

令和3年度 心を育む学校給食週間の取組み



◆実施校数:315校

学校給食を実施している小学校、中学校、義務教育学校、高等学校、特別支援学校

◆実施内容

「からだ」づくり	食べ物の身体に与える影響を知る。
	季節や環境、体調に合った食を覚える。
【取組の特徴】 季節や環境、体調等をテーマにしたメニューの提供をしながら栄養教諭や学校栄養士による食育を中心に、成長期に必要な栄養や自分の体に合った食事量について学ぶ取組みが多かった。学習後、自分たちで考えたメニューを給食で提供してもらったり、家庭の協力の下、自分で弁当を作ったりする取組みもみられた。 委員会活動を通してコロナ禍でも楽しく栄養について学べるように、オリジナル劇発表やクイズ大会、おたより発行などして、「食が体をつくる」ことについて児童生徒や保護者向けに啓発する取組みが多かった。	

～舟形町出身のシェフが考案した給食メニューの実演～



「からだ」づくり(身体の健康維持・増進)取組事例

学校名	山形市立金井小学校
実施期間	令和3年9月～令和4年2月
【委員会活動】 ○オリジナル劇「バランスよく食べることの大切さ」 給食委員会の子どもたちが「苦手な食べ物アンケート」を行い、情報収集をし、現状を把握するよう努めた結果、野菜嫌いな児童が多いことが分かった。 「野菜が苦手でもひと口は食べてほしい！」という願いからオリジナル劇を作り、テレビ放送で全校に働きかけた。劇を作る際は、野菜だけでなく、他の栄養素についても調べ、「赤・黄・緑」すべての食品(栄養素)をバランスよく食べることで健康な体づくりができるという内容にした。 ◎成果 劇を通して、「バランスよく食べることの大切さ」を実感できた児童が多かった。	

学校名	山形市立宮浦小学校
実施期間	令和4年1月14日(金)～1月20日(木)
【講話】 ○栄養教諭による講話「食物の栄養とその働き」 栄養教諭から食物の栄養と働き、その年齢に必要なカロリー、栄養についての講話をしてもらったことで、食べる必要性を感じる事ができた。栄養教諭の講話の中で、その学年に必要なご飯の量を実際に盛って、必要な量ピッタリ盛り付けた児童にピッタリ賞を与える等、面白さの中にも、必要なことを体感することができた。 ◎成果 話を聞く前よりも量を考えながら配膳するようになり、全体的にご飯を食べるようになったことで、ご飯の残る量が減った。	

学校名	天童市立第一中学校
実施期間	令和3年10月11日(月)～10月15日(金) 令和4年1月11日(火)～1月14日(金)
【教科との連携】 ○朝食の大切さを知ろう(1～3年家庭科) 朝食は、体や脳、腸の働きを目覚めさせ、生活リズムを作る大切な役割があることを学習し、実生活と結びつけ、朝食の大切さを確認させた。 ○朝食レシピ集の作成(2年家庭科) 「自分で10分以内に作る朝食」という条件でレシピを作成した。タブレットで調べたものや今朝食べてきたものをイラストなどで表し、まとめることができた。 ○お好み献立の作成(3年生) 3年生を中心にアンケートをとり、栄養のバランスや彩りを考えた、自分たちならではのお好み献立を立てることができた。	

学校名	大江町立左沢小学校
実施期間	令和3年12月6日（月）～12月10日（金）
<p>【委員会活動】</p> <p>○オリジナル劇と給食のコラボ</p> <p>健康委員会がオリジナル劇「冬野菜のパワーと地産地消の大切さ」を発表した。また給食もそれに合わせて、劇に出てくる大江産の冬野菜を使用した献立にした。給食の時間には低学年だけでなく、高学年でも、「小松菜マン!」「大根マン!」など楽しそうに食べている様子が見られた。</p> <p>【展示】</p> <p>○野菜のモデルの展示</p> <p>学校給食会より借用し、1日に摂取すべき350gの野菜のモデルや、加熱前後の野菜のモデルを展示した。</p>	



学校名	舟形町立舟形小学校
実施期間	令和4年1月17日（月）～1月21日（金）
<p>【学校給食の発信】</p> <p>○紙芝居「にがてなたべものにチャレンジ!」</p> <p>給食残量調査の結果から、残量の多い学級に行動科学に基づいた紙芝居「にがてなたべものにチャレンジ!」を4日間、給食に関連付けて実施した。紙芝居はパワーポイントにして電子黒板を活用した。</p> <p>【学校給食の充実・地域との連携】</p> <p>○地場産物や郷土食の提供</p> <p>他県の料理を食べたり、県内の郷土料理を食べたりすることで、その地域の良さや寒い冬を乗り切るための知恵、自然を生かした食について伝えた。また、地場産物を多く使用し、舟形町出身のシェフが考案した給食メニューを実演・提供した。</p>	
  	
<p>◎成果</p> <p>他県の料理や山形県の郷土料理、また舟形町出身のシェフが考案した給食を食べたりすることで、その地域の良さなどを知り、食への興味関心が高まった。</p>	

学校名	新庄市立新庄中学校
実施期間	令和4年1月18日（月）～1月28日（金）
<p>【委員会活動】</p> <p>○インタビュー&情報発信</p> <p>保健委員会の活動で「調理師さんへのインタビュー」や「家族に健康になるために行っていることインタビュー」を実施し、食生活に関する内容を各学級で情報共有した。「バランスの取れた食事」や「多くの食品を食べる工夫」など、食生活に関する内容の交流を図ることができた。</p> <p>◎成果</p> <p>生徒一人ひとりの食生活の関心を高めることができた。</p>	

学校名	最上町立大堀小学校
実施期間	令和3年11月29日（月）～12月3日（金）
<p>【給食時間における取組み】</p> <p>○目指せペロリ賞！</p> <p>栄養バランスが整っている給食を残さず食べて、丈夫な体をつくるため、「目指せペロリ賞！」を設定し、できるだけ好き嫌いせず食べる取組みを行った。個人差に配慮し、自分に合った量を盛り付け、盛り付けた分を完食することを目指し、学級ペロリ賞には主菜リクエスト券が贈呈された。</p> <p>◎成果</p> <p>偏食のある児童も自分に合った量を考えながら盛り付け、完食できるように心がけていた。</p>	

学校名	米沢市立六郷小学校
実施期間	令和3年11月29日（月）～12月3日（金）
<p>【地域との連携】</p> <p>○給食感謝集会の開催</p> <p>「給食感謝集会」を畑や学校田でお世話になっている地区の先生方に感謝する「感謝の集い」と同時に開催し、調理師さんのほか、畑や田んぼの先生から話を伺った。</p> <p>【展示】</p> <p>○魚の模型（実寸大）の展示</p> <p>学校給食会より「魚の模型」モデルと「朝食」モデルを借用して展示し、「お魚クイズ」を実施した。魚の模型は非常に迫力があり、魚の形状や名前を覚えるよいきっかけとなった。</p> <p>○朝食モデルの展示</p> <p>「朝食」モデルの展示や「早寝・早起き・朝ごはんフォーラム in 米沢」の資料をもとに、朝食の重要性についての掲示を昇降口に掲示した。</p>	



学校名	川西町立吉島小学校
実施期間	令和3年12月6日（月）～12月10日（金）
<p>【委員会活動】</p> <p>○あったかメニューコンテスト「寒い冬に食べたいメニュー」</p> <p>(条件)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・5年生以上は自分で考え、イラストも描く。1～4年生は、おうちの方に一緒に考えてもらう。 ・主菜、副菜、デザートを考えていくが、その際に家庭科で学習した栄養素を考えて取組む。特に、毎月の献立表の食品群「おもに体をつくるもととなる」「おもにエネルギーになる」「おもに体の調子を整えるもとになる」を参考にする。 <p>(審査)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・健康委員で審査し、学年1点の優秀賞を決める。 ・優秀賞6点の中から食べたいメニューを全校生に投票してもらい、一番得票数の多いメニューを決める。 <p>(給食メニューとして提供)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・一番得点票数の多いメニューは、3学期に給食メニューになる。 	

学校名	飯豊町立第一小学校
実施期間	通年（特設：令和3年12月10日（金）～12月17日（金））
<p>【給食時間における取組み】</p> <p>○自分の米飯の適量を知り、残さず食べるための取組み</p> <p>調査データ（身長・体重・運動量）をもとに、個人ごとに適量のご飯を食べる取組みを継続した。学年の基本量と重さを写真で提示し、見た目で摂取量が分かるよう工夫した。データに基づいて個別に一口少なく、あるいは一口多く配膳し、個々の適正量を食べきる工夫を行った。</p> <p>○栄養教諭による栄養指導</p> <p>「減塩と野菜の役割と一日三食（特に朝食）摂食することの大切さについて」</p> <p>県の「減塩・ベジアッププロジェクト」のメッセージカードも活用しながら、全校生で減塩のポイントや朝食の大切さについて、栄養教諭から指導を受けた。4年生以上は、メッセージカードに記入して、家庭での実践にもつなげるようにした。</p>	

学校名	酒田市立東部中学校
実施期間	令和3年11月～12月
<p>【委員会活動】</p> <p>○フードロス削減のための給食「すっから缶」の取組み</p> <p>食べ物の食べ残しがもたらす影響やどのくらいの食べ残しがあるのかを給食委員が発表し、給食の食べ残しを減らすために自分たちのクラスではどのような工夫をしていくかを話し合い、ポスターにして全校生徒が見ることができるホールへ掲示した。その後、2週間の期間を設け「すっから缶」だったクラスにシールをプレゼントし、飾りのないクリスマスツリーにシールを貼っていく活動を行った。</p>	

学校名	鶴岡市立大泉小学校
実施期間	通年（特設：令和3年12月3日（金）～12月9日（木））
<p>【教科等における食に関する指導】</p> <p>○学級担任と栄養教諭によるティームティーチングによる指導</p> <p>栄養教諭と学級担任が協力し、1学年につき年2回の食に関する授業を行った。</p> <p>1年：「食事のマナーを知ろう」・「いろいろな食べ物を知ろう」</p> <p>2年：「元気のでる朝ごはん」・「野菜と仲良くなろう」</p> <p>3年：「もっと知りたい魚の力」・「おやつと食事」</p> <p>4年：「もったいないね」・「よくかんで食べよう」</p> <p>5年：「長生きのひけつは日本食」・「主食・主菜・副菜を知ろう」</p> <p>6年：「生活習慣病と食生活」・「栄養バランスの良い食べ方」</p> <p>◎成果</p> <p>学年の課題となる内容について指導したことで食への関心が高まり、ふだんから気を付けて生活しようとする姿勢が見られた。</p>	

学校名	県立村山特別支援学校
実施期間	令和3年12月6日（月）～12月10日（金）
<p>【学校給食の充実】</p> <p>○山形の食材で免疫力をアップしよう！</p> <p>丈夫な体づくり、病気に負けない体づくりにつながる食材を選び、献立を作成した。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・卒業生のいる事業所で作っている納豆、こんにゃく、しいたけ、餃子の他、県産牛、県産魚を取り入れた献立の実施。 ・高等部農芸班が栽培した大根を使った献立の実施。「農芸班の大根入り粕汁」 <p>免疫力や食材の栄養について掲示したり、食材に関するクイズを放送したりして、食に興味関心をもちながら残さず食べようとする気持ちにつながるようにした。</p> <p>◎成果</p> <p>「免疫力ってなあに？」「ふるさと山形の食材紹介」「事業所のおいしい食材を食べよう」などの掲示に興味をもって見入っている児童生徒が多数おり、食への興味関心を高めることができた。また、先輩や友達が働いている事業所の食材を知り、より身近に感じることもできたことで、関心をもって食べようとする姿が見られた。</p>	