 豊かな心にあふれ、一人ひとりが輝く公集っ子の育成 ～学ぶ喜び、ふれあう楽しさをすべての児童に～	文部科学省 「学習指導要領」  食育基本法  教育委員会方針
	めざす児童像 いきいきと活動し、進んで学習に取り組む子 思いやりとつながりを大切にする子 自分の健康・安全が守れる子	
	食に関する指導の目標 ○ 食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。(食事の重要性) ○ 心身の成長や健康の保持増進の上で望ましい栄養や食事のとり方を理解し、自ら管理していく能力を身に付ける。(心身の健康) ○ 正しい知識・情報に基づいて、食物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付ける。(食品を選択する能力) ○ 食物を大事にし、食物の生産等にかかわる人々へ感謝の心をもつ。(感謝の心) ○ 食事のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を身に付ける。(社会性) ○ 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)	

各学年の食に関する指導の目標			
	低学年	中学年	高学年
食事の重要性	○ 食べ物に興味・関心をもつ。 ○ 楽しく食事ができる。 ○ 朝食の大切さがわかる。	○ 楽しく食事をするのが心身の健康に大切なことがわかる。 ○ 3食規則正しく食事をとることの大切さがわかる。	○ 日常の食事に興味・関心をもつことができる。 ○ 楽しく食事をするのが、人と人とのつながりを深め、豊かな食生活につながる事がわかる。 ○ 朝食を摂ることの大切さを理解し習慣化している。
心身の健康	○ 正しい手洗いができる。 ○ よくかんで食べる大切さがわかる。 ○ よい姿勢で、落ち着いて食べることができる。 ○ 好き嫌いせずに食べようとする。	○ よくかんで食べることができる。 ○ 健康に過ごすためには、食事・運動・休養が大切なことがわかる。 ○ 健康に過ごすことを意識して、いろいろな食べ物を好き嫌いせずに食べようとする。	○ 栄養のバランスのとれた食事の大切さがわかる。 ○ 食品の3つの働きがわかり、好き嫌いせずに食べることができる。 ○ 食事が体に及ぼす影響や食品をバランスよく組み合わせて食べることの大切さを理解した、一食分の食事を考えることができる。
食品を選択する能力	○ いろいろな食べ物や料理の名前がわかる。	○ 食品の安全・衛生について、大切だということがわかる。 ○ 衛生的に給食の準備や食事、後片付けができる。	○ 食事の安全・衛生について考えることができる。 ○ 食品の衛生に気を付けて、簡単な調理をすることができる。 ○ 衛生的に食事の準備や後片付けができる。
感謝の心	○ 食事を作ってくれた人に感謝する。 ○ いただきます、ごちそうさまの意味がわかり、心を込めて食事のあいさつができる。	○ 食事は多くの人々の努力があって作られることを知り、感謝の気持ちをもって食べることができる。 ○ 自然の恵みに感謝して食べることができる。	○ 生産者や食事にかかわる多くの人々、自然の恵みに感謝し、残さず食べることができる。
社会性	○ 仲良く食べることができる。 ○ みんなと協力して給食の準備、後片付けができる。 ○ 正しい食器の並べ方、はしの持ち方がわかり、食べることができる。	○ 食事のマナーを考えて楽しく食事ができる。 ○ 楽しい会話をしながら食べることができる。 ○ 楽しく給食を食べるために、みんなで協力して工夫ができる。	○ 楽しい食事を通して、相手を思いやる気持ちをもつことができる。 ○ 協力して食事の準備や後片付けができる。
食文化	○ 自分の住んでいる身近な土地でとれた食べ物を知る。 ○ 季節や行事にちなんだ料理があることを知る。	○ 季節や行事にちなんだ料理があることがわかる。 ○ 地域の産物に興味をもち、日常の食事と関連付けて考えることができる。	○ 特産物を理解し、日常の食事と関連付けて考えることができる。 ○ 食文化や食品の生産・流通・消費について理解を深める。 ○ 外国の食文化を通して、外国とのつながりを考えることができる。

教科との関連	道徳との関連	特別活動との関連	総合的な学習の時間との関連	給食管理	家庭・地域との関連
◎各教科の学習内容と給食を関連させながら、望ましい食生活を送るための方法と知識の習得を図る。	◎食事を通じた心のふれあいと好ましい人間関係、責任、協調、感謝などの社会性を養う。	◎基本的な食習慣を身につけ、食生活についての理解を深める。 ◎集団での食事を通し、思いやり、協力の態度を伸ばす。 ◎感謝を表す方法を身につける。 ◎委員会活動の充実を図る。	◎食に関する身近な問題に気づき、解決する過程を通して、自分の健康を考えた食事ができるようにする。 ◎地域の産物と食生活に関わる体験学習を通して食に対する興味・関心を深める。	◎献立に郷土の産物や旬の食材、世界の料理を取り入れるなど、献立の多様化を図り、子どもの味覚をはじめとする ◎食事を育てる。 ◎食事の選択等により自己管理能力の育成を図る。	◎給食のねらい等の情報を提供し、理解と協力を得る。 ◎食についての理解を図り、食生活改善への関心を高める。 ◎実態を把握し、個別指導への対応を図る。 ◎地産地消を推進する。

1 小学校給食の基本方針

<ul style="list-style-type: none"> <li>・こころで感じる給食</li> <li>・からだで味わう給食</li> <li>・食べて学ぶ給食</li> </ul>
--

2 月別計画

月	給食目標	目標と献立との関連 (給食の教材化)	行事・季節献立 特別献立・旬の食材 郷土・世界の料理 等	旬や地域の食品、料理を 活用した指導	教科等との関連 (抜粋)	給食時間の指導	家 との 連携 ・ 地域
4	楽しい給食時間にしよう	学校給食の約束	入学・進級祝い献立		学活:楽しい給食		30年度テーマ「野菜をとりもりもり食べよう」・学校保健(安全)委員会・給食試食会・下松市子どもの食育推進ネットワーク事業等
5	食事マナーに気を付けて食べよう	食器の正しい置き方 よい姿勢	端午の節句 アスパラガス	1年キャベツ・レタス 2年親子どんぶり		※1年生野菜の名前と形について(5月～3月)	
6	歯と骨をじょうぶにする食事をしよう	じょうぶな歯や骨をつくる食品	食育月間 歯と口の健康週間 地場産給食週間6/11～6/15 小・中連携献立<サッカーワールドカップロシア大会6/14～7/15> びわ・ゴールドキウイフルーツ	1年じゃがいも・たまねぎ 2年肉じゃが	学活:じょうぶな歯	1～6年食事マナーについて	
7	夏を元気に過ごす食事をしよう	夏野菜 夏バテを予防する食品	七夕 ラッキースターにんじん すいか	1年ゴーヤ・オクラ・かぼちゃ 2年カレーライス	2年生活:野菜のお世話をしたよ 特学生単:夏野菜でピザづくり		
9	残さず食べよう	食べ物の働き	十五夜(9/24) ぶどう・なし	1年なす・とうがん 2年マーボー豆腐	2年学活:残さず食べよう 元気アップ大作戦 5年社会:これからの食料生産とわたしたち 5年家庭:毎日の食事を見つめよう		
10	和食のよさを知ろう	「まごわやさしい」 郷土食	「まごわやさしい」献立 目の愛護デー 小・中連携献立<りっちゃんのげんきサラダ> くり	1年さつまいも・にんじん 2年りっちゃんのげんきサラダ	1年国語:サラダでげんき 6年家庭科:まかせてね!今日の食事 5年総合:郷土料理 特学生単:さつまいものおやつ作り 6年道徳:和食を世界へ	5年宿泊学習 パイキングについて	
11	旬や地域の食材を知ろう	旬の食材 地場産食材	いい歯の日 カミカミ献立 地場産給食週間 和食の日11/24(いいにほんしょくの日) やまぐち郷土料理の日	1年はくさい・さといも 2年きんぴらごぼう	4年社会:山口県の特色を生かした産業(地産地消)	3年よくかんで食べよう 4年郷土料理について	
12	かぜを予防する食事をしよう	冬野菜 体を温める食品	冬至 クリスマス献立(デザートセレクト) かぶ・ゆず	1年だいこん・かぶ 2年おでん	2年生活:冬でも育つ野菜がある 6年保健:病気の予防		
1	感謝して食べよう	学校給食週間 まるごと!下松給食の日	正月、七草、鏡開き 学校給食週間 郷土料理・外国料理 地場産給食週間 まるごと!下松給食の日 小・中連携献立<ふるさと下松・周南の味(外史汁・つしま)>	1年れんこん・はなっこりー 2年みそ汁	2年学活:かぜの予防をしよう 学活:感謝して食べよう 道徳「きゆうしよくじまん」	1～6年感謝して食べよう	
2	いろいろな豆や豆製品を食べよう	豆の食文化 豆や豆製品の料理	節分、立春	1年ブロッコリー・カリフラワー 2年ポークビーンズ	特学生単:豆まき会	6年中学校給食について	
3	すきらいをしないで食べよう	主食・主菜・副菜のそろった食事	桃の節句 卒業祝い献立	1年ほうれんそう・こまつな 2年ひじきの煮もの			

毎月の実施計画	食事マナーの日…15日頃 食育の日…19日 ふるさと給食の日 まごわやさしい給食の日
---------	---

3 その他

- ① 特別給食…パイキング給食(6年生対象)、セレクト給食、6年生が考えた給食
- ② 小学校給食センターの1年生教室訪問
- ③ 学期初め・市教研大会の行事等がある日は、食べやすい献立
- ④ 食生活アンケート実施と結果事後指導(5年生対象)

◇ 取組一覧



目的	実施月日	対象	実施内容	備考
朝食摂取率向上・内容充実	年間	全校児童	衛生チェック 毎週1回朝食摂取についての調査実施	
	6月14日(木)	5年	学級活動(2) 「ハッピー朝食を考えよう」	実践①
	6月19日(火)	保護者	第1回学校保健安全委員会 講話「こどもの腸の健康について」	
	7月 夏休み	5年	家庭科 「食生活アンケートの結果から見える課題と我が家の野菜レシピ」	
	7月 夏休み	5年	生活科 「見つけたよ！ やさいりょうり」	
	夏休み 冬休み	全校児童 保護者	元気もりもりチャレンジカードによる朝食野菜摂取調査の実施	実践②
	9月	全校	身体測定時における保健指導 「朝の目覚ましスイッチ」	実践③
	9月	5年	宿泊学習でのバイキング料理の取り方事前指導	
	10月18日(木)	1年 保護者	学校給食試食会	実践④
	2学期～ 毎月1回	全校	保健委員会によるふり返り「3L 振り返る(ふりか)カード」の実施	
	1月17日(木)	5・6年 保護者	第2回学校保健安全委員会 講話「食事は愛のハーモニー」	
	1月26日(土)	親子	親子料理教室 「郷土料理でしっかり朝ごはん」	
食事マナーの定着	年間 毎月の食育の日	全校	食事マナーの日の充実 ・ポスターを給食時間に貼る ・ミニ指導案を活用した指導	
	夏休み 冬休み	全校 保護者	元気もりもりチャレンジカードによる食事マナー調査の実施	実践②
	10月18日(木)	1年 保護者	学校給食試食会	実践④
	2学期	1・2年	学級活動(2) 「給食パワーアップ大作戦」	
	11月	3年	学級活動(はしの正しい持ち方・使い方)	
	12月18日(火)	3年	食生活改善推進員等による給食時間の食事マナー支援と学級対抗豆運び大会の開催	

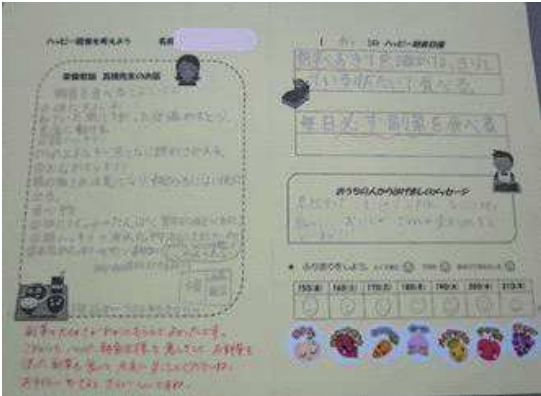


食事マナーの定着	6月	全校児童	給食委員会児童の教室訪問 食器の持ち方やよい姿勢の啓発活動	
	10月	1・2年	給食委員会児童の教室訪問 正しいはしの持ち方の啓発活動	
地場産食材・郷土料理への理解	年間	全校児童	給食で山口県の郷土料理「けんちょう」等や地場産食材の周知(ふるさと給食の日の活用)	
	10月	6年	家庭科 「下松市の小学生のための給食を考えよう」	
	10月17日(水)	3年	総合的な学習「給食のひみつ探検隊」	
	10月18日(木)	1年 保護者	学校給食試食会	実践④
	10月30日(火)	3年	生産者からの講話(ほうれんそう農家)	
	11月5日(月)	3年	生産者からの講話(下松農業公園)	
	11月	4年	社会科「山口県の特徴を生かした産業」	
	11月～2月	4年	郷土料理学習	実践⑤
	1月24日(木) ～30日(水)	全校児童	給食感謝週間 給食委員会からのビデオ放送 (地場産物の紹介・給食クイズなど)	
	1月26日(土)	親子	親子料理教室 「郷土料理でしっかり朝ごはん」	
保護者や教職員の意識向上	6月	保護者	第1回学校保健安全委員会 講話「こどもの腸の健康について」	
	1月	保護者	第2回学校保健安全委員会 講話「食事は愛のハーモニー」	
	10月18日(木)	1年生 保護者	学校給食試食会	実践④
	1月26日(土)	親子	親子料理教室 「郷土料理でしっかり朝ごはん」	
	年間 (随時)	保護者 教職員	各種たよりの発行	
	年間 (随時)	教職員	給食時間のちょこっと食育 (給食一口メモ)	



◇ 実践内容

公集小 実践①	学級活動「ハッピー朝食を考えよう」		
実施日	平成30年6月14日（木）	実施場所	5年3組教室
対象	5年生	指導者	担任・栄養教諭
ねらい	自分の朝食のとり方や生活習慣の中にある課題を知り、よりよい朝食について話し合う活動を通して、これからの自分の朝食や生活習慣についての自己目標を決めることができる。		
内容	<p>山口県学校栄養士会の食生活アンケートを5月初旬に実施したところ、朝食摂取率は92%で、内容については、主食のみが37.2%、主食と主菜が29.2%、主食と副菜が13.3%で、主食・主菜・副菜のそろったバランスのよい朝食を食べている児童は14.2%という結果であった。そこで、朝食をバランスよくしっかり食べることをねらいとし、このアンケート結果を元に、自分の朝食や生活習慣について振り返ることで自分自身の課題をつかみ、その原因を探り、栄養教諭の話を参考に解決策を見つけ、朝食内容や生活習慣を改善するための自己目標を決めて取り組むという学級活動を担任と栄養教諭のTTで行った。</p> <p><b>（1）指導の流れ</b> 別紙指導案・板書のとおり</p> <p><b>（2）保護者に対する啓発</b> 授業で使用したワークシートに児童が決めた自分の目標を達成させるための振り返り欄と保護者からのはげましメッセージ欄を設け、保護者にも意識を高めてもらえるようにした。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">   </div>		



<p>児童の 目標</p>	<p>〈児童のハッピー朝食目標〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 宿題などを早く終わらせ、早寝早起きをして、朝食を食べる時間をつくる。</li> <li>・ 時間がある日は、自立して作ってみる。</li> <li>・ 家庭科の調理実習で習ったおひたしやゆで卵を自分で調理する。</li> <li>・ 赤・黄・緑の食べ物をなるべく毎日食べてみる。</li> <li>・ 毎日必ず副菜を食べる。</li> <li>・ 自分で考えた朝ごはんメニューをボードに書いて親にお願いする。</li> <li>・ 早寝早起きをしてしっかりバランスのよい朝食を出してもらう。</li> <li>・ きらいな食べ物も「これはうまい」と思っておりがたみを持って食べる。</li> </ul>
<p>保護者 からの メッセージ</p>	<p>〈保護者からのメッセージ〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 朝ごはんを家族みんなでしっかり食べて、毎日元気いっぱいにごさうね。勉強にスポーツに応援しています。</li> <li>・ パン食が多いので、バランスのとれた朝食をとるよう心がけようと思います。早起きガンバレ！</li> <li>・ 朝食の大切さを理解し、しっかり食べることを心がけることができました。</li> <li>・ 一緒にメニューを考えたり、自分で作ってみたり、栄養面以外でも勉強になることがたくさんありました。今後も楽しく続けていきたいです。</li> </ul>
<p>成果と 課題</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 担任主導で栄養教諭と TT を行うことにより、児童の興味関心を引き出し、一人ひとりが自分のこととして考え、朝食の栄養面だけでなく、生活全般を見直すことができた。</li> <li>○ 児童一人ひとりが自分の朝食内容や生活習慣を振り返り、朝食内容を充実させるためや、朝食をしっかり食べるために生活習慣を改善するための自己目標を決定することができた。また、その目標を達成させるために家庭で1週間努力することができた。</li> <li>○ ワークシートを効果的に活用することができ、家庭とつながることで、保護者の意識を多少なりとも変容させることができた。</li> <li>○ この授業を公開授業としたことで、地域の学校栄養士が多数参観に来て、栄養教諭・学校栄養職員の授業への関わり方の参考になったようだ。</li> <li>● 振り返りを1週間実施したが、その後の変容について確認ができていない。朝食についてのアンケートを2月に実施し、児童の食生活の変容を確認するとともに、引き続きいろいろな機会をとらえて働きかけをしていく必要があると考えている。</li> <li>● 家庭との連携をより一層深めるために、参観日に授業を実施できるとよい。</li> <li>● 全学年で系統だった指導を積み重ねて学習することでより成果をあげるために、年間計画の見直しをしていく必要がある。</li> </ul>



指導案・板書

【指導案】

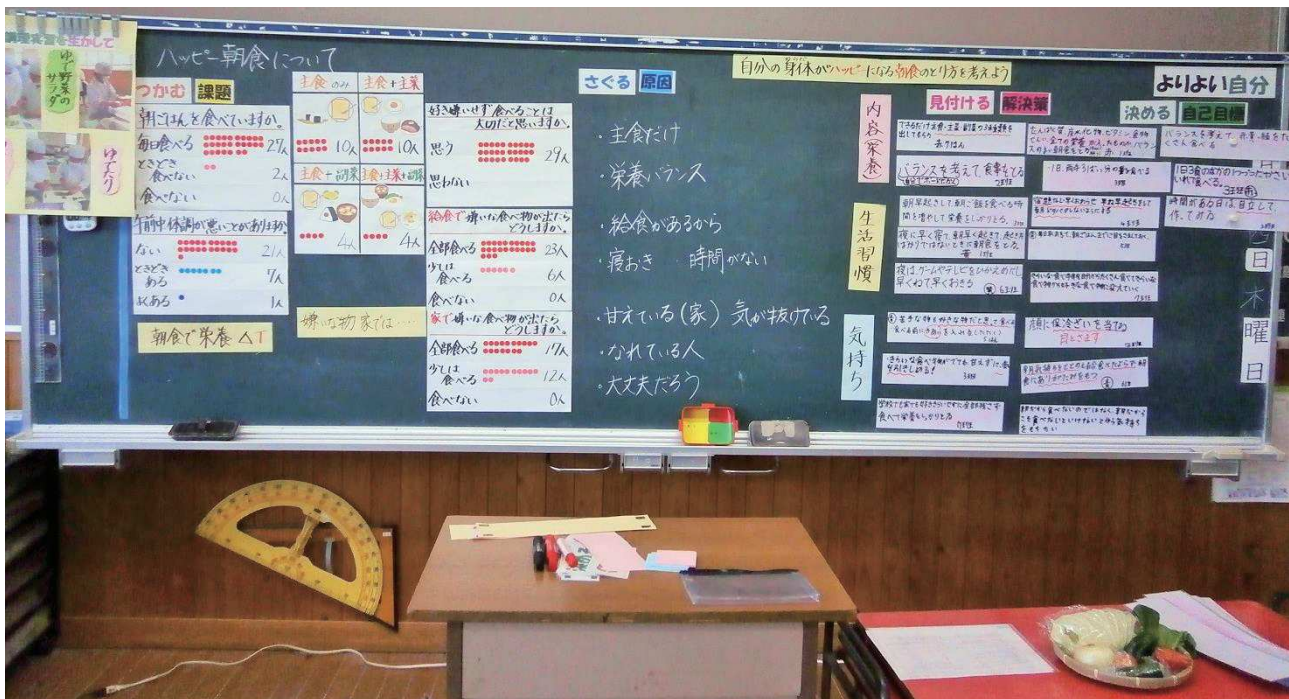
学級活動（2） 「ハッピー朝食を考えよう」

6月14日（木）6校時 5年3組 教室

T1 榎木 道子 T2 高橋 ゆふ

<p>1 ねらい 自分たちの朝食のとり方や生活習慣の中にある課題を知り、よりよい朝食について話し合う活動を通して、これからの自分の朝食や生活習慣についての自己目標を決めることができる。</p> <p>2 評価 ア 朝食についての課題を知り、よりよい朝食にするための方法を考え、進んで話し合うことができたか。(観察、発表) イ 話し合いを生かし、これからの朝食や生活習慣についての自己目標を決めることができたか。(ワークシート、発表)</p>	<p>6/14 ハッピー朝食を考えよう</p> <p>自分の身体がハッピーになる朝食のとり方を考えよう。</p>																															
	<table border="1"> <tr> <td>つかむ</td> <td>課題</td> <td>さぐる</td> <td>原因</td> <td>見付ける</td> <td>解決策</td> <td>決める</td> <td>自己目標</td> </tr> <tr> <td colspan="2">生活についてのアンケート結果</td> <td></td> <td></td> <td>内容</td> <td></td> <td>○ ……</td> <td>○ ……</td> </tr> <tr> <td colspan="2">調理実習の写真</td> <td></td> <td></td> <td>生活習慣</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td colspan="2">栄養教諭からのアドバイス</td> <td></td> <td></td> <td>気持ち</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	つかむ	課題	さぐる	原因	見付ける	解決策	決める	自己目標	生活についてのアンケート結果				内容		○ ……	○ ……	調理実習の写真				生活習慣				栄養教諭からのアドバイス				気持ち		
つかむ	課題	さぐる	原因	見付ける	解決策	決める	自己目標																									
生活についてのアンケート結果				内容		○ ……	○ ……																									
調理実習の写真				生活習慣																												
栄養教諭からのアドバイス				気持ち																												
<p>本時の流れ</p> <p>① 今までの朝食の様子について話し合う。 ◆ 自分たちの朝食の様子や生活についてのアンケート集計結果を提示し、自分たちの食べ方の傾向や問題点を具体的に捉えることができるようにする。 ◆ 授業の終末に、一人ひとりが「自分の身体のためになる朝食をとる工夫」を決めることを伝え、活動の見通しをもつことができるようにする。 T 自分の身体がハッピーになる朝食のとり方を考えよう</p> <p>② 朝食の重要性や必要な栄養素について知る。 ◆ 栄養教諭から、朝食をとるよさや必要な栄養素などを聞くことで、話し合う必要性を感じ、話し合いのヒントとなるようにする。</p> <p>③ よりよい朝食にするために工夫できることをグループで話し合って考え、発表し合う。 ◆ グループに分かれて話し合い、自分や友達の見解を生かしながら、よりよい朝食にするための工夫を見付けることができるようにさせる。【評価ア】 ◆ 意見が出にくいグループに対しては、栄養教諭のアドバイスを参考にしたり、生活習慣の面で考えさせたりと多様な視点を与え、話し合いを生かせるようにさせる。</p> <p>④ 自分の「ハッピー朝食目標」を決め、カードに書く。 ◆ ③活動の発言を参考に、朝食をとるときに自分で工夫できることを具体的に考え、カードに書くよう助言する。【評価イ】</p>																																

【板書】



公集小 実践②	元気もりもりチャレンジカードによる朝食野菜摂取調査の実施		
実施日	平成30年度 夏期休業中	実施場所	各家庭
対象	全校児童、保護者	指導者	担任
ねらい	<ul style="list-style-type: none"> <li>長期休業中の規則正しい生活リズムの定着について児童や保護者の意識を高める。</li> <li>自分自身の生活を振り返ることで朝食における野菜摂取や基本的な食事マナーの習慣を身につける。</li> </ul>		

長期休業中での生活リズムの定着、朝食での野菜摂取の意識化と実践のため、生活リズム調査「公集小 夏休み！元気もりもり♪チャレンジカード」を実施した。

### (1) 実施項目の設定

本校が学校、地域、家庭で連携して進めている「すこやかプロジェクト」の取り組みに即した6項目を調査内容として設定した。

### (2) 調査項目：夏期休業中の最初と最後の5日間についてチェックし振り返る。

- ① 早寝、早起き：寝る時間、起きる時間を守ることができた。
- ②-1 朝食摂取：朝ごはんをしっかりと食べた。
- ②-2 朝食摂取：朝ごはん野菜を食べた。
- ③ 排便リズムの定着：排便（うんち）をした。
- ④ 運動習慣の定着：しっかりと体を動かした。（外遊び、ストレッチなど）
- ⑤ 食事マナーの定着：姿勢や箸の持ち方に気をつけて食べた。
- ⑥ むし歯予防：食事の後や寝る前の歯みがきを忘れずにできた。

内容

**表面**

公集小 夏休み！元気もりもり♪チャレンジカード

ねん くみ なまえ

★夏休みの前に目標をたてましょう！★

あつい夏、真夏に負けて！  
すいみんかん、  
むし歯も健康に  
歯ですためには、  
歯磨きと歯検！  
前にはん、  
野菜も食べよう！

家で チャレンジ！ お母さんやお父さん と一緒に頑張ろう！ こどもく	7がつ					8がつ				
	夏休み始まりの5日間					夏休み終わりの5日間				
	21	22	23	24	25	27	28	29	30	31
	(土)	(日)	(月)	(火)	(水)	(木)	(金)	(土)	(日)	(月)
① ねるじかん、 おきるじかんを 守ることができた										
②-1 朝ごはんを しっかりと食べた										
②-2 野菜も 食べた										
③ はいはい(うんち)をした										
④ しっかりと体を 動かした (外遊び、ストレッチなど)										
⑤ 食事マナーや姿勢に気 をつけて食べた (=はしのはし(歯)を磨く)										
⑥ 食事の後や寝る前の 歯みがきを忘れずに できた										
できた：○ まあまあできた：△ できなかった：× を記入しましょう。										
じぶんのかんそう						おうちの人のかんそう				

★8/3(月)に担任の先生へ提出しましょう★

**裏面**

正しい姿勢のよい食事マナーを身につけましょう！

よい姿勢で食べよう!!

おやぢを  
あちにかける

食器を持って  
食べましょう。

はしを正しく  
持って  
食べましょう。

これはだめ!

正しいはしのはしつかいかたをマスターしよう!!

はしのはしつかいかた

① 正しいえんぴつもち方で  
はしを1本持つ。

② はしを「1」の字を  
たてにうごかす。

③ もう1本のはしを親指のつけねから、  
中指とすり指の間に通す。

④ 上のはしだけをうごかすように  
れんじゅうする。

夏休み中、おうちで練習してみよう!



<p>児童・保護者の感想</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 朝ごはんは野菜を食べていないことがわかりました。(1年生児童)</li> <li>・ 食事マナーやはしの持ち方を意識するだけでずいぶんちがいました。(4年生児童)</li> <li>・ 夏休みは遅寝遅起きになり、食生活にも影響しました。早寝早起きの大切さがわかりました。(保護者)</li> <li>・ 朝食に野菜をとるように意識できました。(保護者)</li> <li>・ 食事中に背中が丸くなったり、食器を持って食べていなかったりすることが多かったのでこれからも注意していこうと思った。(保護者)</li> </ul>
<p>成果と課題</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 夏期休業中の最初と最後5日間の取組だったが、自分の生活を振り返ることで朝食での野菜摂取や正しい食事マナー(姿勢、箸の持ち方)を意識する児童が増えた。</li> <li>○ 家庭で一緒に取り組むことで改めて親子で生活習慣や朝食について考え、見直す機会となった。</li> <li>● 朝食や生活リズムについての関心や取組状況は、家庭によって温度差があるように感じられる。今後も家庭との連携を大切にし、保護者への効果的な啓発活動に引き続き取り組んでいく必要がある。</li> </ul>

【きゅうしょく・しょくいくだより】

きゅうしょく・しょくいくだより

# いただきます

おうちの人と一緒に読んでください。(家庭数配布)

6月食育月間啓

平成30年6月6日(水)

下松市立 公業 小学校

毎年6月は「食育月間」・毎月19日は「食育の日」

「食べることは「生きること」」

平成17年に制定された「食育基本法」では、「子どもたちが健全な人間性をはぐくみ、生きる力を身に付けていくためには、何よりも『食』が重要である」とし、「食育を、生きる上での基本として、知育、徳育および体育の基礎となるべきものと位置付ける」としています。生涯にわたって心身ともに健康で豊かな人間性を育むために、子どものころから、さまざまな「食」に関する経験を積んでいくことが大切です。

**食育月間で!**

毎日の生活で、これらのことがしっかりできているか、今の高ってみましょう。

**食を通じたコミュニケーション**

食を共に楽しみながら、食事の作法やマナー、食文化や楽しみの食べ方を身に付けよう。

**バランスのとれた食事**

生活習慣病予防につながる「日本型食生活」など健康的な食生活を実践しよう。

**望ましい生活リズム**

朝食を必ずとることや、早寝早起きなど子どもの基本的な生活習慣を確立し、生活リズムを向上させよう。

**食を大切にできる気持ち**

食事のおいしさをつまみ分けたりなど、自分の思いや食に関わる人への感謝をしっかりと表している。

**食の安全**

自らの食を自らの判断で正しく選択できるよう、適切な情報を集め、衛生や安全に十分気を配る。

**下松市つながる食育推進事業**

今年度、下松市は、食育推進地域として指定を受け、市の実情に応じた食育の推進を図ることになりました。子どもたちや保護者の皆様方が食を考えるよい機会ととらえ、いろいろな行事等を計画しますので、ご参加いただきますようお願いいたします。

6月19日(水)・・・学校保健安全委員会「腸の健康について」(公業小学校)

7月25日(水)・・・けんこう教室食育講演会「食でつなげる人・未来」(ほしらんどくまっつ 2階 サルビアホール)

**野菜もりもり下松っ子**

毎日食べます 緑ごぼう  
毎週食べます 緑ごぼう  
毎週食べます 緑ごぼう

**つくってみませんか! 6月のこんだてより**

6月4日から10日は「歯と口の健康週間」です。丈夫な歯にするために、カルシウムが多い食材やかみごたえある食材が給食にもたくさん登場します。その中からカルシウムたっぷりの1品を紹介いたします。

**小松菜とちやしのごまじゃこあえ**

小松菜は、どろろとだけじゃなくカルシウムの多い野菜です。しらす干しといっしょに入ると、栄養たっぷりのあえものになります。

材料(4人分)

小松菜	100g	ごま	大さじ1
ちやし	100g	砂糖	大さじ1/2
しらす干し	10g	しょうゆ	大さじ1/2

作り方

- ① 野菜はよく洗い、小松菜は2~3cmの長さ切る。
- ② ちやしと小松菜をゆでて氷水を通しておく。
- ③ ごまは炒ってすり鉢でする。(すりごまを使用してもよい)
- ④ 野菜としらす干しを調味料であえ、ごまをのせて仕上げ、(しらす干しはフライパンで焼くと香りがよくなります。)

※小学校給食センターのホームページで給食の献立表等を見ることができます。ぜひご覧ください。  
下松市HP→子育て・教育→学校・教育(小学校以上)→学校給食について→小学校給食について

**公集小学校 食育の取組...子どもたちの様子から...**

給食時間に教室を訪問すると、「今日の給食おいしいです。」「今日も全部食べました。」と笑顔で話してくれる子どもたちがいる一方、舌手なものをや食べ慣れていないものに手がつけられない、食べる量が極端に少ないといった子どももいて、献立によっては、給食を残す児童の長蛇の列ができることがあります。また、ひじをついていたり、食器を持たずに食べていたり姿勢が悪い児童も少なからず見られます。そこで、本校では、「すこやかプロジェクト」の取組として、「**食事マナーを身に付ける**」ことに重点をおいて、よい姿勢で食べる、感謝の気持ちをもちて残さず食べることで子どもたちになるように、1年間取り組んでいきたいと思います。

ご家庭の食事でも、食べる時の姿勢を覚えていただくとともに、「いろいろな食材に触れる」、「食べにくい魚や果物なども手伝わず自分で食べられるようにする」などに配慮いただければと思います。子どもたちが健康で心豊かな人生を歩めるよう、学校と家庭で協力して食育に取り組ましましょう。


6月食育月間の取組として、給食委員会が、全校児童に食事マナーについてお話をします。ご家庭でも、夕食の時に確認してみてください。

舌手な食べ物に少しずつチャレンジしてみましょう!!

机と体の間は、こぶし1個分くらいあけ、おなかにくっつく力をいれてみましょう。

食器を持って、背中をひんと伸ばすと、見た目が美しく、また食べ物の消化もよくなります。

ひざをそろえて、足のうらまひたと床につけると、よい姿勢になります。

公集小 実践③	身体測定時における保健指導「朝の目覚ましスイッチ」		
実施日	平成30年 9月5日(水)～7日(金)	実施場所	保健室
対象	全校児童	指導者	養護教諭
ねらい	<ul style="list-style-type: none"> <li>朝食には、3つの目覚ましスイッチの役割があることがわかる。</li> <li>自分の朝食を振り返り、3つのスイッチが入るバランスのとれた朝食をとることの大切さを理解し、自分の朝食を見直すことができる。</li> </ul>		
内容	<p>体調不良を訴えて保健室で来室する児童の中には、朝ごはんを食べずに登校したり、朝からボーっとしていたり、居眠りしたりする様子が見られた。</p> <p>また、朝食は食べているが主食のみで野菜を食べている児童が少ないこと、朝の排便リズムが整っていないという実態を踏まえ、身体測定前の時間を利用し、朝ごはんについて話をした。</p> <p><b>(1) ミニ保健指導の流れ</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①朝ごはんを食べないとどうなるか考える。</li> <li>②朝ごはんには3つの役割があることを知る。 <ul style="list-style-type: none"> <li>(赤) 体と心の目覚ましスイッチ</li> <li>(黄) 頭が目覚ましスイッチ</li> <li>(緑) うんこがでるスイッチ</li> </ul> </li> <li>③3つの目覚ましスイッチをONにする食べ物を知る。</li> <li>④朝ごはんが食べられない理由として、夜更かしや寝る前の間食も関係していることを知る。</li> <li>⑤自分の生活を振り返り、早寝早起きや、バランスのよい朝食をとろうとする意欲を持つ。</li> </ol> <p><b>(2) 保護者に対する啓発</b></p> <p>実施後、保護者にも意識を高めてもらえるよう、指導の様子を保健だよりをとおして知らせた。</p>		
			



**2学期の身体測定をしました！**

～どれくらい大きくなりましたか～  
成長のスピードは、人それぞれです。  
身長と体重がバランスよく増えているかに注目してください。

♪ミニ保健指導の様子♪

身長・体重を測る前に、「朝の目覚ましスイッチ」…朝ごはんについて話をしました。

◆元気に過ごすためのあいことば◆

朝ごはんは

- ①体心のめざましスイッチ
- ②頭のめざましスイッチ
- ③うんこがでるスイッチ

をONしましょう。

★3つのスイッチをONするために  
赤・黄・緑の食品がそろっていると  
よいですね！

朝ごはんに  
ぜひ野菜を！




児童  
の感想

- ・ 遅く寝ることが、一日の体調に影響を与えるということがわかった。
- ・ 朝ごはんを食べて3つのスイッチをオンにするために、早く起きてしっかり朝ごはんを食べたい。
- ・ 今の朝ごはんではスイッチが1つしか入らないので、3つともオンになるよう気をつけたい。
- ・ 今まで朝ごはん野菜を食べていなかったもので、これからはできるだけ食べるようにしたい。
- ・ 朝ごはんを食べてトイレに行く時間を作りたい。

成果と  
課題




- 自分の朝ごはんを振り返り、スイッチを入れるための食品が不足していないか考えることで、朝食の役割やバランスよく食べることの大切さについて理解を深めることができた。
- 3つのスイッチが入る朝食をとっている児童はクラスに数名ずつしかいなかった。朝ごはんをはじめとする望ましい生活習慣が定着するよう、子どもをとおして家庭への啓発を行うことで保護者の協力や理解を得られるよう、引き続きいろいろな機会をとらえて働きかけをしていく必要がある。

◆参考文献：東山書房：ライブ♪子どもイキイキ「からだの学習」保健指導のレシピ

公集小 実践④	給食試食会		
実施日	平成30年10月18日(木)	実施場所	体育館・1年生教室
対象	1年児童・保護者	指導者	担任・栄養教諭
ねらい	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 学校給食の意義や役割について理解を深めるとともに、関心を高める。</li> <li>・ 親子と一緒に給食を食べることで、食事量や食事マナー等について確認し、家庭での食生活に活かしてもらう。</li> <li>・ 成長期の食事の大切さを理解し、食習慣を見直すことができる。</li> </ul>		
内容	<p>4校時に保護者対象に給食の内容及び成長期の望ましい食習慣について栄養教諭が話をした。給食時には、実際の給食の量や食べる時の姿勢、箸の持ち方などを確認してもらうようお願いした。</p> <p>その後、各教室に移動し、児童と一緒に給食の準備・配膳を行い、親子で楽しく会食した。</p> <p>保護者には、試食してみたの感想や児童の様子などについてのアンケートをお願いした。</p> <p style="text-align: center;"><b>保護者への説明プレゼンの一部</b></p> <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; margin: 10px 0;"> <p style="text-align: center; color: blue;"><b>下松市つながる食育推進事業</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>①朝食摂取率の向上と朝食内容の充実</li> <li>②気持ちのよい食事マナーの定着</li> <li>③地場産食材や郷土料理への理解促進</li> </ul> <p style="text-align: center; color: red;"><b>家庭と学校の連携が大切！！</b></p> </div> <div style="text-align: right; margin: 10px 0;">  </div> <p>〈献立〉  パン あじのかわりマリネ 根菜類の豆乳スープ オレンジ 牛乳  (献立は、担任と相談し、できるだけ児童の苦手な食材や皮をむいて食べる果物がある日を選ぶようにしている。)</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 20px;">   </div>		

<p>保護者の感想</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 給食の時間が大変楽しそうだったのでうれしく思った。</li> <li>・ 子どもたちがとても手際よく配膳しているのがすごいと思った。</li> <li>・ とてもおいしかった。栄養バランスもよく、残さず食べてほしい。</li> <li>・ 家の味付けよりも薄味で体に優しくおいしかった。</li> <li>・ 野菜たくさんスープがとてもよい。家庭でも取り入れたい。</li> <li>・ パンの量が少し多いのかなと感じた。あまりパンが好きではないのもあるが、全部食べるのが少ししんどそうだった。</li> <li>・ 口の中に食べ物が入っているのにお話しているのが気になった。おちゃわんやおはしの持ち方、片手で食べているなど、基本的なことができていないので、家でも改善していこうと思った。</li> <li>・ 子どもと一緒に食べたグループの他のお子さんも我が子も一点食べしていると感じた。ごはん（パン）、スープ類、メインと三角食べができるように声かけをしていこうと思う。</li> <li>・ オレンジがトレーに直に置いてあるのが少し嫌だった。皮も自分でむかないといけないので食べにくかった。</li> <li>・ 毎日給食のメニューを見て楽しみにしている。</li> <li>・ 栄養面に気を使ってくださってありがたい。自宅で食べたことのないものが出て、いつの間にか食べられるようになって感謝している。</li> <li>・ 栄養教諭の話を聞いて、山口県の食材を使ったり、郷土料理を作ったりしてみようと思った。また、朝ごはん野菜を取り入れていくことも進んでやっていかなくてはと思った。</li> <li>・ 今後も給食への異物混入や食中毒が発生しないように衛生面に配慮して、安全で安心な給食の提供をよろしくお願ひしたい。</li> <li>・ 食べ物だけでなく、姿勢やマナーなど、実は大きな学びの時間であることを認識した。楽しく「食べることは生きること」「感謝していただくこと」「あなたの体はあなたの食べたものでできている」など、学んでくれたらと思う。</li> </ul>
<p>成果と課題</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 1年生の児童数129名中、111名の保護者の参加があり、ほとんどの保護者に日ごろの児童の様子を見てもらうことができ、給食や食育についての理解を深めてもらうきっかけをつくることのできた。</li> <li>○ アンケートを記入してもらうことにより、保護者の考えを知ることができた。学級担任等と相談しながら可能なことは改善することができた。</li> <li>● 学校と家庭が連携を図りながら食育を推進するために、今後も様々な機会をとらえて情報を発信し、啓発していきたい。</li> </ul>



公集小 実践⑤	給食時間における給食指導「山口県の郷土料理」		
実施日	平成30年11月～ (郷土料理の日)	実施場所	4年生教室
対象	4年児童	指導者	栄養教諭
ねらい	<ul style="list-style-type: none"> <li>山口県の郷土料理について紹介し、そのいわれや材料を知り、理解を深める。</li> <li>地元の食文化への関心を高めるとともに、自分でも調理してみようという意欲を育てる。</li> </ul>		
内容	<p>山口県の代表的な郷土料理である「けんちょう」が給食に出る日に教室へ行き、郷土料理とは何か、山口県の郷土料理にはどんな料理があるか、どんな材料が使われているか、なぜ、給食に郷土料理が出るのかなどについて話をする。</p> <p>指導の流れ</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>① 「けんちょう」ってどんな料理？</li> <li>② 「けんちょう」クイズ けんちょうに必ず入る2種類の食べ物は？</li> <li>③ 「郷土料理」ってどんな料理？</li> <li>④ 「けんちょう」の他にどんな郷土料理があるかな？</li> </ol> <div data-bbox="1050 748 1437 965" style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>「けんちょう」</p>  <p>山口県の郷土料理</p> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>		
児童 の感想	<ul style="list-style-type: none"> <li>山口県にはけんちょう以外にもたくさん郷土料理があることがわかった。</li> <li>岩国の郷土料理には、れんこんがよく使われているんだなと思った。</li> <li>けんちょうはおばあちゃんが作ったのを食べたことがある。自分でも作ってみたい。</li> <li>けんちょうはあまり好きではなかったけど、山口県の郷土料理なので大切にしたいと思った。</li> </ul>		
成果と 課題	<p>○ 食生活に関するアンケートの中の「あなたの住んでいる地域や山口県の郷土料理を知っていますか。」の項目で、知っているという回答する児童の割合が、平成27年度は48.2%と低かったが、平成28年度は70.3%、平成29年度は71.2%、平成30年度は82.3%と高くなっている。このような給食時間の指導や給食放送、おたよりの発行などにより成果が出ていると思われる。</p> <p>● 郷土料理を知っているだけでなく、実際に自分で調理できるようにするために、親子料理教室のメニューに毎年取り入れるなど、郷土料理にふれる機会を増やしていきたい。また、給食試食会や学校保健安全委員会での話に取り入れたり、おたよりにレシピを掲載したりするなど啓発に努めたい。</p>		

## ◇ 取組のまとめ

### 1 成果

- つながる食育推進事業を受託したことで、校内で食育の推進について共通理解を図り、どの学年においても食育を実践することができた。
- 学級活動において、担任と栄養教諭のティームティーチングによる授業を行い、担任主導による効果的な授業実践を行うことができた。
- 給食委員会の活動として、食事マナー定着のために給食時間に各教室を訪問し、お手本を見せながら呼び掛けた。また、保健委員会の活動として、生活習慣を振り返るカードに朝食摂取や朝食での野菜摂取についての項目を入れ、定期的呼びかけと確認を行った。これらの委員会活動を通して、児童から児童への働きかけの中で、望ましい食習慣と食事マナーについて啓発を図ることができた。
- 保護者との連携を図るために、学校保健安全委員会や給食試食会などの機会をとらえて、食に関する話をしたり、たよりで情報を発信したりするなどして啓発に努め、一部の保護者ではあるが、食生活を改善しようとする意欲を示してもらえた。
- 朝食内容の充実を含めた望ましい生活習慣の定着とよい食事マナーを身に付けるために、夏休みと冬休みに、「元気もりもり♪チャレンジカード」による生活リズム調査を行った。家庭で一緒に取り組むことで改めて親子で生活習慣や朝食について考え、見直す機会となり、朝食での野菜摂取や正しい食事マナー（姿勢、はしの持ち方）を意識する児童と保護者が増えた。
- 児童のはしの持ち方を改善するために、食生活改善推進員さんなど地域の方に協力してもらい、3年生対象に、はしの使い方についての指導を行うとともに、学級対抗豆運び大会を開催した。この取組を通して、3年生児童は、はしの持ち方をより意識するようになった。

### 2 課題

- 食育に関する多くの実践をしてきたが、その場では児童も理解し、改善しようと取り組むが、それを実際の食生活の中で定着させることが課題である。
- 食育アンケートより、事前と事後で、ほとんどの項目で数値が下がっていた。中でも特に家族などと一緒に食事をする「共食」に対する意識が低いことがわかった。
- 学校での食育の取組について、たより等で発信してきたつもりだが、保護者にしっかり伝わっていないようである。食育や給食に関する家庭とのつながりは、たよりやホームページ等、一方向の情報発信のみになりがちである。今後は、参観日に実践するなど、家庭と食に関する学習内容や課題等を共有できる機会を探りたい。
- 食への関心や取組状況は、家庭によって温度差があるように感じられる。今後も家庭との連携を大切に、保護者への効果的な啓発活動に引き続き取り組んでいく必要がある。

### 3 今後に向けて

- 担任と養護教諭や栄養教諭が連携して取り組むことで効果が上がるので、年間計画に位置付けて、計画的・継続的に取り組んでいけるようにしたい。そのために、児童の変容を評価し、児童の実態に基づいた具体的な取組について、学年間で調整し、校内で共通理解を図りたい。
- 児童に望ましい食習慣を身に付けるとともに、将来の食の自立ができるようにするためには家庭や地域との連携が欠かせないので、授業参観に位置付けたり、一方向にならない情報をより積極的に発信したりすることで、食への関心を高められるように啓発を図りたい。



# 花岡小学校



## 【学校の概要】

本校は、山口県東部に位置する下松市の北部山麓に伸びる旧山陽道に面して建つ。校区内の田畑の宅地化が進んで児童数が増加し、現在もその数を維持している。校区は、中世以来の門前宿場町として栄えた面影を今も残しており、古代の遺跡や中世・近世の史跡も数多く、歴史や文化が豊かで、教育環境に恵まれている。

学校教育目標「学び続ける子 心豊かな子 たくましい子の育成」の実現に向け、コミュニティ・スクールの機能や地域の高い教育力を生かして、日々教育活動に取り組んでいる。

※児童数 832名 30学級（特別支援学級3学級含む）  
教職員定数 43名 （平成30年5月1日現在）

◇ 全体計画・年間計画

平成30年度 食に関する指導の全体計画

下松市立花岡小学校

<p>○山口県教育推進の手引き 3つの力と3つの心 ○下松教育の指針 心豊かに生きる力を育む教育</p>	<p><b>【 学 校 教 育 目 標 】</b> 『 学び続ける子 心豊かな子 たくましい子の育成 』 — 自 律 ・ 協 同 ・ 奉 仕</p>	<p>○児童の実態・児童の願い ○保護者の願い ○地域社会の特性・願い ○学校の実態・学校の願い ○教師の願い</p>
--	--	---

<p>◎【知：学び続ける子】 ◎【徳：心豊かな子】 ◎【体：たくましい子】</p>	<p><b>【 め ざ す 児 童 像 】</b> ・自分の力を知り、伸ばそうとする子 自分の考えをもち、みんなと考えを深める子 ・思いやり・助け合いの心をもち、行動できる子 ふるさとを愛し、美しいものに感動する子 ・めあてをもってがんばる子 進んで健康・体力づくりに励む子</p>
---	---

「食」に関する指導目標：食事を通じて、自らの健康管理ができるようにする。  
※ 文部科学省・食育基本法・山口県、下松市教育委員会の方針・学習指導要領 等

各学年の発達段階に応じた「食」に関する指導の到達目標		
(1) 食事の重要性 (2) 心身の健康 (3) 食品を選択する能力 (4) 感謝の心 (5) 社会性 (6) 食文化		
低学年：「食」を知ろう	中学年：「食」を深めよう	高学年：「食」を広げよう
<p>(1) 食事は、人間が生きていく上で欠かすことのできないものであることを知る。 食事は、空腹感を満たし気持ちを鎮める働きがあることを知る。</p> <p>(2) 手洗いやよく噛むこと、よい姿勢や和やかな雰囲気作りは、食事の基本であることを知る。</p> <p>(3) 学校給食には、いろいろな食品が使われていることを知る。 日常食べている食品や料理の名前・形などを知る。</p> <p>(4) 食生活は、生産者をはじめ多くの人々の苦労や努力に支えられていることを知る。</p> <p>(5) 協力して、食事の準備や後片付けをすることができる。 箸の使い方、食器の並べ方、話題の選び方などの食事のマナーを身に付け、実践することができる。</p> <p>(6) 自分たちの住む地域にも、昔から伝わる料理や季節・行事にちなんだ料理があることを知る。</p>	<p>(1) 仲間との食事や食味の良さは、心を豊かにすることを知る。 食事は、規則正しく摂ることが大切であることが分かり、実践できる。</p> <p>(2) 規則正しい1日3度の栄養バランスのよい食事は、心身の成長の基本であることを知る。 栄養バランスをよくするために、好き嫌いをなく食べることが必要であることを知り、実践できる。</p> <p>(3) 食事の準備や後片付けは、安全や衛生に気を付けて行う。 食品表示など食品の品質や安全性等の情報について関心をもつ。</p> <p>(4) 食料の生産は、すべて自然の恩恵の上に成り立っていることを知る。 食事の挨拶は、食に関しての感謝の気持ちの表現であることを知り、実践できる。</p> <p>(5) 協力したり、マナーを考えたりすることが、相手を思いやることであり、楽しい食事につながることを知り、実践できる。</p> <p>(6) 日常の食事は、地域の農林水産物と関連していることを知る。 自分たちの食生活は、他の地域や諸外国とも深いつながりがあることを知る。</p>	<p>(1) 食事を規則正しく摂ることができ、特に、朝食の重要性・必要性について、理解し、実践できる。 外食等、自分を取り巻く食環境と自分の食生活とのかかわりを知り、理解することができる。</p> <p>(2) 様々な食品には、それぞれ栄養的な特徴があることを知る。 健康の保持増進には、栄養バランスのとれた食事とともに、適切な運動、休養及び睡眠が必要であることを知り、自分の食生活を見直し、よりよい食習慣を形成しようと努力する。</p> <p>(3) 食品の品質の良否を見分け、食品に含まれる栄養素やその働きを考え適切な選択をすることができる。 食品の衛生に気を付けて、簡単な調理をすることができる。</p> <p>(4) 食という行為は動植物の命を受け継ぐことであることを知る。 感謝の気持ちの表れとして、残さず食べたり、無駄なく調理したりすることが実践できる。</p> <p>(5) マナーを考え、会話を楽しみながら気持ちよく食事をするすることができる。 自然界の中で、動植物と共存している自分の存在について考え、環境や資源に配慮した食生活を実践しようとする。</p> <p>(6) 地域の伝統や気候風土と深く結び付き、先人によって培われてきた多様な食文化があることを知り、伝承しようとする。 諸外国の食事の様子を知ることは、国際理解とともに、日本の食文化等の理解につながることを知る。</p>

各教科や道徳、総合的な学習の時間等との関連	特別活動との関連	給食の時間	家庭・地域との連携
<p>◎各教科の学習内容と給食を関連させながら、望ましい食生活を送るための方法と、知識を習得させる。 【各教科】 ◎食事を通した心のふれあいと好ましい人間関係、責任、協調、感謝などの社会性を身に付けさせる。 【特別の教科道徳】 ◎食に関する身近な問題に気付き解決する過程を通して、自分の健康を考えた食事ができるようにさせる。 【総合】 ◎地域の産物と食生活にかかわる体験学習を通して、食に対する興味・関心を深めさせる。【総合】</p>	<p>◎基本的な生活習慣を身に付け、食生活についての理解を深めさせる。 ◎集団での食事を通し、思いやり、協力の態度を伸ばす。 ◎感謝を表す方法を身に付けさせる。 ◎係活動や委員会活動を充実させる。</p>	<p>◎献立の多様化により、児童の味覚を育てる。 ◎食事の選択等により、食事に関する自己管理能力の育成を図る。 ◎地産地消を推進したり、意図的・計画的に繰り返し、具体的な指導をしたりする。 ◎食事マナーに関する掲示物を利用し、教師が指導する。</p>	<p>◎給食のねらいなどの情報を提供し、理解と協力を得る。 ◎食についての理解を図り、食生活改善への関心を高める。 ◎給食や家庭での食事の実態を把握し、家庭と連携を行い、児童の個別指導への対応を行う。 ＜食生活に関するアンケート結果による5年生児童の実態＞ ◎朝食を毎日食べている93.8% →◎主食＋主菜＋副菜18% △主食のみ36% △朝食を時々食べない10% ◎家族の協力も得て、1食分の食事を作る。(6年弁当の日) ◎地産地消を推進する。</p>

教 科 と の 関 連							特別支援学級
1 年	2 年	3 年	4 年	5 年	6 年	年	
4 学活：はじめての給食生活：いちねんせいになっただよ(感)	学活：きゅう食当番の仕方	学活：けんこうのせいからものいうたから(健・重)	保健：大きくなったわ(健・重) 総合：買い物ゲーム(選)	理科：自然をつかむ(選) 植物の発芽と成長	家庭：見つけよう(重・健・選) できる仕事から始めよう 手順を考えて安全に調理しよう、ゆでる調理	社会：縄文の村から古墳のくにへ	家庭：朝食から健康な生活(重・健・選・感) 毎日の朝食をふり返ろう 朝食から健康な生活を始めよう
5 学活：虫歯をなくそう(健) 図工：ごちそうパティオをしよう(文)	生活：ぐんぐんのびる(感) 夏野菜の収穫(感) 生活：さつまいもの苗植え(感)	保健：けんこうのせいからものいうたから(健・重) 社会：スーパー見学(選)		社会：米づくりのさかな(選) 庄内平野(文・感・選) 水産業のさかなな静岡県(選) これからの食料生産とわたしたち	学活：自分の口の中をみてみよう(健)	理科：ヒトや動物の体のつくりと働き(重・健・選) 社会：今に伝わる室町文化(文)	生単：夏野菜を育てよう(感)
7		読み聞かせ(いのちをいたたく)(感)		理科：生物どうしのつくり(健・重)			生単：夏野菜を食べよう(重)
9		社会：店ではたらいて(選)		理科：花から実へ(選・感)	総合：みそ作り(重・選・文) 出前授業	理科：生物どうしのつくり(健・重・社)	
10 国語：おはなしをよもう(重) 学活：目を大切にしよう(健)	生活：みんなが大団圓にしようよ(重・選) 秋野菜の収穫(重・選)	社会：店ではたらいて(選) 社会：きのこ村(選) 保健：けんこうのせいからものいうたから(健・重)		理科：花から実へ(選・感)	総合：和の文化を伝えよう(文)	国語：海のいのち(重・感・文) 修学旅行(選・感・社)	生単：冬野菜を育てよう(感)
11 学活：楽しい給食(社)	学活：何でも食べよう(健)	社会：店ではたらいて(選) 社会：農家の仕事(文) 資料：米作り(文)	国語：くらしの中の和と洋(文) 保健：よりよくなる生活(重・健・選)		学活：寒さに負けない体力をつけよう(健) 家庭：おいしいね(重・健・選・社) 食事：ごはんをみそ汁を作ろう(選) だし(重・健・選・文) 食べよう(重・健・選・文) 国語：和の文化を受け継ぐ(文)	社会：長く続いた戦争と人々のくらし(文) 道徳：食べ残されたえびになみだ(感)	家庭：まかせてね(重・選・感・文・社) 1食分の献立を工夫しよう(重) 家族が喜ぶ食事を作ろう(重) 楽しく食事をするために工夫しよう
12 生活：みんなだいすきだよ(社・文)		社会：農家の仕事(文) 社会：ガスストーブ(文) 社会：ほうろく(文) 社会：農家(文・感)	社会：果の様子(感・文)		学活：給食に感謝しよう(感)		生単：さつまいもを食べよう(重) 生単：春野菜を育てよう(感)
1 学活：給食に感謝しよう(感)	国語：おばあちゃんにきいたよ(感) 学活：給食に感謝しよう(感) 生活：これまでにわたしたし(健)	総合：給食の先生方に感謝の気持ちを伝えよう(感)	学活：感謝して食べよう(感)	学活：給食に感謝しよう(感)	学活：給食感謝週間にしよう(感・文・社) ＜弁当の日＞		
2 生活：キャベツの苗植え(感)	生活：キャベツの苗植え(感)	社会：昔のくらし(文)	学活：給食に出る山口県の食べ物(文)	外国語活動：ランチメニューを作ろう(健・文)			生単：冬野菜を食べよう(重)
3					社会：世界の未来と日本の役割(感・文)		

※ 食に関する指導の目標 (重) 食事の重要性 (健) 心身の健康 (選) 食品を選択する能力 (感) 感謝の心 (社) 社会性 (文) 食文化

◇ 取組一覧

目的	実施月日	対象	実施内容	備考
朝食摂取率向上・内容充実	長期休業中開始の1週間 と最後の1週間	全校児童	「歯ッピー・くーねるのびスト」カードによる、朝食での野菜摂取調べの実施 ・学級担任による事前指導 ・実施後保護者へ、朝食での野菜摂取のコツを募り、たよりで知らせる	実践①
	毎週水曜日	全校児童	毎週水曜日実施の衛生検査で、朝食摂取調べの実施 ・保健委員会児童による放送でのよびかけ	
	10月	5年	宿泊学習でのバイキング料理の取り方についての事前指導	
	10月12日(金)	保護者 (48名)	給食参観試食会 ・生活リズムや朝食についての話	実践②
	10月20日(土)	参加親子	親子料理教室 ・朝食で野菜摂取をテーマにして実施	実践⑤
食事マナーの定着	年間	全校児童	・ポスターを給食時間に貼る ・ミニ指導案を活用した指導 ・給食放送での呼びかけ ・マナーチェック実施(毎月の食事マナーの日)	
	11月21日(水)	全校児童	(全校朝会) 給食委員会児童の発表 ・食事マナーについて	実践③
	12月6日(木)	保護者・ 地域の方	(第2回学校保健安全委員会) 給食委員会児童の発表 ・食事マナーについて	
	11月・12月	1～3年教室	給食委員会児童の教室訪問 ・よい食事マナーの実演と呼びかけ	実践③
	6月4日(月)	保護者	第1回学校保健安全委員会 ・全校の給食参観 ・食についての情報交換	実践②
10月12日(金)	保護者	給食参観試食会		



地場産食材・郷土料理への理解	年間	全校児童	給食で山口県の郷土料理「けんちょう」等や地場産食材の周知（ふるさと給食の日の活用）	
	9月25日(火)	3年	社会科「農家の仕事」きのこと栽培の近藤さんの講話	
	1月	4年	社会科「山口県の特徴を生かした産業」山口県の特産物、郷土料理学習	
	10月20日(土)	参加親子	親子料理教室 (郷土料理けんちょうの調理実習)	実践⑤
	11月26日(月) 1月21日(月) 4月～12月 11月27日(火)	6年生 〃 〃 5・6年生	第1回弁当の日 第2回弁当の日 親子リレー読書 食育講演会	実践④
	6月4日(月)  10月12日(金) 12月6日(木)	保護者  保護者 保護者・地域の方	第1回学校保健安全委員会 ・全校の給食参観 ・食についての情報交換 給食参観試食会 第2回学校保健安全委員会 ・給食当番体験・試食 ・給食委員会発表	実践②
	10月20日(土)	参加親子	親子料理教室	実践⑤
	年間	全校児童 保護者 教職員	各種のたより (ホームページ、学校だより、コミュニティ・スクールだより、保健だより、給食だより)	

◇ 実践内容

花岡小 実践①	歯っぴー・くーねるのびスト		
実施日	14日間 (平成30年長期休業中開始の一週間と最後の一週間)	実施場所	家庭での実施
対象	全児童	指導者	学級担任
ねらい	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 学校と連携をしながら家庭での長期休業中における生活習慣の見直しと改善をめざす。</li> <li>・ 朝ごはんには野菜を摂取しようとする意識の向上を図る。</li> </ul>		
内容	<p>&lt;夏季休業前の事前指導&gt;</p> <p>栄養教諭と養護教諭が作成した指導資料を使用して、学級担任が児童に「朝ごはんの大切さ」や「野菜摂取について」の話をした。特に朝ごはんの内容については、課題となっている主食のみが多いことを取り上げて、どのようにすれば栄養のバランスがとれるかどうかを具体的に示した。</p> <p>&lt;実施&gt;</p> <p>朝ごはんに一口でも野菜を食べたら「旬の野菜のイラスト」に色を塗る方法にした。</p> <p>&lt;回収&gt;</p> <p>9月3日に各クラスで回収し、学級担任の確認後保健室へ提出、その後栄養教諭で集計、まとめを行った。</p> <p>&lt;事後措置&gt;</p> <p>児童・保護者の感想や取組の様子を給食だより・保健だよりに載せて各家庭へ配布した。その後、「教えてください！我が家の朝ごはんには野菜」と題して保護者への「野菜摂取のコツ」を募り、それをたよりで、知らせた。</p>		
児童・保護者の感想	<p>&lt;児童の感想&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 毎日野菜を食べたら元気になった。</li> <li>・ 早起きができて朝ごはんも野菜も食べて病気もせず、元気に夏休みが過ごせてよかった。</li> </ul> <p>&lt;保護者の感想&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 毎日の朝ごはんのお味噌汁で野菜を摂取できたように思える。</li> <li>・ 自分から「今日の野菜は何？」と聞いてくるくらいになったのでよかったなと思った。</li> </ul>		
成果と課題	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 家族ぐるみでの取組とし、保護者の協力を得ながら実施することができた。</li> <li>・ 学級担任の事前指導が、子どもから親への働きかけの要となり保護者への意識の向上にも繋がったように思える。</li> <li>・ 保護者にとっては多忙な毎日で、継続することが難しい面もある。</li> <li>・ 今後も朝ごはんに簡単に野菜を摂取するレシピや方法を伝え、継続することが習慣化に繋がるよう創意工夫しながら取組を続けていきたい。</li> </ul>		

「歯ッピー・くーねるのびスト」カード 実践

『歯ッピー・くーねるのびスト』カード ～夏休みを楽しく元気にすごそう!!～

発行元 花岡小学校  
 発行日 9月3日月曜日  
 (12,3年用)

おうちの人の監 しきって決めま しょう。	登る時刻 9時30分	朝起きる時刻 6時00分	朝ごはんの準備 を食べてましょ う。	のびスト は家の人がいっし にしましょう。	歯みがき 歯の歯みがき 仕上げみがき
----------------------------	---------------	-----------------	--------------------------	-----------------------------	--------------------------

【記入のしかた】  
 ☆できたら「○」をつけましょう。  
 ☆できなかつたら「△」をつけましょう。

【おうちの人の監  
しきって決めま  
しょう。】  
 ☆おうちの人の監し  
きをおねがひましょ  
う!

【朝起きる時刻  
6時00分】  
 早おきのめあて：6じごろにおきましょ  
う。  
 早おきのめあて：9じごろにはねましょ  
う。

日	おうちの人の監 しきって決めま しょう。	朝起きる時刻 6時00分	朝ごはんの準備 を食べてましょ う。	のびスト は家の人がいっし にしましょう。	歯みがき 歯の歯みがき 仕上げみがき
7月23日(月)	○	○	トマト	○	○
24日(火)	○	○	じゃがいも	○	○
25日(水)	○	○	じゃがいも	○	○
26日(木)	○	○	じゃがいも	○	○
27日(金)	○	○	じゃがいも	○	○
28日(土)	○	○	じゃがいも	○	○
29日(日)	○	○	じゃがいも	○	○

【おうちの人の監  
しきって決めま  
しょう。】  
 ☆おうちの人の監し  
きをおねがひましょ  
う!

【朝起きる時刻  
6時00分】  
 早おきのめあて：6じごろにおきましょ  
う。  
 早おきのめあて：9じごろにはねましょ  
う。

日	おうちの人の監 しきって決めま しょう。	朝起きる時刻 6時00分	朝ごはんの準備 を食べてましょ う。	のびスト は家の人がいっし にしましょう。	歯みがき 歯の歯みがき 仕上げみがき
8月27日(月)	○	○	じゃがいも	○	○
28日(火)	○	○	じゃがいも	○	○
29日(水)	○	○	じゃがいも	○	○
30日(木)	○	○	じゃがいも	○	○
31日(金)	○	○	じゃがいも	○	○
9月1日(土)	○	○	じゃがいも	○	○
2日(日)	○	○	じゃがいも	○	○

【おうちの人の監  
しきって決めま  
しょう。】  
 ☆おうちの人の監し  
きをおねがひましょ  
う!

【朝起きる時刻  
6時00分】  
 早おきのめあて：6じごろにおきましょ  
う。  
 早おきのめあて：9じごろにはねましょ  
う。

『歯ッピー・くーねるのびスト』カード ～夏休みを楽しく元気に過ごそう!!～

発行元 花岡小学校  
 発行日 9月3日月曜日  
 (1,2,3年用)

おうちの人の監 しきって決めま しょう。	登る時刻 9時30分	朝起きる時刻 6時10分	朝ごはんの準備 を食べてましょ う。	のびスト は家の人がいっし にしましょう。	歯みがき 歯の歯みがき 仕上げみがき
----------------------------	---------------	-----------------	--------------------------	-----------------------------	--------------------------

【記入のしかた】  
 ☆できたら「○」をつけましょう。  
 ☆できなかつたら「△」をつけましょう。

【おうちの人の監  
しきって決めま  
しょう。】  
 ☆おうちの人の監し  
きをおねがひましょ  
う!

【朝起きる時刻  
6時10分】  
 早おきのめあて：6時ごろにおきましょ  
う。  
 早おきのめあて：9時過ぎごろにはねましょ  
う。

日	おうちの人の監 しきって決めま しょう。	朝起きる時刻 6時10分	朝ごはんの準備 を食べてましょ う。	のびスト は家の人がいっし にしましょう。	歯みがき 歯の歯みがき 仕上げみがき
7月23日(月)	○	△	トマト	○	○
24日(火)	○	△	じゃがいも	○	○
25日(水)	○	△	じゃがいも	○	○
26日(木)	○	○	じゃがいも	○	○
27日(金)	○	○	じゃがいも	○	○
28日(土)	○	○	じゃがいも	○	○
29日(日)	○	○	じゃがいも	○	○

【おうちの人の監  
しきって決めま  
しょう。】  
 ☆おうちの人の監し  
きをおねがひましょ  
う!



【朝起きる時刻  
6時10分】  
 早おきのめあて：6時ごろにおきましょ  
う。  
 早おきのめあて：9時過ぎごろにはねましょ  
う。

日	おうちの人の監 しきって決めま しょう。	朝起きる時刻 6時10分	朝ごはんの準備 を食べてましょ う。	のびスト は家の人がいっし にしましょう。	歯みがき 歯の歯みがき 仕上げみがき
8月27日(月)	○	○	じゃがいも	○	○
28日(火)	○	○	じゃがいも	○	○
29日(水)	○	○	じゃがいも	○	○
30日(木)	○	○	じゃがいも	○	○
31日(金)	○	○	じゃがいも	○	○
9月1日(土)	○	○	じゃがいも	○	○
2日(日)	○	○	じゃがいも	○	○

【おうちの人の監  
しきって決めま  
しょう。】  
 ☆おうちの人の監し  
きをおねがひましょ  
う!

【朝起きる時刻  
6時10分】  
 早おきのめあて：6時ごろにおきましょ  
う。  
 早おきのめあて：9時過ぎごろにはねましょ  
う。



花岡小 実践②	学校保健安全委員会		
実施日	平成30年6月～12月	実施場所	各教室・多目的室2
対象	保護者・学校運営協議会委員・ 地域関係者	指導者	学級担任・栄養教諭・養護教諭
ねらい	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 学校給食における食事マナーの取組を保護者に紹介するとともに家庭においても食事マナーについて意識の向上を図っていききたい。</li> </ul>		
内容	<p>&lt;第1回学校保健安全委員会&gt;  <u>児童の実態から</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 1学年主任・・・学級での指導のあり方や給食の様子について</li> <li>・ 栄養教諭・・・今日の給食の献立の紹介、箸の持ち方など</li> <li>・ 養護教諭・・・噛むことの大切さや歯みがきの取組について</li> </ul> <p><u>給食参観（全校）</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 参加者には、参観のポイント（食事のマナー、量）を中心に参観してもらった。</li> </ul> <p><u>「食」についての情報交換「こんなこと・あんなこと」</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ グループに分かれて家庭での食事の様子、嫌いなものを食べさせる工夫など話し合ってもらった。少人数で話し合うことで、たくさんの意見や感想など聞くことができた。</li> </ul> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;">  <p>給食参観</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>1学年主任からの話</p> </div> </div> <p>&lt;給食参観試食会&gt;（1年生保護者対象）</p> <p>P T A保健体育部が中心となり1年生の保護者を対象として実施した。6月の参観の時と比べて、食べる量が増えたり、食事のマナーがよくなっていたりしたなどの参加者からの感想があった。P T A保健体育部は、参観者の感想等をまとめて「給食試食会だより」を作成し報告をした。</p>		



＜第2回学校保健安全委員会＞

給食当番体験・試食

参加者には、実際に子どもたちと同様に給食当番の仕事（運搬・配膳）を体験後、試食をし、その後、小学校給食センターの業務についての説明を聞いてもらった。

また、給食委員会の発表を通して学校での取組の活動を見てもらった。



給食当番体験

＜第1回学校保健安全委員会＞

- ・ 家ではできていないことも学校ではできていたり（食べ方）、家でも学校でもできていなかったりしたこと（姿勢）も見ることができ、今後家庭でも更に注意していきたい。
- ・ 自宅では、嫌いな食材には手をつけようとしませんが、給食では頑張って食べていたのでありがたいと思った。

＜給食参観試食会＞

- ・ 食事のマナーを家でも気をつけている。（肘をつかない、口を閉じて噛む、姿勢、箸の持ち方）
- ・ マナーや姿勢がよくなっていた。

＜第2回学校保健安全委員会＞

- ・ 給食センターの方の話ではどのように給食が作られているかを初めて知ることができた。子どもたちも食や健康に高い意識を持っているなど感心した。
- ・ 50年ぶりの給食でした。昔よりは比べものにならない程おいしくなっていました。子どもたちが自主的に正しい箸の持ち方に取り組んでいることは非常によいことだと思った。

保護者  
・地域関係者の感想

成果と課題

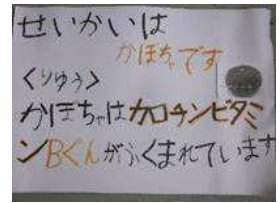
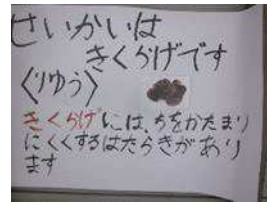
- ・ 今年度から給食参観を「1年生」の一学年から「全校」へと広げていくことで、学校での食育の取組が子どもの成長へと繋がっていることを見ていただくことができた。
- ・ 給食参観と参観試食会を2回実施することで、学校で行っている食育が子どもの行動変容に関わっていることに気づいてもらうことができた。
- ・ 会に参加することで保護者の意識は向上したが、参加できない保護者への働きかけに工夫が必要と感じた。

花岡小 実践③	給食委員会の取組		
実施日	平成30年5月～12月	実施場所	体育館・多目的室・ 各教室・給食室
対象	全校児童	指導者	給食委員会担当教員・栄養教諭
ねらい	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 食事マナー（箸・茶碗の持ち方、姿勢）の定着を図る。</li> <li>・ 給食を利用して、全校児童が食に関する興味・関心を高め、意欲をもって取り組むことができるようにする。</li> </ul>		
内容	<p>&lt;全校朝会・学校保健安全委員会での食事マナーについての発表&gt;  箸・茶碗の持ち方、食事の姿勢、甘夏ミカンの食べ方(皮のむき方)について、寸劇と正しい方法についての解説や実演を交えた発表をした。学校保健安全委員会では、保護者や地域の方へ発表した。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div> <p>&lt;給食時間を使った箸・茶碗の持ち方の指導&gt;  全校朝会での発表後、学級担任からの要望を受け、各教室でもっと身近に説明するという事になった。給食室での食器等の受け渡しの仕事後、茶碗と箸を持って低学年の教室へ行き、正しい持ち方についての実演や個別に教える活動を行った。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div> <p>&lt;「ラッキースターにんじん」に関わる取組&gt;  各学期末に「星の降るまち下松」にちなんだ星形のにんじん（ラッキースターにんじん）がおかずの中に各学級2つずつ入る。食材に関心をもってもらう活動として、そのにんじんが入っていた人へプレゼントを作って渡している。本年度は、折り紙で季節に合わせたプレゼントを作成した。</p> <div style="text-align: right;">  </div>		



### <野菜クイズ>

給食委員が自主的にクイズを作成した。「カボチャ」「しいたけ」「キクラゲ」「さつまいも」について、病気予防の観点からクイズを作った。



### <児童の感想>

- ・ 委員会発表で、自分たちが教えたことが伝わっていたらうれしい。
- ・ 教室に行ったら、箸の持ち方が悪い人がたくさんいたので、もっと続けていき教えたり話をしたりしていきたい。
- ・ 1年生がちゃんと茶碗を持って食べていたので、うれしかった。
- ・ 給食を食べているのに自分たちの説明を聞いてくれたので、うれしかった。

### <保護者の感想>

- ・ 最近小中学校で盛んに食育が行われていることに驚いている。しかし、子どもたちは楽しみながら学んでいると思った。今は分からなくても、大きくなってから思い出したり、よい食生活が自然に身につけることができたりすればよいと思う。
- ・ 子どもたちが自分たちで調べて、他の子どもたちにも教えに行くというのはすごくよいことだと思う。自覚をもって取り組める活動ができていることがよい。
- ・ 自主的に箸の持ち方に取り組んでいることが素晴らしい。

児童・保護者の感想

成果と課題

- ・ 委員会発表による実演を受けて、箸の持ち方や姿勢に気をつけて給食を食べようとする児童が増えた。
- ・ 教室訪問では、給食委員に箸の持ち方を確認するなど、よいふれあいの場にもなった。また、委員会児童にとっても、活動が活かされていることに自己有用感を持つことのできる機会となった。
- ・ 保護者には、学校での活動を「給食だより」で知らせているので関心をもっている家庭も多い。しかし箸の持ち方は、一朝一夕に改善するものではないので、家庭と連携した根気強い指導が必要であると感じる。




花岡小 実践④	弁当の日（親子リレー読書・食育講演会）		
実施日	4月～1月	実施場所	学校・家庭での実施
対象	6年生（食育講演会は5年生、保護者、地域の方も参加）	指導者	校長・学級担任・栄養教諭 食育講演会講師：竹下和男様
ねらい	<ul style="list-style-type: none"> <li>自分で弁当を作る体験をすることで、自分が食べるものについて関心を持ち、親から子へと食文化を伝え、よりよい食生活を送ることができるようにする。</li> <li>「弁当の日」の取組をきっかけに、家庭で親子が一緒に話をする場がもてるようにする。</li> </ul>		
内容	<p><b>弁当の日</b></p> <p>4月</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>11月と1月に「弁当の日」を行うことを児童、保護者に知らせる。</li> </ul> <p>11月12日～15日</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>校長が6年生の各クラスで朝の読書時間に「弁当の日がやってきた！！」（竹下和男 原作）の読み聞かせをする。</li> </ul> <p>11月12日・15日</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>栄養教諭が各クラスの家庭科の時間に、弁当作りのポイントを話す。</li> </ul> <p>11月12日～22日</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>家庭科の時間や家庭学習で、自分が作る弁当の内容を考える。</li> </ul> <p>11月26日（第1回 弁当の日）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>朝、校長がクラスを回って全員の弁当の写真を撮影。児童は同じクラスの人々の弁当を見て回る。</li> <li>給食時間、6年生全員が体育館に集まって弁当を食べる。（体育館で会食中に、朝、撮影した弁当の写真のスライドショーを投影する。）</li> </ul> <p>事後</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>学校だよりや、ホームページ、給食だより・コミュニティ・スクールだよりなどで「弁当の日」の様子を知らせる。</li> </ul> <p>1月21日（第2回 弁当の日）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>5年生（給食）と一緒に食べる。</li> </ul> <p><b>親子リレー読書</b></p> <p>4月～12月</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>6年生各学級で、「いのちをいただく」（内田美智子 文）を家庭に持ち帰って読む「親子リレー読書」を行う。</li> </ul>		



弁当の写真を掲示



	<p><b>食育講演会</b></p> <p>11月27日</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>下松市教育委員会主催で、子どもが作る“弁当の日”提唱者 竹下和男様の講演会を、花岡小学校5・6年生児童、保護者、地域の方を対象に行う。演題は「ヒトは食事を通して人になっていく」～何をどう食べればいいのか～。</li> </ul> 
<p>児童・保護者の感想</p>	<p><b>第1回 弁当の日</b></p> <p>○ 「カラフル弁当」を作ってみて</p> <p>&lt;児童の感想&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>自分で弁当を作ることが大変だということを知りました。ちらしずしを食べてみたらすっぱかったので、今度はきちんと分量を量って作りたいです。</li> </ul> <p>&lt;保護者の感想&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>前日から野菜を切り、当日にすぐ作れるように準備していました。野菜も使って色どりもよかったですと思います。最後まで自分でがんばって考えて作ることができました。味付けもおいしかったです。朝早くから起きて慣れない弁当作りをしておつかれさまでした。</li> </ul> <p>○ 「からあげ弁当」を作ってみて</p> <p>&lt;児童の感想&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>お母さんはお弁当を作るのが大変だろうと改めて感じました。とてもおいしかったです。</li> </ul> <p>&lt;保護者の感想&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>朝練より早起きしてがんばりましたね。うめぼしの目のごはん、とてもかわいかったです。白ごはん好きの〇〇ちゃんらしいお弁当でした。調理実習で作ったものを再チャレンジして良かったね。片付けまでできると◎だったと思います。</li> </ul> <p><b>親子リレー読書</b></p> <p>「いのちをいただく」(内田美智子 文)を読んで</p> <p>&lt;児童の感想&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>今まで私は何も考えずに食べ物を食べていました。でもこの本を読んで、食べ物は元々生きていたものだったと、改めて分かったので、これからは、もっと食べ物に感謝して食べるようにしたいです。</li> </ul> <p>&lt;保護者の感想&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>加工食品や人工的に作られた食べ物であふれている食生活の中、私たちの命がいろんな命からいただいたものであるということを考えずに子育てをしていたなあと気付きました。改めて、食べ物を育ててくれた人、私達の手元に届けてくれた人、その命そのものに感謝しながら、子どもたちと楽しい食卓を作っていこうと思いました。</li> </ul>

## 食育講演会

“弁当の日”提唱者 竹下和男様の、講演「ヒトは食事を通して人になっていく」～何をどう食べればいいのか～を聞いて

### <児童の感想>

- ・ぼくは、竹下先生の話聞いてびっくりしました。世の中には自分の子どもをなんとも思わないで売ったりする人がいることを知ってびっくりしました。他にも、5歳の女の子が料理をしていたので、びっくりしました。お母さんからちゃんと教えてもらったら、自分も家族分作れるかなと思いました。自分が大人になって子どもができた時は、子どもの未来を一番に考え、楽しく子育てをしようと思いました。いつか、家族分の食事を作ってみようと思いました。そして、これからは少しお母さんのごはんを作るのを手伝おうと思います。
- ・弁当の日は、いままで習った家庭科の勉強を生かす活動だとずっと思っていました。けれども、私たちが大人になるころ、子どもに食べさせることやその他の人たちに食べてもらうことというのも弁当の日の意味の中に入っていることが分かりました。弁当の日を作っていただき、本当にありがとうございます。弁当を作るのがとても楽しいです。食事ということは、いろいろな人とコミュニケーションがとれるところなんだと感じました。私が一番心に残った言葉は、「人は置かれた環境に適應する」ということです。私も言葉どおり感じました。

## 第2回 弁当の日

○ 5年生（給食）と6年生（お弁当）と一緒に食べて・・・

### <6年児童の感想>



- ・5年生に「すごいね」と言われて、作って良かったと思った。
- ・来年は、こうやって作るんだと教えてあげられた。

### <5年児童の感想>

- ・6年生のように栄養バランスを考えたお弁当を作りたい。
- ・6年生のお弁当がとてもおいしそうだった。
- ・お母さんにしっかり教えてもらって、6年生みたいなお弁当を作りたい。
- ・来年、6年生のようなお弁当が作れるか不安だ。

## 成果と課題

- ・児童は弁当作りを体験することで、親への感謝の気持ちや、自分の食べるものへの関心をもつことができた。
- ・「弁当の日」に関連して行ったそれぞれの取り組みは、親子が話をするきっかけとなり、親子で一緒に食に関心をもつことができた。
- ・「弁当の日」が、弁当コンテストにならないように気をつけて取り組まないといけない。

花岡小 実践⑤	親子料理教室		
実施日	平成30年10月20日(土)	実施場所	調理室
対象	親子15組	指導者	下松市食生活改善推進員
ねらい	<ul style="list-style-type: none"> <li>親子で「食」について学ぶことにより、「食」について関心をもち、自分の食生活を見直す機会にする。</li> <li>地域の食材・郷土料理を知り、郷土料理等への興味関心を高めるとともに、朝食に活用できるようにする。</li> </ul>		
内容	<p>&lt;親子料理教室 「学校給食おすすめ料理と郷土料理でしっかり朝ごはん」&gt;  <u>実施献立</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>わかめむすび(山口県の郷土料理)</li> <li>けんちょう(山口県の郷土料理)</li> <li>スタミナ納豆(学校給食おすすめ料理)</li> <li>切り干し大根のごま炒め(学校給食おすすめ料理)</li> <li>星の子スープ(下松市食生活改善推進員さん考案の料理)</li> <li>みかん寒天(山口県産みかんのジュース使用)</li> </ul> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>		
児童・保護者の感想	<p>&lt;児童の感想&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>さつまいもやごぼうをピーラーでむくのは、ちょっと難しかったけれど、上手にむけたのでうれしかったです。包丁を使う時は、手を猫の手にしてできるだけ包丁の刃にくっつけて切ると切れたのでうれしかったです。いろいろな作り方や自分が作った料理はおいしいなと思いました。特に、スタミナ納豆がおいしかったです。家で作ってみたいなと思いました。</li> <li>初めてみんなと大人気メニューを作っておいしくできるか心配でした。でも、食べてみると、しょうゆの味がしっかりでていてとてもおいしかったです。わたしが特においしかったのは、やっぱりお母さんといっしょに作った切り干しだいこんのごまいためです。みんなで作った料理は、一番おいしいんだなと思いました。スタミナなっ豆もおいしかったです。作っているときから、すごくいいにおいがしてきました。わたしは全部おいしかったです。みんなで力いっぱいがんばったからです。わたしはとても楽しくておいしかったので、またさんかしたいです。また、家でも作ってみたいです。</li> </ul>		

	<p>&lt;保護者の感想&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 最近、子ども達がごはん作りを手伝いたいと言ってくれることが多くなり、今回の親子料理教室に参加しました。皮むきは挑戦したことがなかったので、ピーラーを使いましたが、包丁を使って、にんじんや大根などを短冊切りにしていました。慎重に、そしてとても楽しそうにしていました。自分で切って、炒めて、盛り付けて、そして食べるということが、料理の楽しみを覚えて上手になるのではと感じました。家で子どもに手伝わせてもごく一部のことしかさせないので、今回のようにたっぷりと時間を使って料理出来たことは、親・子どもにとって有意義な時間をすごせたと思います。</li> <li>・ 子供が普段給食でいただいているメニューを、実際に作って一緒に味わうことができ、あらためて給食のありがたさや美味しさを実感でき、来てよかったです。以前から、家では口にすることがない納豆なのに、給食のスタミナ納豆はすごく美味しいと聞いていたので、一緒に作ってみて、「本当だ～美味しいね～！！」と感動を共感できたのがうれしかったです。どの料理も、また作ってみたいねと話していましたので、今度ぜひ作ってみて、他の家族にも味わってもらいたいと思います。</li> </ul>
<p>成果と課題</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ コミュニティ・スクール担当者、学校内の教職員の協力を得て、今年度初めて親子料理教室を開催することができた。</li> <li>・ 指導者として、地域で活動しておられる食生活改善指導員の方を招いて実施することができ、学校と地域の連携を図ることができた。</li> <li>・ 参加した児童は食事を作ることへの関心や意欲が高まり、保護者は子どもの成長を見たり、家庭での食事作りの大切さを感じたりできる機会になったようだ。</li> <li>・ 1回限りの料理教室ということで、実習する料理の内容が盛りだくさんになり、参加者からもっとゆとりをもって実習したかったという意見があった。</li> <li>・ 学校の家庭科室での実習では器具等の施設面でのことも考慮して実習内容を考えないといけなかった。</li> <li>・ 参加者には好評だったが、家庭数が618のうちの15組の参加ということで参加者が一部に限られている。調理実習という性質上、多くの参加者を募ることはできないので、実習した内容などを便りなどで知らせたらよかったと思う。</li> <li>・ 来年度も継続して取り組みたい。</li> </ul>



## ◇ 取組のまとめ

### 1 成果

- 朝食摂取率の向上と朝食の内容充実を目指して、長期休業中に取り組んだ「歯ッピー・くーねるのびスト」は、学級での担任からの事前指導が、子どもから親への働きかけになり、家庭での意識向上につながった。
- 給食委員会の発表後、食事マナーに気を付けて給食を食べようとする児童が増えた。アンケート結果からも、食事マナーを身につけることを大切だと思う児童の割合が増えている。給食委員会の発表や活動など、委員会児童が行った活動が、その他の児童をはじめ教職員や保護者にも、食事マナー向上の意識をさせたのだと思われる。
- アンケート結果から、「伝統的な食文化や行事食を学ぶことは大切だと思う」児童の割合が増えていることが確かめられた。学級担任による給食時間の声かけや、給食を教科の学習に利用した効果だと思われる。
- 親子料理教室や、「弁当の日」に関連して行ったそれぞれの取組は、親子が一緒に話をしたり、食に関心をもったりできる場になった。
- コミュニティ・スクール担当者のおかげで、地域の食生活改善推進員の方に、親子料理教室だけでなく、児童のクラブ活動の指導にも参加してもらうことができた。これをきっかけに、地域との連携も図っていったらよいと思う。

### 2 課題

- 長期休業中の「歯ッピー・くーねるのびスト」では児童も保護者も朝食摂取や内容の充実への意識は高まったが、日々の継続は難しいと感じているようだ。また、アンケート結果から、「朝ご飯を食べることは大切だと思っている」児童は多いが、「朝食を毎日食べている」児童の割合が6月調査より減ったり、「主食・主菜・副菜を3つそろえて食べることが1日に2回以上ある」児童が全体的に少なかったりしている。児童への食指導と家庭への働きかけを、さらに行っていく必要がある。
- 給食参観など参加保護者の家庭は食育への意識は向上していると思われるが、参加できなかった保護者への働きかけをどのようにするか工夫が必要である。
- 食事マナーを意識する児童は増えてきたが、なかなか身に付かないようだ。

### 3 今後に向けて

学校のさまざまな取組をきっかけとして、児童が自分の食について考えることができるようにしていきたい。そのために、学校と家庭、地域がつながり、さまざまな教育活動を通じて、食育を進めていきたい。