

わがまちの教育

栄養教諭を中核とした 学校・家庭・地域の連携による食育推進

～生活リズムの確立をめざして～

文部科学省では、三月に「食育推進基本計画」が決定し、毎年六月は「食育月間」、毎月十九日は「食育の日」と定めています。
香美市は、旧土佐山田町で実施していた、「学校を中心とした食育推進事業」の後を受け、引き続き食育を推進し、食育の大切さを啓発していきます。

本年度は、「栄養教諭を中核とした学校・家庭・地域の連携による食育推進事業」として、学校や地域と連携して食育を推進することになりました。

目標

- ・自分の体と食べ物の役割を知り、食べ物を大切にできる児童・生徒の育成
- ・自分のスタイルに合った、よりよい生活習慣を自己表現できる児童・生徒の育成

取り組み

- 各教科等における指導の取り組み
 - ・農作物生産体験
 - （栽培学習から学校給食への活用）
 - ・食事のマナー指導、偏食個別指導
 - ・教職員に対する研修

学校と家庭の連携による指導の取り組み

- ・食育だよりの配布
- ・生活習慣調査の実施
- ・食育と生活習慣の講演会
- ・親子料理教室の開催
- ・朝食コンテストの開催
- 学校と地域との連携による指導の取り組み
- ・地域の食材を使った料理を学習し、料理教室の開催



生活実態調査の実施

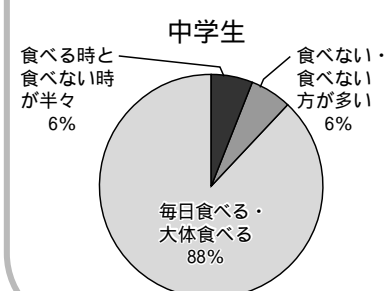
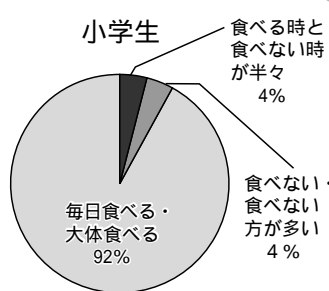
昨年度、土佐山田地区で実施した生活実態調査を五月に香北・物部地区でも、行いました。

香北・物部地区

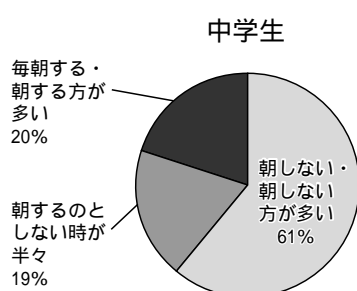
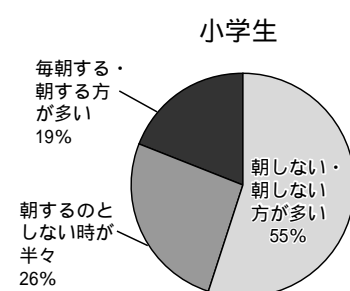
調査対象

小学生310人
中学生146人

朝ごはんを食べていますか？



朝の排便は？

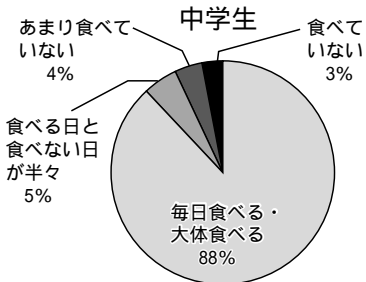
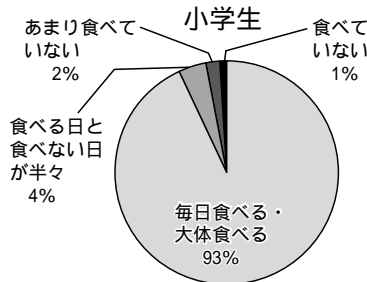


毎朝学校へ行く前にきちんと排便がある子どもが少なく、朝ごはんをきちんと食べ、規則正しい生活習慣を身につける必要があります。

土佐山田地区

調査対象 小学生1002人 中学生427人

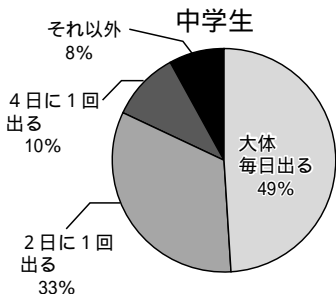
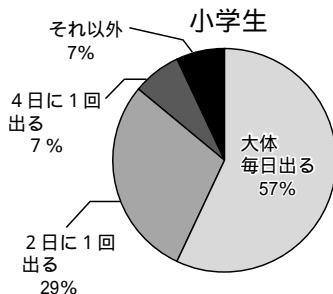
朝ごはんを食べていますか？



朝ごはんを毎日食べている子どもは、平成14年度の調査結果より小学生で6%、中学生で2%増えています。

昨年度行った生活実態調査から、子どもたちの生活習慣の悪循環が明らかにになりました。今年度は、「朝食指導」と「排便の習慣に

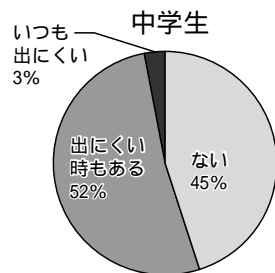
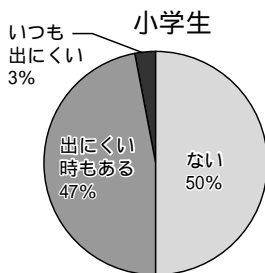
大便（ウンチ）は出ますか？



毎日排便がある子どもは、小学生で6割、中学生で5割でした。また、朝排便がある子どもは、小中学生それぞれ5割でした。

関心を持たせる指導」を合わせて行うために「みんなの食生活調べ」を実施しました。左の表は、その結果の一部です。

便秘の時間がありますか？



便秘でない子どもは小学生とも約半数、便秘気味の子どもは、小中学生とも約半数でした。排便の習慣が不規則で、すっきり排便できない子どもがいることが分かりました。

栄養教諭が「食に関する指導」に関わります

三地域の共通課題

「学校・家庭・地域が連携し、子どもの基本的な生活習慣の改善・定着を図る」



- ・給食時間での指導
- ・食事のマナー指導、栄養指導、個別的な指導
- ・授業時間での食に関する指導
- ・朝食内容や排便の習慣に関心を持たせる指導
- ・給食内容の工夫
- ・学校農園や地元の食材を活用
- ・主食・主菜・副菜がそろった献立内容
- ・食情報の提供、家庭・地域との連携
- ・献立表・給食日より、給食試食会、PTA行事・活動との連携、個別的な相談指導

朝のスタートで「一日が変わる」生活習慣を 見直す取り組み

6月21日から27日まで

香美市では、子どもたちが規則正しい生活習慣を身につけ、自分が持っている本来の力を十分発揮するためのきっかけづくりとして、取り組みを提案しました。朝食前に行う活動内容、家庭学習時間、テレビ・ビデオ・ゲームの時間について目標を決め、チェックし、自分の生活習慣を見直してもらいます。

市内の小中学生を対象に実施し、現在取り組み状況の集計を行っています。

() 学校 () 年 名前 ()

自分の目標を決めよう！

① 私は、毎食前に () を食べます。

② 家で勉強 (読書や習いごとを含む) を () 分以上します。

③ テレビ・ビデオ・ゲームの時間を () 分までにします。

④ 毎日チェック

できた日に○を圈ってください。

6月	21日	22日	23日	24日	25日	26日	27日	合計
朝食前の活動ができた								
朝食を食べた								
朝の挨拶があった								
学習時間を守れた								
テレビなどの時間を守れた								
朝ごはん、朝ごはんはだれと食べましたか。○を圈ってください。								
朝ごはん	家族と一緒に							
朝ごはん	子どもだけで							
朝ごはん	家族と一緒に							
朝ごはん	子どもだけで							