

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、学校教育の様々な場面で食に関する指導の実践を広げ、子どもたちがより良い食習慣を身につけ、健やかに成長していくことを目指している。そのために、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研究を進めている。

食に関する指導を学校教育の一環として計画的に進めていくことは、子どもたちのより良い食習慣づくりにつながると考え、本主題を設定した。

II 研究内容

1 食育学習会

(1) 「食に関する指導の手引き第2次改定版の活用」

講師：県保健体育課 指導主事 池田眞佐子先生

内容：子どもを取り巻く食に関する現状と課題から、食に関する指導の必要性について確認した。また、食に関する指導の実践例から、指導方法について学習した。

(2) 「コロナ禍における食育について」

講師：加納岩小栄養教諭 小林由紀子先生

内容：①3年生社会科「給食センターではたらく人と仕事」の単元における見学時の指導案を基に、実際に見学コースに沿って学習した。

感染症予防に配慮したポイント

- ・給食センターの外回りの施設設備も見学コースに組み込み、施設内の見学と大きく2グループに分けた。
- ・施設内の見学を小グループごとのウォークラリークイズ形式にした。

②CATV や ICT を使った食育・家庭科や社会科の授業への関わり・教科と関連した掲示物の作成等の紹介。

2 給食時間における食に関する指導案・指導資料の作成

内容：「食に関する年間指導計画」を基に給食の時間における食に関する指導案、指導資料を小学校低学年用、中学年用、高学年用と発達段階に分け作成した。

○4月【楽しい給食】

- ・給食のきまり（低）・正しい後片付け（中）・楽しい給食の工夫（高）

○2月【健康によい食事】

- ・野菜の旬（低）・成長期に必要な栄養（中）・生活習慣病（高）

○3月【1年間の反省】

- ・給食時間を振り返る（低）・給食時間の大切なことを確かめる（中）
- ・給食時間を振り返り、食生活を見直す（高）

### Ⅲ 成果と課題

#### 1 成果

##### (1) 学習会

- ・「食に関する指導の手引き第2次改定版の活用」の学習では、現代の食に関する諸問題や課題を知ることができ、あらためて食育の重要性を確認することができた。また食育の方法や場面について、具体例を見ながら推進のためのヒントとなることをたくさん学ぶことができた。
- ・「コロナ禍における食育」の学習では、給食センターの見学と社会科を結びつけた実践の紹介から、食教育と教科とを関連づける大切さをあらためて感じる事ができた。また、実際に給食センターを見学し、子どもたちの指導に役立てることができた。見学コースには児童の学びが深められる工夫が盛り込まれており、今後の実践にもつながる学習の場となった。またコロナ禍においても食育を進める工夫を知ることができ、参考になった。

##### (2) 給食時間における食に関する指導案、指導資料の作成

- ・低・中・高学年ごとの発達段階に応じた1年間分の指導案と資料を完成させることができ、より計画的に食育を進める環境が整った。模擬指導も行い、指導方法や教材の活用について共有することができた。今まで作成してきた教材を含め、それぞれの実践も定着しつつあり、食教育の広がりにもつながった。

#### 2 課題

- ・作成した指導案や教材を部会の中だけでなく、多くの先生で共有し有効活用できるとよい。
- ・今まで作成した指導案や指導資料の見直しを行う他、新たに教科の中で食育に関連するものを洗い出し、教材作りをするなどの研究を深めていくとよい。
- ・部会には栄養士より教壇教諭の先生方が多くなった。食に関する指導の手引きをもっと読みこなし、教科に入り込める部分を探していくことも大切ではないか。

(部長 福嶋沙織)