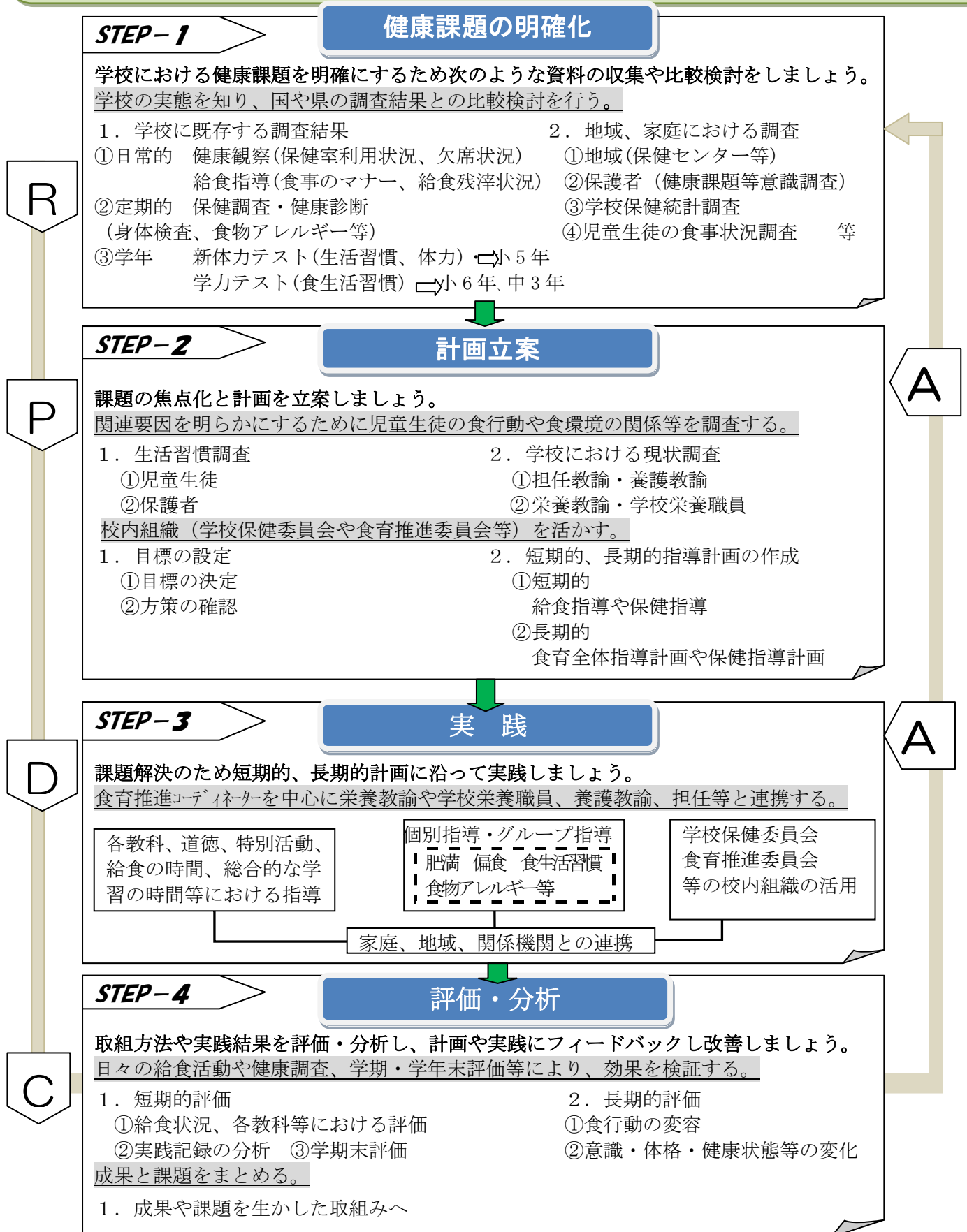


調査の活用による食に関わる健康課題解決への取組み例

食に関わる健康課題を解決するためには、各学校の既存の調査結果の分析や、国・県のデータとの比較検討により、課題を焦点化し、教育活動全体を通して組織的に取組みます。

以下に、解決に向けての手順をR-PCDAに沿って示すとともに、STEP-1～4シートを活用し、解決のための実践例を示しました。



STEPシートによる実践例

STEP-1

健康課題の明確化

実態分析や国や県の調査との比較検討による課題把握

1. 学校に既存する調査による実態		自校の実態（記載例）	全国・県の実態	備考
日常的	健康観察	保健室利用状況、常時利用者3学年3名中2名が朝食欠食傾向。 欠席状況、長期欠席者なし。		
	給食指導 （食事のマナー、給食残滓状況）	給食時間の観察より低学年に残滓傾向。 中学年にマナー指導の必要性。 高学年にご飯の残滓多い。 バランスのよい食べ方、配膳のしかた等の指導必要。		
	その他	給与栄養量のバランスに問題がある。鉄、ビタミンC、食物繊維の不足、たんぱく質の過剰。	栄養摂取基準値	文部科学省HP
定期的	保健調査・健康診断 （身体検査、食物アレルギー等）	3学年肥満傾向、1学年う歯罹患率高い。 ※児童の成長曲線の把握や身体検査の結果から肥満傾向児やむし歯の保有者など健康課題を抱えている児童の割合の推移を検証。		
	朝食摂取率100%週間運動結果	6月調査結果95.8%、11月調査結果99.6%	6月94.87% 11月95.41%	県教委
	その他 「元気の輪強化週間」	朝の排便不十分。 ※望ましい生活習慣を図る手立てとして年3回実施		
該当学年	新体力テスト（生活習慣、体力）	体力に自信があるは33%。起床が辛いことがあるは56%。毎日排便をしないは30%。	学校既存資料	文部科学省HP
	学力テスト（食生活習慣）	給食は全部食べるが65%、いいえが32%。食事を毎日3食規則正しく摂っていないが5%。	学校既存資料	文部科学省HP
2. 社会地域、家庭における実態		自校の実態（記載例）	全校・県の実態	備考
①	地域（保健センター等）	高血圧傾向の高齢者が多い。若年層に対する生活習慣病対策を検討中。 ※保健センターの保健師が学校保健委員会の構成員のため地域や学校の情報の共有化が図られている。	国民健康栄養調査 福島県食育推進計画 市町村食育推進計画	厚労省HP 県保健福祉部HP 市町村保健課HP
②	保護者（健康課題等意識調査）	学校給食への理解や食に関しての意識が高い。	食生活等実態調査	県教委HP
③	学校保健統計調査	むし歯の処置完了者及び未処置者は63.6% 視力異常は29.1%で全国平均。肥満傾向児（肥満度20%以上）11%で全国平均より高い。	<福島県H21> むし歯：63.8%、視力異常：29.9% 肥満傾向児：7.6%	県統計調査課 学校保健統計調査
④	児童生徒の食事状況調査	好き嫌いなく食事をあまり摂らないと全然摂っていないが30%。偏食傾向児が30%。	食生活等実態調査 児童生徒の健康状態 サーベイランス事業報告書 児童生徒の食事状況等調査報告書	県教委HP 日本学校保健会 独立法人日本スポーツ振興センター

STEP-2

計 画 立 案

現状調査

課題の焦点化と計画立案

(学校保健委員会や食育推進委員会等を活かす。)

1. 関連要因のための調査		内容（記載例）
実 態	児童生徒	朝の排便の習慣がない児童は、偏食傾向や食欲などの食習慣について問題を抱えている。
	保護者	経済的に豊かで、学校教育に対する関心が高い。食に関する関心が高い。
2. 学校における現状調査		
実 態	学級担任・養護教諭等	望ましい生活リズムの習慣化を図ることを課題として捉え、教職員間で共通理解が図られている。
	栄養教諭・学校栄養職員	残滓調査や平均栄養摂取量から栄養摂取量が充足されていない現状を改善するため、献立の工夫や児童への啓発方法を工夫する。

課題の焦点化と計画立案

1. 目標の設定		内容（記載例）
①	テーマ	健康に関わる食の課題を解決する食育の推進
②	めざす子どもの姿	○3食規則正しく食事をとることができ、望ましい生活リズムを身に付けることができる児童 ○栄養バランスのよい食事を進んでとることができる児童
③	方策の確認	○指導体制の整備 ○学校給食を生きた教材として活用 ○家庭や地域と連携し推進

2. 短期的、長期的指導計画の作成		内容（記載例）
短 期 的	給食指導	給与栄養量の改善、食育通信の活用、地場産物の活用
	保健指導	元気の輪強化週間点検票の活用（朝食の内容を加える）
長 期 的	食育全体計画	食に関する指導の時間の確保と学年毎の食育年間計画の作成
	保健指導計画	養護教諭と連携した個別指導や健康教室の開催

STEP-3

実践

課題解決を目指し諸計画に従って実践

(食育推進コーディネーターを中心に諸会議を活用して教職員が連携して推進する。)

1. 給食指導	内容（記載例）
①食事のマナー	月毎の食育年間計画の実践内容を「〇月の食育計画」として配付し、職員会議で周知し、学級担任が中心になり、毎日の給食指導の時間に実践する。栄養教諭の巡回指導もあわせて毎日行った。
②食べ方（偏食・咀嚼）紙面媒体、	
2. 各教科等、放送等	
①学級活動	食育年間計画に基づき実施。担任教師と栄養教諭がTTにより、学級の実態を踏まえ、児童が課題解決に向けた目標を設定できるよう学校給食との連携を図りながら指導を行った。1年から6年（学活）各1時間
②体育・保健	3年「毎日の生活と健康」 4年「育ちゆくからだわたし」
③家庭科	6年「楽しい食事を工夫しよう」
④その他（食育通信）	<ul style="list-style-type: none"> ・食育通信の作成：毎日の献立のねらいや意図を、学級担任を通して児童へ伝えるとともに、栄養バランスのよい食事をとるよう働きかけるための資料を作成した。 ・献立に沿った食事マナーや食べ方の指導を給食通信を活用し学級担任が行っている。児童の感想を書く欄を作り、給食室との交流を図った。
3. 個別指導	
①肥満	「おやつのととり方」の学級活動における自己決定から個別指導
②偏食指導	「なんでもたべよう」の学級活動の自己決定から個別指導
③う歯	食後の歯磨きの徹底
④食物アレルギー	アレルギー対応マニュアルによる家庭や児童への個別指導
⑤その他	
4. 学校保健委員会や食育推進委員等の校内組織の活用	
①学校保健委員会	毎学期開催し、児童の健康課題の把握や校内健康教育推進状況を協議 ※構成員は教職員・保護者・学校医、保健センターの保健師
②健康プロジェクトチーム （健康教育推進委員会）	推進委員会へ食育推進計画の提案を毎月行い、校務運営委員会での協議を経て、職員会議で全職員に周知し、組織的に食育を推進する。 ※学校教育の努力目標を具現化するための推進母体
③その他 （食育推進コーディネーターとの連携）	食育全体計画の整備と計画の実施に関する連絡調整 元気の輪強化週間への参加と協力
5. 紙面媒体、放送、集会活動、委員会活動等	
①紙面媒体	食育コーナーを設置し、食に関する情報や給食の啓発ポスターなど掲示。 毎日の食育通信と児童参加の給食クイズの実施。
②放送	給食委員会の児童により、毎日給食時間に給食情報を提供した。
③集会活動	良い歯の週間や給食週間など健康に関わる週間に合わせて、児童会や保健委員会で全校対象に集会活動を企画実行した。
④委員会活動	児童会給食委員会を担当し、児童による食育の啓発を支援した。
6. 家庭、地域、関係機関との連携	
①家庭への啓発活動	家庭への献立表、食育便りの配布による啓発活動。 授業参観時の食育の授業、保護者懇談会で食育の講話 給食試食会と食育講演会
②PTA 行事活動	料理教室開催とPTA 新聞掲載
③関係機関	隣接する幼稚園 PTA 講演会 県主催「わたしが作る朝ごはんコンテスト」への参加啓発と支援

1. 短期的評価	
①給食摂食状況	残滓率の減少で平均栄養摂取量の向上 ◎排便と関係がある食物繊維やビタミン類、ミネラル類の摂取量の向上
②各教科授業の評価	指導前と指導後の意識や行動の変容 ◎給食に嫌いなものが出たとき、全部食べる児童と半分以上食べる児童の増加
③その他「元気の輪強化週間」	生活習慣チェック票での自己評価 ◎三食しっかり食べる 1.7%、朝の排便 8.4%それぞれ改善された。
2. 長期的評価	
①実践記録の集計と分析	年間給食平均栄養量摂取量充足率の向上 地場産物活用率の向上
②関連要因の変容（意識・身体）等 ※新体力テストのアンケート結果より ※健康診断の結果より	学校給食を全部食べられる割合が 14%増加 体調について良いが 10%増加 肥満傾向児の出現率が 1.1%減少 ローレル指数 160 以上の児童が 5.3%減少 児童の意識変容や身体に問題を抱える児童の評価はできたが、その他の児童については、明らかにできなかった。

成果と課題（例）

(1) 成果

- ① 指導体制を整備し、食に関する指導の充実が図られた。
教育活動全体で規則正しく食事をとることができるよう指導したことにより、児童の望ましい生活習慣の改善がなされ、朝排便をする児童の増加や給食摂食状況の改善、体調の改善、肥満傾向児の減少など、好ましい変容がみられた。
- ② 学校給食を生きた教材として活用し、食育の推進が図られた。
献立の工夫や残滓率の減少が、児童一人あたりの平均摂取率の向上につながった。
- ③ 家庭や地域と連携し推進がはかられた。
前年度に比べ、いつも好き嫌いなく食事をとっている割合が増加した。

(2) 課題

- ① 実践の結果として、児童全体から好ましい変容がみられたが、児童一人ひとりの食に関わる健康課題の変容を検証し、指導するまでには至らなかった。

今後に向けて（例）

- (1) 児童一人一人の変容が確認できるような方法で実践を進める。
- (2) 「健やかな体」の定義やその評価方法について検討しながら、実践を継続していく。