

4 家庭・地域との連携

(1) 望ましい生活習慣のための普及啓発活動

【教育委員会が中心となって行う活動】

ア P T Aと連携した「早寝・早起き・朝ごはん」推進運動の展開

横浜市P T A連絡協議会と連携し、「早寝・早起き・朝ごはん」の推進をし、児童生徒の生活リズムの健全化を図っていきます。

(各校P T Aと連携した活動の実践例はP 5 9～6 1に掲載してあります。)

(ア) 児童生徒の生活習慣が乱れ易い長期休業前に、家庭で取り組むことができる活動例を紹介した啓発パンフレットを作成、配付します。

(イ) 市立学校P T Aで家庭教育学級のテーマに「食教育」に関する内容も例示します。各区や中学校ブロック、各校のP T Aで「食育」や「早寝・早起き・朝ごはん」をテーマに講演会や研修の実施が増える傾向にあります。

(ウ) 横浜市P T A連絡協議会の各区の代表理事や役員を対象に「食」に関する「役員研修会」を実施します。

(エ) 市立学校のP T A会員を対象に、各校の実践をもとに情報交換を柱とした「横浜市P T A交流研修会」を実施します。

(オ) 市立学校のP T A会員を対象に、横浜市P T A研修会を実施します。



【研修会や講演会の様子】



イ 学校における「早寝・早起き・朝ごはん」推進運動の展開

(ア) 「早寝・早起き・朝ごはん」の推進実践校を委嘱し、児童生徒や保護者に向けた「食教育」を中心とした教育活動や健康的な生活習慣の実践を通して、朝食の欠食を無くす効果的な取組について研究します。

平成19年度は、西区宮谷小学校、旭区白根小学校、金沢区並木第一小学校の3校に依頼し、平成21年度からは、研究成果を生かし、全市立学校で各校の実情に合わせて実施していく予定です。

(実践例はP 5 6～5 8に掲載してあります)

(イ) 文部科学省や八都府県市共同キャンペーン、県教育委員会、協賛企業等が作成するパンフレットやポスターを全市立学校に配付し、啓発活動を継続的に実施していきます。

児童生徒や保護者がこのポスター等を目にすることで、「早寝・早起き・朝ごはん」推進運動の意識の持続化を図っていきます。

(ウ) 区の福祉保健センターや社会福祉協議会が実施する「早寝・早起き・朝ごはん」推進事業や「子育て支援」の研修会等と連携し、子どもの生活リズムの健全化に向けた取組に、講師派遣や情報提供を含めた積極的な支援をしていきます。



ウ 企業や関係団体への協力要請

児童生徒の健康的な成長のため、生活リズムの健全化を目指し、家族と一緒に食事ができるよう、「みんなで育てるハマの子ども」ネットワーク協議会等の場で、経済界、マスコミ、PTA、教育関係団体、福祉文化団体、青少年育成団体地域活動団体等に、保護者の帰宅時刻に配慮した取組への協力を呼びかけます。

エ 食教育の意義や必要性を啓発する会の開催・情報提供及び後援

(ア) 保護者や地域住民に対して、食教育の意義や現状、各学校で実施されている具体的な実践等を「食教育シンポジウム」「横浜教育フェスティバル」の開催を通して、発信していきます。また、保護者向けの「食教育だより」を作成し食に関する情報を提供します。



(イ)「スローフードフェア」など他の団体が進める食育の啓発の会を後援していきます。地場産物を積極的に活用していくよう呼びかけます。



【学校が中心となっていく活動】

オ 食教育の意義や具体的な活動の発信

(ア) 学校説明会及び学年・学級懇談会等で、食教育の必要性について積極的に発信し、必要に応じて「食教育の全体計画」についての説明を行います。

(イ) 給食だよりで食品の品質など食や給食試食会等で、食教育に関する情報を提供したり、食事の栄養バランスについて体験的に理解できる給食試食会を設けたりすることで、保護者の食に関する意識を高め、家庭との連携を図ります。

きゅうしょくだより 2007. 9.13
横浜市立森の台小学校
校長 藤田 忠良
栄養士 上野 麻

今年度は定額給付金制度、そして9月も消費税増徴の日が重なっています。今年こそは高値に買わなければならないので、減額しやすくて、でも、減額効果が大きい商品から探す。特に消費税増徴の9月、早朝・早退・朝ごはんを育養して元気に毎日を過ごすようにしよう。

**お弁当を持って
でかけよう!**

本校では、9月20日(水)に全学年お弁当の日を計画しています。また、これからの季節は各学年で校外学習などもあり、お弁当を作る機会が増えますので、たくさん楽しく食べられるお弁当作りを想定しています。

お弁当作りの3カ条

- ① 食品の鮮度に気をつけよう。
② 安全でおいしい見栄え、食中毒を防ぎます。
- ③ 分量と彩りを考えましょう。
お弁当の日には、全校として中学年で約2000食。(人数割りで準備しています)
④ 食・食・食・食・食の食が健康に自然に栄養のバランスが大切です。
- ⑤ 食生活習慣は、しっかりと。
⑥ 食・食・食・食・食と心を込めて調理します。
食には・・・



9月のこんだて

- 7日(金) 肉の日を毎月予定でしたが、台風で休校のため11日(火)に繰り上げました。
- 12日(水) 牛の日を毎月予定でしたが、台風で休校のため11日(火)に繰り上げました。
この日の献立は、養老の地産品を多く取り入れた献立にしました。
- 13日(木) 季節の食材ブルームーンです。11月の献立ではドライフルーツですが今回はフレッシュな果実を使います。
- 14日(金) ふれあいタイムで定例給食です。献立を見ながら1年生から5年生まで交流です。
4日(水) 9月7日 10日(月) 2年7日 12日(水) 3年7日 25日 4年7日

地域の食材を子どもたちへ・・・

- 今年はお米210kgの他にもお米・お米を地域の産物から協力して給食に使うことができました。
- 9月1日・4日・10日・12日・25日の学校で調理を体験しました。
 - 10月1日・4日・10日・12日・25日の学校で調理を体験しました。
 - 11月1日・4日・10日・12日・25日の学校で調理を体験しました。
 - 12月1日・4日・10日・12日・25日の学校で調理を体験しました。
- お米や野菜は子どもたちにもっと楽しんでもらいたいと思います。今後もいろいろな地域の産物を給食で使っていきます。

食中毒警報発令中!

1年生通いの月は食中毒の発生が多いです。ご家庭でも食べ物の衛生に気をつけてください。

細菌をつけない (調理・洗浄)	細菌を増やさない (冷蔵・冷凍)	細菌をやっつける (加熱・殺菌)
---------------------------	----------------------------	----------------------------

お子さんの食、安心手に入れていますか?
今年一度確認してください。是非、1週間にも一度は食中毒警報も、いつの間にか発令されていることが...

(2) 地域やJA等の地域生産団体と協力した地産地消の推進

【教育委員会が中心となつて行う活動】

ア 地産地消に向けたJAや関係団体との連携

(ア) JAや関係団体が主催する各種行事に積極的に参加し、情報を収集するとともに地産地消推進の見通しをもちます。また、「はま菜ちゃん料理コンクール」など横浜市内産の野菜や果物をPRする活動などを積極的に後援します。



※「はま菜ちゃん」は横浜生まれの野菜や果物のシンボルマーク。平成10年2月に、シンボルマーク候補3点の中から、市民投票により選ばれました。

平成19年10月21日(日)
午後1時00分から
東京ガス横浜ショールーム4階 料理教室

(イ) JAや関係団体に、県内産、市内産の農作物を積極的に給食食材として提供するように協力を呼びかけます。

イ 給食の基準献立における地場産物の活用

(ア) 給食の基準献立に地場産物が積極的に活用されるように、学校給食会に協力を呼びかけます。

【学校が中心となつて行う活動】

ウ 給食の独自献立における地場産物の活用

(ア) 栄養教諭・学校栄養職員が中心となつて、地域の農家や商店等との連携を図り、地場産物を使用した給食の献立の開発に努力します。

エ 教育活動及び各種行事における地場産物の活用

(ア) 生活科・家庭科などの食材を扱う学習や料理教室・〇〇祭などの行事において、積極的に地場産物を取り入れます。

(イ) 生活科・社会科・総合的な学習などの地域学習において、児童生徒が自主的に地域の生産者と交流する場を活用し、地場産物への理解を深めます。

～共に歩む健康科をめざして～

1 保護者や地域の方々との連携を深めるために学習サポーターとして保護者や地域の方々とともに学ぶ単元の開発

○箸の使い方を保護者と一緒に学習

1年 たべものをたいせつにしよう

「おはしとなかよし」

給食に入っている食べ物に興味をもったり、箸の正しい使い方を知ったりすることから、食べ物を大切にしようとする気持ちをもつことができるようにするというねらいをたて学習を進めました。

保護者が単元の授業を参観し、豆つかみゲームに

参加しました。アンケートやお便りで箸の持ち方への関心を高めるためのよびかけを行うなどによって、保護者の関心も高まり家庭からの支援が大きな支えとなりました。

○自治会の方から聞いたお祭りの伝統食の話

3年 昔の食べ物たんけんたい

「昔から伝わる行事食ごよみを作ろう」

昔から季節や行事に応じて素晴らしい食の文化が伝えられていることを知り、それを大切にしようとするねらいをもち学びました。そして、地域のお祭りに作る食事は、自然の恵みへの感謝や健康を願うなど人々の願いが昔から伝わるものであるということも自治会の方から聞くことができました。



2 健康をテーマとしたPTA活動の推進

PTA活動① 「元気いっぱい朝ごはん講座」

栄養満点の簡単朝食レシピの紹介と調理

本校栄養士と保護者

献立 A…具たくさんのみそ汁、おにぎり、スクランブルエッグ

B…ピザトースト、ヨーグルト、牛乳

《参加者の感想》

・だしを取った後の鰹をふりかけにするのは、参考になりました。家庭でもやってみようと思います。

・鯖の水煮を使ったピザトーストは、とてもおいしく栄養もあるので作ってあげたいです。

PTA活動② 「早寝・早起き・朝ごはんの必要性について」

講師を招いて保護者との勉強会

《参加者の感想》

・早寝早起きがいかに大切かということを改めて感じました。もう一度家での生活を考える機会がもてたように思います。

・早寝・早起き・朝ごはんを心がけていましたが、「朝5時に起きて、朝勉強し、みんなで一緒に朝ごはんを食べる」というのは目から鱗が落ちる思いがしました。



～白根の食教育を支える学校・保護者・地域の連携と協業～



本校は、平成19年度横浜市教育委員会の「早寝・早起き・朝ごはん」推進事業のモデル校となりました。

事業の開設にあたり、学校・PTA・地域の方で運営委員会を設置し、企画運営にあたりました。

夏季休業中には、PTA・地域の方々との協業により「子ども朝ごはんづくり」講習会を開催しました。



「子ども朝ごはんづくりの様子」

白根の自然



白根のまち



『白根の風土』が
支える
『食教育』

白根のひと



～私の生活は、私が創ります～

本校の教育目標は、「私の生活は私が創ります」ですが、その土台になるのは健康な体です。実態調査から、本校では児童の生活リズム全体を整えることが「早寝、早起き、朝ごはん」を実現する方策だと考えました。そこで、今年度は以下の活動を行いました。

お昼までもたない…

7月の実態調査から、朝食をとくとき、いつも食べない児童が10.1%もいることがわかりました。保健室に来室する児童の聞き取りからも、欠食が体調不良の原因になっている様子が伺えました。また、朝食をとっている児童の栄養素バランスを見たところ、黄・赤・緑とそろっている児童は40.0%でした。朝食を食べてはいても、内容は改善が必要な事もわかりました。

食・健康の大切さを研修 8月

教職員と保護者を対象に、「今、なぜ食教育が大切か」を学びました。講師は、元横浜市立小学校栄養士 吉田真理子さんです。食は人間丸ごとを育てることを共通認識しました。

同様に、「夢の実現に必要なこと」と題して、成長に合わせた体づくりの大切さを、岩間整形外科の岩間徹先生から伺いました。

朝のいきいきタイムで体の目覚め 9月～

生活リズムを整えるためには、朝早く起きることがポイントです。朝、太陽の光を浴びることで、体の目覚めを促そうと、朝に外遊びの時間を設けました。



自分で「作って食べよう」 7月



児童自身が食事を作る力をつけられるように、サマースクールで希望者に実習を行いました。これをきっかけに、家庭でも食事作りにチャレンジする姿が見られました。

お母さんも栄養バランスを勉強 11月



バイキングで選んだ料理を黄・赤・緑に分類して、望ましいバランスを学びました。

いつもの食事とくらべ、緑の仲間の食べ物を、思っている以上に多くとらないといけないことに驚いていました。

～お弁当について考えよう～

1 お弁当講習会の開催

- (1) 日 時 平成19年12月4日(火) 10:00~12:30
- (2) 場 所 上菅田中学校調理室
- (3) 内 容

- ① 講話「思春期の栄養バランスについて」
講師 保土ヶ谷区福祉保健センター
管理栄養士 笹間泰子



○思春期は一生の体格が決まるときなので、自立したよい食習慣を身につけましょう。
○無理な食事制限は禁物です。バランスに気をつけた食事をしましょう。
○朝食を抜くと午前中のエネルギー供給が不十分となり、頭のはたらきや体調が悪くなったりするので、きちんと朝食をとりましょう。

②調理実習「簡単にできるお弁当のおかずレパートリーを増やそう」

保土ヶ谷区食生活等改善推進員会（ヘルスマイト）所属 お弁当向上委員会



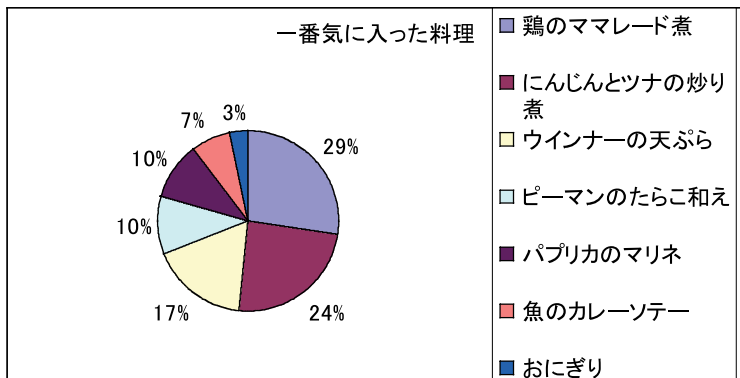
お弁当作りがこんなに簡単にできるとは思っていませんでした。冷凍食品を一つ減らして、今日教えていただいた一品を入れたいと思います。

身近な食材で簡単にできる。しかもおいしい！料理が苦手な私でも楽しくできました。参加して良かったです。



2 お弁当講習会のアンケート集約

講習会終了後、アンケート調査を実施し今後の活動に生かすことにしました。回答者全員から「また参加したい」「おいしかった」という声をいただき、今回の講習会が有意義であったことを実感しました。



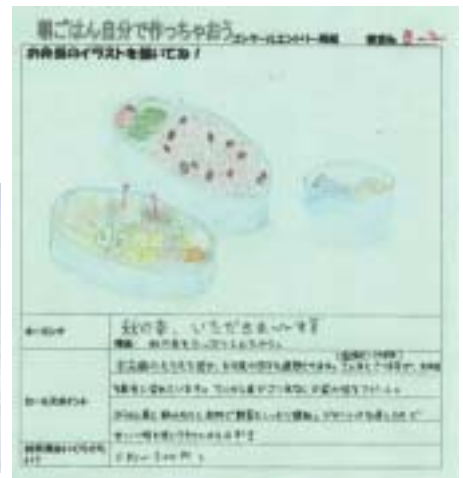
～保中の食育 食べる力を育むために～ 【保健指導部の視点として】

「PTA本部事業」としての
食育の取り組み
保中の食育
食べる力を育むために

「保中学生の家庭も生活が多様化し、食を含めて生活のリズムも様々です。しかし、大人の食事は健康を維持するものであっても、子どもは成長するために食事をするのです。一日は朝食でスタート、自ら朝食をとれるような子に育てれば、生活のリズムも安定し、よりよい学校生活が送れるようになるに違いありません。」

7月「お弁当メニューコンクール開催のお知らせ」
※全校生徒への呼びかけ

友人と相談し食べてみたいものを考え、応募用紙にイラストを描いて提出します。



10月「お弁当メニュー作りの会」開催 10月20日（土）



講師 PTA本部役員の方々
参加者 生徒保健委員
メニューコンクール
参加者及び希望者

※朝食・炒め物・卵料理・野菜料理・揚げ物・煮物の6グループに分かれてお母さん方に教えてもらって、実際に作ってみました。

11月「学校保健委員会」「校区・家庭教育学級」開催 11月22日（木）

〈発表〉「朝食、お弁当メニュー作りに参加して」
「食事・生活に関する調査」
発表者：生徒保健委員
〈講演〉「食育について」
講師：吉田真理子先生
（東京栄養食糧専門学校講師）

〈生徒の声〉
今まで食事について考えていませんでしたが、これからは、旬の食材を食べるように、実際に家でもやりたいと思いました。

※生徒の発表のあと、吉田先生の講演があり、朝食の大切さや旬の食材の意義について考えるきっかけとなりました。

自分の食生活を客観的に知ることができて良かった。食事や健康のことを考えていく必要があると思いました。



12月「かまぼこ作り体験バスツアー」開催 12月18日（火）

～ 各特別支援学校の取組～

【盲特別支援学校】

本校では、幼稚部の保護者を対象に、幼児のQOLの向上をめざして、年5回、学習会を開催しています。学習したい内容については、保護者にアンケートをとっています。

今年度は幼児に行う食育について学びたいという意見が多くあり、日頃からの悩みである、「上手に離乳させたい」「食事時間を決めて生活リズムを身につけさせたい」「かめるようにさせたい」という内容を折り込み、学校栄養職員による講演会を行いました。

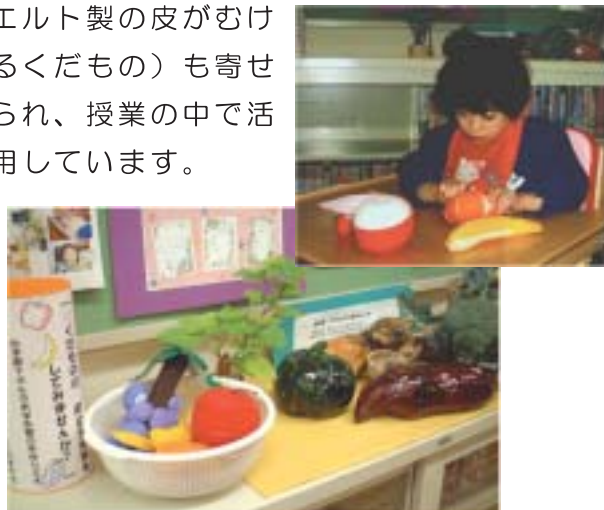


【中村特別支援学校】

本校では、子どもたちが季節の食材や学校菜園での収穫物を見たりさわったりできるように、展示コーナーを設けています。

教職員だけでなく、保護者の方からも珍しい果実などの提供があり、展示をしたり、給食に使ったりしています。

また、保護者の家族の方の手作り作品（フェルト製の皮がむけるくだもの）も寄せられ、授業の中で活用しています。



【港南台ひの特別支援学校】

本校では、学校栄養職員が児童生徒の食生活について、保護者を対象とした、個別指導を必要に応じて行っています。生活習慣病を予防することが目的ですが、肥満解消の指導が中心となっているのが現状です。極端な偏食がある・食体験が少ない・よくかまずに食べてしまうなどの課題のある児童生徒には、保護者と共に食生活を改善していく必要性があります。12年間の在籍期間で、少しずつ効果をあげていきたいと思ひます。



【上菅田特別支援学校】

本校の周辺には、牛舎や広大な畑が点在しており、栽培されている農作物からも季節の移ろいを感じることができます。農家の方からは畑の提供を受け、いも掘りを体験しています。

キャベツなどの給食の食材も、生産している農家から直接購入し、新鮮な食材を味わっています。

小学部の児童が、自分たちで育てたブロッコリーを農家の方に見ていただき、栽培のコツや収穫のポイントなどを教えてもらいました。

