

研究を終えて

子どもたちが将来にわたって健康に生活していくための正しい食の知識と食習慣を身につけさせるための取り組みを総合的に計画的に推進するための法律が平成17年に制定されました。

食育を推進するための指針は、平成29年に告示された「新学習指導要領」や「食に関する指導の手引―第二次改訂版―」（平成31年3月）、「食」の探究と社会への広がり～食を通して自分たちや社会を見つめよう～」（令和3年3月）、福島県教育委員会の「自分手帳」「学校給食の手引―改訂版―～食育の充実のため～」とたくさんあります。

これらを参考にして、食に関する指導を行い日々現場での食育を推進しております。

そのような中で、常時すぐ活用できる食育教材のさらなる研究の必要性を考慮し令和3・4年度の2ヶ年に亘り、県内の各方部の栄養教諭・学校栄養職員等21名が参集し調査研究に取り組んでまいりました。この調査研究報告書は、現在まで食に関する指導のために作成した資料の見直しも含め、必要に応じ新たに作成した資料とともに、CD-ROMのデータを自分の現在の状況に書き換えて活用できる食育教材となっております。

ぜひ、食育推進コーディネーター・学級担任・教科担任・養護教諭等、そして栄養教諭・学校栄養職員の皆様に広くご活用いただければ幸いです。そして、この報告書がいつも皆様の手元に置いていただけますことを願っております。

最後に、この調査研究に当たり、福島県教育庁健康教育課 指導主事 志賀敦子様（令和3年度）、同指導主事 遠藤幸子様（令和4年度）、事務局の専門栄養技師 川本輝子様には、的確なご指導ご助言やご準備をいただきました。ありがとうございました。

委員長 櫻井 長子
副委員長 加藤 真理

講師・委員の先生方より一言

講師・指導助言者 遠藤 幸子 様

私は後半1年間の参加でした。この本は皆様の栄智が結集され、より精度が高く読みやすく仕上がりました。食育を推進する多くの方が活用して下さると思います。2年間ありがとうございました。

前講師・指導助言者 志賀 敦子 様

コロナ禍での編集会議でしたが、素晴らしい資料が完成しました。先生方から学ぶことが多い2年間でした。多くの先生方のサポートになり、子ども達の食育推進に役立てば良いと思います。お世話になりました。

櫻井 長子 委員長

ふくしまっ子食育サポートブックがお手元に届きましたら、①ご一読ください②手元に置いてください③データに書き添えて自分好みに育ててください。食育の相棒として可愛がっていただけますようお願いいたします。

加藤 真理 副委員長

多くのご指導ご助言をいただきながら調査研究し、サポートブックの作成に関わることができましたことは大変有意義でした。県内の食育が益々推進され、子供たちの食や健康課題が改善・解決されることを期待します。

本田 優子 委員

21名の委員の知恵と工夫がギュッと詰まった教材です。多忙な日々を送っている栄養士のみなさんが食育を積極的に推進していくために、本書がその一助になればと願っております。

渡邊 共子 委員

食育に関する調査研究会に参加させていただきありがとうございました。他地区の先生方との交流を通して多くのことを学ぶことができた有意義な2年間でした。1章から6章までテーマにそって分かりやすく、すぐ使える資料が掲載されています。多くの方々を活用していただくと嬉しいです。

上原子昌代 委員

食育ピクトグラムを用いた第三章は子どもから大人まで誰にでもわかりやすく発信できるよう工夫しました。多くの学びを得た充実した2年間ありがとうございました。

伊藤 俊介 委員

食育にかかる大変な時間と労力を解消するため、多くの先生方の知識と経験、最新データが詰まった1冊に仕上がっています。その内容には、自分の勉強にもなりました。2年間ありがとうございました。

渡邊 昌子 委員

この食育資料集は、必要な時にすぐに活用できて魅力満載の内容です。日々の食育指導に是非、お役立ていただくと嬉しいです。2年間、充実した時間を過ごせたことに感謝申し上げます。

中野目由実恵 委員

食育に関する調査研究会に参加させていただき、食育を推進するに当たっての文章のまとめ方や分かりやすい資料作りについて、より深く学ぶことができました。このサポートブックを、今後の食育指導に活用していきたいです。2年間、大変お世話になりました。ありがとうございました。

齋藤 満子 委員

委員の先生方の日頃の実践やアイデアが満載で、見やすさ・使いやすさにこだわった資料となりました。県内の食育推進のサポートになれば幸いです。2年間の調査研究会では、たくさん学ばせていただきました。ありがとうございました。

田原智代子 委員

食育に関する調査研究会を通して食育の大切さ、楽しさを改めて感じました。2年間の研究会の中で私自身も学びを深めることができました。食育の指導書として活用され、学ぶ子どもたちの笑顔が広がることを願っています。ありがとうございました。

佐藤 宏幸 委員

この研究会を通して、私自身大変多くのことを学ばせていただきました。このサポートブックが県内の先生方の食育の一助となり、延いては子どもたちの食環境の改善に役立つことを願っています。

渡部由布香 委員

新型コロナウイルス流行時で縮小された活動でしたが、出来上がったものは充実した内容になっています。多くの方にご活用いただけたら幸いです。

細野 貴世 委員

「これさえあれば鬼に金棒」というくらい、私たちが頻繁に行う食育の項目を網羅し、かつ厳選された内容の指導書が出来上がりました。私自身、とても勉強になった2年間でした。ありがとうございました。

渡部 和子 委員

資料作りで困った時、時間がない時、もっとよい資料が欲しい時に、ぜひこの冊子を開いてほしいと思います。2年間、資料作りに関わらせていただき勉強になりました。ありがとうございました。

櫻井有希乃 委員

食育指導の様々な場面ですぐに活用できる資料の作成に携わらせていただき、大変勉強になりました。悩んだときに頼れる1冊として多くの方に活用していただけたら幸いです。2年間ありがとうございました。

松本 浩枝 委員

日常の給食時間の指導を始め、教科等における食に関する指導や食育講話など、あらゆる場面で活用できる「食育指導にこの1冊」という冊子に仕上がっています！たくさんご活用ください。

新妻 祐美 委員

忙しい日々の中、食育の指導や授業等の教材や資料づくりは大変かと思います。そんな時、本書をご活用いただき、「いろいろとヒントを得た」「活用して助かった」と多くの方々の食育指導の一助となれば幸いです。

岡田 真樹 委員

今回の研究会に参加させていただいたことで、過去の指導を見直したり、新しい知識や考えに触れたりすることができ、自分自身がブラッシュアップできたように思います。この本を手にとった方にも、同じ感動が届きますように！

猪狩 奈々 委員

こんな食育資料集を待っていました！様々なシーンで、発達段階ごとに活用できる素晴らしい一冊となっています。多くの方々を活用していただきたいです。今回、調査研究会に参加させていただき、大変勉強になりました。また、委員の先生方との交流も毎回楽しみでした。お世話になり、ありがとうございました。

事務局 川本 輝子

2年間に渡り毎回熱心に肅々とお取組みいただきました講師・指導助言の先生、研究会委員の先生方には心より感謝と御礼を申し上げます。委員の方々の想いがたくさん凝縮された報告書になっております。ぜひご活用いただきますようお願いいたします。

参考文献等

- ・「元気な子どもを育てる！保育園の食事&健康だより」食べもの文化編集部 2003年10月
- ・「ヘルシスト272」株式会社ヤクルト本社広報室 2022年3月
- ・「自分手帳 食生活」福島県教育委員会 平成27年11月
- ・「ふくしま食の基本事業 ランチョンマット」福島県
- ・「日本人の食事摂取基準2020」厚生労働省 令和2年3月
- ・「中学生用食育教材『食』の探求と社会への広がり」文部科学省 令和3年3月
- ・「小学校用食育教材 たのしい食事つながる食育」文部科学省 平成28年2月
- ・「家庭とつながる！新食育ブック」少年写真新聞社
- ・「新食育ブック③成長期に大切な食品」少年写真新聞社 2020年7月15日
- ・「任食育ブック②食事のマナーと環境」少年写真新聞社 2019年7月16日
- ・「早寝早起き朝ごはんて輝く君の未来」文部科学省 平成27年6月
- ・「令和4年度朝食を見直そう週間運動結果」福島県教育庁 健康教育課HP
- ・「食育教材資料集」奈良県学校給食栄養研究会 平成24年10月
- ・「食育の推進に役立つエビデンス(根拠)」農林水産省 平成31年3月
- ・「令和4年度全国体力・運動能力・運動習慣等調査結果」スポーツ庁 令和4年
- ・「令和4年全国学力学習状況調査」文部科学省 令和4年
- ・「令和元年度 食育白書」農林水産省 令和2年6月
- ・「みんなの食育」農林水産省 HP
- ・「食育トピックス」農林水産省 令和3年10月
- ・「おうちでできるかんたんレシピ」福島県教育庁 健康教育課HP
- ・「日本の食事摂取基準」厚生労働省 令和元年12月
- ・「生活習慣予防のための健康情報サイト」厚生労働省 HP
- ・「震災下の「食」神戸からの提言」奥田和子著 日本放送出版協会
- ・「令和元年度国民健康栄養調査結果」厚生労働省
- ・「食育ピクトグラム」農林水産省 令和3年10月
- ・「食生活を考えようー体も心も元気な毎日のためにー」文部科学省 平成16年3月
- ・「家庭総合 自立・共生・創造」東京図書 令和3年3月5日
- ・「家庭でできる食中毒予防の6つのポイント」厚生労働省
- ・「自分でも出来る！簡単弁当レシピ Vo1~6」いわき市教育委員会・いわき市栄養士会 令和元年3月
- ・「食生活学習教材（中学生用）食生活を考えよう・体も心も元気な毎日のために」文部科学省 平成6年3月
- ・「家庭総合 自立・共生・創造」東京書籍 令和3年3月5日検定済
- ・「ふれあい弁当デーに参加しよう！」いわき市教育委員会 学校支援課 令和2年4月
- ・「ふくしまがおいしい理由」福島県農林水産部 農産物流通課 令和2年3月
- ・「ふくしまイレブンキャラクター」全国農業協同組合連合会 福島県管理部企画課
- ・「鯉給食2020 大作戦」郡山市園芸畜産振興課 令和2年
- ・「会津伝統野菜」平出美穂子著 歴史春秋社 平成28年6月
- ・「学校給食実施基準の一部改正」文部科学省 令和3年4月1日施行

- ・「自分でも出来る！簡単弁当レシピ」いわき市教育委員会・いわき市栄養士会 平成 27 年～令和 3 年
- ・「自分で出来る！簡単番頭レシピ Vol.1～6」いわき市教育委員会 いわき市栄養士会 平成 26 年～令和 3 年 3 月
- ・「日本人の食事摂取基準 2020 年版」厚生労働省
- ・「紙芝居 にがてな食べ物にチャレンジ」健学社 2012 年 7 月 15 日
- ・「新食育ブック②食事のマナーと環境」少年写真新聞社 2019 年 7 月 16 日
- ・「新食育ブック③成長に大切な食品」少年写真新聞社 2020 年 7 月 15 日
- ・「食育フォーラム」健学社 令和 2 年 2 月・6 月・7 月
令和 4 年 7 月
- ・「女子栄養大学のスポーツ栄養教室」女子栄養大学出版部 2020 年 3 月 15 日
- ・「小・中学生のスポーツ栄養ガイド」女子栄養大学出版部 平成 22 年 3 月
- ・「新版それいけ！子どものスポーツ栄養学」健学社 2018 年 8 月 25 日
- ・「五訂版食品図鑑 Ver3.0」(株)アトム
- ・「ケガの予防と栄養」ニュータイムズ社
- ・「理論と実践スポーツ栄養学」日本文芸社 平成 30 年 7 月
- ・「学校で作れる！安全・安心クッキング」株式会社ポプラ社 2019 年 4 月
- ・「わたしたちの家庭科 5・6」開隆堂 令和 3 年 2 月 10 日
- ・「わくわくクッキング BOOK」健学社 令和 3 年 3 月
- ・「技術・家庭・家庭分野」開隆堂 令和 3 年 2 月 10 日
- ・「KEGG 「Metabolic pathways」 https://www.genome.jp/kegg-bin/show_pathway?map01100
- ・「1日があわせになる朝ごはん」文響社 2015 年 10 月 14 日
- ・「こどもクッキングはじめてバイブル」小学館 2017 年 7 月 10 日

(順不同)



食育に関する調査研究会設置要項

1 趣 旨

近年の食を取り巻く状況は、社会環境の変化と共に児童生徒の食生活や、それに伴う健康問題等についての食育推進が求められています。

このような中で、学校給食を取り巻く様々な問題や課題について、その実態の把握や対応策、指導方法等について調査研究を行い、その結果を広く食育の普及充実に資することを目的として公益財団法人学校給食会に「食育に関する調査研究会」（以下「調査研究会」という。）を設置します。

2 調査研究の内容

調査研究会は、次に掲げる事項について調査研究します。

- (1) 肥満、偏食など食生活の改善に向けた相談・指導方法等に関する調査研究
- (2) 学校給食で不足しがちな栄養素を摂取する献立や指導法等に関する調査研究
- (3) 学校給食における地場産物の活用推進に関する調査研究
- (4) 緊急時における学校給食の在り方や食の安全に関する調査研究
- (5) その他、食育の推進に関し必要と認められる調査研究

3 委員等

- (1) 調査研究会の委員は、学校関係教職員 20 名以内をもって構成し、公益財団法人福島県学校給食会長（以下「会長」という。）が委嘱します。
- (2) 委員の任期は 2 年とします。なお、任期の途中で委員が交代した場合には、後任の委員の任期は前任の委員の残任期間とします。
- (3) 調査研究会に、委員の互選により、委員長 1 名及び副委員長 1 名を置き、委員長は会議を掌握し、副委員長は委員長を補佐し委員長に事故あるときはその職務を代理します。

4 会 議

- (1) 調査研究会は、会長が招集します。
- (2) 調査研究会の議長は、委員長がこれにあたります。
- (3) 委員長は、必要があるときは委員以外の者の出席を求め、意見を聞くことができます。

5 その他

この要項に定めるもののほか、調査研究会の運営に必要な事項は会長が別に定めます。

附 則

この要項は、平成 18 年 4 月 1 日から施行します。

この要項は、平成 20 年 8 月 1 日から施行します。

この要項は、平成 25 年 4 月 1 日から施行します。

この要項は、平成 27 年 4 月 1 日から施行します。

この要項は、令和 2 年 4 月 1 日から施行します。

食育に関する調査研究会委員等名

委員長	横田 みえ子 (令和3年度)	栄養教諭	南会津町立伊南伊南小学校
	櫻井 長子 (令和4年度)	栄養教諭	南相馬市立鹿島中学校
副委員長	櫻井 長子 (令和3年度)	栄養教諭	南相馬市立鹿島中学校
	加藤 真理 (令和4年度)	栄養教諭	喜多方市立山都小学校
委員	本田 優子	栄養教諭	福島市立平野小学校
委員	渡邊 共子	栄養教諭	福島市立福島第二中学校
委員	上原子 昌代	栄養教諭	福島市立瀬上小学校
委員	伊藤 俊介	主任栄養技師	伊達市立保原小学校
委員	渡邊 昌子	栄養教諭	郡山市立富田西小学校
委員	中野目 由実恵	栄養教諭	平田村立蓬田小学校
委員	齋藤 満子	栄養教諭	三春町立三春中学校
委員	志賀 敦子	栄養教諭	小野町立小野中学校
委員	田原 智代子	栄養教諭	中島村立中島中学校
委員	佐藤 宏幸	主任栄養技師	泉崎村立泉崎第一小学校
委員	渡部 由布香	栄養教諭	会津若松市立第一中学校
委員	細野 貴世	栄養教諭	会津若松市立北会津中学校
委員	櫻井 有希乃	栄養教諭	相馬市立中村第一中学校
委員	渡部 和子	栄養教諭	南相馬市立原町第一小学校
委員	松本 浩枝	栄養教諭	葛尾村立葛尾小学校
委員	岡田 真樹	栄養教諭	広野町立広野小学校
委員	猪狩 奈々	栄養教諭	いわき市立平第一小学校
委員	新妻 祐美	栄養教諭	いわき市立磐崎小学校

講師及び 指導助言者	志賀 敦子 (令和3年度)	指導主事	福島県教育庁健康教育課
	遠藤 幸子 (令和4年度)		
事務局担当者	川本 輝子	専門栄養技師	公益財団法人福島県学校給食会

あ と が き

本調査研究会は新型コロナウイルス感染症の影響で1年間延長となり、ようやく令和4年度に完成いたしました。

研究会は、委員の先生方が各班に分かれ班毎のテーマの資料集めから始まり、子どもたちの健康に関わる問題が深刻化していく中で、食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身に付けることができるように考慮した内容であり、また、お忙しい現場の先生方の食育指導を明確にサポートできる教材として、どのような形が良いのか意見を出し合い進めてまいりました。

毎月、コロナ禍の中、ご出席をいただきました委員の先生方、的確なご指導、ご助言でお力添えをいただきました講師の先生方には心からの感謝と御礼を申し上げます。

令和3・4年度 食育に関する調査研究会 報告書

みんなで取り組む

ふくしまっ子食育サポートブック

**～幼稚園・小・中・義務教育学校・特別支援学校及び
高等学校における食育の推進～**

令和5年3月

編集発行	公益財団法人福島県学校給食会
発行所	公益財団法人福島県学校給食会 福島市松川町字平館16-2
印刷所	陽光社印刷株式会社

