

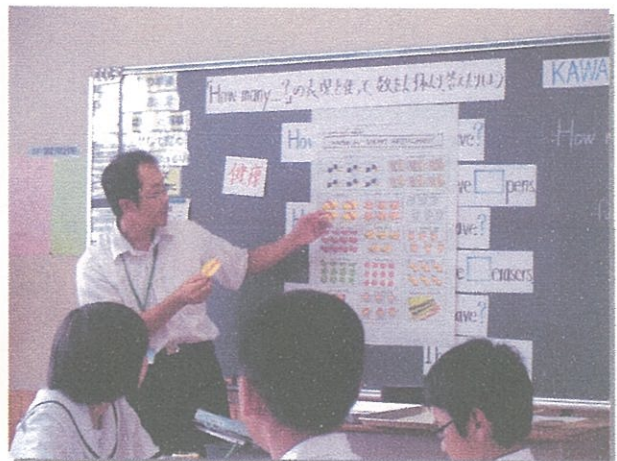
平成24・25年度熊本県教育委員会指定「学校給食・食育推進校」
平成24年度天草市教育委員会指定「健康教育（食育）」研究推進校
平成24・25年度熊本県学校給食会委嘱「学校給食食育推進校」

研究紀要

研究主題

「食」で育む知・徳・体

～食に関する体験活動や授業実践を通して～



平成24年11月20日（火）

天草市立河浦中学校

ごあいさつ

近年、子どもたちの食生活を取り巻く社会環境が大きく変化し、偏った栄養摂取、不規則な食事などの食生活の乱れ、肥満や過度の痩身傾向などが見られ、子どもたちが食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身に付けることができるよう、学校において食育を推進することが喫緊の課題となっています。

学校においては、これまでも教育活動として学校給食を通して、食に関する指導を行ってきたところですが、食育の推進が大きな国民的課題となっている今日、学校における食育をさらに推進するために、学校給食の教育的意義を改めて見直すとともに、学校の教育活動全体で食に関する指導の充実に努めていくことが重要となってきます。

また、小・中学校の新学習指導要領（平成20年3月28日改訂）においても、その総則に「学校における食育の推進」が位置付けられるとともに、関連する各教科等での食育に関する内容の充実が図られております。

さらに、改正された学校給食法（平成21年4月1日施行）においても、その第1条で「学校における食育の推進」が位置付けられ、学校給食を活用した食に関する指導を充実させることが明記されております。

このような中、河浦中学校では、研究主題を『食』で育む知・徳・体とし、食育の視点を取り入れた各教科等の授業の取組、各教科等での学びを生かした給食の時間の指導や家庭や地域と連携した取組について研究を推進して参りました。

このたび、これまでの研究の成果を発表するにあたり、多くの皆様のご参会をいただき、大変ありがとうございます。本日ご参会の皆様のご意見やご指導を仰ぎ、今後さらに研究を深めて参りたいと思います。また、各学校におかれましては、学校の実情に応じて、研究内容を深化・発展させていただき、本研究のさらなる充実をお願いできればと思います。

最後になりましたが、研究推進にあたりまして、ご指導とご協力をいただきました熊本県教育委員会、熊本県天草教育事務所、熊本県学校給食会をはじめ、河浦中学校PTAの皆様、地域の皆様、多くの関係者の皆様に厚くお礼申し上げます。



平成24年11月20日

天草市教育委員会 教育長 岡部 紀夫

はじめに

本年度、熊本県教育委員会、天草市教育委員会、熊本県学校給食会から食育推進校の指定をいただき、研究を進めて参りました。本日、ここに研究発表会を開催できますことをうれしく思いますとともに、ご来校いただきました皆様及び関係各位に感謝申し上げます。

さて、本年度より中学校学習指導要領が全面実施となり、教育理念である「生きる力」の育成に向けて、知・徳・体のバランスのとれた心身ともにたくましい生徒の育成が求められています。

本校の教育目標を「人間尊重の精神を根底におき、豊かな心・確かな学力・健やかな体を持ち、社会に貢献する生徒の育成」とし、重点目標を「食育を通して、心身ともにたくましい生徒の育成」と掲げて、全職員で取り組んできました。

「食」は、全ての活動の基本であり、子ども達が豊かな人間性を育んでいくための土台となります。しかし、食生活の環境の変化や家庭教育力の低下により、食習慣が乱れ、健全な食生活ができていないことが、社会問題となっています。

そこで、本校の研究主題を「『食』で育む知・徳・体～食に関する体験活動や授業実践を通して～」として、食育の視点を取り入れた各教科の授業実践や体験活動、給食指導や家庭・地域と連携を図りながら、生徒一人一人に「望ましい食習慣」を形成するための実践的研究に取り組んできました。

本日は、これまでの研究の取組を発表しますが、まだ、研究の途中であり、十分とはいえません。諸先生方のご意見やご指導を賜り、なお一層の研究を深めていきたいと思っております。

最後になりましたが、本校の研究推進にあたり、懇切丁寧なご指導・ご助言、ご支援を賜りました熊本県教育委員会及び熊本県天草教育事務所、天草市教育委員会、熊本県学校給食会、関係各位の皆様には、心よりお礼を申し上げます。

平成24年11月20日

天草市立河浦中学校

校長 木下 えり子

目 次

○ はじめに

I 研究の概要

1	研究主題	1
2	主題設定の理由	1
	(1) 社会の要請から	
	(2) 本校の教育目標から	
	(3) 本校生徒の実態から	
3	研究の目的	2
4	食に関する指導の目標 (視点)	2
5	研究の仮説	2
	(1) 仮説1	
	(2) 仮説2	
6	研究組織	3
7	全体構想図	4

II 研究の実際

1	食育授業推進部の取組	
	(1) 授業の取組について	5
	(2) 各教科の取組例	6
	(3) 各学年部の総合的な学習の時間の取組	9
2	給食・啓発推進部の取組	
	(1) 給食の時間の取組	12
	(2) 「ようこそ地域の先生」の取組	13
	(3) 「弁当の日」の取組	14
	(4) 親子料理教室の取組	14
	(5) 生徒会の取組	15

III 研究の成果と今後の課題

1	仮説1について	16
2	仮説2について	17
3	まとめ	18

○ おわりに

○ 研究同人・参考文献

I 研究の概要

1 研究主題

「食」で育む知・徳・体 ～ 食に関する体験活動や授業実践を通して ～

2 主題設定の理由

(1) 社会の要請から

「食」は、生きるための基本であり、発育期にある子どもの健やかな心と身体の発達には欠かせないものである。本来家庭が基本となって、「食育」は行われるものであるが、近年核家族化・少子化・地域の結び付きの希薄化など、家庭を取り巻く環境が日々変化する中で、家庭の教育力の低下が懸念されている。本市においても、多くの外食産業が進出し、都会と同じような食べ物を食べられるようになり、好きな食べ物を好きな時に食べる生活スタイルへ変わりつつある。そのような中で、生涯にわたり健康に過ごすためにも、氾濫する多くの情報に振り回されず、正しい知識を習得し、「食」の管理能力を身に付けさせるとともに、学校で落ち着いた生活を送り、意欲的に学習できるよう、授業や体験活動を通して、知・徳・体の土台となる食育を定着させることが重要であると考え、本主題を設定した。

(2) 本校の教育目標から

本校は、「知性を磨き 心身を鍛え 夢を未来につなげ」という校訓のもと、『人間尊重の精神を根底におき、豊かな心、確かな学力、健やかな体を持ち、社会に貢献する生徒の育成』の教育目標を掲げている。めざす生徒像は、「心身ともにたくましい生徒」「自他を大切にし、思いやりのある生徒」「『学ぶ力』を身につけた生徒」「郷土を愛し、社会に貢献する生徒」の四点であるが、その中でも「心身ともにたくましい生徒」を重点目標としている。

この教育目標を達成するためには、各教科の授業を通して「食」に対する関心・意欲を高める必要がある。さらに、授業等で学んだことを生かした給食の時間における食に関する指導や体験活動、地域や家庭への啓発と連携が必要であると考え、本主題を設定した。

(3) 本校生徒の実態から

本校は、美しい海や山、豊かな自然に囲まれた環境にあり、生徒数133人で、1年1クラス、2年2クラス、3年2クラス、特別支援学級2クラスの中規模校である。生徒たちは素直で純朴な生徒が多い。学校生活では、学校行事や生徒会活動、学級活動等を通して、よりよいものを求め、改善しようとする姿勢がある。

また、「食」に関する視点から給食献立に郷土料理や地場産物を積極的に取り入れ、地域の特色を生かした学校給食を継続的に実施してきた。さらに、家庭科の授業で作成した朝食メニューを校内に展示したり、夏季休業日や冬季休業日を利用して朝食コンクール等を実施したりして食に関する意識付け等を行っている。

生徒もこれまでの取組を通して、食事の重要性や望ましい食習慣については、理解を深めてきているが、実践的な態度が十分に身に付いているとはまだ言えない状況である。以上のことから、本研究を推進していくことにより、学校教育活動全体を通して食育の推進を図り、生徒一人ひとりの実践力の育成が期待できると考え、本主題を設定した。

3 研究の目的

本研究では、生徒が食に関する正しい知識等を習得し、実践的な態度の育成を図ることで、「望ましい食習慣の形成」をめざすことを目的としている。そのために、学級経営、日常指導を基盤として、各教科等における食に関する指導内容と給食の時間の指導を関連させ、発達段階に応じた指導を繰り返し行う。各教科等の指導に当たっては、生徒が実際に食する学校給食を教材として積極的に活用することが重要であり、家庭や地域とも連携を図りながら学校教育全体で食育を推進していく。

4 食に関する指導の目標（視点）

- 食事の重要性…食事の重要性，食事の喜び，楽しさを理解する。 <重>
- 心身の健康…心身の成長や健康の保持増進の上で望ましい栄養や食事のとり方を理解し，自ら管理していく能力を身に付ける。 <健>
- 食品を選択する能力…正しい知識・情報に基づいて，食物の品質及び安全等について自ら判断できる能力を身に付ける。 <選>
- 感謝の心…食物を大事にし，食物の生産等にかかわる人々へ感謝する心をもつ。 <感>
- 社会性…食事のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を身に付ける。 <社>
- 食文化…各地域の産物，食文化や食にかかわる歴史等を理解し，尊重する心をもつ。 <文>

5 研究の仮説

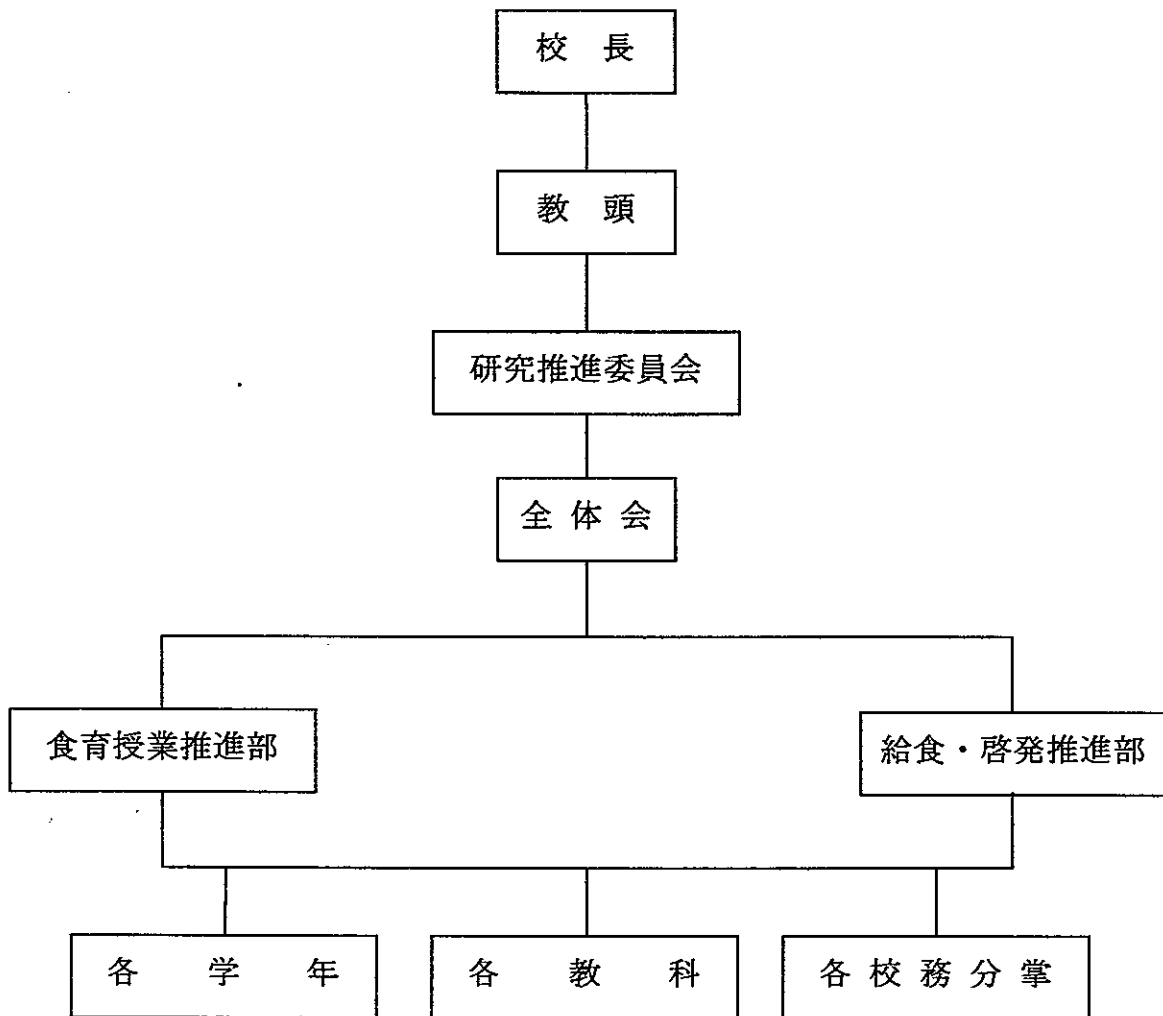
(1) 仮説1

食育の視点を取り入れた各教科等の授業の取組や、食に関する体験活動及び生産活動を行っていけば、「食」に対する関心・意欲が高まり、「心身ともにたくましい生徒」の育成を図ることができるであろう。

(2) 仮説2

各教科等での学びを生かした給食の時間における食に関する指導を行い、家庭・地域との連携により実践化を図っていけば、望ましい食生活を基盤とした「心身ともにたくましい生徒」の育成を図ることができるであろう。

6 研究組織



◎食育授業推進部…○那須，井添，田中，萩元，伊形，濱口，三原，教頭

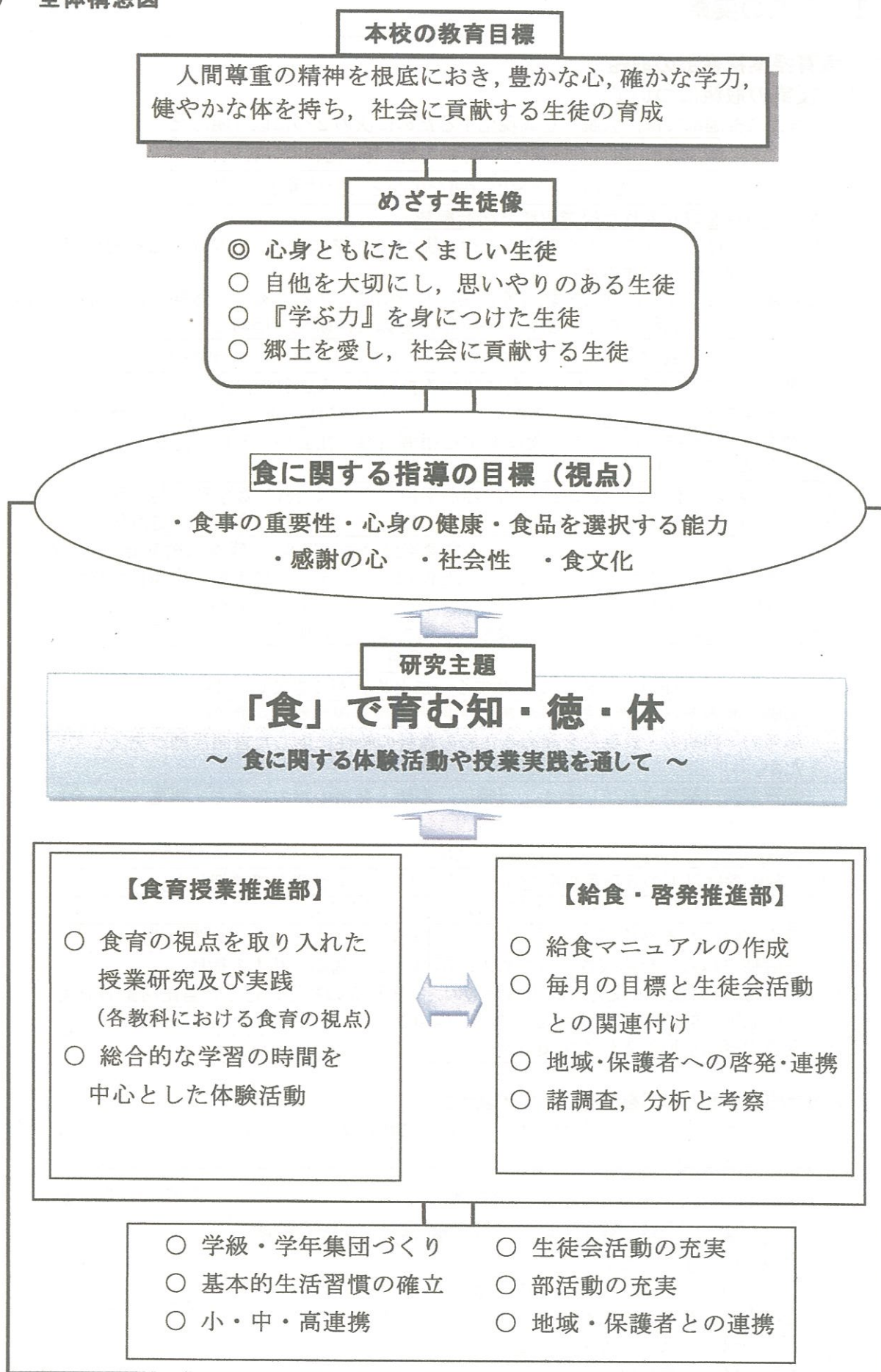
- 食育の視点を取り入れた授業研究及び実践
(各教科等における食育の視点)

- 総合的な学習の時間を中心とした食に関する体験活動の充実

◎給食・啓発推進部…○岡部，大塚，岡崎，中村，鍋嶋，菅原，白井，校長

- 給食マニュアルの作成
- 毎月の目標と生徒会活動との関連付け
- 地域・保護者への啓発・連携
- 諸調査，分析と考察

7 全体構想図



Ⅱ 研究の実際

1 食育授業推進部の取組

(1) 授業の取組について

食育授業推進部では、仮説1を具現化するために次の2つに取り組んだ。

①	食育の視点を取り入れた授業研究および実践
②	総合的な学習の時間を中心とした体験活動

①食育の視点を取り入れた授業実践と研究授業

各教科の目標と「食に関する指導の目標（視点）」を踏まえた、食に関する指導の年間計画を作成し、取り組みを進めた。

授業実践を行う際に、食育と教科等の関わりを明確にするために、教科等の特質を踏まえながら、すべての教科等を下の表のⅠ～Ⅲ型に分類し、研究を進めた。

	食育と教科等の関わり	教科等
Ⅰ型	教科等の指導内容そのものが食に関する指導内容と重なるもの	家庭科、保健体育科 特別活動、総合的な学習の時間
Ⅱ型	教科等の指導内容の一部が食に関する指導内容と関連するもの	社会科、理科、道徳
Ⅲ型	教科等の素材として食に関する内容が活用できるもの	国語科、数学科、英語科 技術科、音楽科、美術科

（「食育実践マニュアル」〔熊本県教育委員会〕参照）

指導案の形式は、Ⅰ～Ⅲ型とも同じ形式を使用した。また、今年度は全職員が食育の視点を取り入れた研究授業（大研もしくは小研）を行う。その際、授業参観者は「検証授業（大研・小研）評価シート」を記入し、授業者に提出した。評価項目は以下の5項目である。

	評価項目
ア	「めあて」の提示と、めあてに対する「まとめ」ができていたか。
イ	基礎・基本を身に付けさせるための徹底指導は工夫されていたか。
ウ	思考力・判断力・表現力を高めるための教科の特性に応じた言語活動が充実していたか。
エ	学習訓練は徹底されていたか。（特に、姿勢・発表の声の大きさ・語尾・話し合いの仕方・返事）
オ	食育の視点との関連は、図られていたか。

授業参観者は以下の5項目の配慮事項に基づいて、4点満点で評価した。

	本年度の授業研の配慮事項
ア	導入部分はなるべく短く、「めあて」の提示及び「まとめ」との整合性。
イ	各活動のねらいを達成させるための、指導方法と基礎・基本の徹底。
ウ	思考力・判断力・表現力を高めるための、各教科等の特性に応じた言語活動の充実。
エ	学習訓練(学びの心得)の徹底。学習形態の工夫。
オ	食育の視点を取り入れた授業実践。

②総合的な学習の時間を中心とした体験活動

各学年ごとに地域・保護者との連携を軸に、体験活動を取り入れた。また、食について学ぶことで将来の進路へとつなげるキャリア教育の視点も考慮した。

学年	学年単位で実施	全校生徒で実施
1	甘藷の栽培・収穫、郷土料理実習（甘藷料理）、スキル学習 地域人材（JA女性部）の活用	オリエン テーション 食育講話
2	郷土料理実習（せんだご汁、魚料理）、職場体験学習 地域人材（NPO法人ハイヤ、県漁連）の活用	
3	河浦高校との交流、野菜の栽培・収穫 地域人材（河浦高校）の活用	

(2) 各教科の取組例

ア 国語科の取組

(ア) 題材名 1年「わかりやすく説明しよう」観点を決めて書く 光村図書 (本時 1/3)

(イ) 本時の目標

○「給食の良さ」を小学校入学前の子どもに説明するために情報を集めることができる。

(ウ) 学習活動における評価基準

○関心・意欲・態度

伝える相手や目的によって、情報をどのように整理し、何を選択するかを考えている。

○書くこと

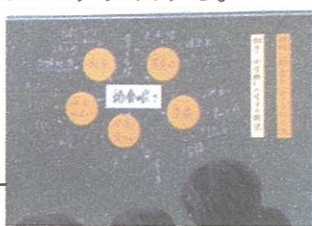
説明する観点の情報を集め、自分の考えをまとめている。【書くこと (1) ア】

(エ) 食に関する指導の視点

○食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。(食事の重要性)

○食物を大事にし、食物の生産等にかかわる人々へ感謝する心をもつ。(感謝の心)

(オ) 本時の展開

過程	時間	徹底 能動	学 習 活 動	学習 形態	生徒の実際の様子や反応
つかむ	10	徹底	1 【目標】【学習の見通しをもとう】を確認し、学習内容を理解する。	全	・「取材してスピーチで伝える」という題材で経験していることが生かせそうだという反応があった。
さぐる	10	徹底 能動	2 めあてを確認する。 3 ワークシートの観点ごとに (マッピング) 給食の良さを考えて、発表する。 	全 個	・「給食の良さ」を小学校入学前の子どもに説明するために情報を集めよう。 ・身近な話題であり、給食の良さを考えようとしていた。 ・4つの小学校の給食時の様子を発表させることで、その違いに驚きもあった。 ・多くの生徒が、全ての観点を考えることができていた。 ・学校栄養職員への質問もしながら、進める生徒が多かった。 ・意外と知らないことがある反面、「地産地消」という言葉も出た。
ふかめる	15	徹底	4 マッピングを利用して、個々の意見を観点ごとに整理する。 ①当番 ②栄養面 ③料金 ④弁当との違い ⑤食事形態	全	・5つの観点ごとに意見を分類していく場面で、難しい言葉や専門的な事柄については、学校栄養職員の説明を随時入れることで、納得したり、驚いたりという反応が多かった。特に、一食あたりの給食費には驚かされていた。 ・給食の雰囲気にも触れた意見もあった。
まとめる	15	能動	5 4の観点の中から説明するものを一つ選ぶ。 6 伝える相手に必要な情報を取捨選択し、まとめる。	個 個	・5つの観点それぞれをまんべんなく選択していた。 ・選ぶ過程で、学校栄養職員からのアドバイスも生かしていた。 ・伝える相手を考えて、難しい言葉をどのように言い換えるか、説明の仕方を工夫するかまで考えている生徒もこの時点でいた。

(カ) 考察

身近な給食を説明するという設定が、学習活動を活発にすることにつながった。また、学校栄養職員からの説明やアドバイスがより具体的で説得力があるため、生徒たちの新たな発見や驚きにつながり、関心を高めることになった。発表会では、マッピングしたことにより、ポイントを絞って効果的に説明できている生徒が多かった。また、給食に関する専門的な言葉も伝える相手を意識し、言い換えていた。学校栄養職員の説明を生かし、伝わりやすい表現になっていた点で評価できる。

イ 英語科の取組

(ア)題材名 NEW HORIZON 3 「 Unit 3 Fair Trade Chocolate」 東京書籍 (本時 6/13)

(イ)本時の目標

○フェアトレード (公正な貿易) に関するティムの質問を通して、それらについて理解を深める。

(ウ)学習活動における評価基準


○理解の能力

教科書本文に書いてあるティムの呼びかけを読み取ることができ、内容に対する質問に正しく答えることができる。

(エ)食に関する指導の視点

○フェアトレード (公正な貿易) についての理解を深め、正しい食材の選択を行えるようになる。(食品を選択する能力)

(オ)本時の展開

過程	時間	徹底 能動	学 習 活 動	学習 形態	生徒の実際の様子や反応
つかむ	7	徹底	1 Warm-up 前時の文法事項の復習を行い、口頭でQ & Aをする。	全	・テンポ良くパターンプラクティスを行うことができた。Q & A に少し時間がかかった。
さぐる	13	徹底	2 本文の CD を通して聞き、内容を生徒に尋ね、全体を押さえる。	全	・内容についての TorF を行ったが、多くの生徒が内容を理解できていた。
		徹底 能動	3 新出単語を確認し、本文の読み取りを行う。 4 ペアで音読の練習を行う。教科書の内容についての Q & A を生徒間で行う。	全 ペア	・時間をかけず、内容理解をすることができた。 ・自分たちで内容についての質問を考えることができたが、少し時間がかかった。
ふかめる	15	徹底	5 フェアトレード商品の実物を提示し、フェアトレードについて理解を深める。 ① Childrenlabor について (子どもの労働者) ②フェアトレード商品を購入することで救われる子ども達がいる。 ③熊本市が世界で 1000 番目のフェアトレードシティに認定された。(2011年)	全	・実物の商品を見ることができ、フェアトレード商品を身近に感じることができた。 ・チャイルドレーバーについて知っている生徒は少なく、状況を説明すると真剣に聞いていた。 ・熊本市が世界で 1000 番目にフェアトレードシティに認定されたということに驚くと共に、少し身近に感じることができた。
まとめる	15	能動	6 天草でもフェアトレード商品を購入することが可能であることを英語で聞く。	個	・フェアトレード商品を天草で購入できると知り、とても興味を持っていた。
			7 学校栄養職員からフェアトレードの商品を選ぶことは食品を選択する能力につながるという話を聞き本時のまとめをする。 	個	・学校栄養職員から食品を選択することの大事さを聞き、これからの食品選択に非常に興味を持った。 ・今度フェアトレード商品を買ってみたいと英語で表現した生徒がおり、非常に興味を持ったようである。

(カ)考察

フェアトレードを通して、食品を選択することの大事さを学ぶことができた。また、後日スーパーでフェアトレード商品を買った生徒もおり、フェアトレードについても興味が深まった。また、教科書にある実物を提示したことが生徒の意欲向上につながった。

ウ 理科の取組

(ア) 単元名「生命を維持するはたらき」実験1 啓林館（本時 3/5）

(イ)本時の目標

○だ液のはたらきを調べる実験を行い、その結果からデンプンが違う物質に変化したことを説明できる。

(ウ)学習活動における評価基準

○科学的な思考



ベネジクト溶液の反応結果から糖の生成を説明できる。

(エ)食に関する指導の視点

きちんと咀嚼することで食物の吸収を行いやすくすることを説明できる。

(心身の健康)

(オ)本時の展開

過程	時間	徹底 能動	学 習 活 動	学習 形態	生徒の実際の様子や反応
つかむ	5	徹底	1 今日の給食の献立を振り返る。	一斉	<ul style="list-style-type: none"> 給食に含まれていた食品を挙げる事ができた。 活発に意見を出す事ができた。
		能動	2 基礎食品群に分類し、黒板に表示する。 	一斉	
さぐる	25	徹底	3 炭水化物（デンプン）は口や体の中でどうなっているのか振り返る。	一斉	<ul style="list-style-type: none"> 消化されて分解されることを振り返ることができた。 デンプンが違う物質になることを振り返ることができた。
		徹底	4 本時の課題を知る。	一斉	
		能動	5 デンプンが消化されて分解されているのか、だ液を用いて実験する <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; text-align: center;">だ液のはたらきによりデンプンが分解されることを調べよう</div>	班	
ふかめる	18	能動	6 実験結果から、気づいたことを考察し、代表の班が発表する。	個 ↓ 班 ↓ 一斉	<ul style="list-style-type: none"> 個人でワークシートに結果と考察を記入することができた。
まとめる	2	徹底	7 教師の補助説明を聞き、自己評価をする。 	一斉	<ul style="list-style-type: none"> だ液により、デンプンが糖に変わったことを説明できた。 咀嚼の役割についての説明を聞き、今後の生活に活かすことができた。

(カ)考察

学校栄養職員とTTで授業を行った。そのため、食物をよくだ液とからませることで消化・吸収のはたらきを助けることを、学校栄養職員の専門的な説明をもとに説明することができた。また、よく咀嚼するようにしたいという生徒たちの感想から、生徒たちの今後の生活に活かそうという関心を高めることができた。

(3) 各学年部の総合的な学習の時間の取組

ア 1年部の取組

(ア) 単元名「地域と食～身のまわりの食について調べる～」

(イ) ねらい

- ① 地域の方からの話を聞き、地域に対する理解を深めるようにする。
- ② 食に関する講話を聞き、食に対する理解を深めるようにする。
- ③ 調べ学習をしたりインタビューをしたりすることを通して、地域や食についてまとめる力や発表する力を身に付けるようにする。

(ウ) 取組内容

- ・ 甘藷の栽培（6月14日）
- ・ J A女性部6人との事前交流（10月12日）
- ・ 甘藷の収穫（11月2日）
- ・ 郷土料理実習（11月6日）

(エ) 経過

甘藷の栽培の様子



J A女性部6人との事前交流



甘藷の収穫の様子



郷土料理実習の様子



がねあげと大学いもの完成



(郷土料理実習の生徒感想より)

郷土料理の作り方、郷土料理の種類を学ぶことができたので、もっと自分の生まれた地域の料理について知って作ることができたらいいなと思います。

河浦の郷土料理はどれもおいしいものばかりなので、作り方を覚えてたくさんの郷土料理を作りたいなあと思いました。また、郷土料理を大切に、これからも河浦の郷土料理として残していきたいと思いました。

河浦には私達が作ったもの以外にも郷土料理がたくさんあります。だから、もっと郷土料理に関心を持ち、いろいろな郷土料理を作れるといいと思います。私も学んだ大学いものを、ぜひ家で作ってみたいです。

イ 2年部の取組

(ア)単元名「職場体験学習」「食育講話・料理体験」

(イ)ねらい

- ①職場体験学習を通して、自分の伝えたいことを言葉にするための基礎的・基本的な知識・技能を身につけさせるとともに、自立して生きるために必要なことや自分自身の適正に気づかせる。
- ②食育講話や郷土料理体験を通して、食の重要性、地域の食文化や歴史等を理解し尊重するとともに、食物や生産等に関わる人々に対し感謝する態度を養う。

(ウ)取組内容

- ・ 職場体験学習の実施（6月14日）・日本の郷土料理についての学習（9月13日）
- ・ 郷土料理実習（9月21日） ・ 魚料理実習（2月7日予定）

(エ)経過

食に関連した職場体験学習の様子



郷土料理実習（せんだご汁）の様子



（郷土料理実習の生徒感想より）

今日の郷土料理「せんだご汁」を作ってみて、地域の人のぬくもりを感じました。「せんだご汁」の歴史がとても古く、伝統があってすごいと思いました。「せんだご汁」は、キリスト教など私達が知っている身近なものとの関係が深いことも知りました。また、「じゃがいも」のことを「異人唐芋」と崎津では言うのも初めて知りました。作ってみて、思っていたのより、作り方は簡単でした。しかし、じゃがいもをするのがとても大変でした。具はシンプルで、わかめと玉ねぎ、だんごというのが良いなと思いました。しょう油とだしの汁はとてもおいしかったです。しかも汁にはとろみがついていて、とてもすごいと思いました。また家で作ってみたいと思います。

せんだご汁を作ってみて、はじめはせんだご汁という食べ物を作ったことがなかったので、どういう形で、どのような味がするのか分かりませんでした。しかし、作ってみたら簡単な作り方で、とても分かりやすかったです。難しい所は、火加減とじゃがいもの縦薄切りでした。じゃがいもは、けずるとき力を入れてけずらなければいけなかったのですが、うまくけずることができませんでした。少しずつ小さくなるので、さらに難しくなっていました。火加減では、沸騰する時などの加減が難しく、強すぎてもいけないし、弱すぎてもいけないので、火から目がはなせませんでした。でも、作り上げることができました。じゃがいもがもちのようにできたのが、良かったです。講師の方々の指導のおかげで、上手につくることができました。家でも講師の方々に教えてもらったことを生かして、作りたいと思います。

ウ 3年部の取組

(ア) 単元名「河浦高校園芸科学科と連携した生産活動」

(イ) ねらい

○生産的活動を通して、ものをつくりあげる喜びや、生命やものを大切にする心情を養い、生活や社会に役立てようとする精神や技能を身につけさせる。

(ウ) 取組内容

- ・きゅうりの収穫作業（7月10日）
- ・キャベツと白菜の種まき（9月13日）
- ・畝づくり（9月27日）
- ・キャベツと白菜の苗植えと人参と大根の種まき（10月6日）

(エ) 経過

きゅうりの収穫



キャベツと白菜の種まき



種まき後2週目



畝づくり



苗の植えかえ



種まき後7週目



その後、間引きの作業がありました。

河浦高校園芸科学科の協力を得て、活動することができました。また、単に体験だけではなく、知識の面からのサポートも受けました。

(生産活動の生徒感想より)

あんな小さな種からここまで大きく成長し、実際に自分達が食べている白菜やキャベツになるなんて驚きました。野菜を作るためにここまで、多くの人々の手間と時間と愛情が注ぎ込まれているのだと改めて感じる事ができました。これからも食事をいただくときには、作ってくださっている方々への感謝の気持ちを忘れないようにしたいです。

2 給食・啓発推進部の取組

(1) 給食の時間の取組

ア 取組の趣旨

全校一同に会する食堂で、生徒・職員共に給食を食べながら、食事時のマナーや社会性を培う。また、給食時の放送を聞くことで、食と健康の関わりについて知識を習得し、実際食する給食を教材として教科で学んだことなどを確認したり、理解を深めたりする。

イ 取組の実際

① 給食当番衛生チェック

給食当番の手洗い・身支度後、衛生チェックを準備前に毎日行い、当番活動を行う。

② 給食時のマナーチェック

校長、教頭、教務主任による給食時のマナーのチェックを行い、食べる時の姿勢、茶碗の持ち方や配膳について正しい在り方の意識づけを図る。

③ 献立や一口メモの放送

毎日一斉に会する食堂で、給食委員による献立や一口メモの放送を行い、食材の特徴や健康に過ごすための知識を習得させ、毎日の食生活への活用を図る。また、食材の産地、流通についても情報を流し、社会科等の学習に役立てるようにする。

給食で郷土料理を扱った場合には放送で知らせるようにし、郷土の歴史や祖先に思いを寄せ、郷土を愛する心を育てるようにする。

④ 学校で栽培された野菜を給食食材として活用

技術・家庭科（技術分野）や総合的な学習の時間等で栽培した野菜を給食の食材として提供することにより、食べ物を大切にする心、生産者への感謝の心を育む。

給食の食材として活用したところ、普段は嫌いと言っていた生徒がその日は「おいしかった。」「食べることができた。」と感想を述べ、偏食矯正につながった。

給食当番衛生チェック表10月) <チェック後、当番活動開始>

【チェック項目】…不適切な場合は×を記入し、給食当番の変更をお願いします。
 ① 廊下や下階、靴の塵状はなしか ② 前髪を帽子の中きちんと入れているか
 ③ エプロン・マスクの装着きちんとできているか ④ 手間はきれいに洗っているか
 ※注意事項…手洗いの順番は①②③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕

給食当番氏名	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫	⑬	⑭	⑮	⑯	⑰	⑱	⑲	⑳	㉑	㉒	㉓	㉔	㉕	5分間
10月1日 月																										
10月2日 火																										
10月3日 水																										
10月4日 木																										
10月5日 金																										
給食当番氏名																										
チェック項目	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫	⑬	⑭	⑮	⑯	⑰	⑱	⑲	⑳	㉑	㉒	㉓	㉔	㉕	5分間
10月8日 月																										
10月9日 火																										
10月10日 水																										
10月11日 木																										
10月12日 金																										
給食当番氏名																										
チェック項目	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫	⑬	⑭	⑮	⑯	⑰	⑱	⑲	⑳	㉑	㉒	㉓	㉔	㉕	5分間
10月15日 月																										
10月16日 火																										
10月17日 水																										
10月18日 木																										
10月19日 金																										
給食当番氏名																										
チェック項目	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫	⑬	⑭	⑮	⑯	⑰	⑱	⑲	⑳	㉑	㉒	㉓	㉔	㉕	5分間
10月22日 月																										
10月23日 火																										
10月24日 水																										
10月25日 木																										
10月26日 金																										
給食当番氏名																										
チェック項目	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫	⑬	⑭	⑮	⑯	⑰	⑱	⑲	⑳	㉑	㉒	㉓	㉔	㉕	5分間
10月29日 月																										
10月30日 火																										
10月31日 水																										

マナーチェックシート ()年()組

マナーソムリエ(校長先生、教頭先生、井添先生)

評価(4, 3, 2, 1で) 10月1日 10月3日 10月5日 平均

	10月1日	10月3日	10月5日	平均
ア 配膳(ご飯は左、汁椀は右)				
イ 姿勢良く食べているか				
ウ 茶碗を正しく持って食べている。 ご飯茶碗を持ったままおかずを食べていない。				
<評価 4・100%、3・80%、2・60%、1・40%>				
(風付き)				



(技術・家庭の時間に栽培で作ったミニトマト)

(2)「ようこそ地域の先生」の取組

ア 取組の趣旨

人生の先輩でもある地域の方を講師として招聘し、将来を担う河浦中学校の生徒へ期待することや、生きていく上でのヒント、社会人としての姿勢など、様々な視点から講話をしていただき、未来の展望をもった中学校生活を送ろうとする気持ちを育成する。今年度、来年度は食育の観点から主に「食」に関係する方々から話を聞くことにより、自らの体を作る食べ物の大切さに気付く、生涯に渡って健康で日々生き生きと生活できるよう食の自立に向けた意識の変容を図る。

イ 取組の実際



河浦町の胡瓜生産者の講話（6月5日 田嶋義信氏）

”故郷河浦町でのハウス胡瓜栽培成功への道”というテーマで講話していただいた。現在のように安定した胡瓜の生産が行われるまでには多くの苦労があり、消費者からのおいしいという声が一番の喜びであると語られた。

田嶋様が納得する胡瓜ができるまで辛抱強く試行錯誤された話に生徒達は興味深く傾聴していた。

「食と農の体験塾」塾長の講話（7月5日 宮田研蔵氏）

”生きる力を育む「食」”というテーマで講話していただいた。この日は保護者も一緒に話を聞き、家庭への啓発を行った。保護者の方から「朝ごはんの大切さ、食の大切さについて学ぶことができて良かった」などの感想が寄せられた。



スポーツと食事（7月19日 ロアッソ熊本

チーム統括次長 永尾健次氏）

”スポーツと食事”というテーマで講話していただいた。育ち盛りの生徒が毎日健康的に過ごすためにも、また十分に活動を行うためにも、好き嫌い無く何でも食べて強い体を作ることが大切であることを話していただいた。スポーツの専門家から話をさせていただくことにより、自分の体は自分が食べたもので作られるということへの興味関心が高まった。



(生徒の感想より)

栄養補助食品は、不足している栄養分を補うものなので、普段の食事などで飲んだり、食べたりするのはあまりよくないんだな、ということが分かりました。だから、必要以上に飲んだり、食べたりしないようにしていきたいと思いました。そして、これからの食事に気をつけて、ケガをしにくい健康な体を作っていきたいと思いました。また、サッカーボールを使った運動も楽しかったです。

食育オーリーブ講演会（10月4日 オーリーブソムリエ小暮剛氏）

「オーリーブで、天草に生まれ育った幸せを実感しよう！」というテーマで、オーリーブオイルを使った試食を交えながら約2時間の熱のこもった講話をしていただいた。地元で採れた食材のよさを生かしながら、命あるものをいただくことで私達は健康に毎日を過ごすことができることを改めて実感できた。各学年の代表生徒による「キャベツサラダ」のデモンストレーションは、とても盛り上がった。いろいろな趣向を凝らした講演会で、生徒たちのたくさんの質問に対しても、丁寧に答えていただいた。



お世話になった講師の先生を招待し、食堂で全校生徒一緒に会食し交流を深めた。

(3)「弁当の日」の取組

ア 取組の趣旨

- ① 親子のふれあいを通し、親と子の絆を深めるとともに、弁当作りをすることで、食の自己管理能力を身につけさせ、偏食矯正の啓発機会とする。
- ② 成長発達や健康を考えて食事をする大切さについて学んだことを実践する場として設定し、親子で自らの食生活について振り返る機会とする。
- ③ 地産地消や加工食品、食品選択について、買い物やメニューを考えることでより身近なものとして知識を深める機会とする。
- ④ 弁当を自分で作ることで保護者や食べ物、生産者に感謝する心を育てる。

イ 取組の実際

- ① 5月19日(土)弁当を忘れずに持って来る。(弁当を自分で包む)
 - ② 5月22日(火)弁当箱に自分でご飯を詰めてくる。(衛生に気をつけ、冷ましてからふたをする)
 - ③ 10月21日(日)おにぎりを自分で作ってくる。(手をきれいに洗うこと)
- ※「弁当の日」記録カードに実施した内容を記録し、担任へ提出する。
 ※段階を踏んで、弁当作りを生徒全員で進めていく。



「弁当の日」記録カード				
()年()組()号氏名()				
◆ 弁当の日の記録をしましょう。				
注: 手はきれいに洗ってから行いましょう。 注: 弁当箱は清潔な物を使い、ご飯をおかずを冷ましてからフタをしましょう。 注: 火を通す食品は中までしっかり加熱しましょう。				
★本人評価 ◎よくできた ○まあまあ △あまり ×できなかった				
実施日	めあて	実践内容(できるだけ詳しく)及び感想	本人評価	先生からのコメント
5月19日(土)	弁当を忘れずに持って来る -弁当を自分で包む	自分で詰めてくる 自分で包むことができました。	◎	名刺も入れて いふふいふ!
5月22日(火)	弁当箱に、自分でご飯を詰めてくる -衛生に気をつけ、冷ましてからフタをする	弁当箱におかず、はんこを入れて ご飯を入れて詰めこめてきました。	◎	ご飯も自分で詰めて 下のおにぎりは 花柄のフタです!
10月21日(日)	おにぎりを自分で作ってくる -手をきれいに洗う事	どんなおにぎりにしたか、ご飯以外の材料や作り方、がんばった所 おにぎりを自分で作りました。	◎	自分で作った おにぎりは モチモチ美味い おにぎりで!
	簡単なおかずを1品作ってくる (例)卵をゆでる、ウィンナーを炒める、またはゆでる、トマトを洗って切る等自分で作れるもの	おかずの名前、作り方、材料等、がんばった所		

☆生徒それぞれ工夫して詰めてきている弁当の写真

(4)親子料理教室の取組

親子で料理を一緒に作るにより絆を深め、親として何をすべきかについてあらためて考えてもらう機会を設けた。具体的には、地域の先輩方(食生活改善推進員)から作り方を教えていただくことにより、地域の方にも関心をもって生徒の様子を見てもらうという目的で、親子料理教室を実施した。

核家族化、部活、習い事等で生徒が家事を手伝う機会は、昔に比べるとかなり少なくなっている。家庭の味の伝承、地域の料理の伝承が廃れないよう、意図的に場の設定を施す必要がある。



(5) 生徒会の取組(主に給食委員会)

ア 取組の趣旨

給食委員会を中心に、食育に対する興味関心を高めるため、定例活動や委員会発表を行うことにより、生徒への啓発を行っている。

イ 取組の実際

① 給食時の放送による啓発



毎日給食時に給食委員会の生徒が、その日の献立や給食一口メモを放送し、食に関する情報発信を行っている。

② 栄養黒板で栄養バランスの視覚的啓発



毎日の献立に使われる材料を給食委員会の生徒が栄養黒板に分類貼り付けし、栄養のバランスを考えながら食べることの意識化を図っている。

③ 残食調査による残食0運動の促進



給食委員会の生徒が一週間残食調査を行い、残さず食べようと全生徒に呼びかけている。

④ 生徒朝会での委員会発表



朝食を食べることの大切さについて、生徒朝会時に全校生徒へ向けて啓発を行った。

⑤ 交流給食



通常はクラス毎で食べているが、他学年との交流を深めるため、体育大会前には交流給食を行っている。

⑥ 片付けの仕方について



給食時の片付けを正確にできるように、片付け場所や方法についての説明を行い、年に1～2回程度片付けコンクールの期間を一週間設けて意識付けを行っている。

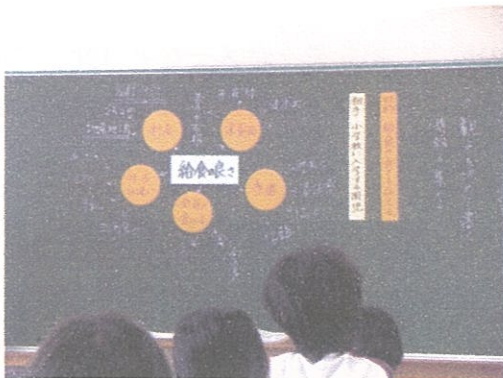
Ⅲ 研究の成果と今後の課題

1 仮説1について

食育の視点を取り入れた各教科等の授業の取組や、食に関する体験活動及び生産活動を行っていけば、「食」に対する関心・意欲が高まり、「心身ともにたくましい生徒」の育成を図ることができるであろう。

(1) 成果

- 国語科、英語科、理科、保健体育科などの全教科において、食に関する視点を取り入れた授業実践を行っている。その際に、学校栄養職員がT2として授業に参加することで、より効果的に給食の時間及び食生活と関連させた授業実践を行うことができた。



1年生：国語科の授業の様子



2年生：理科の授業の様子

- 総合的な学習の時間において、地域人材を活用した郷土料理の調理実習を行ったり、地元の河浦高校と連携した白菜、キャベツ、大根、人参づくりの生産活動を行ったりすることにより、中高連携や地域との交流が推進され、生徒たちに郷土を愛する気持ちや地域の人たちに感謝する気持ちを育むことができた。



3年生：白菜・キャベツの苗植え



2年生：郷土料理実習

- 多角的な視点から、食育講話を4回実施し、講師の先生方の「食」に対する熱い思いから、あらためて「食」の大切さを学ぶことができた。

オリーブソムリエ：小暮剛氏
による体験実習の様子



(2) 課題

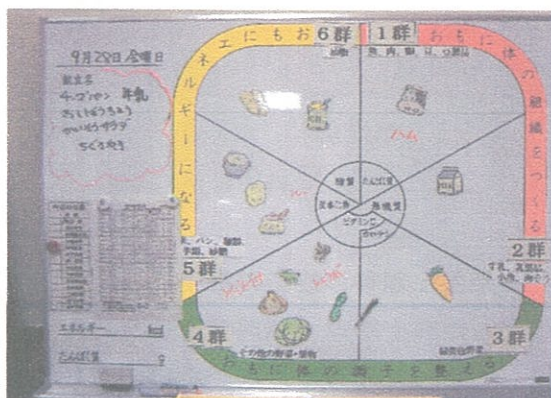
- 授業や講演会で学んだ「食」に関する知識等が実際の生活の中に十分に生かされていない。
- 各教科で学んだ「食」に関する学習内容が有機的に結び付いていない面がある。
- T1とT2や外部講師との打合せの時間の設定が難しいことがあった。

2 仮説2について

各教科等での学びを生かした給食の時間における食に関する指導を行い、家庭・地域との連携により実践化を図っていけば、望ましい食生活を基盤とした「心身ともにたくましい生徒」の育成を図ることができるであろう。

(1) 成果

- 給食委員会を中心とした、毎日の給食の時間の献立の紹介や一口メモなど「食」に関する話題を提供することで、望ましい食生活をする必要性を考えさせることができた。



栄養素に関するパネルを利用した給食の献立紹介

- 生徒朝会において、給食委員会が「食の大切さ」を伝える発表を行った。また、親子料理教室や「弁当の日」の取組などを通して、家庭・地域との連携を図り、食育の推進を図ることができた。



給食委員会の発表の様子



親子料理教室の様子

「弁当の日」の取組に生かすことができました。

(2) 課題

- 「弁当の日」の取組において、弁当作りの技能面を習得させる時間が十分に取れなかった。

- 異学年どうしで会食する「交流給食」の取組があまりできなかった。「食」を通じた全校生徒のふれあいを深める意味でも、次年度は「交流給食」の機会を増やしていきたい。
- 本年度、生徒集会で行った給食委員会の発表を、今以上に保護者や地域の方々へ広く啓発するために、来年度は文化発表会等の学校行事で発表を計画したい。

3 まとめ

「食」で育む知・徳・体を研究主題として研究をスタートしてわずか6か月であるが、食に関する様々な取組を実践してきた。わずかな期間の取組で、研究の成果を数値として表すことは難しいが、生徒の日頃の生活や学習の様子を年度当初と比較すると、何事にも全力で生き生きと活動できている。このことは、食育の推進を通して「心身ともにたくましい生徒の育成」ができている成果の一端であると確信している。

研究としてはまだまだこれからであるが、確かな手ごたえを感じている。本研究をより一層確実な成果として表すことができるように、今後も食育の推進を図っていきたい。

おわりに

本校は本年度、熊本県教育委員会、天草市教育委員会、熊本県学校給食会から食育推進校の指定を受け、4月から実践的研究を進めてまいりました。

「『食』で育む知・徳・体～食に関する体験活動や授業実践を通して～」という研究テーマのもと、生徒たちが生涯にわたって健康的な食生活を営んでいくために、中学生という発達段階において、本校の生徒たちに今どのような食育が必要であるのか、あるいは「望ましい食習慣」の形成にはどのような取組が効果的であるのか等について、保護者、地域の方々のご支援をいただきながら、全職員が一丸となって食育の研究に取り組んでまいりました。

研究指定を受けた当初は、研究そのものの進め方について戸惑うことも多く、校内研修の中で、先進校の資料等を参考に全職員で話し合いながら「食育」についての研修を重ね、研究の体制づくりに努めました。そして、まずは実践を進めることが必要であるとの職員の共通認識のもと、短期間でより多くの実践研究を行いました。研究の過程では、何度か困難な場面もありましたが、その都度、全職員で智慧を出し合って克服することができました。このことによって、生徒の「食」に対する関心が高まり、最近では日常生活の何気ない生徒同士の会話の中でも「食」や「健康」に関する話題が自然に聞かれるようになりました。

しかし、我々の研究は緒についたばかりであり、本日の研究会にご参加の先生方から多くのご意見・ご助言をいただき、更に次年度に向けて研究をより充実させていきたいと思えます。

最後になりましたが、本校の研究推進に当たりまして、ご指導・ご助言いただきました、熊本県教育委員会、熊本県天草教育事務所、天草市教育委員会、熊本県学校給食会、他関係各位に、心より感謝申し上げます。

平成24年11月20日

天草市立河浦中学校 教頭 倉田 斉

研究同人

【平成24年度】

校長	木下 えり子	教諭	岡崎 卓	養護助教諭	白井 貴子
教頭	倉田 斉	教諭	濱口 巖	技師長	小林 美奈子
教諭	大塚 眞治	教諭	中村 翔	ALT	マイケル・グランディン
教諭	井添 浩親	教諭	三原 美佳	ALT	ザッカリ・ジャンソ
教諭	田中 喜一	学校栄養職員	岡部 美幸	心の教室相談員	
教諭	萩元 恵一	事務主任	原田 文幸		高木 豊子
教諭	那須 幸一郎	講師	菅原 颯子	学校司書	吉田 えり
教諭	伊形 英朗	講師	鍋嶋 愛実		

参考文献

- | | |
|--------------------------------------|-------------|
| ○ 中学校学習指導要領解説総則編他全教科 | 文部科学省（教育出版） |
| ○ 食に関する指導の手引き | 文部科学省 |
| ○ 食育実践マニュアル | 熊本県教育委員会 |
| ○ 「学校における食育の推進」
～望ましい食習慣の形成を目指して～ | 熊本県教育委員会 |
| ○ 各研究発表校研究紀要 | |