

震災後の学校における食育の課題（地域の食材活用・健康上の課題）解決に向けた取組
～望ましい食習慣の形成～

新地町立駒ヶ嶺小学校 栄養教諭 小泉 弘子

1 研究の趣旨

東日本大震災による原発事故の影響で、地場産物活用敬遠の課題及び体力低下や肥満傾向児の出現率の増加といった健康課題がある。昨年度の取り組みでは学校給食の地場産物活用率を高め、新地産米の使用も再開した。さらに、今年度は家庭での地場産物活用の推進と肥満傾向児の出現率の軽減等の健康課題解決に向け、学校・家庭・関係機関と連携を図り、望ましい食習慣の形成をめざす必要があると考えた。そこで、以下の仮説を設定し、本主題に迫った。

安全管理体制や地場産物活用の良さを啓発すれば、家庭での地元産食材活用の意識を高めることが可能になる。また並行して現在の肥満傾向児の出現率の実態を把握して、意図的・計画的な運動の場を設定すれば、児童生徒の活動量(運動量)を増やし、肥満傾向児の出現率を軽減することができる。これらの実践により、健康のためには食と運動のバランスが大切であることを実証することで、望ましい食習慣の形成を図ることができる。

2 研究の概要

(1) 健康な体をつくるための食育講座・食育講演会

地元産食材の安全性・地場産物活用・地域伝統食の良さを食体験や広報活動で、今年度も啓発することにより、家庭での地場産物活用を推進し、食と健康への意識を高める。

- ① 地場産物を活用した食育講座と健康課題解決に向けた食育講演会の実施
- ② 新地町産食材を活用した「わが家のおすすめ料理」の募集及び活用
- ③ 17字のふれあい（食育編）の募集、アンケート調査による評価と分析 等

(2) 活動量(運動量)の実態把握と機会の確保・個別指導

町内全児童に活動量計を携帯させ、被災地児童の活動量の実態を把握し、科学的、具体的な個に応じた目標活動量(歩数)を設定させる。また、データは「からだシート」に記録する。

- ① 事業実施期間における日々の累積調査(タニタのデータ)
- ② 個別の健康指導「すくすく教室」
- ③ 「業間チャレンジ5分間走」（休み時間に行うランニング等の運動）で活動量を確保

(3) 教育課程に位置づけての栄養教諭による食に関する指導

中学校では「放射線教育と食育」の指導

3 成果と今後の課題

(1) 成果

- ① 食育講座と食育講演会の実施により、地場産物の良さを再認識し、活用意欲が高まった。またアンケート結果から、家庭での地場産物活用率も向上し、地場産物を活用した健康な体づくりの意欲が高まっている。
- ② 機器によるデータの保存により、児童の活動量の基礎資料が得られつつある。自己のデータから歩いたり運動したりする機会を増やそうとする児童の姿が見られる。

(2) 課題

学校・家庭との連携において、意識の低い保護者への啓発が課題である。