

## 食生活を考える ～子どもたちのより良い食習慣づくり～

### I 主題設定の理由

「食」は子どもたちの健やかな成長を支えるうえで、重要な役割を担っている。しかし、現在の子どもたちを取り巻く食環境は、手軽に好きな食べ物を手にすることができる豊かな環境ではあるが、嗜好の偏りや乱れた食習慣をまねき子どもたちの健康を脅かす要因ともなりうる状況である。

食に関する授業実践をとおして、子どもたちが食に対する興味関心や食べ物・栄養についての知識を高めることで、子どもたちがより良い食習慣を身につけ、健やかな成長を支えることができると考え、本テーマを設定した。

### II 研究の内容

#### 1 ティームティーチングによる授業研究

##### (1) 小学校第5学年家庭科「作っておいしく食べよう」

授業者：岩手小学校 飯室 林，鈴木由美

ごはんのみそ汁におかずを組み合わせてバランスのよい食事を考えるという家庭科における食教育の実践だった。カラーのレシピカード等の教材が効果的に使用され、子どもたちの学習意欲を高めていた。栄養職員が専門的な知識をいかして関わることにより、学習内容が深まった。今回は単元（全10時間）を通して関わることでより効果的であった。“バランスがよい”が抽象的で子どもたちにどう教えていくかが課題となる。学級通信でこれまでの家庭科学習の様子を伝えたり、考えた献立を家庭で実際に作ってみるという活動を取り入れたり、家庭との連携を図る工夫がされていた。

##### (2) 小学校第1学年学級活動「王様達を元気にしよう！」

授業者：勝沼小学校 阪本寿美子，小林由紀子

ペープサートによる「3つの国の物語」の話を通し、食べ物の3つの働きや食べ物が健康に大きな役割を果たしていることを理解させ、好き嫌いなく何でも食べようとする意欲を育てる実践だった。

教材教具がわかりやすく、色も鮮やかで黒板を見ることにより本時の内容を理解することができた。ペープサートの内容も低学年にあっていたので効果的だった。子どもたちが楽しいと感じることができる授業で、ワークシートからもねらいが十分に達成できたことがわかった。給食時の指導や教室掲示、授業後の「もりもりカード」への取り組みやワークシートへの保護者のコメントなど、本時だけでなく継続性のある指導になっていた。

## 2 学習会 「だしの味覚講座」(コープやまなし出前講座)

合成の粉末だしを使った料理が普及している中、天然だしと合成の粉末だしを比べる味覚テストを行いながら、食生活の偏りなどから生じる味覚障害について学習した。味覚テストという体験を通して楽しく学習でき、日常の食生活をふり返る機会にもなった。家庭科のみそ汁の学習にも生かせる内容でよかった。

## Ⅲ 成果と課題

### 1 成果

- ・ 管理職・学級担任・栄養教諭・栄養職員のそれぞれの視点をもって意見を交わすことができ、組織として充実した研究ができた。
- ・ 授業研究と学習会(だしの味覚講座・実践報告・教材教具の紹介)の2本柱で研究を進め、充実した内容だった。
- ・ ティームティーチングによる2つの授業研究を行うことができた。低学年・高学年の2グループに分かれて授業実践に向けての研究を進めたことにより、話し合いの時間も十分とることができ、内容にも深まりがあった。
- ・ 授業を実際に見ることで、食教育のための効果的な指導方法(教材の使い方、発問のしかた、ワークシートの活用など)を学びあうことができた。高学年の授業では、家庭科との関連について共通理解が図られた。
- ・ 食教育の授業では、児童の実態をふまえた教材教具が有効であること、学級担任と栄養教職員が連携を図り、それぞれの専門性をいかしたTTの授業が効果的であること、家庭との連携が不可欠であることを確認した。

### 2 課題

- ・ 教科と関わった食教育の授業では、教科のねらいをとらえた上で、食育の視点を入れていく必要がある。
- ・ 教材教具の紹介は有意義だった。それらの教材教具を共有し、各学校で活用できるシステムがあると実践がしやすくなり食教育の広がりにつながる。
- ・ 他校の実践や授業研究を各学校の実践に結びつけていく。

### 3 来年度に向けて

- ・ 一人一実践は、食教育を進めていくきっかけになる。
- ・ 学級担任も多いので、給食の様子やマナー、偏食など日常の食に関する指導についても意見交換をして共通の課題をみつけるのもよいのではないか。
- ・ グループを教科で分ける方法もある。
- ・ 食教育の全体計画や年間指導計画の作成。指導計画に基づいた系統的な指導、小中の連携や発達段階に応じた指導を進めていく。
- ・ 食教育は学校全体で取り組むことが効果的なので、今後も管理職や教諭、栄養教職員とともに研究を深めていきたい。

(部長 早川貞子)