

市町村名	三朝町
取組の名称	学校・家庭・地域が連携した食育の取組
1 ねらい 生徒が食に関する理解を深め日常生活で実践していくことができるようになるためには、学校と家庭との連携を密にし、学校で学んだことを家庭の食事で実践することなど、家庭において食に関する取組を充実する必要がある。また、生徒に地域のよさを理解させる上では、地域の産物を学校給食に取り入れ、それを活用した食に関する指導が効果的と考える。 学校において食育を進めるにあたり、広く家庭や地域、小中学校との連携を図りつつ食に関する指導を行うことが必要と考え、様々な取組を実践した。そして、食育の取組を通して、生徒が「健康な生活のための望ましい栄養や食事のとり方を理解し、自ら管理できる」ことをねらいとした。 2 日時 年間を通して 3 場所 三朝町立三朝中学校 4 対象 三朝町立三朝中学校生徒 5 具体的な取組内容 (1) 学校給食を生かした学校における食育 ① 教科等における指導 食に関する指導の全体計画に基づき、担当教諭と栄養教諭で授業を行った。 第2学年 技術家庭科(家庭分野)「バランスの良い献立作り」 生徒が立てた4つの献立は、実際に学校給食に取り入れた。 その後、全校生徒対象にアンケートを行い、一番よかった献立を選び、給食委員会で表彰を行った。	
 各献立のポイントを紹介し、食育コーナーに掲示した。 令和6年度のKing ofおすすめメニュー	

②給食委員会活動

毎日の給食時間に、当日の給食に関する内容を放送している。栄養に関する情報や、その日に使用している地元食材、生産者の紹介を行っている。

また、三朝中学校では ICT 活用能力の総合的な表現として、動画づくりに全学年が取り組む場を設定している。そこで、給食委員会では食育に関連した動画作成をし、生徒が主体的となった食育の取組につなげた。



(2) 家庭と連携した食育の取組

①手作り弁当の日

三朝中学校では、「自分の食を管理する力を身につける」、「1食分の栄養バランスや適量を理解する」ことを目的とし、全校生徒対象に年に2回「手作り弁当の日」の取組を行っている。家庭科の時間に弁当作りのポイント、栄養バランス（主食・主菜・副菜をそろえる）、衛生管理について学習し、学年ごとのテーマに沿って計画書を作成し、生徒自身が実際に弁当作りを行っている。生徒が作成した弁当写真は学校内だけでなく、地域でも掲示を行った。



1年生 第1回目
「我が家の定番弁当」



2年生 第1回目
「6群を取り入れた弁当」



3年生 第1回目
「家の人に食べてほしい弁当」



1年生 第2回目
「手作りおにぎり弁当」



2年生 第2回目
「いろいろあざやか弁当」



3年生 第2回目
「お店に並んでいたら買いたい弁当」

②おうちでクッキング

三朝中学校 PTA 育成部の取組として、冬休み中に「おうちでクッキング」の取組を行った。

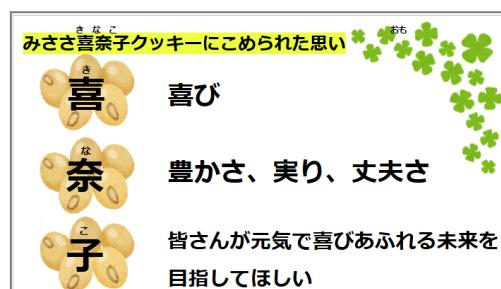
レシピの内容は、給食人気メニューや、育成部部員が家で作ってみたい給食レシピなど10品を取り入れた。地域の特産品である「三朝神倉大豆」を使用したレシピも取り入れ、地域の食材に関心を持ってもらうようにした。

32家庭でレポートの提出があり、参加賞を贈呈した。レポートは校内食育コーナーに掲示した。



(3) 地域と連携した食育の取組

三朝小学校新校舎開校にちなんで、お祝い献立を実施した。デザートは、三朝町の特産品である「三朝神倉大豆」を使ったオリジナルクッキーの製造を地域の菓子店に依頼した。オリジナルクッキーについてまとめた動画や掲示をとおして、地域の方の思いを子ども達に紹介した。



オリジナルクッキーのシールのデザインは、三朝小学校の子ども達が作成

6 成果と課題

三朝中学校では食に関するアンケートを年に2回行っている。「栄養を考えて食事をしていますか。」の問いに対して「よくできている、だいたいできている」と回答した生徒は、5月 78.8%から、1月 92.2%と増加した。「手作り弁当の日」の取組を通して、栄養バランスや主食・主菜・副菜をそろえて食べることの大切さを学び、実際に家庭において自分で作ることで、食の実践力を身につけさせ、よりよい食生活への意識が高まったのではない

かと考えられる。

「手作り弁当の日」の取組では、3年生の感想に「1、2年生の時よりも親に手伝ってもらった回数が少なくなりました。この3年間を通して栄養素について興味を持ち、店の商品にはどのようなものが入っているのかを確認するようになりました。食べることは生きていく中でとても重要な作業です。次は、体を壊さないように体に合った食材かどうか判断する能力を身につけたいです。」とあり、3年間の「手作り弁当の日」の取組が子どもを成長させ、学んだことを自分のよりよい食生活のために生かす力につながったのではないかと考えられる。

PTA の「おうちでクッキング」の取組は、保護者の方から「簡単にできておいしかったです。普段一緒に台所に立つことがないのでまた一緒に他の料理も挑戦できたらと思います。」、「簡単に美味しくお弁当のおかずにもいいなあと思いました。地元食材を使って楽しみながら料理ができました。」といった感想があった。取組をきっかけに家庭での料理の啓発や給食への関心を高めることにつながった。

食に関するアンケートで、「家で料理をよくする、時々する」と回答した生徒は、目標の50%以上あった。「手作り弁当の日」の取組や「おうちでクッキング」の取組を今後も続け、生徒の実践の場を作り、さらに家庭での料理の啓発をしていく。

生徒が生涯にわたって健康に過ごすためには、今後も継続した食育の取組を行うことが必要である。「手作り弁当の日」や「おうちでクッキング」は、家庭との連携が欠かせない取組であり、生徒の食の実践力を育成するには効果のある食育活動だった。しかし、朝食を毎日食べる生徒は目標の90%以上にならなかったのも、家庭での食習慣の改善を必要とする「朝食」については、望ましい生活習慣と合わせ、栄養教諭と養護教諭が連携をして個別に指導を行っていく。