

〈第1分科会〉

「家庭・地域を巻き込んだ 北小元気アップの取組み」

摂津市立鳥飼北小学校
栄養教諭 河合 莉歩

1. はじめに

摂津市には小学校10校、中学校5校があり、小学校は全員喫食の自校単独調理方式にて、中学校は選択制デリバリー方式にて給食を実施している。鳥飼北小学校は、全学年2クラス、児童数325人の学校で、校区には物流関係企業や町工場が多くある。中学校区には2小（鳥飼北小学校・鳥飼西小学校）1中（第二中学校）があり、今年度から小学校両校に栄養教諭が配置されたので、食育をさらに推進することができるよう取組みを進めているところである。

本校の児童は素直で元気な子が多く、給食もよく食べている。しかし、児童の中には食べることが苦手な子や偏食の子もいるため、食べ物に興味をもつことができるよう生きた教材である給食を活用した食に関する指導を行っている。また、朝食を毎日食べているかのアンケートでは、全国平均の84.9%（R4全国学力・学習状況調査）を下回っているため、朝食喫食率向上を目標に様々な取組みを行っている。

2. 学校における食への関心を高める取組み

本校では、安全指導委員会の中に食育を位置付けており、低学年・中学年・高学年の各教員と、日本語指導・指導改善・支援担任と栄養教諭がメンバーとなって行っている。

(1) 学校農園の活用

1年生ではさつまいも、2年生ではミニトマト、3年生では摂津市の伝統野菜である鳥飼なす、5年生ではバケツ稲を育てている。3年生では地域の農業委員の方に来ていただき、植え付け、水やりの方法を教えてもらいながら、伝統野菜に親しみをもって取り組んでいる。



〈鳥飼なすの植付け〉

5年生では、農家の方の田んぼで田植え、稲刈りを教えてもらいながら取組む活動も行っている。その過程を踏まえたうえで、学校ではバケツ稲を活用し、米ができるまでの経過を観察している。



〈田植え〉



〈バケツ稲〉

各学年で育てた野菜は、給食で旬の食材として使用するほか、より食べ物に興味をもてるよう収穫祭として調理実習を行っている。



〈2年生ピザパーティー〉



〈1年生芋パーティー〉

また、本校では給食調理員が給食で出た野菜くずを肥料にして給食で使用できる野菜の栽培もおこなっている。学校の敷地内で野菜を栽培していることもあり、児童が野菜の花を見たり、触ったりすることができる。2年生では生活科の授業で調理員が育てている野菜を観察し、調理員に質問などをしながら交流を行った。給食委員会でも収穫の手伝いを通して調理員との交流を行っている。



〈給食室前の看板〉



〈玉ねぎの収穫の手伝い〉

(2) 給食委員会の取組み

給食委員会は5・6年生の児童17名で構成されており、日々の給食返却のお手伝い、栄養黒板の更新だけでなく以下のことなども行っている。

①給食で使える野菜の栽培

ピーマン、ゴーヤ、天王寺かぶら、田辺大根を毎年植えて、当番制で水やりを行い、収穫した野菜は給食の材料として利用している。収穫後は、児童自身が野菜を給食調理

室へ持っていき、調理員へ「おいしく作ってください」という思いを込めて、直接手渡ししている。給食委員会の児童は、当日の給食をより楽しみにしている様子がうかがえる。また、その日の給食時には放送を通して思いを込めて育てた野菜について学校全体に伝えている。



〈調理員へ野菜を渡す子どもたち〉



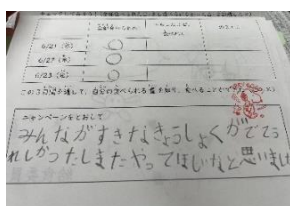
〈野菜の収穫〉

②食育月間（6月）

毎年、食育月間では、給食委員会でやりたいことを考えている。今年度は「たべておいしい！うれしい！みんなでのしく！かんしょくキャンペーン」と題して、「どうしても食べられず最後の一口を残してしまう児童もいるので、自分の食べられる量を知り、食べられる人はあと一口食べてクラスみんなで完食しよう！」という取り組みを行った。「苦手な食べ物が多いけれど、食べられるようになりたい」「自分の食べられる量が分かってきたから、低学年の子にも知ってほしい」などの児童の思いをもとにこの取り組みを実施した。取り組み期間は3日間で、1～6年生全員にアンケートを実施した。「全部食べられた」「減らしたけど食べられた」「残した」の該当するところに○をつけて最終日に振り返りを書いてカードを提出した。キャンペーン後の振り返りの中には、「給食がいつもより楽しく感じた」や「自分の食べられる量を知れて全部食べることができた」という感想があった。カードは、給食委員会でチェックをし、各クラスにコメントをつけて返した。



〈完食キャンペーンカード〉



③学校給食週間（1月）

学校給食週間の献立は毎年テーマを決めて立てている。令和4年度は、献立のテーマが「世界の料理」だったこともあり、各国の食文化や料理について調べ、クイズやポスターを作成した。



〈ポスター〉

〈令和4年度 学校給食週間の献立〉

1月24日（火）	ベトナム風汁麺（ベトナム）
1月25日（水）	ピビンバ（韓国）
1月26日（木）	チリコンカーン（アメリカ）
1月27日（金）	サンラータン（中国）
1月30日（月）	かやくごはん しろなの煮びたし（日本・大阪）

ベトナムの日には、ベトナムにルーツのある児童が、アメリカの日にはALTが、中国の日には、中国にルーツのある児童がその国々で使われている言葉を使って、放送を行った。給食を通して世界の言葉にも触れることができた一週間であった。



〈給食時間中の放送〉

また、1/24～1/30の期間には読書活動推進サポーターと協力し、図書室の入り口付近に世界の料理をテーマに本を並べたり、クイズの掲示をしたりした。この取り組みは児童にも大人気であった。



〈図書室の様子〉

（3）家庭を巻き込んだ取り組み

①お手伝いカード【冬休みの宿題】

冬休みには行事食に触れる機会が多いため、この時期に児童が食事に関わる機会を通し、料理を学び、心豊かに食事ができるようこのカードの取り組みを実施している。お手伝いを通して、保護者にほめてもらうことで自尊心を育てることもねらいとして全学年で毎年行っている。

カードは「テーブルをふく」「食器や料理を運ぶ」「食器を並べる」「食器を片付ける」「食器を洗う」「食器をふく」「野菜を洗う」「☆野菜の皮をむく」「☆野菜を切る」「☆鍋を使う料理」「☆フライパンを使う料理」「☆レンジを使う料理」（☆印は家の人と一緒にやろう）から選んで行えるようにしている。児童からは「はやく成長して料理をしたいです」や「自分で作った料理はおいしく感じた」などの感想があり、保護者からは「自分から進んでお手伝いをしてくれて助かりました」



〈お手伝いカード〉

「味噌汁作り、お雑煮の出汁を取る、フレンチトーストを作ってくれました」と、児童が授業で習ったことに家でも挑戦している姿がうかがえた。児童は学年が上がるにつれ、できることが増えるため、毎年行うことが大切だと感

じている。

②歯みがきカレンダー【夏休み・冬休みの宿題】

本校には「歯」「Happy」「セッピィ（摂津市マスコットキャラクター）」を組み合わせたキャラクター「ハッピーちゃん」が存在しており、保健だよりや様々な場面でよく登場している。

夏休み・冬休みも歯みがきが継続できるよう歯みがきカレンダーに取り組んでいる。毎日楽しんで歯みがきができるように保健委員会の児童が作成し、イラストを描いたり、カレンダーの裏に、クイズを載せたりするなど、楽しく、歯みがきを継続して行えるよう工夫している。感想には、「歯みがきカレンダーのおかげで、毎日ピカピカに磨けています」「歯みがきは自分の歯を守る大切なことだと思いました」などがあり、保健だよりや放送などで紹介している。

給食では、6月4～10日「歯と口の健康週間」、11月8日「いい歯の日」に、かみごたえのある食材を取り入れた給食を提供している。



〈ハッピーちゃん〉〈歯みがきカレンダー〉



(4) 地域との関わり

摂津市では、2年生のたまねぎの植え付け・収穫、3年生の鳥飼なす（学校内で栽培）、5年生の田植え・稲刈りを地域の農家の方の協力のもと実施している。子どもたちが収穫したたまねぎや鳥飼なすは学校給食にも使用している。

令和5年度は農家の方と給食委員会で大豆を育てている。3年生の国語「すがたを変える大豆」の単位と関連付けて摂津市内で栽培し、収穫した大豆を使った納豆づくりを農家の方と地域の方々と一緒にを行う予定である。また、大豆に親しみをもてるように「大豆のキャラクター」を募集しており、校内で投票をした後、決定する予定である。



〈大豆〉



〈大豆キャラクター候補〉

(5) 教職員・調理員と一緒に給食指導研修

本校では、給食をどのクラスでも同じルールで行えるように「とりきたスタンダード」を策定している。それを

基に、1学期開始前の食物アレルギー研修に合わせて、給食指導研修を実施している。内容は食物アレルギーや給食全般、学校として取り組む食育について栄養教諭から担任をはじめ全教職員が食育の大切さを理解できるよう実施している。給食指導研修では、調理員の協力のもと、白ごはん・カレー・ドレッシングサラダを教職員分用意し、配膳の仕方やアレルギー対応の仕方を実際に行うことにより、学校全体で同じ給食指導ができるようにしている。そして、アレルギー児童も安全に安心して給食が食べられるように給食準備・喫食・片付けの流れの確認を行っている。食物アレルギーや給食時間に配慮すべき衛生面など、この研修を続けることにより、教職員の意識が上がっていると感じている。食物アレルギーのヒヤリハットや事故を限りなく少なくすることはもちろん、何か起こった時には教職員全員が、適切に対応ができる体制づくりを年度当初からチーム鳥北として取り組むことを大切にしている。



〈給食指導研修〉

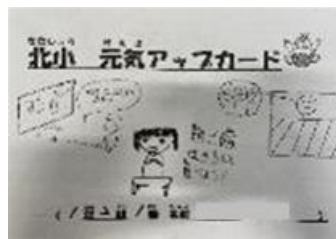


〈給食準備中〉

3. 朝食の喫食率向上に関する取組み

(1) 北小元気アップカード

年に2回（5月・10月）に就寝時間、朝食喫食の有無、テレビ・ゲーム実施時間（土曜日に使用した時間）、歯みがきの実施、あいさつの実態把握を平日は学校で、休日は家庭で、一



〈元気アップカード 表紙〉

週間分チェックをする。各学年の実態に合わせ、個人の振り返りを追加したり、内容を変えて取り組んだりしている。プリントに毎回保護者からのコメントをもらうことで児童のやる気につながるよう工夫を行っている。朝ごはんを毎日食べていない、睡眠時間が短いなど気になる児童には、担任から個人懇談などで保護者と話をしてもらっている。保健委員会では、北小元気アップ週間の前に全校児童に向けた元気アップカードの表紙のイラストを作成したり、放送や動画作成を通して全校児童に情報を発信したりしている。

(2) 朝食コンテスト【夏休みの宿題】

夏休みの宿題として、4年生から6年生に「一人でできる朝食コンテスト」を実施している。ポイントは『①自分で、毎日できそうな朝食を作ろう!』『②3色栄養食品群がそろった朝食を作ろう!』『③おいしそうな朝食を作ろう!』の3点である。初めて取り組む4年生には夏休みに入る前に、栄養教諭から朝食についての授業を行い、事前指導を行っている。6年生では1学期の家庭科で朝食の授業を行っていることもあり、3色栄養食品群がそろったおいしそうな作品が特に多かった。上位作品の選出は、教職員・給食委員会の児童で投票をし、決めている。

令和5年度は同中学校区の鳥飼西小学校と連携し、同時期に朝食コンテストに取り組んだ。さらにタブレット端末を活用することにより、鳥飼西小学校分の作品に鳥飼北小学校の給食委員会の児童も投票を行うことができた。来年度は両校で投票をし合う予定である。



〈朝食コンテスト掲示〉



〈投票画面〉

各学年代表16作品からさらに上位3作品には賞名をつけ、鳥飼西小学校の代表作品も一緒に掲示している。

6. 成果と課題

(1) 朝食の喫食率向上に関する取り組み

毎年、1学期と3学期に実施している生活習慣アンケートにおいて、「登校する月～金曜日の間、朝食を毎日食べていますか。」「①毎日、食べている②食べる日の方が多い③食べない日の方が多い④ほとんど食べない」の設問に対する、「①毎日、食べる」の回答については、以下の結果であった。

R4年3月	R4年5月	R5年2月	R5年5月
82.3%	81.1%	83.0%	81.0%

朝食喫食率の大幅な上昇はなかったが、80%以上を維持することができている。また、朝食コンテストを毎年行うことで、「4年生になったら朝食コンテストに参加できる!」や「おいしそうな」「これなら作れるかも」と掲示された作品を立ち止まって見ている児童も多く、楽しみにしている様子が伺える。

昨年度より、「休みの日(土・日・祝日)の朝食は食べていますか。」も項目に加えアンケートを行ったところ、

令和4年5月、令和5年3月、令和5年5月の3回とも77%と、学校のある日より下回った結果となっている。今後は休日にも着目しながら朝食の大切さを伝えるとともに、一人でも簡単に作れる朝ごはんの紹介を行うなど、引き続き朝食喫食率の上昇に取り組んでいきたい。

(2) 食への関心を高める取り組み

摂津市内の小学校における残食率は5%前後である中、鳥飼北小学校の残食率は1%以下である。野菜嫌いや、偏食の児童もいるが、1年生から給食時間を中心に継続した野菜作りや調理員との関わりを通して、食への関心を高めてきた。1年生では苦手な食べ物が多くごはんしか食べられなかった児童も担任からの細やかな言葉掛けや、野菜などの栽培活動・調理実習などを通して、学年が上がるにつれ食べられるものも多くなり、今では苦手だったものもおかわりをするほどになった。

一人ひとりに合った指導を行うことが必須となるが、これからも野菜作りや給食時間を通して少しでも関心を高められるような楽しい取り組みを続けていきたい。

(3) 安全・安心な給食時間

年度当初に給食指導研修を教職員・調理員ともに行っていることもあり、食物アレルギーにおける重大事故は起きていない。学校全体で言葉掛けをするなど、チーム鳥飼北で取り組んできたからである。エピペン®を持つ児童は現在在籍していないが、毎月の除去食会議後のエピペン®を打つ練習や、春・夏の食物アレルギー・エピペン研修を続け、安全で安心な給食時間を継続できるようにしていきたい。

7. 今後に向けて

今年度は、地域の方からの納豆作りの話から地域の方の方との繋がりをより深く行うことができた。これを機に「食」を通じた地域と学校との繋がりを継続していきたい。

また、今後中学校給食が選択制から全員喫食制に移行される予定である。小中連携を通して食育を行い、小中連携に繋げ、スムーズな給食指導が行えるようにしていきたい。