

11	海部	あま市立甚目寺南中学校 大治町立大治中学校	ウキガイ ナナ 名前 浮貝菜那 タケムラ イクミ ○竹村郁美
----	----	--------------------------	---

分科会番号	10	分科会名	家庭科教育
-------	----	------	-------

研究題目

よりよい生活の実現と持続可能な社会の構築に向け、自ら工夫し創造する生徒の育成

研究要項

1 はじめに

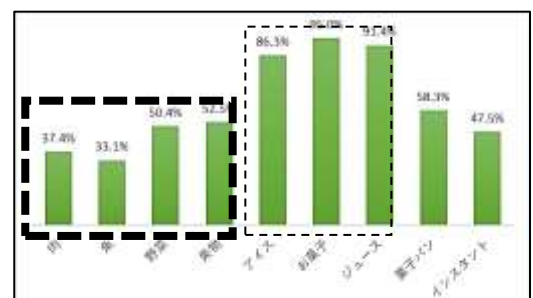
私たちは、たくさんの食品が身の回りにあふれ、欲しい物をいつでも好きなだけ手に入れることが可能な社会で生活している。スーパーマーケットやコンビニエンスストアでは、たくさんの商品が並べられており、数多くの種類の中から好きな食品を選び、購入することができる。調理に手間がかからない調理済みの食品やレトルト食品なども、現在は当たり前のように販売されており、手軽に食べられる食品がより身近なものとなっている。また、実際に店に足を運ばなくても、インターネット上で食品を選んだり買ったりすることができる便利な社会となった。近年では、オンラインで商品を選んだり注文したりして、各家庭に配達することができる仕組みを利用している人も増えている。

近年、食品の選び方が多様化するなかで、店や家庭から出される大量の食品ロス問題や、食品中に残留する農薬の安全面についての問題などが指摘されている。他にも、加工の程度が非常に高いファストフードや清涼飲料水、菓子パンなどの「超加工食品」への依存が、健康面に悪影響を与える可能性があるという課題なども挙げられている。2024年6月には、農林水産省及び環境省より、2022年度の食品ロス量の推計値が公表された。「2022年度の食品ロス量は472万トン（前年度523万トン）、このうち、食品関連事業者から発生する事業系食品ロス量は236万トン（同279万トン）、一般家庭から発生する家庭系食品ロス量は236万トン（同244万トン）」という結果であった⁽¹⁾。「持続可能な開発目標（SDGs）」の中では、2030年までに、店や消費者によって捨てられる1人当たりの食品の量を半減させることを掲げており、国際的にも食品ロス削減に向けての意識が高まっている。

毎日欠かさず摂取する物だからこそ、食に関する学習を通して、自分でよい物を見分ける力を身につけることが重要である。自分自身で食品を選ぶことが、持続可能な社会に繋がることを意識させ、学習したことを実生活において実践しようとする生徒の育成が必要であると考えます。

2 研究目的

本校生徒の食生活に関する実態を知るために、アンケート調査を実施して、「店で選んだり買ったりしたことがあるもの」という質問をした。調査の結果、「アイスクリーム・お菓子・ジュース」などの加工食品を店で選んだり、買ったりした経験がある生徒が多く、「肉・魚・野菜・物」などの生鮮食品を選んだり、買ったりした経験がある生徒は、加工食品に比べて少ない傾向があった（図1）。食品を選



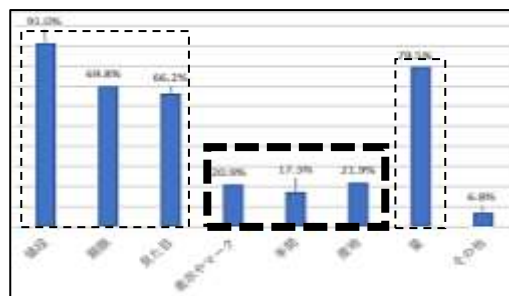
【図1 店で選んだり買ったりしたことがあるもの】

ぶときに気をつけることについて質問したところ、「値段・期限・見た目・量」と答えた生徒が多かった（図2）。

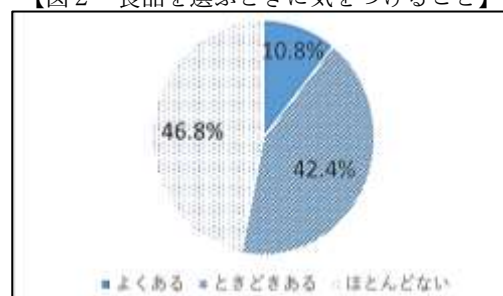
さらに、「食事を残すことがあるか」という質問に対して、「よくある」「ときどきある」が53.2%、「ほとんどない」が46.8%であった（図3）。「よくある」「ときどきある」と答えた生徒に、食事を残す理由を質問したところ、「量が多すぎる」「苦手なものがある」「食べる時間が少ない」という意見が多くみられた。

この結果から、本校生徒の食生活に関する意識として、食品を購入するときには、値段や期限、見た目や量を重視するものの、食品に付いている表示やマーク、産地は意識しにくい傾向があると考えられる。食事を残すことに対する意識については、好き嫌いや料理の量、食事の時間を理由に、半数の生徒が食事を残す傾向がある。食生活の学習を通して、食品の選び方の視野を広げることで、持続可能な社会との関わりに気づき、実生活において自分にできることを考えさせたい。

本校1年生の給食の様子は、ご飯や牛乳、野菜などを中心に、大量の給食が残ってしまうことが多い。中学校の食生活分野の学習において、食品ロスについて学習を行うと、その授業直後は生徒の意識が高まる。しかし、授業で学習するだけでなく、毎日の生活と結び付けて考えたり、よりよい食生活のために行動できるようになったりすることが大切である。このことから、家庭科の授業で学習した知識を実生活で生かすために、食品に関する学習内容と実生活をより結び付けて考えさせられるような手立てが必要であると考えた。



【図2 食品を選ぶときに気をつけること】



【図3 食事を残すことについて】

3 研究構想

(1) 目指す生徒像

本校生徒の実態をふまえ、以下のように目指す生徒像を設定する。

【目指す生徒像】

自分自身の生活を振り返ったり、さまざまな視点から食品について学習したりするなかで、食品の選び方や食品ロスなどを見直し、持続可能な社会について考えることができる生徒

(2) 研究仮説

3(1)で示した目指す生徒像を実現するために、研究仮説を以下のように設定する。

仮説① 題材を貫く学習課題の設定

題材を貫く学習課題を設定することで、自分自身の生活を振り返ったり、持続可能な社会との関わりに気付いたりすることができるだろう。

仮説② ICT機器の活用

ICT機器を使うことで、活発に意見交流をすることができたり、さまざまな視点から食品について学習し、自分の考えを見直したりすることができるだろう。

仮説③ ワークシートの工夫

ワークシートを工夫することで、食品の選び方について自分自身の変容に気づき、よりよい食生活の実現に向けて考えることができるだろう。

以下の指導計画をもとに、授業で手立てを实践した。

時数	単元	【学習課題】 ○学習内容	研究仮説
1	食品の選び方	【食品の選び方を考えよう】 ○ 条件に合わせた食品の選び方を考え、食品を選ぶときに自分が重要視するポイントを考える。	① ② ③
2	食品ロス	【身近な食品ロスについて考えよう】 ○ 食品ロスの実態について知り、自分や他者の考えを生かして、食品ロスを減らす方法を考える。	②
3	生鮮食品の特徴	【生鮮食品の特徴を知ろう】 ○ 旬の良さや、食品に付いている表示やトレーサビリティ制度などの安全面の工夫について知り、生鮮食品の特徴を考える。	
4	加工食品の特徴	【加工食品の特徴を知ろう】 ○ 食品添加物の役割や、期限の見方について知り、加工食品の特徴を考える。	②
5	食品の保存と食中毒	【食品の適切な保存の仕方を知ろう】 ○ 食品の適切で安全な保存の仕方について知り、食中毒を防ぐための方法を考える。	
6	まとめ	【食品の選び方について振り返ろう】 ○ 単元を学習した後に、自分の食品の選び方について振り返る。	② ③

4 研究の実際

(1) 担当学級

中学校第1学年 A～E学級(160名)

(2) 題材

題材名「身近な食品を目的に合わせて、無駄なく選べるようになろう」

(3) 授業実践の実態







仮説①：題材を貫く学習課題の設定

スーパーマーケットなどで、食品を選んだり購入したりする場面を想定した学習課題を、題材を貫く課題として設定することで、普段の食品の選び方について見直すことができるようにした。さらに、食品を多様な視点から学習することで、生徒が持続可能な社会との関わりに気づき、考えを深めることができるよう工夫した。

本題材では、食品を選択する場面を想定した学習課題として、「毎日飲む牛乳」「サラダに使うきゅうり」「家族でおやつに食べるプリン」の3つの場面を設定した(図4)。それぞれの場面に値段、量、期限、見た目、材料、表示などが異なる選択肢を用意した。第1時では、ICT機器を利用して、自分なりの視点でそれぞれの食品を比較したり、生徒同士で話し合いを行ったりした。第2時から第5時にかけては、食品ロス・生鮮食品や加工食品の特徴・食品の保存について学習することで、さまざまな視点から食品の選び方を考えることができるようにした。

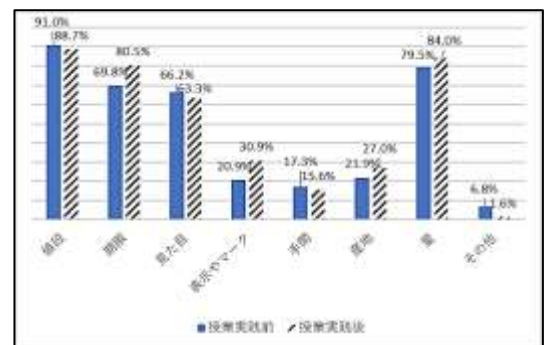
また、事前にアンケートを行った中で、食品ロスについてよく知らない生徒も多くいた。そこで、第2時では、食生活の分野で最初に食品ロスの内容について学習し、日本や世界の実態について学んだり、自分が食品を残すことについてどう思うか意見交流をさせて、給食についての食品ロスを減らす方法を考えさせたりした。題材を通して、食品について持続可能な社会の視点で考え続けることができるようにした。

…生徒の発言や、ワークシートへの記入内容

①毎日飲む牛乳	②サラダに使うきゅうり	③家族でおやつに食べるプリン
<p>牛乳A 値段は高い、期限が長い</p> 	<p>きゅうりA 値段は高い、愛知県産でJASマーク付き</p> 	<p>プリンA 3個セット、添加物含む</p> 
<p>牛乳B 値段は安い、期限が短い</p> 	<p>きゅうりB 形が不揃い、地元産で農薬不使用</p> 	<p>プリンB 1個のみ、添加物なし</p> 
<p>期限が短いと 飲みきれない</p> <p>安いほうがお得</p>	<p>きゅうりC 値段は安い、地元以外の国内産</p> 	<p>地産地消</p> <p>添加物は体に悪い</p> <p>JASマークとは？</p>

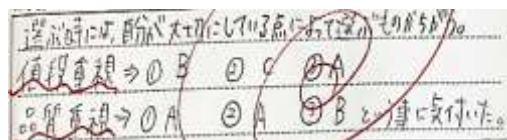
【図4 第1時と第6時で生徒が比較した食品】

その結果、第1時と第6時の食品の選び方に変化が見られた。第1時では、普段の買い物の視点で選択したため、「値段」「量」を考慮して選択することが多い傾向があった(図5)。第2時から第5時まで学習を進めることで、第6時では「期限」「表示やマーク」「産地」の項目を選ぶ生徒が増加したため、より多様な視点から食品を選ぶ意識が高まったと考えられる。食品ロスについて学習したことから、食品の「量」を意識する大切さに気付いた生徒もいた。



【図5 食品を選ぶときに気を付けること】

さらに、第1時では値段重視で選んでいた生徒が、第6時になると、食品添加物について注目したり、賞味期限やJASマークの意味を考えたりしていた。振り返りにおいても、「食品を選ぶときには、値段重視・品質重視など自分が大切にしている条件によって選ぶものがちがう」と、自分の選び方を見直すことができた(図6)。他にも、「値段の安さ以外に、賞味期限を見るなどいろんな視点から見て決めることが大切」「マークなども重要ということを知り、大きいものを選ぶのではなく、いろいろ見比べて買おうと思った」という学習した視点を生かした振り返りも見られた。



【図6 振り返りシート】

以上の結果から、食品を選んだり購入したりする場面を想定した学習課題を、題材を貫く課題として設定することで、普段の食品の選び方について見直すことができたと考えられる。また、第2時で食品ロスについて学習したことにより、題材を通して持続可能な社会の視点で考えようとしている様子も見られた。

以上の結果から、食品を選んだり購入したりする場面を想定した学習課題を、題材を貫く課題として設定することで、普段の食品の選び方について見直すことができたと考えられる。また、第2時で食品ロスについて学習したことにより、題材を通して持続可能な社会の視点で考えようとしている様子も見られた。

仮説②：ICT機器の活用

ICT機器の機能を活用して、学習前の生徒の食に関する意識を知るためにアンケート調査を行ったり、食品を検討する際に、イラストや写真などを見て、視覚的に比較しやすいよう工夫したりした。さらに、他者の意見をふまえて自分の価値観を見直し深めていくために、意見交流を行う方法としても活用した。第1時や第6時では、ICT機器のアンケート機能を活用することで、結果をグラフ化して共有し、話し合い活動の参考にさせたり、食品のイラスト同士を並べてICT機器に映すことで比較しやすいようにしたりした(図7)。第4時では、家庭で食品のパッケージを集めたものから、表示やマーク、原材料など自分が見て気になることをインターネットで調べるときに使用した(図8)。



【図7 ICT機器で比較した様子】

アンケートに答えた後、その場で集計結果を確認することで、意見交流がしやすく、他者の考えを知ることができたため、活発に意見交流を行い、自分の価値観を見直すことに繋がった。また、インターネットで食品に関する情報を調べたことで、興味のある内容について



【図8 生徒が調べた食品のパッケージ】

より詳しく調べたり、新しい知識を獲得したりすることができた。以上より、ICT機器を活用することは、意見交流を行ったり、自分の考えを見直したりすることに有効な手立てであると考えられる。

仮説③：ワークシートの工夫

学習前と学習後の、自分の考えの変化や深まりに気付かせるためにワークシートを工夫した。選択した食品と選んだ理由を、1枚のワークシートの中で、第1時と第6時で比較できるようにすることで、視覚的に変容が分かりやすいようにした(図9)。まとめの学習では、「添加物」「地産地消」などの学習や、調べたことの中から、具体的な言葉が書かれるようになった。

【図9 生徒が使用したワークシート】

さらに、第6時の振り返りでは、「買った後にどう使うか計画を立てたり、捨ててしまう部分をより少なくできる料理を考えたりすることも大切だ」と購入した後のことも意識した振り返りが見られた(図10)。第2時の食品ロスの学習を生かしており、食品を選ぶ上で、持続可能な社会との関わりの方で考えられるようになった。

【図10 第6時の振り返り】

このことから、学習前と学習後の考えを比較しやすいよう、1枚のワークシートにまとめさせることで、題材を通して食品の選択に関する自分自身の考えの変容に気付かせることができた。

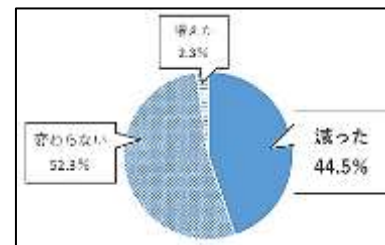
5 成果

(1) 持続可能な社会に対する意識の高まり

題材を貫く学習課題を設定したことで、生徒の食品の選び方についての見方や考え方を深めさせることができた。これまでのように、値段重視の視点だけで選ぶのではなく、食品に関する安全性や持続可能な社会の視点などとの関わりに関心し、よく見たり、よく考えたりしてから選ぶ大切さを学習した生徒が多かった。

(2) 食品ロスに関する意識の変化

授業実践後、食事を残すことに対する意識についてアンケート調査を行った(図11)。食事を残すことが「減った」と答えた生徒が44.5%となり、食品ロス削減に向けて、半数近い生徒の意識が高まり、実生活において実践しようとしていると推察される。さらに、食品ロス削減のために自分ができることを具体的に考えさせた。冷蔵庫に入っているものを確認する、期限を見てから買う、食べられる分だけ購入する、外食するときは食べられる量を注文する、残すのではなく先に減らすなど、解決方法を考えることができた(図12)。



【図11 食事を残す回数や量について】



【図12 食品ロスを減らすためにできること】

6 課題

学習内容の定着と実生活での活用

学習した知識をさらに家庭などの実生活でも生かせるように繋げていく必要がある。家庭でお弁当を作って持ち寄る「お弁当の日」という取組や、長期休暇や休日などで、実際に食品を選んだり、買ったりする学習課題を設定するなどして、意識の継続に向けていきたい。

【引用・参考文献】

- (1) 消費者庁「令和4(2022)年度食品ロス量推計値の公表について」
https://www.caa.go.jp/notice/assets/consumer_education_cms201_20240621_0001.pdf