

### Ⅲ 杉並区立三谷小学校の取組について

#### 1 学校紹介

##### (1) 本校の現状

東京都杉並区上井草3-14-12

学級数：18 教員数：25 児童数：491名

平成25年度 東京都教育委員会表彰（健康づくり功労）優秀校

平成26年度 学校保健及び学校安全表彰（文部科学大臣表彰）表彰校

平成26年度 優れた「地域による学校支援活動」推進にかかる

文部科学大臣表彰校（学校支援・地域共生本部）



5月 健康教育デー：体力調査

##### (2) 食育に関わる本校の様子

3・11 東日本大震災以降、今まで以上に「命」の重さ、防災教育が教育の重点と置かれるようになってきている。また、「健康づくり」を学校経営に据えている本校は、経験豊富な栄養教諭が配置されて7年目になる。「命」を尊び、「いのち」を学ぶことを「食育」の観点から迫れるよい機会と考えている。



6月 保健委員会：よい歯の話

平成20年度より学校として、生産者の顔が見える国内産食材を学校給食に使用していくことを推進し、国産食材のみで作る国産給食を実施している。

特に、「和食」の場合は国産給食を実施することとし、安心安全な「和食給食」を提供してきた。この間、栄養教諭の指導の下、給食を教材として、1・2年生では生活科の中で栽培活動を、5年生の社会科や特別活動では「食育プログラム」として栽培活動や講演会を行ってきている。しかし、「食育」が「活動」に終始してしまうことが多く見られるのが実態である。



9月 幼保小連携：早寝早起き朝御飯

給食は食材を通じての学びでもあり、「いのち」の学習として具体的な場面となる。このことは食育をイベント化させるのではなく、学校経営の重点に置き、学習として生活科・総合的な学習の時間に位置付け、積極的に児童に課題をもたせることで、各教科、学校行事、学級活動など「生きる力」の基礎となる教育活動の重点化、具現化が図れると考えた。

しかし、家庭生活の状況は児童の生活リズムが「大人型」の生活に組み込まれ、より健全な成長を図るための実践が薄いということを学校生活の中で感じざるを得ない。そこで、今回「文部科学省スーパー食育スクール事業」に取り組むことで、「食育」に向けて保護者・地域の意識化を図り、健全育成に関わることの重要性を啓発しつつ、児童の学びや生活力の改善が少しでも図れれば、学力向上の基盤となるのではないかと考えた。

スーパー食育スクールとしての取組は、給食のみならず、食育の重要性を地域へ発信をし、食育を通して本校の特色でもある「和食給食」を更に推進することにもなる。また、食の大切さについて、授業や調査、体験活動などから、学校と家庭の連携が更に図れると考えている。

##### (3) 食育に関わる本校の課題

平成20年度より、学校給食において毎月半分以上を目標に国産食材を使用した「国産給食」を実施している。また、献立も米飯回数週平均4.5回まで達成でき、和食給食の積極的な取組を行っている。

保護者から国産食材を使う和食給食は安心安全と好評であるが、朝食の実態を調査すると、パンが米飯より10%以上多い。それに伴い、みそ汁を飲んでくる児童も17%と2割を切っており、朝食の和食離れが進んでいる。これは、国産給食の目的が家庭まで浸透していない実情として捉えることが

できる。また、本校はコミュニティ・スクールであり、多数の地域の方々の協力を得て学校を運営しているが、多くの支援に対し、「児童に感謝する心が育っていない」という指摘がある。作物栽培を児童が保護者・地域の方々と行うことで、作物や生産者に感謝する心、慈しむ心を育てたい。

「国産給食」「和食給食」に取り組んできた本校の実績を生かし、本事業を通して「児童の社会性の向上」「生活リズムの改善」をどこまで図れるかが大きな課題である。

## 2 事業計画

### (1) 目指す児童像

#### ① 学校の教育目標を

地域で育み 世界へ巣立つ三谷の子

ち：知識を広げ、知恵を深める

い：いのちを見つめ、心を育む

き：気力を養い、体を鍛える

とし、

重点目標を以下のように設定し、

○進んで学習し、運動する子

○物おじせず、自分を表現できる子

○地域での活動に参加できる子

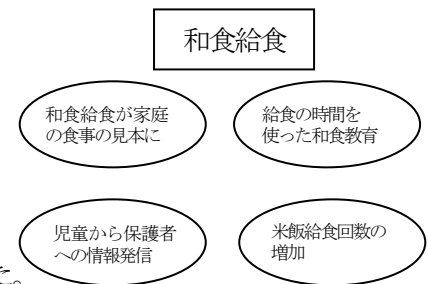
◎健康を考え「食といのち」を通し、学ぶ子の育成を目指す。

コミュニティ・スクールとして、地域の期待に応えるべく、教育活動を推進していく中で、大きな命題として重点項目「杉並一の健やかな子の育成」を掲げ、具体的な計画立案を行うこととした。

#### ②食育と関連付けた児童像

重点目標「杉並一の健やかな子」に向け、「健康（いのちの学び場）教育を推進する上で、食育計画と関連させて、

- ・食事の基礎基本（食器の置き方、箸の持ち方、食事の挨拶、食事のマナー）ができる子
- ・栄養を考え給食を残さない子
- ・食べ物の育ちが分かり、いのちの大切さが分かる子
- ・調理を通して感謝する心をもてる子を育てたいと考えてきた。



更に具体的に進めるため、

- ・健康委員会での様々な調査・分析・提案を行う。
- ・「収穫祭」を実施し、食育を各教科や総合的な学習の時間、特別活動で行い、「食べること」「感謝すること」「慈しむこと」を実践する。
- ・歯磨きの励行、弁当づくりの取組を通して、家庭との連携を行う。
- ・給食後のうがい、週1回の歯みがき運動を実施する。

また、「和食給食」を実施する中で、日本文化、特に日本の食文化や食習慣に触れながら、

- ・給食献立を参考に、家庭でも和食を作ってみようというきっかけづくりとする。
- ・給食の時間を使って、和食の良さから生きる力の基礎基本を学ぶ。
- ・レシピを紹介したり、国産給食のよさを示したりすることで、興味関心が知識理解になり、進んで和食を取り入れていくことにつながる。
- ・「地産地消」、「地場産」での給食提供を積極的に進める上で、都市型地域の給食では「地場産」を「国産」と考え、積極的に取り入れる。
- ・和食給食を積極的に推進することで、米飯給食の回数を増やすことができ、「地産地消」の推進につながる。

・安全なものを消費者として味わうことで、生産と消費を学ぶことを計画的に取り入れ、実践する。

## (2) 特色ある教育活動と食育との関連

### ①国産給食を基に

本校6年目を迎えた「国産給食」は区内食品業者のみならず、国内の農協、漁協とも交流を行い、産直システムを導入し、安価にして新鮮な食材を調達することで、食単価を抑える工夫などを行っている。

国産食材を扱うことで、自然と米飯給食が増え、主菜・副菜も主食に合うものとなり、「和食給食」への取組が更に多くなる。

### ②自然環境を生かして

校内西側にある学年農園では、春にはトマト（2年）、キャベツ（3年）、ゴーヤ（4年）、ジャガイモ（6年）を、秋にはダイコン（1年）、カブ（2年）、大豆（3年）、小松菜（4年）を栽培し、収穫祭に備える。

5年生は、山梨県忍野村での移動教室の中で田植え体験を行い、秋に稲刈り遠足に出かけ、収穫祭に向けて米づくり、農業、生産の学習を行う。

この他、校庭の梅の木から実を採り、梅干しや梅ジュースづくりを行ったり、放課後教室でも1・2年生がダイコン栽培を行ったりしている。

### ③近隣校との連携活動

学校南側には、東京都立農芸高等学校（以下「農芸高校」と表記する。）があり、農芸高校との連携も長年続いている。10年以上続く、1年生「馬となかよし」の授業では、高校馬術部の馬が校庭に現れ、1年生と交流を深めている。その日のために1年生はニンジンづくりを行う。また、2年生では「花の寄せ植え」を教えてもらい、学校周辺を飾る。秋には食品科との連携で、2年生が栽培したトマトをケチャップの瓶詰めにし、保護者に差し上げた。

### ④弁当の日

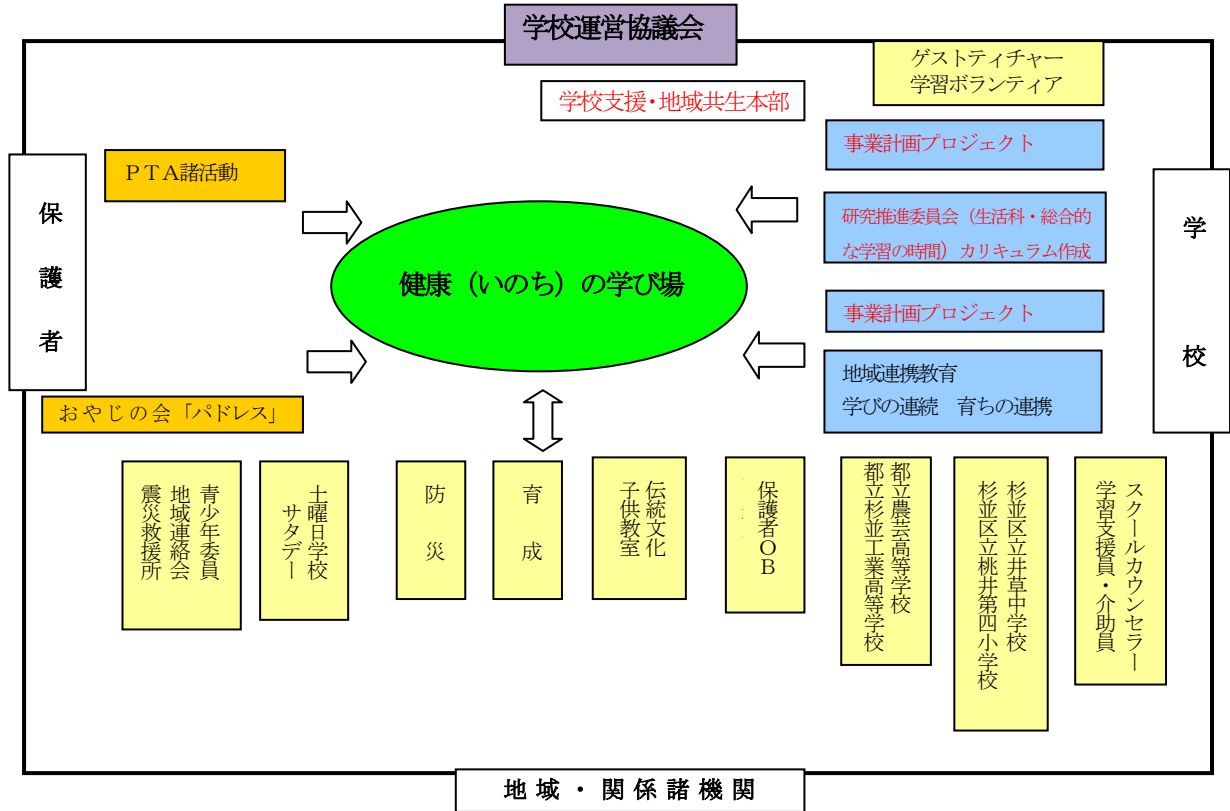
平成25年度より「食育」のねらいの一つである「食べること、感謝すること、慈しむことを実践する」ため、11月末に「弁当の日」を設定し、児童の発達段階、力量、家庭の協力を確認しながら行っている。それに向けて、毎月1回「おにぎり給食の日」を設定し、おにぎりで給食を味わう。また6月、3年生では事前に学級ごとに「たまご焼き教室」を開催し、栄養教諭、3年担任、支援本部の協力の下、3年生全員がたまご焼きに挑む。また、夏休みに5年生は、家庭で家族に向けて作ってみるという課題が出る。

こうして、当日1・2年生は、「おにぎり」、3・4年生は「おにぎりとなまご料理」5・6年生は「弁当」を学校の給食の時間に持ち込み、本校の目指す「食といのち」を通して健康を学ぶことにつながっていく。

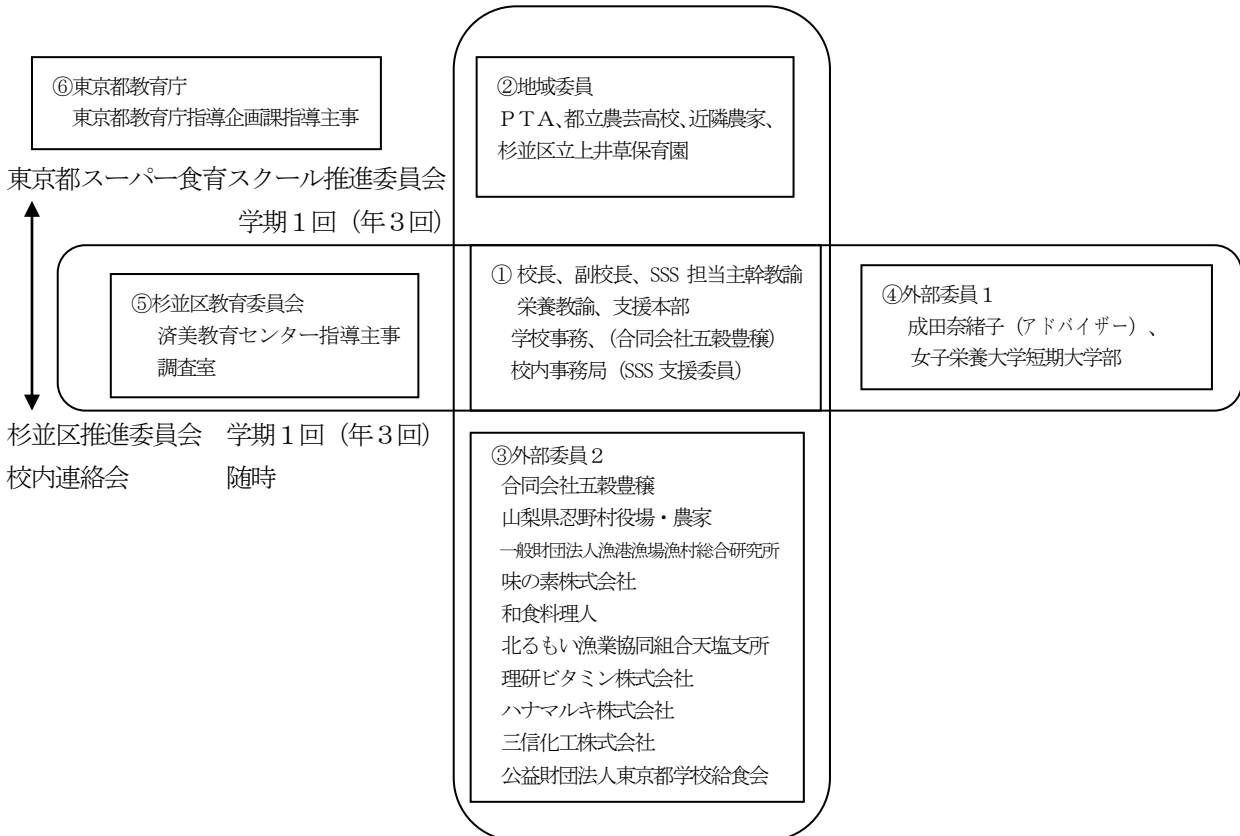
3年生以上の児童全員は、自分でたまご焼きを作ることができる。5・6年生になると、買い物から片付けまで自分でできるようになる。この一連の体験は、児童にとって「自信と誇り」になり、次への「意欲」へつながっていく。



(3) スーパー食育スクール事業を展開するに当たっての校内体制



- 事業計画プロジェクト委員会** …年間計画作成、事業内容の検討、大学・企業・団体との連絡調整、家庭・地域へのアプローチ計画立案、情報整理、発信
- 研究推進委員会** …年間授業計画 (生活、総合的な学習の時間)、校内授業推進
- 体験授業計画プロジェクト委員会** …栽培体験企画推進、農業・漁業交流体験の計画推進
- 学校支援本部、PTAサポーター** …調査整理、プロジェクト委員会支援 (SSS支援委員)



(4) 設定テーマ及び目標達成までの仮説

①テーマ 「学校、家庭での和食推進の取組みを通じた社会性の向上と生活リズムの改善」

②事業目標

- ・家庭の中で「食の欧米化」が進む現在、学校給食や地域生産者との交流を通して、和食の大切さ、国産食材の大切さを児童・家庭に理解させる。事業目標として学校給食の和食割合 70%、家庭での和食朝食の割合 50%、和食夕食の割合 60%とする。
- ・和食を中心に、家庭と連携した食育を展開することで、児童の規則正しい生活リズムの改善を目指し、感謝する心や国土を愛する心などの社会性の正の効果を検証する。

計画	実施	効果計測	分析・評価	普及	周知
三谷小学校		杉並区教育委員会 三谷小学校	女子栄養大学短期大学部 三谷小学校	三谷小学校	東京都教育庁 杉並区教育委員会
実施計画書提出	関心を高める活動 関係を太くする活動	実態調査	アンケート・調査・振り返りの分析、評価		各推進委員会
践年間計画作成	栽培活動	アンケート調査			
	和食メニュー紹介				
	地域販売	体験活動振り返り			
	和食料理人の講演会				
	体験活動 (児童、保護者、地域)				
	企業協力授業				

(5) 事業目標・事業のポイント

① 評価指標

- ア 和食にすることによって食品数が増えると考えられる。食品数と学力・体力の関係、和食と学力・体力の関係を明らかにする。
- イ 和食教育を推進し、御飯朝食を増やすことによって早寝早起きを増やし、規則正しい生活リズムにつながることを検証する。
- ウ 生産体験を児童と保護者が一緒に体験することによって、感謝する心や国土を愛する心、挨拶、協働する心など社会性との関連性を調べる。
- エ 学校給食の和食の割合を 70%に増やすことによって、児童・保護者の和食への関心を高め、朝食の御飯食を 50%、夕食の御飯食を 60%に増加させる。
- オ 和食給食を増やすことによって、全給食の国産食材使用率を 90%以上とし、地産地消など日本の自給率の向上につなげる。

② 評価方法

教育的効果の検証方法

- ア 拠点校における時系列変化を活用した統計分析（二時点比較）
- イ 拠点校とベンチマーク校（未実施校）の比較対照試験などの手法による統計分析
- ウ 解析に用いる個票データ（本研究により調査するデータ）
  - (ア) 朝食、夕食実態調査（実施校・地区内未実施校）
  - (イ) 保護者へのアンケート調査（保護者への意識アンケート、家庭での和食、朝食実施状況に加え、児童の生活リズムに関する追跡調査（朝食の欠食状況、睡眠時間、家庭での学習時間などを含む。）（実施校・地区内未実施校）
  - (ウ) 地域へのアンケート調査
  - (エ) 学校給食の国産化調査

③ 実践内容及び方法

- 5月…児童、保護者、地域の朝食・夕食調査、生活リズム、社会性などの調査  
 地産地消ルートの開発、和食給食メニュー開発  
 12月…児童、保護者、地域の朝食・夕食調査、生活リズム、社会性などの調査  
 保護者・地域の国産食材購入アンケート実施  
 1月…学校給食における食材の国産化調査、和食献立調査

(6) 事業の実施年間計画

実施時期	計画内容	備考
5月	連携調査機関の決定 第1回東京都スーパー食育スクール推進委員会の開催	
6月	事業開始前の調査 第1回杉並区推進委員会の開催 児童・保護者の栽培活動の実施（忍野村での田植え体験、学級園での栽培、杉並区内農家・都立農芸高校での栽培）	調査結果を基に、 検討開始
7月	地産地消の開発、和食メニューの開発 生産者との交流学習 和食料理人講演会	
8月	地産地消の開発、和食メニューの開発 親子和食料理教室	
9月	児童・保護者の栽培活動の実施（忍野村でのとうもろこし収穫体験） 地産地消の開発、和食メニューの開発	
10月	第2回東京都スーパー食育スクール推進委員会の開催 第2回杉並区推進委員会の開催 児童・保護者の栽培活動の実施（忍野村での稲刈り体験、学級園での栽培、都立農芸高校での栽培）	
11月	地産地消の開発、弁当の日	
12月	収穫祭の実施 事後調査・アンケート調査 おせち料理教室開催	朝食・夕食実態調査 国産食材意識調査
1月	生産者との交流学習、地産地消の開発 三谷小雑煮 book、ぎんなん募金 早寝早起き朝御飯ガイドブック配布 取組の検証・解析結果のまとめ	
2月	第3回杉並区推進委員会の開催 第3回東京都スーパー食育スクール推進委員会の開催 事業報告書の作成・配布	

(7) 校内での事業計画

	給食	食育<授業・栽培>	校内研究	SSS
4月	松華堂弁当	6年ジャガイモ		学年園の取組試案
5月	松華堂弁当	6年和食の話 1年ニンジン、2年トマト なす、3年大豆、4年へちま 5年 稲		アンケート調査1 懸垂幕作製 5年田植え体験(山梨県忍野村) 夏野菜プランター栽培
6月	6年マナー給食 交流給食	2年サツマイモ苗(保小)	5年われらふるりの味 調査隊	ランチョンマット作製 親子和食料理教室
7月	交流給食 リザーブ給食	5年忍野村交流 2年トマト収穫 2年わかめのパワーについてさぐる	1年わたしがっこう どんなどころ	夏休み和食朝御飯大募集 3年体に良いおやつ講演会 推進委員会
8月		2年 ケチャップづくり		鮭のあら汁(三谷祭) とうもろこし(三谷祭) 夏野菜収穫体験(山梨県忍野村)
9月	松華堂弁当	3年みそをつくろう 1年早寝早起きキャラバン (幼保小) 1年カブ 2年ダイコン 6年練馬大根	4年みんなが喜ぶお弁当	和食朝御飯作品展示 冬野菜プランター栽培 和食料理人講演会 みそづくり教室 教職員和食研修
10月	交流給食 松華堂弁当	5・6年出汁とうま味の味覚教室 5年稲刈り	2年花ややさいをそだてよう	稲刈り体験 親子和食料理教室
11月	交流給食 1～4年弁当の日 みそ汁週間 和食料理人監修給食	1・2年魚にふれよう 2年イモ掘り(保小) 5年鮭料理(郷土料理) 6年12歳のハローワーク	6年世界の食文化を知ろう 校内報告会	みそ汁新聞 推進委員会
12月	5・6年弁当の日 納豆給食 収穫祭 和食器給食	5・6年みそ汁をろう月間	3年体に良くおいしいおやつ	アンケート調査2 冬休みおいしいみそ汁大募集 おせち料理教室 早寝早起き朝御飯ガイドブック
1月	交流給食			三谷小雑煮book作成 リーフレット作成
2月	交流給食			推進委員会
3月				リーフレット作成



12月：納豆給食



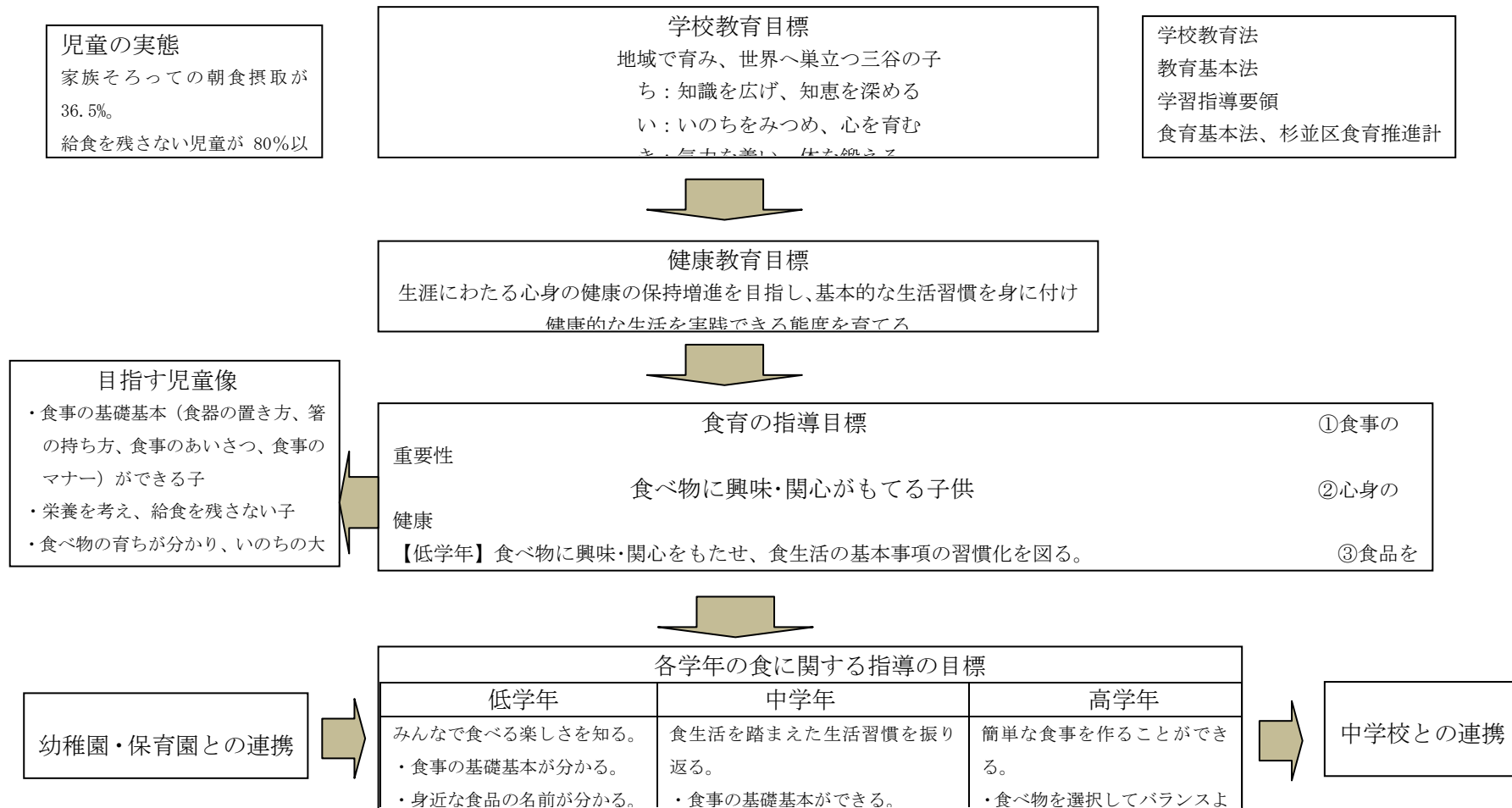
12月：おせち料理教室



授業と和食・生活リズム・社会性との関係

活動内容	教科等	和食増加		生活リズム向上				社会性向上						
		和食の良さ	技術	早寝	早起き	歯みがき	おやつ	生産者	マナー	栄養	いのち	感謝の心	食文化	環境
栽培活動	生活科 理科									●	●	●	●	●
5・6年 和食のよさを知ろう	特別活動	●								●			●	
3・4・5年 早寝早起き朝御飯講演会				●	●	●								
5年 和食授業	総合	●								●				
2年 わかめのパワーについて	生活科									●			●	
3年 体によいおやつ	総合					●				●(魚)				
1年 給食大好き	生活科											●		
3年 三色分類	総合									●				
5年 家庭科		●	●							●		●		
6年 家庭科		●	●							●	●	●	●	
4年 みんなが喜ぶお弁当	総合						●			●				
3年 たまご焼き授業	総合	●	●		●							●		
親子和食料理教室		●	●										●	
5年 田植え体験	社会科	●						●			●	●	●	●
5年 ほうとう作り	総合												●	
1年 読み聞かせキャラバン (早寝早起き朝御飯)	特別活動			●	●									
ランチョンマット給食	給食指導								●	●				
全校朝会指導(栄養教諭)		●		●	●					●				
全校 夏休み自由課題 (和食朝食)		●	●							●		●	●	
3年 保健	体育科			●	●									
4年 保健	体育科			●	●									
全校 口腔指導	特別活動					●	●							
健康カレンダー				●	●	●								
4年 夏休み課題 (おかずづくり)	4年		●							●		●		
5年 和食について	総合	●						●		●			●	●
PTA ラジオ体操	全校			●	●									
PTA 三谷祭	全校							●					●	
PTA 収穫体験	希望者							●				●		●
PTA 早寝早起き週間	全校			●	●	●								
親子 みそ作り教室														
3年 みそを作ろう	総合	●								●			●	
5年 出汁とうま味の味覚教室	家庭科	●	●							●			●	
6年 出汁とうま味の味覚教室	家庭科	●	●							●			●	
1年 魚にふれよう	生活科							●			●	●	●	
2年 魚にふれよう	生活科							●			●	●	●	
5年 鮭の解体	総合	●	●					●			●	●	●	●
全校 収穫祭	給食指導		●					●		●	●	●		●
全校 弁当の日	給食指導	●	●		●					●	●	●	●	
みそ汁週間	給食指導	●								●			●	
おせち料理教室		●	●						●			●	●	
5年 和食器給食	給食指導	●	●						●			●	●	
朝の読み聞かせ(校長)								●			●	●		





		1 年生	2 年生	3 年生	4 年生	5 年生	6 年生				
関連する教科	国語	おむすびころりん おおきなかぶ	ふきのとう おおきなあれ	すがたをかえる大豆 食べ物のひみつを教えます	白いぼうし ウナギのなぞを追って	わらぐつの中の神様 すいせんします	カレーライス 海の命				
	生活	学校探検 花や野菜を育てよう	花や野菜を育てよう わたしの町はっけん								
	社会			はたらく人とわたしたちの暮らし 買い物調べ、お店の見学	住みよい暮らしをつくる 私たちの東京	私たちの生活と食料生産 私たちの生活と環境	縄文のむらから古墳のくにへ 長く続いた戦争と人々の暮らし				
	理科			植物を育てよう	季節と生き物	生命のつながり	生きていくための体の仕組み				
	家庭					はじめてみようクッキング 元気な毎日と食べ物 じょうずに使おう物やお金	くふうしよう朝の生活 くふうしよう楽しい食事 考えようこれからの生活				
	体育 【保健領域】			毎日の生活と健康	育ちゆく体とわたし	心の健康	病気の予防				
道徳	1. 主として自分自身に関すること（低）（中）（高）1－（1）、2. 主として他の人とのかかわりに関すること（低）（中）2－（1）（4）（高）2－（1）（5）、3. 主として自然や崇高なもののかかわりに関すること（低）（中）（高）3－（1）（2）、4. 主として集団や社会とのかかわりに関すること（低）4－（2）（4）（中）4－（2）（3）（5）（6）（高）4－（2）（4）（5）（7）（8）										
総合的な学習の時間				体によいおやつ	みんなが喜ぶお弁当	われらふるりの味調査隊	12歳のハローワーク 世界の食文化を知ろう				
特別活動	学級活動 ○及び 給食時間 ◎食育 ●給食指導	4 月 7 月	5 月	6 月	9 月	10 月	11 月	12 月	1 月	2 月	3 月
		低学年	●給食のきまりを知ろう ○上手に配膳しよう ◎野菜となかよくしよう			●食べ物を大切にしよう ◎朝食の大切さを知ろう ○丈夫な体をつくろう			○風邪の予防、自分の成長を振り返ろう ◎食べ物について振り返ろう ●給食の反省をしよう		
		中学年	●給食のきまりを知り、上手に配膳する ○歯を大切にしよう（骨を丈夫にする食べ物） ◎食品について知ろう			●感謝して食べよう ○規則正しい食生活をしよう ◎丈夫な体をつくろう			○風邪の予防、自分の成長を振り返ろう ◎食生活を見直そう ●1年間の給食の反省を振り返ろう		
		高学年	○安全に気をつけた給食準備 ◎食べ物の働きを知ろう ●楽しい給食時間にしよう			●感謝して食べよう ◎規則正しい食生活をしよう ○食べ物と健康について知ろう			○風邪の予防、自分の成長を振り返ろう ◎食生活について考えよう ●1年間の給食の反省を振り返ろう		

	<p>学校行事</p> <p>入学式 健康診断 遠足 弁当の日料理教室</p>	<p>始業式 防災訓練 夏休み作品展 運動会 弁当の日</p>	<p>伝承文化の日 書き初め展 展覧会 修了式 卒業式</p>
	<p>児童会活動</p> <p>1年生を迎える会 縦割り集会 交流給食給食委員会</p>	<p>体育集会 縦割り集会 全校縦割り遠足 交流給食給食委員会 ぎんなん募金 収穫祭</p>	<p>6年生を送る会 縦割り集会 交流給食給食委員会 ぎんなん募金</p>
<p>家庭・地域との連携の取組</p>	<p>都立農芸高校との連携（馬となかよし用ニンジンの栽培 大豆・トマト・大根栽培用農園借用 チューリップ・ビオラの栽培）</p> <p>地域との連携（イモ掘り 12歳のハローワーク CS フェスタ）</p> <p>学校支援・地域共生本部との連携（トマトケチャップづくり 親子料理教室 おせち料理教室など）</p>		
<p>行事・郷土食地場産物の活用</p>	<p>入学式（菜の花ごはん）端午の節句（ちまき）</p> <p>歯の衛生週間（かみみちゅ）七夕（そうめん）土用（蒲焼き）</p> <p>*たけのこ、山菜、アスパラガスなど旬の食材を使用</p> <p>*地元野菜デーの実施</p>	<p>重陽の節句 彼岸（おはぎ）十五夜（月見団子）いわしの日（いわし料理）体育の日（カツ丼）勤労感謝の日（五穀おこわ）冬至（かぼちゃ料理）クリスマス（鳥肉料理）等</p> <p>*きのこ、くり、梨、柿、さんまなど旬の食材を使用</p> <p>*地元野菜デーの実施</p>	<p>正月 七草（七草がゆ）鏡開き（おしるこ）学校給食週間（深川飯）節分（節分ごはん）ひな祭り（ちらし寿司）彼岸（ぼたもち）卒業式（たい飯）</p> <p>*さくら、もち、大根など旬の食材を使用</p> <p>*地元の野菜を使用</p>
<p>個別指導</p>	<p>食物アレルギーの個別対応</p> <p>宗教上などの個別対応（個人情報の取扱い注意）</p>	<p>食物アレルギーの個別対応</p> <p>宗教上などの個別対応（個人情報の取扱い注意）</p>	<p>食物アレルギーの個別対応</p> <p>宗教上などの個別対応（個人情報の取扱い注意）</p>

### 3 食育プログラム

#### (1) 和食教育の充実

##### ① 全教育活動における和食教育の推進

##### ア 5・6年生 特別活動「和食の良さを知ろう」

ねらい 日本は世界でも有数の長寿国であり、肥満が少ない国である。そのことを基に、和食の良さに気付かせる。

内容 世界の平均寿命、世界の肥満度グラフから、「なぜ日本は長生きで肥満が少ないのか」について考えさせ、和食に注目させた。栄養教諭から「和食の素晴らしさ」「脂肪が少ない」「栄養バランスが良い」「季節感がある」「多様な食材を使う」などの説明を受け、和食が少なくなっている現状から、和食を増やすための方策を考えた。

##### イ 1年生 生活科「がっこうたんけん」

ねらい 学校探検をしながら給食室に注目させ、給食室の様子を調べることを通して、給食を作ってくださる方々への感謝の気持ちを育てる。

内容 給食室見学後、栄養教諭に質問し、釜や食缶、へらなど給食室で使っている用具に触る体験をした。その後、給食室へ手紙を書いて、調理員へ感謝の気持ちを育てた。

効果 本単元実施後、児童は調理員の顔を覚えた。また、給食室の用具に触る体験から、仕事の大変さを知った。

このことにより、1年生の残菜量が激減した。また、給食を運ぶ際、調理員の名前を呼ぶことが多くなり、調理員の励みにもなった。



##### ウ 2年生 生活科「花ややさいをそだてよう」

ねらい 植物の栽培に関心を持ち、世話の仕方を調べたり、知っている人に質問したりしながら世話をすることを通して、植物の成長の様子や植物にも生命があることに気付き、愛着をもって継続的に育てようとする事ができる。

内容 小松菜グループ、サラダ菜グループ、大根グループに分かれて栽培してきた様子を、写真を基に時系列に分類させ、大変だったことや出来事などを記入し、発表させた。

効果 どのグループも、ナノクロムの害虫被害に遭ってしまい全滅するおそれがあったため、消毒を行った。消毒後は収穫することができ、児童は大変喜んだ。この経験を通して、栽培する大変さや収穫の喜びを体験することができた。

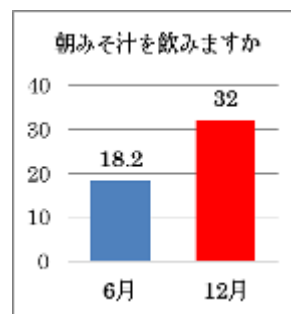


##### エ 3年生 総合的な学習の時間「みそを作ろう」

ねらい 大豆を栽培し、みそ作りの体験をする。そして、そのみそを使用した給食を収穫祭にて全校で味わう。

内容 栽培した大豆を煮て、潰し米麴と塩を混ぜて樽に詰めた。毎月発酵の様子を確認し続けた。完成後、12月12日実施の収穫祭の給食にて、みそ汁として味わった。

効果 6月に実施したアンケート調査では、3年生がみそ汁を飲んでくる割合は18.2%であったが、12月に実施した食事調査では、32%となり11.8%上昇したことが分かった。これらの調査は全校で実施したが、3年生が一番高い上昇率であった。

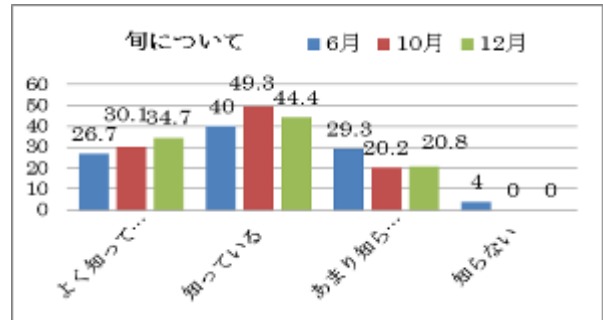
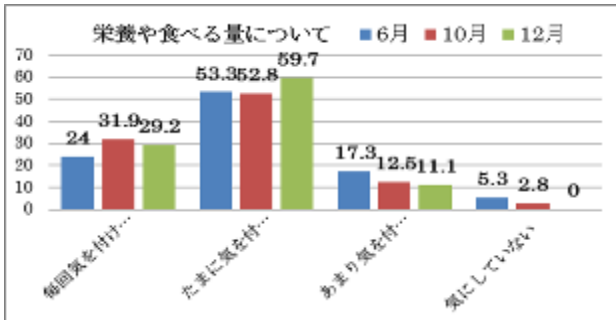


オ 4年生 総合的な学習の時間 「みんなが喜ぶお弁当」

ねらい 弁当作りの計画を立てることで、自己の課題を見付け、主体的に解決する。目的意識をもって探究活動に取り組み、目的に合った学び方や考え方を知る。地域・保護者・友達と関わり合っ得た情報を生かしながら、進んで探究活動に取り組む。作り手の思いや願いに気付き、自己の食生活について考える。

内容 弁当に入れるおかずを考え、グループごとに発表する。単元の終わりに、班で考えた弁当を実際に作り、報告会を行う。

効果 「みんなが喜ぶお弁当」を考える上で、栄養バランスを考えたり、旬の食材を調べたりしたことで、「栄養のバランス」や「旬についての知識」が身に付いた。本単元実施後、社会科見学での弁当作り、弁当の日の3回のアンケート調査において、それぞれ正の効果が出た。



カ 5・6年生 家庭科 「だし・うま味」の味覚教室 協力：味の素株式会社

ねらい 味を感じる仕組みやうま味について知り、調理実習や家庭でのみそ汁作りに役立てる。

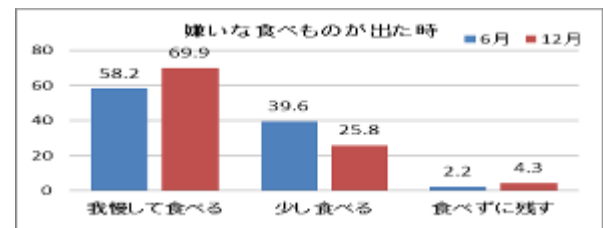
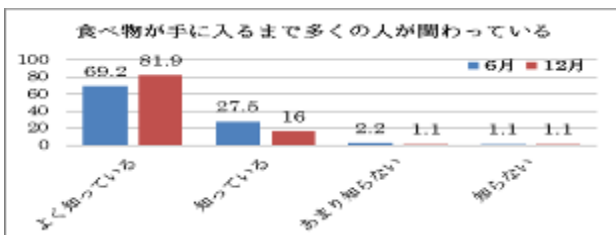
内容 食べ物のおいしさを感じるためには、五感が関わること、甘味など五つの基本の味があることを知る。だしのある場合とない場合のみそ汁を試飲し、うま味の成分を知る。また、うま味成分を多く含む「昆布」「かつお節」を実際に見たり触ったり削ったりする体験をした。

キ 5年生 総合的な学習の時間 「われらふる里の味調査隊」

ねらい 米や地域ごとに受け継がれてきた「ふる里の味」について、自己の課題を見付け、主体的に解決する。目的意識をもって探究活動に取り組み、目的に合った学び方や考え方の幅を広げる。米作りに携わる人々や地域・保護者・友達と関わり合っ得た情報を生かしながら進んで探究活動に取り組む。和食の良さや米作り、地域の食文化を守ろうとする人々の思いや願いに気付き、自己の食生活を見つめ直す。

内容 1学期は、米作りを中心に本校（東京都）のバケツ稲と山梨県忍野村で田植えをした稲を比較しながら学習を進めた。2学期には、忍野村の農家の指導の下、稲刈りを行い収穫した米を味わった。その後は、各地の郷土料理を調べ、自分たちにとってのふる里を考え、弁当の日に自分で作った米を用いて、自分で考えたふる里の味の弁当を作り、発表会を行った。発表会では、忍野村の農家の方々との交流や北海道北るもい漁協の方々との交流、郷土料理の実習も行った。

効果 米作りを通して農家の方々や漁業の方々と交流することによって、自己の食生活を見直すことができた。



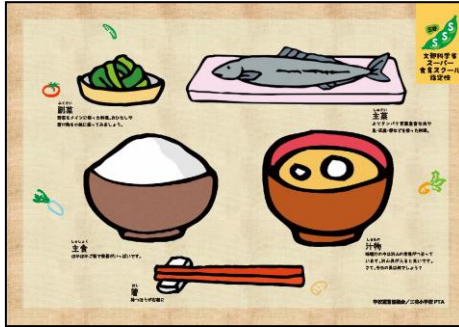
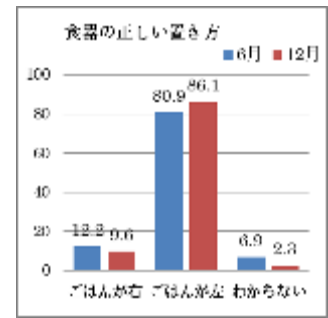
## ク 給食時間等における指導

### (ア) ランチョンマット給食

ねらい 正しい配膳の仕方を覚える。

内容 学校で主食・主菜・副菜・汁物が分かるようなランチョンマットを作製し、毎月月初めの給食時に主食・主菜・副菜・汁物の食器を置き、配膳の仕方を確認している。

効果 約9割の児童が、正しく食器を置けるようになった。



### (イ) 和食器給食

協力 三信化工株式会社

ねらい 和食の食器を使い、和食の歴史や食文化を知る。

内容 和食用の食器を食器会社から借り、正座をして給食を食べる。食器会社の方から、和食器の模様の意味や日本人が大切にしてきた食文化についての話を伺った。

効果 座ることにより、食器を持ち上げて食べることができ、背筋を伸ばすことにつながった。また、和食のすばらしさを体感することができた。



### (ウ) 夏休み和食朝食大募集

ねらい 和食朝食をすることによって、和食の良さを見直す。

内容 夏季休業中に、1～4年生は家族と一緒に、5・6年生は自分で和食の朝食を作る。できた朝食の写真を撮り、感想を添えて提出する。

効果 全校で110名の応募があり、夏休み作品展の際に展示して保護者にも見ていただいた。また、夏休み作品展後は廊下に展示して来校者にも見ていただいている。



### (エ) みそ汁週間の実施

ねらい 学校給食で、各地のみそ汁を味わうことにより、みそ汁への興味関心をもつ。

内容 11月10日～14日に、各地のみそ汁を作って提供するみそ汁週間を実施した。愛知県の八丁みそ、京都の白みそ、関東の合わせみそを使ったみそ汁や北海道の石狩汁、豚汁を提供した。

効果 八丁みそを使ったみそ汁(赤だし)はなじみが少なく、関東の米みその白みそと赤みそを合わせたみそ汁が、一番人気であった。



### (オ) 冬休みおいしいみそ汁大募集

- ねらい みそ汁をすることによって和食の良さを見直す。
- 内容 冬休みに低学年は家族と一緒に、高学年は一人でみそ汁を作り写真を撮り、感想を書いて提出する。
- 効果 1年～6年生まで100名を超える応募があり、書き初め展の際に展示し、保護者に見ていただいた。書き初め展終了後も廊下に展示し、来校者に見て頂いている。



### ② 和食料理人における保護者講演会

#### 和食料理人講演会 講師 なすび亭店主 吉岡英尋氏

ねらい 和食料理についての話から、だしの取り方を知り、家庭での実践に役立てる。

内容 講師から、「食材を使う時期について、はしり、旬、なごりがあること」「料理を繰り返す中で磨きがかかること」「週1回でも魚を焼いてみませんか」などが提案された。また、「家族などに味わってもらおう『まごころ』が、『うちの味』になり、それを各家庭で大切にすることが一番」と話されていた。だしの取り方を実演し試飲しながら、うま味などの話も伺った。



#### 保護者の感想

- 改めて和食の大切さを考えさせられた。吉岡さんの和食に対する思いや考え方が聞いて良かった。
- 日本人として生まれてきて良かった。母として、妻として、主人や子供に日本人の味覚に合った日本の旬のものを味わってもらいたい。そして、食べることの大切さや命をいただくこと、食べる楽しさを伝えていきたいと思います。
- 料理の基本については、ある程度知っていると思っていたのですが、「そうだったのか!」と思うことが多々あり、参加して良かったと思いました。家でも和食にチャレンジしていこうという意欲がわきました。

### ③ 親子和食料理教室の開催

#### ア 第1回 「和食朝食に挑戦!」 平成26年6月28日実施

3年生以上は、たまご焼き実習を行い、一人で作ることができるようになった。

当日は、たまご焼きを中心に、ひじきの煮物、ほうれん草いため、鮭の照り焼きをおかずにし、朝食メニューを作る実習を行った。

#### 参加者の感想

- 子供と一緒に、基本的な和食朝食を作ることができて楽しかったです。だしの取り方、それを使ったみそ汁も味わうことができ、良かったです。
- アルミシートを使った魚の焼き方は始めてだったので、これなら忙しい朝でも焼き魚ができると思いました。
- 子供とゆっくりと料理がすることがなかったので、それだけでも有意義でした。家でもたまご焼きに挑戦させたいと思います。



イ 第2回 「和食弁当とみそ汁」 平成26年10月26日実施  
きんぴらごぼう、たまご焼き、豚肉のしょうが焼、ゆで野菜を作った。今回は自分でだしを取って、みそ汁を作り、和食を中心に子供でもできる料理を選択した。



参加者（児童）の感想

- ・たまご焼きを焼くのが楽しかった。家でみそ汁を作りたい。
- ・みそ汁作りが楽しかった。みそ汁がおいしかった。

ウ 第3回 「みそ作り教室」 平成26年9月20日実施

協力 ハナマルキ株式会社、(公財)東京都学校給食会  
「みそ汁を飲もう！」のテーマに基づき、みそ作りを体験した。また、だしにムロアジや昆布を使ったみそ汁を児童が作り、全員で試飲した。仕込んだみそは、ハナマルキ株式会社の倉庫で熟成させ、12月に完成した後、各自持ち帰った。

児童の感想

- ・でき上がるまでに3か月と聞いてびっくりしました。ぼくは、1か月位だと思っていました。これからは毎朝、みそ汁を飲みたいです。
- ・今までは、普通にみそ汁を飲んでいただけで、思いを込めて作っているんだなあと思いました。
- ・自分で作ったみそでみそ汁を飲みたくなりました。



エ 第4回 おせち料理教室 平成26年12月26日実施

日本の食文化の中心である「おせち料理」の料理教室を開催した。  
フライパンで作る伊達巻と田作り、そして本校作成「三谷小雑煮 book」から、関西風の雑煮と関東風の雑煮を作って味わった。

保護者の感想

- ・おせち料理と聞くだけで「大変」というイメージでしたが、作ってみると思ったより簡単で作ってみようと思いました。自分で作ったことがないから大変で、できないと思っていただけなんだと気付かされました。他県のお雑煮も食べられ、全国のものを食べてみたくくなりました。次回は、他のものを作りたいです。
- ・関東、関西どちらもおいしかったです。関西のみそは、甘くて珍しい味だなと思いました。お雑煮で地域の文化を知ることができて面白かったです。
- ・初めて参加しました。伊達巻を手作りしたのも、関西風のお雑煮をいただいたのも初めてでしたので、とても興味深く楽しい時間でした。親子で料理をする機会があまりないので、とても良い時間が過ごせました。
- ・本当に良い経験になりました。日本食は大切ですね。雑煮がとてもおいしく、うれしかったです。



④三谷小雑煮 book、早寝早起き朝ごはんガイドブック作成

三谷小雑煮 book はホームページに掲載した。早寝早起き朝ごはんガイドブックは、簡単和食料理と関連させ、中学年でも作れるよう作成し、全校保護者・地域に配布した。

(2) 学校給食における国産食材を活用した和食給食回数の向上

① 和食料理人と連携した和食給食開発

なすび亭店主吉岡英尋氏監修 「冬のはしりの和食給食」

講師からだしの取り方を直接教わり、学校給食に提供した。この日の献立は、御飯、牛乳、ぶり大根と白菜の揚げ浸し、小松菜とじゃこの煮物、かぶと豆腐のすり流しであった。

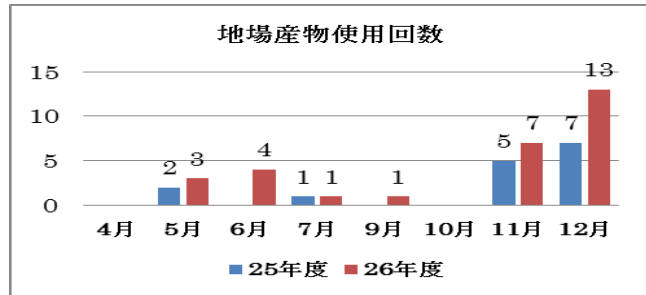
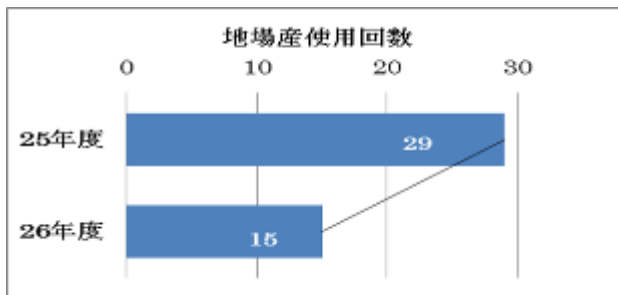
調理後、各学級を巡回して給食の様子を見学、そして5年生と共に給食を会食した。和食の基本であるだしの取り方を学ぶ良い機会となった。



② 学校給食における地産地消の導入と国産食材率の向上

ア 地産地消の導入

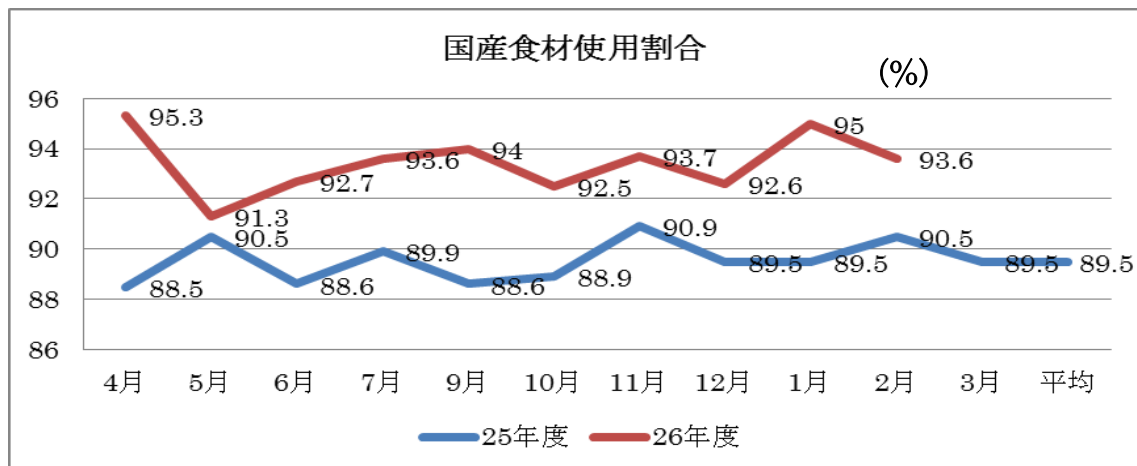
杉並区エコファーマーによる学校給食への杉並区産野菜の提供を、7月と11月に実施したが、宅配便を活用することで年2回から年4回に実施可能となった。宅配便の運送料は、杉並区産業振興センターが負担していただいた。この結果、本校でも昨年度の約2倍の29回地場産物を使用することが可能になった。



イ 国産食材率90%以上を目指す

大都会である東京都では、地産地消することが非常に難しい。本校でも今年度29回、昨年度までは15回程度である。そこで、国内産食材の比率を上げることで地産地消の向上になると考えた。

今までは「国産給食」という名前で実施してきたが、今年度からは、和食給食の場合、「国産給食」で実施している。調味料や香辛料なども含め、国産食材比率90%以上を目指している。価格の高いことが課題であるが、大量購入や産直システムの導入で実施できている。



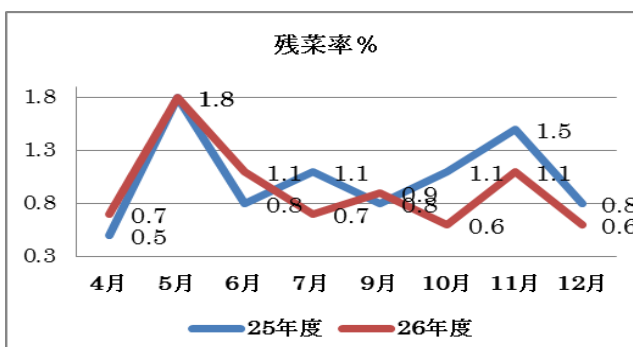
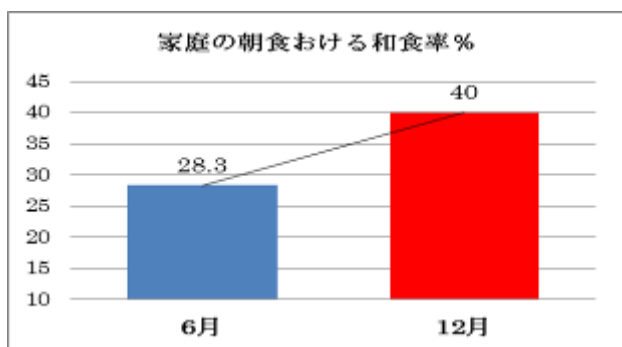
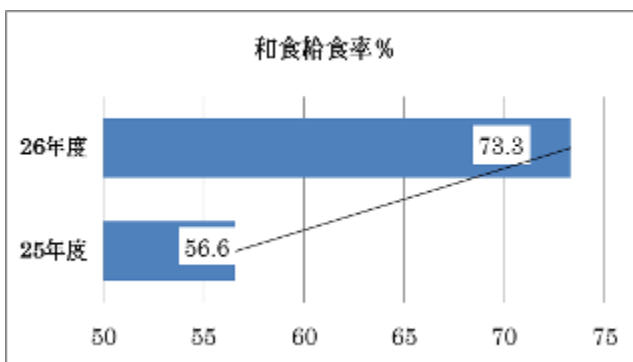
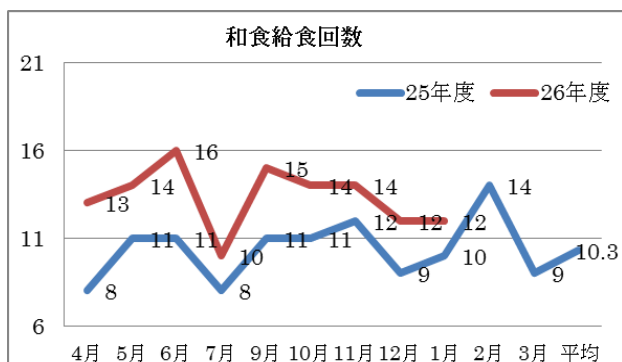


### ウ 和食給食を70%に増やす

本校では、和食を、御飯と汁物、御飯に合う和のおかず、又は、御飯と汁物に合う和のおかず2品以上と規定し、和食給食を増やすことにより、家庭での和食の向上につながると考え、和食給食を70%に増やした。和食給食を提供することによって、旬の魚（キビナゴ、かつお、アジ、鮭、ホッケ、チカ、ブリなど）の使用割合が高くなり、季節感を出せる良さがある。

また、みそ汁週間の実施や和食器給食の実施など行った結果、家庭での和食朝食率が向上した。児童の一週間食事調査から6月の朝食の和食率は28.3%であったが、12月の調査では40%と12.7ポイント上昇した。

和食給食は、5年生社会科や総合的な学習の時間と関連があり、その他の教科でも関連が図れる。和食給食が多くなると残菜も多くなると指摘されるが、本校の場合は昨年より低くなっている。給食試食会での保護者アンケートでは和食を7割に増やしたことに、全員が賛成であった。国産食材使用割合90%以上についても全員が賛成であった。ただし、放射能の影響もあるので、産地を選んでほしいという希望が4%あった。



### ③ 国産食材を活用した和食給食メニューの紹介

国産食材を活用した和食給食を春夏秋冬ごとに2献立ずつホームページに公開した。以下の写真は、「春」「夏」「秋」「冬」の献立で、子供たちに伝えていきたい献立として考えた。



春：たけのこ御飯・牛乳  
きびなごの唐揚げ  
豚汁・清見オレンジ



夏：枝豆御飯・牛乳  
あじ 鱈の香味だれ  
ゴーヤチャンプル  
華風きゅうり



秋：御飯・牛乳  
さんまの塩焼き  
大根おろし  
春雨のいため物  
なめこ汁・柿



冬：御飯・牛乳  
ぶり 鰯大根と白菜の揚げびたし  
切り干しと小松菜の煮物  
かぶと豆腐のすり流し

### (3) 和食給食用食材の栽培

#### ① 全校での和食給食用食材の栽培

本校では、年間栽培計画に基づいて作物の栽培を実施し、和食給食に活用している。



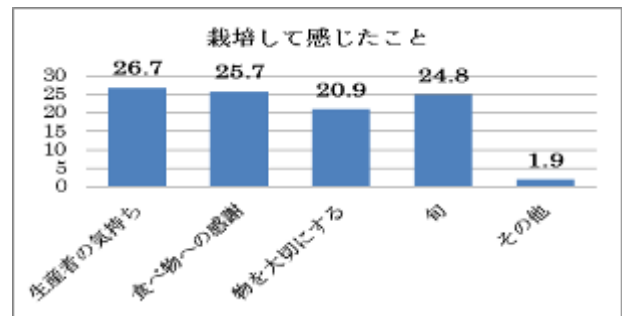
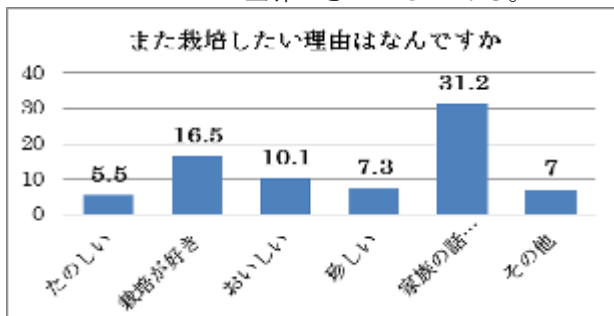
1年	にんじん、金町かぶ、聖護院かぶ
2年	好きな夏野菜の栽培（ミニトマト、ピーマン、なす、おくら） トマト、さつまいも、大根、小松菜、サラダ菜
3年	大豆
4年	ゴーヤ、小松菜
5年	バケツ稲、いんげん
6年	じゃがいも、練馬大根

土に触れる経験が少ないため、食べ物の育ちが分からず、旬の食べ物を知らない児童が増加している。本校では、平成20年度から年間栽培計画を作成し、年間を通じた栽培を進めている。特に2学期以降は、理科での栽培は少ないため、生活科や総合的な学習の時間と関連させて栽培を実施している。初めは、土に触れることさえ抵抗のある児童が多く見られたが、2回目3回目と回数を重ねるうちに抵抗が薄れ、栽培意欲が高まった。全校で栽培した野菜で給食を作る収穫祭を昨年度設けたことで、児童の栽培意欲をより高めている。児童自身が栽培することで、旬を知り、食べ物が簡単に大きくなれないことに気付き、食べ物を大切にすることや命の大切さが分かると考え、実施している。害虫に食べられてしまうことや台風又は鳥の被害、種をまく時期が遅く育ちが遅い野菜など、トラブルも多い栽培活動である。今年度、2年生では害虫に食べられ茎だけになってしまった小松菜と大根、種をまく時期が遅く育ちが悪かったサラダ菜、研究授業日に収穫できなかった野菜など、予定どおりにはいかなかった。しかし、2年生はトラブルをものともせず観察を続け、消毒したり、種をまき直したり、専門家に相談したりしながらトラブルを自分の力に変えていた。1か月遅れになってしまった収穫時には、どの児童も笑顔いっぱい様子で大事に収穫した。そして、1年生に発表するときは自信満々であった。1年生にも野菜を栽培する喜びが伝わり、1年生は「来年は自分たちで育てるんだ。」という意欲をもつことができた。



## ② 保護者のプランター栽培

- ねらい 学校で育てた経験を生かし、親子で会話をしながら栽培する。  
食べ物を育てることにより、生産者の苦労や収穫の喜びを知る。  
東京都には、昔から育てられてきた伝統的な野菜があることが分かる。
- 内容 江戸東京野菜をとりあげ、5月に「寺島茄子の苗、プランター、土」のセットを70人分、「バケツ稲用のコシヒカリの種、バケツ、土」のセットを50人分配布した。9月には、「亀戸大根の種とプランター、土」のセットを60人分配布した。栽培方法のプリントと観察カード、記録用紙も配布し、観察の様子や「できた野菜を使って、どんな料理を作ったか」などについて、記入していただいた。
- 効果 野菜を栽培することで、家族の話題が増えることが分かった。アンケート調査でも、「家族の話題」の項目が一番多く、栽培することで家族の会話が増えることが分かった。  
また、感じたことでは、「生産者の気持ち」「感謝の心」「旬について」が同数程度で高くなっている。これは、土に触れることが少ない児童でも、プランター栽培することで「生産者の気持ち」「食べ物への感謝の気持ち」「旬について」知る機会となることが理解できたからである。



### 保護者の感想

- ・貴重な体験をさせていただいて、ありがとうございました。スーパーで売られている形になるまでお米だけでなく、初めはどんなふうで、どうやって育つか、いろいろなものについてきてくれるようになりました。また、お米を大切に、きれいに食べるようになりました。今後も、また、このような機会があればありがたいです。
- ・子供が自分でお世話をして収穫することが楽しかったです。なすもあまり好きではなかったけれど食べられるようになりました。また、機会があれば参加してみたいです。
- ・いつもスーパーで買っているものを一つ一つ育てることの大変さを子供たちが実感できた。
- ・水やりをしながら成長を見守り、収穫をした後、大切にいただく気持ちが芽生えた。
- ・子供が、栽培の方法や今の時期は何をすべきかなどを教える先生になってくれました。親子楽しい時間でした。
- ・子供に、旬のことや季節・天候のこと、食べ物のありがたみなど野菜作りを通して知ってもらえると思いました。



③ 児童が栽培したもので三谷小収穫祭、弁当の日の実施

ア 三谷小収穫祭

ねらい 自分たちが育てた野菜を使った給食を食べる活動を通して、収穫の喜びを味わうとともに、いのちの大切さを育む。

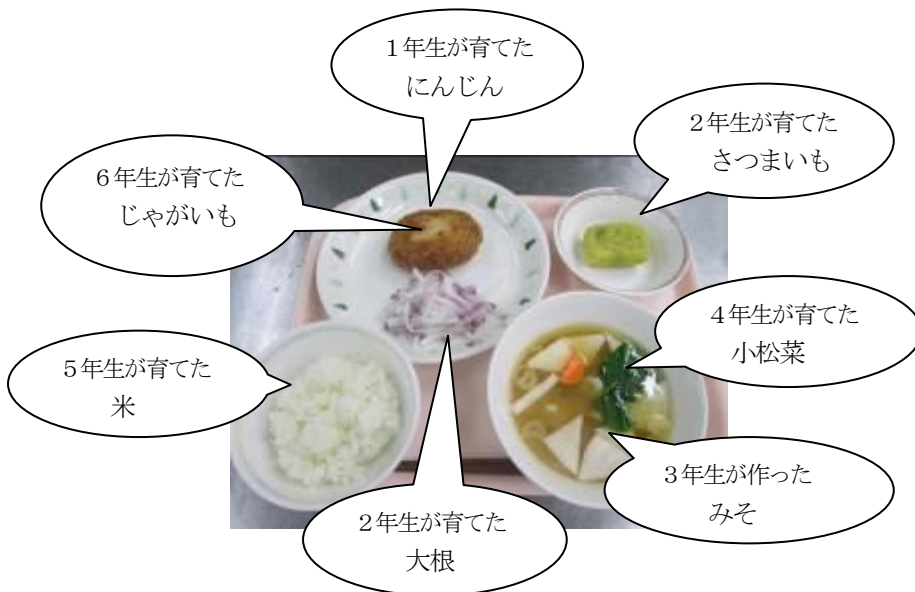
種植えから収穫、調理まで携わってくださった様々な方々へ感謝の気持ちをもつ。

内容 招待した方々へ野菜の栽培活動や各学年での取組を発表し、給食を会食する。

効果 自分たちが育てた野菜をお世話になった方々と共に給食を食べることによって、感謝の心や収穫の喜びを味わい、残さず食べることができた。

収穫祭までのスケジュール

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	三谷小 収穫祭
1年		朝顔				朝顔種取				
			人参					人参収穫		
						かぶの栽培			かぶの収穫	
2年		トマト			ケチャップ作り					
		さつまいも						さつまいも 収穫		
		その他の野菜		野菜の収穫						
3年						大根の栽培			大根の収穫	
		大豆の栽培						大豆の収穫		
		おくら				種・茎・根の 観察				
		マリーゴールド				種・茎・根の 観察				
4年		ひまわり				種・茎・根の 観察				
		ゴーヤ			ゴーヤ収穫					
		ヘチマ				着果実験		ヘチマたわし		
5年							小松菜		小松菜収穫	
	土作り	田植え					稲刈り	家庭科 調理実習	玄米	
6年		いんげん		いんげん収穫						
6年	じゃがいも			収穫		家庭科 調理実習				
そてつ 教室							小松菜		収穫	
							青梗菜		収穫	
							ラディッシュ		収穫	



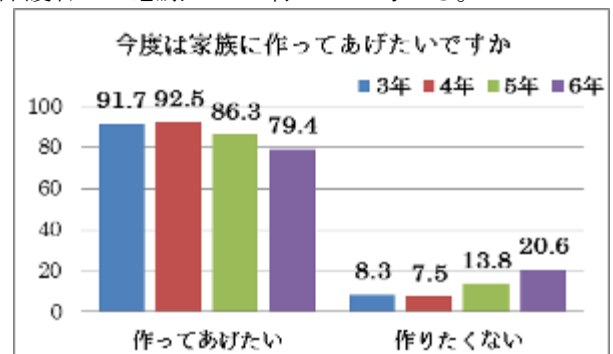
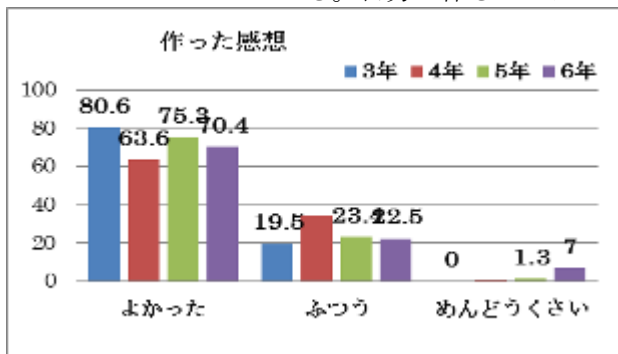
イ 三谷小弁当の日

ねらい 低学年は「おにぎり」、中学年は「おにぎりとおかず一品」、高学年は「弁当」を自分で作ることで、いつも料理を作ってくれる人への感謝の心を育む。また自分でやり遂げることで、自己肯定感や自信をもてるようにする。



内容 低学年は11月17日、中学年は11月25日、高学年は12月1日に実施した。4校時に弁当の写真を撮り、作った感想を発表する。給食時には、低学年は「おかず、汁物、牛乳」中学年は「おかず、汁物、牛乳」高学年は「牛乳」と弁当を食べる。なお、食物アレルギーの問題も考慮し、おかずなどの交換は行わない。

効果 児童の感想では「良かった」が7割である。「家族に作ってあげたい」も9割を超えている。自分で作ることによって、保護者への感謝の心が育ったと考える。



弁当の日 指導計画

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月			
1年	学校説明会・保護者会で弁当の日説明	おにぎり給食の実施	おにぎり給食実施 親子料理教室	おにぎり給食実施	夏休みの宿題としておにぎりを1人で作る。	おにぎり給食実施	生活科見学の昼食おにぎりを親子で作る。	おにぎり給食実施			
2年									たまご焼き調理実習	夏休み料理教室	生活科見学の昼食おにぎりを親子で作る。
3年											
4年		家庭科 ゆで卵、茹で野菜のサラダ							夏休み宿題としてお弁当作り	社会科見学の昼食のおかず1品を自分で作る。	
5年											弁当に合う卵料理
6年		移動教室の昼食おにぎりを親子で作る。							家庭科 フアパンを使った料理 弁当に合うおかず作り	夏休み宿題として和食朝食作り	
	弁当に合うおかず作り		家庭科 じゃがいもを使った料理	社会科見学の昼食を親子で作る。							

#### ④地域の農家・都立農芸高校との連携

##### ア 地域の農家との連携

6月に区内農家の畑を借り、保育園児と2年生でさつまいもの苗を植えた。11月には、2年生が保育園児のお兄さん・お姉さん役になって、さつまいもの収穫を行った。手袋をし、袋いっぱいのさつまいもを収穫した。



##### イ 都立農芸高校との連携

都立農芸高校の畑を借り、3年生の大豆と2年生のトマトを栽培した。トマトは、200kgも収穫できた。2年がトマトケチャップを作り、給食として全校で味わった。また、11月に都立農芸高校の施設を借り、同校教諭の指導の下、本校教職員と学校支援・地域共生本部でトマトケチャップを作り、2年生保護者やお世話になった方々に差し上げた。ラベルは、2年生が作成し、都立農芸高校・三谷小学校を製造者として裏面に載せた。



#### (4) 食と農・水産に係る方々との交流

##### ①山梨県忍野村での田植え、夏野菜収穫体験、稲刈り体験

##### ア 忍野村での田植え

平成26年5月19日実施

ねらい 農家の人の思いや苦勞を知り、これからの学習に生かす。

内容 忍野村農家・渡辺さんの水田を借りて田植えを行い、農家の人の米に対する思いを聞く。今年度は、スーパー食育スクール事業として、保護者も参加し田植えを行った。

##### 保護者の感想

- ・改めて米作りの大変さが、実際に田植えを行って分かりました。お米の大切さが分かりました。これからは、お米を食べようと思いました。
- ・わずかな時間でしたが、足や腰が痛くなりました。食べ物を大事にしたいと思いました。
- ・毎日なげなく食べている御飯ですが、お米一粒一粒ができる工程を詳しく知ると、本当に食の大切さを考えさせられました。子供たちにとって、本当に貴重な体験だと思います。
- ・参加して良かったけれど、稲を植えるだけの段階までしていただいていたので、もう少し前後の作業を知ることができれば、より身近に考えることができたかなと思います。もっと田植えに時間が欲しかったです。



## イ 夏野菜収穫体験

平成 26 年 8 月 30 日実施

- ねらい 親子で山梨県の郷土料理ほうとう作りを行い、日本の食文化を知る。  
野菜農家から話を聞き、夏野菜の収穫体験を行うことで農家の苦労や思いを知る。
- 内容 ほうとう作り、野菜農家の話、とうもろこし・キャベツ・じゃがいもの収穫体験をした。

### 保護者の感想

- ・家でうどんを作ったことはあるが、本格的な器具を使って作る「ほうとう」は子供にとっても楽しかったようでした。味も麺もちょうど良かったです。
- ・粉から生地を作ったのが初めてだったので、こんなにも力がある仕事なんだと実感し、大変さが分かった。大変さがあったからこそ、格別においしく感じた。
- ・スーパーなどできれいに並べられている野菜が、当たり前のことだが畑になっていることが実感できた。子供と一緒に楽しくできた。家庭菜園とは違う充実感があつた。
- ・子供と一緒に体験ができて良かった。畑にも雑草や生き物がたくさん見られ、無農薬、減農薬を実感した。帰ってからも、収穫した野菜を食べながら家族で話をすることもでき、良かった。



## ウ 稲刈り体験

平成 26 年 10 月 10 日実施

- ねらい 交流事業を進め、消費者として生産者の思いを知る機会とする。  
米作りを通して、「感謝する心や国土を愛する心」を育てる。  
作られたものを大切に残さず食べ、社会性やマナー、思いやりの心を育てる。
- 内容 農家の方々から米に対する思いを伺い、稲刈りを体験した。一人当たり6株刈り、ひもで縛り稲をまとめた。その後、コンバインの作業を見せて頂き、機械のすごさを実感した。

### 保護者の感想

- ・5年生の稲刈り遠足と一緒に行動となりました。コンバインを見せてもらい、稲刈りをしました。機械と比べることもでき、改めて「農業」を考える直接体験となりました。
- ・稲を刈るときに、稲穂の重みが手に伝わりました。これがお米になるんだという実感がわきお米を大切に育てた農家の苦労が分かりました。大切に、大切に稲刈りをしました。



②農・水産業に関わる人との交流（北海道天塩漁港など）

ア 5年生 総合的な学習の時間「われらふる里の味調査隊」 平成26年11月8、10日実施  
協力 北海道天塩町漁師他

ねらい 鮭の一生について生態を知り、食材としてのいのちを学ぶ。

北海道の郷土料理「チャンチャン焼き」を調理実習する。

内容 北海道天塩町から漁師に来て頂き、鮭を解体する。

チャンチャン焼きの調理実習をする。

効果 全て北海道の食材を用意して頂き、本場のチャンチャン焼きを実習した。人間が生きていくため、いのちをもらっていることに気付き、食材を無駄にしないよう残さず食べることができた。

児童の感想

- ・私は、3～5年もの間がんばってきたのに、卵を産めずにつかまってしまうのはかわいそうだと思ったけど、そのおかげで食べていけるので感謝しないと、と思いました。
- ・私が一番心に残っているのは、鮭をさばいていただいたことです。私たちが食べている魚には「いのち」があることを、改めて知る機会になりました。
- ・私は最初、鮭の解体を見て、初めてだったし少し怖い・気持ち悪いと思ってしまいました。けれど、鮭のことをとても真剣に大切に、熱く語っているみなさんを見て、私が気持ち悪いなどという気持ちをもっていることが、なんだか恥ずかしくなってきました。鮭が、あんなにも長い旅をして私たちの所に来てくれているのに、私がお魚を気持ち悪い、グロイなどと思うのは、鮭に向かって申し訳なく思いました。



イ 1・2年生 特別活動「魚にふれよう」 平成26年11月8日実施

協力 (一財) 漁港漁場漁村総合研究所

ねらい 切り身などしか見たことのない児童が、様々な種類の魚に触れることで、魚への興味・関心を高める。

内容 山口県萩漁港から40種類程度の魚介類を展示し、実物に眺めたり触れたりする体験をする。

児童の感想

- ・お魚に触れて良かったです。いろいろな魚がいて全部触れたいくなりました。
- ・タイの体が銀色に光っていたからきれいでした。口の中にきばがある魚もありました。
- ・魚（サメ）の体に触れたらつるつるでした。でも反対から触れるとざらざらでした。





ウ 2年生 生活科「わかめパワーについてさぐる」 平成26年7月10日実施  
協力 理研ビタミン株式会社

- ねらい 和食の伝統食材「わかめ」について、五感を使って実物に触れる。  
わかめの健康効果を知る。
- 内容 実物のわかめ（2m80cm）を見たり、触ったり、臭いをかいだりして体験する。  
また、熱湯に浸すと緑色に変化すること、食物繊維が不要物を吸着し体外へ出すこと  
を実験を通して視覚的に理解した。

児童の感想

- ・わかめをたくさん食べたい。
- ・今日知ったことをいろいろな人に教えてあげたい。
- ・わかめは薬みたいに、大切なんだ。



エ 3年生 総合的な学習の時間「体に良いおやつ」 平成26年7月12日実施  
講師 料理研究家 小山浩子氏

- ねらい 総合的な学習の時間「体によくておいしいおやつ」の授業のヒントとする。また、講演を保護者にも聞いてもらい、家庭への啓発とする。
- 内容 魚を食べる量が減少していることにより、子供の脳の発育に必要な栄養素も不足しがちであることを知った。「魚を見直す」「頭を良くするためのおやつを考える」ため、DHAを含む魚を使ったおやつを紹介した。



(5) 地域への発信

①学年園で採れた作物の地域への配布

夏野菜の「トマト、インゲン」は、夏季休業中のラジオ体操や保護者会時に、冬野菜の「水菜、春菊」は、保護者会時にそれぞれ配布し、栽培活動に関心を持ち、味わっていただいた。



②三谷祭 山梨県忍野村のとうもろこしと北海道天塩町の鮭で作ったあら汁の提供

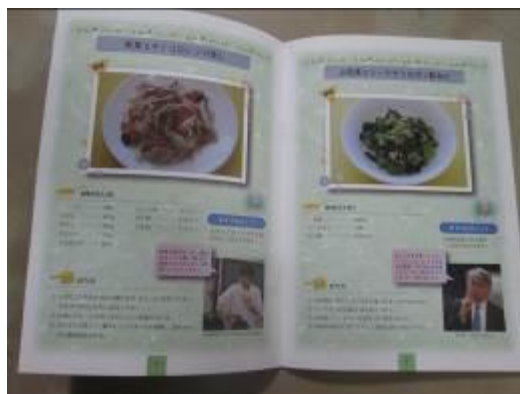
PTA主催の三谷祭では、夏野菜収穫体験で収穫したとうもろこしをゆで、また、北海道天塩漁港で水揚げされた鮭で作ったあら汁を味わっていただいた。



③広報物

本校の取組を知っていただくため、「リーフレット」「さんやニュース」「早寝早起き朝ごはんガイドブック」「三谷小雑煮book」などを全校保護者・地域に配布し、ホームページに掲載した。

また、本校の取組は多くの新聞記事やテレビ番組でも取り上げられた。





平成二十六年十月 十日 五年… 稲刈り体験 (忍野)

皆既月食の後の秋晴れの日に移動教室で田植えをした田んぼに五月ぶりに伺うと、黄金色の田んぼに「おうこの声。風になびく稲穂、その向こうの富士山を眺めながら、しばらく静かに眺めていました。忍野村の方の話聞き、コンバインを見せてもらい、稲刈りをしました。機械と比べることもでき、改めて「農業」を考える直接体験となりました。

SSSさんやニュース 山梨県忍野村連携事業

5年 総合的な学習の時間及び学校行事 (田植えー生長観察ー稲刈りー御飯とみそ汁ー収穫祭)



平成二十六年 十月十五日 五年… 和食器給食

企業の協力で和食器による給食をいただきました。献立には忍野の米、北海道天塩の鮭ができました。支援本部や、主事さん、給食室の協力で出来る給食です。マット畳を敷いて、正座をすると背筋が伸びよい姿勢に。よく言われる「犬食い」はなくなりません。箸の持ち方もきちんとしないと、はさめません。何気ない普段の生活に気合も入りました。

SSSさんやニュース 和食器企業連携

給食指導 和食器給食