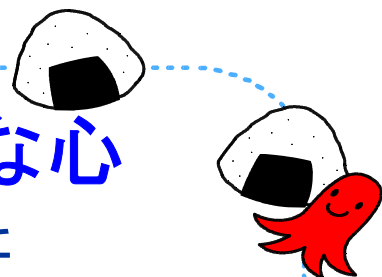


平成23・24年度  
熊本県教育委員会指定・公益財団法人熊本県学校給食会委嘱

## 学校給食・食育推進校 研究紀要

【研究主題】

**「食」ではぐくむ豊かな心**  
～食の知識と食習慣を身につけた  
竜西っ子の育成を通して～



【給食の時間における指導】



【教科等における指導】



【家庭・地域との連携】

平成24年11月1日（木）  
氷川町立竜北西部小学校

## はじめに

「食」は、子どもたちが成長していくための土台であり、子どもたちの健全な発達や成長は、「食」により大きく左右されると考えます。現代社会においては、外食産業が急激に発展し、コンビニエンスストア等が普及し、「食」の環境が大きく変化しています。また、「食」の欧米化により、肉や乳製品等の高カロリー食物が好まれ、脂肪やタンパク質の摂り過ぎで肥満、糖尿病、高血圧等の生活習慣病や食物アレルギーを引き起こしていると考えられています。

平成17年に食育基本法が施行され、子どもたちの「食育」について「・・・子どもたちに対する食育は、心身の成長及び人格の形成に大きな影響を及ぼし、生涯にわたって健全な心と身体を培い豊かな人間性をはぐくんでいく基礎となるもの」と記述され、学校における食育の重要性が注目されています。

さらに、平成20年に改訂された学習指導要領では、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、食育を学校の教育活動全体で取り組むものとして位置付け、その推進の必要性を総則で明示しています。家庭科等の教科や特別活動においても「食育」について記載されています。

本校では平成23・24年度熊本県教育委員会指定、公益財団法人熊本県学校給食会の委嘱を受け「食育」の教育実践に取り組んでまいりました。『食』ではぐくむ豊かな心～食の知識と食習慣を身につけた竜西っ子の育成を通して～をテーマとして「給食の時間における指導の充実」、「教科等における食に関する指導の充実」、「家庭・地域との連携」の3つの視点から様々な取組を行ってきました。特に、学校教育全体で学んできた食に関する知識を「給食の時間」で実践することに力を入れてきました。また、この「給食の時間」で身につけた実践力を高め、家庭・地域で活用できるように保護者や地域の方々に協力を仰いでいます。まだまだ取組が十分でなく、課題も多くあります。本日は、本校でのこれまでの取組の一端を公開し、御参会の皆様からの御意見や御指導を仰ぎ、今後の研究に生かしていきたいと思っています。

最後になりましたが、研究推進に当たりましては、熊本県教育委員会、公益財団法人熊本県学校給食会、八代教育事務所、氷川町教育委員会をはじめ、多くの関係者の皆様方に御指導、御助言をいただき、心から感謝申し上げます。

平成24年11月1日

氷川町立竜北西部小学校

校長 久野守之

# 目 次

	ページ
はじめに	
1 研究主題	1
2 研究主題設定の理由	1
(1) 本校の児童の実態から	1
(2) 今日の課題から	1
(3) 本校の教育目標から	1
3 研究主題について	2
(1) 『食』ではぐくむ豊かな心について	2
(2) 「食の知識と食習慣を身に付ける」について	2
4 実態把握のためのアンケート実施と学年部テーマの設定について	2
(1) 低学年部テーマについて	3
(2) 中学年部テーマについて	4
(3) 高学年部テーマについて	4
5 研究の仮説	4
(1) 仮説1	4
(2) 仮説2	5
(3) 仮説3	5
6 研究の組織	5
7 食に関する指導の全体計画と年間指導計画	6
8 研究の構想図	7
9 研究の実際	8
(1) 給食の時間における指導の充実について	8
① 給食の月目標の設定	8
② 給食指導の充実	9
③ 給食の時間における食に関する指導の取組	10
(2) 教科等における食に関する指導の充実について	12
① 食と関連した単元等の見直し	12
② 食の視点を当てた授業づくりの工夫	13
③ 体験活動の充実	13
④ 学習環境の整備	14
(3) 家庭・地域との連携について	15
① 学級通信や食育だよりによる啓発	16
② 「ノーテレビ『きょう食』」の取組	16
③ 地域人材・地域食材の活用	17
④ 保護者の学習体験の場の設定	17
⑤ 「お弁当の日」の取組	18
10 研究の成果と課題	19
(1) 成果	19
(2) 課題	20

おわりに

参考文献・研究同人

## 1 研究主題

### 「食」ではぐくむ豊かな心

～食の知識と食習慣を身につけた竜西っ子の育成を通して～

## 2 研究主題設定の理由

### (1) 本校の児童の実態から

本校区は、もち米をはじめいちごや野菜などの栽培が盛んで、食に対する関心の高い地域である。本校には、平成20年度から栄養教諭が配置され、積極的に食に関する取組を行っている。

しかしながら、本校児童の朝食の摂取率は、平成22年度は、県平均を上回っているものの平成21年度に比べ5%ほど低下した。この要因の一つとして、児童及び保護者の食に対する意識の低下が考えられる。

給食の時間の児童の様子を見ると、食べ物を口に入れたままおしゃべりをしたり、食器を持たずに食べたりする児童が多く、「良い姿勢で食べること」「食器を持って食べること」「口に食べ物を入れたまま話さないようにすること」など、食事のマナーの大切さを理解し、日々実践しようとする意識の低さがうかがわれた。

また、給食の時間の準備から後片付けまでの時間の使い方が、学校全体で統一されておらず、児童は、担任が替わる度に時間の使い方を変えていかなければならないという実態があった。

さらに、同じ給食センターの給食を食べている他の2校に比べて、野菜を中心に残食の量が多く、食べ物そのものやそれを作る人々への感謝の気持ちが希薄ではないかと感じられた。加えて、食べ終わるまでに時間がかかる児童も多いという状況であった。

このようなことから、学校全体として給食の時間の使い方等について共通理解を図り、食についての学びや実践を重ねることで、食の知識やマナー等の食への意識を高めながら、感謝の心等の豊かな心を育てていきたいと考えた。

### (2) 今日的課題から

近年、社会の変化に伴い食生活も変化し、欠食や個食など食に起因する様々な問題が学校や家庭に投げかけられている。このような時代の中で、第2次食育推進基本計画が、『周知』から『実践』へ」をコンセプトに策定され、さらに、平成23年度に施行された学習指導要領では、総則に「食育」が明記され、望ましい食習慣の形成が求められている。

成長期にある児童にとって健全な食生活をおくることは、健康な心身や豊かな心を育てるために欠かせないものであり、子どもの頃に身につけた食生活は、将来の食習慣の形成に大きな影響を及ぼすもので、大変重要である。

そこで、児童が知識として食の大切さを学び、望ましい食習慣を身につける実践や研究は非常に重要であり、豊かな心の育成につながると考えた。

### (3) 本校の教育目標から

本校では、「豊かな心を持ち、かしこく、たくましく生きる児童の育成」を教育目標に掲げ、その具現化に努めている。

食に関する知識や食習慣を身につけさせることを通じて豊かな心を育むことは、本校の教育目標にせまるものとする。食を通して豊かな心を育てることにより、かしこく、たくましく生きる児童を育成していきたいと考えた。

### 3 研究主題について

本校では、研究主題を以下のようにとらえている。

#### (1) 研究テーマ『食』ではぐくむ豊かな心』について

給食の時間や教科等における取組及び家庭・地域と連携した食に関連する取組を通して

○食そのものの命や自然の恵みへの感謝の気持ち

○食に関わる人々への感謝の気持ち

○わたしたちを大切に守り育ててくださる郷土や地域の方々への感謝の気持ち

○共食を通じた喜びや思いやりの気持ち

○習得した力を生活の中に生かしていこうとする気持ち

などを育てることと考える。

#### (2) サブテーマ「食の知識と食習慣を身につける」について

食品の栄養やそれらをバランス良くとることの大切さなどを知識として正しく学ぶとともに、食事のマナーなどの社会性や食事のとり方などを繰り返し学習・実践していくことで、望ましい食習慣を形成していこうとすることである。

成長期にある児童がこのような力を身に付けることは、将来にわたり、生きる力の基礎を培うものとなると考える。

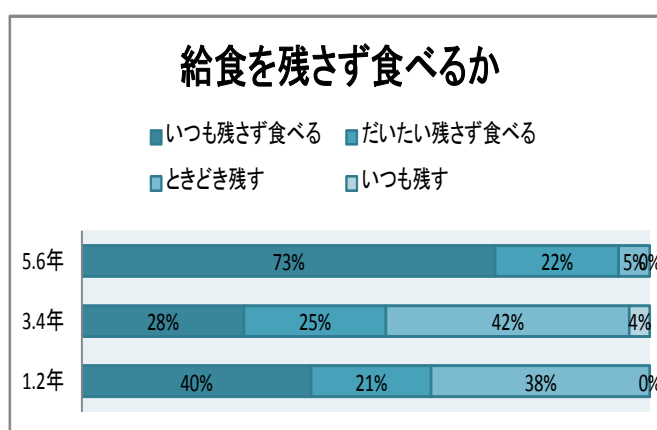
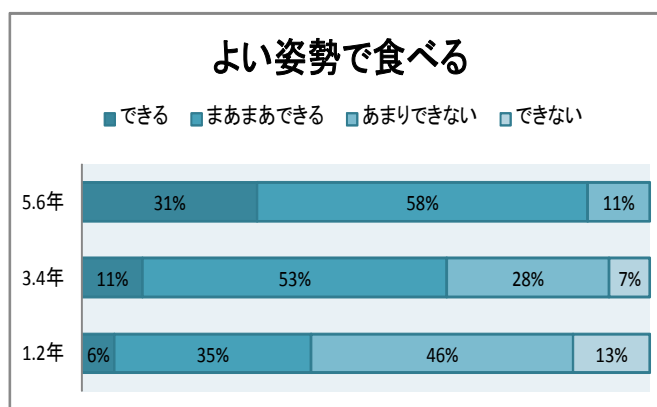
### 4 実態把握のためのアンケート実施と学年部テーマの設定について

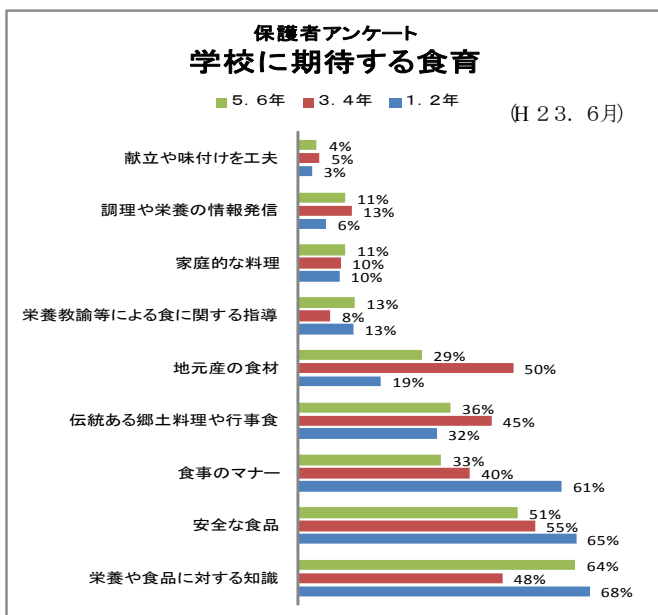
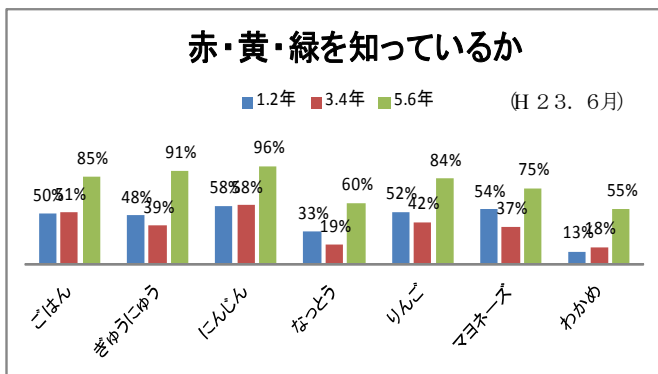
研究を始めるに当たり、児童や保護者の実態を把握するために、平成23年度6月にアンケート調査を実施した。

児童アンケートの結果、「よい姿勢で食べる」などマナーに関する問いに関してすべての項目で、「できる」と答えた児童は非常に少なく、「あまりマナー良く食事をしていない」と感じている児童が多いことがわかった。

また、「給食を残さず食べるか」という問いに対して、「いつも残さず食べる」と答えた児童は、低学年では40%、中学年では約30%であり、さらに、中学年には、「いつも残す」と解答した児童が4%いるという結果であった。「給食を残さず食べよう」と努力している児童が少ないという実態が見えてきた。

さらに、いろいろな食品が赤、黄、緑のどの仲間に入るのかを知らない児童が多いこともわかった。





これらアンケート結果は、日々指導に当たっている担任や残食の実態を把握している栄養教諭から、児童の実態として挙げられたものとほぼ一致していた。

児童アンケート調査と同時に実施した保護者アンケートの結果、学校での食育の取組に期待する上位3つは、「栄養や食品に対する知識」「安全な食品」「食事のマナー」であった。

これらは、児童アンケート結果や実態にほぼ一致するもので、食の知識と食事のマナーについて学習してほしいという願いを持たれていることが分かった。

そこで、これらの結果をもとに学年の実態や発達段階に応じた、低・中・高学年別の学年部テーマを設定した。各学年部のテーマは次の通りである。

- 【低学年部テーマ】食べ物の名前とその働きを知り、好き嫌いせず食べることができる
- 【中学年部テーマ】栄養の大切さを知り、好き嫌いをしないで、感謝の心をもって食べることができる
- 【高学年部テーマ】食の大切さを理解するとともに、食に関わる人々や自然の恵みに感謝する心をもって、残さず食べることができる

#### (1) 低学年部テーマについて

給食の時間に、児童の中から給食の食材や料理によっては、「食べたことがない。」という声も聞かれる。また、いろいろな食材に出会っていないためか、料理に手をつけなかったり、恐る恐る口に入れるために食べ終わるまでに時間がかかったりする児童もいる。

そこで、低学年では、「食べ物の名前とその働きを知り、好き嫌いをせず食べることができる」というテーマを設定した。

「食べ物の働き」とは、食べ物を食べると体にどんないいことがあるのかということであり、具体的には「血や肉をつくる」「おなかの調子をよくする」というようなことである。

低学年では、食べ物の名前とその働きを結びつけて理解させることで、食べ物に関心をもち、好き嫌いせずに食べてみようという気持ちを高めることができる考える。

## (2) 中学年部テーマについて

中学年の児童は、低学年時に、食事にはいろいろな食材が使われていることや、その一つ一つが体によいということを知り、好き嫌いをしないで食べようという学習をしてきた。しかし、「自分の苦手な食べ物でも食べなければいけない」「好き嫌いはしないほうがいい」と理解できていても、苦手な食べ物を目の前にすると、なかなか進んで食べることができない実態がある。

そこで、中学年部では、「栄養の大切さを知り、好き嫌いをしないで、感謝の心をもって食べることができる」というテーマを設定した。

「栄養の大切さを知り、好き嫌いをしない」とは、食べ物には、体に必要な栄養が含まれているということを知ること、苦手な食べ物でも心身の発達や成長のためには、不可欠であるということ、児童の日常生活や心身の成長と関連させながらより明確に認識させ、好き嫌いをせず食べていこうとする意欲を育てることである。

また、「感謝の心を持って食べる」とは、食生活が生産者をはじめ多くの人々の苦労や努力に支えられていることに気付くとともに、それらの人々の思いや願いを知ること、食べ物そのものやそれを作る人々への感謝の心を持って食べようとする気持ちを育てることである。

## (3) 高学年部テーマについて

高学年の児童は、これまでの学習を通して、栄養の大切さや、好き嫌いせず食べることが望ましいことは分かっている。また、5年生から家庭科の学習も始まり、食べる側だけでなく、作る側からも食事と向き合えるようになった。しかし、給食の残食状況や給食の時間の様子を見ると、まだまだ知識としての理解に止まり、実践力としての高まりまでには至っていないという現状がある。

そこで、高学年では「食の大切さを理解するとともに、食に関わる人々や自然の恵みに感謝する心をもって、残さず食べることができる」というテーマを設定した。

高学年部では、「食」はただ単に食べるという行為のみを指すのではなく、他の動植物の命によって自らの命を維持し心身を育むものであり、多くの人々の勤労の賜物であるにとらえている。また、地域の産物への理解を通して郷土愛を育んだり、食事を共にする人たちとの団らんを通じて、社会性を身に付けたりすることができるものであり、さらに、それぞれの地域の風土や伝統に根ざした文化的な営みであるにとらえている。

つまり、「食の大切さを理解する」とは、上記のような「食」のもつ様々な面を理解させるということである。

また、「食に関わる人々や自然の恵みに感謝する」とは、食生活が、他の動植物の命や多くの人々の勤労の賜物であることを踏まえ、食べる側からだけでなく、家庭科での体験を通して食事の作り手側からも、食材そのものの命や生産・調理等に関わる全ての人々への理解を深め、残さず食べようとする態度を身に付けさせるということである。

## 5 研究の仮説

本研究の具現化をめざすため、次の3つの仮説を設定した。

### (1) 仮説1

給食の時間における指導を充実させていけば、食の知識と食習慣を身につけた豊かな心をもった児童が育つであろう。
---

給食の時間は、学校において児童が食と直接向き合う時間であり、毎日、全ての児童が同じものを食べる時間でもある。その時間の指導を中心に、計画的・継続的な取組を充実

させていけば、食の知識と食習慣を身に付けた豊かな心をもった児童が育つであろうと考えた。

(2) 仮説2

教科等における食に関する指導を充実させていけば、食の知識と食習慣を身につけた豊かな心をもった児童が育つであろう。

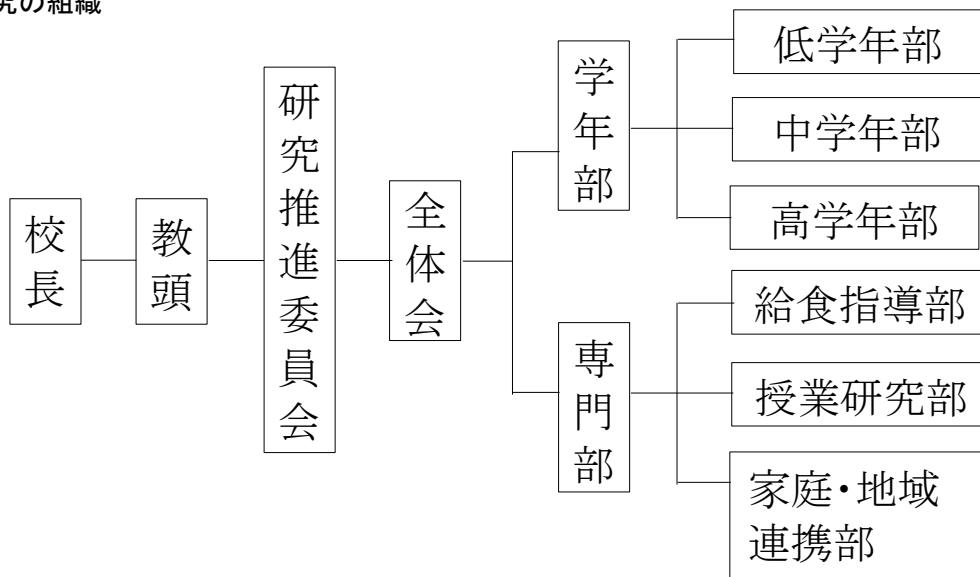
食と関連付けた授業の展開を工夫し、教科のねらいを達成させつつ、給食の時間における指導や家庭・地域での取組と連携させていくなれば、食の知識と食習慣を身に付けた豊かな心をもった児童が育つであろうと考えた。

(3) 仮説3

家庭・地域との連携による指導を充実させていけば、食の知識と食習慣を身につけた豊かな心をもった児童が育つであろう。

身に付けた知識を体系化・具現化していくためには、学んだことを家庭に持ち帰り、実践を繰り返していくことが必要である。そのために、学校での取組を家庭や地域に知らせたり、家庭での実践を学校に伝えていただいたり、地域から食や農についての助言をいただいたりしながら、互いに協力する中で、児童は望ましい食習慣を形成していき、豊かな心が育まれると考えた。

## 6 研究の組織



## 7 食に関する指導の全体計画と年間指導計画

給食の時間は、学校において児童が食と直接向き合う時間である。そこで、「食の知識」と「マナーなどの食習慣」について計画的・継続的に指導するために、給食の時間の指導を中心に研究を進めることとした。

そのために、食に関する指導の年間指導計画に「給食の時間の月の重点目標」を設定し、それとの関連を考えて各学年の指導内容を決定した。





8 研究の構想図





## 9 研究の実際

### (1) 給食の時間における指導の充実について

給食の時間は年間約190回あり、給食献立を活用しながら、食べる活動を通して児童が繰り返し体験的に学習できる時間である。

そこで、仮説1を受けて次のような取組を行った。

#### ① 給食の月目標の設定

給食の時間における指導の目標を明確にし、児童の意識を高めるために月目標を設定した。月目標の設定にあたっては、実態把握のため実施したアンケート調査の結果を活用し、児童に付けたい力を明らかにし、優先的に取り入れていくようにした。

本年度は、指導の徹底を図るため、月の終わりに、どの程度達成できたのか「給食目標振り返りカード」を使い、振り返りができるようにした。この取組により、児童も教師も月目標に対する意識が高まった。

また、月の初めに月目標についての指導を行う場合、栄養教諭が作成した資料を活用して指導を行っている。このことにより、学校全体で統一した指導を行うことができた。

さらに、指導を行った後も提供された資料を、随時指導に活かしたり、教室掲示をしたりすることで、継続的に月目標を意識させることができた。



(6月の給食目標)

平成24年度 給食月目標

給食指導部

月	目標
4月	食器を正しく並べよう
5月	きまりを守ってかたづけよう
6月	食器を正しく持とう
7・8月	ばっかり食べをやめよう ～いろいろな食べものを食べよう～
9月	好き嫌いをせず、いろいろな食べ物を食べよう。
10月	よい姿勢で食べよう
11月	よくかんで食べよう
12月	給食前の準備をしよう ～手洗い・マスクをしよう～
1月	給食に感謝をして食べよう ～心をこめてあいさつをしよう～
2月	はしを正しく使おう
3月	給食のマナーを守って食べよう ～口に入れたまま話さない。 食事にふさわしい話をする。 途中で立ち上がらない。～

(給食月目標)

給食目標振り返りカード(3年)

月	月の給食目標	できた人	できなかった人
4月	食器を正しく並べよう	31人	2人
5月	きまりを守ってかたづけよう	31人	2人
6月	食器を正しく持とう	28人	5人
7,8月	ばっかり食べをやめよう ～いろいろな食べものを 交互に食べよう～	31人	3人
9月	好き嫌いをせず、いろいろな 食べものを食べよう		
10月	よい姿勢で食べよう		
11月	よくかんで食べよう		
12月	給食前の準備をしよう ～手洗い・マスクをしよう～		
1月	給食に感謝をして食べよう ～心をこめてあいさつをしよう～		
2月	はしを正しく使おう		
3月	給食のマナーを守って食べよう ～口に入れたまま話さない 食事にふさわしい話をする 途中で立ち上がらない～		

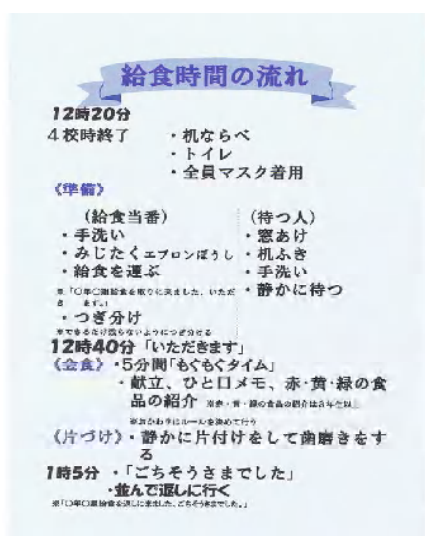
(給食目標振り返りカード)

## ② 給食指導の充実

### ア 給食の時間の流れ

給食の時間においては、食事をする時間を確実に確保することが重要である。そのために、まず45分間の給食の時間の時間配分について見直し、「給食の時間の流れ」を作成した。また、4時間目終了からごちそうさまをするまでの活動を時計の中に表記し、児童の目に付くところに「給食時計」として掲示することで、今、何をやる時間を意識させるようにした。学年の実態に応じ、多少時間がずれることもあるが、この流れを目標として6年間続けることで、給食の時間の流れやルール等が身に付きいていくものと考えた。

これまでは準備に時間がかかったり、会話をすることに夢中になりすぎて、食べるのに時間がかかったりすることがあり、給食の時間に食べ終われない児童も多かった。今回、活動時間の目安ができたことで、準備にかかる時間が短くなり、集中して食べる児童が増えてきた。また、時間内に完食する児童も増えてきた。



(給食時間の流れ)



(給食時計)

### イ 給食のやくそく

「準備」と「会食」、「片付け」のそれぞれの時間に、給食当番の児童や当番以外の児童の動きや注意事項などを明確に示した資料を作成した。すべきことが具体的に示されたことにより、担任だけでなく担任以外の職員も指導がしやすくなり、指導の徹底が図られるようになった。

### ウ もぐもぐタイム

給食としっかり向き合わせるために給食の時間の流れの中に「もぐもぐタイム」を設けた。「もぐもぐタイム」は、いただきますの後の5分間をおしゃべりをせずに黙って食べる時間である。この時間には、給食委員会が、給食の月目標や献立の紹介、「今日のくまさん」として熊本県産や氷川町産の食品の紹介を放送する。「もぐもぐタイム」終了後には、班の



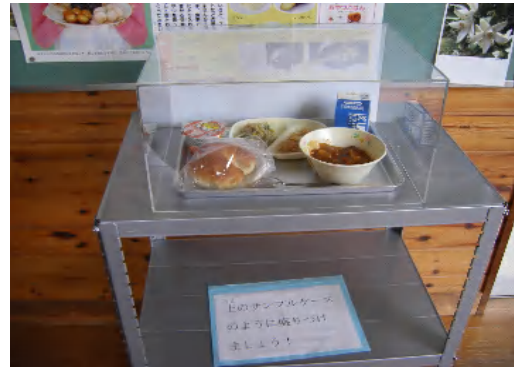
(もぐもぐタイムの様子)

友だちと「もぐもぐタイム」の中で思ったことや考えたことなど会話する。児童にはこの時間の毎日の繰り返しを通して、自然に食と向き合う姿勢を身に付け、家庭の食事の中にもその時間を自ら作り出してほしいと考えている。また、家庭での会話の中にも食に関する内容が増えてほしいと願っている。

#### エ 給食展示食

配膳するとき、給食の盛りつけ方や量、個数などがわからず、それぞれの学級で判断して配膳していることがあった。展示食を給食受け庫入り口に設置したことで、給食当番がその日の給食内容を把握し、配膳するときの目安にすることができるようになった。

また、「おいしそう。」「早く食べたい。」などの声も聞かれ、給食への期待を高める効果も出ている。



(給食展示食)

#### オ 給食受け庫での全職員による指導

給食当番には必ず担任が付き添い並んで給食を受け取りに行く。給食受け庫前では、給食委員会の児童が輪番で立ち、マスク忘れの点検をしている。

また、給食受け庫には曜日ごとに担任以外の職員が立ち、児童が安全で衛生的な給食の受け取りができるように、また、正しい後片付けができるよう指導をしている。児童は「〇年〇組です。給食を取りに来ました。いただきます。」「〇年〇組です。給食を返しに来ました。ごちそうさまでした。」と挨拶をしている。担当している職員とその日の給食の話題など食に関する会話も交わされ、担当職員も児童への声かけを楽しみにしている。



(給食受け庫での指導の様子)

### ③ 給食の時間における食に関する指導の取組

#### ア 「栄養ボード」と「給食センターからのおたより」の活用

給食の献立や給食に使われている食品をより身近なものとしてとらえ、食に向き合わせるために「栄養ボード」を作成した。各学級の係の児童が、給食献立表を見ながら、その日の給食に使われている食品のカードを赤・黄・緑の3つのグループに分けてボードに示し、紹介している。また、給食の時間には児童や担任から「給食センターからのおたより」が紹介され、献立や食品についての「食の知識」や「献立に込められた思い」などに触れたり理解したりする時間となっている。

児童からは、「〇〇は、□□からできているから黄の仲間なんだ。」「〇〇も入っているんだ。気付かなかった。」などの声が聞かれ、少しずつではあるが、食材に対する興味・関心が高まっている。





(栄養ボード)



(給食センターからのおたより紹介)

イ すききらいゼロ大作戦と完食週間

好き嫌いの多い児童は、野菜や魚など食べずに残してしまったり、食の細い児童は、ほんの少量しか食べなかったりと本校では残食が多かった。そこで、児童の完食への意欲を高める「すききらいゼロ大作戦」と給食委員会が各学級の残食量を調べて翌日の昼の放送で結果を発表する「完食週間」の取組を行っている。「すききらいゼロ大作戦」では、完食した日にシールを配布している。

平成22年度は、19日が食育の日ということもあり、9のつく日のみの実施だったが、平成23年度からは月の第1週目に1週間続けて実施している。

日頃、残しがちな児童も、その週は、朝から「今日は完食するぞ。」と張り切る姿が見られ、完食への意欲の高まりが感じられた。



みんな食べて、げんきにせいかつしよう。完食できた日はシールをもらう!

6・4	●	10・1*		1・15
6・5	●	10・2		1・16
6・6	●	10・3		1・17
6・7	●	10・4		1・18
6・8	●	10・5		1・21
7・9	●	11・5		2・5
7・10	●	11・6		2・6
7・11	●	11・7		2・7
7・12	●	11・8		2・8
7・13	●	11・9		2・12
9・3	●	12・10		3・5
9・4	●	12・11		3・6
9・5	●	12・12		3・7
9・6	●	12・13		3・8
9・7	●	12・14		3・11

(すききらいゼロ大作戦カード)

ウ 給食の時間における食に関する指導

(ア) テーマに沿った担任による指導(月3回)

- ・ 毎月 1日・・・月目標についての指導
- ・ 毎月19日・・・ふるさとくまさんデーについて
- ・ 毎月29日・・・月目標の反省

テーマに合わせて栄養教諭が作成した資料を活用して、学級担任が学年の発達段階や実態に合わせて食に関する指導を行っている。各月の1日と29日は、月目標についての指導と振り返り、19日はふるさとくまさんデーについての指導を実施している。

今回、指導内容、指導時期を明確にし、また固定化したことで、全学級で足並みのそろった指導ができるようになった。

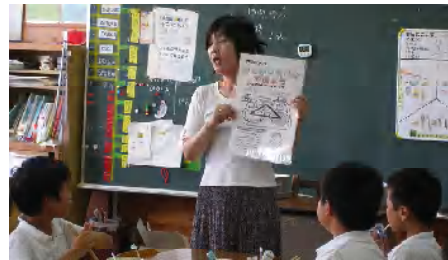
また、月目標に関する資料は、指導をした日だけでなく、その他の給食の時間等にも必要に応じて繰り返し活用している。

#### (イ) 年間指導計画に基づいた指導

各学年、各学期に1回（年間3回）栄養教諭を中心に担任と連携した指導を行っている。本年度から低・中・高ごとに同じテーマを設定し指導するようにした。そうすることで、前年度学習したことがどの程度身に付いているか確認することができ、身に付いていない内容については、再度指導し徹底を図ることができる。指導の際は、同じ資料を使い、繰り返し指導をするため、十分な定着が期待できると考える。



(月目標指導資料)



(担任による指導)



(栄養教諭による指導)

#### (ウ) 教科等の学習と関連付けた指導(随時)

年間指導計画に基づいて、教科等の学習と関連付けた給食の時間における食に関する指導を行っている。指導に当たっては、担任と栄養教諭が事前に指導内容、指導時間等について検討している。この時間は、児童にとって実際に給食に使われている食品や給食献立を目の前にし、由来や栄養等の食に関する知識を学び、そして食べるという一連の活動を通して、教科等で学習した内容をさらに深める時間となっている。

なお、指導の際には、家庭での取組にも生かせるような言葉かけに心がけている。

#### (2) 教科等における食に関する指導の充実について

平成20年の学習指導要領の改定で総則に「学校における食育の推進」が位置付けられたことにより、教科等においても、学校における食育の推進に関する記述の充実が図られた。

そこで、仮説2を受けて次のような取組を行った。

##### ① 食と関連した単元等の見直し

学校における食育は、特定の教科等において行われるものではなく、様々な教科等に関連させながら、学校の教育活動全体で推進することが望まれる。また、児童の望ましい食習慣の形成のためには、単発的な食に関する知識の伝達にとどまるのではなく、繰り返し学習したり体験したりすることで習慣化を図る継続的な指導が必要となる。

そこで、作成していた「食に関する指導の全体計画」と「食に関する指導の年間指導計画」の見直しを行った。特に年間指導計画については、食と関連を図れる単元について見直すとともに、その単元における食育の視点、また栄養教諭等と協力して指導する単元を示すようにするなどして学年毎に作成した。

② 食に視点を当てた授業づくりの工夫

教科等においては、目標や内容、教材や題材、学習活動など様々な面で食に関する指導と関連付けて指導することができる。また、それらを充実させることは、学校における食育の充実にもつながるものとする。

しかし、教科等にはそれぞれに目標や内容があり、必ずしも食に関する指導の目標や内容と一致するとは限らない。また、食を意識するあまり、教科等における指導の目標が曖昧になり、目標が達成できないという事態も引き起こしかねない。そこで、教科等の目標を達成させながら、「食育の視点」を位置付けた指導が意図的に実施できるように次の3つのパターンを考えた。

- ☆1 単元全体を通して食育の視点が位置付けられる場合
- ☆2 単元における指導過程の一部に、食育の視点が当てられている場合
- ☆3 本時の学習の中で、食に関する問題等を活用する場合

また、食に関する指導の目標は、教科等の指導のみで達成するものではなく、教科等で学んだことを、給食の時間や家庭生活の中での指導や実体験を通して達成されるものと考え、指導案に「給食の時間や家庭との関連」について、記載するようにした。

	☆1 単元全体型	☆2 単元一部型	☆3 問題活用型
「食育の視点」について	①「指導上の留意点」に、食育の視点、全6項目を記載 ＊学級活動等の1時間扱いの場合は、必要な視点のみ ②「指導計画及び評価規準」の表中に記載 ③本時の学習の「目標」の次に記載 ④本時の学習の「本時の展開」に展開上の留意点として記載	①「指導上の留意点」に、関連のある食育の視点のみ記載 ②「指導計画及び評価規準」の表中に記載 ③本時の学習の「目標」の次に記載 ④本時の学習の「本時の展開」に展開上の留意点として記載	④本時の学習の「本時の展開」に展開上の留意点として記載
「給食の時間や家庭との関連」について	①「系統観」及び「指導上の留意点」に記載	①「系統観」及び「指導上の留意点」に記載	①「系統観」に記載

このように、指導案作成において食育の視点を当てた授業を3つのパターンに分類し、給食の時間や家庭との連携を意識した指導案を作成することで、教科のねらいを外すことがなく、無理なく食育の視点を当てた授業が展開できるようになった。

③ 体験活動の充実

食料生産が自然の恩恵の上に成り立っていることを実感したり、生産の過程の苦労や努力を感じたりすることで、生産者をはじめ多くの人々への感謝の気持ちを育成できると考え、プール北側にある畑を「竜西っ子畑」と命名し、年間を通して計画的に活用できるようにした。



栽培するものは、教科等との関連により決定し、「竜西っ子畑年間計画」を作成しながら計画的な運用を図っている。また、児童が育てた作物（じゃがいも、にんじん、たまねぎなど）の一部を、給食で使用したり、自分たちで調理して食べたり、家庭に持ち帰って家族と一緒に食べたりすることで、学校給食や地域食材に関心を持てるようにした。

さらに、育てた作物を授業に活用することで、児童の興味・関心を高め、授業の目標にせまることができるようにした。

平成24年度 竜西っ子畑年間計画																		
											家庭・地域連携部							
											フル							
<ul style="list-style-type: none"> <li>育てる野菜については、それぞれの学年で決める</li> <li>低中高で分かれて栽培してもよい</li> <li>育てた後の世話も責任を持って行う</li> <li>収穫した野菜の調理については、それぞれの学年で決める</li> </ul>											<table border="1"> <tr> <td>3年</td> <td>4年</td> </tr> <tr> <td>1年</td> <td>2年</td> </tr> <tr> <td>5年</td> <td>6年</td> </tr> </table>		3年	4年	1年	2年	5年	6年
3年	4年																	
1年	2年																	
5年	6年																	
学年	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月						
1年			つねづくり「生活学習」	<さつまいも>				<じゃがいも>										
2年	<じゃがいも> 1年の12月から			<さつまいも>				<じゃがいも>										
3年	<じゃがいも> 2年の12月から			<大豆>				<じゃがいも>										
4年	<にんじん> 2年の2月から			<大豆>				<大根>				<じゃがいも>						
5年	<にんじん> 4年の2月から			<大豆>				<じゃがいも>				<じゃがいも>						

(竜西っ子畑の活用)



(じゃがいもほり)



(じゃがいものミート焼き)

#### ④ 学習環境の整備

食に関する掲示物等を充実させることは、児童が食の知識やマナーについて学習したり、食に関する活動を振り返ったりする機会になるととらえている。

各学年の教室には、「食育コーナー」を設け「献立表」「給食の月目標」「給食のやくそく」「給食時間の流れ」「給食時計」「ぱくぱくだより」等を掲示している。

食に関する掲示物等の充実は、児童だけでなく、教師にとっても、食育を意識することができ、何を指導すべきかが明確となる手助けとなった。

給食受け庫前には、給食ニュースや食に関するクイズ、食育カルタなどを掲示し、楽しみながら学習できるようにした。掲示物は、栄養教諭をはじめ給食委員会でも作成している。

廊下の掲示板には、授業や体験活動を通して学んだことの足跡を、応用紙にまとめ掲示した。学習内容を振り返るだけでなく、活動時の感動も残すことができ、掲示物を見ながら「たまねぎたくさんとれたね。」「今度給食に使ってもらえるらしいよ。」など楽しく会話している児童の姿も見られた。

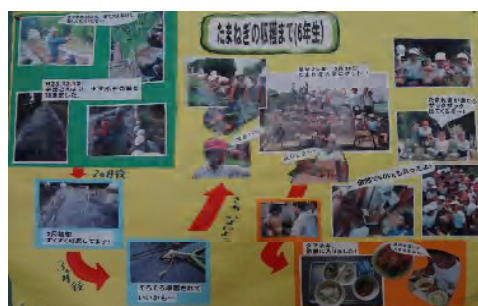
また、職員室には、教職員向けの食育関連図書コーナーを設置し、指導に活用できるよう充実を図っている。さらに、図書室には、児童の興味や関心に対応できるように「食に関する本コーナー」を設けている。休み時間等に、食に関する本を広げ、楽しそうに読んでいる児童の姿が見られた。



(学級の食育コーナー)



(給食受け庫前の掲示物)



(廊下の掲示物)



(職員用食育関連図書 職員室)



(児童用食育コーナー 図書室)

### (3) 家庭・地域との連携について

児童が食に関する理解を深め、学校で学んだことを家庭の中で実践していくことが大切である。そのためには、学校と家庭・地域が連携を密にし、特に家庭において食に関する取組を充実させる必要があると考える。

そこで、仮説3を受け、以下のような取組を行った。



① 学級通信や食育だよりによる啓発

各学級では毎週学級通信を発行しているが、その中に食に関する内容について月1回以上は載せている。月の目標の紹介や体験活動についての内容であるが、特に体験活動については地域の協力もある活動のため、保護者も興味深く読んでくださっている。

本校では、「竜西っ子畑」を活用し、各学年が割り当てられた畑で、年間を通して計画的にいろいろな野菜を作っている。そして、収穫した野菜を自分たちで調理したり、給食に活用したりしている。

また、給食の食材を活用したとうもろこしの皮むきやグリーンピースのさやむきの体験など、食育に関する活動も行っている。

このような活動を、学級通信や「竜北西部小☆食育だより」を通して保護者にお知らせしている。「食育だより」では、食育に関する体験活動はもとより、各学年の給食の準備や会食の様子等も紹介している。作成に当たっては、栄養教諭を中心に、学年ごとに担当する月を決め、全職員で取り組んでいる。

## ～たまねぎの収穫～

昨年12月に学校の畑に植えたたまねぎが、大きく育ちました。

12月

5月16日の2時間目、6年生が収穫をおこないました。マルチから大きなたまねぎ出てくると、「うわあ～大きい!」と子どもたちの喜びの音が響きました。

2月

ひとつだけ  
紫たまねぎ  
発見!

5月

ダンボール  
箱が重みで  
破けそう

収穫したたまねぎを保健室のデジタル体重計ではかってみると、合計50Kgもありました。収穫したたまねぎの一部は、21日の給食（肉だんごの酢豚）に使い、全児童で味わいます。苗の準備や植え付けをご指導いただいた宇田さんには、その後も生育の様子を見ていただくなど、長い間ご協力いただきました。深く感謝申し上げます。

5月の重点目標  
「きまりを守ってかたづけよう」

(食育だより 5月号)

② 「ノーテレビ『きょう食』」の取組

児童が「食」について学ぶ、最も身近な場所は家庭の食卓である。しかしながら、家族が全員揃っての食事の機会が減ってきているのが現状である。また、せっかく揃って食事をしている時にテレビを付けているため、テレビ番組に集中して会話がなくなったり、会話の内容がテレビ番組の内容であったりすることも少なくない。

そこで、本年度の6月から、毎月第3週目の1週間を「ノーテレビ『きょう食』」週として取り組むことにした。

「ノーテレビ『きょう食』」とは、テレビを付けず、家族で食卓を囲み、食についての話はもとより、1日の出来事など会話を楽しみながら食事をしようという取組である。平日の場合は朝食・夕食、休日の場合は朝食・昼食・夕食の中から1回以上、可能な限り、家族が揃ってテレビを付けずに食事を行い、その時の様子や感想を「ノーテ

月	6	7
期間	18日(月)～24日(日) (祝)・18日(月)・24日(日)	9日(月)～16日(月)
実施した日	20日(夕)・22日(朝)	9日(祝)・13日(夕)
ご感想 ご意見 等をお聞 いします	20日(夕)は、家族の誕生日でもあり、全員そろっての食事。会話はほぼ子ども供達の今日の出来事や感じたことなどし聞くことが出来た。有意義な時間では、今はまだ家族全員が朝、夕、そらうので、幸せな時間だなぁと感じています。	朝は、バタバタしてしまいましたが、家族そろって、力を合わせてご飯を食べられることで、子供達、家族が元気になれるかんがえられるかになれたら良いなぁと願っています。
担任より	私もそう思います。	子どもとしっかり向きあっておられますね。

ちょっと一言…朝ごはんを食べると、いろいろな角度から刺激された脳が目覚めます。

朝ごはんが聞こえます

いいにおいがします

手ざわり、くちびるにみれる感じ

(ノーテレビ『きょう食』シート)

レビ『きょう食』シートに記録していくようにした。

「きょう食」の「きょう」には、食事の準備や後片付けを協力して行うの「協」、家族が共に食べるの「共」、会話を通して心が響き合うの「響」などの意味を込め、「きょう食」と平仮名表記を用いることにした。

各家庭の状況も様々なため、どの程度実施してもらえるか不安もあったが、学校運営協議会やPTAと連携によりほとんどの家庭で実施していただくことができた。実施後の感想には、「会話が増え、学校の様子や友だちのことを話すようになった。こういう取組はいいと思う。」といったものが多く見られ、取組を通して、食事としっかり向き合ったり家族のふれあいが深まったりしている様子が窺えた。

### ③ 地域人材・地域食材の活用

本校では、平成21年度から、地域の教育力を活用するための氷川町学校支援地域本部事業の推進がなされている。コーディネーターの方に体験活動を支援いただける地域の方を紹介いただきながら、様々な活動を行っている。また、どの時期にどのような活動があり、誰に連絡を取ればよいか分かるように、学校行事等と食育とに分けてゲストティーチャーの一覧表も作成している。

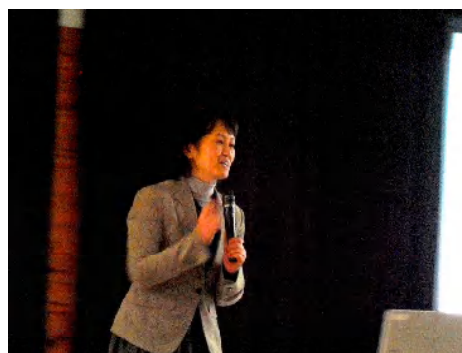
本校の給食には、氷川町産の食材や県産の食材が毎日使われており、給食の時間の放送「今日のくまさん」や各教室に配付される「給食センターからのおたより」で紹介している。これらの取組により、地域食材への関心を高め、地域のよさを理解させたり愛着をもたせたりしていきたいと考えている。

### ④ 保護者の学習体験の場の設定

保護者の食育への意識が高まるように、2回の講演会を開いた。多くの保護者に聴いていただけるよう授業参観の後に実施した。

1回目は、昨年度2月に霧島食育研究会代表の千葉しのぶさんに来ていただいた。千葉さんのお話は、食育の原点を考えさせられる心に響く講演だった。講演後、保護者からは、「ドラマのある料理を子どもに食べさせたいと思いました。」「日常の食を心豊かに作っていききたいと心から思いました。」などの感想が寄せられ、食事に対する思いを改めて見直す機会になったことが窺えた。

2回目は、本年度の7月に九州大学大学院農学研究院助教の佐藤剛史さんに来ていただいた。前半は高学年の児童向け、後半は保護者向けと2つに分けて行った。前半では食と命の関わりについて分かりやすく話していただいた。高学年の児童は真剣に話を受け止めていたようだったが、それ以上に保護者の方はこれまでの子育てのことを思い出されたのか涙される方が多く見られた。後半は、保護者自身が今までの自分と食との関わりを振り返ることで、これからの



(千葉しのぶさんの講演会)



(佐藤剛史さんの講演会)

食を考える機会となった。この2回の講演会は、どちらも保護者の心に響くものだった。

また、例年1年生の保護者を対象に学年PTAで給食試食会を実施している。本年度は学期ごとに、他の学年においても給食試食会を実施する予定である。この会を通して、保護者が、給食を作っている方々の思いを知り、さらに児童と一緒に食べることで、児童の学校での食事の様子を見ていただく貴重な時間にしていきたいと考えている。

さらに、学年PTAにおいても、保護者の計画により、子どもと一緒に料理教室を行う等の体験学習が行われている。



(給食試食会 1年生)



(親子料理教室 2年生)

#### ⑤ 「お弁当の日」の取組

本校では、お弁当作りを通して、料理の技術はもとより、食品を選択する力や限られた時間の中で段取りよく料理する力、料理を作ってくれる家族への感謝の気持ちなど様々な力をつけていきたいと考え、3学期の最後の授業参観日を「お弁当の日」と位置づけ、その日の昼食は、親子で作ったお弁当を持ってくるようにした。児童は、学年の発達段階に応じて設定された弁当のコースの中から、自分が挑戦したいコースを選択して取り組んだ。コースは以下の通りである。

( )内は、H23年度の取組状況

##### ○1～4年生コース

- ・るんるんコース：おうちの人と一緒に買い物をする (19.3%)
- ・わくわくコース：料理の手伝いをする (50.0%)
- ・ぱくぱくコース：自分で詰める (30.7%)

##### ○5～6年コース

- ・にこにこコース：メニューを考え買い物をする、または、自分で詰める (14.3%)
- ・もりもりコース：メニューを考え、料理を数品つくる (75.0%)
- ・はりきりコース：メニューを考え、全部自分でつくる (10.7%)

作ったお弁当は、記録用として写真を撮り、食べている様子とともに「竜北西部小☆食育だより」で保護者へ紹介した。





(工夫されたお弁当)



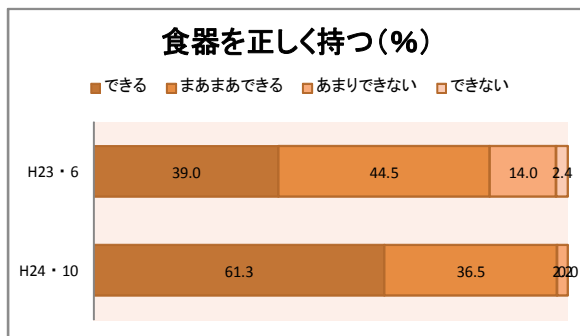
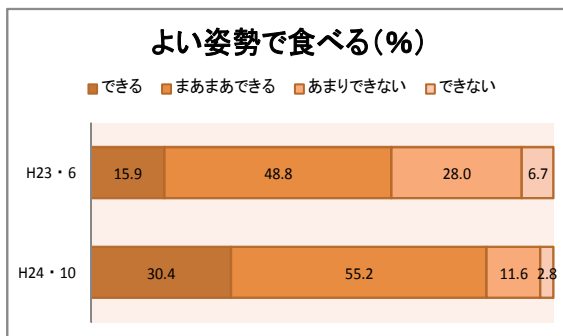
(お弁当の日 会食)



## 10 研究の成果と課題

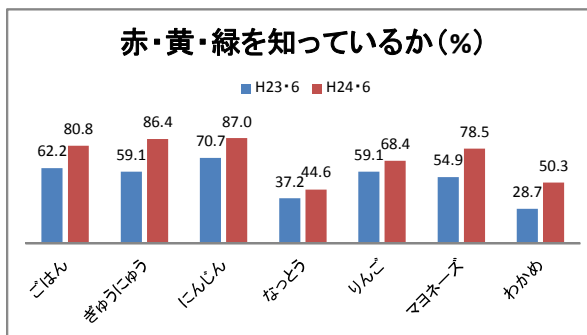
### (1) 成果

- 給食の時間における指導内容を明確にしたことで、指導の徹底が図られた。食に関する指導の年間指導計画に、「給食の時間の月の重点目標」(月目標)を明示して指導したことで、全職員での共通実践ができるようになった。また、栄養教諭作成の資料を活用することで、継続した指導が可能になった。さらに、月目標は、学級通信等で家庭に知らせることで、保護者の方にも関心をもっていただき、家庭と連携した指導を進めることができた。
- 給食の時間の流れや約束ごとの明確化で、児童の動きがスムーズになり、準備から片付けまでの時間が短縮された。研究を始めた当初は、給食受け庫に取りに行くまでに、10分以上かかる学級も多かったが、研究が進むにつれ、5分前後で受け庫での給食の受け取りができるようになってきた。また、給食当番以外の児童も準備を静かに待てるようになり、学級全員で協力して給食の準備をするという意識が高まっている。そのおかげで、食事の時間をより長く確保できるようになった。
- 「もぐもぐタイム」の習慣化を図ったことで、静かな雰囲気の中で食と向き合い、集中して食べることができる児童が増え、食事のマナー面も向上している。  
児童をもっと食と向き合わせ、食と対話させたいという思いから始めた「もぐもぐタイム」の実践で、児童は、静かに食と向き合い、「何が入っているのかな。」「どんな味かな。」「どんな臭いかな。」「食べてみよう。」「おいしいな。」と思考しながら集中して食べる習慣が付きはじめた。また、静かな中での食事は、自分自身の食事のマナーと向き合う時間ともなっており、児童アンケート結果でも、下のグラフのように「よい姿勢で食べる」や「食器をもって食べる」などのマナー面での向上がみられた。  
さらに、保護者からも「後片付けをきちんとするようになった。」などの声をいただいている。

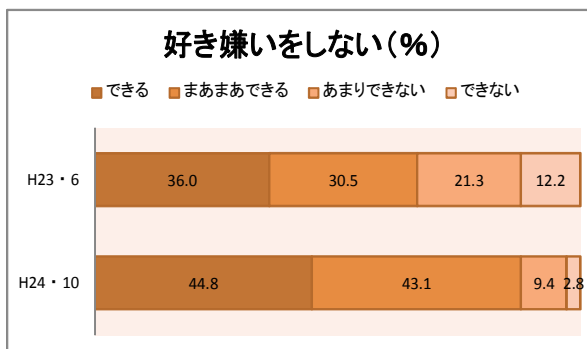


- 「こんだて表」や給食センターからのお便りによる食材の紹介と栄養黒板を活用しての赤・黄・緑の仲間分けの取組を継続したことで、食材やその働きへの関心が高まり、

理解も広がった。保護者からも、「家で食べる食事を赤・黄・緑に分けて考え『緑が足りないよ』と、逆に教えてくれました。」など、知識として身に付けたことを日常の生活で活用する技能へと高まってきている。



- 完食週間や好き嫌いゼロ大作戦の継続した取組により、残食が少なくなった。残さず食べようという意識の高まりがみられ、よい習慣ができてきた。



- 指導案の作成において、食の視点を当てた3つのパターンに分類することによって、教科の目標や指導内容を確実におさえながら、無理のない食育の授業を展開することができるようになった。

- 栄養教諭や養護教諭の専門性を活かした連携を図ることで、指導の効果が高まった。食に関する指導の年間指導計画の中で、どこで連携した指導を行うかを明らかにしたことで、栄養教諭や養護教諭から十分な資料提供がなされた。

- 「竜西っ子畑」の計画的・継続的な活用で、常に栽培活動ができた。また、「竜西っ子畑」を利用して野菜などを育てたことで、作物を育てる喜びや食そのものへの感謝の気持ち、生産・調理に関わる人々への感謝の気持ち等の高まりがみられた。

- 「ノーテレビ『きょう食』」の取組を通して、家庭にも食に関する時間作りを提供することができ、保護者の食育への関心が高まってきている。テレビを消すことで家族での会話が増えただけでなく、「仕事の都合でなかなか家族揃って食卓を囲むことが少なかったが、『これどうやって作ったの。』と聞いてくれたり、食材に対して興味を示してくれるようになりました。」などの感想をいただいた。

## (2) 課題

- 食事のマナーや残食については、次第によくなってきている。児童にも苦手なものでも食べようという意識と意欲が高まっているものの、個人差があり、全体としての指導と同時に、家庭と連携をとり個別の指導を継続していく必要がある。
- 栄養教諭と連携した食育推進の教育的効果は大きい。しかしながら、本校の栄養教諭はセンター勤務のため、打ち合わせ等の時間の確保が難しく、栄養教諭にかかる負担も大きかった。今後も連携を図った指導を行うためには、年間の計画をより細かく立てたり、長期休業中を利用して打ち合わせをしたりする等、有効な方法を考えていく必要がある。
- 「ノーテレビ『きょう食』」実施後のアンケートや食育講演会のアンケートから、保護者の意識が高まりが感じられるものの、講演会等への参加状況には偏りが見られた。さらに多くの保護者へ学校の取組を広く周知したり、PTA活動等を通して、継続的に啓発したりしながら、学校での取組を家庭での実践につなげていく必要がある。

## おわりに

本校は、平成23年度から2カ年にわたり、熊本県教育委員会指定並びに公益財団法人熊本県学校給食会委嘱を受け、学校給食・食育推進校として研究を進めてまいりました。

『食』ではぐくむ豊かな心～食の知識と食習慣を身につけた竜西っ子の育成を通して～」の研究テーマのもと、様々な食体験を通してよりよい食習慣を身に付けることにより、心豊かな児童を育てることを願い取り組んでまいりました。

学校には、「学校給食」という、栄養面・衛生面・地産地消等あらゆる面から大変優れている食体験の場があります。特に本校の給食は、栄養教諭を中心に共同調理場の調理員が、「子どもたちにおいしく食べてもらいたい。」と願い、工夫を凝らして栄養バランスを考えたおいしい給食を作っています。学校における食育の推進には、このすばらしい学校給食が提供される「給食の時間」を有効に活用し、教科等や家庭・地域に繋げ広げる実践をすることが一番有効であると考え、研究を重ねてきました。

「生きることは食べること、食べることは生きること。」これは、食育講演会での講師佐藤剛史さんのお言葉です。どんなに勉強ができて、お金持ちになっても、心と体がいきいきと健康でなければ、今の厳しい社会を生き抜くことはできません。そのために食は欠かせません。私たち大人は、将来を担う子どもたちに「生きる力」の基盤となる「食べる力」を身に付けさせる必要があることを、今回の研究で実感いたしました。

この2年間の取組で、私たち教職員の意識も高まり、児童や保護者にも成果が見え始めています。「よりよい食習慣」として身に付けるために、今後も引き続き継続した取組を行ってまいります。

最後になりましたが、本校の研究推進にあたりまして、御指導及び御助言を賜りました、熊本県教育委員会、八代教育事務所、公益財団法人熊本県学校給食会並びに氷川町教育委員会をはじめとする関係者の方々に対しまして心から感謝申し上げます。

平成24年11月1日

氷川町立竜北西部小学校 教頭 中村道恵

### 主な参考文献

小学校学習指導要領解説総則編他全教科 食に関する指導の手引き 食育実践マニュアル 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～ 郷土料理を生かした学校給食献立集(第3編)	文部科学省(ぎょうせい) 文部科学省 熊本県教育委員会 熊本県教育委員会 全国学校栄養士協議会
---	---

### 研究同人

(平成24年度)

久野 守之	中村 道恵	平岡 多賀子	田中 喜美子	日高 浩二	緒方 里美
毎床 一寿	村上 恵	岩本 浩二	佐々木 紫芳	陳内 英樹	
森山 賢太郎	坂田 百合	兒嶋 和美	林田 みゆき	西村 博子	西村 沙織
本田 道代	島野 直美				

(平成23年度)

有馬 信一	平本 米子	本村 美智子	関本 珠美
-------	-------	--------	-------