

## ◇京都女子学園における食育活動—附小スクールランチ—

平成26年に附属小学校では給食が導入され、「附小スクールランチ」（食育活動）が始まり、今年度は3年目になる。平成18年から始めた附小ランチ（京都女子大学と附属小学校の小大連携食育ランチ）時代の8年間を含めると、附小での食育活動は、実に11年が経過することになる。

※食事としての給食と区別するため、食育活動は「附小スクールランチ」と称している。

### 京都女子大学附属小学校「附小スクールランチ」の目的と実施概要

附小スクールランチの目的は、附小ランチでの食育の目的を継承して、第1に、附属小学校の児童および保護者への食育、第2に食物栄養学科をはじめとする学園内の学生に対する実践栄養教育、としている。

平成28年度の給食は、2年生以上は、4月11日（進級お祝い献立）より開始し、1年生は5月6日（入学お祝い献立）より、開始した。毎月16日をお弁当の日と定め、行事以外の授業日に年間146回（1年生は132回、6年生は1月はお弁当とし、130回）実施した。残念ながら、今年度は、大雨や大雪のため、5回給食が中止となった。

### 「生きた教材」としての献立と食育

#### ◆献立

附小スクールランチ（食育活動）は、学校食育の中核である給食を「生きた教材」として活用している。従って、まず「献立」が重要となる。給食調理センターの山内彩管理栄養士（栄養教諭有資格）が献立を立てるが、当指導教員が指導助言をして、附小の先生方のご意見を伺い確定となる。文部科学省の食育の目標である6つの食育の視点（食事の重要性、心身の健康、食品を選択する能力、感謝の心、社会性、食文化）を考慮し、献立作成と以降の食育放送の原稿を作成することになる。

3年目になり、献立もかなり充実してきた。表1に4～6月の食育のテーマ、食育の視点、献立（抜粋）を示す（p.28）。19日（食育の日）前後は、旬の食材メニューとし、行事食、日本の味めぐり（郷土料理）、外国の料理、おぼんざいメニューなど、シリーズ化して、食育の充実を図っている。また、ユネスコ無形文化遺産に登録された「和食」継承のため、今年度から、24日前後に「和食の日」献立として、牛乳をつけず、だしのうま味や「和食」のよさを見直す献立を提供している（p.29 写真1）。

#### ◆食育放送

献立名（お弁当配置図）と食材を3色食品群に分けたメモ、および、その日の献立内容から作成した食育メモを、各教室で担任の先生にモニターに映していただき、食育放送を行っている（p.29 写真1、写真2）。放送は、昨年度までは、大学側が期末試験、行事等で、ボランティアが食育放送に行けない時に、給食委員会の児童に原稿を読んでもらっていたが、

今年度は3年目となり、給食委員会の委員が決定した6月以降、児童に読んでもらっている。児童も慣れてきて、張り切って読んでいるようである。また、児童が放送することにより、クラスメイトもよく聞いているようで、よい教育効果が出ていると思われる。

#### ◆保護者試食会

5月11日に1年生の保護者を対象とした保護者試食会が開催され、ボランティアリーダーが食育メモを配布し、食育を行った。献立内容も好評だったが、食育放送は保護者に大変好評で、附小スクールランチ（食育活動）が実施されていることを大変喜んでいただいた。

#### ◆学生ボランティア

今年度の学生ボランティアリーダーは、食物栄養学科4回生 5名（東 美里、落合綾音、新川侑子、福田恭子、水口 愛）を中心として、食物栄養学科を中心に、教職を履修している学生がボランティアをしている。食育メモ、献立用紙および食育放送の原稿を、ボランティアの学生に作成してもらう際に、リーダーが指導助言を行い、毎日の給食時間に附小での教室巡回や食育放送の補助等を行っている。尚、教育の観点から、食育放送のメモおよび放送原稿は、すべて指導教員が最終確認をして実施している。毎日約5名（食育放送担当、クラス配属）のボランティアが必要であり、食育メモ、3色分けの表、放送原稿作成等を含めるとボランティアの延べ総数は1000名を超えることになる。

リーダーの作業は、ボランティアの募集、食育資料の作成指導・印刷・配布等、また、1学期に1回、「お楽しみ献立」の献立作成と食育（媒体作成と実施）など、多岐にわたっている。ほぼ毎日のことでもあり、卒業研究、就職活動、管理栄養士国家試験対策等もあるため、かなり負担は大きいと思われるが、本当に熱意をもって取り組んでいる。これらの経験を生かして、栄養教諭・管理栄養士として活躍してくれるものと期待している。

#### 「お楽しみ献立」の作成と実施

附小ランチを継承して、管理栄養士・栄養教諭を目指す学生が「お楽しみ献立」を作成し、平成28年度は7月8日、11月17日、平成29年3月9日（試食検討会は、6月24日および10月24日、2月21日）に実施した。献立条件として、①日本型食事（和食、一汁三菜）とし、だしをきかせた汁物を付け、牛乳は付けない、②文部科学省の学校給食摂取基準に沿った栄養管理、特に牛乳がないためカルシウムが摂取できるように工夫、③旬や地場産の食材、京野菜などを使用し食文化や食材の産地について指導、④アレルギー対応として、牛乳、小麦粉、卵を使わず、少しでも多くの児童が食べられるように配慮、⑤だしや香り、触感など五感を使った味覚教育、などとし、献立を生きた教材として十分に活用できるよう、食育のねらいを明確にするようにしている。通常、放送で行っている食育を、お楽しみ献立の日は、各クラスにボランティア学生（栄養教諭履修4回生）を配置し、掲示媒体をもとに食育を行っている（写真3、写真4、写真5、図1、図2）。名前の通り、児童が献立と食育を楽しみにしており、献立も好評である。

## 附小給食の運営概要と給食検討会

附小給食は、大学E校舎の給食調理センターで作られ、主食のご飯は保温食器に、主菜、副菜、副々菜・デザートは、お弁当箱に詰めたものおよび牛乳が提供されている。汁物やカレー等の時は、別の容器に配食している。平成29年1月から、5年生はご飯をお茶碗に盛り付けるようになった。学校給食は、学級活動に位置付けられ、盛り付け、配膳、片付けまで行うことが望ましく、少しずつ、可能な範囲で進めている。

食物アレルギーに対しては、「お楽しみ献立」以外は特に考慮していないため、担任教諭、養護教諭と保護者の緊密な連携の下、アレルギーの対応を行っている。

附小給食検討会は月1回程度、年間10回開催しており、メンバーは附小（教頭 長江先生、食育担当教諭 西井先生、養護教諭、各学年の担当教員）、給食調理センター（不道家商事 小西マネージャー、神田管理栄養士、山内管理栄養士）、と大学側は中山、大学経営企画・広報室（吉田室長、山本）で構成されている。また、「お楽しみ献立」の試食検討会の際は、学生ボランティアリーダー5名も加わり、栄養管理、嗜好、衛生・安全、食育の観点、給食として大量調理が可能か等を検討し、実施に至っている。

以上、給食導入3年目として、献立内容や食育の工夫、充実がなされてきたように思う。食育放送の内容も、毎日5分ではあるが、内容も多岐にわたり、児童や先生方に好評とのことである。継続は力なりである。次年度は、さらなる給食および食育の質の向上、充実を図り、附小の学校教育と関連付けながら体系的に進めていけるよう努力したい。

(中山玲子)

表1 平成28年度食育のテーマとねらい（4～6月抜粋）

月	日	食育の視点	食育のテーマ	献立
4	11	社、文	進級おめでとう！ ハレの日の食事（小豆ご飯）	進級祝い献立
	13	文	八宝菜について	世界の料理（中国）
	14	社	正しい箸の持ち方	
	25	文	和食の日について	和食の日献立
5	6	社、文	端午の節句（柏餅）	入学祝い献立
	12	文	ポークビーンズ	世界の料理（アメリカ）
	19	選	旬とは？	旬食材メニュー
	24	選、文	やさしい味！ 吉野汁	和食の日献立
	30	選、文	飛鳥汁	日本の味めぐり（奈良県）
6	3	健	よく噛むことの大切さ	かみかみ献立
	8	文	おばんざいってなに？	おばんざい献立
	15	文	フェジョアアタってどんな料理？	世界の料理（ブラジル）
	17	選	6月の旬食材	旬食材メニュー
	24	選、文	カルシウムの多い食品の代表	和食の日献立
	30	文	夏越の祓	水無月

※食育の視点：〈重〉食事の重要性、〈健〉心身の健康、〈選〉食品を選択する能力、〈感〉感謝の心、〈社〉社会性、〈文〉食文化

写真1 食育放送メモ (和食の日)

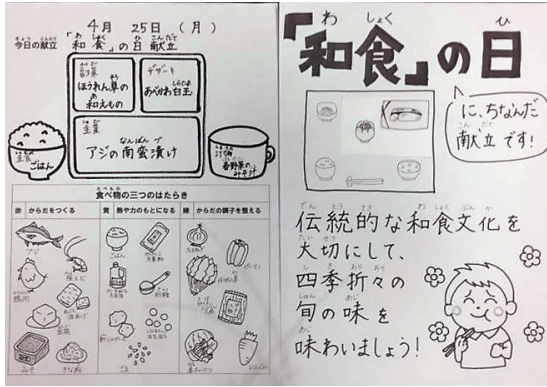


写真2 食育放送メモ (11月旬)

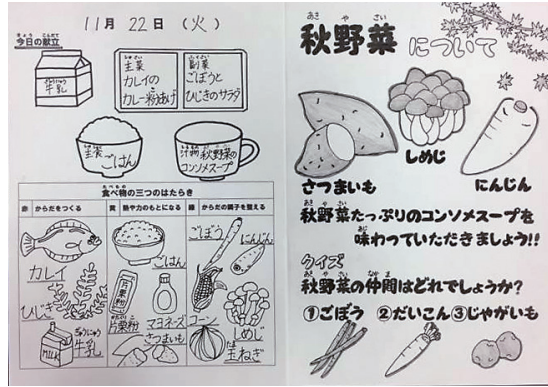


写真3 7月お楽しみ献立



写真4 7月お楽しみ献立 食育の様子



図1 7月お楽しみ献立 産地図

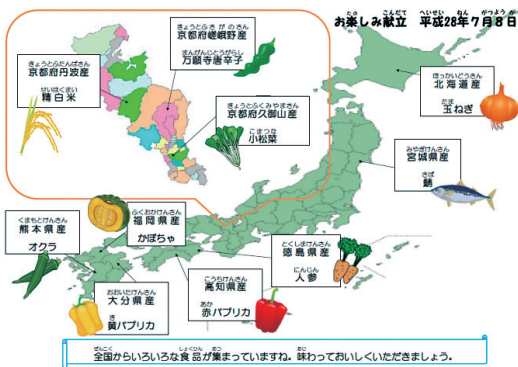


図2 7月お楽しみ献立 夏が旬の食品



写真5 11月お楽しみ献立 食育の様子



図3 11月お楽しみ献立 媒体

