

心と体を元気にする“食”について、学び、気づき、考え、生かし、自己管理できる子どもの育成

～つなぐ・つなげる・つながる食育を通して～

日置市立吹上中学校
栄養教諭 中村 さおり

1 はじめに

吹上中学校は、日置市の南にある創立 45 年目、生徒数 157 名の中学校である。また、日置南学校給食センターは開設 13 年目、旧日吉町・吹上町の小学校 4 校、中学校 1 校、義務教育学校 1 校の約 800 食を提供している。

2 主題設定の理由

本校の生徒の実態としては、素直で元気な姿が多く見られる一方で、朝食摂取率が高いが、食事内容に偏りがあったり、食に対する関心が低かったりすることが課題である。

児童生徒が望ましい食習慣を身に付け、生涯を通じて健康に過ごしていくためには、児童生徒自身がこのことを自分事として考え、食の自己管理能力を身につけることが必要であると考える。

そこで、食に関する指導を充実させ、食に対する興味関心を持たせることが、自分事として捉え、自己管理していくことにつながるのではないかと考え、本主題を設定した。

3 研究の仮説

- (1) 献立や給食指導を充実させ、教科等横断的な指導を進めることで、児童生徒が食に対する興味・関心を育むことができるのではないかと。
- (2) 情報提供を充実させ、家庭と連携を深めていくことで、給食センターと学校、家庭、生産者等関係機関で一層つながりを持ち、食育の充実が図られるのではないかと。

4 取組の実際

日置市の「風格ある教育」推進のために市民運動として取り組んでいる「おひさま運動」に連動し、当センターのスローガン「おひさま」を設定し、以下のことに取り組んだ。

- お おもいを伝える 学校とつながる
- ひ ひととつながる
- さ 皿のむこうとつなげる
- ま 守る「食の安全」と「衛生管理」

- (1) 「お おもいを伝える 学校とつながる」
取組

ア 月ごとの食育テーマの設定

毎月の食育テーマを設定し、献立や食育日よりと関連付けた。

4月	春を味わおう
5月	SDGs と食品ロス
6月	食育月間 よくかんで味わおう

イ 献立の工夫

児童生徒が興味・関心を高め、「給食が楽しみ」となり「生きた教材」となるよう献立作成を工夫している。また、献立表を通して学校や家庭へ献立のねらいや思い等を伝えるようにしている。

ウ 啓発資料「Hiominagram」の発行と SNS の活用

給食センターの様子や給食に関わる生産者の思い、そして献立や食育について特に伝えたい情報を啓発するための資料を配布している。



学校では、児童生徒の実態や発達段階に応じて、校内放送や、校内の掲示、及び学級指導や委員会活動等で活用している。児童生徒や先生方から、感想等のコメントも届き、センター職員と共有している。また、試行的な取組として SNS を活用し献立を発信することで、情報提供を行い、給食への理解を深める機会となっている。

エ 食に関する指導

各学校の教育課程に基づき、食に関する指導を実施した。学校からの要望に応

じて、学校保健委員会や試食会等に講師として参加し、保護者や地域の方々との連携を図り、啓発を行っている。

(2) 「**ひ** ひとつつながる」取組

ア 校内文化祭における啓発
文化祭で学校給食や食育に関する展示「学校給食展 mini」を行った。掲示物は生徒が作り、生徒が勧める県内の郷土食や、食材の紹介を行った。



【文化祭での展示】

イ 担任との連携

1年生担任と連携し、「お弁当の日」に向けて、指導資料の提供を行うなど、効果的な事前指導につながっている。

ウ 生徒会活動や部活動との連携

生徒会活動、部活動指導に関わることで、生徒や保護者と日常的なつながりがとれるようにしている。

(3) 「**さ** 皿のむこうとつなげる」取組

ア 地場産物の活用

野菜、米、みそ、大豆水煮、豆乳を積極的に活用している。

イ 郷土料理の実施

郷土料理には、献立表に日置市おひさま運動キャラクター「おひ丸くん」をつけて、意識付けを行っている。

ウ 研修での学び、生産者の思いを紹介

日置市教育委員会及び地域振興局主催の視察研修において、生産者の畑や工場等の視察を行い、生産者とのつながりがとれる機会をいただいている。研修を献立や食育の充実に生かすようにしている。

(4) 「**ま** 守る『食の安全』と『衛生管理』」の取組

ア 安全・安心な給食の提供

発注において、生産地や原材料等の確認を徹底し、安心・安全な食材の購入に努めている。また、検収→調理→洗浄のそれぞれの過程において、ミーティング

での確認や作業の振り返りを行い、センター職員の共通理解を図っている。

イ アレルギー対応食の実施

日置市教育委員会が定めるマニュアルに基づいて、保護者との連携を密にし、個に応じた対応食を提供している。

ウ センター職員の研修会への参加

7月に日置地区、12月に日置市主催の研修会に全員参加し、衛生管理や食育等の研修を行い、意識の高揚を図っている。

5 成果と課題

(1) 成果

- 啓発資料「Hiominagram」の配布後の感想や、食に関する指導後の感想等から、食への興味・関心や目標及び課題意識の高まりが見られた。
- 学校での取組を家庭に知らせることで、家庭で栄養のバランスを考えた食事づくりを行うなど、実践化が図られている。
- 給食センター内では、献立のねらいや児童生徒のコメント等を共有することで、よりおいしく安全な給食を提供しようという意識の高まりがみられる。

(2) 課題

- 教科や学校行事等と連携した「生きた教材」となる給食を提供するために、給食センターの全体計画作成が必要である。
- 地場産物活用の一環として、日置市の有機野菜等の活用を図っていく。
- SDGsの取組については、今後センター職員と一丸となって取組を進めていく必要がある。

6 おわりに

「食べる」ことは、一生関わることである。自分自身の心と身体の健康はもとより食文化、環境、経済などとも大きく関わってくる。児童生徒が「食」を大切にし、「食」について自立・自律し、健やかで幸せな未来につながる食育に努めていきたい。