

## 兵庫教育大学での 取り組み

大学院修士課程行動開発系

そして、ほぼ全ての食育推進指定校から「食育を実践して良かった」「児童生徒、教職員や保護者の知識理解や食行動の変わりが見られる」「栽培や調理などの体験活動が極めて有効である」「学校の評価が高まった」などと報告されています。

## これからの食育

食が関わる健康問題や食料需

加東キャンパスには「スチューデントファーム」を整備し、大学院生や学部生、教職員らが野菜を育て、収穫の喜びを分かち合い、「自分で栽培した作物は好き嫌いなく食べられる」という児童生徒の気持ちを実感しています。

教育コースに専門科目「食育の考え方と進め方」を開講しています。現職の教員や栄養職の教員である大学院生たちは食育の研究課題に取り組み、成果を挙げています。一方、学校教育学部でも必修科目「特別活動論」に食育（学校給食）を学習するカリキュラムを組み込んでいるほか、生活・健康系コースに関

給の問題が現代の社会的課題であることは、食育基本法が指摘しています。元国立民族学博物館館長の石毛直道さんは、「調理」と「共食」の有無によって人が動物かに分けられると言われています。調理する人、共食する人が減少している現代は、人が人の定義から遠ざかってきているようです。食を取り巻く環境は効率化、グローバル化が進むにつれさらに悪化していくことが懸念されています。食の問題は、個人の健康や家庭の在り方から社会の経済・文化的な問題にまで広がりを持ち、食育はそのような状況に対応するための一石ともいえます。

真剣に取り組めば、成果が目に見えるのが食育です。小学生は、自ら進んで活動し学ぶようになり、実践してよかったです。教員や保護者も実践してよかったです。時間がかかり準備も大変ですが、「食の大切さ」を忘れかけた大人も子どもも食育の場集い続ける必要があります。何より、実践すれば楽しいのが食育ですから。



**主**に教科学習のために使用する第1ファームと、学生らが自由に季節の野菜や花を栽培できる第2ファームがあります。ファームのスローガン「植える感動 育てる感動 食べる感動～みんなで土を味わおう～」の下、学生たちは栽培から収穫、調理までを通して食育に対する理解を深めています。地域の人たちから種苗の植え付けや土づくりを習うなど交流を深めています。

What's  
スチューデント  
ファーム？







## 食育とは

食育とは「食の大切さを学ぶこと」といえます。そして、「食の大切さ」は「食べるものの大切さ」と「食べるものの大切さ」の二つに分けられます【図参照】。栄養バランスを理解して食べることは健康増進の基本です。食べることを楽しみ生活リズムを保つこと、一緒に食べることを通して家族や友人とつながりを持つことも同じように大切です。

食卓に並ぶ食べものは、調理した人の思いと技、食材を生産した人の工夫や努力の結果です。食料需給も大切です。そして、食べものは物質循環、食物連鎖に支えられた自然の恵みであり、人々の歴史が育んだ文化そのものです。

このようにさまざまな領域にわたって学びを広げ、内容を理解し、食の大切さに気付くようにすることが食育です。

## 学校での取り組み

「食育」という言葉は、平成17(2005)年に食育基本法が制定されたことにより社会に浸透しました。食育の背景や経緯、目的は同法に示されており、前文には「子どもたちが豊かな人間性をはぐくみ、生きる力を身に付けていくためには、何よりも『食』が重要である」と記されています。

兵庫県では同法制定の翌年度に「学校における食育実践プログラム」を作成し、食育推進の基本的な考え方を次の5項目にまとめました。

- ▼食育の目的の第一は「食への関心を高め、適切な知識と選択する力を習得し、健全な食生活を実践できる人間を育てる」ことにある
- ▼体験的な理解を通して、食の持つ多様な側面に気づき、「食」の大切さを学ぶことができる取組を行う

### 教育最前線

# 学校における食育のポイントと課題

平成17(2005)年に食育基本法が制定され、学校現場や家庭に「食育」という言葉は定着しました。食育は、栄養や食事マナーといった狭い概念ではなく、健全な食生活、食文化の継承、農業体験、食の安全など「食」に関する活動全般を視野に入れています。



ます ざわ やす お  
**増澤康男**

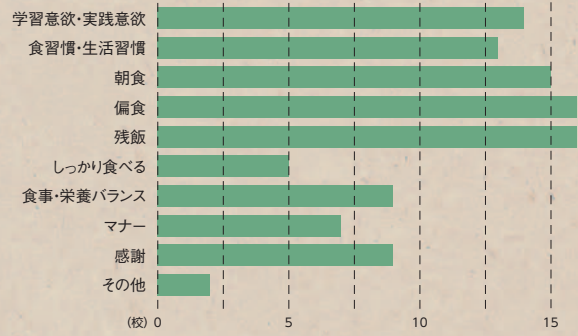
授業実践リーダーコース教授

- ▼食育は、各教科、特別活動、道徳及び総合的な学習の時間など、学校教育活動全体で実践する
- ▼学校と家庭で連携して取り組む

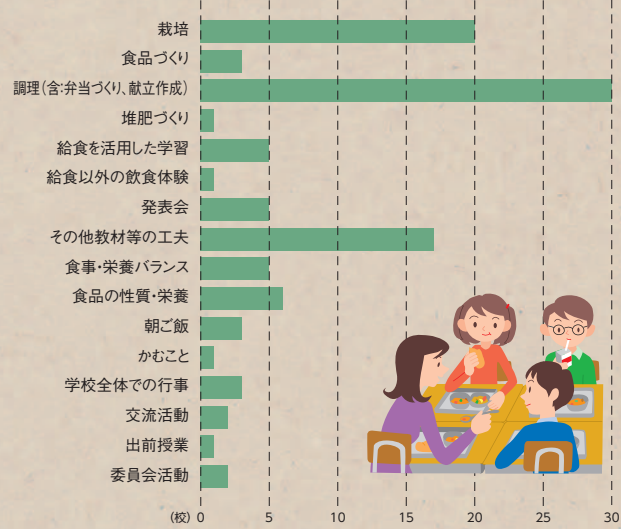
▼児童生徒や地域の実態に即した指導目標を設定し、評価する



### 児童生徒の考え方や生活・行動面で変化した点



### 児童生徒が積極的に取り組んだ活動・学習内容



### 保護者からの質問

**Q1** 最近、「共食」という言葉をよく聞きますが、どういう意味ですか。

**A** 本来は、祝い事や収穫祭で神に供物をそなえ、それを共に食べるという意味ですが、今日では「誰かと食を共にする」という意味でも使われています。第2次食育推進基本計画では重点課題の一つ

として「家庭における共食を通じて子どもへの食育の推進」と記されています。共食の利点には、「コミュニケーションを取りながら楽しく食べられる、栄養バランスの良い食事を食べられる、食事マナーやあいさつの習慣が身に付くなどが挙げられます。「何を作ろうか?」「おいしかったね」といった会話も含まれます。最近ではライフスタイルや家庭の様態が多様化し、家族そろって食卓を囲む機会が少なくなりましたが、できることか

**Q2** 地元で生産されたものを地元で消費する「地産地消」のメリットは何ですか。

**A** 生産者と消費者の距離が近いということは、食材がどのように生産されたのかが分かりやすく、より新鮮なものを手に入れやすくなります。また、食料自給率の向上や農山漁村の活性化を図るためにも重要です。学校でも、地場産物を学校給食に活用したり、生きた教

ら始めてみましょう。

**Q3** バランスの良い食事にするためにはどうすればいいですか。

**A** 米(ごはん)を主食に、魚や肉などの主菜、野菜、海藻などの副菜といった多様なおかずを組み合わせる「日本型食生活」がおすすめです。栄養バランスに優れているだけでなく、全国各地の農林水産物を多彩に盛り込んでいるのが特徴です。脂質の過剰摂取の抑制や食料自給率の向上、古くから育まれてきた食文化の継承にもつながります。主食、主菜、副菜の組み合わせを意識すると、栄養面はもちろん、見た目にもバランスの良い食事になります。

**A** 米(ごはん)を主食に、魚や肉などの主菜、野菜、海藻などの副菜といっ



↑ごはん(主食)に、汁物と主菜、副菜といったおかずを3品そろえた食事のことを「一汁三菜」といいます。栄養バランスを取りやすい料理構成とされています



あつみ たかみ  
**安積貴美**

附属小学校栄養教諭

↓3年生の社会科では生産者を招いて野菜作りについて学びました

### 附属小学校の取り組み



**附**属学校では「楽しくおいしく食べてほしい」との思いから、縦割り給食やペア学年給食、幼稚園との交流給食などを行っています。献立には、できるだけ地域の食材を使用し、郷土食や行事食も盛り込んでいます。また、教科とも連携しながら、発達段階に応じた指導に取り組んでいます。給食の時間には6年生が家庭科で考えた「みんなが喜ぶ給食」を実施し、子どもたちがその日の献立について校内放送で紹介しています。楽しい給食の思い出をたくさんつくりながら、自分の健康は自分で守れるようになってほしいと願っています。



# より良い食育に向けて

## よくある Q&A

食育の重要性は理解していても、子どもたちに好影響をもたらすためにはどのような方法がいいのかと悩んでいる学校教員や保護者は少なくありません。効果的な食育実践に関する質問にお答えします。

※グラフは兵庫県教育委員会の食育推進指定校等へのアンケート(回答69校)より



きしだ えつ  
**岸田 恵津**

行動開発系教育コース  
[応用生活系教育分野(家庭)]教授

### 教員からの質問

**Q1** 食育は児童生徒にどのような効果がありますか。

**A** 兵庫県教育委員会が食育推進指定校等を対象に実施した調査によると、日頃食べているものや食事に対して関心を持ち、食の大切さに気付くようになった、栄養バランスについての知識や理解が深まったといった効果が表れました。

これに伴い、好き嫌いをなくそうという意欲が見られ、給食の食べ残しが減ったり、また、朝食を見直すなど食習慣をはじめとする基本的な生活習慣や態度にも変化が見られました。

**Q2** 子どもが積極的に取り組める食育の活動はありますか。

**A** 調理実習、野菜や米の栽培、給食の活用など体験的に実感を持った学習活動に興味関心を持つて積極的に取り組

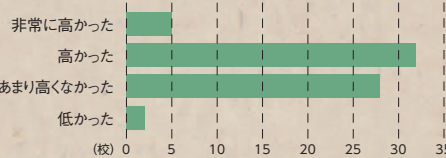
みます。重要なこととは作って食べるだけでなく、明確な指導計画を立て、学習相互間の関連を図ることです。

**Q3** 食育の実践を通して、教員や保護者にも考え方に変化が見られますか。

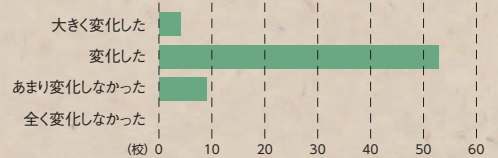
**A** 児童生徒と共に食育に取り組むことで、多くの教員が食の大切さを再認識し、食育に対する意識が高ま

りました。給食の試食会や食育の授業参観、食育だよりを通して、保護者の意識も向上しました。しかし、あまり変化しなかったという回答もありましたので、学級通信や家庭学習などでの働き掛けも必要です。

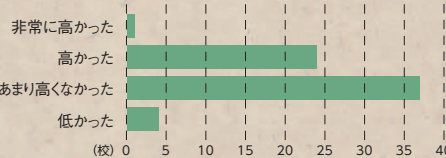
教員の食育に対する意識



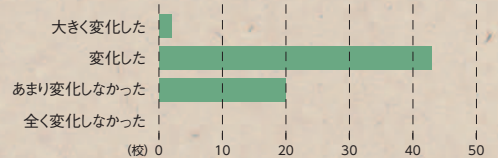
実践を通じた教員の意識の変化



保護者の食育に対する意識



実践を通じた保護者の意識の変化



### 食育の授業実践例

#### ふるさと絵屏風



→混色や筆使いなどを工夫しながら、お年寄りから聞き取った内容を表現しました

**滋** 賀県立大学地域づくり教育研究センターの上田洋平研究員が開発した「ふるさと絵屏風」は、その当時を知る人の記憶をもとに、地域の皆で力を合わせて昔の暮らしの様子などを絵に描いて、屏風に仕立てるものです。完成後、絵解きなどを通して地域の歴史や文化を継承し、ふるさと意識を高めることを目指します。

兵教大の大学院生が姫路市の小学校で5、6年生の総合学習の時間に、食を題材にふるさと絵屏風の授業を実施し、昔の農村生活を描いた絵屏風を作りました。地域のお年寄りを招いて食事を兼ねた絵解き会を開き、交流を深めました。



↑子どもたちは保護者や地域の人たちと昔の食事を体験することで、食が地域の自然環境と深く関わっていることに気付きました