

食育通信9号

2016. 3. 17 輪島中学校

11日に卒業式が終わりました。3年生が全員、元気に中学校の課程を修了することができました。おめでとうございます。

今年度、輪島中学校では文部科学省「スーパー食育スクール事業」推進指定を受けて食育研究に取り組みました。学校教育における食育のさらなる普及・啓発・推進を図るためにと文科省の予算が付きしました。そこで「食育実践DVD」を作成し、「ちょっとお役立ち食育」クリアファイルを配付しました。

輪島の未来を背負う大切な子ども達の健全な成長のため、今後とも保護者・地域・学校で見守ってまいります。

【保護者の方のご意見】

(DVDについて)

△親子共々で試食会や精進料理体験をさせていただき、食の大切さを再確認する機会にもなり息子との会話も増えました。地域の方との活動も、とても良かったと思います。

△言葉だけの報告でなくDVDを見て、このように色々な事を今の年齢で体験して欲しいと思いました。

△今年1年間は地域の食べ物を使った調理実習や献立作り、食育講演会など様々な体験活動に取り組まれていたことに驚きました。とても大事な場を与えられ、子ども達にとっては貴重な体験をさせていただいたと思いました。

▼ケース付きの立派なDVDやほぼ空白の食育ファイルを配付するのは無駄だと思います。もっと子どもの喜びそうなことにお金をつかって欲しいです。

(クリアファイルについて)

△家でも給食メニューを作って見ようと思います。食育資料でファイルがいっぱいになる様に活用したいと思いました。

△新聞の切り抜きやインターネットで取り寄せたレシピなどを無造作に冷蔵庫に貼っていたのですが、早速ファイルに入れて活用しています。

▼クリアファイルにファイリングするのも時間がない状態なので、メニューとレシピがあると助かります。

(その他の意見)

・朝はパンと牛乳、果物ぐらいでしたが、ご飯と味噌汁、目玉焼きと野菜、納豆などの和食にかえたり、メニューを親子で相談するようになりました。大切な時期の食事について楽しく考えることができ感謝しています。

・私自身が子どもの頃、親や祖母がしていた事を、少し思い出すきっかけになりました。昔の親のような知識は、今の私にはありませんが学校で色々と学ばせてもらえて感謝しています。

・私の子ども達は体験できなかったので、次会は体験させて欲しいです。

・学校は勉学の場なので、このような生活習慣の改善のようなことまで、しなくても良いと思います。

今年度の食育活動での変化（食生活アンケートより）

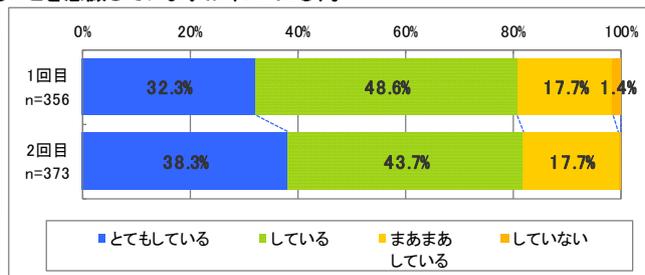
- ① 食べ物への感謝の心を持っている生徒、保護者が増えた。
 - ・感謝の心を持っている生徒1回目96.8%→2回目98.4%（+1.6）
 - ・保護者持っている1日目99.4%→99.2%だがとても持っている22.7%→27.4%になった。⇒学校研究で道徳行った。1年生は総持寺への精進料理体験を行った成果。
- ② 郷土料理への関心を持っている生徒、保護者が増えた。
 - ・生徒1回目74.6%→2回目73.1%だが知っている食べ物33件中4件以外すべて増加した。⇒いしる講演会、すいぜんアート、あえのこと、水ようかん作りなどの取組の成果。
 - ・保護者では、もっている、とても持っている1回目46.8%→2回目55.4%（+8.6）と増加している。⇒講演会、料理教室、食育通信、ホームページによる成果。その結果、輪島が好き1回目61.5%→2回目68.5%（+7.0）に増加した。
- ③ 給食をほとんど食べる生徒の増加
 - ・生徒1回目72.1%→2回目74.8%（+2.7）
⇒生産者との交流給食、生産体験の成果。又毎日の生徒委員会活動による給食一口メモの放送。家庭科、保健体育の授業の成果。
- ④ 心と体のために食事をしようとしている生徒、保護者の増加
 - ・生徒1回目95.4%→2回目97.4%（+2.0）
 - ・保護者では1回目98.6%→2回目99.7%（+1.1）
 - ・生徒で朝食の内容では、一汁三菜のバランスの良い食事が2.7%増加した。
 - ・献立を決める時に気をつけている点では、家族の好みは4.8%減り、多くの食品を使用するが6.4%増加した。
 - ・保護者で朝食を毎日食べるが3.9%増加した。
- ⑤ その他の成果
 - ・生徒の食事の際に気を付けることでは、食事のマナーを守り楽しく食べるが1回目59.0%→2回目62.9%（+3.9）
 - ・良く噛んで食べる1回目96.8%→2回目98.4%（+1.6）
 - ・感謝して食べる1回目49.5%→2回目54.4%（+4.9）と増加した。
 - ・保護者の身体の症状では、体がだるい1回目74.8%→2回目61.8%（-13）
 - ・なにもやる気がおきない1回目46.7%→2回目36.3%（-10.4）と減少した。

（保護者のアンケート1回目と2回目の比較）

【問4】あなたは心と身体の成長や健康のために、食事が大切であることを意識していますか(1つに○)。

(SA)	n=356		n=373	
	1回目	2回目	1回目	2回目
	回答数	割合	回答数	割合
1 とてもしている	115	32.3%	143	38.3%
2 している	173	48.6%	163	43.7%
3 まあまあしている	63	17.7%	66	17.7%
4 していない	5	1.4%	1	0.3%
総計	356	100.0%	373	100.0%

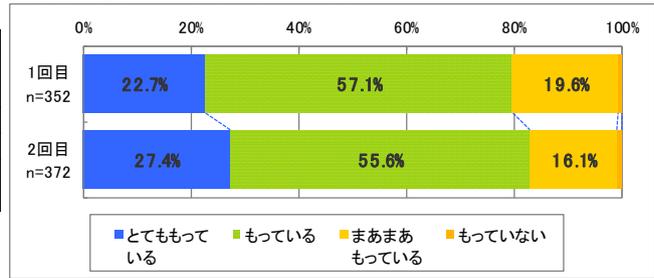
無効・無回答 0件 0件



【問8】あなたは食べ物を大事にし、食物の生産等に関わる人々へ感謝する心をもっていますか(1つに○)。

(SA)	n=352		n=372	
	1回目	2回目	1回目	2回目
	回答数	割合	回答数	割合
1 とてももっている	80	22.7%	102	27.4%
2 もっている	201	57.1%	207	55.6%
3 まあまあもっている	69	19.6%	60	16.1%
4 もっていない	2	0.6%	3	0.8%
総計	352	100.0%	372	100.0%

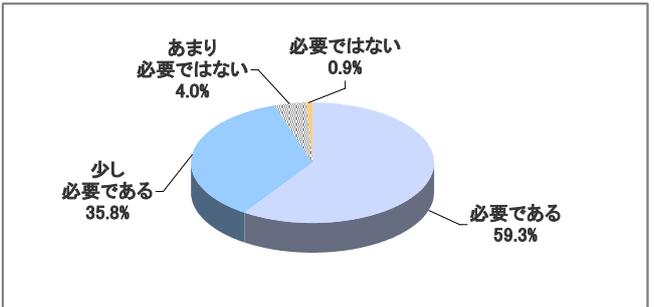
無効・無回答 4件 1件



【問10】あなたは家庭において、食生活全般に関わる教育(「食育」)が必要だと思いますか(1つに○)。

(SA)	n=327	
	2回目	
	回答数	割合
1 必要である	194	59.3%
2 少し必要である	117	35.8%
3 あまり必要ではない	13	4.0%
4 必要ではない	3	0.9%
総計	327	100.0%

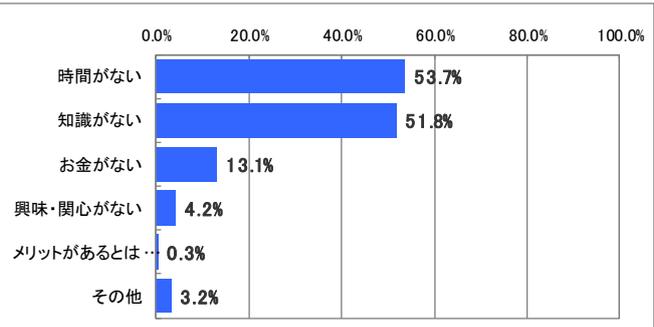
無効・無回答 46件



【問11】ご家庭で「食育」を実践する場合に、難しいと感じることは何ですか(あてはまるもの全てに○)。

(MA)	n=313	
	2回目	
	回答数	割合
1 時間がない	168	53.7%
2 知識がない	162	51.8%
3 お金がない	41	13.1%
4 興味・関心がない	13	4.2%
5 メリットがあるとは思えない	1	0.3%
6 その他	10	3.2%
総計	395	126.2%

無効・無回答 60件

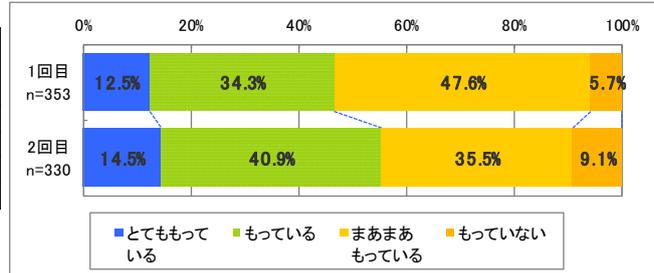


* その他コメント例：なし／特にありません／出来る事はやっている／何をどうすればよいのかわからない／必要だと思うが、行動にむすびつけることが難しい／子供の好き嫌い／好ききらいがほとんどないので、とくに難しさを感じない

【問13】あなたは行事食や郷土料理に興味をもっていますか(1つに○)。

(SA)	n=353		n=330	
	1回目	2回目	1回目	2回目
	回答数	割合	回答数	割合
1 とてももっている	44	12.5%	48	14.5%
2 もっている	121	34.3%	135	40.9%
3 まあまあもっている	168	47.6%	117	35.5%
4 もっていない	20	5.7%	30	9.1%
総計	353	100.0%	330	100.0%

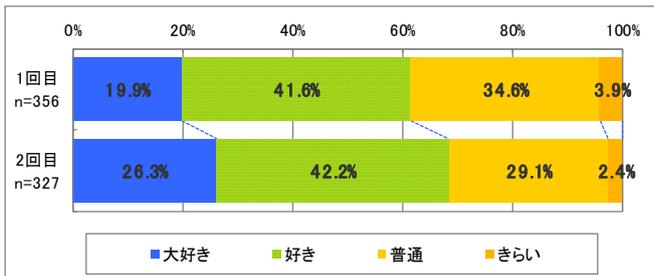
無効・無回答 3件 43件



【問15】輪島が好きですか(1つに○)。

(SA)	n=356		n=327	
	1回目	2回目	1回目	2回目
	回答数	割合	回答数	割合
1 大好き	71	19.9%	86	26.3%
2 好き	148	41.6%	138	42.2%
3 普通	123	34.6%	95	29.1%
4 きらい	14	3.9%	8	2.4%
総計	356	100.0%	327	100.0%

無効・無回答 0件 46件



(生徒)

成績区分×【生徒問1】朝食摂取の有無

成績区分に関わらず朝食を「毎日食べる」が最も多いものの、成績が最も高いグループでは約 97%を占め、成績が最も低いグループと比べて 20 ポイント近く高くなっている。

		【生徒：問1】				
上段：回答数 下段：構成比 (%)	合計	毎日食べる	週に4～5日食べる	週に2～3日食べる	ほとんど食べない	
合計	136 100.0%	116 85.3%	14 10.3%	6 4.4%	0 0.0%	
【生徒：成績区分】	1_上位1-35位	35 100.0%	34 97.1%	1 2.9%	0 0.0%	0 0.0%
	2_36-70位	35 100.0%	28 80.0%	5 14.3%	2 5.7%	0 0.0%
	3_71-105位	35 100.0%	30 85.7%	3 8.6%	2 5.7%	0 0.0%
	4_106位以降	31 100.0%	24 77.4%	5 16.1%	2 6.5%	0 0.0%

成績区分×【生徒問8】健康のための食事への意識

成績が最も低いグループを除き、健康のための食事への意識を「とてもしている」が最も多く、成績が良いグループほど高くなっている。

		【生徒：問8】				
上段：回答数 下段：構成比 (%)	合計	とてもしている	している	まあまあしている	していない	
合計	134 100.0%	65 48.5%	44 32.8%	22 16.4%	3 2.2%	
【生徒：成績区分】	1_上位1-35位	34 100.0%	21 61.8%	8 23.5%	5 14.7%	0 0.0%
	2_36-70位	35 100.0%	18 51.4%	12 34.3%	5 14.3%	0 0.0%
	3_71-105位	35 100.0%	16 45.7%	13 37.1%	4 11.4%	2 5.7%
	4_106位以降	30 100.0%	10 33.3%	11 36.7%	8 26.7%	1 3.3%

(家庭での生活習慣の健全化の必要性な項目)

- ・夜型生活により起床時間が遅く朝食が充実しない家庭がまだまだある。⇒健康的な生活習慣の確立を促す必要がある。
- ・保護者の4割が子どもの偏食について不安を感じたり、3割が睡眠不足を心配したりしている。朝食において主食のみの家庭では、郷土食や行事食に対する興味・関心が低い傾向にあった。生徒では26.9%が郷土食や行事食に興味をもっていない。この取組により保護者の関心が高まった。しかし、家庭では食育の必要性を感じているが5割の家庭で時間がない、知識がないと感じているので、更に学校からの情報提供が必要とみられる。
- ・輪島が好きな生徒ほど毎日の朝食摂取率が高い傾向にあるので、輪島の良さを認識させる取組が必要である。

②自己管理能力の育成（生徒自らが健康に良い食生活を実践する態度を養う）

- ・食べる量や栄養バランスを踏まえた食生活ができていない生徒がみられる。⇒成長期の食生活の大切さを更に指導していく必要がある。
- ・地域の産物、食文化、歴史について学んでいるが、まだまだ十分でない。⇒我が家の味を作って欲しい。地域と連携し、更に食育を進め生徒の心身の発達を促したい。