

研究課題

# メディア活用による「食の自立」と 「感謝の心」の総合的な食育推進

副題

～DVD教材の作成、デジタルコンテンツの開発を通じた  
実践的研究～

学校名

滋賀県栗東市立葉山中学校

所在地

〒520-3017  
滋賀県栗東市六地藏888

## ■はじめに

本校は、学校教育目標を「あたり前の事をあたり前にでき、自己の特性、能力を生かす生徒の育成」とし、「めざす生徒像」を①あこがれを身に付けた生徒（あいさつ・ことばづかい・がんばり・れいぎ正しさ）、②学ぶ力を身につけた生徒とし、自然体験、福祉体験、社会体験等の活動や課題解決的な学習活動に積極的に取り組んでいる。

また、校区には市立図書館、博物館等があり、比較的豊かな自然環境や文化環境に恵まれた地域である。一方で古くから地域に住んでいる人々の地域と、工場進出に伴う宅地造成やマンション建設などにより、他地域から転入してきた外国籍の人々も含んだ新しい人々が住む地域とが混在し、地域としての価値観が多様化している。

## ■研究の動機及び研究の目的

さて、本校の状況として、全体から見た不登校の比率は高く、市内中学校でも最も欠席率の高い状況が続いている。また、特別支援が必要と思われる課題をもった生徒も多く、人間関係をうまく築けないことからトラブルになったり、学力的な遅れから授業に参加しにくくなるなど、別室での支援が必要になったり、二次的な現象として問題行動を起こすなど荒れにつながる生徒もいる。

このような現状から、人と関わりながら生きていくために必要なことや自ら学べる姿勢を身につけること（自立）や自分だけが活着ているのではなく人にいろいろな人に支えられて生活できていることを体感させること（感謝）が重要であると考え、食育を切り口にして、まず「食の自立」とそれとともに「感謝の心」を育てる取り組みを始めることになった。

食育とは、生きる上での基本であって、知育・徳育及び体育の基礎となるべきものである。また、食育に関する様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得でき、人との交流を大切にでき、豊かな人間性を培えることができる。

本市でも、「栗東市食育推進計画」（計画期間H22～H26）に基づく「I Love My・米・毎「食」プロジェクト」が推進され、「ごはん食(お米)を食べよう、朝ごはんを食べよう、お弁当をつくろう」の3項目を取組の柱としている。

そこで、本校でも、平成23年度より、学校教育目標の力点の一つに食育を掲げ、「弁当づくり」を取り入れて、学校とPTAが協働し、次のような活動を展開してきた。

①『My 弁当づくり IN 葉山中』（H23.5月～7月）…早朝のお弁当づくり（各学年）

②『PTAひびきあい活動』（H23.11.29）…食と心を育てる教育講演会

「“弁当の日”と子育て」（講師）竹下和男氏、（対象）生徒、教職員、保護者、学校関係者

③『感謝弁当の日』（H24.3.9）…全校生徒が自作弁当持参

これらの活動を通して、保護者・地域・学校が、「人・モノ・場」を提供し共有することで、実感と感動により食生活への関心を高め、感謝の心を育む生徒の姿が見られた。

このことをふまえ、平成 24 年度においても、弁当づくりを核としながら、専門家の支援のもと、メディア活用（DVD 教材の作成、デジタルコンテンツの開発）による食育に関する授業や体験活動等を総合的に展開することによって、生徒が食に関する確かな知識及び技能を身に付けて「食の自立」に向かい、家族や食物生産者、自然に対する「感謝の心」を育むことができると考え、上記の研究課題に取り組むこととした。

## ■研究や実践の具体的な活動

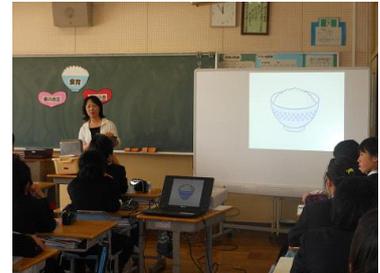
### 活動1 教育課程上に位置づけた食育に関する授業

(1)「総合的な学習の時間」（2年生）：週1時間

…食の専門家（管理栄養士：前 PTA 会長）との複数指導による食生活・調理の基礎学習

①日本人のご飯を食べる量が年々減っていることに気づかせ、この状態が続いたときどうなるかを様々な観点から考えた。

#### 『農業・環境』に関すること



●食の専門家との複数指導による基礎学習

-----  
米を作っている農家の人が困る。／田んぼが減る。荒地が増える。／土砂崩れが起こる。田んぼが小麦畑になる。／米の価値が下がる。／米の値段が上がってしまう。／米の値段が下がる。／地球環境が悪くなる(田んぼが減り、建物が建ち、自然が減る)。  
-----

#### 『食文化』に関すること

-----  
日本の文化がなくなる。箸を使う機会がなくなる。／日本食がなくなる。主食が変わる。一汁三菜が崩れる。糠づけが減る。／和食が減り、輸入が増える。／茶碗がなくなる。炊飯器の売り上げが減る。  
-----

#### 『健康』に関すること

-----  
病気にかかりやすくなる(米をたくさん食べていたときにはなかった病気になる)。健康状態が悪くなる。／栄養とカロリーをとる量が減っていく。／栄養バランスが悪くなる。太る。／ブドウ糖が少なくなって頭の回転が悪くなる。アミラーゼの出番が少なくなる。  
-----

-----  
◇その他・・・貿易が不利になる。／ごはんを食べようという運動が起こる。  
-----

②学校長をゲストティーチャーとして、農家の現状について話してもらった。その後、より良い農業のあり方について考えた。

#### 話を聞いた生徒の感想

- ・日本の農業経営状態が辛いこと、農家さんの苦勞がわかった。（多数）
- ・私たちが食べるだけではそんなに変わらないのではないか。
- ・多額な出費までしてもらって申し訳ない。
- ・食べる量が減っても作り続けていることがすごい。
- ・農家をするのは大変だけど、続けてくれる人がいるからこそ食べられる！だから大切にしよう。
- ・農家の現状を知るだけでは変わらないので考えて行動していきたい。
- ・農家の人たちの苦勞があってこそ、今お米を食べられていることに感謝。
- ・悪循環になっている。食べない→売れない→作れない・・・

#### より良い農業のあり方について

- お米を食べる日を作る。／余った分を輸出する。／お米を作るためのお金を寄付する。
- フェイスブックツイッターで大規模宣伝する。／みんなで米を食べる。いっぱい食べる。
- 農家さんを応援する。／みんなに現状を伝えに行く。／米を大切に食べようと思う。
- 米に感謝して食べたい。／農家の現状を知るだけでは変わらないので何ができるか考えて行動していきたい。／お米に関するレシピを考える。／お米作りの手伝いをする。／主食はパンでなく、積極的に米を食べる。

#### ③ご飯とパンの違いを比較しながら、ご飯のメリットについて考えた。

- 炊き立てがおいしい◇どんなおかずにも合う◇腹持ちがいい◇チャーハンや寿司、お茶漬けなど
- いろいろなごはん料理がある◇ごはんのお供がたくさんある◇形が変えられる◇栄養がある
- ◇かめばかむほど味が出る◇日本の代表◇調理工程が少ない

④おにぎり弁当の日に向けて、「作り隊」「考え隊」「伝え隊」に分かれて調べ学習をし、実際に自分たちで工夫したおにぎり（あげせんべいおにぎり、ベビースターボールなどもあった）を作ってみた。

#### ◆発見、気づき

- \*おいしそうなおにぎりは加工食品が多い。
- \*お菓子を使ってはいけないと思った。
- \*国産でふりかけを手作りすると手間がかかると思った。
- \*日本の食文化に対する考えがわかった。



●「おにぎり弁当の日」に向けて調べ学習

◆抱負

＊おにぎりをもっと食べよう。／＊健康的なおにぎりを作りたい。(肉と油を控える、野菜の入っているおにぎり、栄養を考えて、加工食品を使わない)／＊苦手な具材を好きになるようにチャレンジしたい。／＊自信の持てる味のおにぎりを作りたい。

(2)「学級活動」：各学級年間2回

…「弁当づくり」等を収録したDVD教材を活用した「ミニ講義」

(3)「道徳の時間」：各学級年間2回

…健全な食習慣の形成と食に携わる人々や家族、自然への感謝の心を重点化し、教材・教具を工夫した授業実践を行う。〔重点内容項目例は1-(1)、2-(6)、3-(2)、4-(6)〕

- ①「はなちゃんのみそ汁」DVD教材
- ②「ありがたいねえ」DVD教材、資料

普段の食事ではそんなにありがたいということは思っていなかったけれど、今回の道徳での作文・ビデオを見て、改めて食についてのありがたさ、大切さがわかりました。作者がなぜおにぎりを食べたいと言ったのか不思議に思っていたのですが、読んでいくうちにわかりました。それは、多くの手と多くの人たちの思いが実らせるお米だったということです。私生活をふり返り、僕もたくさんの人に感謝して生きていきたいです。



●食への感謝の心を育む道徳



●おにぎり弁当に向けての講習会

活動2「弁当試作会」：希望者参加の調理講習会

活動3「葉山中・弁当の日」：年間3回 食の自立をめざし自作弁当を持参

おにぎり弁当の日(平成24年7月17日)



(生徒)とっても疲れました。朝6時から作り始めて1時間以上かかりました。お母さんはいつもさっさと終わらせているのに。お母さんがどれだけすごいかわかりました。お母さんありがとう。これからは私も手伝いたいです。

## 和食弁当の日 (平成 24 年 12 月 7 日)



(生徒) 久しぶりに和食を作った。なぜ塩鯖にしたかという鯖が好きだからです。作るときに注意したのはフライパンで焼くときに焦がさないように火加減を調整したことです。

## 感謝弁当の日 (平成 25 年 3 月 8 日)



(保護者) 少しずつ出来る事が増えました。次は自分で全部出来るところまでがんばってください。いつも感謝の言葉を言ってくれています。ありがとう！

(保護者) 毎日休まずお弁当を作り、たまに家族分全て作ってくれて本当にありがとう。感謝の気持ちを伝えないといけないのはお母さんの方です。

**活動 4** 「栽培活動による食と農」デジタルカメラによる観察記録 (コンテンツのデータ素材) …技術・家庭科 (技術分野) の生物育成や特別支援学級の生活単元での作物栽培活動 (食と農を考え実感する体験活動) を展開



①里芋の植え付け



②生育



③収穫



④収穫した里芋での和食づくり

### ■ 研究の成果と課題

#### 1 DVD 教材の活用に関して

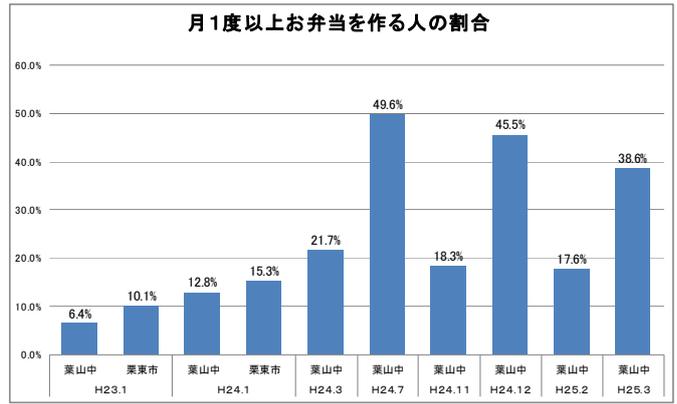
本研究では、生徒が望ましい食生活を考え、「弁当づくり」を体験することを通して、自生活に責任をもち、人間と自然の関係を実感させることをめざしている。その際、生徒の活動の様子を収めた DVD 教材を活用した振り返りによって、友達や自らの変容がとらえやすく、食育推進の価値に気づき、「家族の弁当が作りたい」「健康な体を作りたい」などと実践意欲が培えることが明らかとなった。



○パンばかり食べているから、これからは日本の食文化を大切にしてお飯を食べていきたい。

○今まではお米がどのように作られているか考えなかったけどこれからはお米の大切さや作った人のことを考えて食事したい。

○これからも、弁当を一から作り日ごろの感謝の気持ちを伝えたい。また、弁当だけでなく日頃の食事から自分で取り組みたい。



■弁当を作る生徒の割合が増加

○自分の分だけではなく家族の分まで作りたいし、冷凍食品を入れずに自分で最後まで作ってみたい。

## 2 デジタルコンテンツの開発に関して

生徒が将来にわたって心身の健康と豊かな人間性を育むため、「食」の大切さを理解し、「食」の楽しみを実感できる系統的な学習教材として、メニュー方式で扱えるデジタルコンテンツ2編「食の自立」「感謝の心」を、食の専門家の支援を受け開発することで、その過程と活用において、教師自身が食育の指導に幅と自信をもち、力量を高めることができた。

○教師主導の取り組みではなく、今後は生徒会の保健委員会などと連携させて取り組みたい。

○アメリカの文化と比較すると、弁当という文化は同じ弁当箱に繰り返し詰める「無駄にしない」という日本のすばらしい文化であり、英語の授業でも取り上げていきたい。

○食育の取り組みを通して、「命」や「生きる」ということの大切さを学び取り、不適応傾向の生徒が「食に関する進路」に進みたいという希望を持つケースもあった。



●ビデオコンテンツを使つての職員研修

## 3 研究成果の定着の方策と発展的方向性

食の「生産者」と「提供者」を新たな視点とし、食の学びや体験を生徒の主体性に大きく傾けた活動として定着させ、また、PTAや地域、小学校、各教科との連携を大切にしながら、「弁当づくり」が本校の伝統として根づくよう研究成果をさらに発展させたい。



●PTA や地域との連携



●小学校との連携との連携



●他教科との連携

#### ■おわりに

今回の研究を進めるにあたり、メディア活用（DVD 教材の作成、デジタルコンテンツの開発）による食育に関する授業や体験活動等を展開できるよう、プロジェクターや大型スクリーンなど多くの備品を購入することができた。このことにより、来年度以降も ICT を効果的に活用しながら、生徒の素晴らしい取り組みに発展させることができると考える。改めてこの紙面をお借りしてお礼を述べたい。