

(様式1 計画書)

平成29年度 食育推進一校一実践 実施計画書

学 校 名	南アルプス市立白根百田小学校	校 長 名	築 野 一 彦
-------	----------------	-------	---------

児童生徒の課題

ここ2・3年、児童の給食の様子を見ていると、食べ物の好き嫌いが激しく、特定のものだけを食えるという偏食傾向のある児童が多くなってきている。食に関する意欲が薄く、「給食を残してもいいや」「食べたくないものは、食べない」という食に対して向き合う姿勢に希薄さを感じる。野菜が嫌いな児童が多く、特に茹で野菜や煮物などの残菜が目立つ。また、食事のマナーが身に付いていない児童もおり、椅子にきちんと座わり、お茶碗を持って食べるという基本的なことができていない児童も多い。

実 践 名	「 野菜を育てて、食べよう。 」
目 標	野菜の栽培体験を通じて、生命や自然を尊重する姿勢を育み、旬の食べ物に対する興味・関心を高めるようにする。
目標指標と数値	給食の野菜を食べる児童を増やす。野菜完食80%を目指す。
実施予定日 ・実施予定期間	平成28年 5月～11月
対 象	小学1年生 小学2年生
指導場面	生活科
指 導 者	1年学級担任 2年学級担任 市単教諭
具 体 的 な 内 容	
〈1年生〉 ・生活科「たねをまこう」5月～10月 サツマイモを苗から育て収穫し、スイートポテト、ふかしいもなどを作る。 JAでサツマイモ掘り体験、大根のおろぬきと草取り体験。	
〈2年生〉 ・生活科「めざせ野菜作り名人」5月～11月 野菜を苗から育て収穫し、自ら調理して食す。ミニトマト、落花生、コーン、ピーマン、オクラ、ナス、キュウリ、枝豆他(手作りピザ)(みそきゅうり)(ポップコーン)(ゆで落花生)(ゆで枝豆)(ナスの浅漬)	
評価方法	・ポートフォリオやワークシートからの見取り。 ・簡単なアンケートを行う。

(作成者名 保坂 敏江 校務分掌等 給食主任)

平成29年度 食育推進一校一実践 実施報告書

学 校 名	南アルプス市立白根百田小学校	校 長 名	築 野 一 彦
実 践 名	「野菜を育てて、食べよう。」		
目 標	野菜の栽培体験を通じて、生命や自然を尊重する姿勢を育み、旬の食べ物に対する興味・関心を高めるようにする。		
目標指標・数値	給食の野菜を食べる児童を増やす。野菜完食80%を目指す。		
実践後の数値 (評価方法)	給食の野菜完食約90%(1年 2年) 実践後3学期に一週間、給食の野菜メニューの完食状況を調べた。		
実施日 ・実施期間	平成29年 5月～平成30年 2月		
対 象	小学1年生 小学2年生		
指導場面	生活科		
指 導 者	1年学級担任 2年学級担任 市単教諭		
具 体 的 な 内 容			
<p>○生活科「たねをまこう」「あきとともだちになろう」〈1年生〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・サツマイモを苗から育て収穫し、スイートポテト、ふかしいもを作って食べた。 ・ヨモギを摘んで「ヨモギ団子」を作った。 ・JAでジャガイモ堀を体験し、学校で茹でて食べたり、給食の食材にもしてもらった。 ・とちの実を集めて、茹でて餅つきをし「とちもち」を作った。 ・前年度冬に蒔いてくれた菜の花を摘んで茹でて食べた。 ・学校の「自然の杜」でマテバシイの実を集め、炒って食べた。 <p>○生活科「めざせ野菜作り名人」〈2年生〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・カボチャを育て収穫した。そのカボチャを使って、校区の御菓子屋「松の屋」さんが学校に来てかぼちゃまんじゅう作りを教えていただいた。 			
成 果	野菜を苗や種から育て、水やりや草取りなど時間と手間がかかることを体験することで野菜のありがたさがわかるようになったと思う。給食に出る野菜に対しても、嫌いだから食べないという子が少なくなった。		
今後の課題	野菜を食べなかった子が、食べてみておいしいことがわかり給食でも残すことが少なくなってきた。全体的に野菜を食べるようになってきたが、全く食べない(一口も食さない)児童に対する指導も考えていきたい。		

(様式1 計画書)

平成29年度 食育推進一校一実践 実施計画書

学 校 名	北杜市立	明野中学校	校 長 名	藤原 英治
-------	------	-------	-------	-------

児童生徒の課題

- ・朝食の欠食率は低いですが、欠食者が固定している。
- ・長期休業中は朝食と昼食を兼ねる生徒が増える傾向にある。
- ・野菜や魚への苦手意識が高い。

実 践 名	脳を活性化する朝ご飯
目 標	・朝食の質を上げる。
目標指標と数値	P T A保健給食部の活動と連携して脳を活性化する朝ご飯レシピの授業を各学年1回ずつ行う。
実施予定日 ・実施予定期間	10月~11月
対 象	中学1~3年生
指導場面	学級活動、学校行事(学園祭)、P T A活動(保健給食部)
指 導 者	学級担任、養護教諭、P T A保健給食部
具 体 的 な 内 容	
<ul style="list-style-type: none">・P T A保健給食部員で脳を活性化する朝ご飯レシピの考案をし、調理実習をして栄養や材料、手順などを更に工夫をする。・学園祭でレシピの展示を行い、保護者への啓蒙活動や生徒への動機付けを行う。・各学年で睡眠や学習とも関連づけて「脳を活性化する朝ご飯」についての授業を行う。・P T A保健給食部でレシピ集を作成し、各家庭に配付して役立ててもらおう。・学校保健委員会で提案し、校医などのアドバイスをいただく。	
評価方法	アンケート結果 授業のワークシートからの見取り

(作成者名 秋澤 詠子 校務分掌等 給食主任)

平成29年度 食育推進一校一実践 実施報告書

学 校 名	北杜市立明野中学校	校 長 名	藤原 英治
-------	-----------	-------	-------

実 践 名	脳を活性化する朝ご飯
目 標	・朝食の質を上げる。
目標指標・数値	P T A保健給食部の活動と連携して脳を活性化する朝ご飯レシピの授業を各学年1回ずつ行う。
実践後の数値 (評価方法)	全てのクラスで1回ずつ授業を行うことができた。 (ワークシートからの見取り)
実施日 ・実施期間	6～11月・・・PTA保健給食部で朝ご飯レシピを作成 11月～12月・・・各クラスで食と睡眠に関する授業
対 象	中学1～3年生
指導場面	学級活動, 学校行事(学園祭), P T A活動(保健給食部)
指 導 者	学級担任, 養護教諭, P T A保健給食部
具 体 的 な 内 容	
<ul style="list-style-type: none"> ・P T A保健給食部員で脳を活性化する朝ご飯レシピの考案をし, 調理実習をして栄養や材料, 手順などを更に工夫を重ねた。そして野菜, 魚, 全粒粉のパンを使ったレシピを学園祭で展示し来場者や生徒に見てもらうことができた。 ・全クラスで睡眠や学習と関連づけて科学的な根拠に基づいた「脳を活性化する朝ご飯」についての授業を養護教諭と学級担任のTTという形で行った。ワークシートからは睡眠の取り方によって昼食の取り方もかわることが読みとれた。 ・11月にはP T A保健給食部でレシピ集を作成し, 各家庭に配付して特に長期休業中などに役立ててもらおうよう呼びかけた。 ・学校保健委員会で提案し, 校医などのアドバイスをいただいた。より良い基本的な生活習慣を確立するために, 運動と食生活の観点から, 朝練習のない月曜日を「徒歩通学推奨の日」と定め, 全戸に協力要請の文書を配布した。 	
成 果	<ul style="list-style-type: none"> ・朝食についての意識が高くなり, 「今日, ○○食べてきたよ」などの会話も増えた。 ・脳を活性化するために必要な栄養素を多くの生徒が理解できた。また, 脳の神経繊維を太くすることが学習に必要なものであるとの気づきをワークシートから見取ることができた。
今後の課題	PTAの取り組みは夏野菜を使った物が多かったので, 今後冬野菜なども取り入れていく。また, 授業は今年度は3学年ほぼ同じ内容であったが, 今後発達段階を考えて発展させていく。

(作成者名 秋澤 詠子

校務分掌等 給食主任)

(様式1 計画書)

平成29年度 食育推進一校一実践 実施計画書

学 校 名	笛吹市立 富士見小学校	校 長 名	望月 栄一
-------	-------------	-------	-------

児童生徒の課題

- ・食事の際噛む回数が少なく、給食でもカレー・グラタン・ゼリー・プリンなどのあまり噛まずに飲み込める物が好まれている。また、揚げパン・デザートなど糖分の多いメニューが人気。根菜の煮物・ひじきの煮物など残食が多い。
- ・近年、上あごの成長が不十分な児童が多く、歯科検診では口を大きく開けることの出ない児童も見られる。(学校医より)
- ・事前のアンケートで「食べている時によく噛もうと考えているか」という項目に対して「考えている」と答えた人数は少なく、4年2組においては0%であった。

実 践 名	よく噛んで食べよう～かむかむ体験！～
目 標	よく噛んで食べることの良さを知ることにより、よりよい食生活を身につけ、心身ともに健康な生活をしようとする態度を育てる。
目標指標と数値	事前アンケート項目 「よく噛んで食べている」37.5%→60%以上 「食べている時によく噛もうと考えているか」26.1%→60%以上を目指す
実施予定日 ・実施予定期間	授業実施予定日 9月13日(水)5校時 実施予定期間 2学期
対 象	4年生48名
指導場面	給食の時間 体育(保健) 朝活の時間
指 導 者	手塚 清実(給食主任 4年2組担任) 桑原 薫(養護教諭)
具 体 的 な 内 容	
<ul style="list-style-type: none">・1学期にかむかむアンケートを実施。(食べる時によく噛んでいると思うか・噛む回数はどうだろうか・よく噛むとどんないいことがあるかなどを問うアンケート)・実態を把握するため、給食の様子を観察する。(よく噛んで食べているか・一口の量はどうか・飲み物で流し込んでいないか・次々に口の中にいれていないかなど) <p>◎授業の展開</p> <ol style="list-style-type: none">1 よく噛むといいことがあると知る。2 かむかむ体験(1) 普段よく噛んでいるか調べるためにガムを噛む→普段噛んでいる回数だと「よく噛んでいる」とは言えないことを知る。「一口30回」をおさえる。3 かむかむ体験(2) ガムを前歯だけで噛んだりなめたりする→「だ液」の必要性を知る。4 だ液を出やすくするための「富士見いただきますエクササイズ」を行う。5 まとめ	

◎事後指導

- ・給食前に「富士見いただきますエクササイズ」を行い、噛むことへの意識を持続させていく。
- ・今日では30回噛めるものが少なくなっていること、30回噛める食べ物を選ぶことも必要であることを伝える。

◎全校での実践

- ・校内研の一環として、全職員が本授業を参観する。そして、「よく噛んで食べよう」をテーマに給食指導や学級指導を行う中で、食育推進一校一実践を行っていく。

評価方法	給食時の様子を観察 2学期のアンケート結果（1学期アンケート結果との比較）
------	--

（作成者名 手塚 清実 校務分掌等 給食主任 ）

(様式2 報告書)

平成29年度 食育推進一校一実践 実施報告書

学 校 名	笛吹市立 富士見小学校	校 長 名	望月 栄一
-------	-------------	-------	-------

実 践 名	よく噛んで食べよう～かむかむ体験！～
目 標	よく噛んで食べることの良さを知ることにより、よりよい食生活を身につけ、心身ともに健康な生活をしようとする態度を育てる。
目標指標・数値	事前アンケート項目 「よく噛んで食べている」37.5%→60%以上 「食べている時によく噛もうと考えているか」26.1%→60%以上を目指す
実践後の数値 (評価方法)	事前アンケート項目 「よく噛んで食べている」37.5%→79.8% 「食べている時によく噛もうと考えているか」26.1%→62.4%
実施日 ・実施期間	授業実施予定日 9月13日(水)5校時 実施予定期間 2学期
対 象	4年生48名
指導場面	給食の時間 体育(保健) 朝活の時間
指 導 者	手塚 清実(給食主任 4年2組担任) 桑原 薫(養護教諭) 保坂 亜沙子(学校栄養職員)
具 体 的 な 内 容	
<ul style="list-style-type: none">・1学期にかむかむアンケートを実施。(食べる時によく噛んでいると思うか・噛む回数はどれくらいか・よく噛むとどんないいことがあるかなどを問うアンケート)・実態を把握するため、給食の様子を観察する。(よく噛んで食べているか・一口の量はどうか・飲み物で流し込んでいないか・次々に口の中にいれていないかなど) <p>◎授業の展開</p> <ol style="list-style-type: none">1 よく噛むといいことがあると知る。2 かむかむ体験(1) 普段よく噛んでいるか調べるためにガムを噛む→普段噛んでいる回数だと「よく噛んでいる」とは言えないことを知る。「一口30回」をおさえる。3 かむかむ体験(2) ガムを前歯だけで噛んだりなめたりする→「だ液」の必要性を知る。4 だ液を出やすくするための「富士見いただきますエクササイズ」を行う。5 まとめ <p>◎事後指導</p> <ul style="list-style-type: none">・給食前に「富士見いただきますエクササイズ」を行い、噛むことへの意識を持続させていく。・今日では30回噛めるものが少なくなっていること、30回噛める食べ物を選ぶことも必要であることを伝える。実際に30回噛むことのできるメニューを給食の中から紹介し、30回噛むチ	

チャレンジをする。

- ・給食週間中の給食時に学校栄養職員が各クラスを回り、よく噛むことの8つの効果について、「ひみこのはがよいぜ」を合い言葉に指導を行う。

◎全校での実践

- ・校内研の一環として、全職員が本授業を参観する。そして、「よく噛んで食べよう」をテーマに給食指導や学級指導を行う中で、食育推進一校一実践を行っていく。

成 果	<ul style="list-style-type: none">・運動会前に保健の授業を実施したことで、児童は「噛むことが体にもたらすよいこと」についてとても興味を持ち、今後の生活に活かそうとする発言が多く聞かれた。・体験的な活動として「咀嚼力判定ガム」を使用したことで、児童は最後まで意欲的に授業に取り組むことができた。噛む回数によってガムの色が変わるため、目で見てわかりやすかった。・栄養職員・養護教諭と連携して取り組んだことで、それぞれの専門的な立場から児童に合った適切な指導することができた。・保健の授業後からは、児童が進んで給食前に「富士見いただきますエクササイズ」を行っている。給食中も「今日は〇〇を30回噛もう！」「このスルメは60回以上噛めたよ！」等と話す児童の姿も見られ、噛むことへの意識の変化を感じることができた。
今後の課題	<ul style="list-style-type: none">・よく噛むことへの意識が定着化、習慣化されるように、今後も給食だよりや保健だより等で家庭にも協力を仰いでいく。・「よく噛んで食べよう」をテーマに、各クラスの担任や栄養職員に協力を仰ぎ、給食指導や学級指導をしてもらったが、全校が集まる場での指導には至らなかった。今後は給食集会等を活用して、全校で取り組んでいきたい。

(作成者名 手塚 清実 校務分掌等 給食主任)

(様式1 計画書)

平成29年度 食育推進一校一実践 実施計画書

学 校 名	河口湖南中学校組合立河口湖南中学校	校 長 名	松浦 一幸
-------	-------------------	-------	-------

児童生徒の課題

本校には給食室が併設され、校内行事や日課時程に対応した給食時間の設定、生徒の喫食状況を把握しながらの献立作成など、恵まれた環境にある。短い給食時間の中で生徒の喫食時間を確保するための取組が学年ごとに行われ、教職員の協力体制も整っている。

本校の食に関わる課題としては、学級ごとの給食の残量は平均して少ないが、個人の喫食量に差が出始めていることである。配膳された給食を食事前に調整している生徒は、野菜や魚、牛乳、果物などの苦手な食材を減らし、栄養バランスが偏ってしまう傾向にある。そこで、成長期の体づくりに必要な栄養バランスの良い食事（給食）についての知識や自分の健康について考える機会を増やすことで課題解決につなげたい。

実 践 名	成長期に必要な栄養をしっかりと食事からとろう。
目 標	栄養バランスの良い食事（給食）について理解することができる。
目標指標と数値	① 栄養バランスの良い食事に関する全校一斉指導の実施 0回→1回 ② 給食時における食に関する校内放送の実施 月1回以上→月2回以上 ③ 栄養バランスを考えて給食を食べる生徒の割合を増やす。
実施予定日 ・実施予定期間	平成29年8月25日（金） 及び 2学期～3学期
対 象	全校生徒
指導場面	朝活動（8月25日） 及び 給食の時間
指 導 者	担任教諭 養護教諭 栄養教諭
具 体 的 な 内 容	
*8月給食目標「自分の食生活を見直そう」や9月給食目標「バランスのとれた食事について考えよう」に関連した食に関する全校一斉指導を取り入れる。 *養護教諭や栄養教諭の専門性を活用した指導の連携 *8月25日（金）の朝活動での指導内容を当日の給食時に再確認する。（実践の場） *給食時における食に関する校内放送の回数を給食委員の協力のもと増やしていく。 *給食だよりに関連した内容を掲載し、情報発信に努める。	
評価方法	① 全校対象の一斉指導の実施 ② 給食委員による食に関する校内放送の実施状況 ③ 給食時における生徒の喫食状況の見取りや給食の残量

(作成者名 吉田愛美 校務分掌等 給食主任)

平成29年度 食育推進一校一実践 実施報告書

学 校 名	河口湖南中学校組合立河口湖南中学校	校 長 名	松浦 一幸
-------	-------------------	-------	-------

実 践 名	成長期に必要な栄養をしっかりと食事からとろう。
目 標	栄養バランスの良い食事（給食）について理解することができる。
目標指標・数値	① 栄養バランスの良い食事に関する全校一斉指導の実施 0回→1回 ② 給食時における食に関する校内放送の実施 月1回以上→月2回以上 ③ 栄養バランスを考えて給食を食べる生徒の割合を増やす。
実践後の数値 (評価方法)	① 朝活動と給食時間を活用しての全校一斉指導1回（実施回数） ② 食に関する校内放送 月2回以上（月平均の校内放送の実施回数） ③ 栄養バランスよく食べることを意識する生徒が増加（残量調査結果）
実施日 ・実施期間	平成29年8月25日（金） 及び 2学期～3学期
対 象	全校生徒
指導場面	朝活動（8月25日） 及び 給食の時間
指 導 者	担任教諭 学年担当教諭 養護教諭 栄養教諭
具 体 的 な 内 容	
<ul style="list-style-type: none"> ・8月の職員会議において実施計画の内容提案と教職員の共通理解を図る（給食主任） ・特別活動（朝活動）における食に関する指導の展開例と全18クラスの教材教具の作成。展開例には具体的な指導内容と板書計画を分かりやすく明記し、目標が達成できるように工夫した。全校一斉指導の内容と当日の給食献立を関連させ、給食時の栄養教諭からの校内放送に興味関心が向くように工夫した。いくつかのクラスでは学級担任と連携し、養護教諭や栄養教諭、家庭科教諭、体育科教諭も指導に加わることができた。 ・指導当日の様子を学校ホームページに載せ、家庭や地域に発信した。 ・給食委員による給食時の校内放送は自治委員会の時に順番の確認をし、前年度よりも計画的に放送することができた。 	
成 果	全校一斉指導を2学期はじめに計画することで夏休み中の食生活を見直し、栄養バランスの良い食事に対する意識付けができた。給食委員による給食時間中の校内放送を通して、生徒たちは食に対する関心が以前よりも高まり、栄養バランスの良い食事についても知識を増やすことができていた。
今後の課題	全校一斉指導が来年度へ継続できるように食に関する指導の年間計画に位置づけていきたい。また、給食の残量調査は年間を通して給食委員会で行っているが、お便りなどを活用し全校へ知らせる機会を作っていきたい。