

第25分科会 食教育

食に関心をもち、望ましい食習慣を实践できる児童の育成を目指して
～学校・家庭・地域と連携した体験活動を通して～

1 設定理由

本校は、創立40周年を過ぎた学校であり、学校教育目標は「たくましく かしく す
すんでやさしく」である。

児童は、明るく素直であり、体を動かすことが好きで、休み時間や放課後も積極的に外遊び
をしている。教室訪問をしていると、給食を楽しみにしている児童が多くいるが、苦手な物
が出た時に残してしまう児童や初めて食べるものを敬遠する児童もあり、食べようとする意
欲に個人差がみられる。

そこで、学校・家庭・地域と連携し、体験活動を通して食に関する指導の充実を図ること
で食に関心をもつことができると考えた。学校給食を「生きた教材」として活用し、望まし
い食習慣を实践できる児童を育てたいと考え、この主題を設定した。

2 研究仮説

- (1) 体験活動を通した食に関する指導を行い、家庭や地域との連携を深めることにより、食
事の大切さや楽しさに気付かせ、食べようとする意欲を高めることができるだろう。
- (2) 献立を工夫し、食に関する情報を知らせることにより、食への関心が高まるだろう。

3 研究内容

- ①体験活動を通した食に関する指導
- ②保護者・地域との連携
- ③献立・献立形態の工夫

4 結論

- 給食食材を使用した体験学習や、校内で栽培した野菜を使用した調理実習は、実際に五感を
使い食材に触れたことで、食への興味関心が高まり、意欲的に食べようとする姿が見られた。
- 地域の方と連携して、さつまいも掘りや米作りを行ったことで、育てることの大変さや農家
の人の苦勞に気付く、さらに地域の方への感謝の気持ちを持つことができた。
- 行事に合わせたメニューや手作りメニューなど献立を工夫したり、リクエスト給食やバイキ
ング給食など献立形態を工夫したりすることは、食への関心が高まるとともに、残さいの減
少にも効果があった。

千葉市教職員組合

千葉市立高洲第四小学校

高橋 未央

千葉市立稲毛小学校

西澤 聡子

1 研究主題

食に関心をもち、望ましい食習慣を実践できる児童の育成を目指して

～学校・家庭・地域との連携した体験活動を通して～

2 主題設定の理由

食は、生きていく上で基本的な営みの一つである。特に成長期にある子供たちにとって、健全な食生活は、健康な心身を育むために欠かせないものであると同時に将来の食習慣の形成に大きな影響を及ぼす。

しかし、近年、食生活を取り巻く社会環境や家庭でのライフスタイルの変化により、子供たちの食生活や健康に関して懸念される事項が増加している。その例として、朝食の欠食、偏った食べ方、肥満傾向の増加、過度の痩身願望などが挙げられる。食に関する情報が氾濫する現代で生きる子供たちは、望ましい食習慣を実践できるように、食に関心をもち、正しい知識を身に付ける必要がある。

本校は、稲毛海岸駅の北側に位置し、集合住宅に囲まれた場所にある。交通の便がよく、スーパーマーケットやコンビニエンスストアなどが近くにあり、食べたいものを手軽に購入しやすい環境にある。

保護者は、学校に協力的で、積極的に学校行事への参加もしている。共働き等で、平日は食事作りにかける時間が少ない家庭もある。また、学校行事や地域の行事で、地域の方と一緒に活動することがあり、地域との交流も盛んである。

学校教育目標「たくましく かしこく すすんでやさしく」では、さまざまなことにチャレンジし、失敗から学んでいく子供を育成することを目指し、基礎基本の確実な定着と、知・徳・体の調和のとれた特色のある教育活動の展開を図ることに重点を置いている。

「たくましく (体)」の中に「食育への積極的な取組」が挙げられており、給食指導主任と連携しながら、食に関する指導に取り組んでいる。

児童は、明るく素直であり、体を動かすことが好きで、休み時間や放課後も積極的に外遊びをしている。教室訪問をしていると、給食を楽しみにしている児童が多いが苦手なものが出た時に残してしまう児童や初めて食べるものを敬遠する児童がおり、食べようとする意欲に個人差がみられる。

そこで、学校・家庭・地域と連携し、体験活動を通して食に関する指導の充実を図ることで、食に関心をもちことができると考えた。そして、学校給食を「生きた教材」として活用し、望ましい食習慣を実践できる児童を育てたいと考え、この主題を設定した。

3 研究仮説

- (1) 体験活動を通じた食に関する指導を行い、家庭や地域との連携を深めることにより、食事の大切さや楽しさに気付かせ、食べようとする意欲を高めることができるだろう。
- (2) 献立を工夫し、食に関する情報を知らせることにより、食への関心が高まるだろう。

4 研究内容

(1) 研究仮説 (1) について

① 体験活動を通じた食に関する指導

ア 給食食材を使用した体験学習

学年	教科	活動内容
1年	生活科	枝豆もぎ、とうもろこしの皮むき
2年	生活科	そらまめのさやむき、とうもろこしの皮むき

甘い匂いがして
おいしそうだね



1年 とうもろこしの皮むき

白くて
ふわふわの
ベッドだね



2年 そらまめのさやむき

イ 校内で栽培した野菜を使用した調理実習

学年	教科等	食材	料理
1年	生活科	さつまいも	スイートポテト
2年	生活科	梅	梅ジュース
4年	総合的な 学習の時間	トマト、ツルレイシ、なす さつまいも	ピザ 大学いも

こぼさないよ
うに、そっと
入れないと
いけないね



2年 梅ジュース作り

だんだん黄
色くなって
きたね



4年 大学いも作り

② 保護者・地域との連携

ア 地域との連携

- ・ 2年生と5年生が、地域の方の協力を得て、敷地内の水田でもち米を育て、稲刈りや餅つきを行った。
- ・ 1年生が、畑で栽培したさつまいもでスイートポテトを作り、地域の方を招待して交流を図った。



地域の方との餅つき

イ 学校ホームページの活用

児童がどのような給食を食べているのかを知らせるために、毎日の献立の写真を掲載した。

ウ 給食だよりの工夫

給食だよりに、児童の食事風景や体験活動の様子、給食室での調理作業の様子などを写真で紹介し、給食について幅広く知らせた。

エ 給食試食会の実施

1年生と転入生の保護者を対象に、給食試食会を実施した。保護者が児童の給食の様子を参観し給食を試食した。その後、学校での食育の取組や献立の工夫について、また給食室での調理作業の様子などを知らせた。



(2) 研究仮説 (2) について

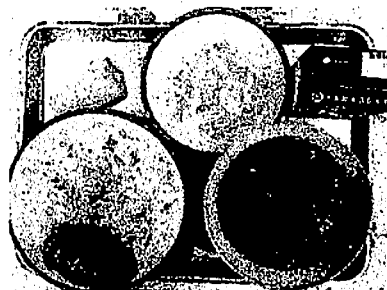
① 献立の工夫

ア 行事に合わせた献立

行事と食には深い関わりがあることを知らせるために、正月や七夕などの季節の行事、運動会や卒業式などの学校行事に合わせた献立を取り入れた。



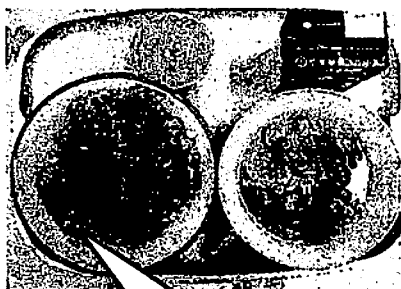
七夕献立



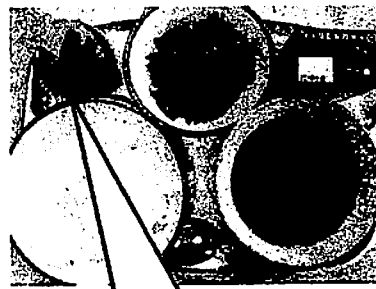
運動会応援献立

イ 手作りメニューを取り入れた献立

パン、コロッケ、春巻き、カップケーキなど手作りのメニューを取り入れた。



手作りコロッケ



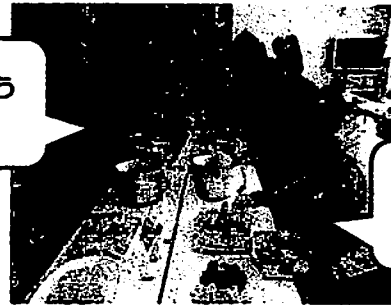
パンブキンケーキ

②献立形態の工夫

給食が楽しい時間となるように、セレクト給食や各学年のリクエスト献立を取り入れた。
また、長期休み前に全校でフルーツバイキングを実施し、3月に6年生を対象に卒業おめでとうバイキングも行った。



フルーツバイキング



卒業バイキング

どれにしよう
かな？

野菜もしっかり
取らないとだね

③食に関する情報の提供

ア 一口メモの作成

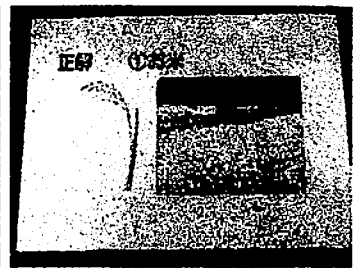
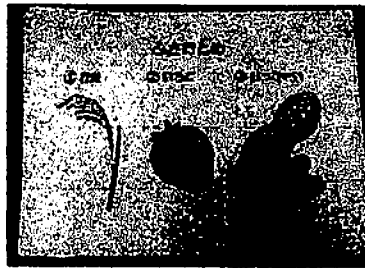
使われている食材や献立についての一口メモを作成し、毎日学級に配布した。さらに献立のねらいに合わせて校内放送を行った。

イ 給食時間の教室訪問

訪問時に、資料を活用して、その日に使われている食材についての話をした。



ふさおとめは何の
名前でしょう？



米について

(市教研 食に関する指導グループ作成資料)

ウ ポスターの作成

冬に牛乳の飲み残しが増えることから、給食委員会が牛乳を飲むことを啓発するポスターを作成し、階段や廊下に掲示した。

5 成果と課題

(1) 成果

①研究仮説(1)について

・給食食材を使用した体験学習や、校内で栽培した野菜を使用した調理実習は、実際に五感を使い食材に触れたことで、食材を身近に感じることができた。

子どもたちからは「もう皮むきをしたかった。」「他のことも手伝ってみたい。」という声があった。また、自分たちが関わった食材が給食で使われたことへの喜び、また、調理する

楽しさを実感することで、食への興味関心が高まり、意欲的に食べようとする姿が見られた。

- ・地域の方と連携して、さつまいも掘りやもち米作りを行ったことで、育てることの大変さや農家の人の苦勞に気づき、さらに地域の方への感謝の気持ちをもつことができた。
- ・給食試食会では、パワーポイントを活用して説明することで、学校での食育についての取組や給食室の様子などについて知らせることができた。また、保護者が児童の食べている様子を見て試食をすることで、給食を身近に感じることができた。試食会後のアンケートでは「給食作りの大変さが分かった。」「家庭の食事でも野菜を取り入れたい。」「給食のレシピを教えてほしい。」という声があった。

②研究仮説（２）について

- ・季節の行事や学校行事に合わせた献立を取り入れたことで、行事と食には深い関わりがあることを知らせることができ、児童の食への関心が高まるだけでなく、それぞれの学校行事へ積極的に参加する児童の姿が見られた。
- ・手作りメニューを取り入れた日は、手作りのよさを感じてもらうことができた。特に、デザートは、好評であり作り方に興味を示す児童も多くいた。
- ・リクエスト給食を行ったことで、自分たちが考えたメニューが、給食に登場するかもしれないという期待がふくらみ、給食の時間を楽しみにするようになった。
- ・卒業バイキングは、６年生にとって小学校でのよい思い出作りとなり、主食・主菜・副菜のバランスを自ら考えて食べる体験ができるよい機会となった。児童から「温かい給食を食べて元気に過ごすことができた。」「これからも、いろいろな野菜を食べて健康な体を保っていきたい。」「好きな物だけではなく、バランスのよい食事をしたい。」という感想も寄せられ、改めて給食への感謝の気持ちを持たせることができた。
- ・一口メモは、学級で係の児童が読んだり教室内に掲示したりと活用されていた。献立のねらいを知らせることで、児童のその日の給食に対しての興味関心が高まった。
- ・給食委員会の児童が、牛乳の飲み残しについてのポスターを掲示するとともに、昼の校内放送でも呼びかけを行ったことで、少しずつ飲み残しが減少した。

（２）課題

- ・児童の実態を把握しながら、食に関する指導の年間指導計画を見直し、食に関する指導を充実できるようにしていきたい。
- ・さやむきや皮むきなどの体験活動は、児童も楽しみにしており、授業後は興味関心が高まり食べようとする意欲も向上するが、一過性のものにならないように、継続して働きかけていく必要がある。
- ・手作りメニューの実施が作業的に難しいこともあるが、できるだけ手作りを心掛けて、児

童が喜ぶ姿が見られるような給食を提供できるように、さらに献立を工夫していきたい。

- ・学校のホームページや給食だより等で、食に関する情報を発信するだけでなく、家庭や地域とその情報が連携できるような工夫が必要である。
- ・給食試食会や学習参観など、保護者が参加する行事を積極的に活用し、さらに食に関する意識を高めていきたい。

6 まとめ

児童は、学校・家庭・地域と連携した体験活動を通して、食の楽しさや大切さを知り、食べることを身近に感じ、食への興味関心や感謝の気持ちをもつようになった。児童に、食への興味関心や感謝の気持ちを持たせるためには、少しずつ積み重ねて働きかけていくことが大切であると実感した。

今後も、給食が「生きた教材」となるような魅力ある献立作成をし、学校・家庭・地域との連携を深め、学校給食への保護者・地域の協力や理解を得て、家庭で児童がより望ましい食習慣を身につけられるように働きかけていきたい。