

『福島県における食育の推進と児童生徒の肥満解消に向けた取り組み』

福島県教育庁 健康教育課 指導主事 遠藤幸子(学校健康教育)県北支部

福島県教育委員会では、児童生徒の健康増進を目的として、食育の推進に力を入れています。特に、本県では肥満傾向児の割合が全国平均を上回っていることから、その対策が重要な課題となっています。

○食育の推進

本県では、「ふくしまっ子食育指針」に基づき、学校における食育の推進を図っています。この指針では、自ら望ましい食生活を実践していく力「食べる力」、自然や人々との関わりの中ではぐくむ「感謝の心」、ふくしまの食文化を理解しはぐくむ「郷土愛」の3つを目標に掲げています。

○食育の推進に向けた取組

・学校給食の充実

地元の食材を積極的に活用し、栄養バランスの取れた献立を提供しています。また、給食の時間には、食材や調理法に関する説明を行い、食への興味関心を高めています。

・食に関する授業の実施

家庭科や特別活動、総合的な学習の時間等で、食に関する知識や技能を習得する授業を行っています。

・食育イベントの開催

ふくしまっ子ごはんコンテストを開催し、食の楽しさを体験する機会を提供しています。

・家庭や地域との連携

健康レシピ食育料理教室を開催し、学校と家庭が連携して食に関する取組を推進しています。

○児童生徒の肥満解消に向けた取組

本県では、肥満傾向児の増加を食い止めるため、以下の取組を進めています。

・肥満対応ガイドラインの作成

学校における肥満対応のためのガイドラインを作成し、各学校に配布しています。このガイドラインでは、肥満の原因や対策、具体的な指導方法などが示されています。

・栄養教諭の配置

栄養教諭を配置し、児童生徒の食生活の実態を把握し、個別の指導を行うなど、学校全体で組織的に食育を進めるための体制づくりを支援しています。

・運動習慣の確立

食育と並行して、運動習慣の確立にも力を入れています。体育・保健体育の授業の充実に向けた研修を行っています。

○今後の課題と展望

近年、児童生徒の食生活の多様化や、家庭における食環境の変化への対応も求められており、より一層の工夫が必要となります。

今後とも、学校、家庭、地域が連携し、子どもたちの食に関する意識を高め、健全な食生活を習慣化できるよう、食育の推進を図ってまいります。