

実践5-3 食育連携

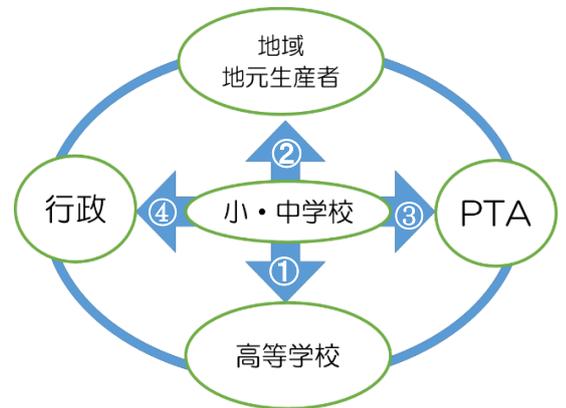
1 食をめぐる関係機関

(1) 恵那市栄養教諭学校栄養職員部会について

恵那市には4ヶ所の学校給食センターがあり、5名の栄養教諭・学校栄養職員が勤務している。恵那市には小学校14校、中学校8校がある。各栄養教諭・学校栄養職員は、本務校以外に1～5校の兼務校を持っている。各学校と連携して、給食の時間や学級活動、家庭科などの教科における食に関する年間指導計画に基づいて指導を行っている。食を通してふるさとを愛し、誇りに思う郷土愛や基本的な食習慣の確立を図り、食生活や健康に対する意識を高めようとする児童生徒の育成を目指している。

(2) 各関係機関との連携

恵那市では小・中学校だけでなく、右の図の様に、PTA、小・中学校周辺の高等学校、行政（健幸推進課・農政課）や地域、地元生産者などと連携を図り、様々な活動を各学校で行っている。以下の4つの連携事業の実践について報告する。



- ① 高校生と連携した、地元の生産物を利用した給食の献立開発
- ② 地元生産者と連携した事業
- ③ PTAと連携したお弁当の日
- ④ 行政、プロの料理人による子ども料理教室

2 実践内容

(1) 高校生と連携した、地元の生産物を利用した給食の献立開発

恵那市の「食」のプロジェクトの一環として、安全・安心な農作物作りや生産者に対する理解を深めるため、学校給食では、行政と協力して地産地消に取り組み、地場産の野菜や加工品をとり入れるように努めている。その中で、恵那市内の2校（恵那南高等学校・恵那農業高等学校）の高校生が、学校給食について学び、地産地消を取り入れた学校給食の献立を考えるとという取組を行った。そして、実際に生徒が考えた献立を学校給食にとり入れ、その献立や食材について、小学生に向けて、高校生が講話を行った。

ア 恵那南高校と明智小学校、明智学校給食センターとの連携

1) 地域の「食材」の活用

福祉保育系列2・3年生の生徒は、恵那市の特産である「恵那栗」を育てており、皮むき、販売も行っている。地元食材として、栗や里芋を使用した献立を考え、学校給食にとり入れた。

2) 高校生による小学生との交流

明智小学校の児童に対して、自分たちが考えた献立について高校生が講話を行った。給食では、里芋を使用した里芋ご飯を提供し、これを郷土食である「五平もち」として児童とともに作り、高校生と共に食べた。

恵那南高校の生徒が考案した献立（11月の献立に採用、（ ）内は、恵那産の食材）

11/15 秋の里ごはん（恵那栗）	11/19 いもつやカレーライス（里芋）
11/20 里芋ご飯（里芋）	11/20 えなっちゃんこ汁（ねぎ、細寒天）
11/26 ごろごろ大豆みそ（里芋、ねぎ）	

イ 恵那農業高校と大井第二小学校、恵那市学校給食センターの連携

1) 学校給食の献立についての講話

恵那農業高校の生徒が恵那市学校給食センターを見学し、栄養教諭による「栄養士」「管理栄養士」の業務内容、及び献立作成時の注意点等についての講話を聞いた。

2) 地域の「食」の調査

食品科学科2年生の生徒が、市内の生産者、加工業者、販売所等を見学し、地域の食の魅力や、食品産業が抱える課題について調査し、学習した。

3) 高校生による食材の生産加工

毎年、高校の実習でジャム、しょうゆ、はちみつ、えごまなどを生産しており、今年度も同様に生産した。

4) 高校生による献立メニューの開発

グループで献立開発をした後、夏休みに学校で試作を重ね、試食会を実施した。その都度、市役所健幸推進課の管理栄養士や、学校給食センターの栄養教諭や調理員によるアドバイスを経て献立を改良した。

5) 学校給食献立への高校生メニューの導入

高校生が考えた献立を、給食センターで再検討し、学校給食の献立として実施した。



写真 高校生による献立開発の様子

6) 高校生による小学校児童への授業実施

「学校給食にとり入れた献立」や、自分たちが取り組んでいる「食材の生産・加工」についてなど、大井第二小学校の児童に対して授業を行った。その後、給食の時間に児童とともに給食を食べた。



写真 高校生による、小学校での授業の様子



写真 高校生による、小学校での授業の様子

恵那農高の生徒が考案した献立（11月の献立に採用（ ）内は、恵那産及び恵那農高製の食材）

11/16 ソフトめんクリームソース（米粉）、細寒天入り海藻サラダ（細寒天）
11/16 えごまいりこナッツ（えごま、蜂蜜、醤油）
11/20 恵那の栗入り味ごはん（栗）、切り干し大根の磯香あえ（えごま、醤油）
11/21 オレンジチキン（米粉、みかんジャム）
11/28 ミルクカレースープ

(2) 地元生産者と連携した事業

恵那市では、15年以上前から「畑と学校給食を結ぶ交流事業」という取組を行っている。これは、学校給食に市内産農産物や農産物加工品を利用することで、地産地消を一層推進し、また児童と地元生産者との交流を行うことにより、児童への食農教育の一助とすることを目的としている。学校、行政（農政課）、地元生産者と連携し、希望する小学校で毎年行っている。内容は、収穫体験、農産物ができるまでの流れや、育てるときの工夫や苦勞などの話を生産者から聞くこと、恵那市の気候を活かしての農作物についての話、その農作物の栄養の特徴などを生産者や行政、栄養教諭から聞くこと、実際にその農作物を活用した給食を生産者や栄養教諭などと児童と一緒に食べるといったものである。ここでは、3校の実践について説明する。

ア いちご生産者と東野小学校、恵那市学校給食センターの連携

児童は、学校栄養職員による給食センターでの調理の説明や、生産者の方によるいちごの栽培について話を聞いた。その後、生産者の方と一緒に給食を食べた。



写真 生産者による講話の様子と当日の給食

イ ブロッコリー生産者と岩邑小学校、岩村学校給食センターとの連携

地域のブロッコリー生産者を講師として、ブロッコリーの収穫体験を行った。地域の気候を活かしたブロッコリーの栽培方法や生産までの工夫とやりがいについて、講話を聞いた。

また、市職員による市内で生産される農産物についての話や、栄養教諭によるブロッコリーの特徴、野菜の働き、給食センターでの調理の様子について話を聞いた。

その後、生産者が栽培したブロッコリーを使った給食を共に食べ、交流した。

<児童の感想>

スーパーでしかブロッコリーを見たことがなかったので、畑で育っているブロッコリーを初めて見た。

<担任の声>

給食に使われているブロッコリーが、自分たちが収穫したものであると知り、嬉しそうに味わって食べていた。



写真 収穫体験の様子

ウ 野菜生産者と串原小学校、明智学校給食センターとの連携

栄養教諭より給食センターでの調理の様子についての話を聞き、市職員より市内で生産される農産物についての話、生産者より野菜を育てるときに苦勞する話などを聞いた。その後、生産者の方と一緒に給食を食べた。

<児童の姿から>

野菜を育てるときの話を興味深そうに聞いていた。生産者さんが大切に育てた野菜は、おいしいと感想を言いながら食べていた。



写真 生産者の講話の様子

(3) P T Aと連携した、「お弁当の日」

ア 上矢作中学校 「お弁当の日」の取組について

上矢作中学校では、P T A母親委員会主催でお弁当の日の取組を毎年行っている。取組内容は、生徒がお弁当の内容を考え、食材を購入し、調理片付けまでを行うものである。事前指導は学級担任と栄養教諭が行っている。

その後、お弁当作りの参考になるように実施した指導内容と、簡単にできるお弁当レシピを載せた便りを配付している。「お弁当の日」の朝、各家庭でお弁当を作り、学校で生徒同士でお弁当の内容を見せ合って交流した。

イ お弁当の日の目的

- ・ 栄養のバランスがとれた食事の大切さを理解する。
- ・ 食材の選び方、調理の仕方や技術を学ぶ。
- ・ 食事を作る大変さを学び、感謝の気持ちを持つ。

ウ 事前指導について

1) 指導内容

< 中学校1年生 家庭科 >

- ・ 上矢作中学校では、食の分野を2年生で学習するため、1年生では、小学校までの学習内容で理解できるものとした。

【題材名】

栄養の摂り方とお弁当作り

【ねらい】

- ・ 中学生に必要な栄養の特徴について考え、弁当作りにいかす。
- ・ 栄養を考えたお弁当にしようという意欲が持てる。

< 中学校2・3年生 家庭科 >

血液検査の結果から3年生では貧血の生徒が多くみられたことを受け、カルシウムと鉄を意識した指導内容とした。

【題材名】

栄養の摂り方と食生活

～お弁当の日の取組の流れ～

事前指導（学級担任・栄養教諭）



お弁当作りカードに自分のお弁当のテーマを記入

（献立・材料名・完成図）



食材の準備・調理の仕方・手順の確認



お弁当の日



お弁当作りの振り返り



写真 授業の様子

【ねらい】

- ・お弁当作りを通して、中学生に必要な栄養の特徴と量について考えることができる。
- ・栄養（2年カルシウム 3年鉄）を考えたお弁当にしようという意欲が持てる。

〈生徒の感想〉

好きな物を入れるだけではなく、少しメニューを変えることで栄養が大幅に改善することが分かったので、意識してお弁当を作りたい。

カルシウムが少なくなってしまうのでお弁当を作る時には、カルシウムが少なくならないように乳製品などを増やしてカルシウムがとれるようにしたいです。

（4）行政、プロの料理人による子ども料理教室

恵那市では、平成27年に「健幸都市宣言」を行い、健康のまち作り事業に取り組んでいる。恵那市の成人の課題として、高血圧の割合が高いことが挙げられる。そこで「恵那市民の健康寿命延伸」を目指し、賢く、美味しく、楽しくをモットーに、食べることの大切さ、生活習慣病にならない食べ方を子どもから大人まで幅広い世代で学んでいる。

恵那市内の中学校では、行政（健幸推進課）と、「たべるサポート料理人」である、地元で活躍するプロの料理人と連携して、事前指導1単元、調理実習2単元、合計3単元で家庭科の授業に取り入れて行っている。

ア 事前指導

恵那市の成人の課題に、高血圧の割合が高いことが挙げられることから、事前指導では、家庭科教科担当の教諭と栄養教諭、健幸推進課の保健師とが連携して授業を行った。これは、食べることの大切さを知り、1日に必要な野菜の量を意識して献立をたてることをねらいとしている。恵那市の食に関する課題を知り、健康に留意して一食分の献立を考え、次の調理実習に繋げることとした。



写真 授業の様子



写真 授業の様子

イ 調理実習

肉料理、又は魚料理のうち学校が指定したものと、ほうれん草のおひたし、みそ汁の調理実習を行った。料理人から、美味しいだしをとるための昆布やかつお節の特徴ととり方、ほうれん草のゆで方、みその特徴など、美味しく作るためのテクニックを、調理デモを通して教えてもらった。実際にとっただしと粉末だしの飲み比べなどを行った。また、野菜を多くとるために、主食に野菜を取り入れたり、具だくさんのみそ汁にしたりするとよいことなど、家庭でも取り入れやすく、中学生でも簡単に調理できる方法を学習した。

主菜	和風ポークステーキ 又は 更紗鱒の包み焼き
副菜	ほうれん草のお浸し
汁物	みそ汁

表 料理人考案レシピ



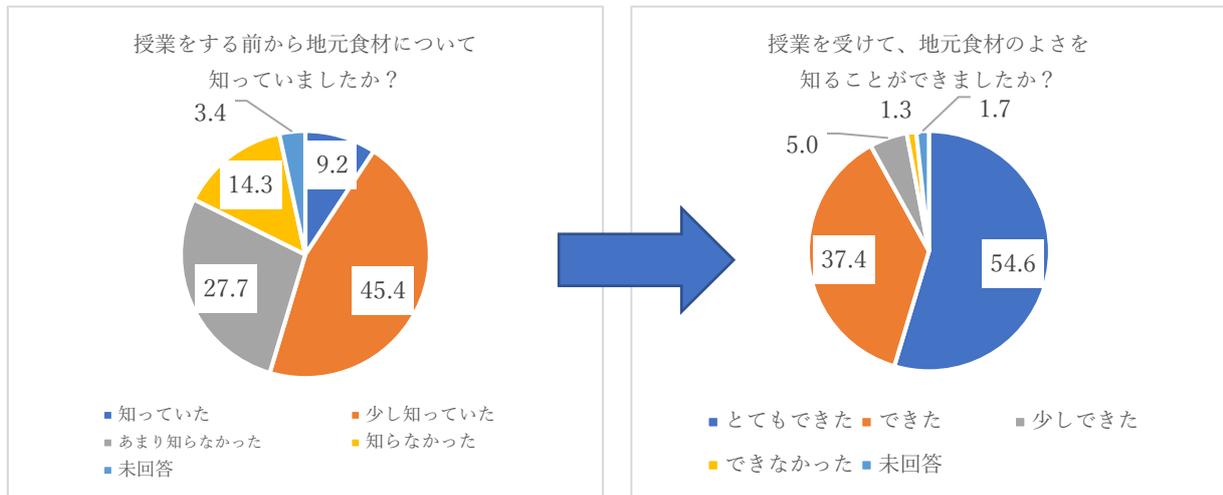
写真 調理実習の様子

3 成果と課題

(1) 成果

① 高校生と連携した、地元の生産物を利用した給食の献立開発

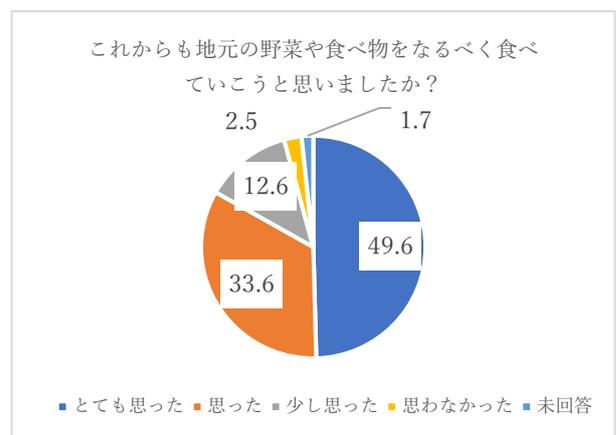
高校生が地産地消を意識した献立を考え、児童に食に関する授業を行うことで、児童たちは親しみやすく、恵那市の食材について考えるよい機会になった。



高校生が、地元の企業などに取材をしながらメニューの開発をして、地域の食について理解を深めたり、実際に給食センターで調理を体験したりすることで、小学校での交流にいかすことができた。児童も、年齢の近い高校生から実体験を交えた話を聞くことで、より興味関心を持って交流することができていた。今年度は、「えなの日」と繋げて、地元企業とも連携した給食の提供を予定している。

② 地元生産者と連携した事業

児童は、普段給食で使われている食材が、地域で作られていることを知ったことはもちろん、生産から消費されるまでの流れを、事業を通して学ぶ機会となった。生産者から工夫していること、苦労していることを直接会って聞くことで、食べ物の大切さを知り、



給食に携わっている人や、食べ物に感謝をするようになった。収穫体験後に給食に出したブロッコリーについては、収穫体験の場所でとれたブロッコリーなのか、どのくらいを給食に使ったのかなど、関心を持つ児童が多くいた。また、ブロッコリーには肌をきれいにする働きや、風邪予防の働きがあること

を理解し、進んで食べる児童の姿もあった。

③ PTAとの連携

「お弁当の日」に生徒が作ってくる内容をも、事前指導を踏まえた食材を取り入れたり、旬の食材を使ったり、出来上がりの見た目も意識したお弁当を作ることができている。お弁当の内容を計画する所から片付けまで生徒自ら行うことで、保護者へ感謝する心も育むことができた。また、事前指導後の給食時間では、「小松菜が使われているから、今日の給食はカルシウムが多い献立だ」と言う生徒の姿もあった。中学校生活3年間を通し、段階的に取組を行うことで、学習したことをお弁当の日で実践することができている。

④ 行政、プロの料理人による子ども料理教室

保健師から恵那市の現状の課題を知ることができ、塩分を控えるように気をつけよう意識を持たせることができた。野菜については、1日に必要な野菜の量を実物の野菜で見たことで、普段自分が食べている量が少ないことに気づくことができた。また、1日に必要な野菜の量を意識して献立をたてたことで、実生活でも主菜にも野菜を取り入れたいと意識を持たせることができた。

調理実習では、料理人からおいしのだしのとりの方や調理技術を教わるだけでなく、料理人が顧客に料理を出しているときに大切にしていることや、こだわりを聞くこともでき、キャリア教育の一環にも繋がっている。

(2) 課題

① 高校生と連携した、地元の生産物を利用した給食の献立開発

高校生が小学校で交流をするにあたって、高校と小学校が事前の打合せをする時間があまり取れず、交流がスムーズに進まない学級もあった。給食センターからだけでなく、行政側からも、交流を行う小学校側と丁寧に打ち合わせを行う必要がある。高校にとっても小学校にとっても、より価値のある交流になるよう、検討していきたい。

また、昨年度初めての試みだったこともあり、メニュー開発の過程や試食会などで何度も高校へ赴いたり、給食センターでの調理工程を考慮して、アレンジ・試作を重ねたりと、多くの時間を割くこととなった。今年度以降は取組内容を精査し、無理のない進め方を考えたい。

② 地元生産者と連携した事業

事業実施までに、生産者と行政と学校関係者（担任・栄養教諭）で打ち合わせを行っているが、日程の調整や食材の発育状態により、事業実施日の給食と、地元生産者の食材をうまく結びつけることが難しいこともある。児童への指導内容の検討・事業内容の精査が必要である。

③ PTAとの連携

生徒が取り組む活動であるが、保護者の理解や協力が不可欠である。事前指導では、生徒の実態把握を行ったことを活かし、給食の時間における指導内容も合わせて計画していきたい。

④ 行政、プロの料理人による子ども料理教室

料理教室を行うに当たり、行政が取り組みたい内容を、そのまま授業に取り入れることは難しい場合が多いので、学校と行政、料理人と事前の打ち合わせが重要である。計画的に、各学校に応じた取組ができるよう、学校と行政のよりよい連携の方法を考えたい。また、学習の事前事後のアンケートを比較し、指導内容を検討していく必要がある。