

香美市立大宮小学校(平成26年度)

【成果】

- 尿検査結果の改善
塩分摂取量の全体平均の低下
6.67g/日 → 6.34g/日
- 自己肯定感の向上
食育をキャリア教育に位置付けたことにより自己肯定感が向上 90.2%→99.4%
- 自己の食に関する改善目標を立て実践した児童:73%
- 児童と一緒に健康的な食生活習慣改善に取り組んだ家庭:93.7%
- 塩分濃度計活用により家庭の食事の塩分測定値が減少
- 家庭での野菜や果物の摂取頻度の向上
- 学校給食献立の塩分量の減少と薄味の習慣化

【課題】

- 学習モデルの確立
発達段階に応じた系統だった年間計画の充実

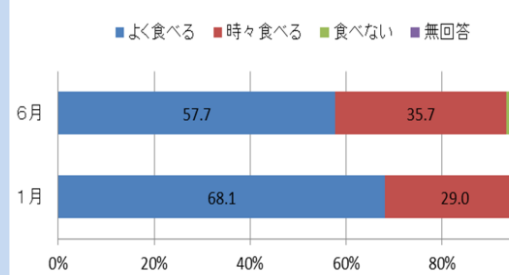
◆塩の実態や歴史



塩は生活に欠かせないものであり、昔の人は険しい山道を苦労しながら運んでいたことが分かりました。

現在の塩の作り方のほか、昔ながらの「流下式枝葉架併用塩田」での作り方についても学びました。

◆実生活での塩との付き合い方



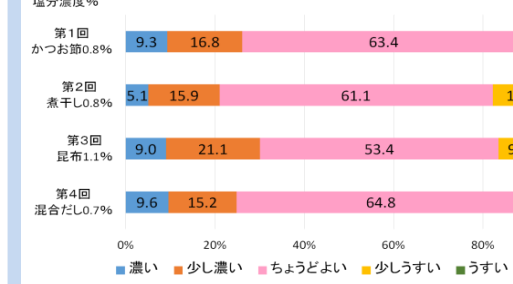
◆塩分の必要性や過剰摂取に対する知識



塩分は自分たちの体に必要であるけれど、とり過ぎると病気になることや水分補給の仕方について学習しました。

保健師さんに生活習慣病の話や血圧測定をしてもらい、自分たちの健康について考えました。

◆健康的な食生活習慣に必要な食品を選択する力



◆アイデア料理募集と活用



アイディア料理 / 4~6年生 「葎生の里」での販売

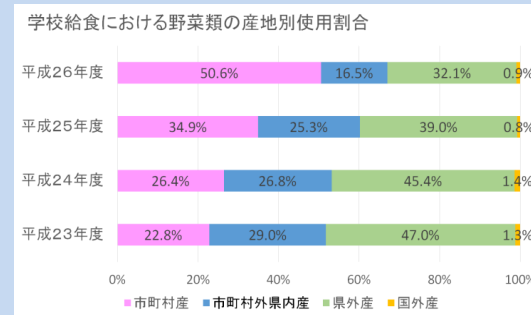
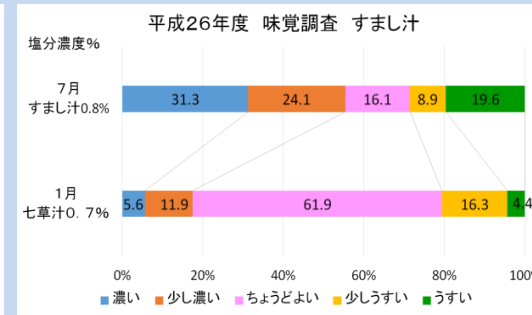
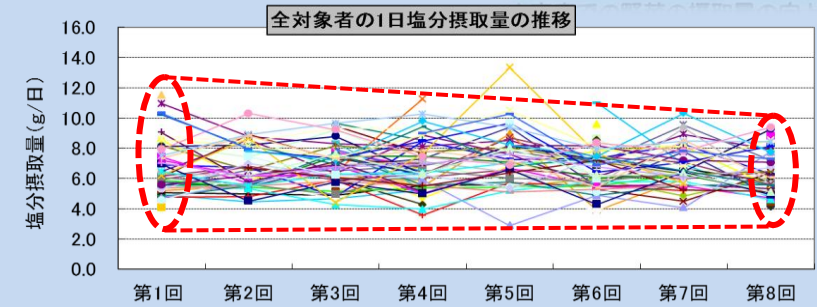
香美市の特産物を使った料理を考え、学校給食や近くの直販所のメニューとして提供されています。(応募人数:81人)

◆味覚の形成



調味料には塩が使われていることを学習し、使うときに自分ができる工夫を考えました。

だしの飲み比べを行い、だしをきかせることで料理がさらにおいしくなり、減塩にもつながることを学びました。



南国市立十市小学校(平成27年度)

【成果】

- 児童の生活習慣改善
栄養バランスのとれた朝食摂取率 55.0%→64.9%
- 生活習慣アンケートと標準学力調査との相関
 - ・睡眠時間が十分な児童は、国語の成績が良い傾向がみられる。
 - ・毎日決まった時刻に朝食を摂っている児童は、国語の基礎問題で90点以上獲得した割合が高い。
 - ・主食、主菜、副菜の揃った朝食を摂る頻度の高い児童は、国語の言語技能で90点以上を獲得した割合が高い。
- 学校給食の残食率の減少 8.7%→4.8%
- 「ことばの力」の高まり
 - ・表現力を中心とする活用力に一定の伸びがある。

【課題】

- 食育の実践を通して「ことばの力」の高まりが評価できる方法や指標の再考。
- 保護者の参画を促す活動の充実。

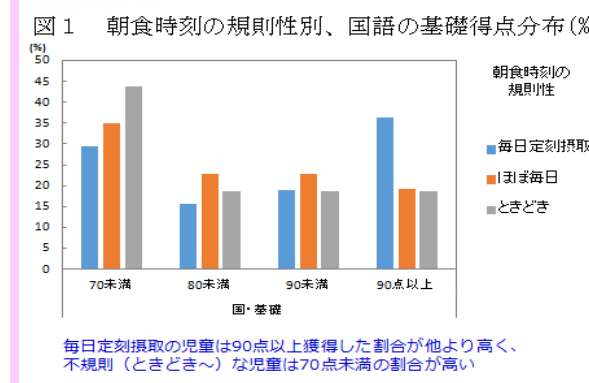
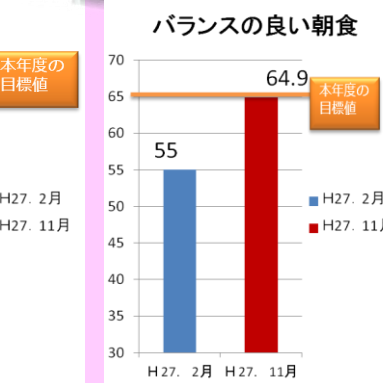
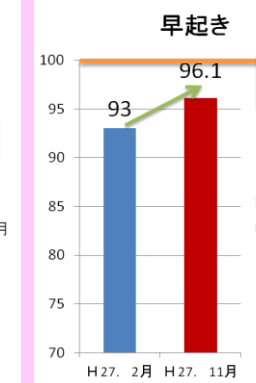
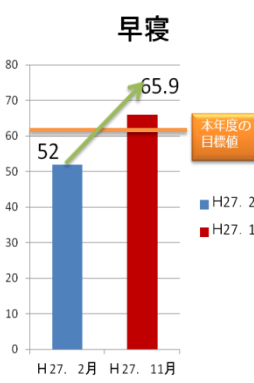


表2 主食・主菜・副菜の揃った朝食を摂る頻度と各得点(2・3・5年)

主食・主菜・副菜の揃った朝食を摂る頻度	国語					
	総点	基礎	観点・読心	観点・読書	観点・言語技能	観点・読解
ほぼ毎日	80.6	83.2	79.5	74.7	72.9	80.6
それ以外	72.0	73.8	70.8	64.1	63.8	77.3
U-test 有意差	0.0064	0.0029	0.0373	0.0340	0.0146	0.0986

主食・主菜・副菜の揃った朝食を摂る頻度	算数					
	総点	基礎	観点・検算	観点・知識	観点・量と測定	観点・図形
ほぼ毎日	83.5	87.1	87.9	81.4	81.1	77.6
それ以外	76.2	79.1	80.1	73.3	71.9	62.3
U-test 有意差	0.0244	0.0113	0.0148	0.0161	0.0378	0.0039