

中学校における食に関する充実のための取り組み
～3年間の取り組みを生かして～

大分県中津市立東中津中学校 栄養教諭 秋吉陽子

1. 本校の概要

中津市は、大分県の北部に位置する人口約85000人の街である。本校は1年生96名、2年生88名、3年生95名、計279名の中規模校である。本校周辺では、梨やブドウの栽培が盛んで、季節になるとそれらを売る直売所が多く見られる。また自動車関連部品の工場も多く、農業と工業の両方が盛んな地域である。

本校生徒の実態は、平成19年度に実施した食生活実態調査の結果によると、朝食を毎日必ず食べる生徒の割合は全体で81.1%であった。

しかし、学年が上がるにつれ、食べないときがあると答えた生徒が増えていた。食べない理由としては「時間がない」が最も多かったが、「食事の用意ができていない」と答えた生徒もいた。また、食事の内容をみると、食べていても「主食のみ」といった生徒もいた。

2. 取り組みの経緯

本校には平成19年度に栄養教諭が配置された。それまでも学校栄養職員の配置校ではあったものの、ほとんどの業務は調理場でのものであり、学校に出向いての食に関する指導はほとんどできていない状況であった。そこで、栄養教諭が配置されたのを機に、平成19、20年度の2年間、文部科学省より食育推進事業の委託を受け、食育の推進に取り組んだ。

しかし、平成19年度は栄養教諭の活動のみであったため、教科や各領域での広がりや深まりに欠け、全体的・日常的な実践には至らなかった。

そこで、平成20年度は「食育」を校内研究の中心にすえた。そうすることで、全教職員が関わり、総合的に食育の取り組みが行えると考えたからである。

さらに、平成21、22年度については、その取り組みを生かしながら引き続き実施している。

3. 取り組みの内容

(1) 校内組織

平成20年度は研究をすすめるにあたり、校長、教頭、各学年の研究担当と栄養教諭がメンバーとなり研究推進委員会を立ち上げた。委員会は、取り組みをすすめるにあたり3つのテーマを決め、全教職員が必ずどれかのテーマに所属することとした。そうすることで、全教職員が取り組みに携わることができるからである。

各テーマは次のとおりである。

テーマ1：「中学校における食に関する指導の充実のための取り組み」

テーマ2：「食と健康を総合的に学ぶ取り組み」

テーマ3：「学校と家庭・地域との連携による食に関する指導の充実のための取り組み」

また、平成20年度より校務分掌に各学年の食育担当を位置づけている。ほかにも、生徒会給食部担当や教科担当と連携し取り組みをすすめている。

今回は主にテーマ3の内容について報告する。

(2) 学校と家庭・地域との連携による食に関する指導の充実のための取り組み

食生活の基本は家庭であることを考えると、食の大切さを家庭へ知らせる啓発活動だけでなく、保護者と連携した取り組みが重要であると思う。

また、地域には子どもたちの食に係わっている人や食のプロの方々がたくさんいらっしゃるし、こうした人材を活用することにより、より効果的な食育を行うことができるのではないかと考え、以下のことを実施している。

① P T Aと連携した取り組み

平成20年度にP T A役員の中から食育担当者を1名決めていただいた。どのような取り組みを行うか話し合いを進めるなかで、朝食を食べていない生徒がいることに目を向けた。そこで、朝食の簡単なレシピがあれば、保護者だけでなく、生徒も自分で作れるのではないかと考え、保護者に対し、朝食レシピの募集を行い、レシピ集を作成し、各家庭に配布した。

また、応募してくださった方には、参加賞として、朝食に使える地場産物の詰め合わせを差し上げ、とても好評であった。

② 「ふれあい給食」の開催

調理場職員を学校に招き、1年生と会食をした。会食をするなかで、生徒は日頃聞けないいろいろな質問をしており、よい交流の場となった。

また、調理員も「自分たちが作っているものが、どのように食べられているか知ることができてよかった。」という感想を聞くことができた。19年度より続いており、「おいしいものを作ろう」という調理員の意識の向上にもつながった。

③ 親子料理教室の開催

平成19年度より3年間、地域の食生活改善推進員の方を講師に招き、親子料理教室を開催した。昨年度は地元の野菜を使い、郷土料理の「煮ぐい」や旬の野菜を使った料理教室を開催した。土曜日に開催したが、中学生は部活動や塾などがあり、思うように人数が集まらなかった。そのため、開催時期の検討が必要であると感じた。



④ 地魚調理教室の開催

平成19年度より実施しており、今年度も12月に2年生の技術・家庭科の時間に実施することができた。

地域の調理師の方を講師に招き、さばき方の実演をしていただいた。材料となる魚は地元の魚市場のご厚意により無償で提供していただいた。

生徒の感想の中に「プロの方がさばくのは簡単そうに見えたけど、自分たちでしてみると難しかった。」といった内容がいくつかあり、自分たちで調理することの難しさを実感したようである。「家庭でも作ってみたい。」といった家庭での実践の意欲を感じるものもあり、魚に対する興味関心をもつことができたと思われる。



⑤ ふれあい協力員の活用

今年度は保護者の方から「ふれあい協力員」という名称で、学校の教育活動においてボランティアとして協力していただける方を募集した。

朝のあいさつ運動や読み聞かせなど内容はさまざまだが、調理実習のサポーターとして登録して下さる方が多く、実習の際には各班で包丁の使い方を教えていただくなど、協力していただいている。



4. 成果と課題

(1) 成果

① P T A 役員との連携

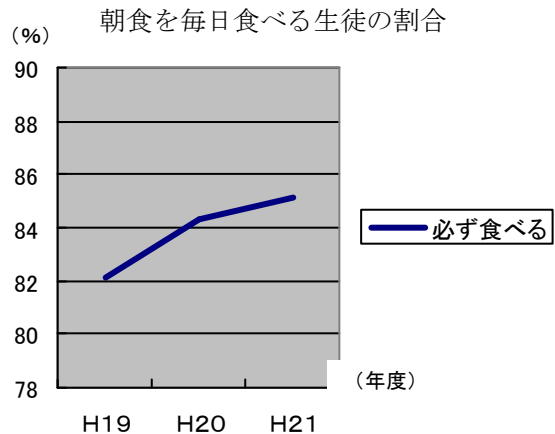
P T A 役員の中から食育担当者を決めたことで、組織的に活動を行うことができた。

② 朝食の改善

生徒たちも食について学ぶ場面が増え、その結果として朝食を毎日食べる生徒の割合が増えてきた。

また、生徒だけでなく、P T A と協力し、朝食レシピを作成し配布したことで、家庭でも朝食の大切さを見直すきっかけになったと思われる。

しかし、朝食の品数については、朝食について学ぶ機会が多かった3年生は、改善された年度もあったが、(平成20年度調査 中3朝食の品数「1品」5月の調査: 17.7%→12月: 15.4%) 全体的に見ると、改善されておらず、知識を行動化につなげるには、中1からの3年間を見通した指導が必要である。



③ 不定愁訴の減少

食生活実態調査の結果によると、「体の疲れをしばしば感じている」と答えた生徒の割合は、平成19年度が28.1%であったのに対し、平成20年度は19.6%となっており、不定愁訴を感じている生徒は減少傾向にある。

④ 生徒の健康に関する意識の向上

生徒との日常の会話の中でも健康と食に関する質問をされる機会が増えてきており、栄養教諭という食の専門家が学校にいたことが子どもたちにも浸透してきており、生徒への日々の声かけなど日常的な働きかけも、中学生という多感な時期には必要であると感じている。

(2) 課題

子どもの生活習慣づくりを進めていくためには、家庭・地域と連携した取り組みはとて重要である。現在実施している取り組みについて、より多くの方が参加できるよう、実施時期や内容について再度検討する必要があると感じている。

5. 問い合わせ先

| | |
|---------|---------------|
| 団体・学校名等 | 大分県中津市立東中津中学校 |
| TEL | 0979-32-2493 |
| FAX | 0979-32-6149 |