

第2章 福島県における食育の推進

1 児童生徒の食生活を取り巻く状況等

(1) 肥満傾向児の出現率

福島県の肥満傾向の児童生徒出現率（図1）を見ると、小学生期から中学生期にかけて、ほとんどの年代で肥満度が全国を上回っている。肥満傾向児の増加は、東日本大震災前から健康課題とされていたが、東京電力(株)福島第一原子力発電所の事故が起こったことにより肥満傾向に拍車がかかったことは言うまでもない。

肥満の予防には、バランスのとれた食事、適度な運動、休養・睡眠など、健康的な生活習慣を身に付けることが大切である。そのためには、学校における食に関する指導を計画的、継続的に実施するとともに、教職員、保護者等が連携して組織的、積極的に取り組むことが重要となる。

〈出典 「健康教育のてびき」 福島県学校保健会 平成30年3月〉

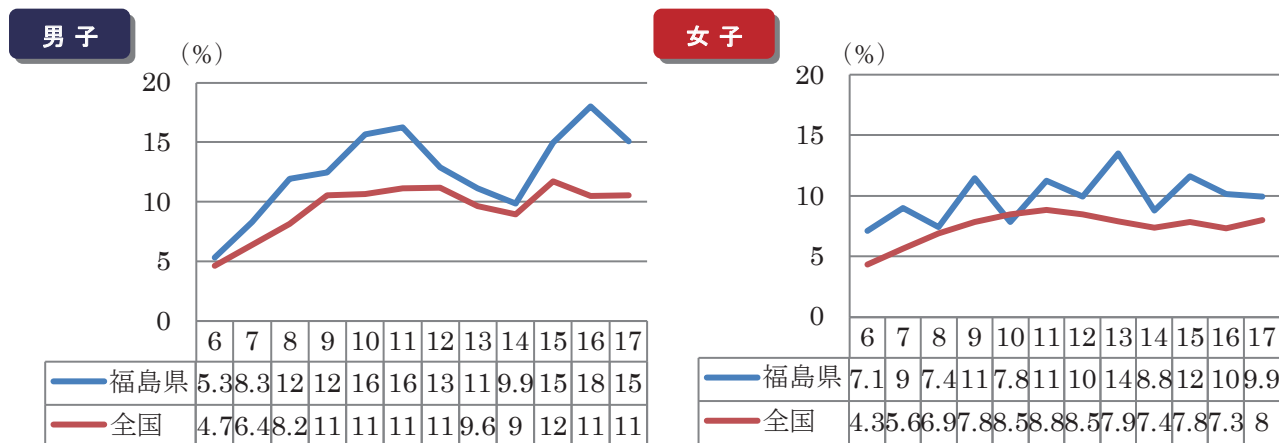


図1 肥満傾向の児童生徒出現率（全国との比較）

〈「令和元年度学校保健統計」文部科学省 参照〉

(2) 朝食摂取状況

朝食欠食に関する取組については、食育推進基本計画（平成18年～内閣府）を始め、「健康日本21」（平成12年～厚生労働省）、「早寝早起き朝ごはん運動」（平成18年～文部科学省）などでも一体的に取り組まれてきた。

福島県においても、平成19年度より始まった「朝食摂取率100%週間運動」（現「朝食を見直そう週間運動」）等の取り組みにより朝食摂取率は増加したが、平成25年度97.2%をピークに現在まで96.4～96.7%で推移している。

「第三次福島県食育推進計画」（平成27～32年度）及び「第6次福島県総合教育計画」（平成22～32年度）においては、「平成32年度 目標値 97.2%以上」を、「第3次食育推進基本計画（農林水産省）」（平成28～32年度）においては「平成32年度 目標値 朝食を欠食する子供の割合0%」を掲げている。朝食を毎日食べることは、健康的な生活リズムや生活習慣の確立につながり、非常に重要である。また、生活習慣の形成途上にある子どもについてはなおさらであり、引き続き朝食を欠食する子どもがいなくなるように取り組みを推進する必要がある。

〈参考 「第3次食育推進計画」 内閣府〉

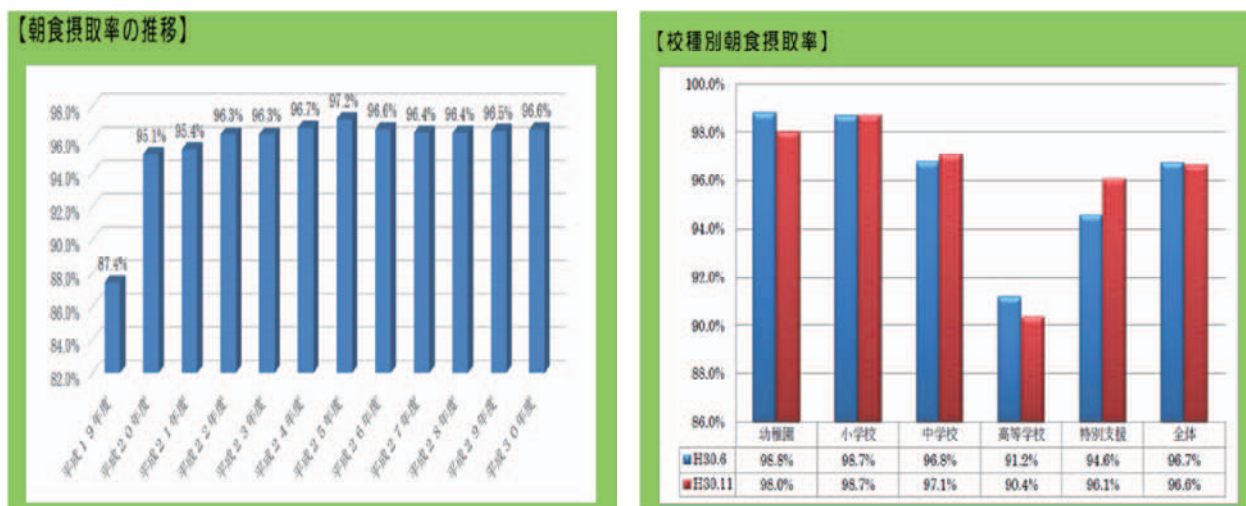


図2 児童生徒の朝食の摂取状況 〈出典 平成30年度「朝食を見直そう週間運動」朝食摂取率調査結果（11月より）〉

2 福島県教育委員会における食育の推進

(1) 福島県総合教育計画（第6次福島県総合教育計画平成30年度アクションプラン）

平成22年3月に策定した「第6次福島県総合教育計画」では、学校、家庭、地域が連携・協力し、県民が一体となって豊かな教育環境を形成し、ハーモニーを奏できるように人づくりを進めていくべく、「“ふくしまの和”で奏でる、こころ豊かなたくましい人づくり」とし、次の理念を掲げた。

本計画では、基本目標1「知・徳・体のバランスのとれた、社会に貢献する自立した人間の育成」の施策2「子どもたちの健やかな体をはぐくみます」において、特に重視する観点1「生きる力をはぐくむ教育の推進」の一つとして学校における食育の推進を掲げている。

【総合教育計画における基本的方向性】

- ・栄養バランスのとれた食事をとるなどの望ましい食習慣や、食生活を実践していく力や感謝の心をはぐくむ食育を学校、家庭、地域との協働により推進します。

【東日本大震災・原子力災害を経て】

- ・震災等による心身の発育・発達への影響や体力・運動能力への影響に対する取組及び放射線と食の安全性や健康課題について学習活動を推進します。また、関係機関と連携しながら、子どもたちの健康を守る教育を推進します。

(2) 「ふくしまっ子食育指針」による推進

福島県教育委員会は、平成19年度、学校における食育の方向性をさらに具体的に「ふくしまっ子食育指針」で示し、平成27年度は「ふくしまっ子体力向上総合プロジェクト」を立ち上げ、その一環として「ふくしまっ子食育指針」の改訂を行った。

(3) 食育推進の目標

各学校における食に関する指導の目標は、学校教育目標に基づき児童生徒や学校・家庭・地域の実態、国・県・市町村の食に関する指導の目標や食育の推進計画を考慮した上で独自に設定し、各教科等において指導を行う。その際、「食育の6つの視点」や「福島県の3つの食育目標」に基づいて具体的な目標を設定することが重要である。



ふくしまっ

福島県の食育標語「食育で

I 基本的な考え方

本県の学校における食育は、

- 1 知育、徳育、体育の基礎となるものと位置付け、子どもたちが生涯にわたって心身ともに健康で生き生きとした生活を送ることを目指します。
- 2 子どもたち一人一人が望ましい食習慣を身に付けることができるよう、家庭や地域社会との連携のもと、教育活動全体で取り組みます。
- 3 福島の多彩な食材の理解と食文化の継承を通して、豊かな人間形成を目指します。

II 目標

- 1 幼児・児童生徒の発育・発達段階に応じ、食に関する知識や食を選択する力を養い、それらを生かして、自ら望ましい食生活を実践していく力「**食べる力**」をはぐくみます。
 - 食事のリズムをもつ。
 - 体のことを考えて食べる。
 - 一緒に楽しく食べる。
 - 自ら進んで食事作りをする。
 - 食を通じた健康づくりに主体的にかかわる。
- 2 食をとおり、自然や人々とのかかわりの中で「**感謝の心**」をはぐくみます。
 - 食にかかわる人々へ感謝する。
 - 食材や器などを大切にする。
 - 自然の恵みに対する感謝の心をもち、いのちを大切にする。
 - 食に関する活動をとおり、主体的に人々とかかわる。
- 3 ふくしまの気候・風土に根ざした食文化を理解し「**郷土愛**」をはぐくみます。
 - 家庭の味を知る。
 - 日本型食生活のよさを理解する。
 - 地域の郷土食や行事食を知り、受け継ぐ。
 - 浜通り・中通り・会津の三地方それぞれの豊かな食材と季節感あふれる食を知り、味わう。

子食育指針

笑顔と健康 未来づくり



Ⅲ 発育・発達段階に応じた望ましい食に関する行動指標



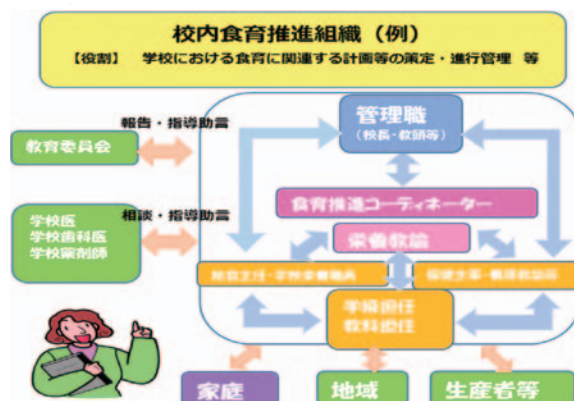
望ましい食習慣の形成

(4) 食に関する指導の充実

「ふくしまっ子食育指針」のもとに、幼児・児童生徒や学校、地域の実態に応じ、教育活動全体を通して食育が展開できるよう、各学校において学校全体で食育を推進するための体制を整備する。また、学校、家庭、地域が一体となって、食育を組織的に推進するため、マネジメントサイクル（PDCA サイクル）に基づいて取り組む必要がある。

ア 推進体制の整備

全校体制で組織的に食育を推進できるよう、校長を責任者として、食育・学校給食に関する各種計画の策定及び進行管理をする委員会を設置する。委員会等の設置が難しい場合は、既存の委員会等（食育推進委員会、学校給食委員会、学校保健委員会等）を活用する。



〈食育推進コーディネーター〉

福島県においては、平成19年10月31日付け「学校における食育の推進について」（通知）により、食育を推進するコーディネーターを校務分掌に明確に位置付け推進することが示された。

食育推進コーディネーターは、給食主任、栄養教諭等、保健主事、養護教諭などの協力のもとに食育に関する計画策定の中心となり、また、その計画に基づく活動の推進に当たっては、教職員はもとより、学校医、学校歯科医及び学校薬剤師等と連携をとりながら、自校の児童生徒の食育に関わる活動が組織的かつ円滑に展開されるよう、その調整にあたる。

イ 食育におけるマネジメントサイクル

食育を組織的に推進するために、マネジメントサイクルに基づいた取り組みを行う。

幼児・児童生徒及び地域の実態を把握（Research）し、自校が現在抱えている課題を検討し、その解決のための組織としての方針を決定する。次に、目標等を達成するために計画（Plan）を作成し、計画を実施するための教職員や児童生徒を組織化し、実施する（Do）。実施後には、その評価（Check）によって設定された目標の達成度や計画及び組織活動などの検討と改善（Act：Action）を加えて、次回につないでいく。



〈出典 「ふくしまの食育 ふくしまっ子食育指針」 福島県教育委員会 平成28年3月〉

教育活動全体を通した取組

自校の児童生徒の食生活の課題解決を図る取組として、学級活動、ホームルーム等における指導の時間を確保するとともに、家庭科や技術・家庭科、体育、保健体育等の各教科等の関連を図り、教育活動全体を通して食育を推進すること。

なお、各教科以外の指導時間数は各学年2時間以上確保することが望ましいこと。学級活動、ホームルーム活動における指導事例として、県教育委員会ホームページ掲載の指導資料集を参照すること。

『「食べる力」を育む実践事例集』・『「感謝の心」「郷土愛」をはぐくむ実践事例集』・「栄養教諭を活用した実践事例集」が県教育委員会ホームページに掲載されている。



食育推進コーディネーター（食育を主に担当する教員）を明確にした取組

食育を推進するコーディネーターを校務分掌に明確に位置付け推進すること。なお、食育推進コーディネーターには、教諭、養護教諭をあて、単独で設定するか、または、給食主任や保健主事等と兼務させるか等は各学校長に一任すること。〈出典 学校における食育の推進について（通知） 福島県教育委員会 平成19年10月31日〉

組織的な取組

食育を学校全体で推進するため、学校保健委員会や学校給食委員会等既存の組織を活用すること。また、保護者会等を活用し啓発する機会を設けるなど、家庭、地域との連携のもと推進すること。企画・運営に際しては、保護者や学校医、生産者等の意見が反映できるよう配慮すること。

食育推進コーディネーターの具体的な役割

①食育と学校教育全体との調整

- ・自校の食生活の課題を明確にし、健康教育の重点として、その解決が図られるようにする。
- ・学校運営組織の中で、全職員が役割を分担し活動できるよう調整する。

②食育の諸計画の作成と実施の推進

- ・食育全体計画を児童生徒の実態、学年、家庭、地域の関連機関等の意見を生かし作成する。
- ・全体計画に位置付けられた特別活動・教科等の指導時間を確保する。

③食育に関する組織活動の推進

- ・全職員との連携が図られるよう情報の提供や研修の機会を設ける。
- ・学校保健委員会等の活用を図る。

④食育の評価

- ・食育の具体的な実践の評価を行い、次の計画と活動に生かす。

食育の評価を学校評価に位置付け、学校の実情、児童生徒の実態に応じて設定した食育の目標と食育の推進体制等の達成状況を評価することが求められている。



自 分 手 帳

運動・健康・食生活の3つの内容から構成されている。健康状態や体力テストの結果、食習慣、食生活について、小学校1年生から高校3年生までの12年間分を記録することができる。平成27年度に小学校4年生から高校1年生へ配付し、平成28年度から小学校4年生のみ配付している。



学校における肥満対応ガイドライン

福島県の児童生徒の肥満傾向児出現率は全国に比べ高い状況が続いている。そのため、本県では、肥満指導取組体制等を整備し、2020年までに肥満傾向児の出現率を全国並に改善するように「学校における肥満対応ガイドライン」を作成した。また、肥満指導取組のための計画、通知様式、実践カード、個別指導資料等、実践的な肥満対応資料を作成し、ホームページに掲載した。



保護者向け個別指導資料



「適正なエネルギー量を知りましょう」・「食事のエネルギー量をおさえるポイント」



ふくしまっ子児童期運動指針

平成30年度3月、福島原子力発電所の事故後に深刻化している子どもの体力低下や肥満の問題解消に向け、小学校教員を対象に「ふくしまっ子児童期運動指針」を配付した。この冊子には、小学生に楽しく体を動かす習慣を身に付けさせるために、スポーツに限らず、普段の学校生活で取り入れられる朝の会でのストレッチや歯磨き中のエクササイズなどの工夫や自分手帳の活用方法、運動身体づくりプログラムの効果的な実施方法を掲載している。



上記の冊子は福島県教育庁健康教育課ホームページからダウンロードできます。

URL : <https://www.pref.fukushima.lg.jp/sec/750059/>