

効率的・効果的な食育指導

副題

～ICTを活用した授業実践と地域への発信～

学校名

札幌市立屯田北小学校

所在地

〒002-0859
北海道札幌市北区屯田9条3丁目4-1

ホームページ
アドレス

<http://www.tondenkita-e.sapporo-c.ed.jp/>

1. はじめに

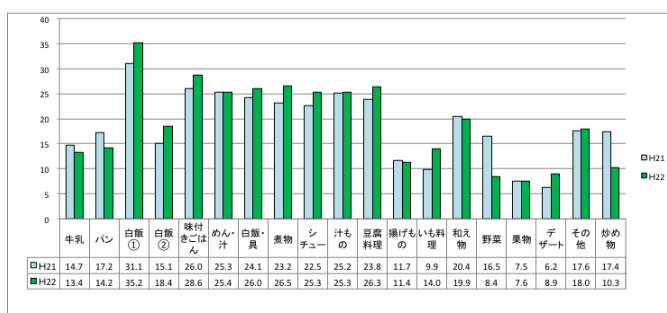
本校でのこれまでの食育指導では、栄養教諭が中心となり年度当初に各学年のカリキュラムの中に教科を横断する形で指導計画を立て、定期的に学級担任と協力して授業を行ってきた。また異学年交流の場として「交流給食」を実施し、食事を通じた人間関係形成能力を身につけることにも取り組んでいる。その他、「リザーブ給食」や「バイキング給食」など児童自らが栄養のバランスを考え、食事をとる活動も行っている。

しかしながら、偏食傾向の児童が多く、平成21年度から22年度にいたっては給食残量に大きな改善は見られなかった。（資料1）そこで、平成23年度より本校の研究対象に「食育領域」も取り上げ、食育部会を構成し

食育授業の実践を行うことにした。これにより食育指導のあり方を全職員が共通理解できる場として位置づけることをねらいとした。

このような成果がある中、毎年行う「食アンケート」によると、「子供たちが食材に対する関心が低いこと」、「家庭での朝食の栄養バランスが悪い」、「保護者も家庭での食指導についてとまどいがある」など、未だ課題はあげられる。思うように食育指導に効果があがらない背景には、栄養教諭の時間に限りがあることや、食育を横断的に教科学習の中で教材化し授業実践することが学級によって、学年によって軽重が生まれ、効果的に実践していくことが難しいことがあげられる。そこで、今回、本研究助成を受け、ICTを活用した食育指導の効率的な指導を研究の柱の一つとして取り上げた。

【資料1】



2. 研究の目的

本研究は、限りある時間の中での食育指導を効率的かつ効果的に行うために、学校と保護者が連携し、ICTを活用した食育を推進することにより、児童の食生活に関する基本的な知識（地域の食材に関わる知識や食に対する正しい理解）の習得を図り、安全で豊かな食生活の実現をめざした。本校の位置する北海道は、良質な食材の宝庫と言われる。しかし、日常生活において児童も家庭も地元の食

材の良さを意識したり、他との違いを見分けたりする知識が乏しい。給食では、地産地消の考えに基づき、積極的に地元食材を利用しているが、その良さが十分に伝わっていないという課題がある。食が豊富であるがゆえに、多くの児童は食べられて当たり前と感じている。こういった飽食化は児童の偏食を生み、食材を大切にする気持ちや作ってくれた人々への感謝の気持ちが乏しい状況をつくる。よって適切な食育指導が求められる。

また、健全で安全な食生活の実現には、学校での食育が家庭で実施されなければならないし、地域全体の食に対する意識の向上が不可欠である。そこで、学校に於ける食育の様子を積極的に学校 HP で公開し、保護者・地域と連携して児童を取り巻く環境全体での食育推進を図ることを目的とした。

3. 研究の方法

- ① ICT を活用した地域の食材や食文化における正しい知識習得の授業実践
- ② 学校 HP を活用した、保護者や地域と一体となった食育の推進

本研究は、本校研究部と栄養教諭が共同で計画を推進した。栄養教諭が中核となり、食育指導における全体計画を作成した。各学年における食育学活の授業計画を作成し、プレゼンテーションファイルとして校内の教材共有フォルダに保存するようにした。各学年においてはそれを受け、食育年間クロスカリキュラムを作成し、ICT 活用計画を作成した。これにより、栄養教諭が全教室をまわることなく、各教室で学級担任が容易に食育指導を行なうことができると考えた。また各学年の食育指導の内容や教材園での栽培の様子を学校ホームページで公開した。

4. 研究の内容

① 学級活動における食育指導

本校では栄養教諭が作成する年間指導計画（下表）のもと、給食時間と学級活動の時間（年間 15 分×9、30×3）を活用し食育指導を行なっている。



表 1 各学年ブロックにおける食育学活 指導内容

	低学年	中学年	高学年
4・5・6月	・給食を知ろう ・仲良く食べよう	・食品について知ろう ・給食のきまりを覚えよう	・食品や献立について知ろう ・楽しい給食時間にしよう
7・8・9月	・食べ物の名前を知ろう ・楽しく食べよう	・季節の食べ物について知ろう ・食事の環境について考えよう	・食べ物の働きを知ろう ・食事の環境について考えよう
10・11・12月	・食べ物に関心をもとう ・食べ物を大切にしよう	・食べ物の3つの働きを知ろう ・食べ物を大切にしよう	・食べ物と健康について知ろう ・感謝して食べよう
1・2・3月	・食べ物についてふりかえろう ・給食の反省をしよう	・食べ物と健康について知ろう ・感謝して食べよう	・食生活について考えよう ・1年間の給食をふりかえろう

栄養教諭は食育指導がどの学級でも同じように指導ができるように、プレゼンテーションファイルを作成した。（資料 2）これらは、スライド形式となっており、教師側には発問内容等の資料があり、容易に食育指導ができるようになっている。この「食育指導プレゼンテーションファイル」は教室間ネットワークの共有フォルダに保存することで、どの教室からも大型テレビに出力し、授業を行なう

ことができた。

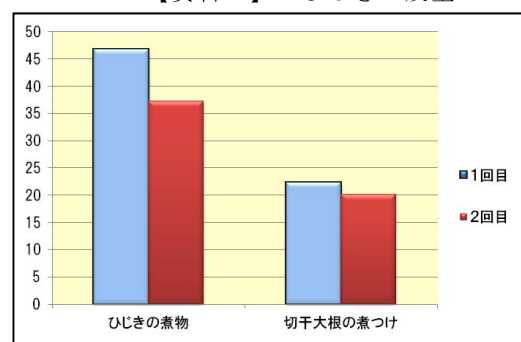
【資料2】 食育プレゼンテーションスライド…抜粋



給食時間も同様に、食育指導ファイルが作成された。「昔から伝わる料理や食材の良さを知ろう！」では、残量が多い「ひじき」についてクイズ形式で指導内容が構成されている。「ひじき」は何から作られているのか？どこで作られているのか？どんな栄養があるのか？など、ひじきへの興味関心が高まる内容になっている。この指導後の残量変化が（資料3）である。これによると、指導をしていなかった1回目の残量が46.7%であったのに対し、指導後の2回目の残量は37.2%と約10%の減少となった。これは、同様の指導内容を全学年で行なうことができた成果であると言える。食育指導において、給食は直接触れ、体験できる絶好の教材である。そこにICTのよさを結びつけて、効果的な指導を行なうことで、児童に変容をもたらす形になった。



【資料3】 ひじきの残量



② 食育部会における授業実践

本校では、研究課題の一つに「食育」を据え、子どもたちの「豊かな人間性」「健康・体力」における側面も育てていくことも重点としている。

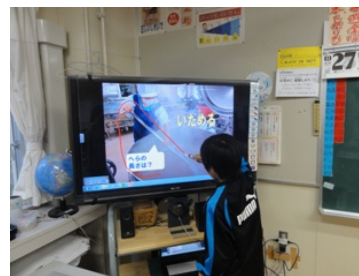
栄養教諭を含む食育部会では、「わかる」・「育てる」・「つくる」・「調べる」・「味わう」・「ふりかえる」場面を設定し授業を実践した。授業時数は、学級活動だけにとどまらず、教科・道徳・総合を横断的に運用するクロスカリキュラムとして実践している。また、授業場面では実物投影機などのICT機器の効果的な活動も計画し、体験活動と言語活動を有機的に交錯させる学習を実践した。（授業における具体的内容は後述）



実物投影機を使って、新一年生に給食指導。食事のマナーをしっかりと教えます。



実物投影機を使って、包丁の正しい使い方の共有。確実な技能の習得が必要です。



電子黒板をつかって、給食づくりで気がついたことを書き込んでいきます。

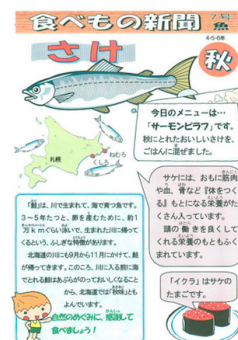
③ 学校ホームページでの公開

毎日の給食の画像やレシピ、またその食材の産地などを学校ホームページで公開した。「本日の給食」（資料4）では、正しく置かれた給食の写真、献立にちなんだ豆知識、そして栄養教諭の一言が掲載されている。また、食育学活等で指導した内容も「給食新聞」（資料5）として掲載した。全家庭が、学校ホームページをみられるわけではないが、確実にアクセス数は伸びている。保護者にとっても、「食」についての内容は関心が高かったと思われる。その裏付けとして、保護者へのアンケートであるが、家庭での食に関する関心が全国の平均と比べると高まっていることがわかる。（資料6）

【資料4】



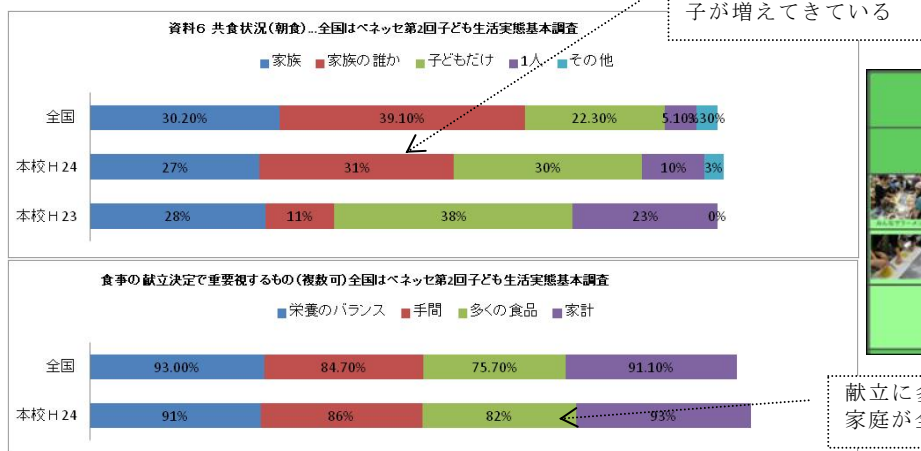
【資料5】



また、体験活動と言語活動を ICT で効果的に結びつける活動として、各学年の教材園の様子を「農事暦」（資料7）として学校ホームページにタイムリーに掲載した。こちらも、保護者からの反響も大きく、「学校で、大根を植えているんですね」など声をかけられることも多かった。

また、お手伝いに見えられる方もおり、学校と地域が結びついた取り組みができた。子どもたち自身も、自分たちが育てた作物の経過や調理して食した体験が残ることで、いつでも振り返ることができるようになった。

【資料6】



【資料7】



5. 授業実践より

今年度は、第3回教育実践発表会を開催した。他教科の他、「食育部会」も発足し多くの授業実践を残している。また、3学期には「冬の学習会」と称し「ICT を活用した食育授業交流会」を行った。以下はその実践概要である。

① 2年生(学級活動)「トマトのひみつを知ろう」

2年生では生活科の学習で、ミニトマトを育ててきた。本時はその育ててきたトマトについての栄養や調理の仕方について、「ひみつ」といった形で興味関心を高め、単元活動終盤のトマトピザ作りにつなげていく展開であった。

【既習の確認ではフラッシュ型教材を活用】

CHIERU 制作の「小学校のフラッシュ食育」を活用し、教室の大型画面で食材の栄養「体のエネルギー」

ギー」「体のもとになる」「体の調子を整える」について、授業冒頭に短時間でふりかえりをし、習熟を図る。また、担任自作のプレゼンテーションファイルでは、ミニトマトのこれまでの成長の様子をデジカメ画像でふりかえる。このことにより、子どもたちは、自分たちが育ててきた体験を、思い出し、言語として語ることが容易になった。授業の中であらためてトマトを試食し、味について話し合いをはじめる。教師は子どもたちの意見をまとめながら、トマトには、甘みや酸味の他に、何とも言えない味、交じり合ったような味（旨味）があることを伝える。その学習内容を補説するために、再びプレゼンテーションファイルを使い、トマトが世界中で様々な料理に使われ、世界で一番生産されている野菜であることを伝えた。ICTを活用することで2年生の子どもたちも、単なる体験活動に終わらず、知識と融合した体験活動を行うことができた授業であった。



② 6年生（総合的な学習）「Let's！食の不思議〜めざせ！日本型食生活〜」

6年生では総合の学習で「日本型食生活」追究する学習構成となった。普段何気なく食べている自分たちの食生活をふりかえり、課題の食事に合う「お味噌汁」を考える授業である。子どもたちはワークシートにそれぞれが考えた味噌汁の実を記入していく。担任は、それぞれの子供達の考えを実物投影機で提示し、共通理解を図った。子どもたちのワークシートには、食材の大きさや、色なども表現され言語だけでは伝わらない部分を実物投影機で提示することで補うことができた。また、実際の味噌汁の例を栄養教諭がいくつか写真で提示することで、子どもたちのイメージが膨らんでいく。食育指導には、多くの食材が話題に上がるため、そのたびに画像などをインターネットで検索し、提示することで容易に学習内容を学ぶことができる。ICTはそのような面でも役立った。



③ 5年生（総合的な学習）「Let's！冬タイムー冬の伝統食をさがせ！ー」

5年生では、総合的な学習の時間に「冬のよさ」をテーマにした学習を行った。この学習では、協働学習を取り入れ、調べたことをグループで交流、分析し、最終的に提案する学習構成とした。総合的な学習の時間は子どもたちは自らの課題を解決するために探究活動を進めていくが、内容が難しくなりやすい。今回も冬の伝統食を調べたチームは、お節や七草粥、石狩鍋、たくあん漬けなどと出会う。このような協働学習の場合は、どうしても画像等の交流が必要である。そこで、今回の助成で購入したタブレット PC をグループごとに活用し、調べ活動を進めさせた。互いの意見をタブレットに実際に書き込んで主張したり、教室のテレビに転送することで話し合いを活発に進めることができた。また、提案におけるプレゼンテーションもタブレット PC で作成し、グループで効率的に練習もすることができた。



食育指導は、内容が難しくなりがちであること、画像などで食材や料理を確認しながら学習することの必要性があり、そのような場面で ICT 機器を効果的に活用することができた。



6. 研究の成果と今後の課題

今回の研究における成果と課題は以下の点である。

① 食育指導の普及

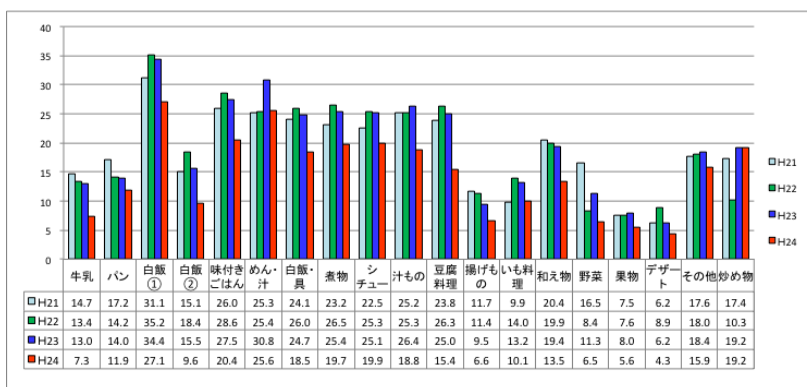
本校の現状で言うと（全市的にも言える）、食育指導の実践はなかなか難しい。教科といった足場がないことや、栄養教諭が一人で積極的に学年に入り食育を進めようとするのは現実的に難しい側面があるからである。しかしながら、本校の ICT をつかった「食育プレゼンテーションファイル」を共有活用することで、どの学級も楽しく、内容の濃い食育指導を行うことができた。先生たちの食育指導に対する意識が高まることにもつながった。また、その内容を研究会で広く発表したことにより札幌市全体で栄養教諭を中核とした ICT をつかった食育指導の実践が広がることも考えられる。

② 児童の給食残量の減少

平成 21 年から平成 22 年にかけては給食における残量が増えていたが、食育部会を設置し授業実践を行った 23 年には減少し始め、ICT を活用した食育指導を行った今年度に関しては残量が激減している。これは、食育指導の賜だといえる。（資料 8）

③ 食育における今後の課題

食育は人間が生きるために必要な学びである。実際に食べたり、育てたり、調理したり体験的な活動を行うことが最もよい食育活動である。しかしながら、学校現場ではそこには限界がある。そこで本校では ICT を効果的に活用することで、効率的な食育指導を目指した。ただ、やはり便利な ICT ということにとらわれることなく、体験と言語化を結びつける ICT 活用ということを忘れてはならない。今後も、子どもたちが五感で食を捉えながら、授業で学んでいくことを大切にしたい。また、保護者や地域への発信も、わかりやすい内容で続けていくことが大切である。そのために ICT を活用していくことに重要性があると思う。



【資料 8】

※参考文献

- ・調べる力を育てる食育ワーク&小話 北俊夫 明治図書
- ・すべての子どもがわかる授業づくり 高橋純/堀田龍也 高陵社書店
- ・電子黒板・デジタル教材活用事例集 赤堀侃司 教育開発研究所