

「生きる力」を育む食習慣の形成 — 学校・家庭・地域のつながりを生かして —

I 研究の内容

1 研究の具体的内容と方法

- (1) 児童の実態把握のための食と生活に関するアンケート調査
(食に関わる調査〈児童・保護者〉, BDHQ, CFQ, 食育に関するアンケート, 生活チェック〈排便・睡眠〉を実施・分析)
- (2) 食育についての理論研究(講師を招聘しての学習会・講演会)
- (3) 食に関する体験活動の重視
(家庭やJ A等との連携, 児童会・各学年における活動の実践)
- (4) 授業実践(栄養教諭を中核とし, 一人一実践・授業参観における食育授業の公開)
- (5) 家庭・地域との連携(アンケートへの協力, 体験活動への協力, PTA 活動・広報活動の活発化による家庭の食に関わる意識の向上及び地域への啓発・普及)
- (6) Q-U 調査の実施と K-13 法による分析(活動を支える集団づくり)

2 研究実践

(1) 学校・家庭・地域との連携事業

- ア お弁当の日の実施(10月14日と冬休み中の2回)
- イ 一人一鉢栽培(ミニトマトとナス), 白菜栽培
- ウ 食育講演会「食を通して育みたいもの～和食文化から～」及び和食マナー教室
講師: 山梨県立産業技術短期大学校教授 大瀬裕之先生
- エ 野菜教室(J A上級野菜ソムリエによる食農教室)
- オ スポーツアスリートに学ぶ食と体力アップ教室
講師: ヴァンフォーレ甲府 島川俊郎選手
- カ 塩山式手ばかりの実践・親子料理教室, レシピ集作成
食育カルタの活用(掲示・保健集会・親子食育カルタ大会)
- キ さつまいもの栽培・収穫・給食センターでの調理・ふれあい集会(児童会行事
: 食に関するお店)での実食, 甘草茶の試飲
- ク 給食試食会, 給食センターの見学
- ケ 学校だより・食育だより・給食だよりの発行, PTA 広報誌特集「一人一鉢栽培」

(2) 食に関する指導

- ア 土曜参観における食育授業公開
 - 1年 学活 元気な体をつくろう 小河真由美教諭・市川智也栄養教諭
 - 2年 学活 野菜を食べよう 矢崎さつき教諭・片切沙織教育実習生
 - 3年 学活 畑のお肉, その秘密 三森明美教諭・植原恵子教諭
 - 4年 学活 元気のもとになる朝ごはんを考えよう
中村正義教諭・廣瀬千春養護教諭
- 5年 家庭科 五大栄養素と3つの食品グループの働きについて知ろう
前島国学教諭・中村亜矢子教諭
- 6年 学活 世界の料理と日本の料理について知ろう 金井 巖教諭

イ 食育授業実践

1年	道徳	「いただきます」「ごちそうさま」ということ	小河真由美教諭・市川智也栄養教諭
2年	学活	おやつを食べ方を考えよう	矢崎さつき教諭
3年	学活	カルシウムのひみつを知ろう	三森明美教諭
4年	学活	食べ物を大切にしよう	中村正義教諭・市川智也栄養教諭
5年	家庭科	家族のために作るみそ汁を考えよう	前島国学教諭・市川智也栄養教諭
6年	家庭科	家族のためのお弁当を考えよう	金井巖教諭・市川智也栄養教諭
つくし	学活	じょうぶな骨の作り方を知ろう	植原恵子教諭
すみれ	自立	きれいな手で食事をしよう	中村亜矢子教諭

II 成果と課題 (○成果 ●課題)

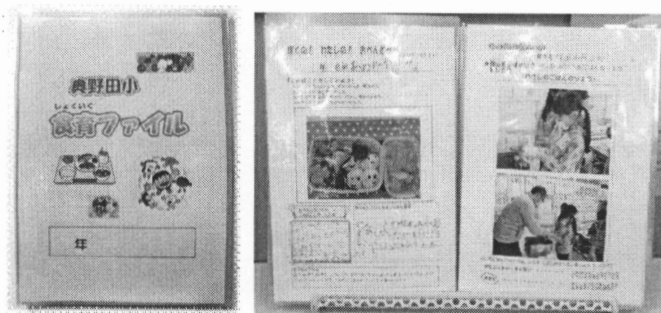
- 食育の取り組みを通して、「生きる力」の基本となる食生活に意識を持つことができ、よりよい食習慣の形成に向けて一歩を踏み出せた。
- 専門家の協力を得、様々な機関と連携していくことで、多方面から食に関わる広がりのある、質の高いアプローチをすることができた。それにより児童の興味関心も広がり、意欲的に学ぶことができた。
- 家庭と連携して取り組むことで、児童だけでなく保護者の意識も高めることにつながり、実践の効果が見られた。
- 望ましい食習慣の形成・習慣化を通して「生きる力」を育てていくためには、今後も家庭や地域等と連携し、年間指導計画に沿って取り組みを継続していく必要がある。
- 意識や行動の変化が見られなかったところもある。食に関する部分については家庭も大きく関わっているため、引き続き家庭とつながり、相互に関わり合う中で、家庭への啓発も含めた取り組みを行っていく必要がある。

III 成果物

☆食育に関する学習指導案及びワークシート

☆「食育ファイル」

- ・食育に関する学習の記録を綴り、振り返りに活用
- ・保存し、学習したことをこれからの生活の中でもいかしていくことに活用



☆「食育ノート」 (作成予定)

◎教師のための食育ノート (仮)

甲州市内の全小中学校共通の食育に関する教師用の手引き書

◎私たちの食育ノート (仮)

甲州市内の全児童生徒が同一の内容で食育の学習ができ、将来にわたって活用できる食育の資料集

〈内容〉

- 食育に関する学習指導案 (教師用のみ)
- 野菜栽培に関する資料
- お弁当作りに関する資料
- 「塩山式手ばかり」について
- レシピ集の紹介
- 「甲州市食育カルタ」の活用例

(研究主任 小河 真由美)