

R1・2 食育実践推進校

本牧小学校の実践



研究テーマ

横浜市立本牧小学校

1 地域の概要

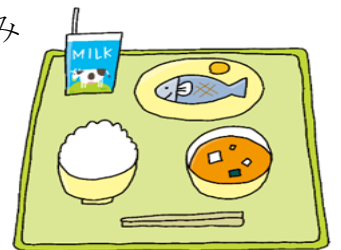


本校は、平成4年に開校し、今年で創立28周年、学級数17、全校児童数428名の規模校である。

横浜市中区に位置し、最寄り駅である山手駅からはやや遠く、周囲は住宅街に囲まれている。学区には公園も多くあり、スーパーマーケットなども充実している。

2 食に関する実態

食えることが大好きで「給食が好き」と話す児童が多く、給食を楽しみながら学校生活を送っている様子が見られる。「苦手な食べ物のメニューであっても「残食を減らしたい。」「作ってくれた人のことを思って食べよう。」と話し、前向きに給食に向き合っている。ほとんどの児童が朝ご飯を食べる習慣が身につけており、三食欠かさずに食べている傾向がある。



一方で、「好き嫌いがある」と苦手な食べ物を頑なに食べようとしなかったり、規定量食べられずに極端に減らしたりする児童も見られる。栄養バランスについての知識が乏しかったり、食への親しみをもてなかったりすることが要因に挙げられる。



3 テーマについて

食べることは元気の源

～栄養バランスのとれた食生活の実践を目指して～



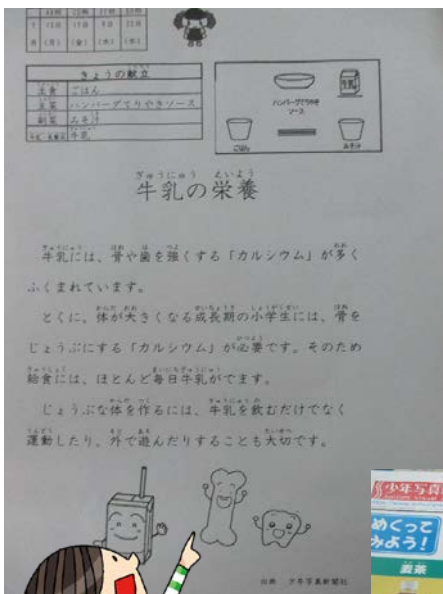
子どもたちが苦手な食べ物に挑戦する気持ちを持ち、栄養バランスのとれた食事の重要性を知ることができるような取組の必要性について考えた。「食べることは楽しいこと」という意識をもちながら、栄養バランスの知識を得られる機会をもち、自ら実践していけるような指導をしていけるよう、本テーマを設定した。

4 取組の実際

(1) 日常の実践

食に関心をもつための環境づくり

「ぱくぱくだより」の活用や「給食ニュース」や「食育だより」の掲示、栄養黒板の設置など、児童が日常的に食に関心がもてるような環境づくりを心がけた。



(2) 各学年における実践

○1年生の実践

小学校生活で初めて食べる給食に関心を高めている児童が多い。生活科の「学校探検」の中で、給食室の様子や給食室で働く調理員の方の仕事について学んだ。

1年生が安心して給食の時間を過ごせるよう、6年生が牛乳パックの開き方を優しく教える姿も見られた。



また、明治乳業による出前講座「ミルク教室」を受け、牛乳の栄養やカルシウムについて学んだ。



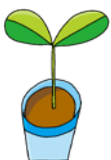
○2年生の実践

生活科「ぐんぐんそだて みんなのやさい」では、児童が育てたい野菜を決め、地域の花屋に買い物に行き、育てるという活動をした。

また、明治乳業による「ミルク教室」や横浜マリノスによる「食育キャラバン」の出前授業を通して、食の大切さについて学んだ。



トマトの苗をください!



○3年生の実践

日本醤油協会による「しょうゆもの知り博士の『出前授業』」や、カルビーによる「おやつとの付き合い方」などの出前授業を受けた。



学級活動(2)「キ 食育の観点を踏まえた学校給食と望ましい食習慣の形成」の取組として、「食事マナーは、何のためにあるのかを考えて、マナースターになる」という目標を立てて活動した。食事マナーの必要性やそのマナーを意識しながら食べようとする態度を養うことができるよう、指導した。



○4年生の実践

横浜市場活性化協議会による「いちば食育出前授業」を受けた。地元で売られている野菜について知り、その野菜がどのように作られ、どのように私たちの元に届くのか考えた。また、美味しい野菜の見分け方を教えていただき、「今度買い物するときに、教えてもらったことを生かしたい。」と嬉しそうに話す児童の姿が見られた。



横浜では、いろいろな野菜が作られているんだね。



○5年生の実践

ホテルメトロポリタンエドモンド 中村勝宏シェフによる「味覚教室」や横浜市資源循環局による「食品ロス出前教室」を受けた。

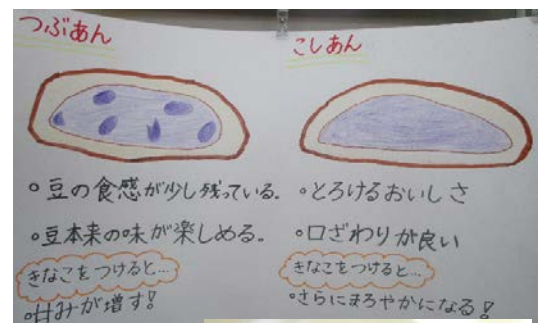


5つの味覚の違いについて学び、「味わう」ことの楽しさを感じることができた。身の回りの食品ロスについて知り、実生活に学んだことを生かそうとする姿が見られた。



○6年生の実践

家庭科の「くふうしよう おいしい食事」では、1食分の献立を栄養バランスに気を付けて作る活動をした。中学校に向けて、自分で調理したり食材を選んだりすることを想定して考えることで、実生活に活かした学習をした。



クラス総合「まちを笑顔に！スマイ RING パン」では、地域にあるパン屋さんとの交流から、「自分たちが考えたメニューで街を明るくしたい。」という思いをもち、メニュー開発を行った。



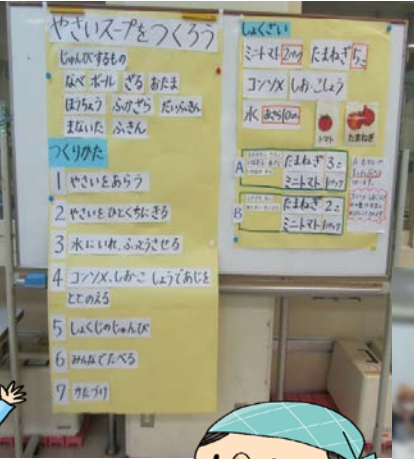


○個別支援級

生活科・総合「野菜を育てよう」「畑でとれた野菜で作ろう」では、野菜の栽培、収穫、調理を体験した。



毎日忘れずに水をあげないと！
料理するのが楽しみだな。



(3) 学校保健委員会、児童会活動等における実践



委員会活動では、「食べることの大切さを伝えよう～三色バランスよく食べよう」というスローガンを立てて、給食集会や健康会議に取り組んだ。

給食集会では、児童が劇のシナリオを書き、バランスよく食べることの大切さについて全校児童に伝えた。健康会議では、保健委員会と協力して「元気な体をつくろう」というテーマでクイズや健康すごろくを通して、楽しみながら健康な体作りに必要な栄養について学ぶことができた。



(4) 家庭や地域との連携



新一年生の保護者を対象に「給食試食会」を開催し、学校での食育や給食の様子について知ってもらう機会を設けている。

また本校と交流のある「霧笛楼」のシェフの方をお招きし、レシピを教えていただき、調理をする機会がある。保護者同士の繋がりや食への関心が更に深まるのではないかと考える。



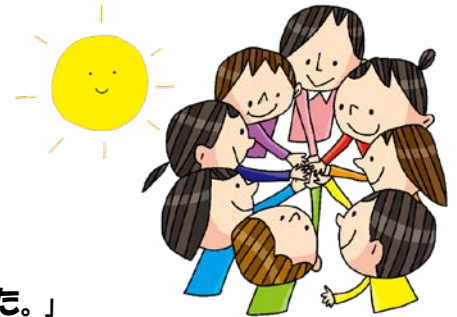
5 成果と課題（今後に向けて）

食育推進、実践を通して、本校児童の「食への関心の高まり」が感じられた。

「横浜市で育てられている野菜は、意外とたくさんあるね。近くのスーパーに行ったときに探してみようかな。」

「食べるものを通して、本牧の街とかかわることができて楽しかった。」

「赤・黄・緑の食べ物について、よくわかったよ。」



上記のような声が各学年で挙がった。このように各学年での授業、学校全体での取組などから、「食」の知識を得たり、楽しさを感じたりしながら、実生活に活かしていこうとする気持ちをもつことができた。



一方で、「発達段階や食への関心、家庭環境等を考慮し、個に応じた、指導・支援をしていくこと」や「教育活動の中でPDCAサイクルを回し、継続的に食に関する指導を進めていくこと。」が課題として挙げられる。多種多様な社会の中で、食育を推進し、一人ひとりの子どもたちが実践する力を身に付けることの難しさはあるが、学校や地域、保護者が連携し協力していくことが大切であると考える。そして、今後も継続的に食育を推進しながら、よりよい教育を目指していきたい。

資料2：本牧小学校 各学年の年間計画

食に関する指導の年間計画		小学校1年生										
		4月	5月	6月	7月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
特別活動	食に関する指導	給食にはいろいろな食べ物が使われていることを知る	パンやごはん、牛乳、おかずはからだの中でそれぞれちがう働きをすることを知る	丈夫な歯をつくる食べ物を知る(牛乳・小魚・海藻) 良くかむことの大切さを知る	朝ごはんの大切さを知る 冷たい飲み物や食べ物とのり過ぎがからだに良くないことに気づく	元気の出る食べ物を知る(パン・ごはん・めん・いも・油・砂糖)	からだを作る食べ物を知る(肉・魚・卵・牛乳・卵)	好き嫌いなく食べることが体によいことを知る	かぜに負けない体をつくる食べ物を知る(野菜・くだもの)	伝統的な食べ物にはどんなものがあるかを知る(米・魚・豆・海藻類)	給食の量に関心を持つ 食べ過ぎや残すことについて考える	いろいろな食べ物を組み合わせて食べると体に良いことを知る
	給食指導	準備や後片付けの仕方を覚え、友だちや先生と楽しく食べよう	良い姿勢で行儀良く食べよう きちんとあいさつをしよう	正しい手洗いの順序を覚えて手洗いをしよう	献立の名前や食品名を覚え、楽しくなんでも食べよう	なかよく楽しい食事の場をつくらう	食事前や食事の後は静かに上手に待ちましよう。	力を合わせて準備や後片付けをしよう	誰とでもグループを組み仲良く食べよう	調理する人や班の係りや給食当番の人に感謝する気持ちを持とう	寒い季節に食べる料理や季節の食べ物を知ろう	食事のマナーや当番の仕事やふり返り、楽しい給食にしよう
	学級活動											
	学校行事	入学式 発育測定<健>	たてわり活動 遠足	食育月間 歯磨き強調週間 給食試食会	夏季休業	発育測定<健>	スポーツフェスティバル	開校記念日本牧コンサート	冬季休業	給食週間	学習発表会	卒業式
	児童会活動	1年生を迎える会		学校保健委員会					縦割りの遠足	給食週間集会	学校保健委員会	6年生あがとう集会
教科・道徳	国語											
	生活		学校にいる人とふれあう④									
	体育											
	道徳				ものを大切に⑤					あいさつ⑤		
	総合的な学習											
*数字は、食目標を示す。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												
家庭・地域との連携		給食だよりの発行 家庭訪問		学校保健委員会	個人面談				個人面談		学校保健委員会	アレルギー対応調整会議

食に関する指導の年間計画		小学校2年生										
		4月	5月	6月	7月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
特別活動	食に関する指導	給食にはいろいろな食べ物が使われていることを知る	パンやごはん、牛乳、おかずはからだの中でそれぞれちがう働きをすることを知る	丈夫な歯をつくる食べ物を知る(牛乳・小魚・海藻) 良くかむことの大切さを知る	朝ごはんの大切さを知る 冷たい飲み物や食べ物とのり過ぎがからだに良くないことに気づく	元気の出る食べ物を知る(パン・ごはん・めん・いも・油・砂糖)	からだを作る食べ物を知る(肉・魚・卵・牛乳・卵)	好き嫌いなく食べることが体によいことを知る	かぜに負けない体をつくる食べ物を知る(野菜・くだもの)	伝統的な食べ物にはどんなものがあるかを知る(米・魚・豆・海藻類)	給食の量に関心を持つ 食べ過ぎや残すことについて考える	いろいろな食べ物を組み合わせて食べると体に良いことを知る
	給食指導	準備や後片付けの仕方を覚え、友だちや先生と楽しく食べよう	良い姿勢で行儀良く食べよう きちんとあいさつをしよう	正しい手洗いの順序を覚えて手洗いをしよう	献立の名前や食品名を覚え、楽しくなんでも食べよう	なかよく楽しい食事の場をつくらう	食事前や食事の後は静かに上手に待ちましよう。	力を合わせて準備や後片付けをしよう	誰とでもグループを組み仲良く食べよう	調理する人や班の係りや給食当番の人に感謝する気持ちを持とう	寒い季節に食べる料理や季節の食べ物を知ろう	食事のマナーや当番の仕事やふり返り、楽しい給食にしよう
	学級活動	給食当番をきめよう⑤									調理員さんに手紙を書こう④	
	学校行事	入学式 発育測定<健>	たてわり活動 遠足	食育月間 歯磨き強調週間 給食試食会	夏季休業	発育測定<健>	スポーツフェスティバル	開校記念日本牧コンサート	冬季休業	給食週間		卒業式
	児童会活動	1年生を迎える会		学校保健委員会					縦割りの遠足	給食週間集会	学校保健委員会	6年生あがとう集会
教科・道徳	国語											
	生活				野菜を育てよう							
	体育											
	道徳					かんしゃの心④				感謝して給食を食べよう。		1年間のあがとうを見つけよう
	総合的な学習											
*数字は、食目標を示す。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												
家庭・地域との連携		給食だよりの発行 家庭訪問		学校保健委員会	個人面談				個人面談		学校保健委員会	アレルギー対応調整会議

食に関する指導の年間計画		小学校3年生											
		4月	5月	6月	7月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
特別活動	給食時間	食によって体が作られていることを知る	食べ物を体内での働きにより赤・黄・緑のグループに分けることができる	丈夫な歯をつくる食べ物がある(牛乳・小魚・海藻) 良くかんで食べることができる	3食きちんと食べることが分かる(だに良いことを知る おやつの方がわかる)	体温やからだを動かすもとなる食べ物がある(穀類・いも類・油脂・砂糖)	からだを作る食べ物がある(肉・魚・卵・牛乳・卵)	食べ物の3つの働きが分かり、いろいろな食品を食べることの大切さが分かる	体の調子を整え、かぜに負けない体を作る食べ物がある(淡色野菜・くだもの働き)	伝統的な食べ物のすぐれているところを知る	給食の基準量のもとに自分の適量を知り、考えて食べることができる	いろいろな食べ物を組み合わせることを知る、栄養のバランスが良いことがわかる	
	給食指導	協力して準備や後片付けを安全に行い、楽しく食べよう	正しい姿勢で行儀良く食べることが大切なわけを知ろう	身の回りをきれいにし食事しよう	3つの食品群の働きを知りすぎずいせずに食べよう	楽しく会食するための条件を考え、グループで楽しい食事の場をつくらう	食事前の上手な過ごし方を工夫しよう	自分の仕事を進んで行い、協力しながら楽しい給食にしよう	楽しいグループ作りを工夫し、話題を選んで楽しく食べよう	食べ物を作る人に感謝し、給食の仕事がしやすいようにしよう	寒い地方や国で食べられている料理のすぐれた点を知り、残さず食べよう	1年間をふり返り、より良い給食にするための工夫をしよう	
	学級活動									かぜの予防・健康①②	給食のマナー⑤感謝④		
	学校行事	入学式 発育測定<健>	たてわり活動 遠足	食育月間 歯磨き強調週間 給食試食会	夏季休業	発育測定<健>	スポーツフェスティバル	開校記念日本校コンサート		冬季休業	給食週間		卒業式
	児童会活動	1年生を迎える会		学校保健委員会					縦割り遠足		給食週間集会	学校保健委員会	6年生ありがとう集会
教科・道徳	国語												
	社会						いいにおいのするパン屋さん⑥⑤③					町たんけん⑤ 本牧の昔たんけん⑤	
	理科			植物を育てよう②④									
	体育					健康な生活①②						健康な生活①②	
	道徳	みんなにあいさつ④							ものを大切に⑤				
	総合的な学習								手作りパンをつくらう⑩⑥			のり作り体験もち焼き体験	
*数字は、食目標を示す。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													
家庭・地域との連携	給食だよりの発行 家庭訪問		学校保健委員会	個人面談					個人面談		学校保健委員会	アレルギーマネジメント調査会議	

食に関する指導の年間計画		小学校4年生											
		4月	5月	6月	7月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
特別活動	給食時間	食によって体が作られていることを知る	食べ物を体内での働きにより赤・黄・緑のグループに分けることができる	丈夫な歯をつくる食べ物がある(牛乳・小魚・海藻) 良くかんで食べることができる	3食きちんと食べることが分かる(だに良いことを知る おやつの方がわかる)	体温やからだを動かすもとなる食べ物がある(穀類・いも類・油脂・砂糖)	からだを作る食べ物がある(肉・魚・卵・牛乳・卵)	食べ物の3つの働きが分かり、いろいろな食品を食べることの大切さが分かる	体の調子を整え、かぜに負けない体を作る食べ物がある(淡色野菜・くだもの働き)	伝統的な食べ物のすぐれているところを知る	給食の基準量のもとに自分の適量を知り、考えて食べることができる	いろいろな食べ物を組み合わせることを知る、栄養のバランスが良いことがわかる	
	給食指導	協力して準備や後片付けを安全に行い、楽しく食べよう	正しい姿勢で行儀良く食べることが大切なわけを知ろう	身の回りをきれいにし食事しよう	3つの食品群の働きを知りすぎずいせずに食べよう	楽しく会食するための条件を考え、グループで楽しい食事の場をつくらう	食事前の上手な過ごし方を工夫しよう	自分の仕事を進んで行い、協力しながら楽しい給食にしよう	楽しいグループ作りを工夫し、話題を選んで楽しく食べよう	食べ物を作る人に感謝し、給食の仕事がしやすいようにしよう	寒い地方や国で食べられている料理のすぐれた点を知り、残さず食べよう	1年間をふり返り、より良い給食にするための工夫をしよう	
	学級活動						健康で安全な生活態度①②						
	学校行事	入学式 発育測定<健>	たてわり活動 上郷宿泊体験学習	食育月間 歯磨き強調週間 給食試食会	夏季休業	発育測定<健>	スポーツフェスティバル	開校記念日本校コンサート		冬季休業	給食週間	10才を祝い会	卒業式
	児童会活動	1年生を迎える会		学校保健委員会					縦割り遠足		給食週間集会	学校保健委員会	6年生ありがとう集会
教科・道徳	国語												
	社会	水はどこから		ごみはどこへ				昔から今へと続くまちづくり		野菜つくりのさかんな三浦③		わたしたちの横浜市⑥④ (外国とのつながり)	
	理科	季節と生き物の様子					季節と生き物の様子						
	体育							たくすく育て私の体					
	道徳												
	総合的な学習												
家庭・地域との連携	給食だよりの発行 家庭訪問		学校保健委員会	個人面談					個人面談		学校保健委員会	アレルギーマネジメント調査会議	

食に関する指導の年間計画 小学校5年生		4月	5月	6月	7月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
特別活動	給食時間	食へのにも含まれている栄養素はそれぞれ違う働きがあることを知る	3つのグループの食品と含まれる栄養的特徴がわかる	丈夫な歯や骨を作る食品やその取り方がわかる(カルシウム)	夏の暑さに負けない食事のとり方を考え、3食きちんととることができる	体温やからだを動かすもとなる栄養素や食品のとり方がわかる(炭水化物・脂肪)	からだを作る食品とそのとり方がわかる(たんぱく質) 食べ物と運動の関わりがわかる	3つのグループの食品を組み合わせて食べるのが健康に良いことが分かり、実践することができる	かぜに負けない体をつくる食事のとり方が分かる	伝統的な食生活のすぐれているところを知る 主食・主菜・副菜	給食の量をもとに一日の適量に分かる 年齢・体格・職業などにより、必要な栄養量に違いがあることを知る	栄養のバランスの良い食事をするのが健康に良いことを理解し、進んで実践できる	
	給食指導	献立によって配膳の工夫をし、協力して能率的に安全に片付ける	集団で食事をするときのマナーを確かめ合い、楽しい会食をしよう	準備や後片付けが清潔にできるよう気を配ろう	3つの食品群と栄養的特徴を知り、進んで食べよう	穏やかな会食をするためのきまわりや環境作りを考え学級全体で協力して自主的に行動	健康の保持には、栄養・運動・休養の3つの条件が大切なことを知り、食後は静かに過ごそう	委員会・係・当番活動に積極的に参加し、楽しい給食を工夫しよう	食事にふさわしい環境を整え、楽しい雰囲気になごやかに食べよう	自然と人々の恵に感謝する心を持ち、食べ物や食器を大切にしよう		これまでの給食をふり取り、給食の意義を理解し、より良い食事の実践をしよう	
	学級活動												
	学校行事	入学式 発育測定<健>	たてわり活動 遠足	食育月間 歯磨き強調週間 給食試食会	宿泊体験学習 夏季休業	発育測定<健>	スポーツフェスティバル	開校記念日本牧コンサート	冬季休業	給食週間			卒業式
	児童会活動	1年生を迎える会		学校保健委員会					縦割り遠足	給食週間集会	学校保健委員会	6年生ありがとう集会	
教科・道徳	国語												
	社会			食料生産を支える人々①③⑤⑥ ・米づくりのさかんな地域 ・水産業のさかんな地域 ・これからの食料生									
	理科	インゲン豆の成長②④											
	体育												
	家庭科			お茶⑤⑥	サラダづくり①③			作っておいしく食べようごはん・みそ汁・バランスのよい食事①③					
	道徳				きまわりの大切さ								
総合的な学習													
*数字は、食育目標を示す。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													
家庭・地域との連携	給食だよりの発行 家庭訪問		学校保健委員会	個人面談					個人面談		学校保健委員会	アレルギー対応調整会議	

食に関する指導の年間計画 小学校6年生		4月	5月	6月	7月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
特別活動	給食時間	食へのにも含まれている栄養素はそれぞれ違う働きがあることを知る	3つのグループの食品と含まれる栄養的特徴がわかる	丈夫な歯や骨を作る食品やその取り方がわかる(カルシウム)	夏の暑さに負けない食事のとり方を考え、3食きちんととることができる	体温やからだを動かすもとなる栄養素や食品のとり方がわかる(炭水化物・脂肪)	からだを作る食品とそのとり方がわかる(たんぱく質) 食べ物と運動の関わりがわかる	3つのグループの食品を組み合わせて食べるのが健康に良いことが分かり、実践することができる	かぜに負けない体をつくる食事のとり方が分かる	伝統的な食生活のすぐれているところを知る 主食・主菜・副菜	給食の量をもとに一日の適量に分かる 年齢・体格・職業などにより、必要な栄養量に違いがあることを知る	栄養のバランスの良い食事をするのが健康に良いことを理解し、進んで実践できる	
	給食指導	献立によって配膳の工夫をし、協力して能率的に安全に片付ける	集団で食事をするときのマナーを確かめ合い、楽しい会食をしよう	準備や後片付けが清潔にできるよう気を配ろう	3つの食品群と栄養的特徴を知り、進んで食べよう	穏やかな会食をするためのきまわりや環境作りを考え学級全体で協力して自主的に行動	健康の保持には、栄養・運動・休養の3つの条件が大切なことを知り、食後は静かに過ごそう	委員会・係・当番活動に積極的に参加し、楽しい給食を工夫しよう	食事にふさわしい環境を整え、楽しい雰囲気になごやかに食べよう	自然と人々の恵に感謝する心を持ち、食べ物や食器を大切にしよう		これまでの給食をふり取り、給食の意義を理解し、より良い食事の実践をしよう	
	学級活動												
	学校行事	入学式 発育測定<健>	たてわり活動	食育月間 歯磨き強調週間 給食試食会 修学旅行	夏季休業	発育測定<健>	スポーツフェスティバル	開校記念日本牧コンサート	冬季休業	給食週間	学習発表会		卒業式
	児童会活動	1年生を迎える会		学校保健委員会					縦割り遠足	給食週間集会	学校保健委員会	6年生ありがとう集会	
教科・道徳	国語												
	社会												
	理科			生き物と養分②									
	体育				病気の予防①②								
	道徳												
	家庭科	朝食にあうおかずを作ろう①③						1食分食事についてかんがえよう①③⑥					
総合的な学習													
*数字は、食育目標を示す。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													
家庭・地域との連携	給食だよりの発行 家庭訪問		学校保健委員会	個人面談					個人面談		学校保健委員会	アレルギー対応調整会議	

食に関する指導の年間計画		個別支援											
		4月	5月	6月	7月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
特別活動	給食時間	食に関する指導	給食にはいろいろな食べ物が使われていることを知る	パンやごはん、牛乳、おかずはからだの中でそれぞれちがう働きをすることを知る	丈夫な歯をつくる食べ物を知る(牛乳・小魚・海藻)	朝ごはんの大切さを知る 冷たい飲み物や食べ物とのどりがちがうことを知る	元気が出る食べ物を知る(パン・ごはん・めん・いも・油・砂糖)	からだを作る食べ物を知る(肉・魚・卵・牛乳・卵)	好き嫌いなく食べることが体によいことを知る	かぜに負けない体をつくる食べ物を知る(野菜・くだもの)	伝統的な食べ物にはどんなものがあるかを知る(米・魚・豆・海藻類)	給食の量に関心を持つ 食べ過ぎや残すことについて考える	いろいろな食べ物を組み合わせると体に良いことを知る
	給食指導	準備や後片付けの仕方を覚え、友だちや先生と楽しく食べよう	良い姿勢で行儀良く食べよう きちんとあいさつをしよう	正しい手洗いの順序を覚えて手洗いをしよう	献立の名前や食品名を覚え、楽しくなんでも食べよう	なかよく楽しい食事の場をつくろう	食事前や食事の後は静かに上手に待ちましよう。	力を合わせて準備や後片付けをしよう	誰とでもグループを組み仲良く食べよう	調理する人や班の係りや給食当番の人に感謝する気持ちを持とう	寒い季節に食べる料理や季節の食べ物を知ろう	食事のマナーや当番の仕事をふり返り、楽しい給食にしよう	
	学級活動												
	学校行事	入学式 発育測定<健>	たてわり活動	食育月間 南磨き強調週間 給食試食会	夏季休業	発育測定<健>	スポーツフェスティバル	開校記念日本牧コンサート	冬季休業	給食週間			卒業式
	児童会活動	1年生を迎える会		学校保健委員会				縦割り遠足		給食週間集会	学校保健委員会	6年生ありがとう集会	
教科・道徳	生活	外国のお菓子⑥											
	図工	野菜をそだてよう(トマト・ミニトマト・じゃがいも・枝豆・なす・かぼちゃ)											
	総合的な学習	野菜を育てよう(いちご)											
	総合的な学習	作った野菜でカレーを作ろう											
家庭・地域との連携	給食だけの発行 家庭訪問		学校保健委員会	個人面談				個人面談		学校保健委員会	アレルギー対応調整会議		

平成 30, 令和元, 2 年度 食育実践推進校

西が岡小学校の実践



食を通して、自ら心と体を豊かに育てる子の育成

横浜市立西が岡小学校

1 地域の概要

本校は横浜市の南西部に位置する泉区にある。泉区は市内で農地が一番広く、また農家戸数も多いため、農業の魅力を生かした区政推進を行っている。一方で、私鉄沿線の宅地開発で作られた比較的新しい住宅地もある。平成7年に開校した本校も閑静な住宅地の中にある。校内の植え込みには開校時に多くの種類の木々が植えられた。その中の一つの「欒」は校章のデザインに使われ、20周年に誕生した学校のマスコット「ケヤッキー」は子どもたちに親しまれている。また、季節ごとに咲かせる花やその果実が子どもたちの生活や学習に役立っている。

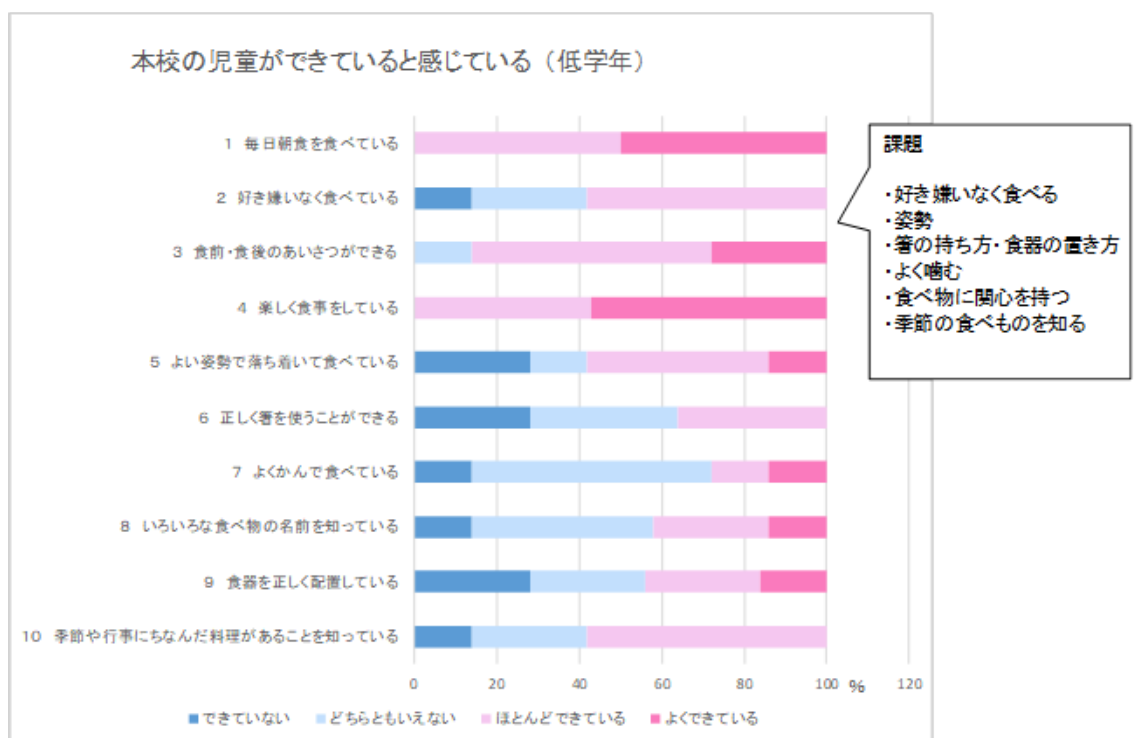


本校の敷地内には西が岡コミュニティハウスがあり、地域の人々のサークル活動の拠点となっている。また、近隣には区のスポーツセンターや老人福祉センター、地区センターもある。このような環境の中、学校と地域の人と活動を結び付ける学校・地域コーディネーターの活躍もあり、児童の学習に多くの地域の方々が協力してくださっている。

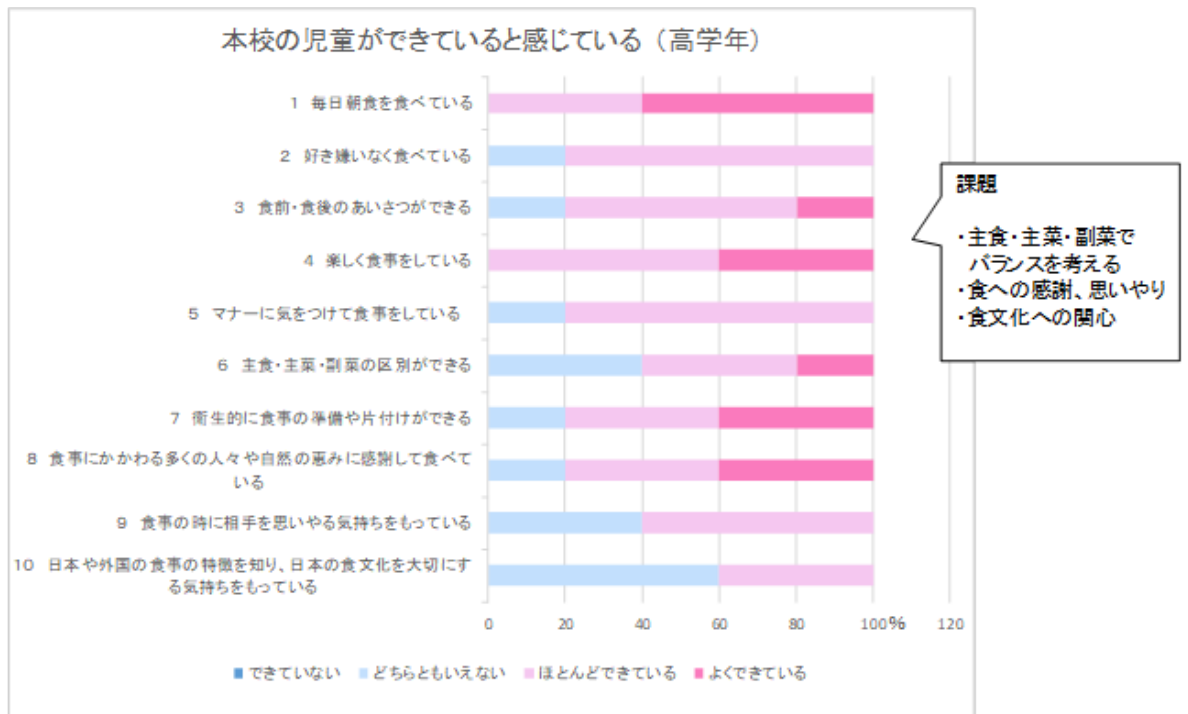
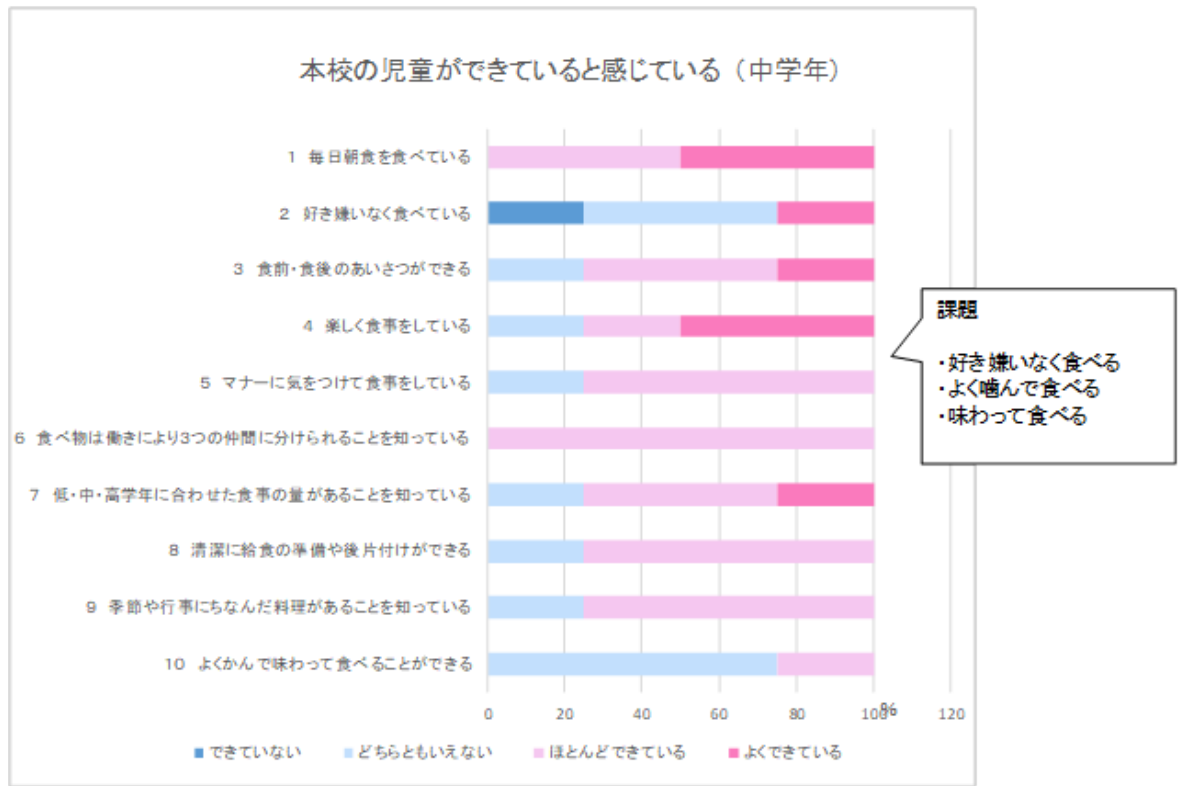
2 食に関する実態

本校では児童の食への関心、実態を把握するために、学級担任に1年間の給食指導を振り返り、アンケートを実施している。

集計結果は次年度の食育推進に生かすために、校内の給食指導研修会の場で示し、全教職員で共通理解している。



(資料①) 学級担任へのアンケート集計結果（低・中・高）と考察



文部科学省の食育の6つの目標に当てはめて考察しました。

食事の重要性	<p>食事は個人差がありますが、給食の残食は主食、おかずとも学年末になると少なくなり、先生方のご指導の結果と思います。</p> <p>しかし、牛乳の残量が年々、増えてきています。(牛乳残食率29年度3%30年度4%31年度5%)</p> <p>朝食の欠食率は学習状況調査では全校で4%でした。朝食の大切さは給食日より等で家庭にも働きかけたいと思います。</p> <p>また3年生以上では保健学習の中で取り上げていけるとよいと思います。</p>
心身の健康	<p>食品の3つのはたらきや食事の量などを取り上げて行った結果、少しずつ成果が表れてきたように思います。今後も「ばくばくだより」と栄養職員の教室巡回を活用しながら進めます。</p> <p>「かみかみタイム」を食事のはじめに設けることで、食事に集中して食べる態度が養われてきていると思います。</p> <p>食事の姿勢やよく噛んで食べることなど、健康を意識した食べ方も定着するように「すこやかカード」を活用していきたいと思います。</p>
安全・衛生	<p>給食指導について年度初めに研修会を持ち、共通理解を持っています。衛生的な給食の準備や片付けが定着してきました。</p> <p>安全、衛生面は給食指導の基本になるので、今後も手洗いや当番の身じたく、配食時間の待ち方などに注意する必要があります。</p>
感謝の心	<p>食事のあいさつは全体にできていました。</p> <p>給食運搬訓練を実施したことにより、調理員さんへの感謝の気持ちが深まったという感想もありました。</p> <p>感謝する相手をはっきりしている場合は気持ちを深めやすいが、高学年の「自然の恵み」など漠然とした対象についてどのように深めていくかが課題です。</p> <p>地場産物の活用や校内産物の利用を進めながら、意識を高めていければと思います。</p>
社会性	<p>箸の持ち方、食事の姿勢、食器の置き方、相手を思いやる等の食事のマナーについては学年が上がるにつれ定着していることがわかりました。</p> <p>必要に応じて学級活動(2)で取り上げていけるとよいと思います。</p>
食文化	<p>今後も行事食や郷土料理を献立に取り入れながら食文化について意識できるように取り組みたいと思います。また、今年度は毎月、郷土料理を取り入れたいと思います。</p>

アンケートを集約した結果をみると、低学年では食事の姿勢、はしの持ち方、食器の置き方などの食事のマナーと好き嫌いが課題となっているが、これらは学年が進むと次第に定着していくことがわかった。中学年・高学年では食べものの三色分けや主食・主菜・副菜の知識、行事食や地産地消など「食文化」への関心が低い結果となっていた。

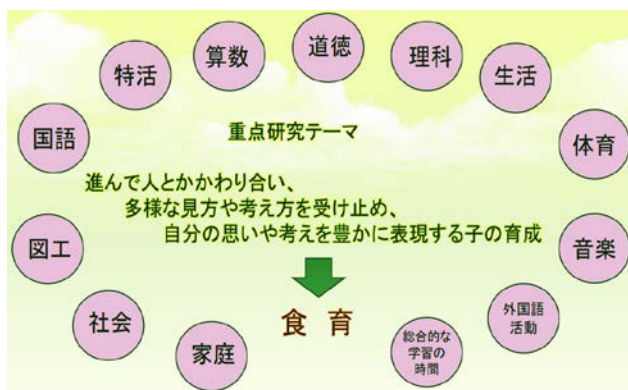


3 テーマについて

本校の教育スローガン「ひとみかがやく西が岡の子」として、様々な事象に興味を持ち、目を輝かせて生活していく児童を育むことを目指している。食育を通して「いのち」の大切さを知り、「健康的な心を体」を獲得していけるように、「食を通して、自ら心と体を豊かに育てる子の育成」という推進テーマを掲げ、教職員の共通理解を図り、3年間にわたり取り組んできた。



また、本校では給食の指導だけではなく、重点研究として力を入れている生活科と総合的な学習の時間を中心に各教科等の学習においても積極的に食育に取り組んでいる。木の実を使った取り組みや野菜の栽培など、近隣のお店や農家などのプロと関わりながら、食の大切さを実感できるようにしている。各学年の発達段階に応じた食文化、マナー、栄養など、学習内容や行事に合わせて伝え、推進テーマの実現を目指し、今後も取り組んでいきたい。



4 取り組みの実際

(1) 日常の実践

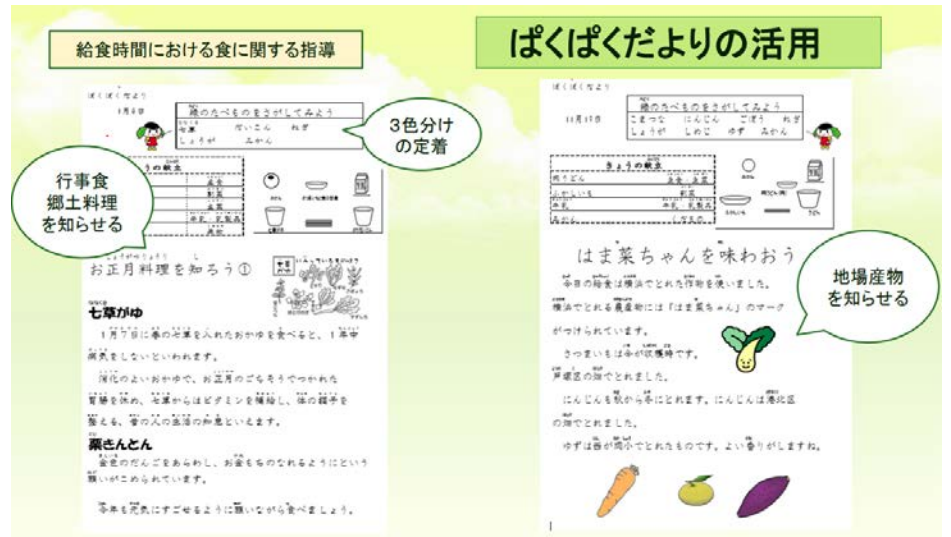
○給食指導研修により職員の共通理解を図る。

4月の給食開始前に給食指導についての校内研修会を行っている。教職員が共通理解のもと、本校の児童の実態を踏まえて指導に当たるようにしている。



○「ぱくぱくだより」の活用

毎日の給食の献立や食材について紹介しているぱくぱくだよりに食品の三色分けを入れて毎日繰り返し確認できるようにした。



○掲示物の工夫

食事のマナーの一つとして、正しい食器の置き方が定着するように、盛り付け例の図を常時掲示することにし、配膳後に確認できるようにした。

○ランチルームの活用

各学級、年3回の使用を割り振り、使用日にはマナーや食文化、栄養についての指導を行った。



○「すこやかカード」の取り組み

毎月の保健・給食指導目標に沿って、児童が健康や食について考えるワークシートを作成し取り組んでいる





(2) 教科における実践

ア 3年生：特別活動（学級活動）の実践

- 1 題材 バランスのよい食事
- 2 題材目標 食べ物のはたらきについて知り、自分の給食の食べ方を振り返り、バランスよく食べようとする意欲を持つ
- 3 活動計画




	学級活動の時間	給食の活動	教師のかかわり	その他の活動場面
次	ねらい	活動	教師のかかわり	
1 給食時間	・食事の量は低・中・高学年で違うことに気付く。	・給食のパンの大きさ比べをして、学年に合った量があることを知る。 (食事前)	・パンの実物で大きさを比べさせる。	朝学習 ・塗り絵をして、バランスイーナちゃんに興味を持つ。 ・ワークシートに給食の様子を記録する。 養護教諭との連携 ・栄養バランスが悪いとどのような体になるか、免疫などについて話してもらう。
2 前時	・自分の食べ方を振り返り、問題をつかむ。	・好きな食材・苦手な食材を調べる。 ・献立の食べた量や気付いたことを記録する。 (食事前)	・アンケートをとって、食材に興味を持てるようにする。 ・食事記録で自分の食べ方を見つめられるようにする。	(家庭との連携) 学級日より等で、食育の様子を紹介し、家庭でもバランスのとれた食生活について考えてもらうようにする。
3 本時	・栄養のはたらきやバランスよく食べることの大切さを理解し、自分の食生活に活かそうとする意欲をもつ。	・給食にはさまざまな食材が使われていて、一人ひとりに必要な栄養バランスや量が考えられて作られていることを知る。 (食事後)	・どんな食べものにもどんな栄養（はたらき）があるか、体を作る上で自分に合った量を食することが大切であることを伝える。	評価 ・健康な体づくりのためには、バランスよく食べることが大切なことを理解している。 (知識・技能) ・食べものの栄養を知り、バランスよく食べるための量を考えている。
4	・一人ひとりの決めたためあてを達成する。	・ワークシートに記入し、ふり返りを行う。 (食事後)	・実践をふり返り、できたことを互いに認め合えるようにし、今後への意欲を持たせる。	(思考・判断・表現) ・食べものの栄養を知り、自分に必要な量を食べようとする意欲を持っている。 (学びに向かう人間性)



4 本時目標 栄養のはたらきや自分に合った量を知り、
バランスよく食べる意欲を持つ。

5 本時展開



過程	主な学習内容・活動	指導上の留意点		資料など
		T1(学級担任)	T2(栄養教諭)	
課題の意識化	1 調査結果をふり返り、気付いたことを伝え合う。 ・全部食べた。 ・残した物。野菜・牛乳・パン	○調査した時の給食の写真を用意し、その時に自分が食べた給食の量を想起できるようにする。	赤 タリナイナちゃん 	調査当日の給食の写真 食べものランキング② イーナちゃん①悪イーナちゃん③
原因追究	2 食べ物の三つのはたらきについて考える。 黄→体を動かす 赤→体を作る 緑→調子を整える。 調査当日の献立で、はたらきごとに食材を考える。	黄 タリナイナちゃん 	○3つの栄養のはたらきと食材のつながりがわかるように資料を掲示する。 ○調査当日の給食の写真を見ながら、子どもたちと食材を色分けする。 ○栄養バランスとバランスイーナちゃん①の関係性を伝える。	3つの栄養のはたらきの表示③ はたらきの絵③ 調査当日の食材のマグネット⑩ 栄養をとらなかった人の絵など
	3 三つのはたらきを知って気付いたことを伝え合う。 ・元気な体になるためには栄養バランスが必要だ。 ・バランスよく食べないといけないことがわかった。 ・栄養が大事だと分かっているも残していた。 ・今日から一口でも食べてみる。	○残っていた食材に栄養バランスの悪い絵を貼り、絵のバランスから栄養バランスを考えられるようにする。 ○板書を見直し、食材の栄養や給食の献立の工夫について考えられるようにする。	○必要に応じて食材の量を提示し、具体的な栄養バランスを考えられるようにする。	
実践意識化	4 話し合ったことを参考にして、自分のめあてや実践方法を決める。 緑 タリナイナちゃん 	○机間指導を行い、必要に応じて具体性のあるめあてや実践方法となるように助言を行う。	○机間指導を行い、今後のめあてを立てられている子を賞賛する。	振り返りカードの用意

元気な体には、どのような食事が必要なのか

【評】 栄養のはたらきや自分に合った量を知り、
バランスよく食べる意欲を持つ

6 板書計画




7 家庭への連絡 学年だよりの臨時号として保護者に学習の内容を伝えた。

バランスイーナちゃんアンケート
 出せき番号 ()

☆すきな食ざいを3つまで教えてね、
 食ざい(おりょうりされていなたべもの)
 れい→ぶたにく ナス ごはん(こめ) 魚
 チーズ トマト パスタのめん いちごなど何
 でもOK)

☆にが手な食材を3つまで教えてね。
 (ない人はなしと書いてください。)



ありがとうございます！

3シャイン 臨時号
 横浜市立西が岡小学校
 3年 学年だよりの
 令和2年9月8日

☆学活で自分の食生活をふり返っています！

8月31日(月)より、教育実習生の橋井拓実先生が3年生と一緒に学習しています。次の表は1組と2組の好きな食材・苦手な食材ランキングです。このランキングから自分たちの食生活をふり返り、橋井先生から3つの栄養素の働きを教してもらいました。健康な体を作るには、バランスのよい食事が大事だということを学び、学校でもご家庭でも食生活に活かしていただけることを願っています。ぜひ、学習の様子を子どもたちから聞いて、ご家庭でも話題にしてみてくださいと幸いです。

3-1 ランキング

好きな食べ物	苦手な食べ物
1位 いちご	1位 ゴーヤ
2位 ぶどう	2位 ビーマン
3位 りんご	3位 ナス
3位 なし	4位 コーン
5位 ごはん	5位 キノコ トマト アスパラ

○3・4年生の給食の量がわかりました。
 ○苦手な食べ物あるけど、これからも食べるようにしたい。
 ○全部食べられるようにがんばる。
 ○給食はともおしいい。(1組)

3-2 ランキング

好きな食べ物	苦手な食べ物
1位 トマト	1位 ゴーヤ
2位 ごはん	2位 トマト
3位 ごんにやく	3位 ナス
4位 魚	4位 キノコ
5位 チーズ	5位 ビーマン

○2年生の時よりも、給食の量が増えている。
 ○ちょうどよい量を調理員さんや金子先生が考えてくれたのどと思った。
 ○みんなで食べるとおいしくて最高！
 ○残さず食べる！(2組)

西が岡小学校で栄養教諭の教育実習をさせていただくことになりました。子どもたちはとても明るく元気なので、自分も負けずにがんばりたいと思っています。これからも子どもたちが元気に育つよう、食育の面から支援していきたいと思っています。短い期間ですが、よろしくお願いたします。
 実習生○○先生より

イ 3年生：総合的な学習の時間の実践

自分たちで栽培したダイズを活用して、地域のみそ作りの職人とこだわりのみそを追究した。



ウ 4年生：総合的な学習の時間の実践



1 単元名 「イナズマパン研究所～おいしいパンでスマイル get！～」

2 単元目標

パンづくりを追求したり、パンを人に食べてもらいたいという目標に向けて、自分たちで試行錯誤したり、プロとかかわったりすることを通して、パンづくりには、多くの工程があることや専門的知識や高い技術が必要なことに気付くことができる。

実社会で働くプロの職人（Nさん）の生き方や考え方に触れることを通して、「商品を開発する」には、自分たちの想いだけでなく、販売者や消費者の立場に立って考える必要があることに気付くことができる。また、自分たちの生活と結びつけたり、自分の見方や考え方と比べたりしながら、多面的にものごとを見たりできる。

さらに、自分の仕事を生かして、まちの人との交流をはかたり、人と人をつないだり、まちの活性化に向けて取り組もうとしているNさんの生き方や考え方に触れることで、自分にできることを模索し、人との関わりを大切に、自分にできることを行動しようとするすることができる。

3 単元構想図

4の1の「総合的な学習の時間」をスタートしよう

○3年生までの活動を振り返り、意見を交流したり、総合的な学習の時間について確認したりする。

○今年はどうな活動ができそうか考え合うために、校内やまちへ目を向ける。

○「パン」を材に、どんな学習をしたいか、どんな活動ができそうか、学習の見通しをもつ。

○4の1でパンを作って、どんなことをしたいのか、そのためにどんなことを考えなければならないのか話し合う。

4の1のみんなでパンを作ろう

○基本的なパンの作り方を調べる。

○栄養士の先生やパン作りの免許をもつ先生の力を借りて、パンを作る。

○自分たちで食べたりおうちの人や先生たちに食べてもらったりして、さらなる改善点を整理する。

○これまでやってきたことから、ふわふわにするための方法を予想し、検証する。



4の1オリジナルパンをつくろう

○たくさんの人に食べてもらってみんなのスマイルをゲットしないな。

○どんなオリジナルパンをつくるか考える

○たくさんの人に食べてもらい、おいしいスマイルを引き出せるような方法を考える。

○シェフの店で自分たちのパンを売ろう。

一年間の総合の学習をふりかえろう。

○この一年の自分たちの学びや成長を振り返る。



4 単元で育てたい資質・能力

知識及び技能	思考力・判断力・表現力等	学びに向かう力・人間性等
<p>○パンは何千年も前から続く食・伝統文化があることや、古代から少しずつ変化し、世界中で愛されている食品であることが分かること。</p> <p>○パンにはさまざまな種類があることやパンづくりには、多くの工程や技術が必要であること。</p> <p>○おいしさを追求する過程で、おいしさには、色や形といった見た目や味だけでなく、食感や香りなど様々な要素が関わり合っていることに気付くとともに、人によってその感じ方に違いがあることが分かること。</p> <p>○商品化に向けて、何（味・素材・ネーミング・売り方など）を考えていく必要があるのかがわかること。</p> <p>○「様々な経験を肥やしにして、基本を大切に地域に寄り添って本格的なパンが買える店にしたい」という思いのもと、日々工夫を重ねて努力している人がいることが分かること。</p> <p>○「地域に密着し、まちの人々の庭、縁側になりたい」という思いのもと、利益を求める仕事だけでなく、まちの人とのつながりや人と人をつなぐ役割を担いたいと行動している人がいることに気付くこと。</p>	<p>○自分たちがつくるパンに改善点がないか考えたり、話し合ったりして、改善点を見出すこと。</p> <p>○オリジナルのパンをつくるために、Nさんが大切にしている想いや考えに迫り、自分たちのパンづくりに生かして考えること。</p> <p>○オリジナルパンを作る際には、自分たちの想いだけではなく、売り手や買い手の視点に立って考える必要性を考えること。</p> <p>○より多くの人に食べてもらえるパンにするために、改善の仕方を積極的に伝えたり、互いの考えのよさを生かしたりして考えること。</p> <p>○シェフの考えに触れ、たくさんの人とつながる方法を模索すること。</p>	<p>○パンづくりに必要な情報を自ら調べ、それを生かして、意欲的に問題解決に取り組もうとする態度を育成すること。</p> <p>○自分の力で試行錯誤してつくる経験を通して、ひとつのものが生み出される過程の尊さやおもしろさを感じ、自分の力で試してみることの大切さを感じ、粘り強く取り組もうとする態度を育成すること。</p> <p>○Nさんとのかかわりを通して、想いやこだわりをもって仕事をすることのよさや大切さを感じ取り、自分の生活に生かそうとすること。</p> <p>○商品を作り販売することの大変さや面白さに気づき、「仕事」に対する見方や考え方を更新しようとすること。</p> <p>○Nさんとのかかわりを通して、まちのために働くNさんの想いを知り、自分にできることを実践しようとする気持ちを高めること。</p> <p>○Nさんやまちの人とのかかわりを通して、人とかかわる楽しさと難しさを実感し、進んで人とかかわろうとすること。</p>



5 本時のねらい

商品化するには、自分たちの想いだけでなく、売り手や買い手の視点に立って考えることが大切であることに気づき、売りだせる商品にするにはどうしたらよいかを考え、話し合うことを通して、Nさんのものづくりに対する考えに迫り、次の活動への意欲を高めることができる。



6 本時展開

○学習活動・予想される反応	○支援の具体 ★評価
<p>○前時までの学習を振り返り、活動の見直しをもつ。 シェフの言葉「アイデアはいいし、作ることは可能でもこのまま店に出しても、あまり売れないと思う。」</p> <p style="border: 1px dashed black; padding: 5px; text-align: center;">シェフが、「このままではあまり売れない」という原因は何だろう。</p> <p>○「商品として売れない原因」について、考えたことを話し合う。 【味が想像できない】 ・味が想像しやすい商品じゃないから。味が分からないものは買わないのかも。 ・○○さんは、おいしいかどうかわからないから、いつも買っているものを買うって言っていたよ。 【他の商品に負けてしまう。】 ・新商品が出たら買いたくなる人もいるけど、いつも食べなれておいしくてわかっているものを買いたい人もいるんじゃないかな。 【アピールが足りない】 ・新商品って気付かない人もいるから、「小学生がつくったよ」「こんな思いを込めていますよ。」ってアピールすればいいかも。 【値段が高い】 ・値段が高いから。いろいろな人に聞いてきたけど、高すぎるって言われた。もっと安かったら買ってくれるのかも。</p> <p>○価格の内訳を示した資料を見て、値段の妥当性について考える。 ・材料費+シェフのお仕事に対するもうけだから、このままでは値段は安くできないね。 ・値段は考えられているから、簡単には変えられないんだね。</p>	<p>○これまでの学習の流れが分かるように学習の足跡を掲示する。</p> <p>○原因を整理し板書することで、問題点や改善点に気づけるようにする。</p> <p>○価格に関する問題が出たら、価格設定の内訳資料を提示し、価格の妥当性について問い返すことで、価格設定には売り手の利益や買い手のニーズが関わっていることに気付けるようにする。</p>
<p>見た目や味をできるだけ変えないで、売れる商品にするにはどうしたらいいだろう。</p>	
<p>○売れる商品にするために、どうしたらいいかを考える。 ・全体のデザインや味は変えないで、大きさを小さくするのはどうかな。 ・小さくしたら、材料費が安くなるから値段も安くなるよ。 ・味が分からないから買わないって言った人も、サイズが小さくて安かったら買うかもしれないね。 ・味が分からない人のために試食をしたらどうかな。 ・「こんな味ですよ。」ってポップや看板でアピールしたらどうかな。</p> <p>○今日の活動を振り返る ・材料のお金だけでなく、作る人のお給料も入れて値段は付けられているんだって初めて知ったよ。シェフはよく考えているな。 ・おいしくても、お金が高くなりすぎたら売れないから、考えているんだね。 ・いくら作る人がおいしくて自信があっても、買う人が買いたくないって思ってくれないと売れないから、売れるために工夫が必要なんだな。 ・バターロール作ったときにふわふわ食感をつくるのだけでも、あんなに難しかったのに、シェフはいろいろな生地や味をすごく考えてたくさんの商品を開発しているし、おまけに値段まで考えていて、すごいな。 ・食べてくれた人をスマイルにするために、売れるための工夫をたくさん考えたいな。</p>	<p>○価格の妥当性について考えることで、価格以外の方法を工夫する方法を考えられるようにする。</p> <p>★売り出せる商品にするためにどうすればよいかを具体的に考え、見直しをもつことで、次の活動に向けてさらに意欲をもつことができる。</p>



(3) 学校保健委員会等、行事や特活における実践

○学校保健委員会での取組

本校では保健委員会と養護教諭が中心となり、年に2回の学校保健委員会を実施している。

【テーマ】 西小レストラン～バランスを考えて 心と体を レスキューしよう～

テーマの設定理由：感染症予防の話をする中で、子どもたちから「体の健康はまず、心の健康から」という意見が出た。実際に保健室に来室する児童の中でも、養護教諭が給食の話題を持ちかけることで、気分が変わってもうひと踏ん張りできるようになる子もいる。また、朝ごはんの欠食や、食べた物が原因で体調不良を訴える子もいる。バランスよく食べることの大切さについて考えることで、心と体の健康について見直したり、自分ができることを考えたりすることができると考えた。

<学校保健委員会当日までの指導の流れ>





- ① 毎月実施している「すこやかカード」にて、事前指導を行う。
ごはんやおかずの量は学年が上がると増えるなど、給食は年齢に合った量になっていることを知ったり、好き嫌いしないで基準量に近づけるように食べることは、健康や成長のためにとってよいことを学んだりする。
- ② 学校保健委員会で、バイキングを行う。
主食・主菜・副菜のバランスを子どもたち自身で選択をする活動（バイキング）を行う。
- ③ 「すこやかカード」にて、振り返りを行う。
イラストの献立に足りない栄養は何かを考える活動を通して、赤黄緑のバランスについて再度見つめ直すことで、学校保健委員会の振り返りとする。

<学校保健委員会での具体的な取り組み内容について>

- ① メニュー表を見て、自分が食べたい献立を考える。

【メニューの一例】

他にも「やめられない止まらないジュシーからあげ」「塩コショウで勝負！しゃきしゃき野菜いため」など、子どもたちがメニュー名を考えた。

<p>③西小レストラン特製 ビーフカレー</p> 	<p>④真っ赤な情熱ナポリタン</p> 
<p>⑤特製スープにめんがからむ！ こくまラーメン</p> 	<p>⑥新せんさかじまん！さんまの焼き魚</p> 

- ② レストラン（保健室）へ実際に選びに行く。（トレーに選んだ品のカードをのせる。）
- ③ 選び終わったら自分の席に戻り、選択したメニューの栄養バランスをチェックし、結果をプリントに記入する。（カードの裏面には、赤黄緑のシールが貼ってある。）
- ④ 基準量外のバランスであれば、もう一度選び直す。
- ⑤ 振り返りをする。

<栄養職員からの話>

動物は減ったお腹を満たすために食べるが、人間にしかできない食べ方が4つある。

- ① おなかで食べる ② 口で食べる ③ 頭で食べる ④ 心で食べる

特に子どもたちは、「④心で食べる」が心に響いている様子だった。現在はコロナ禍で、友達と楽しく話しながら食べるということはできなくなってしまったが、「昨日よりたくさん食べられた」「完食できた」というような「ピンクの栄養」を大切にしていけるといいと感じた。



＜学校保健委員会に参加した児童の感想＞

- ・好きなメニューを選んでみると、私はビーフカレーや唐揚げなど、赤の栄養が多いなと思いました。今日をきっかけに、これからは栄養バランスを気にしていきたいなと思いました。
- ・考えて選ぶことは、実はすごく頭を使うことなんだなと感じました。
- ・「食べる」といっても、こんなにたくさんの食べ方があるなんてびっくりしました。自分の心や体の健康のためだと思えば、「頭で食べる」ことも楽しいものだと感じました。
- ・まずは好き嫌いをせず、給食を残さず食べることから始めてみようと思いました。

○なかよし給食

1年間のたてわり活動の最後には5年生が中心となり、6年生に感謝する場として たてわりの交歓給食を行っている。机の配置や名前カードを工夫しての食卓作りを通して、おもてなしの心や食事が団らんの場になることを学ぶ機会になっている。

○給食委員会

給食委員会は給食時間の「給食クイズ」の放送、献立3色分け掲示板への記入、返却時の給食当番への補助、交通整理などを常時活動としている。

給食委員会が代表委員会に提案し全校で取り組む活動には「あったらいいなこんな給食デザインコンテスト」と名付けた校内メニューコンテストがある。クラスから代表1点を出し、その中から選ばれた優秀作品が給食に登場する。



給食週間には毎年、給食かるたを作成している。文字をクラスに割り当てて取り組みを依頼し、給食週間に合わせて掲示する。かるたほどの言葉も工夫され、給食への児童の思いが表現され、ほほえましく温かい気持ちになる。校長先生賞、副校長先生賞、調理員さん賞を選び、表彰している。

(4) 家庭や地域との連携

○味覚の出前講座

地元のレストランのシェフによる「味覚の授業」を5年生で実施し、食への関心を高めている。塩味・甘味・酸味・苦味・旨味の五つの味を塩や砂糖、だし汁を実際に口にして体験し、味は口で感じるだけでなく、視覚や聴覚などいろいろな感覚を使って感じることを教えていただいた。



この体験により児童の「おいしさ」のとらえ方が深まり、総合的な学習でパン作りやジャム作りをする際には多角的に「おいしさ」を目指して取り組むことができた。家庭科の「ご飯とみそ汁」の単元では、3種類のみそ汁を飲み比べ、みその塩味、風味、だしの旨味、香り、実の香りや甘味を味わい、その後のみそ汁作りに生かすことができた。

○給食だより

毎月発行する給食だよりで家庭に食に関する情報を発信している。(独自献立の内容・行事食・地場産物の活用・給食での児童の活動の紹介など)



○授業での取組

生活科、総合的な学習活動等で食に関する内容について取り組む場合、地域の関係の方への橋渡しを地域コーディネーターが行っている。専門家の方々の授業協力により、児童の活動が広く深くなっている。



2年生のさつまいも栽培では、苗を作っている農家の方が植えつけ方や育て方の指導をしてくださっている。3年生のみそ作りには麹専門店の方にご指導いただいた。昔体験では、洗濯板を使った洗濯や七輪を使った煮炊きなどを地域の方々に教えていただいている。5年生・6年生の家庭科の調理実習では地域の方がサポーターとして補助をしてくださっている。



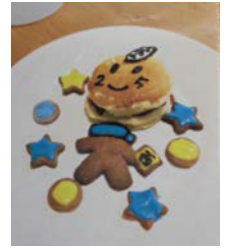
○地場野菜の活用

地場野菜を JA 横浜の協力により1年間を通して使用している。また、授業に関連して、区内の農家とつながり、生産物を給食で使用して交流を深めている。



5 成果と課題（今後に向けて）

食育推進校として取組を始めた平成30年度の児童の課題は、食に関して栄養バランス、食文化、食事のマナーなど、興味関心が高い方ではなく、その結果給食の残量にも表れていた。栄養職員による授業を始め、各教科などで積極的に食育を推進することで、生産者や調理する人への思いや食材の大切さなどを実感し、少しずつ意識が改善してきている。



<平成30年度 成果と課題>

生活科では野菜作り、総合的な学習の時間では米作り、魚の干物作り、みそ作りなど、プロと関わりながら行い、職人のこだわり気付いたり、感謝の気持ちが芽生えたりした。校庭にある実からゼリーを作るなど、子どもたちは身近な材から真剣に考えた。とうもろこしやそら豆の皮むきなど、各学年の発達段階に合わせた取組により食の大切さにふれた。教職員による食育に関する調査では、児童の食に対する感謝の気持ちやマナーについて意識が低いことがわかった。

<令和元年度 成果と課題>

学校の実を使ってジャムを作ったり、自分たちで作ったサツマイモをみそ汁にして飲んだりして、自分たちの口に入るまでには、様々な苦労があることが分かり、生産者や料理人に感謝の気持ちを持つことができた。プロのパン屋さんと関わってパンを作り、プロのこだわりや工夫を実感することができた。



西が岡元気石けん



<令和2年度 成果と課題>

新型コロナウイルスに対応した食育を進めることを職員一同共通理解したことで、子どもたちはより衛生面に気を付けながら食事の準備を行うことができた。栄養バランスよく摂取することで、病気などから体を守ることができることを子どもたちは理解していた。授業を通して、ばい菌から身を守る石けん作り、地域の方とかかわりながら野菜作りをした里山プロジェクト、旬の野菜や果物を被写体とした絵手紙作りなど、学習面からも食の大切さを実感することができた。

3年間にわたり、教職員全体で共通理解をもち、食育に取り組んだことで、食に関わる人への感謝する気持ちが高まったり、残食が減ったりした。各学年の発達段階に応じた食文化、マナーについては、今後も実態に応じた手立てを考えながら計画的、組織的に取り組んでいきたい。



添付資料

資料 1 : 西が岡小学校 食に関する全体計画

資料 2 : 西が岡小学校 各学年の年間計画

食育の年間指導計画

横浜市立西が岡小学校

西が岡小学校 食に関する指導の全体計画 (令和2年度)

子どもの実態

核家族の中で育つ子どもが多く、知識や能力は豊富だが、友達との遊びや自然と触れ合う体験が少ない。

地域の実態

新しい街づくりとして整備された閑静な住宅地の中にある。

食育の視点

- 食事の重要性
- 心身の健康
- 食品を選択する力
- 感謝の心
- 社会性
- 食文化

学校教育目標

- 人とのかかわりを大切に、共に生き、互いを高め合い、心豊かに生きようとする子どもを育てます。
- ・知 学ぶ意欲をもち、ねばり強くやり遂げようとする子どもを育てます。
- ・徳 自己肯定感や自尊感情をもち、相手を思いやり尊重するとともに、心豊かに自分らしく生きようとする子どもを育てます。
- ・体 生命を大切に、心身ともに健やかな体をつくらうとする子どもを育てます。
- ・公 わたしたちの「まち」を愛し、主体的に社会とかかわり、チャレンジする子どもを育てます。
- ・開 さまざまな人とのコミュニケーションを通して、共に生きようとする子どもを育てます。

食に関する指導の目標

- 〈知識・技能〉
食事の重要性や栄養バランス、食文化等についての理解を図り、健康で健全な食生活に関する知識や技能を身につけるようにする。
- 〈思考力・判断力・表現力等〉
食生活や食の選択について、正しい知識・情報に基づき、自ら管理したり判断したりできる能力を養う。
- 〈学びに向かう力・人間性等〉
主体的に、自他の健康な食生活を実現しようとし、食や食文化、食料の生産等に関わる人々に対して感謝する心を育み、食事のマナーや食事を通じた人間関係育成能力を養う。

文部科学省
「学習指導要領」
教育委員会運営方針

各学年の発達段階に応じた食育の目標

幼稚園 保育園	低学年	中学年	高学年	中学校
	<ul style="list-style-type: none"> ・正しい食事の仕方を覚えるようにする。 ・食べ物には体に大切な働きをしていることを理解させる。 ・楽しく会食できるようにする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・正しい食事の仕方を身につけるようにする。 ・食べ物には三つの働きがあることを理解させる。 ・協力しあって楽しく会食できるようにする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・正しい食事の仕方を進んで実践できるようにする。 ・健康のためには食事が大切でありことを理解させる。 ・進んで楽しい会食を実践できるようにする。 	

食育推進組織(安全委員会)

構成: 校長・副校長・食育主任・学年代表・養護教諭・事務職員・栄養職員

食に関する指導

教科等における食に関する指導: 関連する教科等において食に関する視点を位置付けて指導
社会、理科、生活、家庭、体育、道徳、総合的な学習の時間、特別活動 等
給食時間における食に関する指導 食に関する指導: 献立を通してマナーや食文化、栄養や食品の知識等を知らせる。
教科等で学習したことを確認する。
給食指導: 準備から片付けまでの一連の指導の中で習得
個別的な相談指導: 食物アレルギー・疾患、肥満・やせ傾向、偏食

地場産物の活用

年間使用計画の作成、JA横浜・生産者との連絡、独自献立実施届作成、発注・精算
地場産物の指導資料の作成・指導、教科等学習活動、体験活動の計画

家庭・地域との連携

積極的な情報発信
学校だより、給食だより、保健だより、学年・学級だより、給食公開デー(試食会)、ホームページ、
地域コーディネーターと連携 人材(生産者・飲食店等)活用

食育推進の評価

活動指標	食に関する指導	教科等における食に関する指導: 教科等の学習内容に「食育の視点」を位置付けること 給食時間における食に関する指導: 献立を通して伝統的な食文化や行事食、食品の産地、栄養等を計画的に指導すること 手洗い・配膳・食事のマナーなどの日常的な給食指導を継続して実施すること 個別的な相談指導: 食物アレルギーを持つ児童への指導
	給食管理	地場産物を活用した献立の実施 食事環境の整備
	連携調整	教職員の給食指導研修・アレルギー研修の実施 家庭・地域との連携 出前講座の活用
成果指標		給食残食量調査による栄養摂取状況 すこやかカードによる生活習慣の状況 食育アンケート(教職員対象)の結果 給食アンケート(教職員対象)の結果 地場産物活用状況調査

