

「家庭と連携した食育推進と栄養教諭の役割」

【日時・場所】 平成21年12月17日(木) 13:30～16:30 松本大学

【講師】 愛知県西尾市立寺津小学校 元校長 高橋 正治 氏

司会／高橋正治先生をご紹介します。

先生は、平成8年から10年まで文部省の研究開発学校において小学校英語教育の推進にあたっていらっしゃいます。その後平成11年から12年度にかけまして、食に関する指導実践モデル校として愛知県教育委員会の委嘱を受けて西尾市立寺津小学校において「小学校における食育とは何か」を全職員で思考されたと同っています。

平成16年度より寺津小学校と中学校が連携して文部科学省指定研究開発学校に応募されて、小中一貫教育として、食育科という栄養教諭を勉強した方はわかると思いますが、普通の学校では食育を推進することになっていますが、それを中心的にやる教科というのはないわけですね。その中でどんなふう to 実施していくかということを考えているわけですが、この研究開発学校の取り組みの中では食育科というものを新設されて全職員で取り組み、家庭と連携した食育を指導推進されたということで伺っておりまして、ぜひそのお話をしていただきたいということで今回お願いしました。

栄養教諭を取っていらっしゃる方は、市場祥子（いちばさちこ）先生という先生にご指導していただいたと思いますけれども、市場先生は現在、学校栄養士協議会の全国学校栄養士協議会の会長をしていらっしゃる先生です。その先生にも今回ご案内をさしあげたのですが、今日は残念ながらいらっしゃれないということだったのですが、昨日メールをいただきまして、「高橋先生は、非常にすばらしい実践をなさった先生だから、ぜひ皆さんに熱心に聞いてもらいたい」と、「盛会を祈っています」というメールをいただきました。そんなことで皆さん、とてもいい機会だと思いますので、今日のご講演を皆さんの学習に生かしていただきたいと思います。

先生、どうぞよろしくお願いします。

高橋／皆さん、こんにちは。ただいま紹介をいただきました、愛知県の寺津小学校にこの3月まで勤めていました、高橋正治です。冬はスキーが好きで、昨日もスキーに行っておりました。北からこちらへ帰ってきました。本当は明日もそのままスキーに行きたかったのですが、ちょっと用事がありまして、明日あさってと用事があるので結局あきらめて、寄らずに帰ることになりまして非常に残念に思っております。先週も志賀高原にスキーに行ってきたので、退職をしたらこんなに時間が自由になるんだと、日々楽しんでおります。皆さんは遠い先のことでしょけれどもね。これからのことは、皆さん楽しみだと思っております。

今日は何を話そうかと思って迷ったのですが、1つはもう簡単に学校現場で、先生方が食育のことをどんなふう to 思っているのか、というようなことを少し触れたい。それから学校で食育をするにはこういうことはちょっと注意しておくといいぞ、というような話をできたら20分ぐらいの間に、その後は寺津小中学校で行ってきた、これが本校が考えている食育ですよというのを中心にお話をさせていただこうというふうに思います。

平成11年度に寺津小学校で食育を始めたのですが、その時実は校長先生が定年退職を迎えた女性校長先生でした。西尾市としては初の女性校長先生でした。定年退職なので何か教育長としてはこの先生に花を咲かせたいなという思いがありましてね。教務主任さんも実は定年退職の年でして、お2人とも定年退職の年で、1年で終わりのですね。

食育のほうは県の方から2年間でやってもらえないかという話に来ていたというところで、それじゃあお前がいいだろうと、寺津へ行ってくれと。その前にさっきのお話のように小学英語をやっていたものですからね。突然そこから食育に関わったわけですが、教頭というのはよくこう言われるのです、キョトキョトしておれと。何かなと思ったら、「キョトキョトしてボーっとしてボーカーフェイスでいると、地域とかいろいろな人と揉めなくていいぞ」というね、こういうことだそうです。で、校長はコチョココチョするなど。コチョココチョ動き回るといろいろな先生や、いろいろな人のアラが見えて、苦情が出る。校長はコチョココチョするなど。教頭はキョトキョトしとれと。家に帰って校長は勉強すりゃいいんだと、こういうことが昔からよく言われております。私はそうしようと思ったら、新しい食育と言うことでちょっと変わってしまったのですが、でも始めてみて食育というのはすごいなと思いました。

というのは、中学校で生徒指導とか進路指導とかいろいろな指導をした中で、家庭がダメなお家は、子どもが絶対にダメになるんですね。その子をなんとかしようと思っても、家庭に絶対食い込めない、変われない、子どももなんともならない。例えば簡単な例だと、タバコを吸っていた、学校のトイレでね、それでつかまえた。「いつから吸っているんだ？」家では親が公認だとかね。そういう家庭にいくら言ったって、実は家庭の両親があきらめちゃっているんですよね。なんともならない。そういうのをよく見てきたんですが、ところが食育は変わるんですね。これがすごいなと思ひまして、それ以来食育に惚れてしまひまして、結局平成16年度からは小中一貫の食育をやるとうとういうことで進んで、今は教育課程特例校になっていまひまして、去年の10月くらいに申請を出して、いわゆる教育特区、昔でいう教育特区というものです。それがなになっていまひまして、食育科として今進めておる、そういうところでありまひす。

右に映っているのは会食中の様子ですが、これは学校の昔の理科室、今は給食室とは言ひまひせんけれどもランチルームというあちらの名前がついていまひる。ランチルームでこれは、1年生の子が学年で給食を食べているところですが、余った施設でこういうものが少しずつできつつあるんですね。

家庭と連携した食育の推進と栄養教諭の役割
～ 学校の教職員組織を生かして ～



1. 学校現場での食育について

それでは、今大変忙しい学校現場で食育というのはどうなっていたかというのをちょっとお話しします。

教育の不易と流行について、学校には、不易の教育と流行の教育があるというわけですが、下を書いてあるのがその当時、食育基本法が出来るまでは流行の教育がいっぱいあるんですね。いろいろな教育が学校に求められている。その中の1つが一番下の食の教育です。食育という言葉はまだ平成11年度当時は使ってはいなかったですけどね。ただこれが出てきたのは学校というか教育委員会とか文部省の視点からは青少年のいろいろな不登校の問題とか荒れる子どもの問題とか、そういうことで食の教育を、厚生省からは保健が破綻してしまうので、肥満児とかヤセとかいろいろな問題をなくすために、学校で何かやってほしいなあとこういうのがあって、そもそもはスタートしたんですね。それが今は法律上の位置づけがありますので、一番下（パワーポイント「教育と不易と流行」）に書いてある食の教育がどちら

教育の不易と流行

| | |
|----|----------------------------------|
| 不易 | 人格の完成、確かな学力、文化の伝承等 (知育・徳育・体育) |
| 流行 | 社会の変化に対応した今日的課題 |
| | 国際化への対応 英語教育 |
| | 情報化への対応 情報教育 |
| | ニート等への対応 キャリア教育 |
| | 地球環境汚染への対応 環境教育 |
| | 障害者(高齢化)への対応 福祉教育 |
| | 青少年問題への対応 食の教育 |

かというとな不易の教育に近づきつつあると、こういうふうになってきていますね。

学校でなぜ食育かということについて、西尾市を例に説明します。西尾市というところは、小学校14校、中学校が6校ありまして、給食がすべて単独校方式というのでやりますので、各学校に調理場があります。そういうところは学校栄養職員さんもたくさん配置しておりますので、20校中11名配置されています。大部分の方は1人の方が2校持っているので、1校は自分の在籍校、週1回兼務校に行く。こういう形で進めているのですね。学校に勤務しているので、職員室に先生達と一緒に机があるというのが単独校方式なのです。センター方式の方は、たまに学校に行っても座るのが、お客さんの座る場であることが多いですけれどもね。職員室に席がない。だからセンター方式か、単独方式かではずいぶん栄養士さんの位置づけも変わってきます。西尾市は職員室で先生達と一緒にいろいろな会議に出たり話をしたりと、意見交換などがしやすい状況になっています。

これは寺津の例ですが、あとで関わりがあるのでちょっと出しました。寺津というのは2,392戸数・人口約7,700人であります。世帯数は増えてきています。昔から住んでいる方が多いのでおじいちゃんおばあちゃんと同居している家が56%もあるのです。ところが児童数は半減ですね。昭和50年代が直近では一番多い。60年以降減っているのですが、世帯数は減らなくて、世帯数が増えていても児童数は半減というのが一般的なのですね。平均的な地方の学校であります。

小学校が1校中学校が1校、フェンスを隔てて隣同士にある学校です。ここが1つのミソでして、さっき出ました小中一貫で食育をやりたいということが通ったわけがあります。食育をやりたいからという話がありましたので、私も寺津をどんな学校かを調べたのですが、理科教育をすごく熱心にやっていました。私は理科の教科指導員をしていたころ、1年に2回くらい、理科の授業の指導には行っているのですけれども、全国大会で寺津は、一時は有名になりました。それが終わってから総合的な学習をしようと、実はここで合鴨農法をやっている。給食の残菜をEM菌で処理している。食の指導を導入する気があったところに私が行ったのです。こういうものをうまく使ったら食育ができるなという思いがあったので、それで教育長さんが食育をやってもらえるかなと依頼され、寺津ならできますよ、即受けましょうと、こういうことになったのです。

食育をするのに小学校というのは全職員が「わかった、やるよ」とならないと進めないところです。中学校は一部の方がやるよという、「やって」といって進むところでもあります。小学校はここにあるように、なんで食育なのとみんなが納得してくれないと進まないのですね。

まず、寺津はおじいちゃん、おばあちゃんと同居が多い。転出入は年間通して4～5人でした。400何人いても4～5人ですから、ほとんど移動はありません。落ち着いた所でした。団地はない。昔から住んでいる人がそのままその土地で住んでいる。ところがこれは、おじいちゃん、おばあちゃんと同居が大部分の地域でも、いわゆるいろいろな全国調査と同じデータが出てくるということがわかりました。これがまず1つでした。全国よりも多いのです。朝食風景を調べると、親の顔が見えない。おじいちゃん、おばあちゃんと同居の多い地域でもこうなのです。

私が行った時に1年生に問題をかかえた児童がおりまして、教室でじっとしておれない。机を蹴飛ばして出て行っちゃうとかね。ボタンと倒して床で寝転がっている。その頃はよく学級崩壊と言いました。小学校まで学級崩壊。低学年でも学級崩壊。担任の先生の言うことを全然聞かない。くしゃくしゃになってしまう。それがなぜかというのはよくわからなかったのです。本校でもそういう子がいたんですが、実はこれが朝ご飯を食べて来ない子が大部分ということがわかりました。そういう子がこういう状態。朝からブラブラする。保健室で寝ている。1年生がですよ。お腹が痛いと言って保健室で寝ているとかね。養護の先生が「お母さんのいる家にお帰り」と言っても「いやだ」と言う。なんでイヤなのかがよくわからないわけです。「給食の時間になったけどどうする？ お腹が痛いけどどうする？」と言うと「食べる」と言う。食べたらとたんに元気になって、5時間目までみんなと元気よく授業をやって帰って行く。個々の現象を個別にチェックするとよくわかって、「ああ、なんだ低学年で暴れる子はけっこう朝食食べてきてないんだな」というのがわかるわ

けです。

肥満も、田舎の学校で広い運動場があり、家に帰ると遊び回っている。でも肥満の子は多い、少ない。都会で遊ぶ場がないから、それで肥満が多いのかなというのと違うのですね。田舎でも同じだとわかる。

もう一つはこれは、栄養士さんの場合ですね。先ほど言いましたように寺津はEM処理をして、環境教育をやっていた。でも給食の残菜は減らない。そのやっていたまん中のところで学校栄養職員さんが配置されてみえたのですけれども、その方が4年生を指導してこのEM機能処理をしていたのですけれども、その先生が強く言われたのは「EM処理をするなんていうのはダメだ、残菜を出さなきゃいいんですよ。給食の残菜を出ない指導をやればいいのに、なぜやらないのですか。私はそれがやりたい」と。他の先生、普通の学級担任ですが「子どもの好きな物を出せば残菜は減りますよ」と。それも一理ありますね。ただ、栄養職員さんが「そんなことはダメですよ。子どもの好きな物を出したらろくなものはありませんよ。子どもの身体に良い物を出すのが給食です」と言われるのです。だから私も前の学校からここに変わって、なんかいやに子どもの好きだというカレーライスとかハンバーグとかスパゲティとか、出てこないのですよ、この学校は。僕もつい「なぜ出さないの？」と言ったら、「ああいうものは健康によくありません。私は出しません」と。焼き魚とかおひたしとか、給食で出るのです。「へえ、変わった学校だな」と思ったら、この先生曰く「健康に良いものを出しているのです」と。そうかと思ってね、頑固と言いますか、信念にはほとんど参りましたが、すごくいい先生でありました。その先生が一番最後まで平成20年度まで寺津にいたのです。前半は小学校、後半は中学校。その先生が中学校に変わったものですから1つは「小中一貫で食育をやる」という私の指針があったので、中学校へ出かけて一緒にやろうということになったのですけれどもね。そういう方をぜひ出してほしいなあということですよ。

これはその時の調査なのですが、一番下が小1から小6までの子の家庭の朝食摂取状況調査結果、上は同じ年度の全国平均なんです。全国平均よりだいぶいいように見えますけど、小1から含まれていますのでね、だいたいこの流れを小学生までずっと追っていけば、だいたい全国と同じくらい感じになるなということがわかりますね。ただこの中に1年生でも暴れている子がいるんですね。

家族そろって食べますか？全国平均32%です。（平成17年度の小学生の孤食・子食は40.6%まで増加）寺津小は34%で全国平均より悪いですね。わかりますか、なぜか。愛知県の三河というのは、トヨタとかトヨタ関連の会社の社員が圧倒的に多い。トヨタとかデンソーとかアイシンとかね、その下請け会社とか、あと夜勤があったり交代制で勤務したりして、親子でもバラバラなんです。もしかしたらいろんなところ以上に、現場のラインのある工場の多いところはこういう実態かなと。もう家族バラバラで食事をしていて、これがわかりました。

これが先ほど言った合鴨農法をやっていた。でもここに書いてあるように「残菜が減らない」学校栄養職員さんが「残菜を減らす、これがなきゃダメです」と。「これをやらずに何なの？」と言われるのですね。栄養士さんの視点ですね。学級担任さんはあまり思わないのですよ。気づかない。

寺津小で なぜ食育か

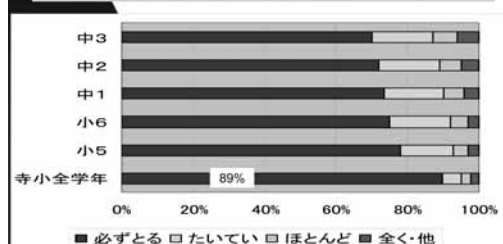
全職員の共通理解を促すために
①食育は必要？
②食育って何？

- ① 3世代家庭が多い寺津学区
- ② 転出入のない落ち着いた寺津学区
- ③ 団地等はなく昔からの住民が大多数の学区

- 1 家庭の食文化の乱れは地方の学校まで
※寺津小でも大人の見えない朝食は34%（全国32）
- 2 朝からイライラする新入学児童
- 3 肥満児童の増加は地方の学校まで
- 4 給食残滓のEM処理より、残滓を出さない給食指導が大切

なぜ 食育か

- 1 家庭の食文化の乱れ（朝食抜き等）
※寺津小では毎日朝食は 平成11年度 89%



EM 処理をしてそれを学校菜園に使って、いい教育をしていると思っていた。合鴨農法で命を大切に。食物の食う食われるの環境を学びながら有機農法の良さ、化学肥料の問題とか、環境問題とかも学習している。いいことをしている、と思っていたのですね。でも何か根底のところをつつかれてね、担任の先生達がね。

これはさっき言った、寺津小学校は肥満が多い。ヤセは都会と違って少ない。肥満は田舎の子でもこんなに多い実態です。つまり、家庭の食事バランスの悪さなんですね。

これは大変ですけれども栄養職員さんが4年生の子100人くらい3日間、土曜、日曜、月曜の家庭の食事調査をして個別にこういうデータを出すのです。そうするとこういう偏った家庭がずいぶん出るので。この家庭は肉とか卵をたくさん摂っている。キノコとか野菜類が非常に少ない。こういう家庭が結構、個別に調査すると多いのです。肥満の原因を一生懸命家庭で作っているというね、親もまったく気づいていない。とても良い食事をうちは出していると思っている。そういう家庭が多いと言うことがわかりますね。

ある日の朝食風景をみんなで描くと、私（小学生）1人が食べている絵があります。こういうのが何パーセントもあるわけですよ。こういう家庭（孤食風景の家庭）では家族の絆は生まれない。

コミュニケーション能力も育たない。最近は国の方でも、家族そろって食事をしましょうとずいぶん言われ出しています。でも平成11年当時はこういう家庭はたくさんありました。学校ではいろいろ働きかけもしました。

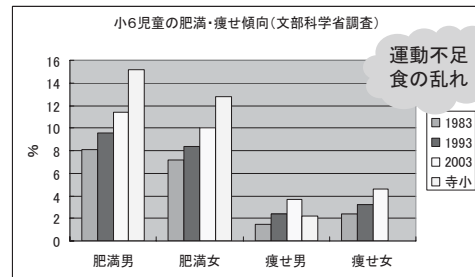
この家庭の2年後に、同じ子が描いた絵には、時計の時間があるんですね。おもしろいですね、6時20分に、私はここにおります。6時20分に私は、毎日お父さんと妹とおじいちゃんと食べています。お母さんは描かれていません。お母さんは一緒に食べていない。何か作っているからみたいです。朝忙しいんですね。どうしてかということは後で話をしようと思いますけれどもね。家庭が変わるとそれで食育がかわる。すごいことだと思ったわけですね。

食育基本法は、先ほど説明があったとおりで、17年7月にできました。皆さんご存知だと思います。

それをもとに食育推進基本計画が策定されて、朝食摂取率での具体的な数値目標が出ました。本校の私が昨年度の3月まで調査しましたが、ゼロになったことはありませんでした。残念ながら。0.1、0.2%、ちょっと多くて1%くらいが食べて来ませんでした。でも0.1とか1%台はほとんど低学年でした。ところが隣の寺津中学校はゼロなのです、0%。中学3年生対象に調べてもらったのです、栄養教諭さんがおりますのでね。

地場産物の利用についてはこれは給食センターといろいろな条件がありますからね。寺津はこんなものかなと。これを元に都道府県別の基本計画を作りました。市町村別を作ります。

児童の体格異常と食生活



食育基本法 その制定理由

- ① 「食を大切にする心」の欠如
- ② 栄養バランスの偏った食事、不規則な仕事の増加
- ③ 肥満や生活習慣病の増加
- ④ 過度の痩身(そうしん)志向
- ⑤ 食の安全性の問題の発生
- ⑥ 食の海外依存の増加
- ⑦ 伝統ある食文化の喪失

食育推進基本計画(平成18年3月)

- ① 栄養教諭の配置を
 - ② 食に関する指導の全体計画を
 - ③ 学校給食の充実のために、地場産物の活用と米飯給食の充実を
 - ④ 具体的数値目標の設定
- 小学生の朝食欠食率
4% → 0%
- 学校給食における地場産物の利用
21% → 30%

都道府県の計画 → 市町村の計画

学校給食法がこの4月から施行されます。一番の大きなことは栄養教諭の位置づけをはっきりさせて、学校で食の指導をするということなのですね。その食育を指導するのに、食育とは何か、やっぱり共通理解が必要ですね。

本校では11年の4、5、6、7、8と4ヶ月かけて、全職員で何度も話し合ってたことがあります。何をやったかと言うと、食という言葉を書いて、全職員ですから、栄養職員さんも、養護教諭さんも事務職員さんもみんな参加だよと。そして食という言葉から思い出すことをみんなどんどん紙に書いて黒板に貼っていくのですよ。すると栽培とか健康とか出てきます。

もっといっぱいあるんですけどね、何回も出してはまとめたりと、全部書いているわけではありませんが。農薬、化学肥料なども出ました。これは健康安全にも当然、係わる場所ですね。一つ追っていくと、食べ物から健康安全が一番目に付きやすいですが、その中に生活習慣病の問題がある。食品添加物の問題もあれば、サプリメントもあればファーストフードもあれば、インスタント食品も出回っているだとかね。

食糧問題もあるし、飼育や栽培。そこにはこういう遺伝子組み換え問題があったり、BSE問題があったり、化学肥料や農薬問題があったり、環境問題もあるし、環境破壊もあるし、食の自給率の問題もあるし。輸入がストップしちゃってどうのこうのって、昨年みたいに急に値段が上がって、学校給食の食材が高くて買えなくて困ってしまいましたね。いろいろな問題があるよって、こういうを出して、これを元にみんなで考えたのです。これを全部やりたいと。全部学ぶと学校で食育ができるなと。その時に何をもとに考えるかということ、今ある教科で、関連した教科で、何年生でどんなことを学んでいるかを結びつけるといいというわけです。これがバラバラではだめなのです。

例えば、1年生、2年生は生活科で、身近な自然という単位の中でいろいろな植物や、いろいろな野菜を栽培して季節の変化と自然と自分との関わりを学んでいる。じゃあ、その中に野菜も入れていけば、一緒に学べると。何でそんなことをするかというと、身近な自然と自分との関わりを学ぶには低学年がふさわしいというのがあるのですね。そういうことを学ばせないとだめだよというか。だからそういう野菜とかなんかの栽培は中学年や高学年に持ってきて、それはあまり望ましくない。中学年、高学年だと理科的にどこが成長するかとか、養分は何がいるとか、光の関係はどうなっているとか、そういう科学的な学習になるでしょうね。内容が違って来るんですね。だから低学年が望ましい。例えば、環境問題で4年生の社会科では、ゴミの問題を学習するのですね。市役所とかそういうところのゴミセンターへ行くと、家庭の生ゴミが一番多くて大問題であると学ぶのですね。なぜ生ゴミがいっぱい出ちゃうの？減らせないかなと、そういう学習が社会科があるので、そこで食とも絡めた方がいいのではないかと、こうなってくるわけですね。

それから食糧問題、これは外国との関わりが大きいです。そこで外国との関わりを学び始める。小学校の6年生になると学びます。輸入とか輸出とかいうことを学ぶ。5年生で日本の農業を学びます。だから高学年が望ましい、教科と関連づけられますから。ここは4年生が市の教育委員会予算で血液検査をやっていますので、それで生活習慣病予備軍かどうか分かるという個別データが得られますので、せっかく個別データが出るならば、これと関連して学習させたいということと、も



食育 学年別中心単元

家庭の食事調査結果 → だいた、野菜、海藻不足
カルシウム・食物繊維・鉄・マグネシウム不足

1・2年(栽培活動)→大豆や野菜の栽培

3年(地域学習)→地域の産物、寺津の海、昔の食べ物、健康・長寿

4年(脂質検査・ゴミ学習)→生活習慣病、おやつ

5年(日本の農業・アイガモ農法)→農薬、添加物、食物連鎖

6年(国際理解)→食生活・和食の良さ、世界の食べ物
食料の輸入・自給率

う一つは、子どもがおやつを自分で買うようになるのが3年生から4年生頃なのですね。自分で好きな物を買ってくるようになるので、その段階で、そういうおやつで生活習慣病にならない良いおやつが選べる子を作りたい。1年生2年生は、親が買ってくれるので、買ってきて置いてある物を食べる。3年生ぐらいから自分で欲しい物を買ってきて食べるという、そういうタイミングを生かしたい。そういうことで生活習慣病予防の全体を学ぶ。

それでサプリメントとかコンビニ弁当についてもやりたかったのですが、これは6年生では無理だから中学校でやりたいなというのが小学校の夢だったんですよ。これを6年生ではじめは行ったんですけど、難しいよな、中学校で学ばせたいな、というすごい希望があったんですね。中学校をどうやって巻き込もうかと、いろいろ工夫をしたのですが、さっきのその1つが、学校栄養職員さんが、寺津小学校から寺津中学校へ移動した。移動してもらったのですが、7年間いると変わらざるを得ないですからね。移動してもらって、栄養職員さんが行ったから、やりますよということで進めたのですね。

こういうのを元に栄養職員さんがさらに、「食育やるならこれをやってくれなくては困る」と言われたのが次の1から6です。

- 1.就職残滓量の多さは、野菜嫌いが原因。まず野菜嫌いをなくしたい。
- 2.大豆は大切な蛋白源。大豆の良さを知らせたい。
- 3.和食の良さを大切にしたい。
- 4.油、砂糖の摂りすぎに気をつける子にしたい。
- 5.食品表示を読める子にしたい。

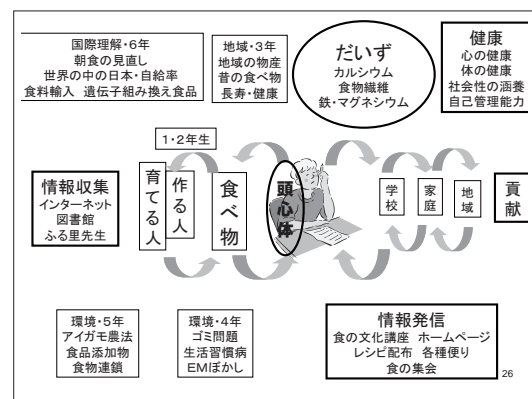
6.学校給食のメニューは、子供の好きなものをだすのではなく、子供の健康によいものを出す。

皆さんも同じように思われますかね。たぶん思うんですね。特に大豆ですね。糖分や油の取りすぎですね。スナック菓子とか油分が多いとか。これも栄養士さんの希望で、6学年の中に位置づけようということで授業でした。作ったのがおおざっぱにこれですが、ここで話したいのは学校で食育を行うのだけでも、学校給食というのは190回くらいでして、年間1,000回を超える食事の中で6分の1くらいなのですね、あとの6分の5は家庭で食べている。だから学校で行う時、いかに家庭や地域を巻き込むか。働きかけるか。それが働きかけるとか、家庭を変えてやろうとか、指導してやろうという発想ではだめなのです。家庭や地域に貢献をすると、学校が。そういう気持ちで仕組んでいこうと。逆に家庭や地域から学校に貢献してもらおうと。そのことをすることで家庭や地域を巻き込んだ食育ができるかなということを考えたのですね。そこをやっておかないとなかなか成果が出ないだろうと考えたわけです。後は先ほど言いましたが教科をいろいろ組んだのです。各学年に応じて。

それで、これが本学の内容です。

今度は実際に行う時に、これから学校で今いる方も入れ替わるでしょうし、センターに行く方も増えると思うのですが、愛知県で言うと現在70名くらい栄養教諭さんがおります。各市町村に1人います。大部分はセンター方式ですので、センターに入れて時々学校に呼ばれて、学校現場に行って食の指導をするのですね。単独校方式の学校は、さっきも言いましたように現場におりますので現場の声がよく入ります。単独校方式とセンター方式では、まったく先生方の意識

も違います。県の校長会でいろいろな調査をするのですが、中学校の学級担任さんに、食育がこれから始まるけど誰が指導したらいいですかというと、100%「学校栄養職員さん、栄養士さんにやってください」と。「時間と子どもは貸します」と言います。100%ですよ。小学校の先生は



80%くらいが学級担任と一緒にやりましょうという解答が返ってきます。全然違うんですね。校長先生に調査します。すると校長先生は小学校も中学校もどちらの校長先生も「それは栄養教員さんと学級担任さんとチームティーチングでやるのが当然ですよ」という解答なのですね。だから中学校になると孤軍奮闘でこれになりそうなのですね。ここは組織を利用しないと非常に苦しいですね。

本校でもスタートしたときには、研究主任さんとして若い女の子がいたのですけれども、こんな組織で食育研究を推進したいということを言ったのです。

ところがこれはね、食育はいったいどこまで指導するか、どの領域になるのか、学校の指導要領にはどこにあたるのかといった知識がない。それから人（教職員を）を生かす視点もない。内容も明確でない、これではね。そこで、私は「食育の研究組織」を作ったわけです。栄養職員さんの位置づけもきちんとする。家庭や地域と連携するのをどうするのか、はっきり決めておく。

今度はどこで（食育をどの時間帯で）指導するか。
授業研究部、給食集会部。地域連携部ですね。あとは家庭や地域とどう連携するか。

それから学校教育はこれだけの領域があります。各教科、道徳、外国語、総合的な学習、特別活動、学級活動。特別活動の中に4つあるのです。この中でどこで食育をするのかということを知っていないとまずいです。食育、学校給食法が変わりましてね、学級活動は新しく入りましたね。

学級活動は食の指導の位置づけがされました。

この日常生活や学級の適用という中に、こういう内容が入ってきたのです。だから学級活動でも指導しなさいと、学習指導要項の中に入ってきたのです。

学級活動は主に主体的な指導をします。総合的な学習では問題解決学習的な食育になります。同じ食の指導でも、内容が変わってくるということです。

栄養教諭になるとどうなるの？実はなかなか大変でしてね、愛知県も70名ですけれども、校長会としては毎年栄養教諭さんを増やせと毎年県教委にお願いするのは。現場に出さないようにしているのが給食センターなのです。給食センター連絡協議会が、増えてもらったら困る、増やさないでくれと。なぜかという学校栄養職員の仕事があってプラス現場に行くと子どもの前で指導してくると時間が足りない。センターでは困ります。（県教委は）使ってほしい。（センターは）作らないでくださいという。こういうジレンマがあるのです。栄養教諭になって現場に入ると、教諭ですので、先生です。

いろいろな仕事がいっぱい増えます。食育関係はこういう仕事があります。調理場の仕事以外です。今までのところ調理場に関わる仕事ですね。まず、基本的に教諭としての仕事求められる。生徒指導もなくてははいけない。いろいろな学校の仕事が入りますこれだけ仕事が増えました。結構これが慣れないのですが、清掃指導等もあるのです。慣れないです。

先生になっちゃうものですから、部活の方もありま

食育の指導領域

- 1 授業を通して指導する内容がある**
領域 総合的な学習の時間
内容 既存教科との関連を重視
- 2 給食の時間等を通して指導する内容がある**
領域 給食の時間 学級活動の時間
内容 メニュー、マナー、実践の場
- 3 家庭や地域へ啓発したいことがある**
領域 行事、児童会や委員会の時間
内容 啓発、町の先生、連携

栄養教諭・学校栄養職員の役割

食育関係

- 1 食育全体計画（コーディネーター）
- 2 食の専門家としての知識（助言）
- 3 教材・教具の開発と指導（補佐役）
- 4 委員会活動やクラブ活動（主役）
- 5 実態把握と個別指導（主役）

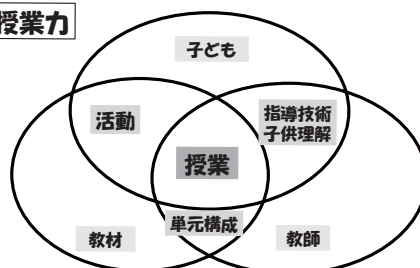
給食管理

家庭や地域との連携・調整

38

栄養教諭に求められる能力

授業力



42

す。土日に部活の大会の引率をするとか、指導をするとか、そんなものもある。夏休みにはさらに別の仕事が増えます。たとえば「悪のたまり」のような所に行って生徒指導するとか補導指導とかね、こんな仕事も実は栄養教諭には実はあるのです。

授業があって、子どもがいて、教材があって、先生がいて、子どもと教材があって活動があります。どんな活動をさせるかがポイントです。

ここに教師、ここが教材、(単元構成は)こんな感じを組み立ててすすめるというプラン。これがないとうまく授業ができません。

子どもの理解というのはこういうことが必要なのですね。一番基本はこれです。何年生がどんなことを学んでいるか。例えば今日の授業でこんなクラブを出したい。そのクラブは子どもが何年生で、読めるのか読めないのか。読み取りができるのかできないのか。そういうことを知っていないといけないわけですね。それがここにあります。次をお願いします。

指導技術、こういうこと(発問・板書等)です。次をお願いします。

単元構成の作成です。これができないといい授業展開ができません。

ここからは寺津での実践です。食育科の目標は体験的な活動を通して、正しい食事のあり方を理科し、望ましい食習慣を身につける。さらに、食事を通じて自らの健康管理ができるようにするとともに生涯にわたって健康的な生活を営もうとする態度を育成する。育てたい柱は3つ、心、実践力、知識理解である。この3つを目標にしています。

心というのは、次の3つです。①人々や自然に対する感謝の心②健康を守り、命を大切にする心③食文化を大切にしようとする心です。

実践力は①様々な情報に関心をもち、適切に判断する力②調理の技能を身につけ、食品を選択する力、この2つが教科の目標です。

知識理解、①食品や栄養に関する基礎的な知識②日本型食生活の大切さと、食を通した日本と世界との結びつきへの理科、この2つが教科の目標です。

家庭科と食育科とは何が違うか、簡単にまとめてみました。味覚は家庭科にはない。栽培・食文化も家庭科にはないですね。一覧表にするとこんな感じになります。

味覚について、低学年、高学年・中1、中2と中3食品とか栄養について、低学年、5年生から中2・3年生。調理、食品選択、食文化についても、こういうように全体をまとめました。

領域別に簡単に説明します。味覚では、低学年で本物の味を身につけます。これが大切です。

栽培では、野菜栽培をします。栄養士さんが言われました。「野菜は旬の物が大切。生でかじらせて味わわせなければだめです。うまいとか、まずいとか、だけではダメです。五感で味わせないさいと。匂いがどうか、舌触りがどうか、歯触りがどうかとか、味はどうだとか、それがその野菜の旬の味だよ、大切だよ、それを学ばせなくてはダメですよ」と。ですからそういうことをやっております。

食文化・感謝の領域では、ここでは和食の味を学ばせたい。地域の郷土料理の味を、家庭でも忘れちゃっ

ているのだけど、是非それを思い出させたい、味わわせたい。そして、「いただきます」「ごちそう

食育科の内容

●家庭科

- ①栄養と食事(小学校:食品の栄養と調和のよい食事)
- ②食品の選択と調理の基礎(小学校:調理の基礎)
- ③食生活の課題と調理の応用

●食育科

- A領域:味覚
- B領域:食品・栄養
- C領域:栽培・調理・食品選択
- D領域:食文化・感謝

50

学習の4領域

| 領域 | 味覚 | 食品・栄養 | 栽培・調理 | 食文化・感謝 |
|---------------|------|---------------------|----------------|-----------------------|
| 小1～4 身に付ける | 本物の味 | 健康的な食べ物 食品の3分類 | 野菜の栽培 食品選択 | 身近な食文化 食べられることへの感謝 |
| 小5～中1 深める | 和食の味 | バランスのよい和食 健康的な食事 | 米の栽培 基本的な調理 | 日本の食文化 家族への感謝 |
| 中2～3 広げる | 世界の味 | 食品の安全性 今日の食品の特徴 | 安全・安心な食品選択 | 外国の食文化 豊かな食生活への感謝 |

さま」の心を大切に。そういうことを授業で位置づけて行こうと。

これは中2・3年生の年間計画です。これは中3年生の修学旅行で、いろいろな国の留学生とパートナーを組んで、その国の料理を出すレストランへ行って食事をするというのです。いろいろな味を味わわせる。

食品選択の領域ですね。低学年は、食品の3色（赤・黄・緑）分け。今は、まあどこでもやっていますね。1年生は給食を食材にやります。この3つの色がなければダメ。2年生で野菜がこんなに入っているのですね。

高学年の6つの基礎食品群、これは当然、家庭科とも連携します。学びます。

これは医薬品と、食品の区別。日本とアメリカでは基準が違っているものとかね。日本では食品と言っているがアメリカでは医薬品に入っているものがあるとか。そういうことまで中学生では学ばせませう。

食品選択ができる。コンビニ弁当については、高校生になると自分で結構食べるようになるので、その前までに自分で裏側を見て、これは安全だとか危ないとか、そういうことが分かる子にしたいと。こういうことで学ばせませう。

食文化、これが結構人気があるのですね。昭和30年代までの食卓を囲む風景。何をこの当時と比べて無くしたのか。何が便利になって、失ったものは何かというのを学ぶ学習なのですね。中学1年生です。

小1～4年の計画は、おおざっぱには、小学校の1年生は給食を食材にして給食の中には先ほど言った3色が必ず入っているよと。実際に食材を見て、どこに入るか分けられるようにしちゃうというのが、1年生の大きな学習です。2年生は野菜を育てまして、野菜好きの子にする。自分で栽培をして収穫をして、たくさん採れば学校給食に出せますのでね。単独校方式というのは。そうするとだいたい嫌いな子でも食べるようになるのです。これで給食の残菜がほとんどなくなるのですね、小学校では。3年生は、健康で安全な食事。もともとは地域の老人ホームとか老人施設とかそういうところに行って、老人から学びを引き出して行く。その中で食事やおやつはどんなものがあると、今と比べてどうなのか、そういうことを比べていって学ぶ。4年生は、生活習慣病に合わせて、今度は3年生の学習を生かして、普段の食べ物の中で健康で生活習慣病を防ぐにはどんなものがあるかということ、インターネットで調べたりして学ぶ。こういう内容の学習をします。

「ひみこのはがいぜ」、これは3年生の学習のまとめですね。

3年生で「昔のおやつ」をやると、さっき言ったように、例えば、遠足でおやつを買ってくると、自分で買ってきますので、スナック菓子を買ってくる子はなくなりますね、これをやると。干し芋をもってきたりする子がいますからね、びっくりしちゃいます。

4年生はね、血液サラサラということで、指導します。いろいろインターネットで調べたり、家庭の食事調査をしたり、老人の食事調査をしたりから生活習慣病の原因を調べるんすね。

1日に必要な野菜の量、これもやります。これは結構おもしろくて、実は親を学校に呼んで給食試食会があるのでですけど、その時に、親にもクエスチョンを

3年 長生きの秘密 昔のおやつの良さ

| 健康を保つ食品 | 昔のおやつの良さ |
|---------|--------------|
| マ＝ まめ | ひ＝ 肥満防止 |
| ゴ＝ ごま | み＝ 味覚発達 |
| ワ＝ ワカメ | こ＝ 言葉が発達 |
| ヤ＝ やさい | の＝ 脳が発達 |
| サ＝ さかな | は＝ 歯の病気予防 |
| シ＝ しいたけ | が＝ ガン予防 |
| イ＝ いも | い＝ 胃の働きを良くする |
| | ぜ＝ 全力投球できる |

4年 生活習慣病を防ごう

血液をきれいにする食品

| | |
|---------|--------|
| お＝ お茶 | す＝ 酢 |
| さ＝ さかな | き＝ きのこ |
| か＝ 海草 | や＝ 野菜 |
| な＝ なっとう | き＝ ねぎ |

1日に必要な野菜の量
子ども300g、大人350g

小皿で5皿分

出すですよ。子どもの一日に必要な野菜量はどれだけだと思いますか？A B C、大盛り、中盛り、小盛りみたいなのを出してね。親に聞くと、だいたい親もあてずっぽうだけど、当たらないし、わからない。

スナック菓子に含まれる油分、こういうのは実際に理科室に行って実験をして確認します。

これは高学年から中学1年生までのメイン単元ですね。

5年生は米作りで安全安心な食。6年生は、これは主に、朝食を自分で作ることができる。それを大きなねらいとしています。それともう一つは郷土食を学ぶ中1はさきほどありましたが、家族で食卓を囲むような、ああいうことと、年齢にあった食事の量や内容について、家庭科の中でも学ぶわけですね。食品添加物これは5年生の学習ですね。食品添加物の分類、こういうことも学びます。子どもが考えた理想の朝食、これは最近5年生が授業をやったあと、朝食のメニューを子どもが考えますね、結構みんな、魚を入れていいますね。6年生では朝食を食べてこないとだめだよということを学びます。中学1年生は週2時間学びます。メインが家族に合った食事。昭和初期の食事と今の食事徒の比較など学びます。中学2、3年生では、視野を世界や環境へと広げながら、食に関する今日的な問題について考えます。

中学2年生で生活習慣病をもう1回学びますね。中学3年では自給率等を学びます。中学2、3年生の年間計画は週に1時間はです。さっきも言った、小学校でやらなかったから、ぜひ中学校でやりたいというんですかね。そういう内容が入って来るんです。健康補助食品やビタミン、マグネシウム、いろいろなバランスのことを学びます。狂牛病の問題も中学2年ですね家庭や地域との連携について、ここはちょっと丁寧に話しますね。平成11年からずっとやっていたのですが家庭とどう連携するか。親子給食会。給食試食会を持つのですが、ただ学校給食はこんなには素晴らしいですよと食べてもらったってだめなのです。ただ良いのは、必ず保護者が参加する。まず100%。あとPTA総会とか、講演会とかってちょっとしか来ないので。これは100%参加するので絶好のチャンス。なぜやるかという、1つは子どものマナーを知ってもらう。隣の子どもとか、親子で対面してずっとクラスで並んでいますので、自分の子どもの食事の仕方のマナーがいいとか悪いとか、箸の持ち方がどうかね。他の子どもさんと比べてもらえるいいチャンス。このあたりを知ってもらう。それから家庭の食の大切さ。こういうことはいろいろ校長が話をするとかね、担任が言ってもあまり効き目がないけど、校長が言うのと

5年「食品添加物をしよう」

日本の食品添加物 1557
合成添加物 352品目
天然添加物 1205品目

外国の食品添加物
アメリカ 211 ドイツ 64
フランス 32 イギリス 21

日本人の1日あたり摂取量
種類 量
70-80種類 10g
1年で4kg

食品添加物の分類(合成物)
甘味料(6)=甘みをつける
着色料(31)=色づけ
保存料(19)=微生物の発生予防
増粘安定剤(8)=固める
酸化防止剤(19)=油の酸化防止
発色剤(3)=色を鮮やかに
漂白剤(9)=色を白く
防カビ剤(4)=カビの発生予防
糊料=粘りけをつける
調味料(55)=うま味をつける
製造用剤(90)=製造に必要

中1 年間指導計画

『家族とふれあいの食事』 70時間

- | | |
|--------------------------------|------|
| 1 家族の健康メニューを考えよう | 13時間 |
| 2 料理をうまくつくるための知恵をつけよう | 17時間 |
| 3 手作りの良さを知ろう | 9時間 |
| 4 家族のために心のこもった料理を作ろう | 19時間 |
| 年齢にあった食生活・食事の特徴 家族の健康を考えた料理 | |
| 5 食卓の移り変わりを見つめよう | 12時間 |
| 昭和初期の食事と現代の食事との比較 | |

中2 年間指導計画

『デザインしよう！私の食事』 35時間

- | | |
|--------------------------|------|
| 1 サプリメントの秘密を探ろう | 7時間 |
| 2 賢く選んで健康的に食べよう | 17時間 |
| 食品の安全性 安全安心な食料 | |
| 3 生活習慣病を予防しよう | 11時間 |
| 日常食と病院食 食習慣と生活習慣病との関係 | |

中3 年間指導計画

『世界の食の将来について考えよう』 35時間

- | | |
|----------------------------|------|
| 1 世界の食文化を体験しよう | 12時間 |
| 外国の料理と食事マナー | |
| 2 日本と世界の食を探ろう | 12時間 |
| 国産と外国産の食材の違い | |
| 3 メモリアル給食のメニューを考えよう | 11時間 |
| 地産地消の食料 安全安心、健康的な給食メニュー | |

妙に聞いてもらえるからね。

イライラ傾向と朝食との関係など、最近のデータを見せるとか、朝食をみんな食べてきている去年の1年生は、みんなこんなにすばらしいことになっているとか。暴れる子がなくなったよとかね。最近になると学力調査で、食べてこない子はこんなに学力が低いのですよとかね。こういうデータは国からも出ていますよとか。勉強、勉強と言われるけど、朝食なんですよ、お母さん。というふうにやると、よく聞いてくれるのです。栄養教員さんは学校給食で、私が一番印象があるのは、インスタントスープと本物のスープを2つコップに分けて、両方の見比べてもらって、保護者80名くらいにどっちが美味しいかと聞くと、本物のスープが美味しいというのはあまりいないのです。インスタントスープが圧倒的にみんな美味しいというのです。多分それに慣れているのですね。そういうことをやってから、今日の給食は本物の食材ですと。学校給食は日々使われていますよ。今日はこの本物のだしでとったスープですので、そう思って味わってくださいよとかね。

さっきみたいに野菜がどれだけ必要なのか、こういう量ですよと知ってもらうとか。そういうことも親子給食会の場合なのです。もう一つは、家で何にしようか迷ったら、学校給食のメニューが配られているでしょう。あれを見て思い出してください。あれは参考です。あれが一番いいのです。困ったらあれを見て作りましょうということを宣伝される。そして保護者が、そうかと納得してもらえる。

ここ3年くらい前から始めたのが、保育園の年長児とその親に指導するというね、これも効き目がある。ものすごい。これも100%親が来ますからね、例えば11月に行われる新入学時の健康診断。校長が話すときには家庭の食事の話をするのですね。学校で、朝食を食べてくる子はこんな良さがあると。そうではなく（食べてこない子は）こんな問題があるとかね。食べてこない子はこういう状態があるとか。中学校に行ったときにこういうことを経験をした。それは家族がつながりのないバラバラの家庭。シンナーを吸って廃人になっちゃった子がいるとか。逆に、これは改心したし、そうはならずにきちんと親の元に戻って、今は普通にお父さんをやっている子もいるとか。その差は何かと今思い出してみると、やはり家庭の家族の絆がある家だったのかと、違って来るわけです。そんな差が出ますよというかね。自分の体験談をしてあげるとやはり親はそうかと思ってくれるわけですね。だからこれはものすごく効果がある。これを始めてから平成19年度ですかね、1年生はスタートからとってもいいです。小学校1年生に入ったときから。給食をほとんど全部食べちゃうし、朝食も食べてくるし、落ち着いています。確かに違うというのは実感を持っていますよ。4年生は食事調査をしますが、血液検査をします。そうすると問題のある家庭が80人いると2割くらいです。その家庭は学級で担任の先生と通知表をもとに学級懇談をしたあと、保健室に来てもらって、養護教諭さんと、学校栄養職員さん、当時はね、と保護者の3者面談をするのです。先ほどのデータを出して、「お母さん、いろいろ問題があるけれど、どうしましょうか」と。お母さんにどうしようという結論を言ってもらうのです。うちはもうちょっとこう変えたいとかね。こういうことを気をつけますとかね。そういうことをやってもらう。そういう場を作ってもらう。これは個別に呼び出しなのです。普通の家庭はあまりないです。非常に肥満とか、非常に偏食が激しいとかね。さっきの家庭の食事調査で非常に偏りが大きい家とか。養護教諭さんと栄養教諭さんと2人いると心強いですから、結構できるのですね。それからいろいろなことを保護者に発信をする、見てもらう。こういうこともやります。

3者面談もします。栄養職員さん、養護教諭さんが家庭の食事調査のデータを示して面談です。たとえば、肉類、卵類が多い家で偏りがある場合、肥満の子がいる。食事をどうしましょう。運動をどうしましょうという、そういう相談をするのです。

食の便り、これはやっています。今でもやっています。ホームページでも出しています。

親子料理教室では地域のケーキ屋さんを学校に招いて親子のお菓子作りをしていますね。ヘルシーな洋菓子作りです。

子どもが作ったレシピの配布、これもやっています。結構こういうのがおもしろいんですよ。6年生とか5年生とかができてくると、学区内の2カ所に今、スーパーがあるのでですけど、平成11年、12、13、14年頃は1カ所だったのですが、そこに子どもがレシピを置いてきて、そうすると親子が行くんですね。近所の人も行くんですね。そうするとこういうのを学校でやっているのかという宣伝になるということと、安全な食材に手を出してもらえる。地域がちょっとずつ変わるというのがあるのです。

確か平成11年の時に学校の近くのスーパーに行ったら納豆が1種類だけでね、これは愛知はあまり食べないのですよね。やっぱりそうだよな。これが平成14年、15年頃になったら納豆が何種類も置いてある。やっぱり変わったよなという、そういう実感があるのです。

それから保護者参加型授業、これもいいですよ。ポイントポイントで親子で授業をする。例えば、これは何かというと先ほど言った4年生で、血液検査結果のデータが出て、個別に問題のある家庭は呼ぶのですが、全体としては学級で親子と一緒に授業をして、我が家の食事改善計画を作ろうと。このままでいいという家庭もありますし、もうちょっと変えたいなという家庭もありますが、その両方のデータ、血液検査結果データと、家庭の食事調査結果データの両方を見て、親子でうちではこういうものをもうちょっと増やそうとか、もうちょっと野菜を増やそうとか、魚を増やそうとかね。そういう学習をするというそういうものなのですね。

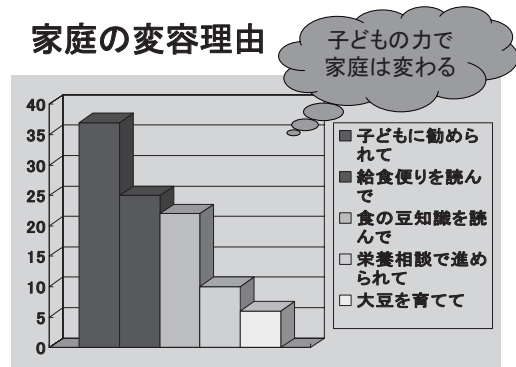
6年生の子では、自分で朝食を自分だったらこんなふうにするという理想の朝食を考える。理想の朝食を考えたあと、親と一緒に参加をして、我が家でできるのかできないのか、親子で協議してもらおう。理想ですからね、とてもできないと、子どもがこれだけ手伝ったら、お母さんもこれだけやるので、やりましょうとかね。もうちょっと変えて簡単にして、子どももちょっと手伝うんだよとかね。こういうことを親子で相談して決める。そういう学習ですね、そういうことを仕組んだりするわけです。親の意識を変えたいのです。親子で参加してもらえばいいことなのですね。

食のカルチャーウォーキング。たとえば、パン屋さんのところでどんなパンが売れるとか、どんな苦労をしているとか、聞き取りチェックですね。

以上のような食育を実施した結果、「朝食を毎日摂りますか？」というのは、平成11年から始めて一番最後のデータは19年ですが、100%にはなっていないのですが99%強ぐらいです。「朝食を誰と食べますか？」これは変容が無かったという例です。いっぱい働きかけていんだけど、大人と一緒にという子は50%くらい。良くて60%。できないのですね、いくら働きかけてもね。原因はおそらく、会社へ行くとときに夜勤があると朝は一緒にじゃないとか。早朝勤務があると一緒ではないとかね。そこに家族とお母さんは合わせなくてはいけないとか、どうしてもバラバラになってしまう。いくら働きかけても変わらないのもあるということです。「朝食は楽しいですか？」先ほど言った家族そろってでは増えなかったけれども、楽しいという家庭は平成11年の頃から比べると、どんどん上がっているというね。だから家庭ではなんらかの変化があるということなのですね。家庭の食事実態調査結果の変容、これは当初始めた4年生の家庭ですかね。食事調査していますのでデータを取りました。やはり豆とか野菜とか海藻とか。学校で勧めているものは、どんどん家庭ではやっぱり増える。親はなんらかの影響を受けて動いているということがわかりました。

家庭が変容した理由の調査、それで、これがおもしろいんですよ。どうして家庭でいろいろ気をつけて買ったのか、例えば添加物の少ないものにとにかくしてとか、輸入のものは何も使わないようにしてとか、そういう家庭がいろいろあるんですけど、何でなの？という原因を聞いたら、トップがこれ。35%を超えていますね。これは子どもに進められて。子どもが言えば

家庭の変容理由



お母さんは素直に言うことを聞くということなのですね。だから学校で一生懸命に食の授業をして、子どもが「これがいいんだ」とか、「真っ赤なウインナーは危ないぞ」と学べば、お母さんが安くて真っ赤なウインナーを買ってくると、子どもが言うんですよ。「お母さんこういうのは危ないよ」とかね。やっぱり親はやめるんですね。だから学校でがんばっていくと、いろいろ手立てを打ちましたが、最終的には子どもの力で家庭を変えるのが食育が一番早いんだなということがわかりました。

これは食育を10年間実践してきた成果です。10年間でまとめました。先ほど言いましたが、給食の残滓が小学校はだいたいこのくらい（1kg未満）になりました。しかし0gにはなりません。中学校は先ほど言いましたが、ほぼ年がら年中ゼロになります。中学校で残菜ゼロというのは、すごいことなんです。後で県の調査をちょっと出しますけれどね。次をお願いします。

家庭も先ほど言いましたが、朝食は楽しいと。朝食はほとんどの子が食べてくる。中学生は欠食ゼロ。小学校は、これも低学年が多いですね、1%。

こういう声、特におじいちゃんというよりもおばあちゃんから声が出ています。家の中が良くなったと。昔の食べ物とかを3年生とか4年生で学ぶんですけど、おばあちゃんの出番がいっぱい増えてくるんですね。結構今の家庭は、おじいちゃんおばあちゃんと同居していても、お父さんお母さんの食事はとは別のものという、別々のものを食べていることが多いのです。子どもは結構、お年寄りの食べ物を知らないみたいだね。それが結構うまくいくようになったというのは、おばあちゃんからよく聞きます。次をお願いします。

一部の子は変容しない、食べてこない子がゼロにならないとね、国の基準は0%というのですか、10年やってもならなかったですね。次をお願いします。

西尾市の栄養職員11人が、中学校6校中5校に栄養士さんがいますので、5の校中学校を調べました。中学校の栄養士さんのいる学校ですので、みんな食育を行っているのですが、小学1年生の時から食育を学習している寺津中学校は高い（60%が大人と一緒に食べる）ですね。家庭で朝食は誰と？が大切ですからね。

次は、食事というのは給食ではなくて、普段の家庭の食事に嫌いなものが出たときにどうしますか？という調査なのですね。寺津中学校が「全部食べる」が9割以上ですね。でも家では嫌いなものが出ないという、出ないのかないのかわかりませんが、出ないというのが一部にある。食べないことがあるというのがちょっといますけれども、圧倒的に全部食べるんですね、家でも。また、家では「いただきます」「ごちそうさま」を言いますか？という調査では、これはすごい。寺津中学校では90%以上言いますね。

愛知県の校長会で小2、小6、中1を対象に調査したものですけれど、寺津の子をまとめると、学校給食の時間に好き嫌い無く食べる、感謝して食べる、マナーを持って食べるというのが県内他の学校より高い。仲間と楽しくとか、仲良くというのはあんまり気にしていないというか、ある面当たり前になっていると思うんですけどね。好き嫌いなくとか、感謝とかマナーというのは、かなり良くなっていると思います。

給食を残すことがありますかという調査でも、寺津は他に比較して残すことが少なくなっています。小学校の学年が上がるほど減っている。中学生はずっとゼロなものですからね。一般的には、通常低学年がよくて高学年が悪くなっている。中1で気分が変わって良くなっているけど中2、中3はワーッと悪くなるのですね。食べ残しが多くなるのですね。各学級でバケツに半分残っちゃう

| 食育10年間の成果 | | 子どもの変化 |
|-----------------------------------|---------------------|--------|
| 学校給食の変化 | | |
| ★給食の残滓の激減 20kg(H11) → 0.7kg弱(H19) | | |
| ☆寺津中学校は給食残滓0kgを継続中 | | |
| 家庭の食卓風景 | | |
| ★朝食が楽しい児童 | 35%(H11) → 76%(H18) | |
| ★朝食を毎日とる | 89%(H11) → 99%(H20) | |
| ☆朝食欠食児童の割合 | → ほぼ1%の児童が欠食 | |
| ☆朝食欠食生徒の割合 | → ほぼ0%の生徒が欠食 | |
| 家庭の人間関係 | | |
| ★家庭におけるコミュニケーションの場の増加 | | |
| 昔のおやつを学ぶ＝祖父母と孫との会話の増加 | | |
| 郷土料理を学ぶ＝子と母、子と祖母、姉と妹との会話 | | |

とかね。出てきた牛乳が3分の1くらい残っているとかね、めずらしくないのですけれど。こんなに9年間食育を心がけていると変わる（改善される）ということなのですね。

次に、教師側の変容です。結構先生方もいろいろやりますのでね、先生達も給食を残さない。よく苦情を言われるのが、職員室が一番よく残るってね。学校の残菜の大部分は職員室ですよと言われると、そこにいた先生達があわてて食べるのですけれどね。それも入って実は残菜なのですからね。

それから学級担任が中3までみんな指導していますけれど、知識がない。先生がどんどん入れ替わっています。ちなみに平成20年度の最後の年は、小学校中学校両方を合わせて、平成11年度の食育開始年からいまだに残っているのは、私と中学校に移動した栄養教諭の2人だけになりました。後の方はみんな移動しました。1年前までもう1人小学校に平成11年からいた人がおりましたけれどもね、移動してしまって。それぐらい変わってもきちんと学校で計画的にやっておればできるということでもあります。しかもうれしいことに、子どもがとっても役に立っていると全員の先生が思っている。それから授業も楽しいと、中学校の先生も食育の授業が楽しいと、そう言っている。その先生達は、知識がないと、非常に不安に思っているね。これはやっぱり栄養職員さん、栄養教諭さんの出番なのですね。

地域も変化します。先ほど言いました、保育園でも食育をやっている。試食会、これが市内全域で今やっている。11人の栄養士さん達がチームを組んで、すべての小学校、幼稚園、保育園を出前講座で食の大切さの指導をしています。寺津の場合には、一番最初に言いましたけれど、平成18年度から地域の食材で、家庭菜園で余った物を学校給食に納めてもらうという組織ができて、定期的に納めてもらえるようになりました。はじめの時には学期に1回でした。それがだんだん増えて、今では今月の野菜ということで7～8人の農家の方が野菜を定期的に作って、事前に学校のメニューをお渡しすると、これとこれとこれは私たちが納めますというのを、納めてもらえるのですね。当初この頃は無料でした。ただでいいよって。ずっとただでいいよって言われたのですが、いろいろただじゃあ問題があるかなということで、その時その時の市場の一番安い価格でお支払いをするということで、今はお支払いをしています。例えば、給食で使う味噌は地域の農家の方から大豆をもらって学校の中に大豆の樽が小学校も中学校も大きな樽が、20キロくらいかな、2～3杯とってあります。それが給食に出るのですから。そういうことやっています。味噌の材料は、今はただになります。そういう地域の方の学校への協力もありますし、動いてきております。

私はそういう今までの動きを見ると、親や教師を尊敬する子の割合）変わって来るだろうと思っているのです。これが皆さん、どこかで見たかもしかかもしれませんが、親とか先生を尊敬しますか？という調査が、国の調査がある。これは日本、アメリカ、中国、韓国。尊敬するというのはどこの国が一番多いか。儒教の国とかいう感じがしますけどね。韓国なんですね。韓国って目上の親とかを非常に尊敬するとかね、そういう習わしがありまして、トップなんですね。2位が、アメリカなんですね。意外や意外と言いますかね。アメリカなんて結構いいかげんかなと思ったら、そうでもない。3番目が、中国。4番目が日本ってわかりますね。日本は、圧倒的に低いですね。親が先生を尊敬しましょう。実は私も学校の先生をしながら地域に帰れば地元の人間ですからね、いろいろな地元の会とかいろいろやっておるのですけれど、結構皆さん遠慮無くいろいろな話をされるんですよ。そうすると、もう今年は担任がA先生になっちゃったからとか、今年うちの子の担任は○だとかね。私の前で堂々と話をしていてですよ。今年あの先生、今年よかったとかね。そういうことって田舎に住んでいるのですけれど、田舎でも保護者がそういう話をさかんにしているのですね。たぶんそれは子どもの耳にも入るのですよね。それは子どもにとって先生を尊敬しない1つの指標になってしまうのですよね。でも露骨に話をしています。あれはだめだとかね。小学校の保護者でも中学校の保護者でも、同じであります。うわさというのはすごいと思うのですけれど、いろいろな話をする。もちろん本当であるかどうかわかりません。尾ひれが付きますからね。

食育にかける思いについて、私が10年間やってきて、食育がすごいと改めて思っている中で、1つ目は家庭啓発は食育ほどできるものはなかったと。30数年、40年近く教員をやってきて、食育にあたって始めて家庭が変わるんだという実感を持ったということなのですね。それまでは、そういう実感を持ったことがない。子ども自身はなんとかかなと思って、結局だめだったというのが圧倒的に多い。でも初めて本当に変わるんだということがわかりました。

2つ目は食育というのはこういう道徳的な心を伝えていく。道徳の資料を見て1時間、45分とか50分の授業をして、道徳性を養おうとか気づかせようとか思っても、表面的になってしまうので、食育の1年を通した指導の中で育てれば、これはよっぽどよく育つ。

例えば2年前だったかな、中学の修学旅行で東京に行って、班別行動でいろいろなところで5～6人の班でレストランとかで食事をするということになった。5～6人で集まって修学旅行で食事をしたときに、みんなそろって手を合わせまして「いただきます」って中学3年生がやるんです。終わったら「ごちそうさま」って。食べ終わった皿などをみんな集めて、きちんとして帰るということで、お店の人がびっくりして、そういうところから学校に電話が入る。どういう学校ですかって。あんな中学生を見たことがないっていう。毎年、そういうことがしょっちゅうある。

そこまでやっておれば変わる。あきらかにね。だから僕はすごいと思いますね。それからさっき言いました、家庭の人間関係。確かに不登校は今でも小学校はいないな、ゼロですね。400何人いてゼロです。中学校は3～4人いたと思いますが、でも学年に1人くらいですね。80人に1人くらい。非常に少ないです。不登校の中では家庭の人間関係が圧倒的に大きいです。きっかけは一般的には小学校の中学年ぐらいから、直接のひきがねは友達との関係でいじめられたとか、無視されたとか、いやなことがあったとか、または宿題をやらなかったとか。担任の先生と気が合わなかったとかが直接のひきがねであります。でもこれはなくても、何かで不登校は起こります。不登校の家庭を見ると、だいたい兄弟の関係とか、いとこの関係とかで、または親も不登校だったとか。そういう家庭が圧倒的なのです。よく見ると、家庭の中の人間関係で何か問題があるのが圧倒的なのですね、不登校の場合。

そういうものが食育を通して、かなり防げるなという感じがしております。それからもう一つは、今までの一方的な会社人間というものから、もう少し家庭とか地域とか人生観とか、そういうものを見直す子どもが育ってくるのではないかなという感じがしております。最後にこういう子がね、いろいろな社会問題に対しては、食育を通してかなり解決できると思います。

だから学校にスクールカウンセラーを置いて、不登校の子と相談して5年経っても不登校は不登校のままとかね、あのお金があったら、栄養教諭さんを全部の学校に置いた方がもっといいのじゃないかなと、僕なんかはそういう気がします。今までの体験からはね。

これは、たまたま2年生の子が7月の夏休み前だったかな、体育館で夏休みになる前の反省を行ったんです。

『2年生になってからお料理の手伝いが大好きになりました。一番好きなのが野菜を切ることです。それはお母さんが私専用の包丁を買ってくれたからです。お母さんがご飯の準備をすると私も包丁とまな板を持ってくる。「何か切る物ない？」と聞きますと、お母さんは「それじゃきゅうりを切ってもらおうかな」と言って、少し見本の切り方を作ってくれます。次はにんじん、次はピーマンとどんどん野菜が登場します。ピーマンはちょっと匂いがイヤだけどがんばって切ります。野菜を炒めるお手伝いもします。自分で作った料理なら嫌いなピーマンやしいたけもがんばって食べられます。3年生になってもお手伝いをたくさんして、もっと難しいお料理に挑戦したいと思います。』

こういうのを書いてくれたので発表してもらったんだけど、こういう家庭ができればさきほど言ったいろいろな子どもの問題とか、かなり防げるはずなのです。いわゆる一番の心の教育で、青少年問題のかなりはこういう部分に、実は日本では忘れてしまったけれど、こういう部分があるので

はないかと。本校が食育を10年来やってきて、不登校の子が減ってきてとか、中学校では今非常に少ないとか。1年生からきちんと45分座って授業が受けられるとか、みんな座って静かに話が聞けるという変化が起きていると思うのです。だから食育がとっても気に入ったというのは、そういうところが一つありますし、しかも法律的にもやれと決まった以上は、できたら本校のように、計画的に中3までできれば、計画的に継続的にやるととてもよいと思うのですね。イベント的にやって、それも記憶には残って、なんらかのものは子どもに残ると思うのですけれども、本当に身につくまで行くかという、やはり計画的にずっとやっていかないとダメじゃないかなということを、私は思っております。

そんなことを紹介したいなと思ってここに参りました。時間になりましたので、ここで切らせていただきますけれども、ぜひいろいろな方、学校現場で指導していただきたい。今からたぶん10年も経てばほとんどの学校に栄養教諭が配置されるのではないかなと思っていますので、先ほども言った愛知県でも校長会としては毎年、栄養教諭を全学校に配置せよという要望を出しているのですが、順次それが認められて、広がってくると思います。学校の中で、うまく生かして進めていただけたらということを期待しております。今日はどうもありがとうございました。

何か質問があれば。

／先生、どうもありがとうございました。

それでは時間になりましたけれども、せっかくの機会ですので高橋先生に何かお尋ねしてみたいということがありましたら、質問していただければと思いますが、いかがでしょうか。皆さんの方から何かお尋ねありますでしょうか。

どうですか。栄養教諭を取っていらっしゃる方もいると思いますが、何か聞いておきたいということはありますか。はい、小林君どうぞ。

小林／今日は、貴重なお話をありがとうございました。

今日は講演があったので、栄養教諭のほうを臨ませていただいている3年の小林と言います。先生のお話の中で食育についていろいろ企画されていたお話をされていたと思うのですが、逆に食育を推進されて行く中で、難しかった点、なかなかうまくいかなかった点といったものがあったでしょうか。もしそういった点があれば、今後生かしていけたらと思うのですが。

高橋／はい、難しいのは後半でも出しましたが、基本的には学級担任さんが授業をしますけれど、私もそうなのですが、食育という知識はないのですよ。

例えば、女性の先生でも、わかっているのは小中学校で学んだ家庭科の内容レベルが知識なので、知識も技能も。まあ技能はそれぞれ個別にやっておれば別ですけど、基本的にそこがベースですので、最近のサプリメントとか、簡単に答えられないとかね。それが良いのか悪いのか、まあ食べない方が安全かなという程度の知識しかない。

そういう知識がないのですが、こういうところは栄養教諭さんに対し、非常に期待しています。いろいろな知識で、これが大切、これはだめとか。何年生がこういうことがわかって必要などというのは栄養教諭さんが一番大きいかなと思います。

それから2つ目は、一番困るというか、心配だったのは家庭や地域というか、食はほとんど家庭の問題で、家庭に入り込んで「あなたのところの食事はだめじゃないですか」とやったら、先生総スカン食って嫌われてしまうから、あんな先生に言われたくないとかね。そういう不安がものすごくあったのです、はじめは。とても慎重で皆さんはとてもやれない、できないという状態でしたけれど、そういうことに学級担任以外が出るというのが、目安になっています。

栄養教授は学級担任とは違う立場で出やすいし、親にもの言いやすいですね。校長の立場だと

また遠慮無くものが言えるという立場なのですね。「こういう家庭でいい子ができるわけないでしょう」と堂々と言ったって、親は学校の先生だからいいわと。そういう連携があれば、ちょっとフォローしたり、連携したりすればうまくいんですけど、結構そこはうまく組まないと大変です。ずばりと直接ある家庭に「おたくの」と持って行ってもうまくいかない。

それから3つ目を言うと、一番重要かなと思うのですが、皆さんも大人ですよ、大人って誰かから言われるとイヤなんです。あれはだめとか。そんなのはやめてくださいとか。言うこと聞かないです。あまのじゃくです。そんな先生に言われたこと聞くもんかと。自分で、親が自分で気がつく。「うちはちょっとまずいかな」と気づくようにするのに、どうしたらいいかなということをつも考えて、親が自分で気づくようにすると親は変わる。そうでなかったら、子どもが親に言うということなんですね、そこらがポイントです。そんなふうに思いました。よろしいでしょうか。

／よろしいでしょうか。他にどなたかが質問ありますでしょうか。

それではまた何かあったら先生とご連絡する方法があるかもしれないので、後日こんなところでお聞きしたかったというのがありましたら、私のほうにご連絡をいただければ、連絡を取らせていただくこともあるかもしれません。先生よろしく願います。

高橋先生は今日は、お帰りにならないといけないということです、これで閉じさせていただきますけれども、私たちは食の専門家という立場から食育というものを考えておりますので、今日の先生のお話で教育者の立場から考えると、私たちが普段思わなかった、いろいろな視点で組み立てていかなければいけないことがあるんだなということを、改めて勉強させていただいて、先生が家庭科の先生でもいらっしゃらなかったし、そういう立場で何かを見てくれて考えることというのが、とても大事なんだなということを学ばせていただきましたし、また先生の本当に素晴らしい実践の中で、きちんとした働きかけをすると子ども達が変わるんだと、その子ども達を通して家庭や地域も変わっていくんだということの本当の実践を示していただいて、大変心強く思いました。ぜひ私たちの地域でも、そんなことが進んでいくといいなと思っていますが、長野県もそんなに栄養教員の先生は多くないので、またいろいろなところで、お力添えをいただけるとうれしいなと思います。

今日は本当にありがとうございました。