

# 三中だより

令和3年度 10月号



令和3年10月20日発行  
荒川区立第三中学校  
(学校通信 No. 10)  
校長 小柴 憲一

## 荒川区の恵まれた給食の提供と食品ロス削減月間

私は、本校に来て、「荒川区の給食は充実しているな」とつくづく感じています。

私たちは、その自治体の教育費にかかる予算の程度を比較するとき、よく23区(特別区)で比較します。そこで、23区の中で荒川区の中学校の給食費の保護者負担額を比較してみました。「どこの区がいくら」とはお伝えできませんが、350円を超える保護者負担額の区もある中で、23区の平均は324.2円でしたが、本区は319円です。平均から5.2円のマイナスですが、たった5.2円と考えるより、1年間の給食回数(1年生で197回)を考えると約1,000円の差がつきます。1食につき350円負担することを考えると、1年間で約6,000円の負担増ということになります。これで、1食の保護者負担額が23区の平均より低く、年額にすると、保護者負担額が多い区と比較するとかなり恵まれているということが分かります。

つぎに、先ほど、「1年間」と書きましたが、1年間の給食回数が多いということです。私自身が勤務していた他区の経験で、入学式翌日の給食はありませんでした。また、2日間の中間考査の場合1日目、3日間の期末考査の場合1・2日目、土曜授業の日は毎回給食がありませんでした。これは区によって給食予定回数というのが定められていて、その予定回数を大幅に上回る計画を立てることはできないという事情があるからなのです。本区では土曜授業日でも1年間で3回は給食を出しているということになっています。

保護者負担額が少なく、一部の地区よりも多くの給食を提供できる荒川区、私はそこが充実していると感じる要素であり、保護者の皆様も恵まれていると感じていただきたいとともに、給食回数が増えることによる、調理師さんの業務のご苦勞もご推察ください。

一方で、10月は食品ロス削減月間です。

我が国では毎日一人あたり約130g(茶碗1杯分)の食品が捨てられていると言われ、区報でも紹介されておりましたとおり、荒川区清掃リサイクル推進課では様々な取組を行っています。

それでは、本校の給食の残菜量・残菜率、そして一人あたりの1日の残菜量(食品ロス)はどうか、1学期の4～7月を集計してみました。

	4月	5月	6月	7月
月の残菜量の合計(kg)	535.2	603.0	710.0	444.0
月の平均残菜率(%) <sup>※1</sup>	8.00	7.97	8.04	8.53
一人あたりの1日の残菜量(g) <sup>※2</sup>	60.2	57.8	59.0	62.4

※1 「月の残菜量の合計」÷「月の給食回数」×100

※2 「月の残菜量の合計」÷「月の給食回数」÷「1日に調理した食数」をグラムに換算

この表から、子どもたちは平均すると給食で毎日約60gの食品ロスをしています。これに朝食・夕食を加えると130gに届いてしまうのでしょうか。各家庭における残菜の量が分からないので、はっきりと述べることはできませんが、少しでも給食における一人1日あたりの残菜量を減らしていこうと考えております。

そこで、1学期の残菜の多かった献立として、残菜率15.0%を超えた主食・主菜を調べ上げてみました。ここから、共通点を見つけて、なぜ残菜が多いのかを推測してみます。

① 汁の出る献立は汁を全部飲まないのではないか、あるいは少量の汁と一緒に具材を残してしまっているのではないか。

「厚揚げと豚肉の味噌炒め」は炒めた後に野菜と豆腐の汁が出ます。「五目肉じゃが」は煮込んだ汁が出ます。「山菜うどん」「みそラーメン」はつゆ・スープが入っています。子どもたちは炒め汁・煮汁やつゆ・スープを全部飲まないから残菜量として記録されているのではないのでしょうか。よく、私生活では、ラーメンのスープは塩分が多いから飲まない方がいいと言われることがありますが、給食では栄養士が1ヶ月の栄養素等の摂取量を管理しているので、ナトリウムなどの

摂取として飲んでも大丈夫なのです。

それともう1つ、汁に着目したのには理由があります。今回は主食・主菜の残菜に絞って紹介しましたが、給食室では主食・主菜・副菜・汁・デザート・牛乳の6つに分類して残菜量を計測しています。その中で、最も残菜量が多いのが、味噌汁やスープなどの汁なのです。子どもたちの中には、汁そのものを残すだけではなく、汁を飲んでいてお腹がいっぱいになって汁とともに具も残している場合もあると考えられ、先ほどの4品でも同様のことが言えるのではないかと思います。

② 食缶にある料理を全部配膳しきっていないのではないか。

「さくらえびとたけのこご飯」「スパゲッティナポリタン」「七夕五目寿司」はご飯や麺に具材を混ぜている、あるいは盛り合わせる献立なので、1つの食器に盛る量は多くなります。したがって、普段のご飯などの盛りつけ量で配膳すると、食缶に大量に料理が残ってしまいます。配膳が終わった後、担任などが「もっとほしい人」と声をかけて、箸を付ける前に量を足して配膳していますが、それでも食缶に残ってしまうことがあります。

③ ①②にかかわらず「おかわり」ができないからではないか。

2年前までは、食欲のある子どもが、もっと食べたいときに、食べ終わったお皿やお椀をもって食缶の前に並び、順番におかわりをしている光景をよく見ました。ときには、並んでいる最後の子どもまで残らないで終わってしまう場合や、なくなりそうになって最後の方の子どもは後ろの友達のことを考えて、少しずつおかわりをする場合もあったと思います。そうやって、食缶の中は空になっていました。

しかし、新型コロナウイルス感染症対策が始まってから、喫食中に立ち歩かないことや、一度箸を付けてしまった食器におたまなどの配膳器具で料理を盛ることに感染リスクがあるということで、今は「おかわり」はできません。

「おかわり」ができればたくさん量を盛りつけることのできなかった混ぜご飯を再び大盛りで盛りつけることもできるでしょうし、スープや味噌汁も「おかわり」ができたことと思います。

③については、時期が来て都や区の通知で緩和措置が出るのを待つしかありませんが、できる範囲で食品ロス削減のためにも子どもたちに配膳の仕方や食べ残しのないよう指導してまいりたいと思いますので、ご家庭でも少なくとも配膳された料理は完食する努力をするようお話しただけると幸いです。

### 発達障がいを含めた個性の理解の推進のために

東京都では、平成16年度からそれまでの心身障害教育から、LD、ADHD、高機能自閉症等を含め障がいのある児童・生徒一人一人のニーズに応じて適切な教育的支援を行う特別支援教育への転換を図りました。これは、特別な場だけで行われていた従来の心身障害教育から、通常の学級でも行われる特別支援教育への転換であり、教育界では大きな変化でした。

しかし、当時は、まだ「軽度発達障害」という誤解を招く用語を使用していたり、保護者や都民には十分に啓発がされていなく、学校現場では発達障がいがあると思われるお子さんの保護者に検査を受けることを勧めても全く受け入れてもらえなかったり、そのことにより学校と保護者がトラブルになったりするなど特別支援教育は軌道に乗ることはできませんでした。また、教職員の中でもLD・ADHD・アスペルガーなどの診断名ばかりが先走って、子ども一人一人が何に困っているのかという最も重要なアセスメントを怠ってしまったり、しばらくして文部科学省が資料と

して提示したうちの「通常の学級に在籍する発達障害の可能性のある児童生徒は6.5%」の箇所だけが大きく報道されてしまい、「誰と誰があてはまる」などの偏見が特に保護者間で話題となったりしてしまいました。

あれから17年経ち、ようやく発達障がいという用語は広く知れ渡るようになり、今では、保護者から「うちの子どもに、一度、検査を受けさせたいんですけど」というご相談も受けるようになりました。

発達障がいがある場合、早期発見・早期支援が最も重要だと言われます。なぜなら、障がいの状況は様々ですが、●不注意なミスが多かったり、●気になったことにはこだわってしまってそこから先に進めることができなかったり、●身の回りの整理整頓をすることが苦手だったり、●誰かに言われた冗談をその言葉通りに受け止めてしまったり、●落ち着いて座っていることが苦手だったり、●特定の学習に極端な困難を感じたりするなど、いずれにしても円滑な対人関係を構築しづらく、失敗体験を積み重ねてしまうことにより自己肯定感の低下を招いてしまうなどにより、生活すること自体を苦痛に感じてしまうようになってしまいます。そして、例えば、不安症やうつ病などの精神疾患が合併してしまう場合や、逆に、反抗・暴言・対人暴力・器物損壊などを起こしてしまう反抗挑戦性障害というような状況に陥ることもあると言われています。

本校では週1回、上記のような困難を感じていると思われる子どもに関して情報交換し、支援策を検討する特別支援教育校内委員会を開催していますが、その会議の中で保護者の理解を得る方法や、特別支援教室(I-Class)への入室を薦めるかどうかなどの検討をすることもあります。つきましては、教職員からそのような話があった場合は、教職員一個人の観察や判断によるものではなく、校内の組織の検討結果によるものであるということをご理解ください。

発達障がいには、早期発見・早期支援が最も重要ですが、支援の鍵となる周囲からの正確な理解はとても効果的です。中学生という発達段階では、特に、1年生でもこのくらいの時期になれば、「あっ、あの子は・・・」と「慎重に対応しなければいけないのかな」という状況を薄々と感じるようになります。しかし、正確に理解しているわけではなく、適切な接し方が分かっているわけでもないので、子どもによっては「親切に教えてあげて、逆に不機嫌になられてもいやだから教えるのをやめようかな」とか「ちょっかいを出されてきてイラっとするけど無視しよう」とか「冗談を言ったことによって『いじめられた』と思われても面倒だからかわらないようにした方がいいかな」などと、分からないからこそ起こってしまう適切とはいえない接し方になってしまうことがあります。そこで、教職員から学級や学年の子どもたちに、「お子さんの状況を説明したほうがお子さんのためになると思うのですが」という働きかけをすることもあると思います。しかし、当該のお子さんの保護者の方にとっては、「説明しても理解してもらえないのでは」「説明するとかえって偏見をもたれてしまうのでは」という心配が強くなるのは十分理解できます。

そこで、私が過去に学年主任として1年生から2年生にもち上がるときに他の中学校から転入してきたAさんのケースについて紹介します。

転入前の3月に、Aさんの保護者から「Aさんがトゥレット症候群とアスペルガー症候群の診断を受けていて、今の中学校で友達から嫌がらせを受け転校を決断したが、それでも同じような嫌がらせを受けてしまうのではないかと心配である」というご相談を受けました。

そこで、今通っている学校に行ってお子さんを観察したうえで、保護者に転入する新2年生の子どもたちに、4月の段階で「Aさんの状況とどのように対応したらいいかということの説明したらどうか」ということを提案し、実際に説明する文章を作って保護者に添削していただき、4月の第1週目に以下のような説明を学年の子どもたちにしました。

△△ △△ さん について

<氏名以外は当時の原文のままです>

話しやすい話し言葉、語尾などの変化はありますが、「趣旨」「使う用語」「話すニュアンス」は変えません。また、音や動きを私が真似て示すことはせずに、ここで表現した言葉で伝えます。また、2年生という発達段階から、「トゥレット症候群」「アスペルガー症候群」という名称は出さず、また一般的な障がいに関する話しについては触れず、△△さんに絞った話しをします。

#### <本日の話の目的>

今日は、皆さんにお願いがあります。

2年生、〇〇名がこれから2年間、お互いに過ごしやすいと思えるようになるための一つのご願いです。それは、今度転入してきた〇組の△△ △△さんのことです。△△さんが時々する動きや言う言葉について分かってもらいたい、あるいは分かるように努力してほしいということです。

#### <△△さんが困っていること>

△△さんは今、自分でも困っていることで病院に通っています。

△△さんは、どういうことで困っているかという、例えば、●大きな声が突然出てしまったり、●喉のあたりであまり聞かない音、うなっているような音が突然出てしまったり、●あるいは、いけないと分かっているのに、乱暴と思われる内容だったり、きれいではないことを言ってしまうこと、それから●腕や肩が突然大きく振れてしまったり、●首が痛くなるほど、急に首が振れてしまったり、●体を揺すってしまったことなどです。時には、字を書きたいのに書けないほど動いてしまうこともあるようです。

#### <△△さんへの基本的な理解の原点>

皆さんに、まず、分かってもらいたいことは、●△△さんは、したくてしているのではないし、●むしろ、したくないのにしてしまうということです。

△△さんはもちろん、お家の方も、「ほかの友達からどのように思われるのか」と、とっても不安ではないかと先生は思います。

#### <△△さんへの具体的な配慮>

そこで、具体的に△△さんのことをどのように理解しようとしたらいいのか、どのように接したらいいのかのお話を5つします。

1点目は、△△さんから聞こえてくる突然の音や突然の動きにびっくりしないことです。

これからの生活で、もしかすると、△△さんからあまり聞かない音が突然聞こえてくることもあるかもしれません。あるいは、急に△△さんの腕が大きく動くことがあるかもしれません。

そんなとき、最初は「あれ」って思うかもしれませんが、気にしないようにしてください。

2点目は、△△さんが誰かに傷つくような言葉を言ったとしても、その人を傷つけるつもりはないというのを理解することです。最初は、みんなもいやな思いをしてしまうかもしれません。でも、いつもよりちょっと我慢をしてみてください。そして、先生に教えてください。先生から、△△さんに「そうするのではなく、こうした方がいいよ」と伝えて、ごめんなさいをってもらうように話します。

3点目は、言っではいけないことを△△さん自身が覚えていないことがあるということを頭の片隅に置いておいてください。もしかすると、「あんなことを言っでは覚えていないふりをしている」と思うことがあるかもしれませんが、△△さんは決してふざけているわけではありません。「ふざけてる」と思ってしまった人にはちょっと難しいかもしれませんが、少し優しく「……って言ったんだよ」と教えてあげてください。△△さんは、たぶん「またやっちゃったか」とがっかりすると思います。その姿を見て、「ふざけていたわけではなかったんだ」と思うことができるでしょうし、励ましたい気持ちになったらすごいですね。

4点目は、△△さんとお話をしているとき、「あれ、分かっているかな」と時々感じることもあるかもしれませんが、そんなときは、あせらずにゆっくりと「こういうことを言ってるんだよ」と順序よく分かりやすく話してみることで。

最後に、5点目ですが、先生が今お話をしているときに、どんな音がするかとか、どんな動きをするかについて、「こんな感じだよ」と真似して見せなかったですね。

私たちみんなそうですが、失敗してしまったことを真似されたりしていい思いをしますか？それと同じことです。△△さんも、突先出ってしまった音や、してしまった動きや、いけないことを言ってしまったことや、それを覚えていなかったことや、上手にお話ができなかったことについて、「やっちゃった」とがっかりしているんです。ですから、ふざけてそれを真似してみせるというのは、理解できないというより、人としてやっではいけないことです。

遊び半分や、笑いながら、みんなでなど、ふざけて△△さんの音や動きなどの真似をすることは、「みんなで許さないんだ」という雰囲気をつくってください。

#### <学校の願い>

先生たちは、●みんなが、△△さんのことを分かってあげようとしてくれて、●△△さんが「突然声が出たり動いてしまったりする」ことを気にしないようになってくれて、●最終的に、△△さんが学校に来る不安が少しでもなくなってくればと思っています。そして、そんな居心地のいい学年集団を作り上げる一人一人になってくれたら、たくさんの課題を解決していける強力な組織になるとしています。

このお話をすることは、△△さんのお家の方にもご了解をもらっています。

もし、△△さんのことで、皆さんがどうしたらいいか迷ったときは、先生たちに相談してください。先生たちも△△さんやみんなと一緒に考えていきたいと思っています。

この説明をする学年集会の場、体育館の入り口のすぐ外には保護者に来ていただいて、同じ原稿を手にして聞いてもらっていました。そして、その後Aさんは、学級の子もたちから理解を得ることができました。また周囲の子もたちも、一瞬「カチン」とすることはあってもすぐに接し方を思い出して、「どうしたらいいか分からない」という、解決策を導き出せないストレスを感じることなく過ごすことができました。さらに、私たち教員も、奥歯にももの詰まったようなあいまいな表現ではなく、「Aさんは、今このことに困っているんだ」ということをはっきりと説明することができました。

こんなことも手段の一つであるということをお知りおきください。

#### お知らせ

●新人大会女子バレーボールの部で以下の成績を収めました。

第3位