

## 輪島市立輪島中学校

輪島市立輪島中学校（小川 正校長、生徒数 440 名、14 学級）は、「平成 27 年度 文部科学省『スーパー食育スクール事業』推進指定校」として、研究主題“「つなぐプロジェクト～豊かな心と健康な一生～」—輪島の里山里海の恵みに感謝する心の育成—”のもと、実践を行っています。

以下、その取組を紹介します。

### 1 主題設定の理由

平成 26 年度に 3 中学校が統合した。校区内には「伝統文化が残る地域」や「海や山の幸に恵まれた地域」があり、そこには文化・風習等の違いが見られる。また、能登の里山里海は世界農業遺産に認定されている。「食育」の推進を通して、校区内の里山と里海の恵みをつなぎ、感謝する心と生涯にわたり健康な体を維持できる子の育成を目指したい。

評価指標を向上させるための仮説

評価指標	目標値	前年度
1 食べ物への感謝の心を持っている生徒の増加	100%	97%
2 郷土料理への関心を持っている生徒の増加	80%以上	70%
3 給食は、ほとんど食べる生徒の増加	80%以上	70%
4 心と体のための食事をしようとしている生徒の増加	90%以上	80%

下記の“「つなぐ」プロジェクト”等を通して、食に関する意識調査やアンケート調査の結果から、食に対する指導、体験活動の効果を検証する。

「つなぐ」プロジェクト	評価指標
仮説 1 伝統文化をつなぐ	1・3
農業・漁業体験や地場産物を活用した学校給食により、伝統的な食文化への理解が深まり次世代へ引き継ごうという気持ちが生まれ、里山里海の恵みに感謝する心が育まれるであろう。	
仮説 2 里山と里海をつなぐ	2・3
里山・里海地域に住む生徒が、互いの地域の「食」を調べて学び合うことで、地元の行事食や郷土料理などの食文化に興味・関心を持つであろう。	
仮説 3 世代をつなぐ	1～4
<ul style="list-style-type: none"> <li>・高齢者と自分たちが食べている食事内容を比較・理解することにより、健康な心身の維持・増進に必要な栄養バランスを基本とする食生活をしようと思うであろう。</li> <li>・高校生との交流活動で、地場産物を活用した新しい味を味わい、地元の食材に興味を持ち、食べ物を大切にしようという気持ちが育まれるであろう。</li> </ul>	

### 2 実践内容

1 地場産物の給食	ねらい	・地域の食材や伝統料理を体験する。
	成果	・家庭では食べられなくなった料理を食べる体験ができた。 ・伝統食品の新しい食べ方を体験できた。
2 保護者試食会	ねらい	・学校給食の時間を知ってもらう。 [ 献立：ごはん、そうめん汁、カレーの米粉揚げ、糸寒天の ごま和え、メロン、牛乳 ]
	成果	・保護者として輪島の未来や子供たちの健康について考えた。
3 総持寺での精進料理体験	ねらい	・自己の生活を見つめ直し、心身の健康を図る。
	成果	・全てのものに感謝して、食事をいただくことが分かった。 ・和食の基礎一汁三菜は精進料理から始まったことが分かった

4 輪島塗でマイ箸作り	ねらい	・和食の食事マナーの基本である箸について知る。
	成果	・日本人として箸と箸のマナーを大切にして、これから上手に使おうと思った。
5 海女さん講演会と親子料理教室	ねらい	・輪島の新鮮でおいしい海の幸を知り、親子で料理する。 献立：サザエごはん、もぞこ汁、かぼちゃのいしる煮、金糸瓜の酢の物、えごようかん、焼きウニ
	成果	・海の幸は海女さんたちの養殖や駆除など保護・管理で維持されていることが分かった。 ・輪島の新鮮でおいしい食材で献立を工夫すると、たくさんの料理を作ることができることが分かった。 ・親子で料理を作ることの楽しさ、食べる喜びを味わうことができた。



総持寺での精進料理体験



海女さんの講演会



親子料理教室「海の幸を味わう」

6 給食献立作り	ねらい	・地場産物を調べて給食の献立を考える。
	成果	・地域にある豊富な食材を知り、栄養のバランスを考えた献立を作ることができた。
7 輪島塗のお皿ですいぜんアート	ねらい	・ALTと輪島の伝統文化の素晴らしさに触れる。
	成果	・輪島の郷土料理には、食器に塗り物を使い、センスの良い芸術的な料理があることが分かる。



すいぜんアートを盛り付けた御膳



すいぜんアートに取り組む



すいぜんアートを盛り付けた御膳

8 米作り	ねらい	・昔の人の米作りの知恵や自然・田の神様への畏敬の念を知る
	成果	・日本人の主食である米の重要性が分かる。



千枚田



田植え



稲架がけ

9 災害時の非常食作り	ねらい	・地域に伝わる保存食を知る。
	成果	・保存食は災害時の非常食になり、中学生として災害時には役に立とうと思う。
10 輪島風おかし作り	ねらい	・輪島の食材を使っておかしを作る。

	成 果	・高校生と交流して、地域食材を知り、おかしを作ることができた。
11 和菓子教室	ねらい	・伝統のお菓子の水ようかんについて知る。 ・講師：杉平淳一氏（「御菓子司 杉平」店主）
	成 果	・地域の伝統と昔からの食材（小豆）の効力が分かった。



完成した非常食



先輩高校生から開発したクッキーを教わる





調べ学習のまとめ

12 食育講演会 「古くて新しい調味料いしる」	ねらい	・いしるや発酵食品を通して、昔の人の知恵を知る。 ・講師：榎本俊樹氏（石川県立大学食品科学科教授）
	成 果	・昔の人の知恵を知り、新しい使い方を後生に伝えようと考えた。
13 スーパー食育スクール公開 研究発表会		・学校関係者だけでなく一般市民にも参加を呼びかけて、地域で食育を考える機会とする。 ・公開研究発表会 公開授業 全体会〈研究の概要説明 パネルディスカッション〉

### 3 公開研究発表会

#### (1) 公開授業

◆学 級	1年2組
◆単 元 名	世界から見た日本の自然環境 「自然災害と食の確保への取り組み」（6／7時間）
◆食育の視点	・災害時における伝統的な保存食の重要性を理解し、伝統的な食に対する尊敬の心をもつ（食文化） ・災害時の献立を考える際、自分以外の他者（子供、高齢者）に配慮する（社会性）
◆本時の学習	<p>○小单元名 自然災害と防災への取り組み</p> <p>○ねらい 災害時における食の確保と保存食の重要性について考えようとする</p> <p>○評価規準 災害時における食の確保と保存食の重要性について考え、まとめた結果を表現している</p> <p>○展 開</p> <p><b>〈課 題〉 地域に昔からある保存食は災害時にどのように使えるだろうか。</b></p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>場面設定</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・自宅で被災</li> <li>・5人家族（祖母、父、母、本人、幼児）</li> <li>・父母は仕事場から帰宅できず</li> <li>・停電と断水が発生し、道路は寸断され物資は不通</li> <li>・家庭に多少の防災備蓄あり</li> </ul> </div> <p>※個人で考える ↓ ※グループで考える ↓ ※グループ毎に発表する</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div> <p><b>〈まとめ〉 地域に昔からある保存食は災害時に非常食の有効な食材の一つとして使える</b></p>

## (2) パネルディスカッション

〈テーマ〉「輪島の魅力～輪島の里山里海の恵みに感謝する～」

〈パネリスト〉

堂前助之新氏（白米千枚田愛耕会代表）

石井 至氏（J F 漁協輪島支所加工流通課課長）

村井 宏治氏（LA CUCINA ITALIANA AIUTO オーナーシェフ）

塩山 誠司氏（俳優 「まれ」 輪島塗職人役）

〈コーディネーター〉 道島 裕子氏（輪島市立輪島中学校栄養教諭）



## 4 調査結果による評価指標の達成状況

評価指標	前年度	目標値	12月時	保護者
1 食べ物への感謝の心を持っている生徒の増加	97%	100%	98.4%	99.2%
2 郷土料理への関心を持っている生徒の増加	70%	80%以上	73.1%	90.8%
3 給食は、ほとんど食べる生徒の増加	70%	80%以上	74.8%	
4 心と体のための食事をしようとしている生徒の増加	80%	90%以上	97.4%	100%

## 5 成果と課題

### 成果

- 風土を学習することにより、生産者や関係者への感謝の気持ちの醸成、残食減少や食物を大切にする生徒増につながった
- 「総持寺」の学習を通して、自己の生活の見直し、食事への感謝の念を持つ生徒が増えた。
- 地域の伝統文化の学習を通して、先人たちの思いを知り、食文化への理解が深まった。
- 食育の学習を通して、健康的な生活を送り、有用な食品を選択できる自己管理能力の育成につながった。
- 非常食に関する授業や非常食作りを通して、災害時での対処法や家庭での実践につなげることができた。
- 部活動では共助の精神を養うとともに、今後柔軟に研究を進めていくことができる。
- 食育通信やホームページで食育の様子を知らせることで、家庭での食育への意識が高まった。

### 課題

#### 1 家庭での生活習慣の健全化の必要性

- 夜型生活により起床時間が遅く、朝食が充実しない家庭がある。
- 保護者の4割が「子供の偏食への不安」、3割が「睡眠不足への心配」がある。
- 主食のみの朝食の家庭では、郷土食や行事食への興味・関心が低い傾向にあった。
- 保護者の食への関心が高まった。しかし、家庭での食育は必要だが、時間や知識がないなど、家庭での実践が難しいと感じている（5割）。更に学校からの情報提供が必要。
- 輪島が好きな生徒ほど毎日の朝食摂取率が高い傾向にあるため、輪島の良さを認識させる取組が必要。

#### 2 自己管理能力の育成

- 食べる量や栄養バランスを踏まえた食生活ができていない生徒が見られる。
- 地域の産物、食文化、歴史について学んでいるが、まだ十分ではない。地域と連携して食育推進し、生徒の心身の発達を促したい。