

生きる力と豊かな心を育てる食育をめざして

兵庫県宝塚市立西谷小学校

栄養教諭 脇本 景子

1 地域の概要

本校は、兵庫県宝塚市北部の自然豊かな農村地帯に位置する。地域の主たる産業は農業であり、稲作を中心に、特産物の黒大豆の他、トマト、たまねぎなどの栽培が行われている。また、近年の傾向として、近郊の都市部住民を対象とした観光農業（いちご狩り、芋掘りなど）が盛んに行われるようになってきた。

地域には、昔ながらの家や、3世代同居が多くみられ、村全体で子どもたちを育てる、あたたかな気風が感じられる。また、秋祭りなどの伝統行事が今なお大切に保存されるかわら、近隣ニュータウンの大型商業施設などの影響も受けやすく、児童は、古い文化と新しい文化が混在する中で育っている。

2 学校給食の概要

<給食数>	230食
	(小学校・隣接中学校分)
<学級数>	7学級
<調理従事者数>	栄養教諭 1名
	調理員 3名

本校は、各学年単学級と特別支援学級を加えた7クラスに、児童130余名が在籍している。学校給食の形態は、小学校内に調理場を有する単独校方式であるが、隣接する中学校の給食を同献立で提供している。食数は、約230食（小学校・中学校）である。

調理従事者は、栄養教諭が1名、調理員が

3名配置されている。

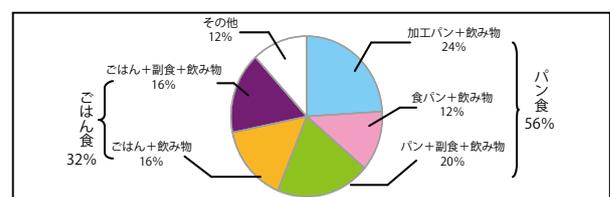
また、すぐ隣の敷地には市立幼稚園があり、学校給食の試食や交流が頻繁に行われている。

3 食に関する実態

- ・朝食の内容が、加工パン（菓子パン）にジュース、おにぎりなどの簡単な組み合わせである児童が多い
- ・肥満度が20%以上の児童の割合が増加傾向にある
- ・児童が健康に対する問題意識をもっていない

(1) 児童の生活実態と健康状態

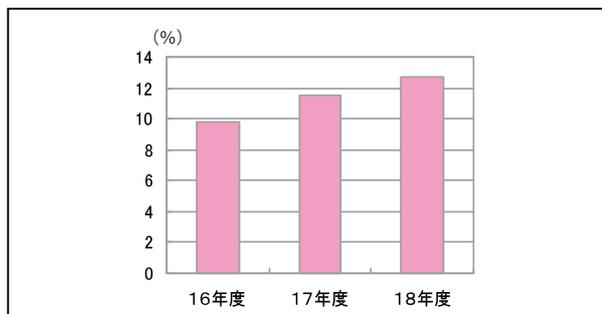
児童はほぼ全員、朝食を食べて登校しているが、内容は加工パン（菓子パンなど）にジュース、おにぎりとお茶といった簡単な組み合わせが多数である（図1）。遠方から徒歩で通学していることや、平均的な朝食時間から給食まで5時間半もあることを考えると（表1）、栄養バランスのとれた朝食をとることが健康上不可欠である。しかし、自分のことは自分でという意識をもって、朝食作りに積極的な関与を行っている児童は極めて少なく、全体の1割であった。



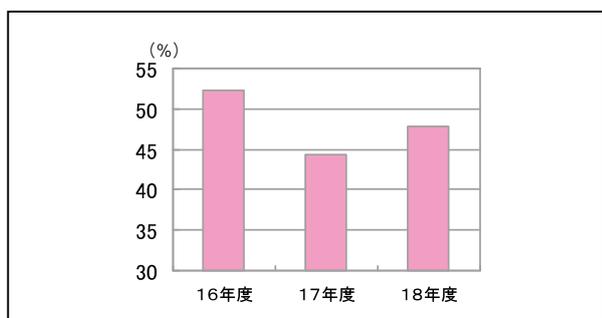
<図1 朝食の内容（平成17年度 高学年）>

起床 (時：分)	朝食 (時：分)	登校 (時：分)	夕食 (時：分)	就寝 (時：分)
6：49	7：07	7：38	18：56	22：09

＜表1：児童の生活時間の実態＞
(平成17年度 高学年の平均)



＜図2：肥満度20以上の児童の割合（日々式）＞



＜図3：未処置う歯を有する児童の割合＞

また、本校の児童のうち、肥満度が20%以上の者の割合は増加傾向にあり、18年度で12.7%であった（図2）。加えて未処置う歯を有する児童の割合も高く、18年度で47.8%であった（図3）。

これら現状の背景には、児童が、このような健康実態に対する問題意識をもっておらず、自分の食生活に関心をもち、改善を図ろうとする態度、および実践力、すなわち自己管理能力が十分に育成されていない実情があり、それが本校の食育の課題となっている。

（2）食に関する児童の様子

平成18年度当初、本格的に食育の実践を展開するにあたり、給食の時間の様子や家庭からの聞き取り調査、平成17年度以前の食に関

する学習の様子などをもとに、食育の課題となる、児童の様子をまとめた。

食育の課題となる食に関する児童の様子

- ・食に関する学習の機会や、農業や調理などの体験の不足により、食に関する知識や実践力が十分に育っていないこと
- ・食べ物に感謝する心、食べ物を大切にする心など食に関する感性が育っていないこと

（3）児童をとりまく環境の様子

同様に、食育の課題となる、児童を取りまく環境の様子をまとめた。

食育の課題となる児童を取り巻く環境の様子

- ・家庭では、伝統的で丁寧な食習慣や、地産地消を生かした食生活が実践されにくくなっていること
- ・地域では、農業生産を担う次世代の育成が図られていないことや、郷土の味が忘れられつつあること

4 指導目標の設定

食に関する実態を踏まえつつ、文部科学省の「食に関する指導の目標」の6項目との関連を図り、本校の指導目標を下記の①～③の3点とした。

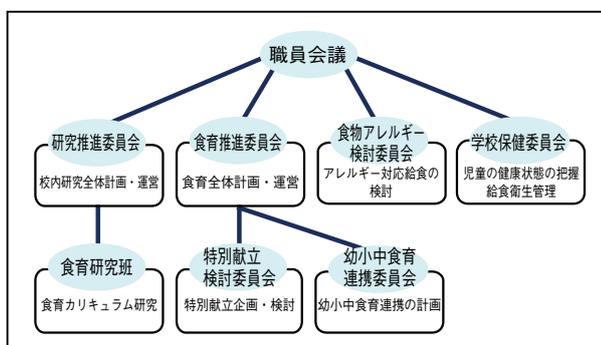
- ①食に関する正しい知識をもとに、健康的な生活を実践しようとする子どもの育成。
- ②体験をもとに、広い視野から食を理解し、心豊かに生きる子どもの育成。
- ③食事を楽しみ、人とのつながりを深めることができる子どもの育成。

なお、この指導目標を達成するために、具体的な指導にあたっては特に、①知識理解、②実践力、③食に関する感性を育てたい力として焦点化し、意識して指導計画を作成した。

5 食に関する指導の全体計画の作成

食に関する指導の全体計画に関わる事柄は、校内食育推進体制（図4）中の食育推進委員会で行われる。委員会は、校長、教頭、食育担当教諭、栄養教諭、養護教諭、学年団代表で組織され、全体計画の作成、見直し、改訂作業を行い、職員会議で審議する。

栄養教諭は、食育担当教諭等と連携しながら、全体計画の原案作成、検討、決定などの進行管理に大きな役割を担っている。



<図4：校内食育推進体制>

6 校内の教職員と共通理解を図るための方策

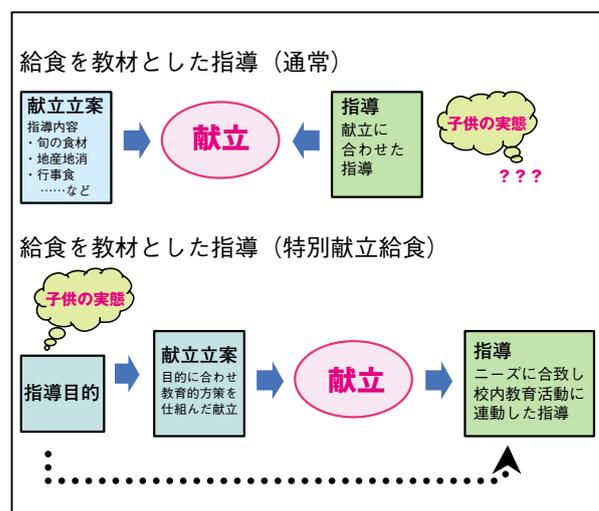
教職員数18名の小規模校であるため、共通理解を図るのは比較的容易であり、職員室や調理室での日常会話が、共通理解を図る主な場となっている。また、栄養教諭が研究主任としてその専門性を生かした教科研究を進めている。担任が取り組んでいる食に関する指導の進行状況に合わせて、必要な教材を研究して提供したり、クラスで行っている給食指導の内容を調理室へ伝え協力を求めたりするなど、双方向の連携が実現している。

職員間の信頼と、密なコミュニケーションをもとに、栄養教諭が情報提供や実践への協力を行うことで、教職員が食育に取り組みやすい環境が作り出され、校内の食育が円滑に進められている。

7 取組の実際

(1) 給食献立の工夫

「特別献立給食」と呼ばれる教材化された給食は、本校の食育を特色付ける主要な実践である。この実践では、給食を「生きた教材」として機能させるべく、教育方策を盛り込んだ献立内容や、それを活用した効果的な指導方法について、学校全体で研究を重ねている。児童の実態に即し、校内教育活動に連動した給食の運用に、単独校ならではの特色が生かされている（図5）。



<図5：特別献立の設計>

本校で行っている主な特別献立給食を目的別に示した（表2）。

	テーマ	内容
ハイキング給食	食への意欲・関心	お弁当づくりを体験する
ふるさと給食	地産地消	地域の食材を味わう
秋の味覚給食	食への感謝	育てた収穫物を味わう
バイキング給食	食の選択	一食分の適量を知る
防災給食	防災教育	非常時の食のあり方を知る
お楽しみ給食	児童会活動	楽しい会食を計画する

<表2：西谷小学校 特別献立給食の例>

肥満の児童の過食や偏食を矯正する目的で行った「バイキング給食（選択給食）」とその関連授業、防災教育と並行して行う「防災給食」とその関連授業など、食に関する指導と学校給食との一体的な展開を図っている。

また、総合的な学習の時間に稲作に取り組み、児童が収穫した米を食する「秋の味覚給食」や、地元農協や農家との連携により、地産地消の良さを学ぶ「ふるさとの味給食」では、学校給食を核として教科、領域を横断的につなげる学習の試みを取りいれている。

（2）教科などにおける指導

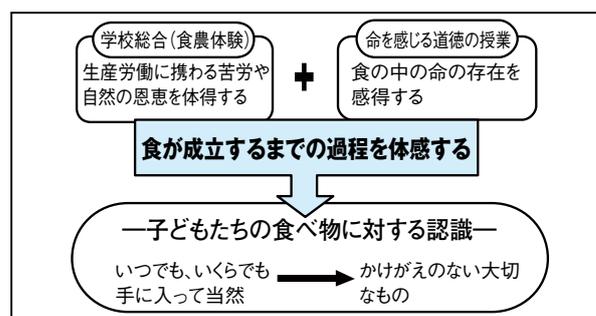
教科、領域の時間を使って食に関する指導を展開するために、栄養教諭は担任教諭等と連携して、各教科領域の学習指導要領上の内容と食に関する指導との関連、および、本校で使用している教科書の単元と授業の実施時期について調べ、一覧にした。その上で、学校給食との関連についても合わせて記載し、有機的に、学校給食が教材として活用できるよう整理を行った。

また、担任が行っている食に関する指導の教材研究や、チームティーチングの授業に参画するなど、専門性を生かした協力の他、教科横断的な指導計画や、学年間の系統性を図った指導計画を立案して、担任とともに主体的に指導に取り組んでいる。

<指導実践例：道徳単元「いただきます」>

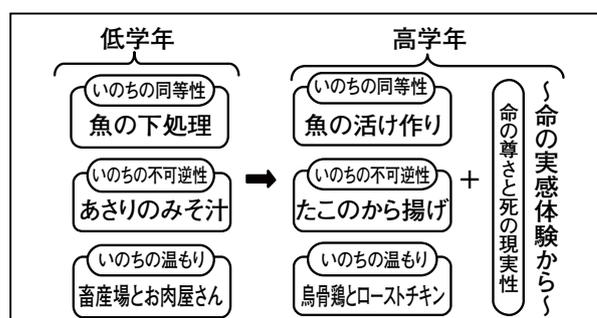
便利になった現代の日常生活の中では、体験の機会の乏しさから、児童が「食べ物はかけがえないもの」であるという価値観を身に付けることが難しくなっている。

このような課題に対して、食が成立するまでの過程を体感する学習活動を進めている。この学習活動は、全学年が縦割りで取り組む総合的な学習の時間（通称：学校総合）の農業体験と、食の中に存在する動植物の命に焦点をあてた道徳の学習により構成されている（図6）。



<図6：食の成り立ちを体感する学習活動>

道徳単元「いただきます ～命を感じ、大切にしよう～」は、低学年版、高学年版ともに、「命の不可逆性」「命の同等性」「命の温もり」が指導内容の柱となっている。一方で、高学年の児童には、低学年で得た理解をさらに深化させることを目的に、食べ物となった動植物の「命の尊さと死の現実性」を指導内容に加えた（図7）。



<図7：命を実感する道徳の単元>

ア 単元の目標〈食育のねらい〉

- ・食の中に命を実感することで、いただいた命を尊重した食行動のありかたを

自覚する

イ 育ちのみとり〈観点〉

- ・食べ物の中の「命」を実感できているか
- ・食べ物に感謝する心や、大切にしようとする態度をもっているか

○ 授業時の児童の様子（2年生）

なべの中で貝が開いていく様子を観察するあさりのみそ汁作りなどの学習活動（参照：写真1.2.3）を通して、児童は、生き物が食材となる過程を目のあたりにした発見や感動、わき起こる感情を生き生きと伝え合った。また、「もし、私が魚だったら…。」と想像したり、「命ってあったかい。」と、抽象的なものに対する感覚を表現したりする様子が多く見られた。体験することにより、児童の感性が刺激されている様子が確認できた。



写真1：あさりのみそ汁作り



写真2：魚の下処理を見学している様子

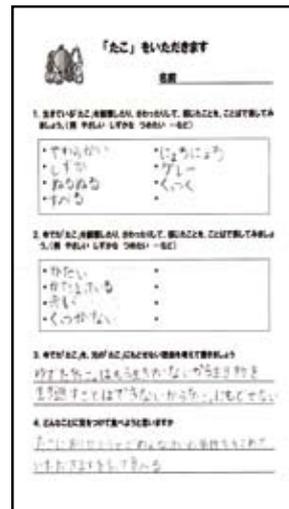


写真3：食肉店で肉牛の説明を受ける様子

○ ワークシートから（4年生）

「本当は死にたくなかった動物のためにも、自分は食べ物を大切に、感謝して食べないといけない。」「私たちは、お

いしい物を食べることでできて幸せだと思います。」などの記述が多くみられた。日常の生活の中に学びをつなげ、自分はどうあるべきかということ、それぞれの児童が自分なりに考えられた。



○ イメージ塗り絵から（2年生）

「命をイメージして色を塗りましょう。」との発問により10分間、ワークシートに色を塗らせ、実践の事前と事後の塗り方の変化を調べた。

塗りの筆圧が強まったり、色の濃色化、寒色使用の増加、模様が付加などの変化が見られた。また、事前事後で「命」を全く異なる趣向で表現した児童も多く見られた。

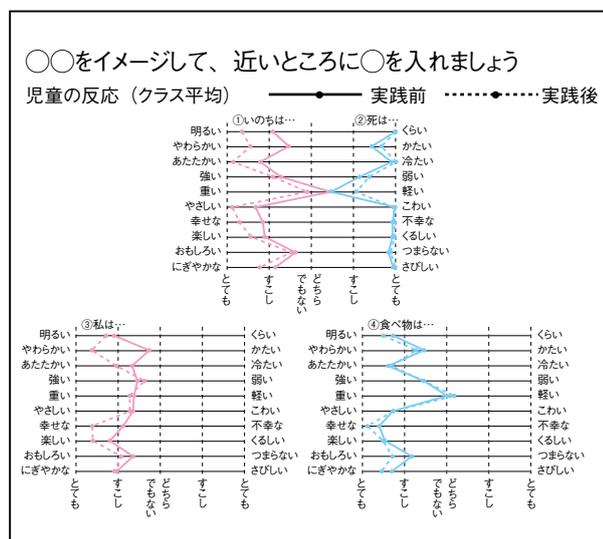
これらは、児童の心の中の「命」に対するイメージの変化であると考える。多くの児童の心の中に変化が起こったことを実践の手ごたえとして感じた（図8）。



<図8：イメージ塗り絵の変化>

○ SD法の結果から（4年生）

道徳的心情を評価するためにしばしば用いられるSD法を使い、実践前後の食と命に関連するイメージの変化を調べた。



<図9：SD法の結果>

「命」と「死」に対する児童のイメージは、ほぼ真逆の反応であった。実践後には、それぞれの反応が逆の方向に変化する傾向がみられ、より明確に対照が際

だつ結果となった。実践により、児童が「命」と「死」のイメージを、対照的にとらえ直した結果と思われる。

また、「食べ物」に対する反応は、「命」に対する反応と、極めてよく似ており、「私」の反応とも近い部分が多い。このことから、児童にとって「食」と「命」のイメージは重なり、「私」と関連が深いものであるとの解釈ができた（図9）。

○ 生活の中にみられる児童の変化

児童は給食を大切に食べるようになった。こぼしてしまった給食を、「もったいない、こぼしてしまうなんて」と惜しみながら始末している姿を見かける。また、嫌いな食べ物を前にして、「嫌いで食べられないのは、もらった命に申し訳ない。」と葛藤する様子がみられた。残すことに何の抵抗も良心の呵責も感じていないように思われた以前の姿とは明らかに違う、「食への姿勢」が育ってきている。

(3) 個別指導

ア 個別指導目標にそった給食指導

本校では、給食指導のあり方についても見直しをはかり、個人のニーズに合わせた給食指導の取り組みを進めている。

児童は、一律の集団指導だけでは、解決できない個々の課題をもっている。そこで、少人数の利点を生かし、一年生の一人ひとりに重点的に取り組む個別の給食指導目標を設定し、担任と栄養教諭がチームを組み、それぞれの児童の目標に合わせた丁寧な給食指導を行うようにし

た。同時に、給食の時間の様子を記録し、定期的に過去の様子をふりかえり、現在の様子と比較することで、一人ひとりの足どりを追っている。目標を短期間にクリアし、設定しなおす児童がいる一方で、学校の給食の時間のみの指導ではなかなか変わらない児童もおり、家庭と連携をとりながらじっくり指導を進めるケースもある。

イ 個別懇談

1年生の保護者と、1学期、2学期の終わりに個別懇談を行っている。学期の観察記録を資料として提示し、個別指導目標の確認と、家庭との連携協力を求める。家庭での様子、保護者の要望を聞き取った上で、細かな指導計画や目標の変更を行い、次学期以降の継続した給食指導の取り組みに役立てている。

(4) 家庭や地域との連携

ア 開かれた学校給食

学校における食育を推進するために、学校給食は家庭や地域に開かれたものであるべきである。この考えのもと、地域老人会とのふれあい給食、土曜参観に合わせてのファミリー給食など、各種の試食会を開催し、保護者（特に父親）のみならず、地域の方々にも給食を試食してもらう機会を作り、学校で行っている「食育」への理解と意識向上を求めた。

また、特別献立の作案にあたっては地元農協や地域生産者と協同して献立を企画し、協同者の学校教育への参入を図っている。

このように、「家庭・地域に開かれた

学校給食」の取り組みを進めるうちに、三者が食について共通理解をもち、一体となって食生活の向上・充実に取り組めるようになってきた。

イ 関係機関との連携

市の健康福祉事務所（保健所）、地域の食育推進団体、地元婦人会などの関係機関と連携して、小学生の健康スキルアップ教室や地元食文化を学習する体験教室（黒大豆味噌作り、節分の恵方巻き作り）などを企画した。

学校と関係機関が連携し、児童を中心に広く働きかける取り組みは、学校における食育を、地域の食育推進へと広げ高めるための大切な活動となっている。

ウ 学校からの発信

学校で取り組んでいる食育について、食育だよりを発行したり、地域の施設に、本校の食育PRコーナーを設置したりし、家庭・地域へ向けて情報を発信するとともに、理解を求めている。



(校内食育広報：食育だより) (夢プラザ食育PRコーナー)

8 食に関する指導の成果

- ・自分で朝食を作る児童が約半数と、大幅に増加した
- ・生活時間に、早寝早起きの傾向がみられるようになった
- ・肥満の児童が減少した

ア 児童の生活実態と健康状態の変化

平成20年度の高学年の朝食の内容を調べたところ、17年度と比べて、大きな変化はみられなかった。しかし、朝食を自分で用意したり、手伝いをしたりと、何らかの関与を行っている者は64%であり、そのうち自分で朝食を作る者が約半数と、大幅に増加する結果となった。また、生活時間の実態に若干、早寝、早起きの傾向（5分から10分程度）がみられた。

一方で、健康状態に関しては、大きな変化がみられた。肥満度20%以上の児童が18年度の12.7%から19年度には8.4%になり、さらに20年度には5.2%に大きく減少した（図10）。未処置う歯を有する児童の割合についても（図11）、18年度で47.8%あったものが、20年度には40.3%になった。

しかし、これら健康状態の改善を、学校における食育の純粋な成果ととらえるのは早計であろう。生活実態や健康状態は、児童のおかれる環境まで包括した評価である。結果には、食育への社会的気運が高まったことによる家庭の意識変化や、児童集団の違いによる誤差も反映されている。これらはあくまでも、学校における食育の成果をとらえる補助的な指標の一つであると解釈している。

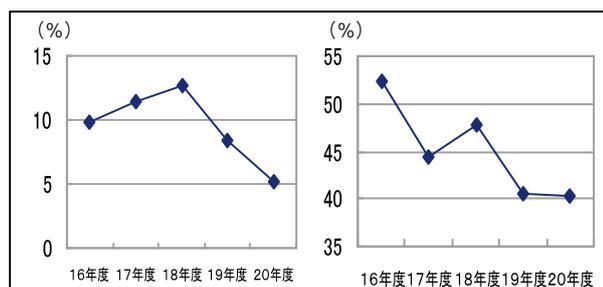


図10：肥満度20%以上の児童の割合
図11：未処置う歯を有する児童の割合

イ 児童の様子

現在、児童は、日常の生活の中で食に対する興味・関心をもち、積極的に理解を深めようとしている。給食の時間には、偏食を直そうとする姿勢や歯みがきの習慣など、自らの健康を理解し、自己管理していこうとする態度がみられるようになってきた。また、家庭からの聞き取り調査によっても、学習活動から得た知識や技術を実生活に役立てている様子を確認することができた。

また、食育の実践を通して、児童は喜んだり、辛抱したり、悲しんだり、楽しんだりといった様々な感情や、五感を使った豊かな感覚を経験し、感性を磨くことができた。

ウ 保護者の反応

保護者対象のアンケートの結果、95%の保護者が、学校での食育を意義深いととらえていた。また、学校の食育による、家庭の意識変化を問う設問では、「子どもに料理をさせたりする機会を多くとるようになった。」「食について家族で話をしたり、考えたりする機会が増えた。」「食事内容に気を付けるようになった。」などの項目で30%から50%の回答がみられた。保護者は学校における食育に意義を感じ、また、学校の食育が家庭にも何らかの意識変化をもたらしていることが明らかとなった。

9 今後解決すべき課題

本校では、三年間にわたる食育の研究が終了した現在、ひととおりの指導体制、食育カリキュラムの完成を得るに至った。今後は、

さらに、日々の指導に変化、工夫を加えながら実践の積み上げを行い、実効ある食育カリキュラムの充実と継続を図りたい。

また、何よりも学校における食育の成果を評価する尺度の整備が必要であると考えている。

それは、生活実態や健康状態のような包括的な評価法ではなく、食に関する児童の能力そのものをとらえるものでありたい。そのためにもまず、食に関する指導の目標に沿って、児童が身に付けるべき能力を検討し、明確化する作業を行いたい。そして、児童の実態を正確に把握し、純粋な教育効果をとらえうる尺度開発につなげたいと考えている。