

# 食生活の改善に向けて

家庭・地域へのお願い

学校・家庭・地域が連携して、子どもたちの食生活を見直し、望ましい食習慣を

## ①本校の食育の取り組みや成果などの情報を家庭や地域に発信します。

- 食育のたよりやレシピをお届けします。
- 畑の恵みを食卓へお届けします。  
… 子どもたちの育てた新鮮な野菜を持ち帰ります。
- 学校行事に招待します。  
… 学校保健委員会 家庭教育学級の開催  
ランチルームでの招待給食 親子料理教室の開催  
児童会集会への招待  
(収穫感謝集会、給食感謝集会、焼きいも集会)



子どもたちは校区の豊かな自然環境と、地域の人たちに支えられながら明るく素直に育っている。

(提供：田原市役所都市建設部街づくり推進課)

## ②保護者とともに、子どもたちの健やかな心と体を育む活動を推進します。

### 朝食 … 『朝食は、心や体のめざましスイッチ』

『早寝、早起き、朝ごはん』運動を推進し、規則正しい生活リズムを確立します。

### 夕食 … 『家族団らん』

温かさや愛情あふれる手料理を囲んだ家族のコミュニケーションを大切にします。安心・安全な食材を使った栄養バランスのとれた家庭料理を推奨します。

## 親子で考えた『食の標語』

愛情たっぷり 栄養満点 手作りご飯  
いただきます 感謝の気持ち 忘れずに  
赤・黄・緑 全色食べて 毎日元気！

平成十七年に「食育基本法」が施行され、子どもたちの健やかな心と体を育み、豊かな人間形成をめざす食育は、国民的課題になりました。

昨年度、本校は愛知県教育委員会から委嘱を受け、学校給食と野菜の栽培をもとに食育を進めてまいりました。子どもたちの畑には、驚きと数々のドラマが用意されていました。ランチルームでの給食には、学年を超えたふれあいと楽しい会話がありました。全校が一体となった食育は、学校給食優良学校として表彰されました。食育には、笑顔と喜びがあると確信を持った一年でした。

文部科学省委嘱を受け、本年度も食育を進めてまいります。学校で学んだ食の知識や体験を、望ましい食習慣として日常生活に根付かせるためには、家庭の理解と協力が不可欠です。本年度は、家庭や地域と連携しながら、子どもたちの食生活を見直し改善を図れたいと考えます。職任分離の進展した現代社会、消費経済に呑み込まれた衣食住。調理こそが、家庭に残された生産の現場ではないでしょうか。お母さんの立つ台所、温かさや愛情あふれる手料理を囲んだ家族団らん。そこに本来の食育があると考えます。保護者の皆様のご支援とご協力をお願いいたします。



赤羽根小学校 校長  
小久保 健一

食育は台所から、  
そして食卓から

このパンフレットは、文部科学省の食育推進事業委託金を活用して作成しています。



平成20年度愛知県教育委員会 学校給食優良学校表彰  
平成21年度文部科学省「栄養教諭を中核とした食育推進事業」委嘱

## 本校のめざまし食育とは



- ① 食べ物の働きや栄養について、正しい理解を深める。
- ② 楽しい給食を通して、望ましい人間関係や豊かな心を育てる。
- ③ 準備・会食・後片づけなどを通じて、協調性や社会性を養う。
- ④ 基本的な食事のマナーを身につけ、食事を通じた人間形成能力を養う。
- ⑤ 健康の大切さを知り、望ましい食習慣を身につける。
- ⑥ 栽培活動を通して、野菜の生長の喜びを体感させ、生産に関わる方々への感謝の心を育てる。

## 田原市立赤羽根小学校

〒441-3502 愛知県田原市赤羽根町西瀬古87  
TEL.0531-45-2023 FAX.0531-45-3960  
<http://www.city.tahara.aichi.jp/school/akabane-e/>





# 農に親しみ 健やかな心と

## 食の体験

野菜の栽培を通して、自然の恵みや人々への感謝の心を育む

本校には、3つの学習園と借地農園が1か所。地元のお年寄りやPTAに支援と指導を依頼し、生活科や総合的な学習の時間に、全校で野菜の栽培に取り組んでいます。野菜の生長の喜びや自然の恵みを体感させるとともに、交流を通して感謝の気持ちを育もうと考えました。



## 農園は学びの場

農園には、発見と交流のドラマが……。私たちは、この農園から、本校の食育を発信したい。

### ◆期待と願いを込めて植え付け

「大きく育てね」  
にんじんの会の支援を受けながら、今年も野菜の栽培がスタート。



### ◆自然と向き合い、汗を流す栽培

目をかけ、手をかけ、野菜の生長と深く関わる。夏の水やり、草取りの苦労と努力、当番活動と責任。にんじんの会との交流から、栽培の工夫や知恵を学ぶ。

### ◆自然の恵みを実感し、収穫を感謝



収穫には、みんなで苦労を乗り越えた達成感と喜びがある。ひとつ上の学年から託された一粒の種が、大きな実りに！



# 食を楽しみ 体を育もう



収穫した野菜は…

- ①自分たちで調理  
「栽培の苦労、自然の恵みを味わう」
- ②家庭に持ち帰る  
「夕食時のコミュニケーション」
- ③給食の食材に  
「みんなにおすそ分け」

### ◆自分たちで調理する

「大切に育てた野菜だから、粗末にできない」



### ◆みんなで試食する

「自分たちで育てた野菜だから、おいしいよね」



五感で「味わう」

食にはみんなの「笑顔」があふれる

- ★「いただきます」「ごちそうさま」…大切な命をいただく感謝の気持ちを育む。
- ★「もったいない」…残さず食べて、食べ物への感謝と楽しみの心を培う。



給食に提供された子どもたちの野菜

### 子どもたちが栽培した野菜

ミニトマト・大豆・黒豆・大根・ニンジン・カボチャ・シソ・オクラ・小豆・落花生・ゴーヤ・ネギ・タマネギ・ハクサイ・ポップコーン・パプリカ・カリフラワー・イチゴ……他

## 食の学び

栄養に対する正しい知識と、望ましい食習慣を身につけるために

発達段階に応じた食の学習を、専門知識をもつ栄養教諭や養護教諭とのチームティーチングを取り入れながら行っています。指導方法や教材を工夫して、食生活の改善、食事の技能やマナー、栄養素の理解、思いやりと感謝など、子どもたちに考えさせながら理解と定着を図っています。

栄養バランスの大切さに気づき、好き嫌いをなく何でも食べよう。



1日に野菜を300gは摂りましょう。



赤・黄・緑の栄養バランスのとれた給食の献立を提案しよう。



野菜と友だちになり、好き嫌いをなく何でも食べよう。



体の成長には、バランスのとれた食事と運動、そして睡眠が大切です。



指の間、手の甲、手首もしっかり洗おう。



市販の梅干しには、様々な添加物がいっぱい入っている。

## 食の指導

給食を教材として、食事のマナーを身につけ、楽しく会食できるように

栄養教諭が、配膳や盛りつけ方、食器の置き方、箸の持ち方、食事マナーなど、きめ細かな指導や、偏食児童への個別指導も行っています。給食の準備や後片付けの時には、調理員さんに「お願いします」「ごちそうさまでした」のあいさつをし、感謝の気持ちを伝える機会にもなっています。



4月15日は、1年生にとって、初めての給食の日。事前に教室で、当番の服装、食器の並べ方、食事のマナーなどの指導を受けた。ランチルームでは6年生が優しく手伝った。



肥満傾向の子や、食物アレルギーのある子の保護者には、個別に相談教室を開催している。



平成20年度の達成率

- 残菜率 0.3%
  - 地産地消率 42%
- (にんじんの会の食品数の割合)



子どもたちの作った野菜は、給食にも使われる。今日は、調理員さんにジャガイモを揚げていただいた。毎日、衛生管理に気をつけながら安全でおいしい給食をつくっていただいている。



エプロンは、調理の場面によって、その都度換えられる。

## 児童会活動

子どもたちが主体的に取り組む食育をめざして

保健給食委員は、ランチルーム給食の司会や進行のほか、手洗い場の石けん液の補充や給食当番の衛生点検などに取り組んでいます。また、給食の献立について学ぶコーナーの掲示、給食集会の企画・運営など、食への感謝と理解を全校に呼びかける活動にも取り組んでいます。



全校児童141名が、6つの縦割り班に分かれて、ランチルームでなかよし給食。保護者や祖父母、ボランティア支援の方々を招待して、子どもたちの野菜のいった給食を試食してもらっている。



給食感謝集会、学芸会では『畑のうた』を発表



保護者も招待して全校で焼きいも集会を開催



### 全校群読 畑のうた

畝を作るぞ  
力を合わせて うんとこしょ  
土が硬いぞ どっしりしよ  
くつもうまって 大変だ  
おいしい野菜 できるかな  
いっぱいできると うれしいな  
なすにきゅうりに ミニトマト  
かぼちゃにピーマン さつまいも  
大きくなあれ 大きくなあれ  
草がいっぱい 大変だ  
野菜が負けると 大変だ  
からすにとられる 大変だ  
草取りがんばる 野菜のためだ  
手もつかれるし あせびしよ  
大きくなった 大きくなった  
大きくなった 大きくなった  
できたできた みんなの野菜  
やったぞとれたぞ おいしい野菜  
あまくて新鮮 畑の野菜  
みんなでいitたく おいしい給食  
ありがとう ありがとう  
ありがとう ちょうりいんさん  
ありがとう ありがとう  
みんなの畑は 野菜がいっぱい  
みんなの畑は 恵みがいっぱい  
みんなの畑は 命がいっぱい

## 家庭・地域との連携

学校と家庭や地域が一体となって食育を推進

日本有数の農業地域にある本校では、施設園芸や畜産などが盛んであり、地域から様々な支援を受けています。また、地元で採れた新鮮な食材が、毎日のように給食室に提供されています。生産者の顔が見える地産地消の意義を教え、自然の恵みや生産者への感謝の心を育てています。



### 地産地消



地元の『にんじんの会』のお年寄りたちが大切に育てた新鮮で安全・安心な野菜が、毎日給食室に届けられる。

『にんじんの会』には、子どもたちの野菜栽培の支援だけでなく、つみれ汁、イモ切り干し、煮干し、豆腐、味噌、梅干しなどの郷土に伝わる料理の指導も受けた。



にんじんの会と味噌づくり



つみれ汁づくりの指導も



赤羽根中学生との梅干しづくり

### あかはに探検隊

縦割り班の遠足『あかはに探検隊』は、ウォークラリーを実施。地域の人たちの協力とPTAの支援により、校区の様々な施設を巡り、見学や試食を体験した。



4 温室の中で真っ赤に実ったミニトマトを試食



3 フラワーステーションからは、赤羽根の花が全国へ発送される



2 牧場では仔牛と遊び、ミルク餅とヨーグルトを試食



6 赤羽根漁港のシラス工場を見学しシラスをいただく



食のウォークラリーのポイント



1 5 温室の中には大粒のイチゴがいっぱいあった