

2 実践校の取組

(1) 事業計画

①取組テーマ名

「食と健康についての意識を高め、実践力を身につける」
～幼小中高地域が一体となった食育の推進を目指して～

②事業目標

食と健康、食とスポーツについての知識と理解を深め、それによる意識・行動の変容や体組成の変化について科学的に検証する。

<東伊豆町立稲取中学校>

○朝食摂取率の向上や栄養バランスと疲労回復を考えた食事の質の向上

- ・朝食を毎日食べている生徒 H25:89.7%→H26:94.7%
- ・朝食に主食・主菜・副菜を揃えて毎日食べている生徒
H25:30.0%→H26:40.0%
- ・野菜を毎食よく食べる生徒 H25:48.4%→H26:53.4%
- ・果物を毎日食べる生徒 H25:27.7%→H26:30.0%
- ・夕食後の間食でジュース炭酸飲料を飲む生徒 H25:56.6%→H26:30.6%

○地域食材の理解と地域食材を活用した給食メニュー開発

- ・学校給食における県内産食材の使用率 H25:42.2%→H26:50%

○食を通じた実践力の定着（料理作り、体格・体調管理）

- ・普段家の手伝いで料理を作る生徒 H25:35.6%→H26:60%
- ・適正な体重（標準）の生徒 H25:86.9%→H26:90%

○プレゼンテーション等による小学校児童・幼稚園児の意識変容、行動変容の検証

- ・アンケートによる実態把握と検証

<県立稲取高等学校>

○外部機関や健康機器で測定したデータの収集と分析

- ・体脂肪率の減少と筋肉量増加

○アンケートによる意識変化の調査

- ・バランスの取れた朝食摂取率 H25:27.0%→H26:100%

○保護者アンケートによる意識や行動変容の評価

- ・食事に興味がある 60% H25:23.6%→H26:60%

○プレゼンテーション等による稲取中学校生徒の意識変容、行動変容の検証

- ・アンケートによる実態把握と検証

③事業のポイント

○食と健康、食とスポーツの関係についての知識理解を深める。

- ・朝食摂取率の向上や栄養バランスと疲労回復を考えた食事の質の向上
(中高共通：栄養教諭、スポーツ栄養士、健康づくり課と連携)
- ・スポーツ実践におけるパフォーマンスの向上、疲労回復と食との関係の理解
(中高共通：栄養教諭、スポーツ栄養士、大学との連携)
- ・給食時間、授業を利用した体力アップ等のための食事のポイントを生徒に発信
(中高共通：栄養教諭、スポーツ栄養士、大学との連携)
- ・体力アップのための朝食献立やアスリート弁当等のメニュー開発
(中高共通：栄養教諭、スポーツ栄養士、健康づくり課と連携)

○地産地消の推進

- ・県農林技術研究所伊豆農業研究センターや県水産技術研究所伊豆分場との連携による地域食材の理解や食農体験の充実
(中高共通：関係団体職員、栄養教諭、健康づくり課との連携)
- ・地域食材を活用した体力向上のための給食メニュー開発
(中：栄養教諭、スポーツ栄養士、高等学校、健康づくり課、生産者との連携)

○食を通じた実践力の定着

- ・体格の変化を自己管理できるようにする。(中高共通：体重・体脂肪含む)
- ・生徒自身がバランス弁当を作る。(中：買い物から始まり片付けまで実践する)

○幼小中高・地域の連携強化(町内の園長・校長会でのSSS事業の共通理解)

- ・稲取中学校と稲取高等学校が連携し、中・高校生自身が①②③で得た知識や体験活動等をプレゼンテーションする報告会(対象：町内幼稚園、小学校)を実施して、食の重要性についての知識理解を深める。
- ・高等学校はキャリアデザインコースのフードデザイン系及びスポーツ科学系の生徒、被服食物部の生徒が中心となって活動を行う。
- ・中学生自身が取り組んだ食に関する取組について、地域・小学校・幼稚園へ発信し、食に関する実践力を高める。
- ・推進委員会や町の食育推進連絡会等にて、実践した取組を評価する。また取組テーマを達成できるよう、幼小中高そして地域が連携し、食育活動を再検討していく。(幼小中との連携：具体的には従前から行っている保育体験実習の食育面を加味した内容の拡充、小学校での高校生による学習内容のプレゼン、中学では学習内容のプレゼンや部活動ごとの交流・体験授業等を考えている。)

○町が実施している食の実態調査を参考にしながら、上記の①②③④の取組を通して、子どもの食行動や食環境(保護者の食への関心度等)の変化を、継続的に調査する。また体力と食の関係については、専門家の協力を得て実施期間を定め、体重や体脂肪などのデータを科学的に検証する。

④連携機関及び連携内容

連携機関名	連携内容
日本大学食物栄養学部	評価方法、評価分析、推進委員会助言
神奈川工科大学	体力測定、評価
株式会社しよくスポーツ	スポーツ栄養に関する講演、授業、栄養指導、推進委員会助言
伊豆太陽農業協同組合・生産者	給食の地産地消推進・出前授業
伊豆漁業協同組合稲取支所	給食の地産地消推進・出前授業
賀茂地区農業協同組合・生産者	体験活動、出前授業
県農林技術研究所伊豆農業研究センター	出前授業、体験活動
東伊豆町保健福祉センター	出前授業

⑤取組の実施内容・評価方法等

評価指標	<p><東伊豆町立稲取中学校></p> <ul style="list-style-type: none"> ・東伊豆町健康づくり課実施の「食の実態調査」項目 (子どもの朝食の摂取率、朝食のバランス(主食・主菜・副菜がそろっているか)、夕食後の間食の内容(嗜好飲料の摂取状況)、野菜や果物の摂取状況、普段家の手伝いで料理を作る割合、適正な体重(標準)の割合) ・県教育委員会教育総務課「朝食摂食状況調査」による朝食摂取率 ・食を通じた実践力が定着している生徒の割合(料理作り、体格・体調管理) <p><県立稲取高等学校></p> <p><u>スポーツ科学系</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ・食に対する意識・行動の変化と筋組成・パフォーマンスの変化(自己管理能力と実践力との関連性) <p><u>フードデザイン系</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ・アスリートの体づくりに役立つレシピ、地産地消を推進するレシピ30種類の開発及びレシピ集の作成・活用による体組成の変化。 ・食を通じた実践力が定着している生徒の割合(料理作り、体格・体調管理) ・新体力テストにおける記録の向上(H25との比較)
評価方法	<p><東伊豆町立稲取中学校></p> <ul style="list-style-type: none"> ・外部機関による食事摂取頻度調査(BDHQ)によるデータの集積と分析 ・東伊豆町健康づくり課「食の実態調査」による意識調査 ・体組成計を使った体格の変化 ・新体力テストの結果分析 ・専門家の協力によるスポーツ食育プログラムによる食行動変容における評価

<県立稲取高等学校>

- ・ 外部機関による食事摂取頻度調査（BDHQ）によるデータの集積と分析
- ・ 食事傾向調査（意識調査・行動調査）
- ・ 体組成計を使った体格の変化
- ・ 新体力テストの結果分析
- ・ プレゼンテーション後の小中学生の食事傾向調査

実践内容（方法）

<東伊豆町立稲取中学校>

- ・ 東伊豆町における中学校において、意識調査、行動調査等による実態把握を行い、変化を検証する。
- ・ スポーツ食育プログラムによる体力アップのための朝食メニュー、お弁当のおかずレシピ開発、体力アップのための給食献立、スポーツ栄養に関する講演、部活動ごとの栄養指導、幼・小・中・高と連携した食育活動等を実施し、食と体力への影響について検討する。

<県立稲取高等学校>

- ・ 食事傾向調査（意識調査・行動調査）による実態把握や、大学と連携した筋組成や運動パフォーマンスの測定を行い、食事の意識や行動の変化がどのように筋組成や最大酸素摂取量等の変化につながっていくかを調べ、食事と運動の相関性について検証する。
- ・ 地産地消をテーマにしたレシピを開発し、その栄養価を検証すると共に、地域の小中学生・保護者にプレゼンテーションを行ったり、意識調査、行動調査を行ったりすることで、地元食材を使った栄養バランスのよい食事を実践する。

⑥事業の取組状況の情報発信

<東伊豆町立稲取中学校>

- ・ 東伊豆町えがお食育ブログ（<http://blog.goo.ne.jp/sssinatori>）への掲載
- ・ 栄養教諭等によるアスリート給食や簡単朝食レシピを、町ホームページ、ケーブルテレビにて番組として地域へ発信
- ・ モデル校で月1回食育だより発行予定

<県立稲取高等学校>

- ・ 東伊豆町えがお食育ブログを立ち上げ、随時事業の様子をアップすると共に、東伊豆町・稲取高校のホームページにてリンクを貼り、保護者に対してリアルタイムで情報発信できるようにしている。
- ・ ケーブルテレビや新聞等で、行事等の様子を地域に対して情報発信している。
- ・ 学校の玄関前にスーパー食育スクール指定の垂れ幕を貼り、学校を訪れる方にPRしている。