

「地域と連携しながら食生活改善を図る取組」

岡山県立津山高等学校

家庭クラブ顧問 難波 智子

1 はじめに

本校は、明治 28 年創立の津山尋常中学校と明治 36 年創立の津山高等女学校を前身とし、今年で創立 119 周年目を迎える歴史と伝統を誇る高等学校である。県北の津山市中心部に位置し、校内には、十六夜山古墳や国指定重要文化財である旧岡山県津山中学校本館、周辺には、桜の名所である鶴山公園や衆樂園などの史跡がある。そして、本校の位置する美作地域は、昨年建国 1300 年を迎え、豊かな自然に囲まれ、多彩な食文化を形成してきた地域である。

このような環境のもと、「一流を目指す人間の育成」をキャッチフレーズに、「人に先んじた気持ちの良い挨拶」「社会人として通用する端正な服装」「正しい姿勢・正しい言葉遣い」「けじめある行動」を重点目標として、生徒たちは、自主自立の生活態度を確立しながら、勉強に部活動、学校行事に主体的に取り組み、充実した学校生活を送っている。平成 24 年度に文部科学省の「スーパーサイエンスハイスクール（SSH）事業（5 年間）」の指定を受け、全校生徒を対象に、学校設定科目「十六夜プロジェクト」などの特色あるカリキュラムや各種コンテストへの参加など様々な活動を通して、グローバルな視点を持ちつつ、地域に積極的に貢献できる人材の育成に取り組んでいる。

来年 4 月には県北初となる中高一貫の県立中学校を本校に開校するため、現在、教育内容の充実や環境整備など、開校に向けた準備を進めている。

2 本校生徒の実態

現在各学年に普通科 6 クラス、理数科 1 クラス、3 学年で合計 21 クラス、836 名の生徒が在籍し、生徒のほとんどは、大学へ進学し、その約 6 割が国公立大学への進学をしている。

毎年、本校 1 年生全員を対象に、食生活などについてアンケートを実施している。その中で、身体がだるい、疲れているなど、体調不良を訴える生徒も多く、健康に対する意識が低い。また、朝食欠食、偏食や間食の習慣のある生徒、食事のバランスに偏りのある生徒も少なくない。さらに、生活体験の乏しい生徒も多く、包丁が使えないなど、調理技術の基本的なことができない生徒も目立っている。

また、社会情勢がめまぐるしく変化する中、和食中心の日本型食生活から、洋風化した食生活へと変化してきている。さらに、「昔から伝わってきている郷土の味、家庭で古くから作られてきた行事食など、伝承が途絶えているのではないかと感じるものがたびたびある。例えば、「美作地域の郷土料理は？」「お正月のおせちはどんな食材？」とたずねてもはっきりと答えが返らない。地元の郷土料理や地元の特産物、旬の農産物についても関心が低い現状が見られる。

勉強だけでなく、食育活動や地域との交流など家庭クラブ活動を通して、自分自身の生活、家庭、地域に関心を持ち、それらの充実向上を目指して、意欲的に取り組める姿勢を育成し、自ら学び、自ら考える問題解能力の向上を図りたいと考える。

3 本校の家庭クラブ活動について

(1)組織・活動時間

家庭基礎 2 単位を学ぶ 1 年生全員が家庭クラブ員であり、ホームルーム役員選出の際に、1 年生各クラスより、役員を 2 名から 4 名決定する。その役員の中から、家庭クラブ会長、副会長、書記、会計を決定し、役員会のメンバーを中心として、様々な活動の企画・計画を行う。

活動は、平日の放課後が基本であるが、保育園訪問や食育料理講習会など時間のかかる活動は、土曜日の補習後の午後、長期休業中や終業式後に実施される特別補習中

の午後を活動時間に当てている。

また、本校の家庭クラブ会費は、1年入学時に1人あたり250円を集金し、そのうち120円を家庭クラブ連盟に納入し、残り130円を家庭クラブの活動費としている。

(2)年間活動

4月	役員選出、行事計画
6月	エコフェスタ津山への参加（食育展示、食育ボランティア活動） 食品科学講演会、食品科学実技講習会「発酵食品づくり」
7月	子ども祭りへの参加、保育園・幼稚園への食育ボランティア活動 食育実技講習会「米粉を活用した料理」
8月	保育園・幼稚園への食育ボランティア活動 食育教材研究、レシピ研究、子ども支援バック作り
9月	文化祭での展示、十六夜カレー食堂、各種レシピ応募
10月	備前美作支部家庭クラブ研究発表
11月	岡山県家庭クラブ研究発表大会
12月	食育実技講習会、子ども支援バック作り 保育園・幼稚園への食育ボランティア活動
1月	リンゴ皮むきコンクール
3月	卒業生へのフラワーアレンジメント、反省会 保育園・幼稚園への食育ボランティア活動

*年間を通して、役員会、スクールプロジェクトを実施。

4 具体的な実践活動について

(1)家庭基礎の授業内での実施

- ・食生活実態などのアンケートを実施し、自分の食生活の問題に気づかせ、それをホームプロジェクトとして、夏休みの課題とし、2学期の最初の授業でグループ発表、クラス発表。
- ・美作地域の食文化、特産物などを見直し、家族や地域で聞き取り調査をし、「受け継ぎたい味」「未来に伝えたい味」についてまとめ、授業で発表、文化祭で展示。
- ・家庭クラブで製作した「食育教材」など活用し、読み聞かせ等、保育園・幼稚園の子ども達との触れ合い体験を実施。
- ・りんごの皮むきコンクール

(2)校内各種委員会との連携

- ・環境美化委員会との連携・・・花いっぱい運動など
- ・保健委員会との連携・・・養護教諭と相談し、本校生徒の実態に即した食育活動を保健委員会と連携して実施。
（貧血予防講習会や脂質異常対策講習会、文化祭での食育SAT・食育展示など）

(3)地域社会との連携

- ・保健所の管理栄養士や地域の栄養委員による食育講習会の実施。
- ・大学の先生による講演や食育実技講習会。
「微生物と食品のかかわりについて」
- ・インターンシップの大学生による食育講習会。（高校生の朝食献立）
- ・美作県民局との連携
「米粉普及活動」・・・岡山県美作県民局米粉サポーターによる食育実技講習会

の実施。

「食育紙芝居」・・・食料自給率向上を啓発するため米消費拡大、地産地消、米粉消費拡大、地域の郷土料理などを幼児等にもわかりやすく説明する教材として製作。地域に貸し出しができるよう印刷製本し、「食育紙芝居」として地域へ無料での貸し出しの実施。

「食育かるた」・・・食事のマナーや遊びながら地域の特産物を理解してもらえようように「食育かるた」を製作し、美作地域の小学校、幼稚園、保育園、特別支援学校すべてに配布。これを使つての食育ボランティアの実施。

「食育ソング」・・・生徒が作詞・作曲・振付を行い、CD作製、地域へ配布。

・企業との連携

「商品開発」・・・美作建国 1300 年記念「高校生大学生の商品開発プログラム」で地域の特産物を活用したレシピを提案し、企業と連携しながら商品開発。

「実技講習会」・・・地元の専門家を招聘し、味噌や甘酒、塩麴など発酵食品づくりについて、食品科学実技講習会を実施。

「レシピ応募」・・・地元の特産物を利用したレシピを研究し、応募。

・保育園・幼稚園との連携・・・避難訓練補助ボランティア、絵本の読み聞かせ、津山高校オリジナル食育教材を活用し、食育ボランティア活動を実施。今年の夏休みには、1 年生 200 人以上の生徒が、地域の保育園・幼稚園など、約 20 の園へ訪問し活動中。

・地域でのイベントへの出展・・・エコフェスタなどにおいて、地域の子どもたちへの食育活動を継続的に実施。「食育紙芝居」「食育かるた」「食育ソング」の紹介、食育塗り絵などで、地域の子供たちとの触れ合い活動実施。

5 まとめと今後の課題

本校が位置する豊かな自然に囲まれた美作地域は、昨年、建国 1300 年を迎え、山の幸、出雲街道などで運ばれる海の幸に恵まれ、多様な食文化を形成してきている。

美作地域を「食」を通じて振りかえり、食生活のアンケートや校内レシピコンテスト、食育教材の開発、地域の子どもたちへの食育ボランティアなど様々な活動を通じて、食生活の重要性を認識し、自分自身の食生活について問題点を改善していこうという意識が高まり、美作の食文化について改めて知ることができたようである。

そして、我が国の食料自給率の低さ、中山間地域の抱える課題、耕作放棄地の問題、農業従事者の高齢化、地産地消の大切さなど食に関する問題についても考えるきっかけとなった。祖父母や両親など家族や地域の方々から、食にまつわる思い出を聞き取り、学び、私たちの新しい食文化も加えながら、次の世代に伝えていくとも大切なのではないかと考える。

今後も食育教材などを開発し、活用しながら美作地域の食文化、食と共に育まれてきた家族の絆、地域の絆、思いやりの心を見直し、継続的な活動をしていきたいと考える。

<食育紙芝居でふれ合い活動(幼稚園にて)>

