

事例

スーパー食育スクール事業
食と健康～食生活を見直し、健康な体をつくる～

兵庫県加古郡稲美町立稲美中学校

稲美町は、兵庫県の南部に位置し、神戸市、明石市、加古川市などに囲まれた都市近郊農村地帯で、今年度、町制60周年を迎えました。学校給食は、昭和30（1955）年から小学校で開始し、地産地消に取り組み、平成26（2014）年度からは、中学校においても開始しました。この機会に、本校はスーパー食育スクール事業の指定を受け、食育の取組を進めてきました。そして、平成27（2015）年度はその成果と課題を踏まえた上で、学校教育活動全体を通して組織的・計画的・継続的に食育に取り組み、「食育実践プログラム」を作成しました。



1 自己管理能力を育成・定着

自己管理能力の育成に向けては、自分に必要な食事量や食事バランスについての理解が基礎になると考え、生徒の目に留まりやすい場所に、給食に関する掲示をしたり、食事量等が分かりやすいフードモデルを展示したりしています。また、朝のホームルーム、給食の時間、放課後の部活動の時間などの機会を捉えて、『栄養教諭による食育指導』を実施し、『食育知っときタイム』として、給食時間中に食に関する情報提供を校内放送で行っています。

さらに、10月には『自分で作るお弁当の日』を設け、生徒が食事バランスを考えながら、自作のお弁当を持参するといった取組を行いました。これらに加え、毎月末に『食生活チェックリスト』により、「主食・主菜・副菜を確認して食事をしているか」といった項目を確認することで、自らの食生活を中心とした生活習慣の改善を図りました。

【1日の必要食事量を知る生徒13.6%→44.8%へ上昇】



「お弁当の日」の手作り弁当

2 生活習慣を改善

「全ての生徒が朝食を食べる」という生活習慣の改善に向けて、『栄養教諭による食育指導』『大学の准教授による講演会』『給食だよりによる啓発活動』を行い、朝食の重要性について学習する機会を設けました。

【朝食喫食の生徒 5点満点中（1回目）4.6点→（7回目）4.8点へ上昇】



栄養教諭による食育指導