

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。

31日(火) 1組5班作成献立 みんなのことを考えた給食

献立名

主食: ご飯
 主菜: チキン南蛮
 副菜: ほうれん草のおひたし
 汁物: わかめ汁
 デザート: ぶどうゼリー
 飲み物: 牛乳

6つの食品群

栄養価のバランス

★お食事のポイント★
 旬の食材を意識して献立を作りました。みんなの好きそうな給食も取り入れています。6群もそろって、栄養バランスのよい献立になっています。

●旬の食材を取り入れたり、6群をそろえたり、学習したことと本々生かした献立になっていますね。チキン南蛮は新入メニューです。

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5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。



栄養教諭と給食委員で動画を作成し、給食時間に上映した。動画は中学校内だけでなく、小学校や地域でも上映した。

(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」

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、全校生徒にアンケートを行い、「家で作ってみたい給食レシピ」上位4品を取り入れた。また、過去に行った親子食育教室のレシピや、三朝町と交流しているフランスと台湾のレシピも取り入れた。23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

三朝町が令和5年に町制施行70周年を迎えたことを記念し、三朝町制70周年お祝い給食週間を行った。お祝い給食週間中には、町内の食材をふんだんに使った献立を実施した。三朝中学校の給食委員会が考案した献立には、三朝町産鳥取和牛のサイコロステーキ、三朝米から作られた「おこめん」などを取り入れた。その他にも、三朝米から作られた「三朝米チュロス」、オリジナル竹田おこわなどを実施した。

給食委員会では、献立の特色や生産者の方を紹介する動画を作成し、給食時間に上映した。また、この動画は中学校だけでなく、小学校でも上映し、三朝町内の児童生徒が三朝町の産品や魅力について理解を深めることにつながった。



三朝町産鳥取和牛サイコロステーキ、三朝米「おこめん」使用



三朝米チュロス(三朝神倉大豆きなこ)、三朝神倉大豆を使ったピラフ



地域に伝わる郷土料理を参考に考えた「オリジナル竹田おこわ」

6 成果と課題

食に関するアンケートを年に2回行っているが、「朝食について主食・主菜・副菜のそろったバランスのよい朝食を食べている生徒」は、5月 36.8%から12月 45.8%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「これからも何か弁当などを作る機会があったら、今まで経験したことを活かして作れるようにしたいです。親に頼んでばかりだったので、一人で作れるように頑張りたいです。」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と思われる。

PTAの「おうちでクッキング」の取組は、保護者の方から「なかなか一緒に台所に立つこともないので、楽しい時間でした。」「一緒に作って楽しかったです。とても簡単で、美味しく作れました。今回給食のメニューということで、給食の話も聞くことができて楽しい食卓になりました。」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ることで、家庭での料理の啓発をしていく。

町制70周年お祝い給食週間実施後、小中学校の児童生徒を対象にアンケートを行ったところ、89.4%の児童生徒が「三朝町の食材を知ることができた。」と回答した。また、三朝中学校給食委員会が作成した動画を見ることで、92.7%の児童生徒が「三朝町にはすばらしい食材があるとわかった。」「どちらかといえばわかった。」と回答した。「三朝町にはたくさんの食材に恵まれているということがわかった。この三朝町に住んでいることを感謝したい。」といった回答も多くあり、学校給食を通して地域の食材について知ることは、ふるさとへの愛着につなげる効果があると思われる。中学生が作成した動画を見た小学生からは、「三朝町の素晴らしい食材を知ることができたし、給食にはたくさんの三朝の食材が入っているのだなと思いながら食べることができたので良かったです。」「一年後には私も中学生になるので、機会があったら、私も色々な人に三朝の食材について伝えていきたいです。」といった感想があった。動画を作成した給食委員にも小学生の感想を伝えると、とても喜んでおり、その後の動画作成に意欲的に取り組むことにつながった。

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ため、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。