

食育研究部

I 研究主題

誰でもできる楽しい食育

－指導計画の見直しと、意欲を喚起する授業の工夫－

II 主題設定の理由

近年、偏った栄養摂取などによる、子どもたちの食生活の乱れや肥満・痩身傾向などが見られる。学校において食育を推進することは、食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身に付けさせるために必要なことである。

食育推進を総合的かつ計画的に推進するため、平成17年に「食育基本法」が施行され、同法に基づき、翌年、「食育推進基本計画」が決定された。このような動きの中、これまで学校栄養職員の担ってきた学校給食管理に加えて、食に関する指導も必要となり、平成17年、それを本務とする栄養教諭が配置された。

また、小中学校の学習指導要領（平成20年3月28日）の総則に「学校における食育の推進」が盛り込まれたほか、関連する各教科等での食育に関する記述が充実されるなど、学校全体で食育の推進を図ることが明記された。

所沢市でも、「所沢市食育推進計画 所沢市食育プラン 茶どころ・野菜どころ・食育どころ所沢！」が策定され、平成23年度～平成27年度までの5年間で計画されている。その中でも、児童の「頭痛・肩こり・腹痛・便秘」「食べることに興味のない子どもたち」「ひとりで食べる子どもたち」「地場産の野菜を知らない子どもたち」などの現状が食生活意識調査でわかり、食育推進の必要性が確認された。

このようなことから、食育への取組を積極的に行いたいと考え、研究を始めた。本研究部では、現状を把握する話合いにおいて次の3つの課題が浮かび上がってきた。

第一に、「教育課程の中にどのように位置づけるか」ということである。食育という教科はなく、「どの教科等でも取り組める」となっている点から、食育とは「何を、どの教科等で、どのように取り組むことか」が分かりにくいという現状がある。そのため、指導方法も十分には確立されておらず、教員の食に関する意識や関心度の高さに左右される可能性がある。

第二に、「誰が推進するのか」ということである。栄養教諭や栄養士が全校に配置され、食育推進の中核となることが望ましいが、栄養教諭や栄養士が配置されていない学校も多数あり、担当教諭が中心となって、食育を学校全体に広げていくことには困難が伴う、と考えた。

第三に、「誰がどのように指導するのか」ということである。栄養教諭や栄養士が配置されていても、食育について明確に説明・実践できるほどの知識や経験が十分であるとはいえず、今後も各担任との連携を密にしながら研究を続ける必要がある。多忙な教員にとって、新たに「食育」に取り組むことが負担となる可能性もあり、大きな課題である。

そこで、私たちは誰でも無理なく食育を推進するための手立てを提案していくべきであると考えた。担任の教諭が積極的に食育を推進したくなるようにするため、各教科等と食育の関連付け（給食の活用方法も含む）を整理し、いつどんな単元で行えるかを明確にするとともに、楽しく指導が行えるよう授業の工夫に取り組み、子どもたちの食に関する自己管理能

力を育てていきたいと考えた。そのため、本研究主題「誰でもできる楽しい食育～学校で取り組む食育のポイントを理解するために～」を設定した。

III 研究の内容

1 研究の動機

学校において、各教科等を横断し継続的に食に関する指導を行うためには、まず、各学校の食に関する指導の全体計画を作成することが必要である。さらに、いつどの教科等で、どのように指導を行うのかを明確にしなければならない。そこで、新学習指導要領に基づき、食に関する年間指導計画及び年間計画の見直し、整理を行うことにした。

2 食に関する指導の全体計画・年間計画の見直し

(1)「食に関する指導の全体計画」の見直し

食に関する指導目標（6項目）達成に向けて、学校全体が取り組む食に関する指導がこの1枚に網羅されるようにする。この全体計画がすべての基になる。（次の例は紙面の都合上、表の上下が省かれている。）

●食に関する指導の全体計画(平成23年度)													[例 一部分]		所沢市立〇〇小学校										
食に関する指導目標																									
① 食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。＜重＞																									
② 心身の成長や健康の保持増進の上で望ましい栄養や食事のとり方を理解し、自ら管理していく能力を身に付ける。＜健＞																									
③ 正しい知識・情報に基づいて、食物の品質及び安全性等について自ら判断できる能力を身に付ける。＜知＞																									
④ 食物を大事にし、食物の生産等にかかわる人々へ感謝する心を持つ。＜感＞																									
⑤ 食事のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を身に付ける。＜社＞																									
⑥ 各地域の産物、食文化や食にかかわる歴史等を理解し、尊重する心をもつ。＜文＞																									
↑																									
幼稚園 保育園		各学年の発達段階に応じた食に関する指導の到達目標(別紙参照)													中学校 中学校との連携に関する方針										
保育園との連携に関する方針		低 学 年			中 学 年			高 学 年																	
		・みんなと楽しく食べることができるようにする。 ・食べ物に興味関心をもち食品の名前がわかるようにする。 ・手洗いをし、食事の挨拶ができる。(など)			・食べ物は働きによって、3つのグループに分けられ、健康に大切なことが分かるようにする。 ・好き嫌いをなく食べることができるようにする。(など)			・日常の食事に関心をもち、栄養のバランスのとれた食事の大切さがわかるようにする。 ・衛生に気をつけて、簡単な料理や地域の産物を生かした料理を考えこれを調理ができるようにする。(など)																	
		4月		5月		6月		7月		8月		9月		10月		11月		12月		1月		2月		3月	
特 別 学級活動 及び 給食時間 ○食に関する指導目標 ○学級活動 ●給食指導	1年	◎配膳の準備を覚えよう ○友だちと仲良く食べよう ●食べ物に興味・関心を持つ(空豆)				◎いろいろな食べ物の名前を知ろう ○野菜となかよくなろう ●マナーを守り、楽しく食べよう				◎苦手な野菜をしっかりと食べよう ○排便の大切さを知ろう ●食べ物を大切にしよう				◎給食で働く人たちを知ろう ○給食を作ってくれた人に感謝しよう ●給食の反省をしよう											
		◎献立にある食品の名前を知ろう ●旬の食べ物に興味・関心を持つ(グリーンピース)(トウモロコシ)				◎正しいはしの持ち方・使い方をしよう ○正しいはしの持ち方・使い方をしよう ●マナーを守り楽しく食べよう				◎食べ物を組み合わせて食べよう ○好き嫌いしないで食べよう ●食べ物を大切にしよう				◎食事を作ってくれる人の努力を知ろう ○給食を作ってくれた人に感謝しよう ●給食の反省をしよう											
	2年	◎食品について知ろう ○朝ごはんをおいしく食べる工夫をしよう ●協力して食事の準備・片付けをしよう				◎食べ物の働きについて知ろう ○夏の食生活(飲み物)を考えよう ●マナーを考え楽しく食べよう				◎食事と健康について知ろう ●給食の食材を知ろう				◎食事の反省をしよう ○給食で働く人たちに感謝しよう ●給食の反省をしよう											
		◎食品について知ろう ○噛むことの大切さを知ろう ●楽しい会話をしながら食べよう(マナー)				◎食べ物の働きについて知ろう ○夏の食生活(おやつ)を考えよう ●いろいろな食材を知ろう				◎食べ物の3つの働きを知ろう ○食べ物をバランスよく食べよう ●自然の恵みに感謝しよう				◎食事の反省をしよう ○給食で働く人たちに感謝しよう ●給食の反省をしよう											
	3年	◎食生活を見直そう ○食品の安全・衛生について考えよう ●楽しい給食時間にしよう(マナー)				◎季節の食べ物を知ろう ○朝食の大切さを知ろう ●食事の環境について考えよう				◎栄養のバランス良い食事をしよう ○一食分の食事について知ろう ●生産者に感謝して食べよう(フードマレージ)				◎食事の反省をしよう(食物) ○給食に関わる人たちに感謝しよう ●一年間の給食を振り返ろう											
		◎食生活を見直そう ○朝食の大切さを理解し深めよう ●楽しい給食時間にしよう(マナー)				◎健康と発育をふまえバランス良く食事をしよう ○夏の食生活と健康について考えよう ●食事の環境について考えよう				◎料理の組み合わせを知ろう ○地場産の食材を使った食事を考えよう ●食に関わる多くの人に感謝して食べよう				◎食事の反省をしよう(6年間) ○給食に関わる人たちに感謝しよう ●一年間の給食を振り返ろう											
動	全 校 一 斉 指導等	食事状況調査実施 給食時の指導(給食通信)				試食会(1年) 給食時の指導(給食通信)				セレクト給食 親子給食(6年) 給食時の指導(給食通信)				交流給食(1年)バイキング給食(6年) 給食時の指導(給食通信)											
		手作りを基本とし、旬の食材、地場農畜産物、行事食などを取り入れる。ランチルームの利用(学級・学年交流、試食会)																							
		入学式 始業式 遠足 学校保健委員会 食育月間 健康診断				給食試食会 林間学校 夏休み 修学旅行 遠足				1学期終業式 2学期始業式 彩の国ふるさと月間 遠足 冬休み				給食週間 入学説明会 学校保健委員会 卒業式 修了式											
		交歓給食(縦割り班) べろりん週間								交歓給食(縦割り班) べろりん週間				給食朝会											
		1 年		2 年		3 年		4 年		5 年		6 年													
国 語		季節の食べもの		季節の食べもの		季節のたべもの すがたをかえる大豆		季節の食べもの		季節の食べもの		季節の食べもの		季節の食べもの		季節の食べもの									
社 会						店ではたらく人		ごみのしまつと再利用		米作りのさかんな庄内平野		稲作													

(2)「各学年の食に関する指導の目標」を見直し(関連教科名)

[例]

学年		① 食事の重要性	② 心身の健康	③ 食品を選択する能力	④ 感謝の心	⑤ 社会性	⑥ 食文化
小 学 校	1年	・楽しく食事をすることができ。 (生活) ・食べ物に興味・関心をもつ。 (国語 生活)	・正しい手洗いができる。 ・苦手な食べ物でも親しみをもつことができる。 (特活)	・食べ物の名前が分かる。 (国語)	・いただきますとごちそうさまの意味が分かり、あいさつができる。 (道徳) ・給食を作ってくれた人に感謝する。(特)	・友だちと仲良く食べる。 ・正しい食器の並べ方が分かる。 ・給食の準備や後片付けができる。 (生活)	・給食で使われる所沢の食べ物を知る。
	2年	・食べ物に興味・関心を持つ。 (生活) ・食べ物には命があることが分かる。	・好き嫌いせずに食べようとする。 (特活) ・よい姿勢で、落ち着いて食べることができる。	・いろいろな食べ物の名前が分かる。	・心を込めていただきますとごちそうさまのあいさつができる。 ・食事を作ってくれた人に感謝する。 (生 特)	・みんなと協力して給食の準備や後片付けができる。 ・正しくはしを使うことができる。(特) ・食器を正しく並べられ、正しく持って食べることができる。	・季節や行事にちなんだ料理があることを知る。
	3年	・3食規則正しく食事を取り、生活リズムを整える事の大切さがわかる。(保) ・食べ物に興味・関心を持つ。(理 社)	・好き嫌いせずに残さず食べようとする。 ・よく噛んで食べることができる。 ・健康に過ごすためには食事が大切なことが分かる。 (保健)(特活)	・いろいろな料理の名前が分かる。 (国語) ・食品を安全で衛生的に扱うことは大切だということが分かる。	・食事は多くの人々の努力があって作られることを知り、感謝の気持ちをもって食べることができる。(特)	・食事のマナーを考えて楽しく食べることができる。 ・協力して食事の準備をしたり分別してごみを片付けたりできる。	・季節や行事にちなんだ料理があることが分かる。(国語) ・地域の産物に興味をもつ。(社会)
	4年	・楽しく食事をすることが心身の健康に大切なことが分かる。	・健康に過ごすことを意識して、いろいろな食べ物を好き嫌いせずに食べようとする。 (保 特 総)	・衛生的に給食の準備や食事、後片付けができる。	・自然の恵みや人々に感謝して食べることができる。(道徳 総)	・協力して食事の準備をしたり分別してごみを片付けたりできる。 (社 総)	・地域の産物に興味をもち、日常の食事と関連付けて考えることができる。 (国 社 総)
	5年	・日常の食事に興味・関心をもつ。(理 家 社 総) ・朝食をとることの大切さを知る。(特活)	・栄養バランスのとれた食事の大切さが分かる。(家) ・五大栄養素と食品の三つの働きが分かり、好き嫌いせずに食べることができる。(家)	・食品の安全・衛生について考えることができる。 (家庭)	・生産者や自然の恵みに感謝し残さず食べることができる。 (理 社 特 総)	・環境を考えた、食事の準備や後片付けを進んで実践する。 (家庭 社会)	・地産地消を理解し、日常の食事と関連付けて考えることができる。 (家 社 総)
	6年	・楽しく食事をすることが、人と人とのつながりを深め、豊かな食生活につながることが分かる。(社会) ・朝食をとることの大切さを理解し習慣化している。(家 特)	・食事が体に及ぼす影響や食品をバランスよく組み合わせて食べることの大切さを理解し、一食分の献立を考え調理をすることができる。 (理 家 保 特)	・食品の衛生に気を付けて、簡単な調理をすることができる。 (家庭) ・衛生的に食事の準備や後片付けをすることができる。(家)	・食事にかかわる多くの人々や自然の恵みに感謝し、残さず食べることができる。 (理 家 社 特)	・楽しい食事を通して、相手の思いや気持ちをもつことができる。 (家庭) ・食事の準備や後片付けをよりよく実践しようとする。 (家庭)	・食文化や食品の生産・流通・消費について理解を深める。 (社会) ・外国の食文化を通して、外国とのつながりを考えることができる。 (社会)

		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
教科・道徳	国語	はる(給:春野菜の料理)	なぞなぞあそび(選)野菜の名前を知る	おもひじこりん(給:おむすび)	おおきなかぶ(給:かぶ料理)					あつまれふゆのことば(選)冬の食品や料理の名前を知る	・もののなまえ(選)果実や野菜の名前を知る(給:食材の名前) ・おみせやさんごっこをしよう(重)買い物の仕方を知る			
	生活		そら豆のさやむき(重)季節の食べ物を知り、興味関心を持つことができる(給:そら豆料理)					いえのひとといっしょにしよう(家の仕事手伝い) やさいをきらせてもらつたよ・いっしょにかいものこいつたよ(社・重)家族と協力して楽しい食事につなげることができる		じぶんでできることをしよう しょくじのかたづけ (社)家族と協力して楽しい食事につなげることができる(給:配膳、片付け)				
	道徳											いただきます(社)生命尊重		
	他教科													
	学級活動	たのしいきゅうしよ(社・重)		やさしいとなかよく(健)				ぎゅうにゆうとなかよく(健)	うんちの授業(健)		給食を作ってくれたひとに感謝しよう(感)			
特別活動	給食の時間における食に関する指導	給食の時間における食に関する指導	・環境作り(手洗い・マスク着用・かつぼう着・机上整理) ・配膳手順→ 片付け方 ・食事の仕方(麺類の食べ方・はし、スプーンの使い方)				・時間内で活動する ・しっかりかんで食べる ・残さずに食べる			・嫌いなものも食べる(栄養の話)				
		(給食指導)	●食べ物に興味・関心を持とう(重)				●マナーを守り、楽しく食べよう(社・重)			●食べ物を大切にしよう(健・感)			●給食の反省をしよう(重・健・選・感・社・文)	
	学校行事等	入学式・始業式 1年生を迎える会 発育測定	家庭訪問 運動会 健康診断	食育月間 土曜参観	5年宿泊学習 個人面談		発育測定 遠足	修学旅行 遠足 元気づ祭り 土曜参観	ふるさと給食月間 校内音楽会	発育測定 給食週間	6年生を送る会	卒業式 修了式		
献立作成の配慮	旬の食材	筍・新じゃが・清見りんご・シューレーン・グリーンアスパラ・鯖	そら豆・グリーンピース・グリンアスパラ・ジュース・ルーフ・初鰯・キス	グリンアスパラ・トマト・ピーマン・胡瓜・なす・枝豆・びわ・さくらんぼ・和んすいか・キス・太刀魚	なす・胡瓜・トマト・冬瓜・とうもろこし・南瓜・スッキーニ・ピーマン・パプリカ・すいか・鱈		なす・南瓜・さつま芋・冬瓜・胡瓜・ピーマン・栗・ぶどう・梨・ブルーベリー・秋刀魚(下旬)	さつま芋・栗・りんご・ぶどう・みかん・秋刀魚・鯖・鮭・鰹	さつま芋・ブロッコリー・みかん・りんご・鮭	ブロッコリー・大根・ゆず・人参・ごぼう・はす・みかん・タラ	ねぎ・大根・白菜・春菊・タラ・鱈	ねぎ・大根・三つ葉・春菊・鱈・タラ・ワカサギ・柑・鱈・はまぐり・ほっけ	菜の花・春菊・ねぎ・三つ葉・大根・レンコン・伊予柑・鱈・はまぐり・ほっけ	
	地場産物の利用	小松菜・かぶ・ほうれん草・水菜	かぶ・小松菜・ほうれん草・水菜	かぶ・チンゲンサイ・水菜・枝豆(下旬)・新じゃが芋・人参	枝豆・とうもろこし・胡瓜・ピーマン・さやいんげん		チンゲンサイ・水菜・冬瓜・ピーマン・ノギルビー(赤ジャガイモ)	小松菜・ほうれん草・里芋・大根・かぶ・水菜	里芋・大根・ほうれん草・かぶ・水菜・大根・白菜・人参	里芋・ブロッコリー・小松菜・ほうれん草・水菜・ねぎ・白菜・大根・人参	里芋・小松菜・ほうれん草・人参・大根	里芋・小松菜・ほうれん草	里芋・小松菜・ほうれん草・うど(下旬)	
	食文化の伝承		子どもの日献立		七夕献立		(お月見献立)	お月見献立	※地場産活用献立 七五三献立	冬至	正月献立	節分献立	雛祭り献立	
	その他	入学・進級お祝い献立		かみかみ献立 交歓給食 食事調査				ハロウィン献立 交歓給食 親子給食	セレクト給食 食事調査	クリスマスおたのしみ献立	給食週間行事献立 リクエスト給食	卒業バレンタイン給食	卒業・進級お祝い献立	
家庭・地域との連携							給食試食会				交流給食			

〈 〉内は、食に関する指導の内容を示す。 〈重〉食事の重要性 〈健〉心身の健康 〈選〉食品を選択する能力 〈感〉感謝の心 〈社〉社会性 〈文〉食文化

(3) 「食に関する指導の年間指導計画」の作成
第1学年から第6学年まで学年ごとに作成し、1年間の流れを大きく見渡せるようにした。

(4) 「教科等ごと 食育の年間指導計画」の作成

全学年の教科書の内容を洗い出し、教科単元別に、食育との関連を示す表を作成した。
食育との関連が密接である家庭科、保健体育科、生活科の他、国語科、社会科、理科においても、教科単元別に食育との関連を明確にした。(道徳、総合的な学習、学級活動においては、各校の特色が現れる。)

[例] 第5学年 社会科

月	大単元名	小単元名	食関連の内容 (授業)	食関連の内容 (給食の食材・料理)	その他
	2 わたしたちの生活と食料生産	食べもののふるさとさがし ① 米	<文>特産物を理解し、日常の食事と関連づけて考えることができる。 <重>日常の食事に興味関心を持つことができる。 <感>食料の生産は自然の恩恵の上に成り立っている。食生活は、生産者の苦労や努力に支えられていることを理解する。	給食で使われる米について	総合学習の米作り
		① 水産業	<文>特産物を理解し、日常の食事と関連づけて考えることができる。 <重>日常の食事に興味関心を持つことができる。	給食で使われる魚介類について	
		② これからの食料生産とわたしたち	<文>自分たちの食生活は、他の地域や諸外国とも深いかかわりがあることを知る。 <社>食料生産は、環境に対してどのような役わりを果たしているのか考えることができる。	給食食材の産地 (地産地消・食料自給率)	食料自給率の資料提供 (ゲストティーチャー)
	4 情報化した社会とわたしたちの生活	② 情報を生かすわたしたち	給食の紹介番組を作ること、給食に興味関心をもつことができる。		給食の資料提供

<重>食事の重要性 <健>心身の健康 <選>食品を選択する能力 <感>感謝の心 <社>社会性 <文>食文化

3 授業の実践

第1学年 学級活動学習指導案

(1) 題材 「野菜となかよくなるう」

(2) 指導のねらい

- ・ 野菜を食べる大切さに気づき、苦手な野菜でもしっかりと食べていこうとする気持ちを持つとともに、自分でできる方法を考えて実践することができる。
- ・ 野菜に親しみをもち、野菜を食べる量を増やそうとする気持ちを持つことができる。(食育の視点：心身の健康)

(3) 教材観

動きのあるパネルシアターを活用することで、児童は物語に集中できるため、野菜を食べることの必要性が分かり、くまくんと一緒に課題を解決していこうという意識が高まり、意欲づけができる。

野菜の音みつけは、目と耳を塞ぐことにより野菜をかむ音に集中させ、気がついたら食べることができたという裏技である。聴覚という感覚を刺激する体験は、児童の印象に深く刻まれ、他の食べ物はどうかと興味を持つなど、さらなる発展を期待することができる。

(4) 評価規準

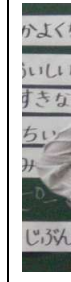
集団活動や生活への 関心・意欲・態度	集団の一員としての 思考・判断・実践	集団活動や生活についての 知識・理解
いろいろな野菜を食べようとする意欲を持つ	苦手な野菜を食べる方法を聞き、自分に合った方法を考え、判断し、実践している	野菜の大切さを知り、野菜となかよくなるための方法を理解している

(5) 本時のねらい

- いろいろな野菜を食べる必要性を知る
- 苦手な野菜でもしっかりと食べていこうとする気持ちを持つことができる

(6) 展開

時間	学習活動・学習内容	指導上の留意点 (○) 主な支援 (◆)		資料 など
		T 1 (担任)	T 2 (栄養教諭)	
導入 5分	・ アンケートの結果を知る ・ 野菜が好きなわけと苦手なわけを知る ・ 今日の日あてを知る	○ アンケートに出てきた好きな野菜と苦手な野菜の上位3種類の名前を当てさせる ・ 人数も発表する ○ 野菜が好きなわけと苦手なわけを伝える ・ 甘味や歯ごたえの心地よさが好きになる要因、苦味やにおいが苦手になる要因であることをおさえる ○ 苦手な野菜は食べなくてもよいのか確認する	・ 板書をする	アンケートの結果 野菜の絵
		やさいとなかよくなるう		

展開 3 5 分	・くまくんの好き嫌いのパネルシアターを見る	○ 野菜嫌いと健康の関係に気付かせる (くまくん・白馬先生 T1 うさぎ先生 T2)		パネル シアター
	・なぜ?いろいろな野菜を食べる必要があるのかを考える ・野菜となかよくなる方法を発表する	○ パネルシアターで見たくまさんが、野菜を残してしまったらどうなったか思い出させる ○ 苦手なものをのりこえた児童の例を発表させ(2~3人)自分をふりかえらせる (アンケートの結果から、苦手なものをのりこえた児童を確認しておく)	◆パネルシアターの絵をさし、児童が思い出しやすいように支援する ・板書をする	方法 カード
	・他の野菜となかよくなる方法を栄養教諭から聞く		○ 野菜となかよくなる方法を説明する ・赤ちゃんの味覚から大人の味覚への発達の道のりにおいて、自分の成長を確認させる ・裏技の紹介 (音みつけ)	成長の 絵
	・音みつけをしてみる	・T2の説明にあわせて音みつけの方法をわかりやすいように動作で補佐する ・班ごとにきゅうりをわける準備をする (どんな音がしたか発表できるように) ◆ きゅうりが苦手な児童には、小さなものを配り、はげます	○ 音みつけの方法を説明する ・きゅうりの音みつけをする ・きゅうりを一気に口に入れ、目を閉じ、耳をふさぎ、きゅうりの音に集中させる ・板書をする	きゅうり (班ごとにわけておく) カップ ようじ
	・どんな音がしたか発表する ・野菜となかよくなる方法を考え、ワークシートに記入する	○ みつけた音を自分の言葉で発表させる ○ 音を探している間に食べることができたことを伝える ○ 自分なりの方法を考え、ワークシートに記入する ・苦手な野菜を克服した例の中から、これなら自分でもできると思う方法や、栄養		ワーク シート

		教諭のアドバイス（音みつけ）を思い出させる 苦手な野菜がない児童については、他の児童により方法を教えてあげるように考える ◆方法がなかなか考えられない児童に声をかける	◆なかなか方法を思いつかない児童に、具体的方法を提案する	
まとめ 5分	- 野菜となかよくなる方法を発表する - 野菜となかよしカードの説明を聞く 	○ 残さずにがんばって食べようとする意欲を持たせる ○ 野菜となかよしカードを配り、記入の方法を説明する 自分で考えた「野菜となかよくなる方法」を保護者に伝える 保護者と一緒に考え、野菜となかよくなる方法ができた人は赤色で塗る。できなかった人は、青色で塗る。全部の花が赤色になることを目指し、がんばるよう伝える		野菜となかよしカード

(7) 事後活動

給食時間での指導

家庭との連携として、野菜となかよしカードに取り組む

(8) 板書計画 ＊パネルシアター用に、移動式黒板を用意する

すきなやさい わけ  ○にん (例)・あまい ○にん ・プチプチ ○にん ・コリコリ にがてやさい わけ  ○にん (例)・にがい ○にん ・におい ○にん ・ふにやふにや	やさいとなかよくなろう やさいとなかよくなるほうほう (例) ・すきなあじにしてたべた ・ちいさくしてたべた ・すきなものといっしょにたべた ・みんなといっしょにたべたら、たべられた	 おとみつけ (例) コリコリ・カリカリ
--	---	--

《音みつけをしている児童の様子》



《児童の考えた作戦》

- ・ 小さくして食べてみる。
- ・ 好きなものと一緒に食べてみる。
- ・ 小さくして、ちょっとずつ他のものと食べるとすきになるかもしれない。
- ・ はじめは少しにして、だんだん量を増やしてみる。
- ・ 口の中に入れて、せえのかむ。それで音を聞いてみる。
- ・ マヨネーズにつけて食べる。
- ・ みそ汁の中に入れてみる。

《保護者からの感想》

- ・ 料理を工夫してみたら少しだけ食べることができました。料理の工夫を私も頑張らなければと思いました。
- ・ 親にとっても好き嫌いを考えるよい機会でした。
- ・ 苦いところを食べてから、食べなくなっていました。あまり気にしていませんでしたが今回の取組で、おいしく食べてもらうことを意識して作るようになりました。
- ・ 好きなものと一緒なら食べられそうです。これから工夫して食べさせるようにします。
- ・ 今回の授業のあとから、野菜や料理に興味を持つようになり、親としても料理の楽しさを伝えることができたとうれしいです。
- ・ 苦手なものも調理法や切り方によって無理なく食べていました。提供の仕方も工夫が必要だと実感しました。
- ・ 普通だったら簡単に残してしまうものも頑張って最後まで一生懸命食べていました。
- ・ ゴーヤのみそいためを家族みんなで食べました。本人ががんばって食べたので、お兄ちゃんも妹も食べるすることができました。
- ・ 食べない物は無理強いをしていませんでしたが、多少工夫してみようと思いました。

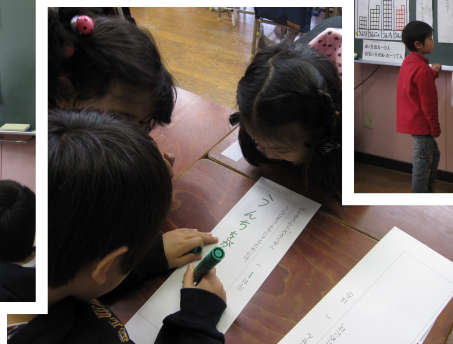
【授業の振り返り】

1年生の発達段階における自己管理能力は、「苦手な食べ物でも親しみを持つことができる」ことであると捉え、授業を行った。

事後活動の「野菜となかよしカードの取組」や「給食時間」においても、児童は音みつけなどに取り組み、自発的に食べようとする様子が見られた。

さらに、「めざせ！げんきうんち！」授業を行うことで、継続的に自己管理能力を育て、次学年につなげることができた。

《めざせ！げんきうんち！の授業風景》



IV 研究のまとめと今後の課題

1 まとめ

新学習指導要領において全教育活動の中で「食育の推進」が求められていることから、食に関する年間指導計画の見直しを行った。年間指導計画を見直すことで、いつ頃、どの教科等で、食育活動を行うかを整理できた。教科等の単元の中に食育の視点を加えたことで、授業の中での食育のポイントが明確になった。また、「各学年の食に関する指導の目標」を見直し関連教科名を入れたことで、給食時間の指導だけでなく各教科等で食育を取り上げるときのねらいを明確にすることができた。

食に関する指導の目標に到達するためには、学級活動で食に関する授業を行うことが重要である。そこで、児童の発達段階に応じた教材を考え、第1学年で「やさいとなかよくなるろう」を行った。この授業の野菜の音みつけは、児童の聴覚に訴える指導であり事後の給食時間においても音みつけをしている様子を見ると、意欲を喚起することができ、やってみたいと思わせる教材で、非常に効果的な授業であった。また、事後活動の実践から、家庭でももっと工夫して野菜を食べさせようとする意識が高まった。各学校の児童の実態に違いはあるが、苦手な野菜がない児童は少なく、給食の残菜も野菜料理が多いことを考えると、積極的に推進していきたい授業である。

2 課題

今回は、教科等と食育の視点との関連付けを行ったが、さらに授業で学んだことを深めるために、給食指導は欠かせない。給食指導の時間は、年間に「45分間×約190日」あり学校の教育活動において国語の授業時間数の次に多い時間である。その給食の時間を積極的に活用するためにも、教科等と給食の関連付けを行い、給食指導のポイントの整理を行う必要がある。

また小学生の食は、家庭の影響力が大きいいため、家庭の協力がなければ学校での学習が活かされにくい。逆に、家庭や地域での食育が学校で活かされているのかも考えていかなければならない。家庭との連携をどのように図っていくかを整理する必要がある。

さらに、今回は栄養教諭の目線で学校における食育活動の整理を行った。しかし、実際に食に関する授業や給食指導を行うのは、多くの場合担任である。教職員間に食に関する指導の意識や関心度に温度差をなくすためにも、さらに指導方法を細かく具体的に示していく必要がある。

「やさいとなかよくなるろう」の指導案を検討したとき、多くの給食主任と検討を重ねた。発問の仕方、児童の動き、座席の工夫など栄養教諭(栄養士)では気がつかないような点も多くあった。教諭の持つ指導技術や児童理解の手立て等は、食育を進めていく上では大変重要である。今後も教諭と協力して具体的実践を積み重ねながら、「誰でもできる楽しい食育」を推進していきたい。

《参考文献》

『食育フォーラム 5月号』2006年5月 健学社

『食に関する指導の手引 第一次改訂版』平成22年3月 文部科学省