

# 「食」の風土を活かした食育

神奈川県横浜市立白根小学校

栄養教諭 西村 美智子

## 1 地域の概要

本校は、横浜市郊外の高度成長期に造成された住宅地の中に位置しているが、周囲には竹林や雑木林が数多く残っており、水田や畑が学校のまわりに点在するなど自然環境に恵まれている。住宅街の中には小規模ながら農園があり、無人販売所に色とりどりのとれたての野菜が並んでいる。また、昔からこの白根の地に住んでいるお年寄りも多く、生活科や総合的な学習の時間の中での野菜や花作りに温かい支援の手を差し伸べてくださる。このような「風土」だからこそ、児童が生活科や総合的な学習の時間において、まちから見いだしてくるものには「食」にかかわることが多く含まれている。

## 2 学校給食の概要

<給食数> 696食

<学級数> 21学級

<調理従事者数> 栄養教諭 1名

調理員 10名

(委託社員5名 パート5名)

統一献立であり、市給食会が一括物資購入を行っている。但し、適正な献立・予算計画に基づいた学校独自の献立・物資購入は可能である。



## 3 食に関する実態

- ・残食率が料理によっては非常に高い
- ・給食指導面に複数の課題がみられる
- ・朝食の喫食率が低い
- ・保健室の午前中来室者の80%が朝食欠食者で、そのうち90%は朝の排便がない児童である
- ・地場産野菜の給食への使用率が低い

平成15年に本校に着任した際、児童の食に関する課題と思われたことは、給食の喫食状況である。給食は、美味しく調理されているのに、料理によって残食率が非常に高い。

おかずの残食率を平均すると12~13%程度であるが、野菜を使った和食の献立や和・洋・中華料理を問わず豆や魚介類を使った料理の残食率は20~30%であった。加えて、主食のご飯やパンの残食率も多く、年間の平均でも13%以上が食べ残されていた。

また、給食当番の服装や手洗い、食事のマナー、後片付けなどの給食指導面にも課題があった。とりわけ、担任教諭の給食時間の使い方や給食指導に対する考え方の意識改革が必要であることを感じた。

朝食の喫食率は平成15年において90%でその内訳は、いつも食べる78%、ときどき食べる10%、ほとんど食べない10%であった。保健室の午前中来室者の80%が朝食欠食者であり、そのうち90%は朝の排便がない児童であった。

また、本校の近隣には小規模ながら農園があ

り、加えて区内の生産者から多くの地場産野菜を集荷できる農協があるにもかかわらず、給食への地場産野菜の使用率は低い状況であった。

#### 4 指導目標の設定

本校の児童にどんな場であっても自分の力を発揮し、よりよく生きていってほしいという願いを込めて、全ての教育活動を通し「自分を創り、白根を愛する子ども」の育成をめざしている。

具体的には、「自分に気づく力」「かかわる力」「追究する力」を育成することである。

この育みたい3つの力の育成を目指し、食育においては、全教育課程に内在する「食」を通じた学びを創り上げ、その集大成として日々の食事に向かう姿勢や食に携わる様々な「人」「もの」「こと」への思いを育む全人的な教育をめざしている。

宅地の中には、小規模ではあるが農地が生産者の手で、竹林や井戸が地域の人の手で守られている。そういったこのまちならではの「風土」とも呼ぶべきものの中に「食」に関わることがらが含まれている。これらの教育的価値に着目し、大切に扱っていくことで、食を通じた人とのかかわりが生まれ、自然や季節を感じたり、自分の生活や体について気付いたりすることができるのではないかと考えている。

これらの食を切り口にした学びに視点をあて、実践を積み重ねていくことで、本校の目指す食育の輪郭が見えてくると考えた。

#### 食育を通して育てる3つの力

##### <自分に気づく力>

- 食に関心をもち、食を学ぶ楽しさに気づく力

- 食に関する様々な「人」「もの」と自分とのかかわりに気づく力

- 食と自分とのかかわりから、健康のよさに気づく力

##### <かかわる力>

- 人とかかわることのよさに気づく力

- 自然の素晴らしさを感じる力

##### <追究する力>

- 自分の問題としてとらえ、解決しようとする力

- 食にかかわる体験的な活動に進んで取り組んでいこうとする力

- これからのよりよい食生活を考えていく力

#### 5 食に関する指導の全体計画の作成

本校で育みたい3つの力の育成を目指し、食を切り口にした学びに視点をあて研究をしてきた。この研究推進委員会を母体として食に関する指導の全体計画（資料1）の作成を行った。

本校では年度はじめに「食」を柱とした学年プラン（資料2）を作成している。この全学年のプランを集約し、学校教育活動全体の中で計画的に体系的な食に関する指導を行っていくための全体計画を構成した。生活科や総合的な学習の時間、生活単元学習を中心に食に関する指導の単元を開発しながら研究を進めるため、これらの項目が学年プランの一番上にくるようにしている。

全体計画には、今までの実践を通して見えてきた食育につながる教科等や連携により指導する単元を明確に位置付けた。質の高い食に関する指導を目指すために担任・栄養教諭・養護教諭が連携する単元、担任・栄養教諭が連携する単元、担任・養護教諭が連携する単元の別も明

確に示した。

給食の時間は、学習指導要領上では学級活動に位置付けられているが、本校の計画上では学級活動とは切り離し独立させている。それは、給食を教材とし、担任、栄養教諭それぞれが行う給食指導のねらいや内容を示し、日々の給食の時間が食に関する指導の時間であることをより明確にしようとしたからである。よって、学年プランの中にも給食時間が明確に位置付けられている。このことにより、学級担任が常に食に関する指導の内容を意識して児童に関わることができると考えた。

全体計画には、献立の欄をもうけている。白根の食の風土を生かした献立テーマ、アピール献立、白根の旬を内容とし、給食の教材化をさらに進めることを意図している。

家庭・地域との連携では、親子朝ごはん教室、保育園・中学校との連携、地場産野菜生産者との話し合いなどを、栄養教諭ならではの取り組みとして位置付けている。

## 6 校内の教職員と共通理解を図るための方策

朝の職員打ち合わせや職員会議においては、以下に示す内容について伝えている。

- ・給食は、視覚、嗅覚、触覚、味覚など体全体の感覚で感じて食べる体験を通して学ぶことのできる生きた食の教材であり、給食時間は「食の学びの場」である。
- ・給食を教材として取り上げ、給食の時間の中で「食に関する基礎、基本」について担任が日々しっかりと指導することが重要である。ここで言う食に関する基礎・基本とは、望ましい食事や栄養のとり方、食事のマナー、楽しい会食、食の衛生・安全、食事を味わい大切に感謝して食べることなど

を含んでいる。

- ・給食の時間は単に「食べる」ための時間ではなく、しっかりとしたねらいのある教育活動であり、起承転結のある授業という意識をもって取り組む必要がある。
- ・給食時間における指導者は担任である。栄養教諭は食に関する指導の教材としての献立のねらいや指導のポイント、資料等を伝えたり、提供したりする。

また、職員室に食育掲示板を設けたり、回覧板を回したりと繰り返し伝えていくことが共通理解を図る上で大事ではないかと考えている。

そして何よりも、担任が給食を大切に思うことが重要である。その思いは児童に伝わり、食への興味関心を高めていくであろう。





## 7 取組の実際

### (1) 給食の時間における指導

給食の時間の指導は、給食年間指導計画（資料3）に沿って、指導のポイント等について栄養教諭が提案する。担任は児童と一緒に食べながら食事のマナーやよくかんで食べることなどを指導している。給食の献立や栄養については、栄養教諭が作成した資料（パクパクだより）を担任が活用して指導する。

また、食の情報コーナーに給食の食材を展示して、全校児童が実際に触ってみたり、香りを感じたりできるように環境の整備も心がけている。



さらに、ランチルームでの指導を計画的に行っている。栄養教諭は、発達段階に合わせた食に関する指導を行う。例えば、低学年児童には、腹話術人形のケンちゃんを通して指導を行

なっている。野菜嫌いでお菓子大好きなケンちゃんが「給食は野菜がいっぱい入っているから嫌い!」と言うと「お野菜食べないと病気になっちゃうよ」「お菓子ばかり食べているとむし歯ができるよ」と児童が口々にアドバイスしてくれる。好き嫌いのある児童は、「ケンちゃんに見られちゃう!」「ぼくはケンちゃんよりお兄ちゃんだからがんばるよ」と苦手な食べ物にも挑戦する姿が見られる。



### (2) 教科における指導

#### <実践例>

#### ア 1年生 生活科

- 単元名「ふゆとなかよし」
- 小単元「ふゆのやさいとふれあおう」  
～齋藤さんと一緒に大根を育てよう～  
『大きな大きなだいこんになあれ!』
- 活動内容  
給食で使用している地場産野菜生産者の齋藤さんの支援により大根を育てる体験的学習を展開した。

