

家庭教育力の強化を図ろう

～食べて元気に！朝ごはん！～

蒲郡市立塩津小学校PTA

1 学区及び学校の概要

本校は、蒲郡市の中央部に位置し、北は遠望峰山、南は三河湾に面した風光明媚な地域にある。塩津地区は、昭和中期まで海岸線を使って塩づくりが盛んに行われていた地区であり、学校名や校章、校歌にも塩づくりが盛り込まれている。本校では、毎年3年生が、地域の名人に教わりながら、総合的な学習の時間に塩づくり体験を行っている伝統がある。

また、全校児童431人のうち、外国にルーツをもつ児童50人、特別支援学級在籍児童23人と、個性豊かな子どもたちがダイバーシティ&インクルージョンを大切にして「ともに学び、ともに生きる」学校である。

2 研究のねらい

令和5年度の冬に行った「朝ごはん50日チャレンジ」の結果、毎日朝ごはんを食べた子どもの割合は77.4パーセントと低かった。また、体調不良で保健室を利用する子の中には、朝ごはんを食べていなかったり、パンや飲み物だけだったりする子が多くみられる。そこで、朝ごはんの大切さを伝え、食べる習慣がない子にはまず食べることからはじめ、栄養面が十分でない子はバランスよく食べられるようにするなど、レベルアップを意識できるような子どもを育てていきたいと考え、本研究に取り組んだ。

3 研究の仮説

朝ごはんの改善は、子どもへの指導に加え、保護者と連携することが大切であると考え。そこで、PTAが主体となって、保護者が子どもと一緒に朝ごはんの大切さを学ぶ場を設ければ、保護者は食に対する意識を高め、子どもの食生活が改善していくであろうと考える。

4 研究の方法

毎年6月の授業参観に行っている学校保健委員会で「朝ごはん」をテーマに取りあげる。保護者の参加意識を高めるためにPTAが主体になって準備を進める。朝ごはんの大切さへの意識が高まったところで全校（全家庭）に「我が家のおすすめ朝ごはん」を募集する。応募作品を掲示板にて紹介し、子どもや保護者が「食べてみたくなる、作ってみたくなる」環境をつくる。

5 研究の実践

（1）PTA 保健部主体の学校保健委員会

6月20日（木）に蒲郡市民病院の管理栄養士を講師に招き学校保健委員会を開催した。「からだスイッチ」「あたまスイッチ」「おなかスイッチ」を押すことのできる食品を朝ごはんですっかり食べることが大事だということを親子で学んだ。

【保護者の感想より】

- ・以前は簡単な朝食で済ませていましたが、これではダメ!!と思い、意識して朝食を作るようになりました。まだ、足りない栄養があるので、これからもがんばって作ります!!
- ・朝ごはんの大切さを改めて感じました。スライドもわかりやすく、途中にクイズもあって楽しかったです。明日からもう一品プラスしようと思います。



【6月20日 学校保健委員会】

(2) 我が家のおすすめ朝ごはんキャンペーン

学校保健委員会終了後から7月にかけて、児童保健委員会中心に「我が家のおすすめ朝ごはんキャンペーン」を行った。食欲がない子に向けた食べやすい朝ごはん、自分でも作りやすい簡単な朝ごはん、バランスがとれたおすすめの朝ごはんなどを募集した。

多数の応募があり、それらを保健室前の「ほけんのひろば」に掲示した。通りすがりに足を止め、朝ごはんレシピに興味をもつ子どもの姿が多く見られた。

また、個人懇談や来校された際に、保護者の方も足を止め、他の家庭の朝ごはんに興味を示していた。

【保護者の声】

- ・子どもに朝ごはんメニューを応募したいとせがまれ、一緒にメニューを考えました。普段よりちょっと気合いが入りました!!親子で楽しく朝ごはんをつくり、それをレシピに書いていました。よい機会を与えていただきました。



【保健室前の掲示板 ～我が家のおすすめ朝ごはん～】

6 研究の考察

学校保健委員会をPTA 保健部と連携して開催したことで、保護者の参加が例年よりも多く、盛況であった。そのため、子どもだけでなく、保護者の意識も高めることができた。学校保健委員会で朝ごはんへの意識が高まったところに、児童保健委員会による「我が家のおすすめ朝ごはんキャンペーン」を行ったことで、各家庭での取り組みを全体へと広げることができた。

7 成果と今後の課題

7月は暑さが大変厳しく、例年は体調不良を訴える子が増える時期であるが、今年度については、養護教諭も驚くほど来室者数が落ち着いていた。これは、朝ごはんをしっかり食べて登校する子が増えた成果だと考える。

今後は、高まった朝ごはんへの意識をいかに持続させるかが課題である。問題意識をPTAと共有し、課題の解決策や新しい取り組みをPTAとともに考えながら、子どもたちのためにがんばっていききたい。

最後に、応募作品の中には「フィリピンの朝ごはん」「ブラジルの朝ごはん」などもあった。外国にルーツをもつ子どもたちが生き生きと生活し、はりきって応募できる学校であることを嬉しく思う。すべての子どもたちを大切にしたい学校をこれからもつくっていききたい。