

指導資料



鹿児島県総合教育センター

家庭 第33号

—小学校，特別支援学校対象—

平成20年10月発行

家庭科における食育 ～学校における食に関する指導との関連を踏まえて～

1 はじめに

子どもの食育は，本来，家庭が中心となっておこなうものであるが，家族形態の変化や社会環境の変化によって保護者が子どもの食生活を十分に把握することが困難になっている。

このような背景から子どもの食育については学校の教育活動全体で取り組むべき課題であるとして，新学習指導要領にも社会の変化への対応の観点から教科等を横断して改善すべき事項として掲げられている。

なお，学校における食育の定義については，平成18年2月の中央教育審議会初等中等教育分科会教育課程部会審議会経過報告の健やかな体の育成の項で次のように示された。

食育については，食事の重要性，喜びや楽しさ，心身の成長や健康の保持・増進の上で望ましい栄養や食事の摂り方を理解していく能力，正しい知識・情報に基づいて食品の品質及び安全性等について自ら判断できる能力，食物を大事にし，食物の生産等にかかわる人々へ感謝する心，食生活のマナーや食事を通じた人間関係形成能力，各地域の産物，食文化や食にかかわる歴史等を理解し，尊重する心

などを総合的にはぐくむという観点から，食に関する指導を行うことを「食育」としてとらえ，推進することが必要である。(アンダーラインは筆者による。)

そこで，本稿では学校における食に関する指導との関連を踏まえて家庭科における食育を推進するために，学校における食に関する指導の工夫，家庭科における食に関する指導の工夫について述べる。

2 学校における食に関する指導

学校における食に関する指導は，給食の時間，特別活動，各教科等でおこなわれているが，互いに密接に関わりがあり，様々な取組が求められる。

そこで，子どもが食について計画的・体系的に学ぶことができ，学校の教職員全体が，食に関する指導の目標や具体的な取組について共通理解をもつために食に関する指導の全体計画（以下，「全体計画」とする。）を作成することが必要である。

作成にあたっては，教職員全員で食に関する指導をどのように取り組むのかを話し合い，方針をまとめる。

表1は全体計画（小学校）の例である。

表1 「食に関する指導の全体計画（例）」

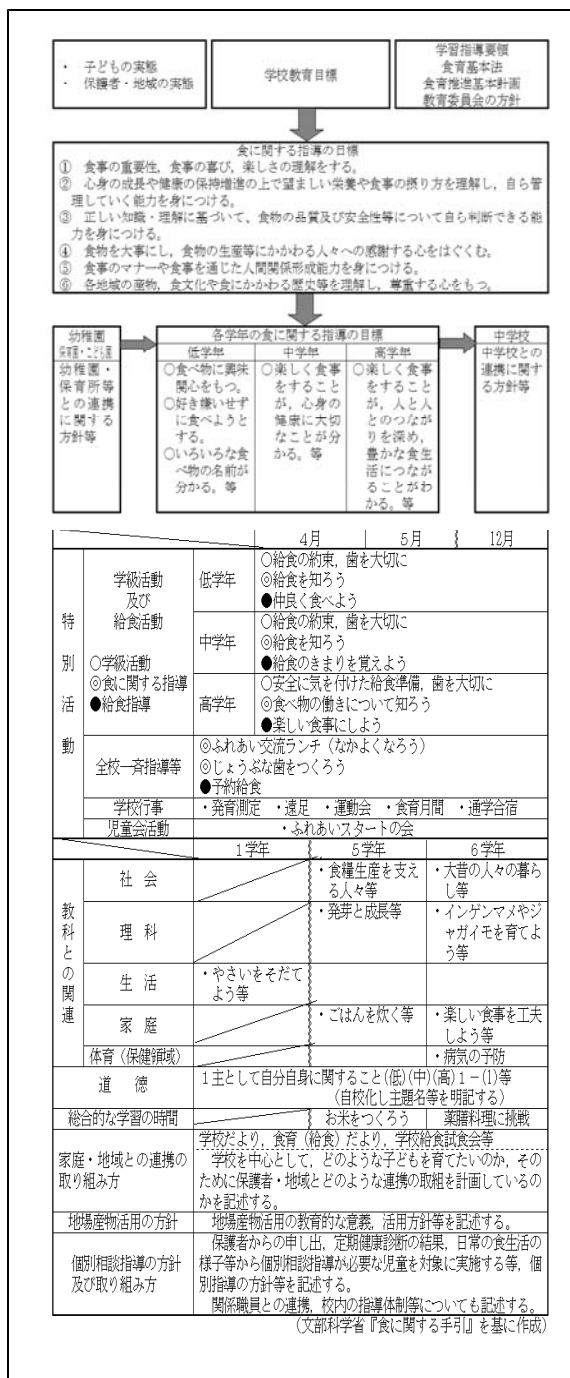


表2 「食に関する指導の年間指導計画例（第6学年）」

		4月	5月
教科・道徳・総合的な学習の時間	社会	大昔の人々の暮らし(文) ・稲作が伝わったころの様子や道具等について調べ、米飯の起源について関心を深める。	
	理科	インゲンマメやジャガイモを育てよう(感) ・教材として栽培したインゲン豆等を取扱い、保護者や地域の方々の協力を得ながら総合的な学習の時間を使って調理する。	
	家庭	朝食を作ってみよう(重・健・選) ・単に1食分を考える学習ではなく、簡単な調理の学習と関わらせた単元であり、日常生活で実践できるようにする。	
	体育科(保健領域) 道徳	発育測定(健)	父の背中(社) ・家族愛
他教科 総合的な学習の時間	道徳	薬膳料理に挑戦(重・健・文) ・地域の様子の散策(薬膳) ・薬膳園を作る(学校周辺の散策) ・薬膳の効能を調べる(理科で収穫して、家庭で調理)	
	特別活動	給食の時間における食に関する指導 ・給食の働きについて知ろう(重・文・健) ・朝食の役割 ・節句料理と由来(行事食) ・歯の健康(カミカミ献立) 楽しい給食時間にしよう(社) ・給食の準備(衛生・安全・能率を考えて) ・明るく落ち着いた雰囲気作り	
特別活動	学級活動	安全に気をつけた給食の準備(健) 運動と栄養(健) 成長期に必要な栄養(健) 朝食の大切さ(重)	
	学校行事等	発育測定(健)	運動会(社)
献立作成の配席	旬の食材	はれいしょ、お茶、たけのこ、にんじん、そらまめ、にら	
	地域産物の利用 食文化の伝承	はれいしょ、お茶、たけのこ、にんじん、そらまめ お花見献立 端午の節句	
家庭・地域との連携	その他	入学進級お祝い献立	
		食育だよりの発行 ・朝食の大切さ ・食事の量	

()は、食に関する指導の内容を示す。
 (重) 食事の重要性 (健) 心身の健康 (選) 食品を選択する能力
 (感) 感謝の心 (社) 社会性 (文) 食文化 (社) 食文化 (文部科学省『食に関する指導の手引』参考)

このような学校全体の取組の中で、家庭科の役割として重要なことは、家族の一員としての視点を持ちながら、4年生までに総合的な学習の時間や関連する教科等で学んだことを具体的な生活に結びつけて食に関する知識や技能等を身に付けさせることである。

3 家庭科における食に関する指導の工夫

学校における食に関する指導の内容として文部科学省『食に関する手引』に示された内容と家庭科の目標・内容（食に関する部分）の関連を表3に示した。

学校における食に関する指導の内容の全

そして、全体計画を踏まえて、各学年の食に関する指導の年間指導計画（以下、「年間指導計画」とする。）を作成すると、各単元ごとのねらいや、指導内容の配列を明確にすることで連携が図り易くなる。

表2は小学校第6学年の年間指導計画の例である。

てが家庭科の内容と直接関わりがあり，家庭科が食に関する指導を推進するには，指導計画の作成や指導において食に関する指導の内容のどの部分に該当するかを整理して，関連を十分に図ることが重要である。

表3 「学校における食に関する指導の内容と家庭科の目標・内容」

食に関する指導の内容	家庭科の目標・内容 (学習指導要領からの抜粋)
○ 食事の重要性	【目標】 衣食住などに関する実践的・体験的な活動を通して，家庭生活への関心を高めるとともに日常生活に必要な基礎的な知識と技能を身に付け， 家族の一員として生活を工夫しようとする実践的な態度を育てる。 (1) 家庭生活と家族 ア 家庭には， 自分や家族の生活を支える仕事 があることが分かること。 イ 自分の分担する仕事を工夫すること。 ウ 生活時間の有効な使い方を考え，家族に協力すること。 エ 家族との触れ合いや団らんを 楽しくする工夫 をすること。 (4) 日常の食事への関心 ア 食品の栄養的な特徴を知り，食品を組み合わせてとる必要があることが分かること。 イ 1食分の食事を考えること。 (5) 簡単な調理 ア 調理に必要な材料の分量が分かり，手順を考えて調理計画を立てること。 イ 材料の洗い方，切り方，味の付け方及び 後片付け の仕方が分かること。 ウ ゆでたり，いためたりして調理ができること。 エ 米飯及びみそ汁 の調理ができること。 オ 盛り付けや配膳 を考え， 楽しく食事 ができること。 カ 調理に必要な用具や食器の安全で衛生的な取り扱い及び こんろの安全な取り扱い ができること。
○ 心身の健康	
○ 食品を選択する能力	
○ 感謝の心	
○ 社会性	
○ 食文化	

関係の深い内容をゴシックと矢印で示している。(川崎市教育委員会作成参考)

- ア 食物を大事にし，食物の生産等にかかわる人々へ感謝する心をもつために家族の中で主に食事を担当する人や給食に関わっている人達へ感謝の言葉をカード等で伝える。
- イ 食品や栄養について，より具体的に理解し生活に生かすために日常の食事に加えて給食を教材として活用する。
- ウ 各地域の産物，食文化や食に関わる歴史等を理解し，尊重する心をもつために教材に地場産物や郷土料理を取り入れる。
- エ 五感を通して，食について学ぶために，食事を観察したり，食品や調理過程における味・香り・色や食べ方，盛りつけ等にも気付かせる。(例えば，生のほうれん草とゆでたほうれん草の違いを目で，鼻で，耳で，手で，口で感じたことをまとめさせたり，食卓に身近な花を飾るなど)
- オ 専門の立場からの指導をしてもらうために栄養教諭等との連携を図る。家庭科の学習内容を踏まえて必要なところをTTを組むなど。

(3) 実践例

食に関する指導の内容との関連を明確にした実践例として第6学年「みんなが元気になる〇〇小の7月の給食の献立を考えよう。」について述べる。

実践例 (小学校第6学年)

(1) 指導計画の工夫

指導計画の工夫として，全体計画や年間指導計画を十分に踏まえ，家庭科のどの項目で，学校における食に関する指導内容を指導するかを，あらかじめ考慮した指導計画の作成が挙げられる。(実践例参照)

(2) 指導の工夫

子どもたちは，農業体験に乏しく，生産者の顔が見えない状況にあることや，地産地消の考え方等の理由から，以下のア～オの指導の工夫が大切である。

【指導計画】
 題材 みんなが元気になる〇〇小の7月の給食の献立を考えよう。
 目標 栄養的なバランスを考えた1食分の献立の作成ができ，生活の中で生かすことができる。
 食に関する指導の内容との関連
 (重) 食事の重要性，(感) 感謝の心
 (健) 心身の健康，(選) 食品を選択する能力
 (社) 社会性，(文) 食文化

主 題	時 間	全11時間
1 毎日の家族での食事を調べ，給食献立表と比較して気付いたことを話し合う。(重)(健)	1時間	
2 食事の献立を立てるときに，どのようなことを考えればよいかを話し合う。(健)(選)	1時間	
3 栄養教諭に栄養的なバランスについての助言をもらいながら1食分の食事計画を考える。(重)(感)(選)	1時間	
4 立てた食事計画について話し合う。(健)(選)	1時間	
5 食品の栄養的なバランスを考えながら食事計画を見直す。(健)(選)	1時間	
6 立てた食事計画をもとに，調理計画を立てる。(健)(選)	1時間	
7 調理計画にしたがい，1食分の食事の調理実習をする。(重)(感)(健)(選)(社)(文)	2時間	
8 学習したことを生かして，給食の献立を考える。(※本時)(重)(感)(健)(選)(社)(文)	1時間	
9 これからの食事に生かしたいことを話し合う。(重)(健)(選)(社)	1時間	
10 家庭で実現したことについて，発表する。(重)(感)(選)(社)	1時間	

【本時の実際】(9/11時間)

- (1) 主題 学習したことを生かして、給食の献立を考える。
- (2) 目標 栄養的なバランスを考えた1食分の給食の献立の立て方を工夫することができる。
- (3) 食に関する指導の内容

〈重〉食事の重要性、〈感〉感謝の心、〈健〉心身の健康
 〈選〉食品を選択する能力、〈社〉社会性、〈文〉食文化

過程	時間	主な学習活動	教師の具体的な働きかけ
見 つ め る ・ つ か む	10 分	1 自分の考えた給食の献立について考える。	○ 自分の考えた献立を7月の給食の献立に取り入れてもらうことを事前に伝え、前時までに自分の給食の献立を友達に紹介し、感想カードを使って交流をさせておく。
		2 食事作りで大切なことを確認する。 (栄養的なバランス・多くの食品等) 〈重〉	○ 友達の考えた献立のよさや改善点に気付かせる。
調 べ る ・ 深 め る	30 分	3 本時のめあてをつかむ。 みんなが元気になる〇〇小の7月の給食の献立を考えよう。	○ 見通しをもって学習に取り組めるようにするために、学習の手順を提示する。
		4 栄養教諭 の話聞いて考える。 ○オ ・ 調和のよい食事の整え方 ・ 旬、県内産の食材の取り入れ方	○ 給食には、たくさんの人がかかわっていることに気づき 感謝 の気持ちをカードに書かせる。 〈感〉 ○ア ○ 栄養について給食や日常の食事を例にして栄養教諭に話をしてもらおう 〈健〉 ○イ ○ 鹿児島県の農畜産物・海産物のポスターや展示してある野菜を参考にして、旬の 食材 や 県内産の食材 を積極的に取り入れることができるよう助言する。 〈選〉 〈文〉 ○ウ
		5 感想カードの質問やアドバイスを参考にして献立を見直す。	○ 身近なところに栄養豊富な食材がたくさんあることに気づき、身近な地域にも目を向けていこうとする気持ちを高める。
		6 立てた献立を紹介し、意見交換をする。	○ 工夫したことを明確にさせる。 お互いのよい点を評価し合い、どこをどのように工夫すればよいかを考えて、意見を交換するように助言する。
見 直 す ・ 生 か す	5 分	7 本時のまとめをする。 給食の献立を考えるには、みんなの健康や成長のために、栄養的なバランスを考えることが大切だ。 〈健〉	○ 家族の健康を考えながら、自分なりの思いをもって考えを深め、ノートにまとめさせる。 〈社〉
		8 本時の学習を振り返り、実践への意欲をもつ。	○ 学習したことを生かして、家庭でも実践していこうという意欲を高めることができるように助言する。

【本時の実際】の**ア**、**イ**、**ウ**、**オ**は前頁で述べた指導の工夫を表している。なお、実践例では給食との関連を図っているが、各学校の実態等によっては弁当づくり等に置き換えると取り組みやすい。

(鹿児島市立田上小学校の指導案を基に作成)

4 おわりに

今回は、小学校を中心に述べてきたが、特別支援学校においては、一人一人の障害の状態や発達、生活の状態が異なることから、ここで述べた指導の工夫を参考にして実施していくことが望ましい。

なお、家庭科における食育を推進するためには、これまでの実践を生かしつつ、学校における食に関する指導内容を考慮した指導計画を立て、他との連携を十分に図りながら、子どもたちの生活に生かそうとす

る能力や実践的態度を育成することが大切である。

【参考文献】

- 日本家庭科教育学会編『家庭科からひろがる食の学び』2005トメス出版
 文部科学省『初等教育資料No.804』平成18年1月
 文部科学省『食に関する指導の手引』平成19年3月
 鹿児島市立田上小学校研究公開資料 平成19年6月
 川崎市教育委員会川崎市小学校教育研究会「子どもがかかわる・子どもがつくる・子どもが営むよりよい生活」をめざす家庭科・家庭科における食に関する指導について
 平成20年2月
 (教職研修課)