

家庭科における食生活に関する指導

～和洋女子大学との連携～

奈良 歩

令和4年度、食生活に関する特別授業を中学部2年生を対象に実施した。本授業は、和洋女子大学家政学部健康栄養学科の布川研究室と連携して行い、食料の生産、流通及び消費など、食に関わる人々の存在について理解を深めることを目的とした。本授業では、日本の食文化と持続可能な食生活について学び、千葉県市川市で栽培された野菜を使用した給食の試食を行った。ワークシートの記載内容や授業時の発言から、本授業を通して食生活に関する意識の変化等の結果を得ることができた。また、教員や学生からの感想から、次年度以降の実施に向けての改善点を明らかにしている。

キー・ワード：食育 地産地消 食文化 大学との連携 実施時の配慮

1 はじめに

平成17年に食育基本法が制定され、第一章 第五条では、「子どもの教育、保育等を行う者にとっては、教育、保育等における食育の重要性を十分自覚し、積極的に子どもの食育の推進に関する活動に取り組むこととなるよう、行われなければならない。」と示されている。また、第六条には「食料の生産から消費等に至るまでの食に関する様々な体験活動を行う」とも示されている。本校中学部では食育に関する学習は技術・家庭科が大部分を担っている。技術・家庭科の中では、技術分野の「生物育成」で夏野菜の栽培を実施したり、家庭分野で、「日常食の調理と地域の食文化」の学習をしたりすることで、食料の生産から消費に関わる知識・技能を身に付けている。いずれも本校中学部では2年生の時に学習を行っている。さらに、生産者の工夫や苦労を理解し、食料に関わる人々への感謝の気持ちや、環境への配慮を理解することを目的とし、食育の授業を展開したいと考えた。

また、本校には栄養教諭は配置されておらず、栄養の指導に関わる教員は養護教諭と家庭科教諭が主となる。栄養教諭は、「児童生徒の栄養の指導及び管理をつかさどる」教師として、校長のリーダーシップのもと食に関する指導における全体計画の作成や実践等で中心的な役割を果たすと示されている（文

部科学省, 2019)。そのため、子どもたちへの栄養教育や食育指導を専門分野としている、和洋女子大学家政学部健康栄養学科の布川美穂助教と布川研究室の学生（以下、学生）の協力を得て、本校中学部2年生を対象に食に関する特別授業を実施することにした。

2 実施内容

(1) 学生の授業参観

生徒の実態把握を目的とし、普段の生徒の様子を学生が参観する機会を設定した。参観する授業は、日常食の調理の中で実施した「豚肉のしょうが焼き」の調理実習である。

生徒の実態把握を目的としていたが、生徒が直接、学生に調理のコツや器具の扱い方を学生質問する場面が見られ、生徒と学生がコミュニケーションをとる機会になり、生徒の聞こえや発音について学生が具体的に知るきっかけとなった。

この調理実習の中で、汁物を加熱している鍋の中にお玉を入れたままにしている生徒がおり、学生から「危ないよ」と声をかけられる場面があった。その際に、「何が危ないと思う？」と教員が質問をし、生徒の口から「お玉の柄が溶ける、熱くなる」という答えを引き出す時間があった。生徒にすぐ答えを教えるのではなく、生徒自身の思考を促す発問を意

識して授業をしていることを学生に伝え、特別授業をする際にもその意識を大切にしてほしいということを伝えた。

(2) 学生との打ち合わせ

生徒の実態把握を踏まえ、学生が当日の授業の指導案を作成した。聴覚障害を有する生徒に対する配慮として、以下の内容を意識するよう指示をした。

・教科書の内容の取捨選択

ゆっくりはっきりと話すため、健聴の生徒に対する授業よりも時間がかかることを考慮し、教科書の細かい部分まで網羅するのではなく、重点を置くポイントを決めて授業を行う必要があることを伝えた。今回の内容の場合、教科書内に資料として示された、ユネスコ無形文化遺産に和食が登録されたという内容に関しては、今回の授業のポイントとした地域の食文化に重きを置くため、割愛することにした。

・大きな数値をイメージしやすくする工夫

学生は事業系食品ロスや家庭系食品ロスの割合を示した円グラフのみを用いる予定だったが、より分かりやすい数値で示すため、日本で廃棄される食品の量を「一人当たり、毎日お茶碗一杯分の食品を捨てている」など、イメージしやすい量で示すように変更を促した。

・思考を促す発問

フード・マイレージについては、外国から自分たちが住んでいる地域に食品を運ぶときや住んでいる地域内で食品を運ぶ場合の輸送方法を考えさせ、距離が短くなるとその分 CO₂ の排出が少ないということに生徒が気付けるような発問を入れるようにした。

また、布川研究室のゼミに参加し、模擬授業の様子を確認し、話すスピードや書く時間と聞く時間を分けることを確認した。

和洋女子大学の規定により、フェイスシールドや

透明マスクではなく、不織布マスクを着用したままの授業となるため、伝えたいことが視覚的に分かるよう、スライドを作成し、大切な部分はもう一度提示をし、確認ができるようにした。

(3) 当日

和洋女子大学の食堂を借用して給食体験を実施すること、大学進学を考えている生徒が多く、大学構内の様子を知りたいという生徒の意見があったことから和洋女子大学の講義室を使用して授業を実施した。

当日の流れと内容は Table 1 の通りである。本校中学部では、2 年生の技術・家庭科の授業は通常、3・4 校時に設定している。他の授業や 5 校時の授業に影響が出ないよう、当日も通常の日課に合わせたスケジュールを組み実施した。

Table 1 特別授業当日のタイムスケジュール

時間	実施内容
3 校時 10:40~	「持続可能な食生活についての授業」 食品ロスの現状と規格外野菜について学習する。 フード・マイレージについて学習し、地産地消の大切さを理解する。
4 校時 11:15~	「日本の食文化と和食の調理についての授業」 地産地消の長所や行事食について学習する。 農家の方へのインタビュー動画から野菜の栽培の難しさを知る。 学生の援農体験の様子から野菜の栽培から収穫までの苦勞を知る。
12:30~	「給食体験」 市川市で採れた野菜を用いた献立を試食する。

当日は家庭科教員の他、学級担任が同行した。手話通訳を担当が行い、生徒への発問や学生と生徒の

やりとりの補助を家庭科担当が行った。スライドに伝える内容を簡潔に入れているため、スライドに表示されていない内容にのみ、通訳を付けるようにした。

3校時は、「持続可能な食生活」についての授業を実施した。食品ロス日本の状況を学習し、その中で、場合によっては捨てられてしまう規格外野菜について取り上げた。その際に、体験的な活動として、はてなボックスの中に規格外野菜を入れ、生徒に何が入っているか考えさせるクイズを実施した。生徒の回答は画用紙に記入することで、学生側にも生徒の意見が確実に伝わるようにした。

規格外野菜について、実際に見て触れたあとに、農家の方のインタビュー動画を視聴した。動画の内容を振り返ることができるように、要約を表示するようにした。動画の中で、規格外野菜を取り扱う業者に納品したり、肥料にしたり、生産者自身が食べたりするなど、捨てない工夫について理解することができた。

休憩時間には、学生の名前の手話表現を生徒が教えるなど、コミュニケーションをとる様子が見られた。

4校時は、「日本の食文化と和食の調理」についての授業を実施した。3校時のフード・マイレージに関する学習を踏まえ、地産地消について取り上げた。その際に、千葉県産の農作物を当てる〇×クイズを実施した。その中で、千葉県では里芋の生産量が多いことに触れ、その後の郷土料理の学習において、里芋を使用した「いももち」について紹介することで、地域の食文化について知る機会となった。

地産地消のメリットとして、生産者と消費者の繋がりがあることについて知った上で、農家の方のインタビュー動画を視聴し、消費者の近くでおいしい野菜を作りたいという生産者の思いを知ることができた。

1学期に実施した、技術科の夏野菜の栽培を取り上げることで、土作りの大変さを自分たちの経験と併せて意識することができた。

学生の援農体験の様子から、千葉県の特産物であ

る里芋が店頭で並ぶ前の様子や栽培の大変さを理解することができた。



Fig.1 授業の様子

給食体験では、インタビューを実施した農家の方の畑で収穫された大根と人参を用いた献立を提供した。本校はミルク給食を実施しているため、牛乳は学校から持参したものを配膳した。今回の献立は、大根カレー、卵スープ、フルーツヨーグルト、牛乳である (Fig.2)。



Fig.2 提供された給食

盛り付けは学生が行い、生徒はカウンターに並んで食事を受け取る形で配膳をした (Fig.3)。できるだけ、通常の給食をイメージしやすいように、下膳まで生徒が行うようにした。



Fig.3 配膳の様子

3 生徒の様子と効果

(1) 農家の方のインタビュー動画について

生徒たちは農家の方のインタビュー動画をきっかけに、天候に左右される農業の大変さとその努力を感じる機会となった。食品の生産について知ること、生産者への感謝の気持ちをもって食べたいという意識の高まりがみられた。以下、農家の方のインタビューを通して理解したこと感じたことについて、生徒の感想の代表的な記述を挙げる。

- ・農業は自然の影響を大きく受けるため、予測が難しく、農業を始めるのは勇気の要ることだと思った。
- ・土作りが野菜のおいしさに繋がり、農家の方が土作りにこだわってくれているので、おいしい野菜が食べられるということが分かった。
- ・地産地消には、消費者が生産者の顔や人柄を知って安心して食べられ、生産者は消費者の「おいしい」という声を聞きやすいというメリットがあることが分かった。
- ・農家の方の苦勞を知った分、感謝して食べたいと思った。

(2) 給食体験について

事前のアンケートの中で給食のイメージを問う部分では、「温かい食事を食べられる」、「同じ物を友達と一緒に食べると楽しいと思う」など、前向きなイメージがある中で、「嫌いなものを無理やり食べさせられる」「まずいイメージ」などのマイナスなイメージをもつ生徒がいた。給食体験を実施後に同じ質問をしたところ、「給食は残せないのが苦手なものが出たら、と考えてしまう」という意見もあったが、「おいしかった、家でも作ってみたい」「農家の大変さを知ってから食べたため、いつもより野菜がおいしく感じられた」「苦手な食べ物はあるが、できる限り残さないようにしようと思う」などの、今回の授業を踏まえ、生産者への感謝の気持ちや食品ロスを減らそうという意識の高まりが感じられる記述が多くみられた。

4 まとめと今後の展望

和洋女子大学との連携では、学生の授業参観や学生との打ち合わせにおいて、生徒の興味・関心や聴覚障害に対する配慮について伝えたことで、授業の理解を深めることができたと考えられる。本授業の目的である、食料の生産、流通及び消費など、食に関わる人々の存在について理解を深めることができ、有意義な活動であったと感じる。

技術・家庭科だけでは実施ができなかった、給食体験や栄養学について学ぶ学生の視点からの授業を実施できるという点において、和洋女子大学等の大学と家庭科が連携して授業を実施することの効果は大きいと感じる。

令和5年度以降も継続して本活動を行うにあたり、いくつか改善点が明らかになった。

まずは、生徒と学生の交流の時間が少なかった点である。生徒の実態をより理解した上で食育を行えるよう、事前の授業参観や授業当日に生徒と学生との交流の時間を設ける必要があると考える。

また、給食体験では、林間学校以来の全員が同じ食事をとる機会となり、その中で、食事のマナーや食べる量の調節など、普段の学校生活では気付けない課題を発見する機会となった。宿泊行事等に関わらず、普段の昼食時の指導の内容を工夫する必要があると感じた。

令和5年度以降、中学部技術・家庭科では、中学2年生を主な対象とし、和洋女子大学と連携して食育を推進していく予定である。令和4年度の実践を基に、より効果的な授業や体験を提供していきたい。

〔謝辞〕

本研究で報告した取組は、和洋女子大学家政学部健康栄養学科の布川美穂助教、鯨岡みどり助教、布川研究室の学生の協力を得て実施されたものであり、ここに関係各位に感謝申し上げます。

〔付記〕

本研究は、筑波大学附属聴覚特別支援学校研究倫

理審査委員会の承認を受けて実施されたものである。

〔参考文献〕

- 農林水産省（2015）食育基本法（平成 27 年 9 月 11 日最終改正）
文部科学省（2019）食に関する指導の手引―第二次改訂版（平成 31 年 3 月）