

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

本研究会では、授業をとおして、食に対する興味関心を高め、食べ物の働きや栄養バランス、感謝の心など、食に関する知識を深めることにより、子どもたちがより良い食習慣を身につけられることを目指している。また、学級担任と栄養教諭・栄養職員のティームティーチングによる授業のあり方や教材教具の活用方法など、効果的な学習活動の実践にむけてとりくんでいる。

学校教育の一環として、食に関する指導が計画的に実践され、望ましい食習慣づくりと、学校生活を生き生きと楽しく過ごす子どもたちを育成したいと考え、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4学年学級活動「1日のスタートは朝ごはんから」

授業者：塩山南小学校 教諭 村田奈緒美，栄養教諭 市川智也

内 容：食生活学習教材，サーモグラフィー，学力と朝ごはんの関係，排便の仕組みを示したグラフなどを活用し，1日の始まりである朝ごはんの大切さについて理解を深めた。自分の生活をふりかえり，自ら進んで栄養バランスのとれた朝ごはんを食べることや生活リズムを整えようという気持ちを育てることをねらいとした授業であった。

成 果：全学校に配布されている文部科学省の食生活学習教材を活用した授業を展開したことで，どこの学校でも食教育を進められるきっかけづくりとなった。具体的なデータをもとに作成された教材は，子どもたちの興味，関心，理解を深めることができた。ワークシートは家庭との連携を意識した内容となっており，家庭を巻き込んだ授業となっていた。さらに，子ども主体の授業となるために，ペア学習などを取り入れ，子どもたちが発言できるような手だてをとる工夫も大切であった。

(2) 小学校第3学年社会科 題材「受け継がれてきた年中行事と行事食」

授業者：大藤小学校 教諭 廣瀬尚子，栄養職員 佐藤麻美

内 容：単元名「さぐってみよう むかしのくらし」の中で，年中行事の際に食べる行事食をとりあげ，受け継がれてきた人々の思いや願いをとらえることができるよう，食育とからめた授業であった。

成 果：教科のねらいと食育の視点の位置づけが難しい授業であったが，教科の

ねらいがしっかりとおさえられた授業展開がされた。パワーポイントにわかりやすい工夫がされており，子どもたちが集中して授業を受けることができていた。TTの連携もスムーズで難しい言葉を専門的な立場からわかりやすく説明することで子どもたちも真剣に聞く姿が見られ，とても効果的であった。授業規律もしっかりできており，日々の指導の大切さを改めて感じた授業であった。

## 2, 一人一実践

一人一実践の報告は，各学校で行われた様々な食育の授業の様子がわかり，参考になる情報が多く，今後にいかせる実践であった。子どもたちに食について考えさせるきっかけづくりとなった。

## 3, 調理実習 「簡単なお弁当とおやつ作り」「塩山式手ばかり」

講師に管理栄養士新井孝子先生をむかえ、簡単なお弁当メニューとおやつを各班で作し、各自で持参したお弁当箱に詰めた。ごはんは、ラップを使い、塩山式手ばかりで計量し、自分の適切なごはん量を知ることができた。地域で推奨されている実践を知る良い機会となった。

## Ⅲ成果と課題

### 1, 成果

- ・ 二回の授業実践と各校の実践発表により，テーマに迫る研究が推進できた。
- ・ 指導案の検討から授業実践までの研究で指導計画や授業の展開，より効果的な指導方法（教材の使い方，発問の仕方，ワークシートの活用など）を管理職・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。
- ・ 特別活動と教科の授業実践でそれぞれの中での食教育の在り方について学ぶことができた。
- ・ 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，授業で終わりではなく授業をきっかけに日々の積み重ねが大切であることなどを確認した。

### 2, 課題

- ・ 各学校で食育の授業ができるよう，教材教具の共有化を考えていきたい。
- ・ 特別活動や教科の中で食育がより広げられるよう，食に関する全体計画，月別の指導計画を確認し，授業実践を考えていきたい。
- ・ 中学校での授業実践にもとりくめるよう手立てを考えていきたい。

（部長 早川 里美）