

## 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」は子どもたちが学校生活を送る上で、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、手軽に好きなものがいつでも手にすることができ、豊かになったようにみえるが、嗜好の偏りや乱れた食習慣を招く要因ともなり健康に悪影響を及ぼしている。

本研究会は、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の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て、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・学校栄養職員のT・Tによる授業の進め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、学校生活を楽しく過ごせる子どもたちを育成したいと考え、本テーマを設定した。

## 3 研究テーマ及び計画

5月	6日	研究組織づくり、研究テーマの決定
5月	18日	研究の具体的な進め方の検討、研究授業実践校の決定
6月	1日	研究計画の確認、授業実践内容の検討、夏季学習会の内容検討
8月	1日	授業案検討（勝沼小学校・第1学年学級活動） クラブ活動で実践できそうなおやつ作り
8月	31日	研究授業、研究会（勝沼小学校・第1学年学級活動）
9月	28日	県教研レポート内容検討、一人一実践報告（甲州市班）
11月	30日	一人一実践報告（山梨班）
1月	11日	一人一実践報告（甲州市班）
2月	8日	食育学習会
2月	15日	研究のまとめ

# 第1学年 学級活動 学習指導案

指導者 岡 ひさ江(T1)  
早川 里美(T2)

- 1 題材名 よくかんでたべよう  
(2) 日常の生活や学習への適応および健康安全  
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

かむことは食べ物を細かくかみ砕き消化吸収を助けるばかりでなく、歯の病気の予防、顔の筋力の発育、肥満防止、脳の記憶力、集中力を高めるなどさまざまな効果をもたらす。また、味覚の発達にも大切である。

しかし、現代の食生活は、加工食品や脂肪分の多い食事が多く、それらは柔らかく食べやすく、かむことが極端に減ってきている。また、食事の時間の減少、家族とともに食事をせず、子どもだけでそれぞれのものを食べる孤食等もかむ回数の減少につながっていると考えられる。幼児期から児童期に移行するこの時期に、児童自身が自分の食事のあり方について気づき、生涯、食事をする上での正しい食生活のあり方について考える機会を持つことは必要だと考える。

そこで、毎日何気なく食べている「ご飯」のかみ方を見直し、かむことの大切さを理解することで、日常生活の中でよくかんで食べることのできる習慣づけになると考え、本教材を扱うこととした。

### (2) 児童観 (男子12名 女子14名 計26名)

本学級の児童は話し好きで休み時間は元気いっぱい校庭で遊ぶことが多い。これまでに食べ物には赤黄緑の仲間があり、栄養バランスがとれた食事が健康な体作りに欠かせないことを学習してきている。入学当初全く牛乳を飲もうとしない児童、食べたことがない食品をおそろおそろ食べる児童など食経験には個人差があったが、毎日の学校給食で友達とともに楽しく食べる、残さず食べるなどを繰り返すうち、給食を楽しみにし、嫌いなものでも少しでも食べようと努力する姿が見られ、時間はかかるがほとんど残食はない。「今日の給食は〇〇だ」と献立表を登校前にチェックしたり、3校時頃の給食室からのいいにおいに「これは〇〇だ」とメニューを当てたり、給食の時間を待ち遠しく思っている児童が多い。アレルギーのある児童は4人いて、お弁当持参の児童・エピペンをランドセルに入れている児童もいる。

全体的によく食べるが、早食いでよくかまずに食べる児童・話に夢中になって時間ぎりぎりになって駆け込んで食べる児童、うまくかめないため、飲み込むのに時間がかかる児童などさまざまな問題を抱えている。

事前調査では、自分ではよくかんでいると思っている児童が多い。家族からは食事で気をつけていることとしては箸の持ち方などマナー的なことを注意され、かむことに対してあまり意識していない。児童は3日間家での食事内容をほとんど記憶していない現状であった。

食べることに受け身の様子も感じられる。嫌いな物はキノコ類，パプリカ・ピーマン，豆類などで，6月に行われた給食試食会では「家では口にしないものも給食では食べていて驚いた。」と保護者の感想が寄せられた。

また，本校児童は，毎日，歯磨きを全校一斉に放送に合わせて丁寧に行っている。1年生も黒板に貼られた16の絵を見ながら熱心に磨いている。よくかむことが歯の健康にもつながること，これからの健康生活に大きな関係があることに気付き，乳歯から永久歯に生え替わっていく大切なこの時期に，よくかんで食べることの必要性をしっかりと考えさせ，これからの食生活に定着させたい。

### (3) 指導観

まず導入では，ご飯をかむ動作を取り入れ，かむということは意識せずに食事をしていることに気づかせる。

次に，ペープサートを使用し，よくかまずに食事をしたおおかみについて考える。かむことの良さは消化の良さのみに関係していると思っている児童も多く，安易によくかまなかったからだと予想するだろう。食べ物の消化について，視覚的にわかりやすい食育エプロンを利用し，食べたものが栄養として体に吸収されていくことを理解させる。

かむことの知識を得たところで，実際によくかむことを経験させる。無意識にかんでいたときとの違い，食べ物が軟らかくなること，唾液が出てくることなどに気づき，口の中の状態・あごの様子などから，かむことについて考えさせられるようにする。

さらに，乳歯から永久歯に生え替わるこの大切な時期によくかんで食べることは，むし歯を防ぎ，歯並び，脳の働きをよくすることにもふれ，児童の関心のある「虫歯になりにくい」「スポーツができる」「頭の働きがよくなる」でさらによくかむことへの意欲を高めたい。

また，実際に一口量のご飯をかむ動作を活動の中に入れるときは，かむことはクラス一律にただ回数を増やすのではなく，一口の量，奥歯でしっかりかむこと，しっかり細かくなってから飲み込むことなどへの意識を高め，一人一人が自分にあった目標に取り組むようにさせたい。

事後は，今後かむことの目標に対し，毎日給食時間後にチェックすることで習慣化を図る。また，家庭からの一言メッセージで児童の実践に対する意欲を高める。

## 3 【学級活動（2）「日常の生活や学習への適応および健康安全」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持ち，進んで日常生活や学習に取り組もうとする。 ・「よくかむ」ことに関心を持っている。	学級生活を楽しくするために日常生活や学習の課題について話し合い，自分にあ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。 ・かむことの効用を知り，よくかんで食べることの大

・学習したことをこれからの生活の中に生かそうとしている。	・自分の食事の仕方を振り返り、かむことの大切さに気づくことができる。 ・かみかたを意識しながら食べるすることができる。	切さを理解することができる。
------------------------------	--	----------------

#### 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	・アンケート調査に答える。	・食に関する意識調査を行い実態を把握する。	・自分の食生活を振り返る。アンケート調査結果
給食	・ごはんをひと口いつもと同じように食べる。	・一口の量やかんだ回数などカメラで撮り記録する。	・ラップに包んだご飯 学習カード

#### 5 本時の授業

(1) 日時 2016年 8月 31日(水) 14:00～14:45

(2) 場所 甲州市立勝沼小学校 1年教室

(3) 目標

- ・何でもよくかんで食べようとする意欲をもつことができる。【実践力】
- ・よくかんで食べることの大切さを知る。【知識理解】

(4) 食育の視点

- ・かむことの大切さを知り、よくかんで食べようとする意識をもつことができる  
(心身の健康)

研究のテーマ「食教育を考える」～子どもたちのよりよい食習慣づくり～

(研究の課題) 県分科会基調提案より

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(教職員間)、家庭、地域(地産地消)との連携のとれたとりくみ

実態把握をし、実態に適した指導を行う。

栄養職員、日常の歯科指導との関連をもたせる。

保護者の協力を求め児童の意欲を高め、習慣化をはかる。

(5) 展開

過程	学習活動	教師の支援(評価)*	備考
つかむ5	1 「よくかんでおおかみくん」の話を聞き、どうしておおかみはお腹が痛くなってしまったのか考える。 ・急いで食べたから。 ・食べすぎたから。	T1 おおかみ T2 うさぎ おおかみが、よくかまないことで消化不良になる・味がわからないことを強調しながらすすめる。	ペープサー ト おおかみ うさぎ

	<ul style="list-style-type: none"> <li>・よくかまなかったから。</li> <li>・いっぺんに口に入れすぎたから。</li> </ul>		
考 え る	<p>2 おおかみくんのお腹が痛くなった原因がわかり、かむことのよさを知る。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・かむといいこといっぱいだね</li> <li>・たくさんかむとお腹にも体にもいいんだ</li> <li>・よくかんで食べなくちゃね</li> <li>・病気にもならないみたいだよ</li> </ul>	<p>T2 食育エプロンを使い、食べ物の流れ、食べ物が体の中でどのように変化したか知らせる。 （「おおかみくん」の食べ方とよくかんで食べる食べ方とを比べながら説明する。）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・口の中で食べ物が細くなる。</li> <li>・体の上の部分（胃）で食べ物がもっと細くなりドロドロになる。</li> <li>・体の下（腸）で食べ物の栄養が体の中に入る。 血や筋肉を作る栄養 熱や力になる栄養 体を病気から守る栄養</li> </ul> <p>T1 食育エプロンを着ける。 T2 オオカミとウサギの食べ方を比べながら、よくかんで食べるとよいことがあることを確認する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・おなかにやさしい。</li> <li>・のみこみやすくなる。</li> <li>・食べ物の味がよくわかる。</li> <li>・栄養が体に入りやすくなる。</li> <li>・むし歯にならない。</li> <li>・頭がよくなる。</li> <li>・スポーツができる。</li> </ul>	食育エプロン
10	○本時のめあてを知る。	T1 本時のめあてを提示する。	カード
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">       どんなふうにかんだら いいのかな     </div>			

<p>深める</p> <p>22</p>	<p>3 かむことのめあてを決めて、一口分のご飯を食べ、感想をもつ。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・いろいろなかみ方について知る。</li> <li>・かんだ回数</li> <li>・ひと口の量</li> <li>・かみ方</li> </ul> <p>・かむことのめあてをきめる。 いつもより <input type="text"/> かんてみよう</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・たくさん</li> <li>・どろどろになるまで</li> <li>・おくばで</li> </ul> <p>○事前調査の時と同じ量のご飯をかんで、口の中の様子と味について感想を持ち、発表する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・だんだん、ドロドロになってきた。</li> <li>・味が変わってきた。</li> <li>・お餅みたいになってきた。</li> <li>・おいしくなってきた。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・一番多かった回数と少なかった回数を知らせる。</li> <li>・ひと口の量の差について知らせる。</li> <li>・かみ方の違い [前歯で食べる] [奥歯とあごを使う] 「かき込む」</li> <li>・自分のかんだ回数と友だちのかんだ回数の違いに気づかせ人によってかむ回数が違うことに気づくことができるようにする。</li> </ul> <p>(ラップに包んだご飯を配る)</p> <p>T 1 食べた後に、口の中の様子を発表することを伝え、意識してかむように伝える。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはんの状態の変化や味の変化に気づかせ、よくかむことによる変化を実感させる。</li> <li>・体験活動からよくかむことによって「消化」「味」の観点からそのよさを実感させる。</li> </ul> <p>*【関心・意欲・態度】 意欲をもって課題に取り組んでいる。</p> <p>〈観察〉</p>	<p>学習カード表</p> <p>ごはん一人ずつ違う量を用意する。</p>
<p>まとめる</p> <p>8</p>	<p>4 本時のまとめをし、わかったことやこれからがんばりたいことを書く。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・これからは、もっとゆっくりかもうと思う。</li> <li>・牛乳で飲み込まないようにする。</li> <li>・いっぺんにたくさん食べないようにする。</li> </ul>	<p>T 1 今までの食事の仕方を見直し、これから食べるときにどのようなことに気をつけたいかかけるように声かけをする。</p> <p>*【思考・判断・実践】 学習を振り返り、自分の課題や目標についてまとめている。</p> <p>〈観察学習シート〉</p>	<p>学習カード</p>

(6) 板書計画



6 授業後の研究会より

(授業者より)

- ・かむ回数にとらわれず、かみ方について考えさせるような授業展開ができればと考えていたが、1時間の授業内容としては盛りだくさんになってしまった。
- ・栄養職員が「かむことの効果」について8つ話をしたが、ねらいが「かみ方」であったため、かむことの効果については時間をかけず、児童の実態にあったものに絞って説明すれば、「深める」「まとめる」の部分の時間が確保できた。
- ・事前の実態把握で、子どもたちの一口の量、かむ回数を調べたことで、個人差があり、食べ方から考えていかなければならないことが見えてきた。身近なご飯をとりあげることで、いつも食べているものでも意識してかむことで口の中の様子が変わり、味がわかるなど、かむことを考えるきっかけになったと感じた。

(討議より)

- ・ワークシートに個々にめあてを書くことは、自分のこととしてとらえることができるため良かった。
- ・授業後の継続につながるワークシートで良かった。
- ・継続していくことが食育にとってとても重要なことであるため、今後給食時間などでもかむことについてふれ、今回の学習内容の定着が図れるように今後とりくみをするのが大切である。
- ・おおかみくんやスペシャルウサギなどのネーミングや、導入の担任と栄養士のペアサートは低学年にとっても効果的であった。
- ・子どもたちが集中して、楽しめる工夫が教材や担任の先生の言葉がけに伺えた。
- ・めあてが「どんなふうにかんだらいいのかな」であるため、かむことの良さも大切だが、どんなふうにというところに時間をかけて深められれば良かったのではないかと。
- ・わかったことを発表する場の時間が確保できればより良かったのではないかと。
- ・板書の書き方では、こんなふうにかむと良いといった例を提示してあれば、子どもも板書を

ヒントにワークシートに1年生でも書くことができたのではないか。

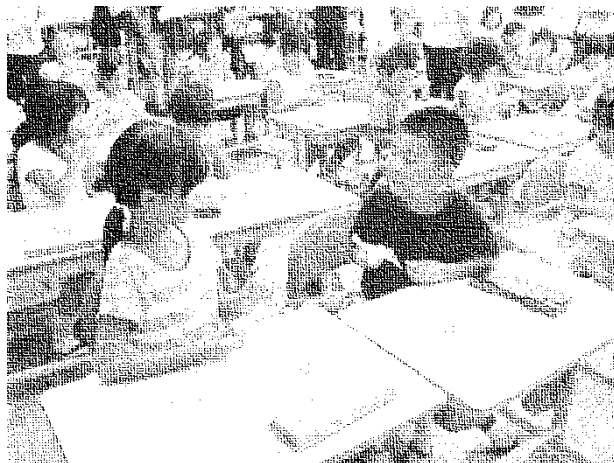
- ・ペアで行う活動も少し取り入れると意見が出たのではないか。
- ・かむことで体験することはできたか、かむことを表現し、書くという能力が1年生ではまだ難しかったのではないか。
- ・よくかむと良いことのパネルが8枚、かみ方についてのパネルが7枚にまとめられていたが、めあてにあった内容を考えるならば、かみ方の説明を大きくし、一目で子どもたちが見てわかりやすい板書が大切。

## 7 授業の様子



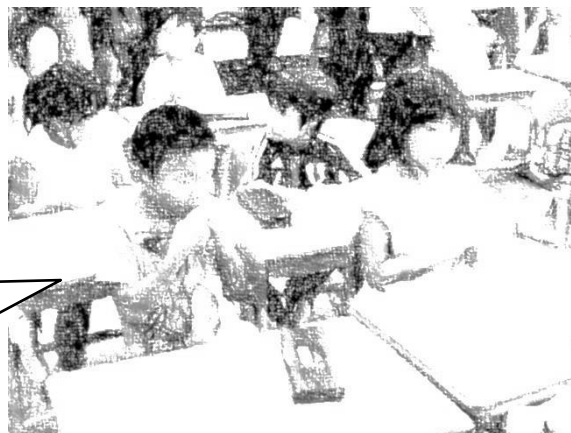
導入で、担任と栄養士による「おおかみくんよくかんで」のペープサートを行った。子どもたちに、おおかみくんがお腹が痛くなった理由を考えさせた。

おおかみくんがお腹が痛くなった理由を、食育エプロン「げんきなまあくん」を使い食べ物が体の中でどうなるかを栄養士から説明した。



事前に測っておいた個々の一口の量のご飯を前回よりも多くかみ、口の中の様子、味、回数を調べた。

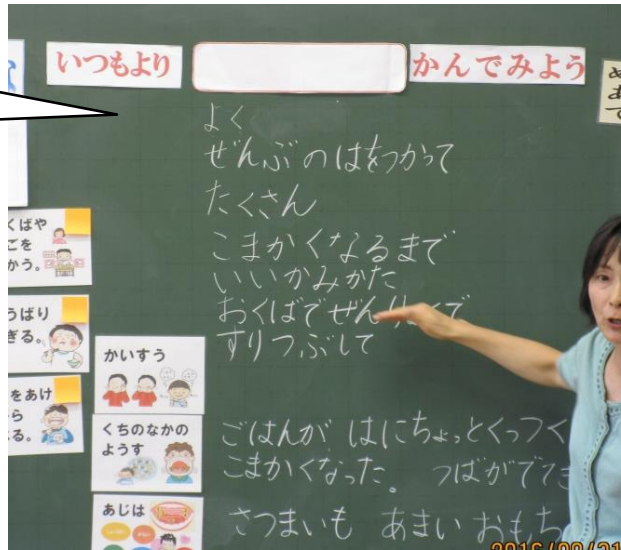
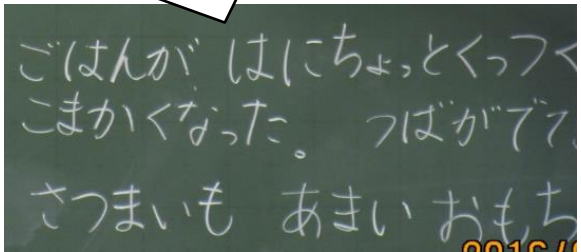
友達と相談しながら、口の中の様子や味を確認し、ワークシートにわかったことを記入した。





よくかんで食べるとは、どんなふうにかんだらよいのかな？

ごはんをいつもよりよくかんで食べると.....



～事前指導の給食時間の様子～

事前に個々のかむ回数と一口の量，食べ方（写真）を給食時間に調べた。



担任，栄養士，調理員 2 名にも協力いただき，事前の実態把握をした。


8 事後の活動

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
給食の時間	<ul style="list-style-type: none"> <li>学習した内容や自分の目当てを意識しながら，食事をする。</li> <li>自分の食事の仕方について学習カードに書く。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>習慣化するように言葉がけをする。</li> <li>意識が継続するように家庭と連携する。</li> </ul>	学習したことをもとによくかんで食べることを実践している。 給食時の食事の仕方 〈学習カード・観察〉


【児童記入資料：ワークシート】

どんなふうにかんだら いいのかな

ねん なまえ



かんだ かいすう 9 かい

いつもより **よく** かんてみよう 

くちのなかのようす	のことになかった。
あじ	なつとあまい。

きょうから **あおかむ** くんへんしんしよう!

いっぱいかむ

9/1			
9/2			
9/5			
9/6			
9/7			

かんそう

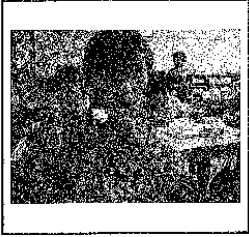
いへのひとから

よくかんてからたべることは、とてもたいせつなことだね！  
これからあおかむくんであいられるようにがんばろうね♡ ママ


いっぱいじやないけどよくかんたいておおかむくんは、なれどおかいます。

どんなふうにかんだら いいのかな

ねん なまえ



かんだ かいすう 16 かい

いつもより **せんぼのはとつがてびく** かんてみよう 

くちのなかのようす	こまかくはった。
あじ	あまい

きょうから **あおかむ** くんへんしんしよう!

よくかむこと

9/1			
9/2			
9/5			
9/6			
9/7			

かんそう

いへのひとから

よくかむてうれしかったてす。おうちであまかんてたべた。

家でも産んでゆくりよくかむことがないので意識してしっかりかんてほしいです。

どんなふうに かんだら いいのかな

1ねん なまえ



かんた かいすう  
23 かい

いつもより **ぜんぜん** かんてみよう。

くちのなかのようす	ごはんがばらばら くっつく
あじ	おてのむじがして おいしい

きょうから **あめかむくん** にへんしんしよう!

あめかむくん

9/1 めく			
9/2 きん			
9/5 げつ			
9/6 か			
9/7 すい			

かんそう  
いえのひとから  
おめかむくんは、おめかむくんを  
おめかむくんは、おめかむくんを  
思っています。

【食育だより 資料】

## 食育だより

～1年生特別号～

盛岡小学校2018.9.1

1年生は、昨日「よくかんで食べる」という食育の授業を行いました。よくかむことで体に良いことがたくさんあることを学び、自分の食べ物のちがいを理解し、これからどんなことに気を付けてかんだらいいのか目標を決めたりと元気に活動することが大切であることを学びました。



1年生は、昨日「よくかんで食べる」という食育の授業を行いました。

給食時には、ひと口のごはんの量やかんたを大切にしました。

かむこと  
を大切に  
しました。

～ご家庭へのお願い～ **あめかむくん**にへんしんしよう!の取り組み

1年生では、9月1日～7日までの5日間「あめかむくんになろう!」に取り組みます。ご家庭でも「かむこと」について確認し、かむことの大切さをお子さんに伝えていただきたいと思います。また、よくかむためには、食事時間ゆとりがあることも大切です。食事時間が短いご家庭は、いつもより少し食事時間を長くしてみてください。また、5日間の取り組みが終了後、「あめかむくんにへんしんしよう!」の報告を持ち帰ります。子どもたちは5日間ゆとりかんたを食べていますので、ご家庭でも「よくかむこと」を親子で話し合ってください。ご協力をお願いします。

### かむことを意識して食べよう!!!

1年生の給食が食育アンケートでは、「食事のマナーで気を付けていることは?」の質問で、よくかんで食べるは、7番目という結果になっています。

- 1番目 挨拶
- 2番目 箸を立てる
- 3番目 きれいに食べる
- 4番目 食器や箸の持ち方
- 5番目 テレビやスマートフォンをしながら食べない
- 6番目 好きなだけ食べる
- 7番目 **よくかんで食べる**
- 8番目 三角食べ(ごはんとおかずを交互に食べる)

「かみ方」  
①右の奥歯で「かんで」味わって  
②左に移して「かんで」味わって  
③左に移して「かんで」味わって  
④右に移して「かんで」味わって  
⑤下に広げて押しつけ  
↓  
味わう、味わう、味わう  
はーい!ゴックン



内閣府 食育ガイドより引用

### よくかむことの効果

かむこと  
が良い。

のどが  
かむこと  
で潤う。

かむこと  
でよく  
かむこと  
ができる。

かむこと  
で脳の  
働きが  
よくなる。

かむこと  
で歯  
の健康が  
よくなる。

かむこと  
で  
かむこと  
ができる。

### チェック!! 「かむ」ことができているですか?

口が閉じたところは、かまなり、かまなり原因になります。口が閉じたところに手を付けてからこれからの食事をしましょう。

水や牛乳、汁もので洗い込んで食べている。

早食いである。

味わって食べていない、素材の味がわからない。

群食だけ、片方の歯だけなど、奥歯や歯をまんべんなく使って食べていない。

ひと口の量が多い、ほおぼりすぎている。

くちの中に奥歯が入っているまま、次の奥歯をくちに入れている。

くちを閉じながら食べている。

11

# しょくせいかつアンケート



なまえ

① すきな りょうり (おかず) は なんですか。

② すきな おやつ (でざあと) は なんですか。

③ きゅうしょくは すきですか。

すき

きらい



④ きゅうしょくは ぜんぶたべていますか。

たべる

いつものこす

ときどきのこす

⑤ にがてな たべものは なんですか。

⑥ よくかんで たべていると おもいますか。

おもう

おもわない

⑦ おうちのひとや せんせいなど まわりのひとから「よくかんでたべなさい」といわれたことが ありますか。

ある

ない

⑧ あさごはんはいつもたべますか。

たべる

たべない

ときどきたべない

⑨ ゆうごはん と おやつで たべたものは なんですか。

	ゆうごはん	おやつ
28日 (か)		
29日 (すい)		
30 (もく)		

⑩ たべるときに きをつけることは なんですか。



## アンケート結果

	好きな料理	おやつ	苦手な食べ物	よく噛んでいるか	よく噛んでいけるか	朝ご飯	給食	残食	注意していること
1	たこやき	ケーキ	しいも・さかあ・きのこ	○	ある	いつも食べる	×	×	
2						いつも食べる			
3	メロンパン	アイスクリーム				いつも食べる	○	○	
4	からあげ	みかん	こうやうふ・みかん	○	ある	いつも食べる	○	○	よくかむ
5	からあげ	パフェ	パプリカ	○	ない	いつも食べる	○	○	
6									
7	からあげ	プリン	ない	○	ない	いつも食べる	○	○	
8	からあげ	プリン	ない	○	ない	いつも食べる	○	○	よくかんで食べる
9	メロンパン・ステーキ	キャラメル・ぷっちょ	なめこ	○	ある	いつも食べる	○	○	姿勢
10	ハンバーグステーキ	メロンいちご	ゴーヤ	○	ない	いつも食べる	○	○	
11	ハンバーガー	ゼリー	ない	○	ない	時々食べない	○	○	箸の持ち方
12	メロンパン	アイスクリーム		○	ない	いつも食べる	○	時々	
13						いつも食べる			
14	ステーキ メロンパン	がりがりくん	レモン	○	ない	いつも食べる		時々	
15	からあげ	パフェ	さば	○	ある	いつも食べる	○	○	吐かないように
16	カレー・お肉	ももなし	パプリカ	△	ある	いつも食べる	○	○	
17	ステーキ	プリン	ない	○	ある	いつも食べる	○	時々	
18	ステーキ	ゼリー	きのこ	○	ない	いつも食べる	○	○	肘つき
19	フォアグラ	アイスなし		○	ない	時々食べない	○	○	
20	コーンスープ			×	ない	いつも食べる			
21	ミートソースパグティ	いちご	味噌汁	○	ない	いつも食べる	○	○	箸の持ち方
22	からあげ	ケーキ もも なし	きのこ ピーマン なす	○	ある	いつも食べる	○	○	しせい
23	カレー	なし	きのこ	○	ある	いつも食べる	○	○	箸の持ち方
24	からあげ サラダ	りんご ケーキ	とうもろこし	○	ない	いつも食べる	○	○	箸や茶碗の持ち方 食事時の トイレ
25	からあげ	プリン	パプリカ・ピーマン・ゴーヤ	○	ない	いつも食べる	○	○	
26	ハンバーグ	ゼリー	きのこ	○	ない	いつも食べる			お行儀 箸の持ち方

よくかんでおおかみくん (ペープサートおおかみ・うさぎ)

おおかみ	ワイー給食だ！
うさぎ	いただきまーす。
おおかみ	がつ！がつ！むしゃむしゃむしゃ！
うさぎ	おおかみくんだいじょうぶ？ う・・・・・・・・！！くるしい！！ みずみずみず・・・・・・・・ ふう。むしゃむしゃむしゃ・・・・
うさぎ	また、おおかみくんすごい勢いで食べている。
おおかみ	やったあ！また、ぼくいちばんだ。外へ行ってきまーす。 外の場面で
おおかみ	なんだうさぎさん、今頃食べ終わったのか。
うさぎ	おおかみくん、早かったね。たくさんたべたの？
おおかみ	おう、おれなんかスープ3杯もおかわりしたぜ。
うさぎ	おいしかったよね。にんじんのスープ、あまっくて。
おおかみ	えっ？にんじんのスープだったっけ？
うさぎ	ポテトサラダの中のリンゴもおいしかったよね？
おおかみ	え？リンゴなんか入っていたっけ？
うさぎ	えー！おおかみくんたら、味も覚えていないの？
おおかみ	う・・・うん。
うさぎ	せっかくおいしかったのに。
おおかみ	いた、いたたたた・・・・・・・・
うさぎ	おおかみくん、だいじょうぶ？

## 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 11名 栄養教諭・学校栄養職員 8名）

精進重仁

中村しげみ 廣瀬明子 小林由紀子 高野明子

丸山明子 山宮武徳 市川智也 内田厚子

檜垣貴子 野尻あや子 小泉麻美 廣瀬尚子

岡ひさ江 保坂恵 小林智子 海沼潤子

早川里美 関初実

## 6 成果と課題

子どもたちがより良い食習慣を身につけられるような授業の実践にとりくむことができた。授業だけでなく 給食時の献立放送、担任と栄養教諭・学校栄養職員の給食時間における指導、家庭への啓発活動など、日々の積み重ねによって食育が深められていくことを共通理解できた。

また、児童の実態に合った指導案作りの大切さや視覚に訴える教具の活用、子どもたちの理解力・集中力を高める教具の効果と重要性を確認できた。さらに、学級担任と栄養教諭・学校栄養職員がそれぞれの専門性を活かした授業の展開についても研究できた。

課題としては、食に関する指導が年間指導計画に基づいて計画的に実践されている学校もあるが、年々大型センター化が進み、栄養教諭・学校栄養職員の兼務が多くなり学校間で差が出てしまうことである。多くの学校で実践が行われ、研究成果を広げていくことができたらと考える。

今年度の研究は、授業実践の他に一人一実践へのとりくみも行い、お互いの力量を高める機会としている。内容としては授業参観での食育を扱ったもの、給食センター見学を取り入れた授業、地産地消について考える授業などの実践が報告されている。

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に研究を進めていきたい。