

19	安城	明和小学校	名前 石原舞子
分科会番号	10	分科会名	家庭科教育

1 研究主題

食に対する興味をもち、自ら食に関わる楽しさに気付くことができる児童の育成

2 主題設定の理由

本校は、元気で明るく、生き生きとした児童が多い。学校行事や校外学習、児童会活動など、校内の取り組みを子どもたちが主体となって進めており、学校全体がはつらつとした空気に包まれている。給食の時間に各学級を巡回していると、給食の感想や献立に組み込んでほしいメニューを栄養教諭に伝えるなど、食べることに對して関心が高い。しかし、給食の感想を具体的に聞いてみると、どの児童も「おいしかった。」と同じような答え方であり、食事の味や食品に含まれる栄養素といった点には着目していないように思われる。また、中には喫食前に主菜、副菜、汁物を全て食缶やバットに戻し、主食のみ口にしたり、野菜や魚などの苦手な食べ物には一切手を付けずに、給食の時間が終了するのを待ったりする児童の姿も見られ、食べることが自分の健康につながるという意識が十分でないことを感じた。「食に関する指導の手引き -第二次改訂版」第一章にあるように、食は人間が生きていく上で欠かせないものである。子どもたちが、日常における食事の時間に、食品や栄養素、彩りや味付けなどに興味をもち、わくわくしながら食べることは、その人生をより生き生きとしたものにつなぐと考える。そこで、食に対してより一層興味をもち、食の大切さや自ら食に関わる楽しさに気付くことができる力を高めたいと考え、本主題を設定した。

3 研究主題に向かう手だて

- 手だて① 全校朝会における「めいわ3分クッキング」の実施
- 手だて② 「めいわ3分クッキング」に関する掲示コーナーの作成
- 手だて③ 「めいわ3分クッキング」のレシピを活用したお楽しみ授業の実施

4 主題に向かう手だての実践

(1) 全校朝会における「めいわ3分クッキング」の実践(手だて①)

本校が在する安城市は、チンゲン菜やきゅうり、大豆、いちじく、梨といった地場産物が多く栽培されており、愛知県の中でも農業が盛んな地域である。また、本校の学区はのどかな自然と肥沃な土地に恵まれ、一年を通して豊かな農作物がよく採れる。学校においても、4月から5月頃には5年生児童が学校の周辺で新たまねぎの収穫体験をし、全校児童全員に新たまねぎが配ら

れる。9月から10月頃には、1・2年生が地域の方々の協力のもと、さつまいも掘りを行っている。しかし、給食の時間に児童に「今日の給食には安城市の食べ物が使われているが、何か分かるか。」と問うと、「分からない。」といった答えが返ってきた。「おいしい。」という感想は積極的に栄養教諭に伝えることから、食に関する興味関心はあると考えられる。より地域の食材に愛着をもち、自ら食に関わる楽しさを感じられるように、次のような実践を行った。

本校では、学期に2回ほど、オンラインで全校朝会を行っている。児童は各学級で大型テレビを通じて校長や児童の話の聞いている。こうした環境を活用し、子どもたちが家で実践できるような料理を栄養教諭が実演する「めいわ3分クッキング」を実施することにした。第1回は、5月に学区で栽培され、地域の方から提供された新たまねぎを用いて「新たまねぎのおかじょうゆあえ」を作った。栄養教諭が主に調理をし、校長にアシスタント役を依頼して進行をした。レシピについては、①小学生が自分で作ることができる②一般的に家庭に常備されている調味料や調理器具を使用している③ガスコンロを使わず電子レンジ調理が可能である④アレルギーのある児童に配慮したもの、といった、4つのポイントを押さえた上で選定した。全校朝会では、5分程度の時間で全学級にリアルタイムで調理の様子を配信した。(資料1)

第1回では、時間短縮のため、たまねぎをあらかじめ4等分しておき、すぐに皮をむくことができるように準備をした。校長が順序を説明しながら、栄養教諭が調理を進めた。(資料2)電子レンジで加熱をする時間は3分程度かかるため、その間、たまねぎを食べると身体にどんな良いことがあるのかを紙芝居形式で用いて説明した。そして加熱終了後、調味をし、完成したものを画面に映して終了という流れであった。また、9月には、第2回として、1・2年生が栽培したさつまいもを用いた「さつまいもの茶巾しぼり」を紹介した。「新たまねぎのおかじょうゆあえ」と同様に4つのポイントを押さえた。この「さつまいもの茶巾しぼり」には、牛乳を使用した。乳アレルギーの児童は豆乳を使用してみるとよい旨を配信で伝えた。さらに2月には、安城市で



【資料1 全校朝会における配信の様子】



【資料2 調理の実演の様子】

多く生産され、3年生が1年間を通して総合的な学習の時間で調べているチンゲン菜を用いた「チンゲン菜のツナあえ」を紹介した。配信を重ねるたびに、全校朝会終了後には多くの児童が「先生、早くレシピが知りたい!」と栄養教諭に伝えにくるようになった。また、「次の放送はいつなの?」と料理の紹介を楽しみにする児童も見られた。この実践により、児童の食に関する興味がより高まったと考える。

(2) 「めいわ3分クッキング」に関する掲示コーナーの作成(手だて②)

より児童の実践意欲を高めるために、全校朝会の配信に加え、「めいわ3分クッキング」で使用した紙芝居と、配信後に画用紙にまとめたレシピを掲示するコーナーを作成した。(資料3)第1回の「新玉ねぎのおかかじょうゆあえ」について、玉ねぎのはたらきやレシピを掲示した時には、児童が給食の時間に「玉ねぎって、食べると血が



【資料3 掲示コーナー(第1回)】

サラサラになるんだよね。」と栄養教諭に話しに来た。なぜそのことを知っているのか聞くと、「掲示コーナーを見たから。」と話していた。また、第2回の「さつまいもの茶巾しぼり」の掲示コーナーでは、児童がマイタブレットを用いてレシピを撮影していた。(資料4)後日、児童は「お母さんとお家で作ってみた。おいしかった。」と話し、自宅で作ったさつまいもの茶巾しぼりの写真を



【資料4 掲示板を撮影する様子】



【資料5 児童が作った茶巾しぼり】

見せてくれた。(資料5)また、「家で作ってみたよ。すごく簡単だった。お母さんと作りながら、『レシピの一口大ってどれくらいなのかとか、もう少し詳しく書いてあるといいね』って話したよ。」と家庭での様子を伝えにくる児童もいた。

このように、掲示コーナーを通じて「めいわ3分クッキング」の内容をいつでも確認できるようにしたことで、家庭での調理実践につながり、食や調理に関わる楽しさを感じる姿がみられた。

(3) 「めいわ3分クッキング」のレシピを活用したお楽しみ授業の実施(手だて③)

2学期には2年生から、「収穫したさつまいもを使って、何か作りたいな。」といった声が上がった。掲示コーナーにちょうどさつまいもの茶巾しぼりのレシピが掲示してあったことから、学級担任と連携し、お楽しみ授業として調理実習を行った。なお、調理の楽しさを感じる児童がより一層増えたら、という思いのもと、ペア学級として交流している4年生と一緒にいった。(資料6)調理活動では、2年生、4年生のそれぞれの学級担任とともに進行をした。主に児童への指示を学級担任が行い、調理の手本をみせるのは栄養教諭が行った。子どもたちは、身支度、手洗いを済ませた後、一通りの調理手順を聞き、6人1組で調理を始めた。さつまいもを6人で譲り合い、順番につぶしている姿や、ラップを切る作業に苦戦している姿、4年生の児童が2年生に多めに茶巾しぼりを食べさせてあげている姿が見られ、楽しみながら活動をしていた。また、活動の後に2年生が書いた絵日記には、「とてもおいしかったです。またたべたいです。



【資料6 お楽しみ授業の様子】



【資料7 2年生児童の絵日記】

さいこうでした。」(資料7)と書かれていた。また、「つぶすのにとっても力があるので、大変だった。」「洗い物をするのは初めてだった。」「家でもまた作ります。」といった感想を書いた児童もいた。さらに、3学期には3年生が収穫したチンゲン菜を活用して、「チンゲン菜のツナあえ」を作った。4人1組で調理を行い、レンジで加熱したチンゲン菜の水分を協力し合ってしぼる姿や、ツナとチンゲン菜を慎重に混ぜる姿がみられた。お楽しみ授業で作ったさつまいもの茶巾しぼりやツナあえは、児童によって明和小学校の先生たちにおすそわけされた。

このように、「めいわ3分クッキング」の実施や掲示コーナーをきっかけとして、食について興味をもち、自ら食に関わる楽しさを実感する児童が増えてきた。

5 成果と課題

今回の実践を通して、食により一層興味をもち、自ら食に関わる楽しさに気付く子どもが増えてきたことを実感した。その一方で、手だての弱さや足りなさも見えてきた。

手だて①の実践においては、「地域の野菜を調理する様子を生で見せる」という経験が、子どもに「食」に対する興味を喚起するきっかけになったものと考えられる。しかし、栄養教諭と校長の2人体制で放送を行ったため、「先生たちの料理を紹介する場」と見なされてしまい、一部の子どもたちにとっては、自身が参加しようという意識の高揚に繋がりにくかったかもしれない。全校放送後には、「3分クッキングのアシスタントはできないの?」「3分クッキングで味見をしてみたい。」という子どもからの声もあったため、今後は「子ども参加型」にする方法を発展させていきたいと考えている。調理された食事の食レポを行うなど、子どもたちが自分の言葉で、料理の見た目や味、食感などについて伝える場面があれば、参加した子どもたちも見ていない子どもたちも、より興味を高めるに違いない。また、自分たちと同じ年代の子どもが料理に取り組んでいる姿を目にしたら、多くの子どもたちが「自分にもできる」と考え、「自分も家でやってみたい」と考えるのではないだろうか。この参加型が、最終的には「子どもたち自身が自分の創作料理を紹介する」という形に広がっていくことを期待したい。

手だて②の実践では、掲示コーナーにおいて調理法について確認する場をもつことで、資料4、5のように進んで調理に挑戦しようとする児童の姿が見られた。そこで今後は、3分クッキングのレシピ掲示だけでなく、児童や家庭との双方向のやり取りができる仕組みづくりを検討していきたい。今回は、画用紙に書いたレシピを掲示するのみであったため、児童が実際に家庭で調理してみたのか教師側からは分かりにくかった。そこで、次回以降は、掲示コーナーにICTを活用することを考えている。例えば、アンケートを作成し、児童がマイタブレットを用いて次のレシピのリクエストをしたり、実際に家庭で作った感想を送ったりすることができるようにする。また、レシピの動画配信を行ったり、全校朝会の様子を録画し、QRコードにして掲示したりして、児童が、家庭でいつでも動画をみながら調理を行うことができるようにする。これにより、さらに料理への壁を取り払い、家庭と連携しながら食への学びを深めていけるものと考えられる。

手だて③の実践では、全校朝会以外で3分クッキングのレシピを活用する機会を増やしていきたい。今回は、学級担任の先生のご厚意でお楽しみ授業にレシピを取り入れていただき、多くの児童が調理の楽しさに触れるきっかけを作ることができた。今後は、お楽しみ授業のほかにも、

各教科等で扱えるようなレシピを実演していきたい。例えば、1年生の国語科単元「サラダでげんき」では、「りっちゃんの元気サラダ」というものが登場する。安城市でとれるきゅうりを用いてこのサラダを3分クッキングで再現し、国語科の単元の学びを定着させたり、横断的な学びを発展させたりといった方法が考えられる。

「めいわ3分クッキング」において、食に関するわくわくする取り組みを行うことにより、児童から「学校でもらったたまねぎを使って、家でたまねぎのおかかじょうゆあえを作ってみようかな。」「さつまいもの茶巾しぼりは、すっごく簡単に作ることができたよ。」「次の3分クッキングは何を作るの?」「先生、本当に3分で作れるの?自分もやってみようかな。」といった声が挙がった。3分クッキングはアイデア次第で、全校を巻き込み、食が楽しいと感じる子どもたちを育てられる可能性を秘めていると考える。今回の3分クッキングの実践では、児童に身近な地域の食材を活用し、実践しやすいレシピを選定した。テレビ番組をイメージした親しみやすい構成にして「食」、「調理」、「栄養」をアピールすることにより、児童の食に対する興味を引き出すことができた。しかし、食と健康との関連を伝えることについては、まだまだ不十分である。実際に調理を自宅で行うなど、食べることの楽しさを知り、自ら食に関わろうとする姿勢は児童の様子から見られたが、食べものにはそれぞれ栄養素や心身の健康とのつながりがあることには気付いていないように感じられる。今回芽生えた食への興味を基盤として、健康との関係性など、さらに食への探究心を児童が強くすることができるような取り組みを、今後も考案していきたい。

6 参考文献

「食に関する指導の手引き」 文部科学省 平成31年3月