

## レッスン H

“食生活や健康に関連した情報を得て、理解して、利用できる” “食に関わる活動を計画したり、積極的に参加したりすることができる”力を育むために

# 健康的な食環境づくりをしてみようー商店街とつながった学習

## 食べ物の旬を知ろう！ わたしたちの旬ポスターを貼ってください。

子どもたちは、「総合的な学習の時間」等で課題についての調べ学習に取り組むために、地域にでかけていきます。調べ学習の一つとして、子どもたちが地域の商店街へインタビューを行う「マイストア大作戦」というのを展開しました。そのような時は、保護者が一緒に同行しました。

学習のなかで、子どもたちは自分たちで「旬ポスター」を作成しました。商店街にそれを貼ってもらうことにより、子どもたちと商店街とのつながりができました。

また、保護者がポスターを見がてら、買い物をするといったこともできて、家庭と商店街とのつながりもできました。

## 子どもたちが作成した「旬ポスター」

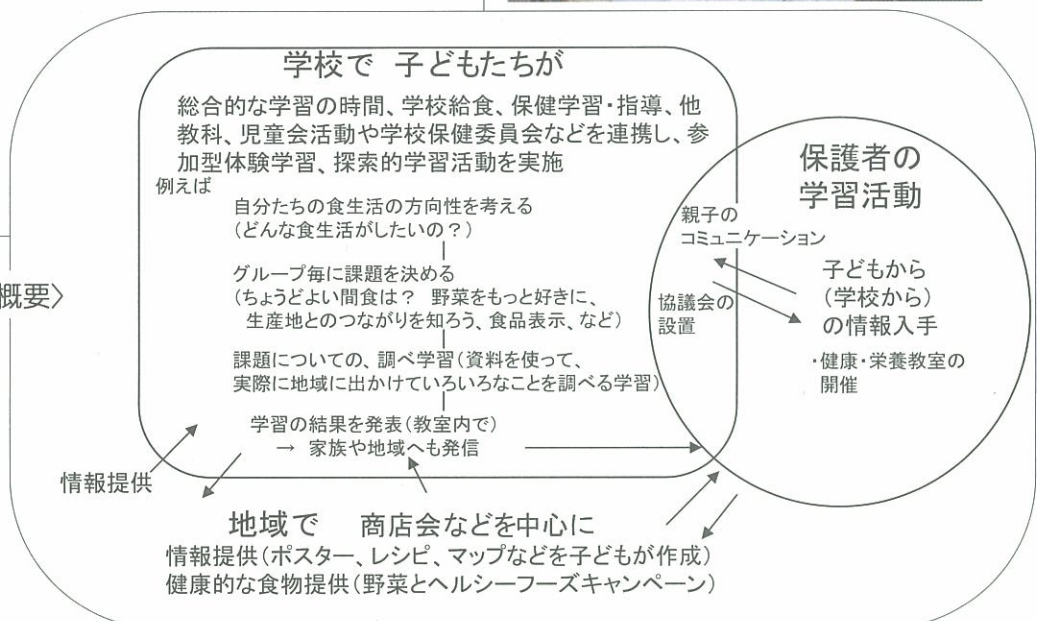


私たちの旬ポスターを貼ってください。



世田谷区の「ぱくぱく健康 キッズ&タウン」は、地域と学校の協働による「食のプロジェクト」で、栄養教育と食環境づくりを融合したユニークな取組です。このなかでは、「商店街とつながった活動」をはじめさまざまな活動が行われています。これらは、地域、学校、大学等の研究機関が参画し、作成したプログラムに基づき実施され、その評価も進められています。

### 〈プログラムの概要〉



## わたしたちの企画したヘルシー弁当が商品化

商店街は、さらに、大人向けの健康に関するパンフレットを店に置いたり、商品もより健康的な内容に変更するといった動きができました。

その一つとして、子どもたちが学習をもとに企画した、健康によい「ヘルシー弁当」が、スーパーで商品化されるということもできました。

13種類週替わりで13週間の限定商品だったため、売れ切れが続き、健康にもよいということで関係者以外の評判も上々でした。

「ヘルシー弁当」いよいよ売り出し！



商品化された「ヘルシー弁当」



## 保護者もマイタウンティーチャーとして参加、高まる学習意欲

保護者は、子どもの学習活動にマイタウンティーチャーとして参加し、サポートします。マイストア大作戦のインタビューの同行だけでなく、授業での実習やグループ討議でのサポート、ゲストティーチャーなどとして活躍します。その結果、保護者自身の学習意欲も高まり、PTAが企画した保護者向けの講習会や調理実習（ヘルシー＆美味しい 家族のための料理教室）の開催につながりました。

## 保護者も学習－ヘルシー＆美味しい 家族のための料理教室の開催



調査結果を通して、食生活の問題点を知る

課題解決に向けて、作って食べよう！



## 0歳から18歳までの身体発育基準作成方法について

### 目的

思春期やせ症の発見から、肥満のなり始めの発見にいたるまで、乳幼児・学童・思春期の身体発育をひとつのチャートにプロットすることが重要であり、その基準曲線作成の必要性が高いが、乳幼児期からの身体計測値を連続して評価するための基準値を作成することを目的とする。

### 方法

乳幼児期（出生より就学前まで）に関しては平成12年に厚生省によって調査された、出生から就学前までの14,115件の身長および体重の身体的発育データ（文献1）、調査で得られた幼稚園年長クラスから高校3年までの695,600件のデータを用いる（文献2）。

学校保健統計調査票で、例えば「5歳」としてあるのは、4月1日現在満5歳（5歳以上6歳未満）であることを意味しており、その期待値としては5.5歳である。したがって、統計表上例えば「5歳」の場合、5.5歳として計算した。

身長および体重の平均値の平滑化にあたっては、適宜幅を区切って多項式（6次又は8次関数）を用い、年齢の高い方の末端はQuoの第4サイクル（文献3）の当てはめ式を用いる。年齢の低い方は6歳までの厚生労働省基準値と滑らかにつながるようにする。

標準偏差については、出生時から17.5歳（高3）までを、一次関数で平滑化した。

身長および体重の、パーセンタイル曲線の平滑化にあたっては、Cole（1990）のLMSメソッド（文献4）を用いる各年月齢分布につき、標準化処理を加えた平均（M）および標準偏差（S）とゆがみの度合いを示す値（L）を算出しそれぞれを多項式を用いて平滑化する。最終身長のMの値処理にはQuoの第4サークル（文献3）をつなげる。ここから標準化変換式の逆をたどって各パーセンタイルの曲線を求める。

さらに年月齢の値と体重、又は身長の値から、それらのパーセンタイルレベルを算出できるプログラムを開発する。これには標準正規分布のZの値と累積相対度数の値との対応を応用する。

### 文献

- 1) 加藤則子、高石昌弘編、乳幼児身体発育値 ー平成12年厚生省調査ー、小児保健シリーズ No.56、2002；小児保健協会、東京。
- 2) 文部科学省、平成12年度 学校保健統計調査報告書。
- 3) Quo S-K. Human Biology, 1953;25:333-358.
- 4) Cole T.J. The LMS method for constructing normalized growth standards. Eur J Clin Nutr. 1990 44(1):45-60.