

食育を支える栄養教諭の役割に関する一考察

橋本 健夫* 小川 理沙** 太田美也子***

(平成 21 年 10 月 30 日受理)

A Study on The Roles of Nutrition Teachers in School Education

Tateo HASHIMOTO * Risa OGAWA ** Miyako OTA ***

(Received October 30, 2009)

Summary

The importance of nutrition education in school education is strongly pointed out because of many dietary problems. In 2005, nutrition teacher system was established, and the teacher aimed to improve child fitness and promoting health by forging desirable eating habits. We investigated the amount of leftover in school provided-lunch and the situation of nutrition teacher in school. In the first case, the result revealed that although vegetable meals tended to be left, approach by nutrition staff could improve it. In the second case, the nutrition teacher taught not only nutrition of school lunch but also subjects to maximize the effect of nutrition education. Nutrition teacher tried to teach children about nutrition through multidisciplinary activity. Furthermore, nutrition teacher played important role of regional alliances. Nutrition teachers begin to acquire new role "galvanizing community" by enhancing these current challenges of nutrition education.

要 約

食に関する様々な問題を背景に、学校教育における食育の推進が強く指摘されている。平成 17 年には栄養教諭制度が導入され、栄養教諭は児童・生徒の食育の指導を担う教育職員として位置づけられた。学校教育における栄養教諭の在り方を考えるために、給食の残食率調査と学校での栄養教諭の役割についての聞きとり調査を行った。前者では、野菜を使用した食物の残食が高いことや栄養職員が子どもたちに働きかけることによって残食が少なくなる可能性があることがわかった。後者においては、栄養教諭は給食指導のみならず教科指導にも参加し、学習効果を高める努力をしていることが明らかになった。さらに、彼らは地域社会の活動にも積極的に参加しようとしていた。これらから、児童・生徒にとって身近な食育の実現や地域社会との連携による家庭や地域での食育の充実によって、学校教育の活性化のみならず地域の活性化への貢献という新しい栄養教諭の役割が浮かび上がった。

*長崎大学教育学部 **長崎市立脇岬小学校 ***名護市立大宮小学校

はじめに

「食」を大切にできる心の欠如や、栄養バランスの偏った食事、不規則な食生活、肥満や糖尿病などの生活習慣病の増加といった児童・生徒の実態、そして、過度の痩身志向や「食」の安全上の問題、食材の海外依存、さらには伝統ある日本古来の食文化の喪失など、「食」を巡る様々な問題点が指摘されている^①。子どもたちの間では、朝食の欠食や孤食といった食生活の乱れがどの学校でも見られ、肥満傾向児の増加や生活習慣病の低年齢化なども顕著になっている。この改善にあたって鍵を握るのは学校教育における食育である。

平成16年1月、中央教育審議会は「食に関する指導体制の整備について」の答申を行った^②。この中では、「子どもが将来にわたって健康に生活していけるようにするためには食に関する指導を充実し、望ましい食習慣の形成を促すことが極めて重要である。」との指摘を行っている。次いで、平成17年6月には「食育基本法」が制定された^③。この目的は、国民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育むことができるよう、食育を総合的かつ計画的に推進することにある。ここでは「食育」は、次の2点にまとめられている。

- ① 生きるうえでの基本であって、知育・徳育および体育の基礎となるべきもの
- ② 様々な体験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てること

この方針を実現するために、平成17年度から、学校教育に食育の充実を目的とした栄養教諭制度が導入された。栄養教諭は、教育に関する資質と栄養に関する専門性を併せ持つ職員として、食に関する指導と学校給食の管理という両面を一体的に行うという役割を与えられた。年々、栄養教諭の配置が全国的に広がっていくが、彼らの現在の状況を把握し、その分析を行うことによって、これからの栄養教諭の役割を考察できるのではないかと考え、給食の残食状況の調査と栄養教諭に対する面接調査を行うことにした。

I 食育と学校教育

1 食育の定義

平成17年6月10日、第162回国会において「食育基本法」が成立し、同年7月15日から実施された。この法律が制定された目的は、国民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育むために、食育を総合的、計画的に推進することである^④。

何故、食育が近年重要視されてきたのであろうか。日本人の食生活は戦後、急速に欧米化した。1970年代にはファーストフード店、ファミリーレストラン、コンビニエンスストアなどが相次いで開店し、「食の外部化」が進んでいった。1980年代頃から食のあり方が問題となり、1985年農政審議会の日本型食生活の提言もあって、いわゆる食育・食農教育の地域活動が広がった。そして、最近では広い意味での「食育」が定着しつつある。

食を食べることは、人間が生きていく上で欠かせないものであるとともに、子どもたちにとっては、健全な心身を培い、豊かな人間性をはぐくむために不可欠のものである。この意味で、学校教育において食育は、教育の三本柱である知育・徳育・体育の基本となるべきものと位置付けられたのである^⑤。

この食育を通して、子ども達は、生活のリズムとして規則正しく食事を摂ること、栄養面でバランスがとれていること、安全であること、無駄な食べ残しや廃棄をしないこと、

食卓を囲んで家族が一緒に食事することの重要性を理解することになる⁽⁶⁾。

2 食育基本法制定の背景

近年における国民の食生活の環境が大きく変化し、栄養バランスの偏り、不規則な食生活、糖尿病などの生活習慣病の増加などの問題が生じている⁽⁷⁾。

○栄養の偏り

昭和50年代半ばには、米を主食とし、水産物、畜産物、野菜などの多種多様な副食から構成され栄養バランスに優れた「日本型食生活」が中心であった。しかし、近年、脂質の過剰摂取や野菜の摂取不足などの栄養の偏りが指摘されるようになった。

特に野菜の摂取量は、1日に350g以上摂ることを目標とされているが、平成19年度の厚生労働省による国民健康・栄養調査の結果を見ると、野菜摂取量の平均値は290gであり、目標値には達していない。摂取量としては、年齢が高いほど多い傾向にあるが、最も摂取量の多い60歳代であっても目標とする野菜摂取量の350gには達しておらず330g程度に留まっているのが現状である。また、朝食をとっている者のうち、野菜を350g以上摂取している者は約3割、朝食をとっていない者で野菜を350g以上摂取している者は2割未満に留まっていることも明らかになっている⁽¹⁰⁾。

○不規則な食事

朝食の欠食に代表されるような、いわゆる不規則な食事が、近年目立つようになってきた。朝食の欠食率については、厚生労働省の調査によると、男女ともに20、30歳代が高くなっており、全体的に年々増加傾向にある。

○肥満と過度の痩身

近年では、子どもを含めて肥満の増加傾向が見られる。特に、男性の肥満者の割合は年々高くなっており、全体の3割以上にもなっている。一方で、特に若い女性を中心に、過度の痩身志向により低体重の割合が高くなる傾向も見られる。

○生活習慣病の増加

生活習慣病も増加している。前述したように、肥満の割合が高くなっているが、糖尿病もその傾向にある。

厚生労働省の調査によれば、2210万人が糖尿病に関して、「強く疑われる」と「可能性が否定できない」にあてはまる。そして、その割合も年々増加している。

○海外への依存の問題

わが国の食料自給率は世界の先進国の中で最低の水準であり、食を大きく海外に依存している。農林水産省の食料需給率の調査においては、わが国の食料自給率は、近年では40%で推移しているものの、長期的には食料自給率の低下傾向が続いている。中でも、豆類や小麦などは自給率が低い状態である⁽¹¹⁾。

この他、食品の安全性などの問題や、地域の多様で豊かな味覚や文化の香りあふれる日本の「食文化」が失われる危機にあることも問題が生じてきている。例えば、食べることに喜びを見いだせない子ども、食事による充実感・満足感を感じられない子どもたちも増えてきている。食べ過ぎによる肥満や生活習慣病のリスク増大が指摘される一方で、太りたくないや栄養失調に陥る子どもも少なくはない。こうした問題を解決し、食を通して子どもたちの豊かな生活を実現するのが食育である⁽⁸⁾。

II 学校給食における子ども達の現状

1 小学校での給食残食調査

学校給食は教育の一環として位置付けられており、学校給食は「生きた教材」と言われている。食育の推進が求められている現在、学校給食が食育に果たす役割は大きい。そこで、給食の残食率から学校栄養職員等の役割を考えることにした。

1) 調査対象

長崎県Z郡内の近隣の小学校5校

2) 調査期間

平成20年9月～11月

3) 調査方法

各小学校にある給食日誌や給食の記録から残食調査を行った。

4) 調査結果

(1) 対象校の児童数及び給食方式

調査を行った小学校5校の児童数及び給食方式、そして栄養職員等の配置は、表1として示す。

表1 調査対象校の児童数及び給食方式

小学校	全校児童数	給食方式	学校栄養職員等
A校	673名	単独	1名の学校栄養職員(A校配置)
B校	473名	単独	
C校	326名	単独	1名の学校栄養職員(C校配置)
D校	292名	単独	
E校	1078名	共同調理	1名の栄養教諭(3中学校との併任)

(2) 調理形態別の残食率

3ヶ月分の残食重量をそれぞれの全体重量に対する割合にして、調理形態毎に分類したものが表2であり、それを図にしたものが図1である。調理形態は、ご飯・麺類、煮物、汁物、和え物、炒め物、焼き物(ハンバーグなど)、揚げ物、野菜・サラダ類、デザート(みかんなど果物も含む)の9種類に分類できる。これらを調理形態毎に残食率の多い順に示したものが図2となる。

表2 調理形態別の残食率

調理形態	A校	B校	C校	D校	E校	全体
ごはん・麺	1.5%	4.1%	4.1%	3.9%	4.3%	3.6%
煮物	2.5%	3.6%	2.8%	2.7%	5.1%	3.3%
汁物	1.6%	3.0%	2.9%	2.4%	4.7%	2.9%
和え物	2.6%	5.7%	3.7%	4.8%	5.2%	4.4%
炒め物	1.3%	2.9%	4.4%	1.5%	2.6%	2.5%
焼き物	0.8%	2.0%	1.5%	2.0%	2.0%	1.7%
揚げ物	0.6%	1.7%	0.3%	0.4%	1.9%	1.0%
野菜・サラダ類	1.7%	4.4%	3.5%	3.6%	2.9%	3.2%
デザート	0.4%	1.0%	0.6%	0.7%	0.8%	0.7%

■ : 各学校での残食率上位3種

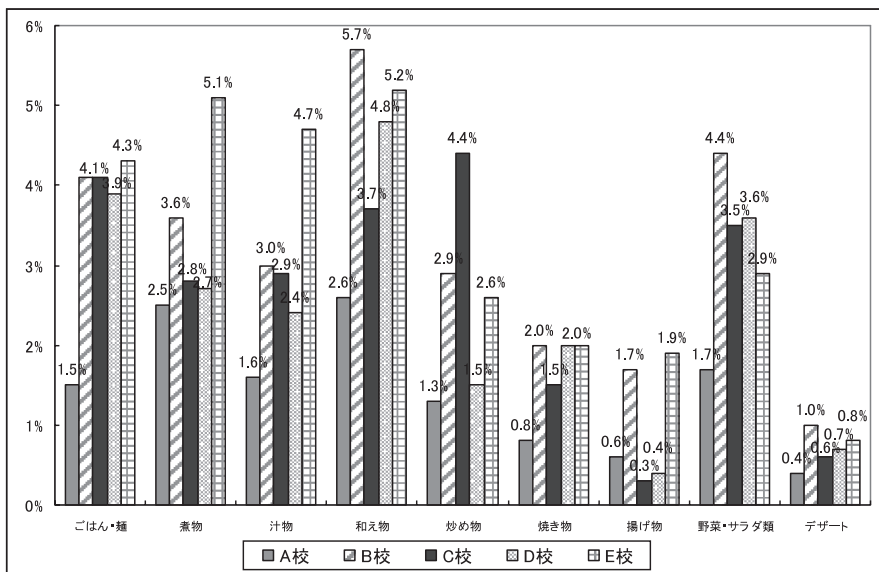


図1 調理形態別の残食率 (学校別)

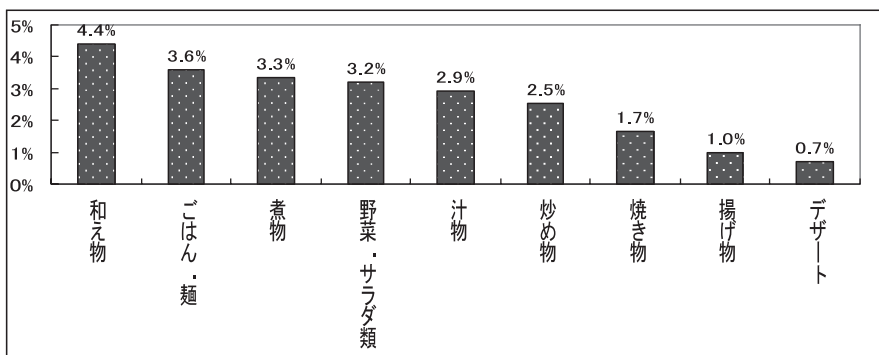


図2 調理形態別の残食率

このように、学校ごとに多少のばらつきはあるものの、全体的に和え物、ごはん・麺類、煮物、野菜・サラダ類の残食が多くなっている。特に、和え物については、どの学校においても残食率の上位3位以内に入っており、児童にとって苦手な食べ物となっている。ごはん・麺類に関しては、児童の意見から推測すると、「ご飯が嫌い」や、「ご飯の量が多い」という理由の他に、「ごはんと牛乳との組み合わせ」がその原因となっている。また、残食率の高い和え物、煮物、野菜・サラダ類に関して共通していることは、野菜を多く使用していることである。これは、児童達にとって、野菜類が苦手であることを示している。

(3) 栄養教諭・学校栄養職員配置の有無による残食率の違い

各学校における栄養教諭や学校栄養職員配置の有無による残食率の違いを調べるために、3ヶ月間の残食の平均を学校ごとにまとめた。その結果を表したものが表3と図3である。

表3 学校別3ヶ月間の残食率の平均

学校	残食率
A校	1.6%
B校	3.3%
C校	2.9%
D校	2.8%
E校	3.3%

○ : 栄養教諭又は
学校栄養職員が配置

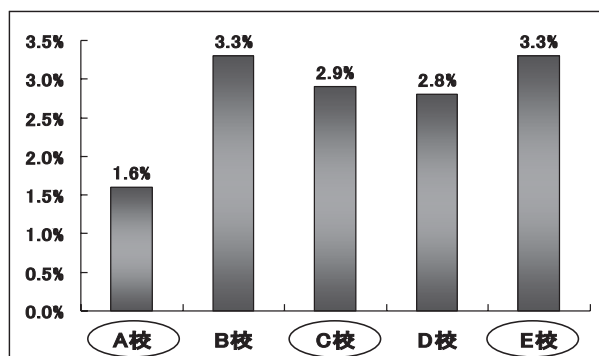


図3 学校別3ヶ月間の残食率の平均

この残食率の調査結果からは、栄養教諭や学校栄養職員の配置状況と残食率に関しては明確な相関は見られなかった。しかし、A校においては残食率が他校の1/2になっている。そこで、各校における栄養教諭や学校栄養職員が果たしている役割についても調査を行った。

(4) 栄養教諭及び学校栄養職員と給食指導の関わり

残食調査を行った学校に在籍している栄養教諭や学校栄養職員が実際にどのような取り組みを行っているのかに関して、彼らを対象とした聞き取り調査を行った。その結果は次のようになる。

A校…ほぼ毎日、栄養職員が給食の指導に入る。

B校…A校との併任のため、栄養職員がA校に時間がとられ十分に指導できていない。

C校…週に3～4回、栄養職員が給食の指導に入る。

D校…C校との併任のため、週に1～2回、栄養職員が給食の指導に入る。

E校…栄養教諭が指導に入るが、大規模校であることや、E校以外にも中学校3校も担当しているため、指導がなかなか行き届かない。

このように、学校栄養職員や栄養教諭にとって、併任の関係もあり、各校それぞれに対して十分な指導ができていない現状が浮かび上がる。この中で、ほぼ毎日指導に入り、調査校の中で最も残食率の低かったA校の学校栄養職員の果たしている役割を述べる。

① 給食の時間

- ・各教室を回り、食事マナーについての指導や、児童達とのコミュニケーションをとる。
- ・好き嫌いが激しい児童へは、一口でも食べることができるよう相談等による。
- ・旬のものを給食に使用しているときは、実物や写真を見せたり、その花なども見せたりして、食品への興味を持てるよう工夫する。

② 授業への参加・協力

- ・家庭科や保健の授業に、T・Tとして授業に入り、専門的な知識を活かした指導を行う。
- ・その他の教科では、例えば1年生の国語で『大きなかぶ』の学習の際には、かぶがどのようなものかを教えるなど、教科学習への動機づけを支援する。

このように、児童とのコミュニケーションを深め、食べることの大切さを伝えている。これをみると、給食以外の時間での指導が残食率を低くしている可能性がある。また、配置校でこのような役割を果たすことは容易であるが、兼務しているB校ではその時間が十分にとれないという。この差がA校、B校の残食率の差となっているのかも知れない。

III 栄養教諭の役割

平成17年度から導入された栄養教諭は、教育に関する資質と栄養に関する専門性を併せ持つ職員として、学校給食を生きた教材として効果的な指導を行うことが期待されている。その職務としては、前述したように食に関する指導と、学校給食の管理である。平成17年に導入されて以降、全国における栄養教諭の配置数は年々増加している。そこで、栄養教諭が配置されている8小学校において、彼らがどのような取り組みを行い、役割を果たしているのかを調査した。

1) 調査対象

栄養教諭が配置されている長崎市内小学校8校

2) 調査期間

平成20年11月～12月

3) 調査方法

栄養教諭へのアンケート調査及び聞き取り調査

4) 調査結果

(1) 調査対象校の児童数及び給食方式

調査を行った小学校8校の児童数及び給食調理方式は、表4として示す。

表4 調査対象校の児童数及び給食調理方式

小学校	F校	G校	H校	I校	J校	K校	L校	M校
児童数(人)	792	539	641	521	448	1079	105	482
調理方式	単独	単独	単独	単独	単独	共同	共同	共同

※単独：学校毎に給食を調理する 共同：数校分の給食を調理する

(2) 栄養教諭の活動

これらの小学校での、栄養教諭の教育活動は、次の通りである。

① 「年間指導計画」の作成

全調査校において栄養教諭が中心となって「食に関する指導」を効果的に行うための年間指導計画が作成されている。このための準備として、すべての栄養教諭が、県や市が行うアンケート調査や児童との関わりなどから、児童の実態把握や課題分析を行い、年間指導計画の作成を行うとともにアレルギーや偏食傾向などの個別的な指導や相談なども行っている。

② 教科指導等における食に関する指導の実施

栄養教諭の職務の1つである食に関する指導は、どの学校においてもまずは学校給食を中心として行われている。さらに、積極的に教科指導にも加わり、給食を例に挙げて説得力のある指導・説明を行っている。これは、児童にとって最も身近な食の実践の場である給食指導と教科指導を関連づけることができ、給食指導、教科指導の両方で効果的であるとのことであった。このような教科との連携をL校を例にとりまとめると、図4となる。

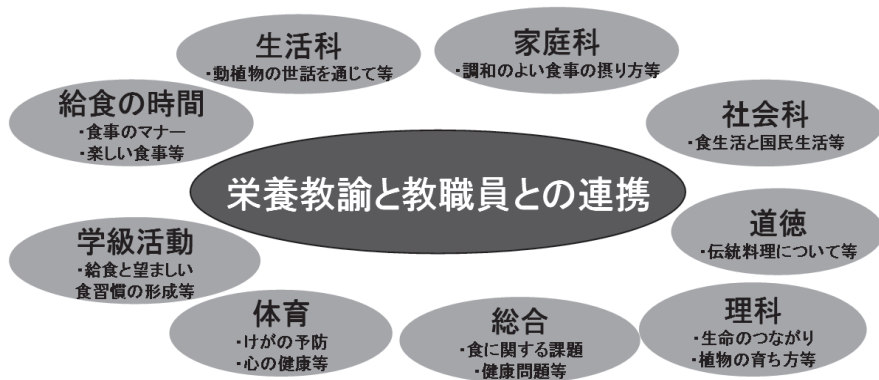


図4 L校における食に関する指導例

図4に示すように、L校においては学校教育全体を通して「食に関する指導」が実施されている。従って、各教科指導においても、学校給食との連携を図れるように配慮がなされている。そして、これらを実現するためには、栄養教諭と全教員との連携が不可欠となっている。この両者の連携が教育活動の様々な場面で生かされ、効果を上げている。

③ 地域や家庭との連携

栄養教諭は、学校以外の地域や保護者との連携にもとづく活動も積極的に行

っている。この様子を示したのが、表5である。

表5 地域との連携内容

連 携 項 目	学 校								
	F 校	G 校	H 校	I 校	J 校	K 校	L 校	M 校	
講演	○			○					
交流給食	○			○					
野菜・お米作り等の活動		○				○	○		
地域の野菜を用いた給食	○		○		○		○	○	
食育(給食)だより	○	○	○	○	○	○	○	○	

地域との連携については、多くの学校において「地産地消」を積極的に取り込み、給食に生かそうとしている。さらに、講演会を開くなど、地域との交流にも力を入れている。これは、地域とのつながりから、児童・生徒への食育を活性化しようとするものである。

また、保護者との連携については、全ての学校において、学校保健委員会や給食試食会に保護者を加えるとともに、食育(給食)だよりなどを通して、積極的に家庭と連携を行っている。これは、家庭から食育の重要性を認識してもらおうという試みでもある。

発足後間もない栄養教諭制度ではあるが、栄養教諭一人一人が積極的に活動し、学校教育の中で着実にその立場を強固にしつつあることが明らかになった。

VI 考 察

食育が強調される時代にはなったが、その食育を推進するための職員である学校栄養職員や栄養教諭の配置は全ての学校にはなされていない。本研究では、配置されていない学校も含めて、栄養教諭等の食育への関わりを調査した。残食率調査では、栄養職員が毎日のように子どもたちとのコミュニケーションを図っている学校においては、残食率の値が低く抑えられていた。このことは、給食指導において、彼らの役割が非常に大きいことを示している。今後、児童・生徒の心身のバランスのとれた発達を支援していくためには、栄養教諭を全ての学校に配置し、食育の充実を図ることが重要である。また、教科指導の中で栄養教諭が食文化や食物等を利用して教科学習に積極的に参加することも重要となる。

さらに、現在、学校が求められている地域との連携においても、栄養教諭は食物を通して地域の人達との輪を拡大させていた。このように、食を仲立ちとしての学校と地域社会との連携は児童・生徒育成の確かな応援団となる。このことを考えると、栄養教諭の配置によって、従来見落しがちであった食を仲立ちとしての新しい学校の機能が開拓されるのではなからうか。

この観点をもとに、栄養教諭が果たすべき役割をまとめると、図5となる。ここで示すように、食育の充実は家庭や地域社会との連携・協力が一つの大きな鍵となる。その連携を仲立ちとして栄養教諭の重要性が高まっている。学校教育の中だけでなく地域社会の生活に密着できる栄養教諭が生まれたならば、新しい学校や充実した食育の創造につながる。

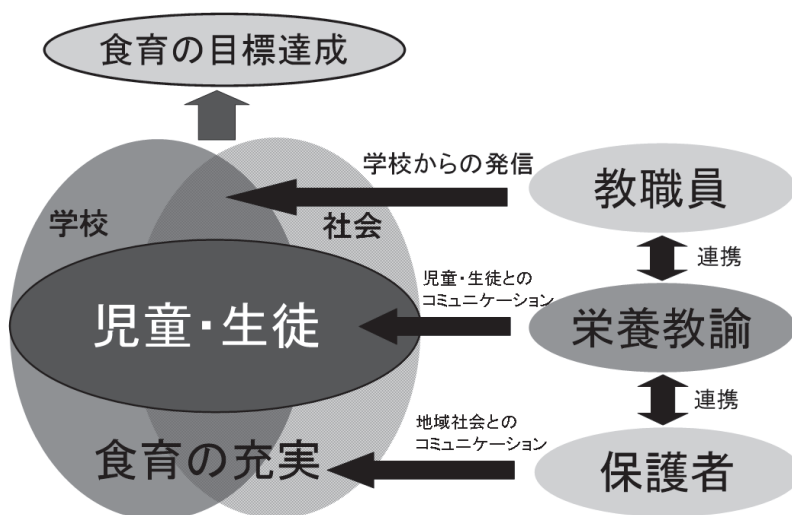


図5 食育の目標達成へ向けての栄養教諭の役割

おわりに

本研究は、給食における残食率を一つの指標として、栄養教諭の現状と役割を明らかにするとともに、栄養教諭の業務の実態を調査した。そして、学校教育における栄養教諭の役割を考えた。しかし、栄養教諭が配置されている学校が少ないため調査範囲が限定された。今後彼らの配置が増加したときに改めて調査を行い、より詳しい考察を加えたい。

参考文献

- (1) 小城武彦 『食育指導ガイドブック』 p.6～10 丸善 2007年
- (2) 文部科学省 『文部科学時報3月号』 p.40～49 ぎょうせい 2004年
- (3) 服部幸應 『服部幸應の“かしこい食育”』 p.104～105 明治図書 2007年
- (4) 食育基本法研究会 『Q&A早わかり食育基本法』 p.87 大成出版社 2006年
- (5) (4)に同じ p.7
- (6) (4)に同じ p.22
- (7) (1)に同じ p.7～12
- (8) 金子佳代子 『Let's 食育 ここがポイント』 p.2 アイ・ケイコーポレーション 2005年
- (9) (1)に同じ p.1

参考ホームページ

- (10) 厚生労働省, 国民健康・栄養調査, 2007年度
<http://www.mhlw.go.jp/houdou/2008/12/h1225-5.html>
- (11) 農林水産省, 食料需給表, 2007年度
<http://www.maff.go.jp/j/zyukyu/fbs/index.html>