

栄 養 部 会

研究主題 心とからだを育む学校給食

～食生活改善のための食育の在り方～

1 主題について

近年、生活習慣病の低年齢化や児童生徒のアレルギー・偏食などの健康課題が問題となっている。成長期にある子どもへの食育は、生涯を通して健やかに生きる基盤を培うため極めて重要である。各校における健康課題を基に、食生活改善のための実践を挙げ（個別指導も含む）、今後の食育の充実を図るため本主題を設定した。

また、食育を行う上で重要なことは、その土台に「安全・安心」を位置付けるということである。そこで、学習会では「災害時における学校栄養士の役割」について研修を行い、私たち栄養部員の役割を再認識することとした。

2 今年度の取組

月 日	実 践 内 容	月 日	実 践 内 容
4月10日	第1回総合研究会 ・研究主題設定 ・年間計画作成	11月13日	第2回総合研究会 ・学習会 ・話題提供 ・実践発表 ・研究協議

3 研究内容

(1) 第2回総合研究会

- ・期 日 平成26年11月13日（木）
- ・会 場 サンアビリティーズ大館 音楽室
- ・話題提供1 「朝食と健康」についての指導
大館市立山瀬小学校 大越 幸枝
- ・話題提供2 「アレルギー対応食提供による個別指導の取組」
大館市立積廻内小学校 栄養教諭 柗木 睦美

① 学習会「災害時における学校栄養士の役割」

- ・震災からもうすぐ3年。災害時の記憶が徐々に薄れている今、いざという時に対応できるよう、災害時における学校栄養士の役割を再確認した。



【災害用 救給カレー】

② 話題提供1

- ・昨年度からの継続で、しっかりとした朝食をとることの大切さを指導してきた。さらに習慣化へとつなげるため3～6年生を対象に朝食調べを行い、毎月の結果についておたよりで各家庭に知らせた。また、中学生へ朝食の食育指導を行った。

③ 話題提供2

- ・食物アレルギーに関する対応は、年々件数が増加し複雑化している。アレルギー対応給食の目的やマニュアルを整備し、内容の充実と安全の強化を図った。

④ 各校の取組

- ・子どもたちが作った野菜を使って給食を作ったり、放送やおたよりで紹介したりした。
- ・箸の持ち方や食事のマナーについて、給食の時間やおたより等で指導した。

(2) 指導助言（城南小学校 教頭 嶋森 正史）

- ・給食だよりや朝食調べなど、様々な手立てで保護者を啓蒙している。食育指導を受けた子どもたちが大人になり自立した時、「朝食をしっかりと食べよう。」「バランスのよいおかずになるようにしよう。」「野菜をたくさん食べよう。」「我が子に給食で食べたような食事を用意しよう。」となっていければよい。大きな成果を今すぐ求めずに、今後も地道な取組を継続していければよいと考える。



【部会の様子】

- ・アレルギー対応食の提供、気遣いという膨大なエネルギーと、個別の調理といった労力が必要とされる。そうした経験のない人にとっては、なかなか気付けない部分である。定期的な代替食アンケート調査で聞き取りを行っていることで、児童生徒や保護者から感謝の声が給食センターに寄せられている。栄養職員の苦労を分かってくれている人がいるということを支えに、今後もアレルギー対応食の提供をしていただきたい。

4 成果と課題

(1) 成果

- ・小学校での取組において、定期的に自分の朝食を記入し振り返らせることで、栄養バランスに対する意識が向上している。中学校では、授業を通して個々の朝食の実態が把握でき、今後の指導にさらに役立たせる手立てとなった。
- ・代替食用の給食アンケートを行い、児童生徒および保護者の声を評価の一部に役立てている。
- ・野菜の栽培活動は、子どもたちに野菜への興味をもたせるだけでなく、食べ物への関心を高め、さらには偏食の改善へとつながり、多くの効果をもたらした。
- ・子どもたちにゲーム感覚でレベルに応じた大きさの物をはしでつかませた結果、正しいはしの使い方について興味・関心をもたせることができた。

(2) 課題

- ・保護者の意識が高まり、よりよい朝食に改善しようとする家庭も見られるようになった。その一方で単品だけの朝食というように、食生活が改善されていないという家庭もある。そのため、さらなる効果的な手段を考えていく必要がある。
- ・年度が変わり職員の異動があっても、給食センター職員はもちろんのこと、受配校6校の全教職員が、アレルギー疾患に関する正しい知識を習得し、共通理解を深め、より安全な対応を図るための体制をさらに強化したい。
- ・野菜の栽培活動において、種からの栽培に失敗もあったが、食育への有効性からみて、子どもたちが無理なく活動ができるような手立てを講じる必要がある。
- ・はしの正しい使い方は、すぐには定着しないので、給食の時間に訪問した時に繰り返し声かけをしたり、習慣化できるように励ましたりしていきたい。