

なかがわむら子育て5ヶ条【長野県】

■団体の名称

中川村立中川中学校

■連携している団体

保育園・小学校・中学校・公民館・図書館・PTA・行政（教育委員会・保健福祉課）・その他

■背景・ねらい

平成24年2月に「中川村子ども育成推進協議会」が制定した「なかがわむら子育て5ヶ条」がある。その1項目に「早寝 早起き 朝ごはん 生活リズムは 生きる力」を掲げている。村では、子どもの育成の重点の1つを「食育」としている。そのことを踏まえ、中学校では、「生活リズムや食事の大切さ」を、技術・家庭科や特別活動等の時間に、教科担任や学級担任が栄養教諭と共に指導している。子どもたちの健やかな成長のため、「運動・食事・睡眠」の調和のとれた生活習慣が大切であり、その定着に向け、地域と共に、子どもが主体的に「生活習慣」を整える資質能力の育成をねがい活動を推進している。

■活動内容

- 技術・家庭科**：3年間のカリキュラムに食事に関わる学習を位置づけ、生活リズムや朝食の必要性・栄養バランスの整った食事に関する知識・技能等実践的に学んでいる。
- 学級活動**：お弁当の日（年2回10・12月小中同日実施）に向けての食育の実施。生徒が献立を考え自宅でお弁当を手作りして学校へ持参し、給食の時間に食べ、互いの弁当を見合ったり、調理のエピソードを伝え合ったり、食への関心・日頃作ってもらう方への感謝の思いを高めている。
- 学級活動**：長期休業の前に、生活リズムが崩れないよう、自宅での過ごし方を見通せる計画を立て個人面談等で必要な生徒へ担任から声がけを行っている。
- 保健委員会**：全校生徒へ「生活アンケート」を実施し、その結果を踏まえ生活リズムや食事への意識を高めるように生徒集会等実施し啓発活動を行っている。
- 給食委員会**：お弁当の日に向け、献立作成のポイントや意欲向上をねらいとした生徒集会等実施している。
- 栄養教諭**：中学校に在籍し、日々食育を推進。季節や行事にあわせ、パワーポイントを作成し「何をどう食べるか」等生徒へ伝えている。
- 地産地消コーディネーター**：給食センターのコーディネーターとおいしい野菜とどけ隊（給食食材生産者の会）等と連携し、食に関する情報（食材の生産者や村内の食に関わる産業紹介等）を掲示している。
- 村教育委員会主催給食委員会（職員）**：年に2回小中学校の食育担当・PTA代表者・学校管理職等で給食についてや、村全体の食育推進について協議している。

学校HP <https://sites.google.com/nakagawa.school/jhs>

■成果

子ども自身が「早寝 早起き 朝ごはん」を意識し、生活リズムを整えることの大切さを理解し実践している。

【全国学力学習状況調査】生徒質問項目「朝食を毎日食べていますか」の質問に「はい」と回答した生徒の割合
H29年度：82.1% → R3年度:89.1% → R4年度92.9%

