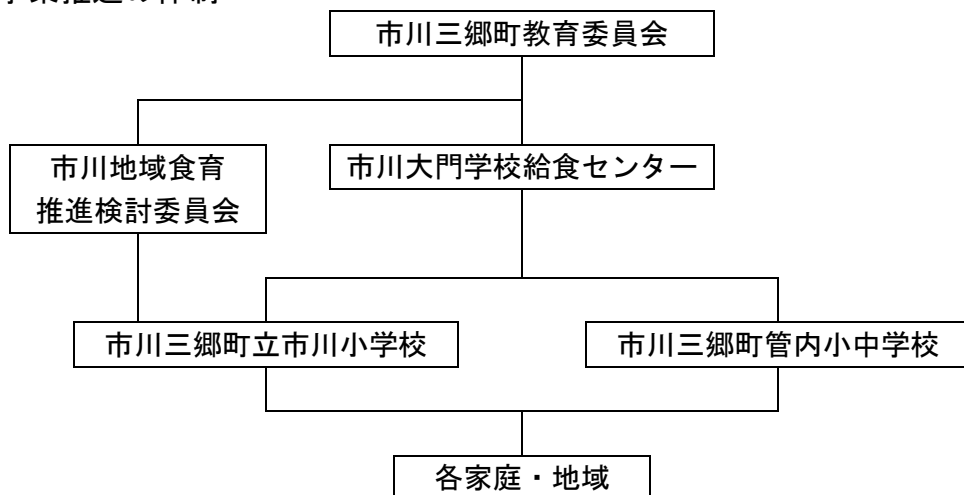


「栄養教諭を中核とした食育推進事業」

- ・ 推進地域 市川三郷町
- ・ 事業委託先 市川三郷町教育委員会
- ・ 実践中心校 市川三郷町立市川小学校

1. 事業推進の体制



2. 具体的取組等について

テーマ1 教育課程における食に関する指導の充実のための取り組み

- ① 自ら「見つけ、調べ、まとめ、表現する」子ども達の育成をめざし、学級活動や各教科等において担任と栄養教諭が連携した食育指導の充実・実践に取り組んだ。
- ・ 第1学年 学級活動「おやつのにこにこ ようこそ」 10月実施 研究授業
 - ・ 第3学年 学級活動「なにを どうたべたら よいか」 11月実施 研究授業
 - ・ 第4学年 学級活動「感謝して食べよう」 1月実施 研究授業
 - ・ 第2学年 生活科「わたしのやさいを つくりたい」
 - ・ 第5学年 学級活動「感謝して食べよう」
 - ・ 第6学年 家庭科「見直そう！毎日の食事」



1年 研究授業



3年 研究授業



5年 研究授業

- ② 外部講師として、山梨学院短期大学准教授深澤早苗先生を招き、料理教室を開催した。
- ③ 各学年の食に関する指導の年間指導計画の実践と検証に取り組んだ。児童の「生きる力」を培うために、食育指導の根源となる各学年ごとの食に関する指導の年間計画に基づき、実践に取り組み、計画の見直しを行った。

- ④ 食農体験(栽培活動)では、第1学年生活科でとうもろこし、大豆を、第2学年生活科でミニトマト、さつまいも、なす、ピーマン、きゅうり、4年生理科でゴーヤを栽培した。第5学年総合的な学習の時間でバケツ稲を栽培し、食べ物の尊さ、自然のありがたさなどを感じた。



とうもろこし収穫



さつまいも収穫

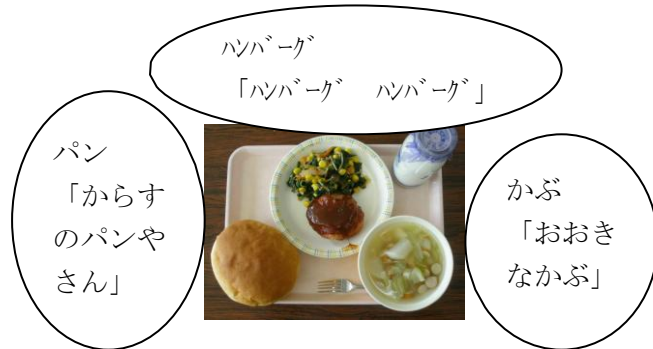


野菜の苗植え

- ⑤ 食に関する指導に関わる研修や学習会では、食に関する指導についての研究授業を3本実践し、授業後研究会では山梨学院大学教授松本晴美先生、義務教育課指導主事猪股真弥先生、山梨県スポーツ健康課主幹・指導主事秋山知子先生、峡南教育事務所指導主事朝夷孝一郎先生、渡辺勝先生、上田寛二先生より指導助言をいただき、職員全員で研鑽を積んだ。

- ⑥ 全校一斉指導では、給食委員会児童による給食集会を行った。全校の給食残量について調査集計、これをもとに好き嫌いをなく食べることの大切さ、食べ物の大切などを学習し、何でも食べようとする意欲を高めた。また、図書委員会と連携し、図書集会で食べ物の本を取り上げ、その本にある食材や料理などを給食の献立に入れ、本を通しての食への興味関心の間口を広げた。

〈図書館の展示〉



〈給食集会〉



- ⑦ 掲示物として、給食の時間で指導した内容などを扱った食育ニュースを作成し、児童が再度振り返り学習できるようにした。

テーマ2 学校と家庭との連携による食に関する指導の充実のための取り組み 家庭に対する効果的な働きかけの方策に関する調査

- ① 食生活や食に関する基本的な生活習慣等を見直すための実態調査について、児童と保護者を対象に12月に実施。昨年6月に本校独自の調査項目を掲げ実施したので、今回も同じ内容で調査を行い、比較検討し、実践の重要な資料とする。
- ② 毎月発行の給食だよりのほか、食育に関する資料、研究・実践した内容等について、学校から家庭や地域に向けて「食育だより」を配布し、理解を深める機会とした。
- ・食育だより6号…学校長の話、給食試食会、食育月間、食育の授業風景
 - ・食育だより7号…芸術鑑賞教室(食育)、日曜学校授業参観、講演会のお知らせ、食事のマナー、食育の授業風景
 - ・食育だより8号…1年生研究授業、親子料理教室、6年生授業参観 母親部給食試食会・学習会、さつまいもほり 5年生家庭科
 - ・食育だより9号…3年生研究授業、市小フォーラム、学校開放日授業参観、枝豆収穫、給食集会、学校図書館の本と給食のコラボ



はしの持ち方

- ・食育だより10号…実態調査結果、食に関する授業など

③ 親子で食について興味関心を持ち、コミュニケーションの広がりや家でのお手伝いのきっかけとなるように、親子料理教室を開催した。また、保護者に学校給食について理解していただくために、「児童の給食配膳や食べている様子の参観や試食会」を実施した。

- ・「いちかわキッチン」

～親子で手軽にできる 野菜を使ったおやつづくり～
実習料理…切り干し大根のおもち、ハッシュドポテト、にんじんとりんごのゼリーの3品。

- ・給食試食会の開催

5月28日 1年生の保護者を対象に、試食会を実施した。

10月29日 PTA母親部主催で、全校保護者の希望者を対象に実施した。



〈1年生 試食会〉



〈母親部学習会〉

④ 試食会で保護者に、家庭の食事でお願ひしたいことや、朝食の大切さ、朝食の内容などについて学習会を開催し、家庭でも食育に取り組めるよう啓発した。

⑤ 食に関する授業参観(日曜学校、学校開放日)を実施することで、保護者にも興味関心を持っていただけるようにした。ワークシートへ家庭からの一言欄を設け、保護者にも記入してもらい、食生活を見直す機会とした。

- ・ 6月6日 1年 特別活動「たべものの ひみつをしろう」
- ・ 6月30日 2年 特別活動「夏を元気にすごそう」
- ・ 10月20日 6年 特別活動「塩分について」
- ・ 11月8日 4年 特別活動「朝食について」



⑥ PTA 主催で市小フォーラム(講演会)を開催した。講師には、東海大学教授 小澤治夫先生を招き、「学力・体力・気力の向上は生活習慣の改善から」についてご講演いただいた。

⑦ 食育に関する芸術鑑賞教室において、6月25日に劇団風の子による「ぼくのなかのぼく」を保護者と一緒に鑑賞した。風の子探検隊と体の中を探検し、体内の臓器の働きや栄養について知るとともに、こころの中をのぞくことができた。



⑧ 授業参観日に、保護者に食育に関して興味関心をもってもらえるよう、その日の給食のレシピを作成し、自由に持って行っていただき、家庭でも給食の料理ができるようにした。また、実物の食材などを展示し、親子の会話のきっかけとなるようにした。



- ⑨ 学校給食の献立より料理を選び、カード式の料理集を作成した。昨年度のものに増やしていくものにした。家族と一緒に給食の味を家庭でも楽しく調理できるようにした。



テーマ3 学校と地域との連携による食に関する指導の充実のための取り組み

- ① 地場産物を学校給食へ取り入れるため、地教委が中心となり、地元生産者との検討委員会を何回か開催した。その結果、少しずつではあるが、地元の野菜を学校給食へ取り入れることができた。
- ・とうもろこし、大塚にんじん、ちぢみほうれんそう、じゃがいも、たまねぎ、キャベツ、大根など。
- また、県内産の食材も積極的に取り入れている。
- ・米、ほうれんそう、大根、さつまいも、みそ、ぶどう、さくらんぼ、ゆば、豚肉、牛肉、ソーセージ、豆乳など。

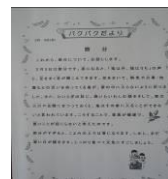
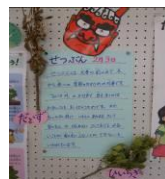


〈郷土食 にんじんめし〉

- ② 生活科で食生活改善推進員等と連携した体験活動の実践を行った。また、学校給食センターの調理員さんより、給食を調理する時の様子などのお話をうかがった。



- ③ 給食を通して、地域(郷土)・旬を大切に食の指導を、栄養教諭が中心に行った。またその日の給食について「パクパクだより」を作成したり昼の放送で委員会児童がその日の給食について放送を行った。



〈節分給食〉

- ④ 学校での食育の取り組みや食に関心を持ってもらうため、年に数回発行する「食育だより」を、地域へ回覧板を通して情報発信をした。

- ⑤ 町内の栄養教職員で、給食時間に活用できる食材についての教具を作成し、活用している。

- ⑥ 市川地域の市川南小学校で、1年生の保護者を対象に給食試食会を行った。市川東小学校では試食会と「カルシウムについて」の親子学習会を開催した。峡南東部支会食教育部の研究授業 2年特別活動「かむことについて」を本校で実践するほか、町内の調理員を対象に調理講習会を実施するなど、地域で食に関する研究をすすめていった。



〈支会研究授業〉

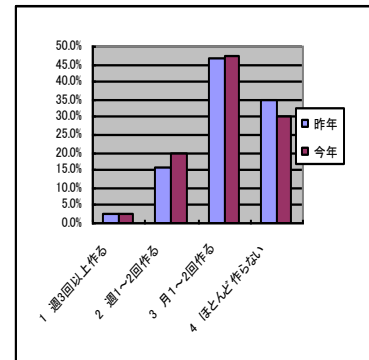
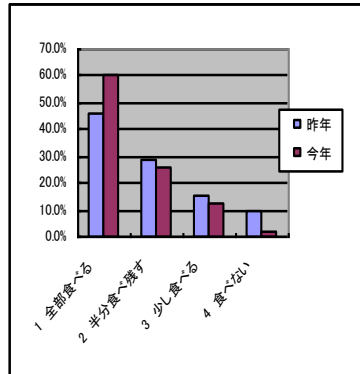
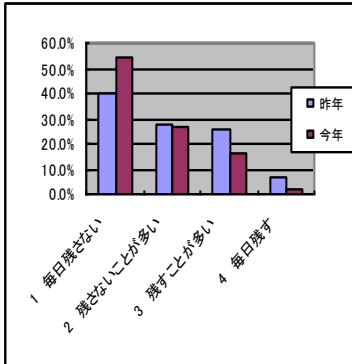


〈調理講習会〉

テーマ1～3に共通する具体的計画

実態調査結果より、傾向と課題 全校児童と保護者を対象にした結果より

給食を残さず食べていますか。 給食で嫌いなものがでたら。 子どもと料理を作りますか。



- 給食を残さず食べていますかについては、「残さない」児童は昨年40%が今年55%と15%増加した。「毎日残す」児童は昨年7%が今年2%と5%減少した。また、給食で嫌いなものがでたらどうしますかについては、「全部食べる」児童は昨年46%が今年60%と増加した。「食べない」児童は昨年10%が今年2%と8%減少した。これらは、毎日の全職員による日々の給食指導をはじめ、食に関する授業などの実践の積み重ねの成果だと思われる。これからも給食時間の指導も大切にしていきたい。
- 保護者対象の調査で、お子さんと料理を作ることがありますかについては、「週1～2回作る」保護者は昨年16%が今年20%と4%増加した。「ほとんどつくらない」保護者は昨年35%が今年30%と5%減少した。食に関する指導で授業で何回か調理実習をしたり、親子料理教室の開催や、学校給食のレシピをお便りに掲載するなど、保護者も子どもと料理をつくる大切さに関心を持ち始めたのではないと思われる。
- 学校給食で8割近い保護者が「好き嫌いはなくなる、どちらかというとなくなると思う」と回答をしていた。給食への期待の大きさを感じる。学校給食に望んでいることは、食品への知識や食への関心が上位を占めていた。その他、しっかり食べさせること、基本的なマナーなど多岐にわたっていた。これらをふまえ、毎日の給食時間を大切にしながら、食に関する指導を実践していく。

数字で変化のあった事項について

地場産物の納入 11品目(平成21年) → 30品目

給食の残食率 7%前後 → 平均3%

事業全体を通じて、特に効果のあった方策等について

- 栽培活動等授業などに体験活動を取り入れながら、食育活動を推進した。これらの活動を通して子ども達に少しずつではあるが、食に対する興味関心がでてきて、食べ物を大切にする心も芽生えつつある。これは、給食の残量にも現れてきており、教職員はもちろん、子どもたちのなかにも食育についての理解が深まってきているのではないかと考えられる。
- 保護者との連携で、授業で使用したワークシートへ一言記入する欄を設けた。保護者は児童を通して授業の内容を知ることができ、家庭でも食育に前向きに取り組む様子が見受けられた。

今後の課題(今回の事業により新たに見えた課題など)

- 今後、教育課程の中にどのように食育指導を位置づけていくのか、また、効果的な指導の在り方等について研究を深めていくことが課題として考えられる。
- 正しい食生活や食習慣を学習しながらの健康な心と体を育む教育は、家庭や地域の温かい協力が必要である。これからも各種活動を通して、啓培の活動を展開していくことが重要である。

食に関する指導全体計画 (平成22年度)

市川小学校

- 公教育として
 - ・日本国憲法
 - ・教育基本法
 - ・学校教育法
 - ・学習指導要領
 - ・食育基本法
- 県指導重点
 - ・「健康3原則」の徹底
 - ・心の教育の充実
 - ・開かれた学校づくり
- 市町村指導重点
 - ・心の豊かさとしがいがいを満たす
 - ・郷土へ誇りと生きる力を育む

学校教育目標
一人ひとりのよさや可能性を伸ばし、確かな学力と豊かな人間性を身につけさせ、たくましく生きる力を持つ子どもを育てる。

めざす子ども像
進んで学ぶ子(確かな学力)
思いやりのある子(豊かな心)
明るく元気な子(たくましい体)

- 児童の実態
 - ・友だちと楽しく食べる
 - ・感謝の気持ちの欠如
 - ・偏食の児童の存在
- 家庭・地域の実態
 - ・教育に対する関心が高い
 - ・教育活動に協力的である
- 教職員の願い
 - ・食事や健康に関心を持ち、望ましい食生活を身につけてほしい

健康教育目標

□自分の健康に関心を持ち、より健康な生活の実践ができる子どもの育成

食に関する指導目標

□正しい食事のあり方や望ましい食習慣を身につけ、自分の健康管理ができる力を育む。
□食事や食に関する体験を通して、好ましい人間関係を育成し思いやりや感謝の心を育む。

食に関する教育でめざす児童像

- 心の育成(感謝の気持ちと食文化を大切にすること)
 - ①食に関わる人に触れることから、相手を思いやる気持ち、自然を大切にすること、またそこから生まれる責任感や自主性などの豊かな心をもてる子ども
 - ②地域の食文化に触れることで、地域の文化を大切に、他の文化を尊重する気持ちをもてる子ども
- 社会性の涵養(マナーやルール)
 - ③給食等の活動を通じて、ルールやマナーを大切にすること、社会的態度や協調性などを身につけることができる子ども
- 食事の重要性の理解と自己管理能力の育成(ヘルスプロモーションの理念に基づく)
 - ④食事と健康の関連性に関心を持ち、自己の食生活やそれに関する日常生活のあり方について考え、自分の健康は自分で守る努力をすることができる子ども

主な目標	低学年	中学年	高学年
豊かな心の育成	・給食を作ってくれる人に感謝の気持ちをもつ	・食物の生産等に関わる人や、給食を作ってくれる人に感謝の気持ちをもつ	・自然や人・食文化との関わりを通して、感謝の気持ちをもつ
社会性の涵養	・友達と協力して、配膳やかたづけをする ・基本的なマナーを守り、友達と仲良く食べる	・自分の責任を果たして、準備や片付けをする ・場に応じたマナーを身につけ、楽しく食べる	・奉仕の心をもち、給食の活動に参加する ・時と場に応じたマナーや心づかいをし、楽しく食べる
自己管理能力の育成	・何でも食べようと心がける ・よくかんで食べる	・バランスよく食べる ・食べ物と自分の健康の関係を考え、行動する。	・バランスよく食べる ・自ら食に関する問題点を見つけ、改善方法を考え、健康的な生活に努める

指導場面

- 各教科・保健室との連携**
- 社会:食料と生産、流通、消費の仕組みと、そこで働く人々・地域で働く人々
 - 理科:植物の成長、動物の成長
消化・吸収の働き
 - 生活:家庭の仕事、野菜作り
 - 家庭:栄養の働き、バランスの良い食事、食品の理解、食事のマナー、家族の団らん、簡単な食事・調理
 - 体育:健康の保持増進、病気の予防
 - 保健室:家庭児童への啓発

- 給食の時間(給食主任・栄養教職員との連携)**
- 食前
 - ・食事の場にふさわしい環境
 - ・身支度、手洗い等の清潔
 - ・安全、清潔、能率の良い配膳
 - 食中
 - ・栄養のバランス
 - ・食事のあいさつ、食事のマナー
 - ・健康によい正しい食事のとり方
 - 食後
 - ・食後の休息
 - ・効率的な片付け
 - ・歯みがきの励行
- 調理員の協力もよう

- 特別活動**
- 学級活動
 - ・正しい食事のとりかた
 - ・食事と健康
 - 児童会活動
 - ・給食委員会
 - ・保健委員会
 - ・放送委員会
 - ・集会委員会
- 道徳**
- ・好ましい人間関係の育成、協力・思いやり・責任
 - ・基本的生活習慣の確立
 - ・自然環境や食物を大切にすること、感謝の心の育成

- 総合的な学習の時間**
- 食に関するテーマで、体験活動を通して課題解決学習に取り組む。
- 4年「山梨探検隊」
 - 5年「米作りは楽しいネ」
 - 6年「会食会をしよう」

- 学校・家庭・地域との連携**
- 正しい食習慣や食生活を家庭に啓発するために、家庭・地域との連携を図る。
- 地域委員会・学校医・保護者・関係機関との連携
 - 市川大門給食センター給食主任者会議との連携
 - 食育だより・給食だよりの発行・給食試食会の開催
 - 食に関する授業参観・親子レクリエーション
 - 地場産物の給食への利用

- 個別指導**
- 一人一人の食生活の実態に応じ、きめ細かな指導を実施し、望ましい生活習慣の確立を図る。
 - 家庭への啓発、保健室との連携
 - ・養護教諭との連携
 - ・給食センター栄養職員との連携

項目	月	4月	5月	6月	7月	
健康教育目標		健康診断を正しく受けよう	自分の体を知ろう	歯の健康について考えよう	夏を健康に過ごそう	
給食目標		食事のマナーを身につけよう	健康は身体をつくる食事(食品群)	よくかんで食べよう 衛生について	暑さに負けない食生活について	
特別活動	給食の時間の指導	給食の決まりについて	手洗いについて	歯によい食べ物について	夏の食生活について	
	学級活動	1年	給食の支度と片付け TT	楽しい給食 TT	大切な6歳臼歯	初めての夏休み
		2年		正しい食事の仕方 TT	次々にはえる大人の歯 衛生的な食事習慣 TT	暑さに負けない食べ物 TT
		3年	給食のきまり	食べ物の3つの働きと 主な栄養素	歯のしくみとはたらき 食事のマナー	夏休みの過ごし方を考えよう
		4年	よい食べ方	衛生と正しい食事	歯並びとかむ力	夏休みの過ごし方を考えよう 夏の栄養
		5年	給食のきまり	正しい食事の仕方	むし歯のすすみ方	夏休みの過ごし方を考えよう 夏の栄養 肥満
		6年			食事のマナー バランスよい食事 むし歯や歯肉の病気が及ぼす影響	夏休みの過ごし方
教科との関連	保健	3年				
		4年				
		5年				
		6年			病気の予防	けがの防止
	社会	3年		見つめよう私たちの町		
		4年				
	5年	3年	農業の盛んな地域	水産業の盛んな地域		
		4年	大昔の暮らしをのぞこう			
	国語	3年				
		4年				
理科	3年	種をまこう	植物の育つ様子	植物のからだのつくり	花から実へ	
	4年	身近な植物(春)		身近な植物(夏)		
5年	3年	植物の発芽・養分	生き物と養分	生命の発生・成長		
	4年					
生活	1年	わたしとがっこう	野菜の栽培(植え付け) TT		野菜の栽培(収穫・夏) TT	
	2年					
家庭	5年		家族とお茶を楽しもう	一日の食事を調べよう	簡単な調理をしよう	
	6年	見直そう! 毎日の食事			TT	
総合学習	3年			古くからあることを調べよう	1	
	4年					
	5年			米作りは楽しいイネ		
	6年					
道徳	1年	あかるいあいさつ				
	2年	まほうのあいさつ	野さいパーティー			
	3年	エチケットしんだん	ひなをひろわないで	お姉ちゃんのメロンパン		
	4年					
	5年					
	6年					
特活	児童会活動	給食のきまり	正しい手洗い	給食委員会 献立放送 残菜調べ・結果報告	おやつを取り方	
	学校行事	健康診断 入学式、授業参観、 学年・学級懇談会	修学旅行・避難訓練 1~4年遠足	体力テスト・林間学校 体重測定	授業参観 学級懇談会	
個別指導		食物アレルギー指導 肥満・るい瘦・偏食指導				
家庭・地域(給食センター)等との連携		給食だより PTA総会		給食試食会 (1年保護者)		

※毎月19日は、食育の日

※虫歯予防デー 歯の衛生週間

項目	月	8 月	9 月	10 月	11 月	
健康教育目標		けがの防止につとめよう		目の健康について考えよう	寒さに備えて体調を整えよう	
給食目標		生活リズムと食事の関係を知ろう		何でも食べる習慣をつけよう	感謝して食べよう（食べ物大切さ）	
特別活動	給食の時間の指導	3つの基礎食品について		塩分のとりすぎについて	朝食の大切さについて	
	学級活動	1年	規則正しい生活		好き嫌いをなくそう TT	
		2年			食べ物の通り道	
		3年	食べ物の大切なわけと偏食をしないこと TT		食べ物のはたらき TT	
		4年	偏食 TT		目の頼・じょうぶなからだ	食べ物への感謝 TT
		5年				感謝して食べよう TT
6年		偏食と栄養の欠乏・感謝して食べよう				
教科との関連	保健	3年	毎日の生活と健康（睡眠・環境）		目のしくみと働き	
		4年				
		5年				
	社会	3年			カレー作りにチャレンジ TT	
		4年				私たちの県とまち作り
		5年				自然を生かしたくらし
	国語	3年				
		4年			すがたをかえる大豆 TT	
		5年				
	理科	3年	実がじゅくしたよ			
		4年	身近な植物（夏の終り）		身近な植物（秋）	
		5年	植物の実や種子のでき方			
生活家庭	1年				からだのつくりと働き	
	2年				野菜の栽培（収穫・秋）	
	5年	なぜ食べるのか考えよう TT				
総合学習	3年	← 古くからあることを調べよう 2			→	
	4年	← 山梨探検隊			郷土料理 TT →	
	5年			← 稲刈り	→	
道徳	1年	お父さんのカレーライス				
	2年				サバンの子ども	
	3年	かねつきどう			しつれいおばさん	
	4年				日本のお弁当	
	5年	良いあいさつがよい出会いをつくる		さざんかの花		
	6年			五目そばをおいしく食べたい		
特別活動	児童会活動	← 給食委員会 献立放送			→ 残菜調べ・結果報告	
	学校行事	発育測定・避難訓練		運動会・校外学習 陸上記録会	授業参観・体重測定	
個別指導	食物アレルギー指導				→	
	肥満・るい瘦・偏食指導				→	
家庭・地域（給食センター）等との連携	給食だより			試食会	→	

項目	月	1 2 月	1 月	2 月	3 月	
健康教育目標		冬を健康に過ごそう	かぜやインフルエンザを予防しよう	心の健康について考えよう	健康生活の反省をしよう	
給食目標		寒さに負けない食事について	学校給食の歴史について	食べ物と病気について(生活習慣病)	健康な身体づくりと食事	
特別活動	給食の時間の指導		冬の食生活について	学校給食週間 学校給食について知ろう	かぜをひかないために	1年間のまとめと反省
	学級活動	1 年	楽しい冬休み			給食の反省をしよう TT
		2 年	冬の健康生活	昔の人の食べ物	上手な食べ方と健康 TT	
		3 年	冬休みの過ごし方を考えよう		感謝の気持ちと食事の前後の挨拶 TT	
		4 年	冬休みの過ごし方を考えよう	郷土の食べ物	希望献立 TT	
		5 年	冬休みの過ごし方を考えよう	郷土食を知ろう TT		
		6 年	冬休みの過ごし方について	日本の食糧事情		↓ 楽しい会食 TT
教科との関連	保健	3 年				
		4 年			育ちゆく体とわたし	
		5 年		脳の仕組み・心の健康		
		6 年	病気の予防			
	社会	3 年				
		4 年				
		5 年		自然を生かしたくらし	環境を守る	環境を守る
	国語	3 年				
		4 年				
		5 年				
	理科	3 年				
		4 年		身近な植物(冬)		
5 年					生き物と養分	
6 年		からだのつくりとはたらき			生き物のくらしと自然環境	
生活	1 年					
	2 年		地域の行事 TT			
家庭	5 年					
	6 年			伝えよう! ありがとうの気持ち		
総合学習	3 年	← 古くからあることを調べよう 2 →				
	4 年					
	5 年					
	6 年	旅立ちの日に向けて			→	
道徳	1 年					
	2 年				ふえをふいて	
	3 年			大きなテーブル		
	4 年					
	5 年					
	6 年	食べ残されたえびに涙		世界がもし 100 人の村だったら		
特別活動	児童会活動		← 給食委員会献立放送 →			
	冬の食べ物の取り方		学校給食の歴史と郷土食 給食集会	かぜの予防と栄養 風邪予防ビデオ放送	バランス良い食事	
学校行事	個別懇談 スケート教室		スキー教室 発育測定	授業参観・学年懇談 体重測定・一日入学	卒業式	
	食物アレルギー指導 肥満・るい瘦・偏食指導					
家庭・地域(給食センター)等との連携		給食だより アレルギー児童保護者・学校・教育委員会・センターとの話し合い			食物アレルギーの来入 児保護者との話し合い	

※ 1月学校給食週間

第5学年 学級活動（食に関する指導）指導案

指導者 諏訪 桂一（T1：学級担任）

半田 裕子（T2：栄養教諭）

1 題材 感謝して食べよう ～自分で食事を作ってみて～

2 題材設定の理由

現代は飽食の時代といわれ、食べ物は私たちの身の回りにあふれている。子どもたちは、幼い頃から食べ物に囲まれて成長してきた。家の食事でも、給食でも、誰かが作ってくれ、準備をしてくれ、そのできあがったものを当たり前のように食べている。自分たちは完全に「食べる人」である。保護者も、子どもに食べさせなければいけないという意識が強いので、『食べてほしい』『食べてください』という気持ちが強く、ともすると、子どもに『食べてあげている』という意識を持たせかねない。身の回りには食べ物があふれているから、嫌いな物や食べるのにめんどろなものが出たときは、それを食べなくても、別のもので十分お腹を満たすことができる。食べ物を残すこと、捨てることにもあまり抵抗感がない。子どもたちは、食べ物に対して自分の好みを強く主張し、嫌いなものには見向きもしない、まさに「王子様」「お姫様」状態である。

5年生になると家庭科の授業が始まり、調理実習なども経験する。先日は、給食で出ると敬遠される、野菜炒めを実習で作った。慣れない手つきで大きさもまばらに切ったキャベツやにんじん、ピーマン、タマネギなどを、塩とコショウで簡単に味付けをしてみんなで試食した。にんじんなどはコリコリしているものも入っていたが、皆、おいしいと言いながらあっという間に完食してしまった。自分たちで作ったものは、また、別の味加わるのかもしれない。自分が切ったり炒めたりした料理を友だちにも食べてもらうというのは、普段、食べさせてもらっている側の人間が、食べさせてあげる側に立つということで、新鮮な喜びもあったと思う。そこで、休みの日に家族の食事を作ることを課題に出し、自分が作ったものを家族に食べてもらう経験をさせたいと考えている。どのようなことに気をつけて材料を選び、料理を作ったか、家族に食べてもらったときの感想はどうか、おいしい（または、逆の…）と言ってもらったときの気持ちはどうだったかなどを実際に体験することで、日頃料理を作ってくれている人の気持ちを感じとらせるための手立てとしたい。そして、料理を作ってくれている人たちへの感謝の気持ちへと結びつけていきたい。

今回の授業では、感謝する対象として、①食材そのもの ②食材の生産や流通などに関わる人々 ③料理を作ってくれる人々の三者を考えている。子どもたちは4年生のときに大塚にんじんの学習をし、実際に生産している農家の方から話を聞く経験をし、それぞれの食材に込められている生産者の思いなども学習している。また、食材そのものも、生命あるものであることにも触れ、様々な角度から、「感謝」ということを考えさせたい。

人間は食べなければ生きていくことができない。だから、食べることは生命の維持に関わる重要な営みである。このような大事な活動であるにもかかわらず、嫌いな物があるから、食べるのがめんどろだから…というような理由で、子どもたちは『食べさせられている』というネガティブな思いを持っている。作る側の思いを知り、材料に込められた思いを知り、それぞれの命をいただいていることを考えることで『食べさせられる』から『食べる』へと、ポジティブに考える意識の転換を図っていきたい。

3 児童の実態

児童数31名の学級である。児童個々を見るとそれぞれ食品や食材の好き嫌いがあり、それほど強くはないが食品アレルギーを持つ児童もいる。偏食はいけないことと知ってはいるが、好きな物はたくさん食べ、嫌いな物は極力食わずに済ませたいと考えている児童も多い。特に、野菜やキノコ類、魚類を苦手とする児童が多く、食べるスピードが極端に遅い児童も何人かいる。4月から給食を残さずに食べる取り組みを続けており、4～5回、残菜が出たことがあるが、ほぼ、完食が続いている。最初は、食べられる児童が残った物を食べるような形をとっていたが、食べる子と食べない子との偏りが大きく、特に女子は、最初に量を減らしてしまい、早々に食べ終わっておしゃべりをしているようなところが見られた。『給食でしっかり食べなくてもいい』というような、給食に対して消極的なところが見られた。食べる子は必要以上に食べ物を詰め込み、食べない子は腹八分目どころか、腹半分にも満たないような状況で残菜だけ減らすような取り組みは、あまり意味がないと考え、以下のような手順で、クラスみんなで残菜をなくす取り組みを、4月の中旬から続けている。

- ①給食の盛りつけをする（たくさん残らないように盛りつける）
- ②「いただきます」
- ③自分が食べられる量に調整する
 - ・量の多い子は量を減らす。ただし、嫌いな物でも「0」にはしない。
 - ・足りない子は量を増やす。ただし、独り占めにならないようにする。
- ④余っている給食は、みんなで食べきるように、班に人数を割り振って減らしていく
 例：「ご飯を班で2人、野菜を班で1人、汁を班で1人」のように人数を指定する
 （増やす量は自分が食べられる量でよい）
- ⑤1：10「ごちそうさま」
- ⑥班の中で分担して食器などを片付ける。

以上のような取り組みをすることで、嫌いなものでも半分は食べようと努力する児童が増えてきた。また、「まずいと思って減らしたが、食べてみたらおいしかった」と言って、盛り替えに来る児童も増えてきた。

アンケート結果を見ると、家では食事のあいさつをしている率が高いが、教室では定期的に声をかけないと、声が出なくなってしまう。食事に対する感謝の気持ちはすべての児童が持っているとは思いが、折に触れて思い起こさせることが必要だと思っている。また、保護者の意見を見ると、食に関して「好き嫌いなく食べること」「食事のあいさつ」「食物や食事を作ってくれた人への感謝」などを中心に家庭では指導しているようである。学校給食には「栄養や食品についての知識を身につけさせる」「食育を進める」ことを望んでいる家庭が多い。

□食に関するアンケートより（5年2組児童）

給食を残すことがありますか	・ほとんど毎回残さない	24	77%
	・残さないことが多い	4	13%
	・残すことが多い	3	10%
	・ほとんど毎回残す	0	0%
給食で嫌いなものが出たらどうしますか	・全部食べる	14	45%

	<ul style="list-style-type: none"> ・半分食べ、残す ・少し食べ、残す ・食べない 	16 0 1	52% 0% 3%
家の食事で嫌いなものが出たらどうしますか	<ul style="list-style-type: none"> ・全部食べる ・半分食べ、残す ・少し食べ、残す ・食べない 	16 10 3 2	52% 32% 10% 6%
嫌いな食べ物をどうしていますか	<ul style="list-style-type: none"> ・食べられるようにしたい ・どちらでもいい ・食べられなくてもいい 	24 5 2	77% 16% 6%
家で食のあいさつをしますか	<ul style="list-style-type: none"> ・いつもする ・時々しないことがある ・しない 	22 8 1	71% 26% 3%
食事についてのお手伝いをしますか	<ul style="list-style-type: none"> ・いつもする ・時々する ・しない 	15 14 2	48% 45% 6%

□ 5年生保護者への食育実態調査より

家庭で食に関することで 何を教えていますか (複数回答)	<ul style="list-style-type: none"> ・好き嫌いなく食べること ・食べる前の手洗い ・食事のあいさつ ・はしの持ち方 ・残さず食べる ・食物の栄養 ・食物や食事を作ってくれた人への感謝 ・その他 (集中して食べる) 	35 21 29 27 27 18 30 1	
学校給食に対して何を望んでいますか (複数回答)	<ul style="list-style-type: none"> ・基本的な食事のマナーを身につけさせる ・栄養や食品についての知識を身につけさせる ・食育を進める ・好き嫌いをなくす ・その他 (楽しい給食に) 	7 28 22 13 3	

4 指導計画

【事前指導】

- ・冬休み中、家にある材料などを使って、料理 (野菜いためなど) を作る。
- どのように作ったか、料理をした感想や食べた人 (家族) の感想・声などを記録しておく。

【本時】

- ・食事は、大勢の人の心や手によって支えられていることに気づかせる。
- ・感謝の気持ちをもって、食べることができるようにする。

【事後指導】

- ・給食時間に、心を込めてあいさつし、残さず食べる実践を続けていく。
- ・家でも感謝の気持ちをもって料理を食べるよう心がける。

5 本時の学習

(1) 日 時 平成23年1月24日(月) 午後2時40分～3時25分(6校時)

(2) 場 所 5年2組 教室

(3) 目 標 生産者や自然の恵み、食事を作ってくれる人々に感謝して食べることができる。

(4) 食育の視点

- ・食生活は、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。(感謝の心)
- ・食事のあいさつは、食に関しての感謝の気持ちの表現であること。(感謝の心)
- ・感謝の気持ちの表れとして、残さず食べること、あいさつが心をこめてできること。(感謝の心)

(5) 展 開

	学 習 活 動	指 導 上 の 留 意 点	資 料 等
導 入	1 (05-05) 冬休み中に家で作った料理のことを 思い出す ・料理を作っているときや、食べて いるときに思ったこと、考えたこ と ・家族に言われた言葉や感想 ・自分が作った料理を食べてもらっ たときの気持ちや感想を発表する	・ワークシートを見ながら思い出させる ・家族がどんな気持ちで食べてくれたか 考えさせる。 ・うれしかったことや、がっかりしたこ とを思い出させる	・文科省・食生活 学習教材、 ・冬休みの友 ・ワークシート
展 開	給食をもとに、どんな人が関わって食べることができるのかを考える		
	2 (03-08) 今日の給食をふり返る ・献立名 ・何がおいしかったか などの感想 3 (10-18) 給食の調理の様子や今日の献立につ いての話を聞く 全校集会で給食委員会が発表したこ	・調理員さんたちの仕事の様子 ・今日の献立に込めた思い ・どのような食材が使われているか ・普段の給食の様子 (どのようなものが好まれるか・よく残 る料理は何か・どんなときに喜びを感 じるかなど) ・どのような内容だったか、思い出させ	・給食の写真 T2-T1 ・調理の様子の写真 ・食材の写真など ・集会後の感想を

	とを思い出させる	る	いくつか用意する
	4 (05-23) 給食に使われていた食材から、どのような人たちが関わっているのかを考える	<ul style="list-style-type: none"> ・農家の人、漁師さん、牧場の人、お店の人、調理員さん、届けてくれる人など、大勢の人の苦労や気持ちが込められていることに気づかせる 	<ul style="list-style-type: none"> ・絵で提示
	5 (05-28) 献立の材料として使われている生き物（動植物）から、それぞれの「命」を毎日いただいて自分たちが生きていることを考える	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯…米作りを思い出させる ・野菜…大塚にんじんの話などを思い出させる ・牛乳…牛乳本来の目的は ・魚、肉…生きていたものから命をいただいて食べている ・いろいろな物の命をいただき、私たちの体をはぐくむ大切な栄養にかえて生きていることに気づかせる 	<ul style="list-style-type: none"> ・絵で提示
	6 (05-33) 食事のあいさつ「いただきます」「ごちそうさま」の意味	<ul style="list-style-type: none"> ・いただきます、ごちそうさまに込められている意味を知らせる <p>「いただきます」…「私の命のために動植物の命をいただきます」の意味。偉大な自然（自然の恵み）への感謝の気持ちを表したもの。</p> <p>「ごちそうさま」…走り回って食材を用意し、料理を作ってくれた人に対して感謝の気持ちを表したもの。</p>	T2-T1
まとめ	7 (05-38) 今日の授業を通して考えたことや分かったことを発表する	<ul style="list-style-type: none"> ・自分たちが食事を作ったときに感じたことなども参考にさせる ・残さず食べること ・食べ物を粗末にしない ・食事を作ってくれる人へ「作ってくれてありがとう」という気持ちを持つ ・感謝しながら食べる 	



特別活動の授業で「感謝して食べよう」という学習をしました。

日本の食事のあいさつには、2つの素晴らしい言葉があります。「いただきます」、「ごちそうさま」です。毎日の食事のあいさつで、食べ物を大切に思う心などを少しでも感じてほしいと思います。「いただきます」・「ごちそうさま」の意味について、ご家庭でも話題にしてい



「いただきます」にこめられた意味



「いただきます」とは、「私の命のために動植物の命をいただきます」の意味からです。古くから人は自然の恵みをもって生きていました。自然の恵みとは数々の動植物の生命をもらうことです。いのちのつながり



「ごちそうさま」にこめられた意味



「ご馳走様」は「馳走になりました」のことで、「馳」、「走」とともに「はしる」の意味です。昔はお客様を迎えるのに、走り回って獲物をとってきてもなりました。そんな命がけの働きにお客様が「ありがとう」と心からの感謝の気持ちを表したものです。



月 日

今日の学習課題

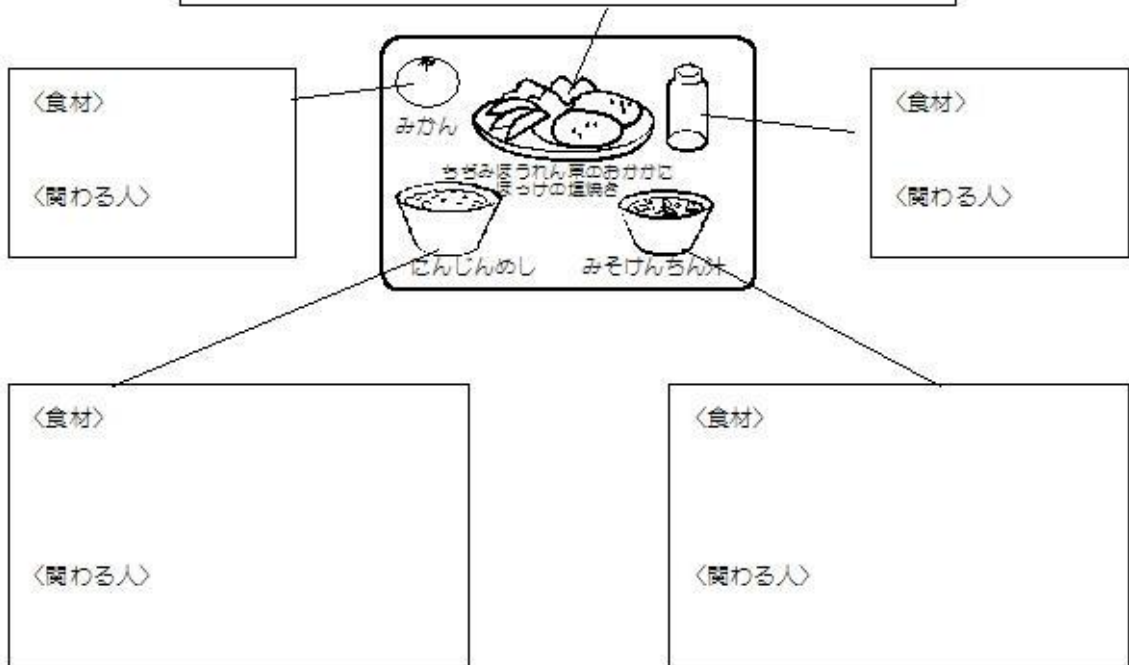
なまえ _____

【おかずを作ってみよう・冬休み】

作った料理：	
うれしかったこと	がっかりしたこと

【今日の給食】

〈食材〉	〈関わる人〉
------	--------



月 日

いただきます

ごちそうさま

(考えたこと・分かったこと)

(「感謝」の手紙を書こう)

