

平成26年度

スーパー食育スクール事業

事業結果報告書

都道府県名	京都府
学校名	福知山市立 日新中学校
学校のホームページアドレス	http://www.kyoto-be.ne.jp/nissin-jhs/cms/

1 取組テーマ

「自らの食力で未来を切り拓け！」
～朝食を含めた食事内容の改善を図り、自ら充実した学校生活を送ることができる生徒の育成を目指す～

2 栄養教諭の配置状況

栄養教諭配置年及び人数	平成25年	1人
配置されていない場合の対応状況		

3 推進委員会の構成

【京都府】

委員長 京都府教育庁指導部保健体育課 スポーツ・健康安全担当課長 奥田 秀一
委員 京都府立大学大学院生命環境科学研究科 教授 大谷 貴美子
委員 京都府学校給食研究会 会長(宇治市立南部小学校校長) 筒井 眞代
委員 福知山市教育委員会学校教育課 保健体育係長 大槻 味稚子
委員 福知山市立日新中学校 校長(スーパー食育スクール実施校) 芦田 典明
委員 福知山市立日新中学校 栄養教諭(スーパー食育スクール実施校) 荒木 昌代
委員 公益財団法人京都府学校給食会 事務局長 安達 佳明
委員 京都府教育委員会乙訓教育局 指導主事 杉本 里佳
委員 京都府教育委員会山城教育局 指導主事 辻 典子
委員 京都府教育委員会南丹教育局 社会教育主事兼指導主事 國府 美幸
委員 京都府教育委員会中丹教育局 指導主事 小田 久美子
委員 京都府教育委員会丹後教育局 指導主事 小谷 康子
委員 京都府教育庁指導部特別支援教育課 指導主事 伊家 京子
委員 京都府教育庁指導部高校教育課 指導主事 川畑 由美子
委員 京都府教育庁指導部保健体育課 指導主事(学校保健担当) 長谷川 法子
委員 京都府教育庁指導部保健体育課 指導主事(学校体育中学校担当) 大槻 寛史

【福知山市】

委員長 福知山市教育委員会 次長兼学校教育課長 芦田 誠
委員 甲子園大学 栄養学部栄養学科 准教授 木村 祐子
委員 成美大学短期大学部 生活福祉科 食物栄養専攻 准教授 桐村 ます美
委員 京都府教育庁指導部保健体育課 指導主事 後藤 純子
委員 福知山市福祉保健部 健康推進室 主任 今井 直美
委員 福知山市教育委員会 学校教育課 指導主事 牧 尚美
委員 福知山市立日新中学校 校長 芦田 典明
委員 福知山市立日新中学校 栄養教諭 荒木 昌代
委員 福知山市立日新中学校 養護教諭 三浦 珠美

4 連携機関及び連携内容

連携機関名	連携内容
甲子園大学	ヘモグロビン値、骨密度等データ整理・分析研修及び講演会
成美大学短期大学部	「競技力アップ・脳力アップ朝食レシピ集」作成、出前授業(家庭科・調理実習)
日新中学校学校保健会	事業検証、成果報告、地域への波及

5 実践内容

事業目標
昨年度の食生活実態アンケートの結果、朝食を毎日食べている生徒は全校で85%であり、ほとんどの生徒が朝食を摂取する習慣がある。一方、食事の栄養バランスに関しては、50～60%の生徒が気を付けている程度であり、今後、家庭とも連携をしながら生徒の食事の質を高め、

食育のさらなる充実推進を図る必要がある。これらのことを踏まえ、生徒の食生活の質を高めることが、生徒たちの進路実現にどのように関わっているのかを、生徒の食への関心・意欲を引き出す実践と食習慣の変容、具体的な検診及び学力・体力テストを検証することにより明らかにする。

① 朝食摂取率 98%、朝食内容改善率 50%

※ 朝食内容の改善率は7月時点で43%であり、ある程度の成果はあったものの、食習慣の改善は短期間では難しく、家庭の協力も大きく影響するために70%から50%に評価指標の修正を加えた。

② ヘモグロビン値・骨密度の各基準値以下 3%

③ 体力テストの点数増加生徒前年度比 10%増

④ 学力テストの平均点の上昇、学習意欲をもって取り組める生徒の増加

評価指標

① 朝食摂取率の改善状況、朝食内容改善状況

② ヘモグロビン値・骨密度の改善状況

③ 体力テストの改善状況

④ 学力テストの改善状況、学習意欲の向上

評価方法

取組の方向として、個々の朝食内容が改善・充実することにより、生徒の体力面・学力面での改善・伸長が図られると考える。具体的にはヘモグロビン値や骨密度の変化をデータとして把握することにより、客観的な検証を行う。体力テストや学力テストについては単年度の比較は難しいので、経年で変化をみていきたい。

【評価に使用するもの及び指標】

① 食の記録

※ 毎月実施する朝食アンケートのデータも検証の資料と成り得たために加えた。

② 食生活実態調査

※ ヘモグロビン値、骨密度、体脂肪率測定（ヘモグロビン値、骨密度の数値が基準値以下の生徒を抽出群とする個別指導『ミッション・SSS「メディカル C o C o Lesson」』を実施）

※ 測定値の分析時に成長スパートとの関連もみていく必要があるという助言を受けたために体脂肪率（エネルギーの蓄積具合をみる）の測定も追加した。

※ 1回目の測定値の低い生徒に対する介入を行い、2回目の測定に向けて支援をしていくことで、食育の効果を検証できるという助言を受けたために、抽出群対象の『ミッション・SSS「メディカル C o C o Lesson」』を追加した。

③ 体力テスト ④ 学力テスト

評価指標を向上させるための仮説(道筋)

○ 食と体力、学力との関係を専門的な視点から理解させ、一人一人の生徒の食事や生活に対する適切な支援を行うことで、生徒たちの食力アップへの実践意欲を高め、朝食摂取率や朝食内容の改善・充実を目指す。そのために、食育講演会、健康診断、朝食アンケート、食生活実態調査を行い、専門性の高い介入と個に応じた介入の効果を検証する。

実践内容

○ 動機付け

取組を始めるにあたり、保健委員による SSS 事業のプレゼンテーションの実施、及び食育キャラクターのキャンペーンフラッグと建て看板を作成した。



保健委員の生徒による
プレゼンテーション



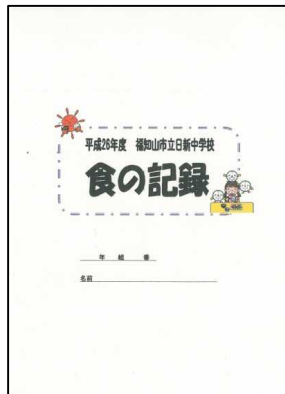
啓発ポスター



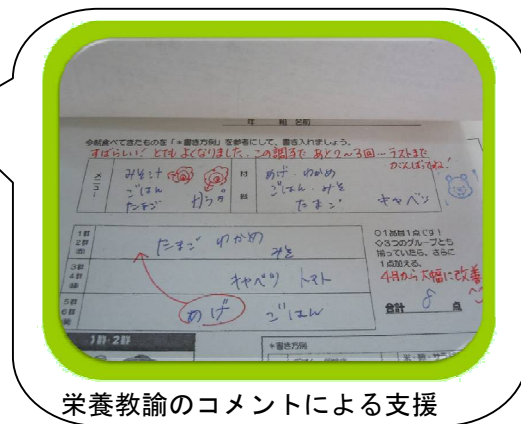
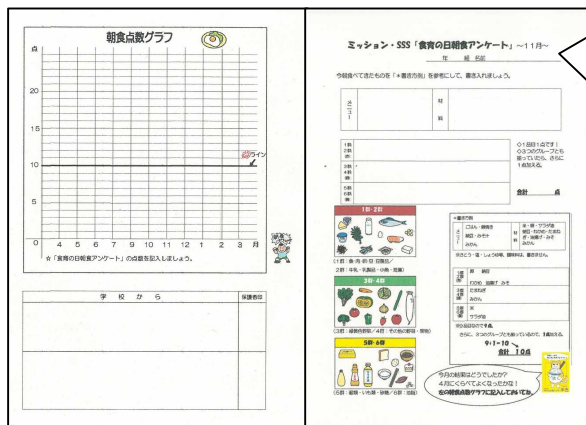
生徒考案のキャンペーンフラッグ

○ ミッション・SSS「食育の日 朝食アンケート」

毎月食育の日に、朝食の摂取状況と食事内容を自己点検する朝食調べを実施した。食事内容を食べた食品数により点数化する方法で個人の「食の記録」に記入させ、そのつど栄養教諭が一人一人の食事内容に対するコメントを入れながら、翌月の改善に向けての具体的な支援を行った。



中を開けると・・・



○ ミッション・SSS「食育講演会」

本校の SSS 事業のスーパーアドバイザーという位置付けである甲子園大学栄養学部准教授<博士(医学)>木村祐子先生を招聘し、世界で活躍するアスリートが取り入れている栄養管理から中学生期の食生活の重要性について学ぶ講演会を実施した。



○ ミッション・SSS「メディカルチェック」

体の中の見えない部分の状態を明らかにし、食との関連性を意識させることで食生活の改善・充実への意欲を向上させるため、ヘモグロビン値、および骨密度の測定を実施した。それぞれ1回目の測定後、低値を示した抽出群生徒への介入を行った。食生活の改善に関する資料を持ち帰らせ、家庭と協力して食生活の改善を図った。



○ ミッション・SSS「食育サマワーク」

家庭科と連携し、夏休みの課題として朝食レシピ作成に取り組み、全校生徒の作品から抽出したレシピで朝食レシピ集を作成した。作成に当たっては、連携機関である成美大学短期大学部に委託し、原案となるレシピの試作後、材料や調味料等の手直しをし、カード形式の実用的なものに仕上げた。



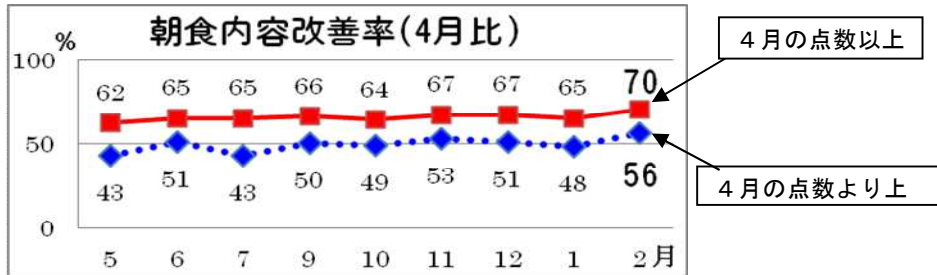
○ ミッション・SSS「部活動別食育ミーティング」

部活動における食のトレーニングという位置付けで、部ごとに栄養教諭と顧問により実施した。成長期にスポーツをする生徒たちの基本メニューや競技別につけたい力や、食事の時に意識したい栄養素等を理解させた後で、グループに分かれテーマを決めての料理カードバイキングの演習を行った。



6 成果

- 一人一人の食の課題に継続的できめ細かな介入をすることにより、生徒の食生活改善に結び付けることができた。朝食アンケートの結果から考察すると、4月から改善がみられた生徒は56%と、目標値以上の生徒が朝食を充実させたことが推察される。



- ミッション・SSS「メディカルチェック」で数値化されたデータにより、朝食をはじめとする中学生期における望ましい食生活のあり方を明らかにすることができた。
<ヘモグロビン値>

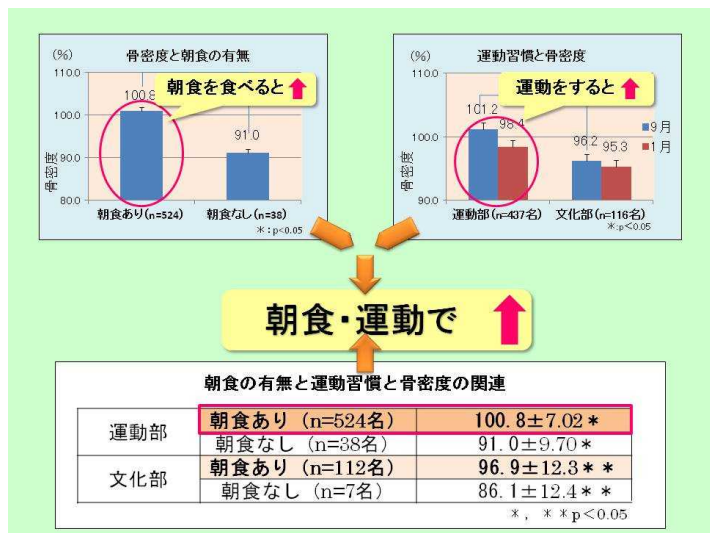
1回目の測定後に全校生徒や低値の生徒に実施した貧血予防の介入により、基準値以下の生徒は16%から8%になり改善がみられた。

1回目の測定での基準値以下の生徒の割合は、学年、男女別では身長、体重の変化が顕著であった1年生男子(34%)が最も多かった。貧血予防の効果的な介入の時期と内容を明らかにすることができた。

<骨密度>

AGEの数値を朝食の有無で比較すると、朝食あり(100.8%)の方が朝食なし(91.0%)より有意に高かった。さらに、運動習慣ありの生徒の方が有意に高値を示した。このことにより、将来の骨そしょう症予防の観点からも朝食摂取と運動習慣定着の両面からの介入が必要であることを明らかにすることができた。

(※AGE: 同年齢平均値に対する割合)



7 スーパー食育スクール事業の取組状況の情報発信

- 食育だよりの配布や学校ホームページへの掲載など、随時、事業の取組内容の様子を情報発信した。
- 学校保健会において学校医やPTAへ情報発信をした。
- 中学校ブロック内の研修会において近隣の幼稚園や小学校へ情報発信をした。
- 福知山市食育推進委員会において市内の小・中学校へ情報発信をした。
- 京都府食育推進委員会において府内の全教育局を始め、高等学校、特別支援学校へ情報発信をした。
- 京都府食育研究会において府内の小・中学校・高等学校へ情報発信をした。
- 同じ中学校ブロック内の広報紙において地域及び家庭へ情報発信をした。
- 複数の新聞に地域の大学との連携による取組内容を掲載し、地域及び府全域へ情報発信をした。

8 今後の課題

- ・ ミッション・SSS「メディカルチェック」の介入に際し、全校生徒の同意を得ることができなかった。早い時期から継続的に自分の体をチェックし、食生活に活かしていく習慣を定着させる指導を行う必要がある。
- ・ 取組の成果を校外へ十分に波及するには至っていない。生徒、家庭向けの「食育だより」やホームページだけではなく、生徒主体の情報発信の機会を増やし、地域社会へ広く発信する取組を計画する必要がある。
- ・ より効果的な食育のプログラムを構築するためには、計画の段階における評価指標や評価方法等、取組時期も含めた取組内容を十分検討していく必要がある。