

## 1 研究テーマ

「食生活を考える」 ～子どもたちのより良い食習慣づくり～

## 2 テーマ設定の理由

「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。現在の子どもたちを取り巻く食環境は、手軽に好きな物を好きなだけ手にすることができ、一見豊かになったように思える。しかし、嗜好の偏りや乱れた食習慣をまねく要因ともなり、子どもたちの健康に様々な影響を及ぼしている。

本研究会では、授業を通して、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などの食に関する知識を深めると同時に、食への感謝の心を育成し、最終的に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向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。

## 3 研究経過および計画

- 5月 8日 研究組織作り，研究テーマの決定
- 5月20日 研究の具体的方法の検討，研究授業実践校決定
- 6月 3日 研究計画の確認，夏季学習会の内容検討，研究授業内容検討
- 8月 3日 授業案検討（後屋敷小学校・第2学年学級活動）  
山梨県産の間伐材でマイ箸づくり
- 8月28日 研究授業，研究会（後屋敷小学校・第2学年学級活動）
- 9月30日 県教研レポート内容検討，一人一実践報告（山梨市班）
- 11月25日 一人一実践報告（甲州市班①）
- 1月13日 一人一実践報告（甲州市班②）
- 2月 3日 食育学習会
- 2月10日 研究のまとめ

## 4 実践内容

### 第2学年2組 学級活動指導案

指導者 廣瀬 明子 (T1)

高野 明子 (T2)

#### 1 題材名 「めざせ! おはし名人」 (2) - キ

\* (2) 日常生活や学習への適応及び健康安全

キ 食育の観点を踏まえた学校給食と望ましい食習慣の形成

#### 2 題材について

##### (1) 教材観

子どもたちの食生活の乱れが社会問題となって久しい。食育基本法の制定により学校教育においても食育が推進されるようになり、食文化を見直し伝承することの重要性も認識されるようになってきている。

日本における箸の歴史や起源については様々な諸説があるが、いずれにしろ遙か昔から伝承されていることには間違いない。箸一膳で、挟む動作以外につまむ、わける、運ぶ、ほぐす、混ぜる、すくう、切る、刺すなど様々な操作を行うことができ、日本の食文化の象徴として取り上げられている。その箸づかいに関するマナーは、長い年月をかけて生活の中で蓄積された日本独自の食文化の一つであるが、現在では箸を正しく持つことができない子どもが増えている。正しい箸づかいができるようになるためには、幼児期からの食環境が重要であるといわれている。京都教育大研究によると幼児は、スプーンを持つように箸を強く握りしめる初期段階から、いくつかの段階を経て正しい持ち方すなわち伝統型に達するという。従って、正しくない箸使いとは、伝統型に達するまでの過渡的な段階で留まっている状態であり、箸を正しく持つためにはいかに箸づかいを発達させるかが鍵となる。それには食環境が重要な役割を果たす。

ところが、近年、家庭における子どもの孤食の増加が指摘されており、身近な人から箸づかいを学ぶ機会が薄らいでいる傾向がある。また、箸づかいは料理の形態や食器の形状からも影響を受ける。私たちの生活に溶け込んでいるファーストフードや市販の菓子、副菜の少ない献立では箸を使う機会は減少している。加えて、お子様ランチのように数種類の料理を大皿に盛り合わせた料理は箸では食べにくく、スプーンやフォークを使用することとなり、箸づかいは上達し難い。箸づかいを学ぶ食環境は、人間関係、料理、食器のいずれにおいても悪化しているといえよう。その結果として、箸を正しく持つことができない子どもが増えているという。こうした環境の子どもたちに、伝統型の箸使いの習得を目指すアプローチをしていきたいと考えた。さらに、正しい箸づかいを学ぶことで日本の食文化や食習慣を見直すよい機会ともなると考え、本教材を扱うこととした。

参考文献：京都教育大学環境教育研究年報第16号(2008)

## (2) 児童観

女子9名 男子11名 計20名

全体的に明るく、外遊びを好む子どもが多い。学習にも前向きで、課題に対して意欲的に取り組んでいる。ただ、日本語指導を受けている児童や個別の支援を必要とする児童も複数いるので、体験的な学習を通して理解を深めたいと考える。

ほとんどの児童は、給食の時間を心待ちにしており、3校時を過ぎいい香りが漂ってくると、「～の臭いがしてきた。」とつぶやいたり、「今日の給食は何だっけ。」と献立表を覗き込む姿を見かける。ただ、給食中何杯もおかわりをする児童がいる一方、野菜や魚をほとんど食べ残す児童もいる。また、肘をついて食べていたり、姿勢がよくなかったり、茶碗を正しく持てていなかったりするなど食事のマナーが身につけていない児童もいる。一人一人を注意して見ると、食べ物を挟んではいるが、正しく箸を持つ児童は、皆無に等しい。さらに、実態調査から、家庭で食事のマナーについて指導された経験のある児童は少なく、箸使いについては指導を受けている児童は極めて少ないことがわかる。

## (3) 指導観

子どもたちに食事の用具（フォーク スプーン 箸）の機能を確認していくと、それぞれの用具の機能を比較することになる。箸が他の食食用具の機能性を持ち合わせていることを、理解する。子どもたちは、多機能である箸の素晴らしさに感心し、箸を上手に扱いたいという思いが生まれであろう。また、正しい箸の持ち方と、事前に撮影しておいた自分の箸の持ち方の写真とを比較することで、正しく持てているかどうか自分の課題を知ることができる。そこで、子どもたちに魅力ある体験的な活動を通して、一人ひとりの葛藤が生まれるように仕組む。段階的に構成され難易度が高くなる活動に出会わせることで、より意欲的な取り組みとなるようにしたい。その場で、評価され上達するにつれて、もっと上手に箸を使いたいという目的が、躰の押しつけではなく、子ども自身が意欲的に向上心を持って取り組む主体的な活動となっていくように考えた。一方、うまくできなかつたら、再度お箸練習カードに戻り自主的に練習できようにした。このように繰り返し練習することで、自己決定した課題解決につながっていくと考えた。そうすることで、単なる箸の持ち方の練習で終わるのではなく、最終目標である「きれいに食べる」という食習慣の形成へとつながっていく。また、家庭でも箸づかいに関心をもってもらうことで、日常化につながっていくであろうと考えた。

### 3 【学級活動（2）「日常の生活や学習への適応及び健康安全」の評価規準】

A 集団活動や生活への 関心・意欲・態度	B 社会や集団の一員として の思考・判断・実践	C 集団活動や生活について の知識・理解
自己の身の回りの問題に関心をもち、進んで日常の生活や学習に取り組もうとしている。	学級生活を楽しくするために日常の生活や学習の課題について話し合い、自分に合ったよりよい解決方法などについて考え、判断し、実践している。	学級生活を楽しくすることの大切さ、そのための基本的な生活や学習の仕方などについて理解している。

4 事前の活動

活動の場面	児童の活動	指導上の留意点	目指す児童の姿と評価方法
短学活	・実態アンケート調査 ・箸の持ち方調査	・今現在の自分の箸の持ち方について把握させる。	【関心・意欲・態度】 ・自分の箸の持ち方に関心をもっている。 ＜実態調査＞

5 本時の学習

(1) 日時 2015年8月28日(金) 14:00~14:45

(2) 場所 山梨市立後屋敷小学校 2年2組教室

(3) 本時のねらい

- ・自分の箸の持ち方についての課題をもつ。
- ・正しい箸づかいを知って、箸を上手に使用しようとする意欲を持つ。

(4) 食育の視点

- ・正しい箸づかいを通して人間関係形成能力を身に付ける。 ＜社会性＞
- ・自分たちの食生活は、先人によって培われてきた日本の風土や食文化につながっていることを理解し、尊重する心をもつ。 ＜食文化＞

・研究のテーマ 「食教育を考える」 ～実践の広がりをもつ～

今次教育研究の課題（研究内容）

③「児童・生徒の実態を把握し、課題を明確にした上でのとりくみ」

④「学校（教職員）、家庭、地域（地産地消）との連携のとれたとりくみ」と関わって

児童の実態把握をした上で、狙いを明確にした指導にしていく。また、学習した内容を実践していこうという意欲が継続するように、家庭にも協力を働きかけながら連携を大切にしていきたい。

(5) 展開

過程	学習活動	教師の指導・支援	備考
つかむ	1. メニューに合った用具を見つける。 スパゲッティ フォーク カレーライス スプーン やき魚 はし	T1身近なメニューを提示することで、関心を高める。  T1今日一緒に指導する箸博士(T2)を紹介する。	絵図
	2. 用具の働きを考える [フォーク] まく すくう さす 切る [スプーン] すくう まぜる 切る あつめる [はし] はさむ つまむ	T1用具の働きを考えさせる。 T2児童から意見があまり出てこないようなら、動作化から多様な働きがあることに気づかせる。  T1正しくはしを持てるとよい理	絵図 フォーク スプーン 箸

	<p>はがす まぜる 切る まく あつめる ほぐす 割る 取る</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・箸は、多様な働きがあることを知る。</li> <li>・正しく箸を持てるとよい理由を考える。</li> </ul> <p>3. 本時のめあてを知る。</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p><b>めざせ！おはし名人</b></p> <p>正しいはしのもちかたを みにつけよう</p> </div>	<p>由をまとめる。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○食べ物を落とさない</li> <li>○お皿をきれいにできる</li> <li>○かっこよく食べられる</li> <li>○おいしく食べられる</li> </ul> <p>T2日本の伝統であることにふれる。</p> <p>T1 本時のめあてを提示し、意欲が高まるように働きかける。</p>	
見 通 す  10 分	<p>4. 正しい箸の持ち方を知る</p> <p>①動かす箸は上、動かない箸は下であることを理解する。</p> <p>②正しい鉛筆の持ち方をする。</p> <p>③3本の指で『1』の数字を書く。</p> <p>④下の箸を挟み、上の箸だけ動かす。</p> <p>⑤左ききの持ち方を確認する。</p> <p>5. 正しい箸の持ち方と学習シートの自分の写真とを比べ、自分は正しく持てているか把握する。</p>	<p>T2正しい箸の持ち方を示す。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・正しい鉛筆の持ち方</li> <li>・下の箸を挟み、上の箸だけ動かす。</li> <li>・お箸名人カードを使い、動かす箸と動かさない箸を理解させる。</li> <li>・左ききの持ち方にもふれる。</li> </ul> <p>T1絵カードを黒板にはる</p> <p>T1正しい持ち方と比較することで自分の状況を把握して、上手な箸使いをできるようになりたいという意欲を持たせる。</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p><b>【思考・判断・実践】</b></p> <p>正しい持ち方と比べることにより、自分の課題に気づいている。</p> <p>&lt;観察・学習シート&gt;</p> </div>	<p>持ち方の掲 示図 個人箸 お箸名人カ ード</p> <p>学習シート</p>
深 め る  15 分	<p>6. 正しい箸の持ち方で、挟む練習をする。</p> <p>①一人で正しい持ち方をする。</p> <p>②上の箸だけ、動かす。</p> <p>③スポンジを挟み、隣の皿に移動させる。</p> <p>④豆を一粒挟み、移動させる。</p>	<p>T2全体で正しい持ち方の確認をする。</p> <p>T2正しく持てたら、物をはさみ隣の皿に移すことを示す。</p> <p>T1速さや数の競争ではなく、正しい箸の持ち方をするのが大事であることを確認する。</p> <p>◎全教師で個別指導をしながら、見取る。</p>	<p>個人箸 お箸名人カ ード</p> <p>スポンジ 豆 米 小皿</p>

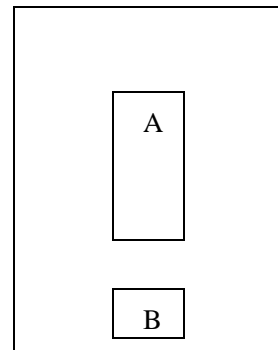
	⑤米を一粒挟み、移動させる。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・正しくできたら、合格シールを貼り意欲を高める。</li> <li>・うまく挟めない児童は、お箸名人カードに戻り練習させる。</li> <li>・全部合格できた児童は、大名人への意欲を持たせる。</li> </ul> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; width: fit-content;"> <p>【関心・意欲・態度】 意欲をもって、課題に取り組んでいる。 &lt;観察&gt;</p> </div>	
振り返る 8分	<p>7. 今日の学習で、わかったことやできるようになったこと、これからの目標を発表する。</p> <p>9. 今日の学習のまとめをする。</p>	<p>T1今日の学習をしてできるようになったことや感想を発表させる。</p> <p>T1これからの自分の目標にもふれるようにさせる。</p> <p>T2これからも大名人をめざして行ってほしいことを告げる。</p>	

《お箸名人カード》

武庫川女子大学 藤本勇二主宰  
「食育実践研究会」より

穴のあいたAの部分に上側に持つ箸を入れ、Bの部分には下側に持つ箸を入れ、上下に動かす練習をする。下側のBの部分は、箸が固定されて動かないことが体験できる。

縦  
4.5 cm



横 3.5cm

(6) 板書計画



## 6 授業後の研究会より

### <授業者より>

・今までの自己の箸の持ち方が定着しているので、短時間で改善することは難しいと考えた。授業の振り返りで、書く時間を確保すると深める過程での時間が少なくなってしまう。そこで、「自分の箸の持ち方についての課題をもつ」というめあてに替え、「見通す」過程で自分の箸の持ち方について自己課題を持ち、それを見取ることにした。

・「見通す」過程で、自己決定がしやすくなるようにそれぞれの児童の持ち方の拡大写真を用意した。

### <討議より>

・用具の働きを考え、日本の伝統にふれた後正しい箸の持ち方を学習する流れで、児童の意識に沿った流れであった。

・本年度の研究のテーマに沿って、児童の実態把握から授業づくりができていた。

・掲示から用具の具体的な働きを考えることができた。また、箸づかいを練習するステップで、スポンジ→豆→米粒と、課題を高くすることで児童の意欲が高まっていった。

・TTの授業だったので、それぞれの役割分担ができていて児童も楽しみながら活動していた。

・参観した教師全員が指導する場面をつくったが、児童を一人一人見取り意欲を高めることに繋がった。また、教師にとってもこの経験を今後の自分の指導に生かせる、という両面より妥当であった。

・正しく箸を持てるとよい理由を発表させる時、教師が予め用意していた言葉に導いてしまっていた。児童のつぶやきをそのまま板書してよかったのではないかな。

・「見通す」過程で児童が拡大した写真から自己の課題を見つけることが、難しかった。中指や薬指の位地に色シールを貼るなどして、視覚的に考えさせるとよかったのではないかな。

・「お箸名人カード」を使うことで、動かす箸と動かさない箸との役割を具体的に指導することができた。ただ、カードの下の穴が箸の太さに比べて大きく、児童の箸が動いていた。もう少し穴を小さくして方がより、動かない箸を自覚することができたのではないかな。

## 7 授業のようす







8 事後の指導

活動の場面	児童の活動	指導上の留意点	目指す児童の姿と評価方法
給食時間 短学活	<ul style="list-style-type: none"> <li>・学習した内容や自分のめあてを意識しながら、食事をとる。</li> <li>・友だちどおしで確認し合う。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・実践化に向けて継続した取り組みになるように助言する。</li> <li>・栄養士も学級を巡回した折に、積極的に声かけをする。</li> <li>・家庭と連携しながら指導することで、関心意欲が継続するようにする。</li> </ul>	<p><b>【思考・判断・実践】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・学習したことをもとに正しい箸使いをしていこうというめあてを持ち、進んで実践している。</li> </ul> <p>&lt;学習カード・観察&gt;</p>

9 事後のようす



# アンケート

名前

1 あなたの家族（いっしょにすんでいる人）は、だれですか。○でかこみましょう。

おかあさん おとうさん おばあちゃん おじいちゃん おにいさん

おねえさん いもうと おとうと そのほか

2 しょくじのしかたでちゅういされたことが、ありますか。

だれから（いっしょにすんでいない人からでもいいです）

どんなこと いくつでも○でかこみましょう。

ちやわんのもちかた しせい はしのつかいかた

のこしもの（ちやわんにごはんがついているなど） こぼしてしまう

すききらい おしゃべりをしている じかんがかかる テレビを見ながらたべる

音を立てる

そのほか

ちゅういされたことがない


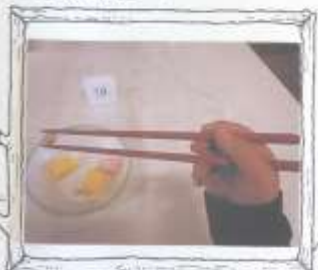
家族構成							食事の仕方で注意されたことがあるか										
母親	父親	祖母	祖父	兄弟	その他	誰から	茶碗の持ち方	姿勢	箸の持ち方	残し物	こぼす	好き嫌い	おしゃべり	時間がかかる	テレビ	音をたてる	注意されたことがない
○	○					父		○									
○	○			○		母 父		○					○		○		
○	○			○		母	○					○					
○	○			○		母 父									○		
○	○			○		母父祖 母		○	◎				○	○			
○	○																●
○		○		○		母						○					
○	○			○		母 父				○	○				○		
○				○		祖父	○	○	◎		○	○	○	○	○		
○	○			○													●
○	○			○													●
○	○			○													●
○	○			○		母 父							○		○	○	
○	○			○		母		○			○				○	○	
○	○			○		母				○			○	○			
○	○			○		母				○							
○	○			○		母	○	○									
○	○	○	○	○													●
○	○			○		母									○		
○	○			○		母		○									
○	○	○	○	○		母						○		○	○		

### めざせ! おはし名人

名前

＜し・びょう前のもちかた＞  
正しいもちかたが、できている

＜し・びょう後のもちかた＞

あうちの方から  
おはしを正しく握るには、  
おはしの柄杓の部分を握り、  
おはしの先を指先でつまむように  
握ります。

わかったこと  
今までわたしのもちかた  
は、ぜんぜんひらがなでした。  
なんでも、もてる大名人に  
なりたいです。



級	し・びょうリスト	HAでい
大名人	おはしをつかって、きれいにたべることができる。	
名人	お米を1つぶはさむことができる。	
1級	おまめを1つぶはさむことができる。	
2級	スポンジを1こはさむことができる。	
3級	上のはしだけ、うごかすことができる。(おはし名人カード)	
4級	ゆびをのぼして、1のすう字を書くことができる。	
5級	正しいえんぴつのもちかたができる。	

### めざせ! おはし名人

名前

＜し・びょう前のもちかた＞  
正しいもちかたが、できている

＜し・びょう後のもちかた＞


あうちの方から  
正しい持ちかたは、おはしの柄杓部分を握り、おはしの先を指先でつまむように握ります。

わかったこと  
まえまではちがえりかただけだったけど、たんぱく質ももてる大名人になって、きれいにたべたいです。


級	し・びょうリスト	HAでい
大名人	おはしをつかって、きれいにたべることができる。	
名人	お米を1つぶはさむことができる。	
1級	おまめを1つぶはさむことができる。	
2級	スポンジを1こはさむことができる。	
3級	上のはしだけ、うごかすことができる。(おはし名人カード)	
4級	ゆびをのぼして、1のすう字を書くことができる。	
5級	正しいえんぴつのもちかたができる。	

### めざせ! おはし名人

名前



<しゅぎょう前のもちかた>  
正しいもちかた  
できている  
できていない



<しゅぎょう後のもちかた>

以前のしゅぎょうは、おはしを上手に使って、おはし名人を目指して練習して、おはし名人になりました。おはし名人のしゅぎょうは、おはしを上手に使って、おはし名人になりました。

さようできるよ  
にやったことや、わか  
ったこと、これからの  
目ひょうを書こう

わかったこと  
今まではおはしのもちかたが  
わからなかったから、おはし  
名人になることができました。  
これからも、おはし名人  
を目指して練習して、おはし  
名人になります。

これからの目ひょう

いかに食べたい。

級	しゅぎょうリスト	けんてい
大名人	おはしをつかって、きれいにたべることができる。	
名人	お米を1つつまはさむことができる。	
1級	おまめを1つつまはさむことができる。	
2級	スポンジを1こはさむことができる。	
3級	上のはしだけ、うごかすことができる。(おはし名人カード)	
4級	ゆびをのぼして、1のすう字を書くことができる。	
5級	正しいえんぴつのもちかたができる。	

### めざせ! おはし名人

名前



<しゅぎょう前のもちかた>  
正しいもちかた  
できている  
できていない



<しゅぎょう後のもちかた>

はじめは、おはしをつかえなくて、おはし名人を目指して練習して、おはし名人になりました。おはし名人のしゅぎょうは、おはしを上手に使って、おはし名人になりました。

さようできるよ  
にやったことや、わか  
ったこと、これからの  
目ひょうを書こう

わかったこと  
おはし名人を目指して練習して、おはし名人になりました。おはし名人を目指して練習して、おはし名人になりました。

これからの目ひょう

正しいおはしのもちかたが、できるようになりました。

級	しゅぎょうリスト	けんてい
大名人	おはしをつかって、きれいにたべることができる。	
名人	お米を1つつまはさむことができる。	
1級	おまめを1つつまはさむことができる。	
2級	スポンジを1こはさむことができる。	
3級	上のはしだけ、うごかすことができる。(おはし名人カード)	
4級	ゆびをのぼして、1のすう字を書くことができる。	
5級	正しいえんぴつのもちかたができる。	

## 5 研究組織および参加者

東山梨教育協議会 食教育部会（教諭10名 栄養教諭・栄養職員9名）

精進 重仁

廣瀬 明子      小林 由紀子      保坂 恵      小林 智子      中村 しげみ

内田 厚子      早川 里美      山宮 武徳      志村 さゆり      檜垣 貴子

野尻 あや子      高野 明子      関 初実      筒井 ひさ美      五味 秋津

市川 智也      廣瀬 尚子      佐藤 麻美

## 6 成果と課題

今年度の県が示す研究の課題には、「児童・生徒の実態を把握し、課題を明確にした上でのとりくみ」がある。今回の研究授業では、食事のマナーに関するアンケート結果をもとに、実態把握から授業づくりができていて、自己の課題が分かりやすいワークシートの工夫もされていた。

研究授業では、盛りだくさんの内容になることが多い中、今回はめあてを「自分の箸の持ち方についての課題をもつ」という事にしぼった。そして、給食時間を活用して事後指導を行い、ワークシートに「分ったこと」や「これからの目標」を書く時間も別に設け、家庭からのコメントも書いてもらい、締めくくった。授業のティームティーチングの場面はもとより、様々な場面で学級担任と栄養教諭・栄養職員の連携がとれていた。家庭への啓発活動なども含め、このような活動の日々の積み重ねによって、食育が深められ、真の力になっていくことを共通理解できた。

課題としては、昨年度作成した『教材教具一覧表』の活用である。食教育を実践しやすくするために、部会員の要望により教材の保管場所がすぐにわかる表を作成した。しかし授業時間の確保が困難なこともあり、この一覧表を使用して実践することがあまりできていない。今回の研究授業でもその活用はなかった。しかし、子どもたちの興味関心をひく魅力的な教材も多いので、その活用方法は実践発表などで地道に広げていく必要がある。

また、教材を活用して食育の実践を広めていくために、教材教具のデータ化の必要性を強く感じた。毎年実施している、研究授業や一人一実践の研究などを出来るだけデータ化して、それを毎年積み重ねることで財産となるようにしたい。

食に関する指導の全体計画や年間指導計画に基づいた実践が行われている学校もあるが、学校間での差が見られる。年間指導計画通りに食に関する指導が行われる研究も必要である。今後も教育活動の一環として、食に関する指導が計画的に実践され、子どもたちのより良い食習慣づくりに迫れるよう研究を進めていきたい。