

1 研究の内容

食育部会では、栄養教諭が行う授業や給食に関連した実践を報告する。なお本校では、栄養教諭が直接関わる活動だけでなく、各教科の学習や「てつがく創造活動」などで食に関係した活動はこれまでも広く行われてきた。育てた野菜を使って料理をする、火を起こして野外調理するなどのダイナミックな活動も展開されてきたのだが、今年度は感染症拡大防止のため、こうした活動が制約を受けたことは子どもたちの食の経験という意味合いで大きな影響があったと捉えている。

(1) 本部会のテーマと、全体テーマ「学びをあむ」との関係について

食育部会のテーマは「食をみつめる 自分をみつめる」である。このテーマには、大きく2つの思いをこめた。一つは「食に対して能動的な児童」を育てることである。「食に対して能動的な児童」とは、本校の食育の全体計画に記載された、食育で目指す子どもたちの姿である。以下に具体的な内容を示すが、普段食べているものやその背景にある事柄にも目を向け、食を楽しみながら食べ物と自分の関わりを考え続ける姿を意味している。食育部会もこの考え方を土台に、子どもたちが食を楽しむ経験を重ね、食を多様な視点でみつめられるようにすることを意識し、研究テーマの「食をみつめる」という言葉にその思いをこめた。

もう一つは、食を自分のこととして捉えてほしいという思いである。これまでの実践や子どもたちの日々の様子から、食の場面での子ども

たちの本音と建前に目が向くようになった。例えば食育の授業で「残さず食べる」「好き嫌いしないで食べる」などとプリントに書いた子どもたちが、給食時には苦手なものを全く口にしなかったり、極端に量を減らしたりする姿が見られるのである。こうした現状から、いかに自分の課題として捉え、本音と向き合って自分なりに折り合いをつけるかということが食育で取り組んでいきたいテーマとなった。2015年度から本校で取り組んだ新教科「てつがく」の研究も、栄養教諭の取り組みを改めて考える機会となり、食育においても当たり前のことに立ち止まり子どもたちが考えを聴き合う時間も大切にしていきたいと思うようになった。本音も語れる空間で考えを聴き合い、そこで自分とは異なる視点や新たな視点に出あうことが、自分をみつめ直し、自分の食を考え続ける姿につながっていくと考える。

子どもたちが様々な食の経験を重ねて食の視点を増やしていくこと、さらに考えを聴き合うなかで自分の食に対する考えをみつめ直し、必要に応じて考え方を更新していく姿、それを食育における「学びをあむ」姿であると考えている。

(2) 今年度の研究について

今年度の給食は、感染症拡大防止を目的に、教室の机を前に向けて話さず食べるという方法を取り、密集を避けた準備・片づけの時間の確保や配膳のしやすさの観点から料理の品数を減らして実施してきた。昨年度まで栄養教諭は、給食時間に教室で料理の感想を聞いたり食の話題に触れたりすることで、給食にこめた思いを伝えたり、子どもの考えから新しい給食のヒントを得たりしていたのだが、今年度は食べている様子を見守る状況になった。

これまで子どもたちが友だちと会話しながら楽しそうに食べていた給食時間から一変した今、できなくなったことに目を向けがちだが、このような状況だからこそ食を楽しむ気持ちを一層大切にしていきたいと考えた。会話しながら食べる楽しさだけでなく、食を楽しむ様々な視点を提案していくことで、子どもたちが自ら楽しむ方法を見出していくことにつながると考えている。よって今年度は、研究テ

本校の食育の全体計画より

「食に対して能動的な児童」4つの姿

- ・画一的に与えられた量を食べるのではなく、味や栄養、自分が食べられる量について考えて食べる。
- ・食べたことがないものや食べ慣れていないもの、嫌いなものでも、少しずつ食べようという意識をもつ。
- ・人によって味の好みの違いや文化の違いがあることを尊重する。
- ・食に対して興味をもち、日常から情報を取り込む意識をもつ。何より、食を楽しむ気持ちをもつ。

マのもと、食を楽しむ気持ちをもつということに焦点をあて、実践を行った。

なお、教育実際指導研究会当日は、以下の2(1)(2)の実践を中心に報告する予定である。

2 実践からみた子どもたちの姿

(1) 旅行に出かけづらい状況だからこそ、給食に日本各地の料理を取り入れる ～給食で旅行気分～

子どもたちが給食時間の新しい過ごし方に慣れてくると、話さずに食べ、時間になったら片づける姿を見ながら、食の楽しみを持っていただろうかと感じるようになった。静かに食べる空間では、当たり前だが子どもたちの笑顔も見られない。感染拡大防止を第一にしながらい、食を楽しむ視点を増やすことを意識し、「給食で旅行気分」と称して日本各地の郷土料理や特産品を使った料理、名物料理などを月に2～4回取り入れることにした。旅行に出かけづらい状況が続いた今年度だからこそ、各地の食文化に興味をもち、新しい味や料理に出あう楽しみに目を向けるきっかけになるのではないかと考えた。



菊の花と枝豆のごはん
芋煮

みそ煮込みうどん
名古屋風 鶏の甘辛揚げ
キャベツのあえもの (愛知県)

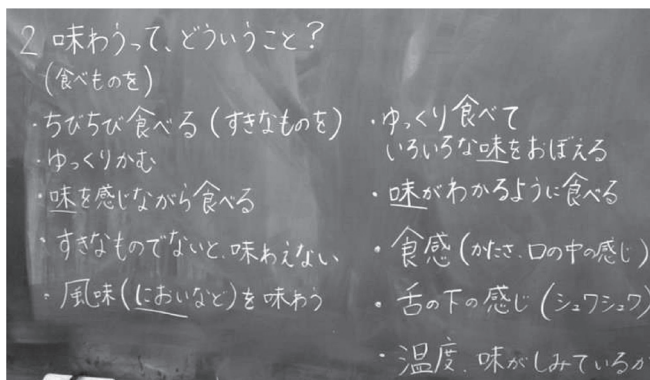
ラ・フランスのケーキ (山形県)

献立表を見て「これってなに？」と栄養教諭にたずねる子どもや、「おばあちゃんちで食べたことある。」と献立をきっかけに祖母の住む県の話をする子どももいた。食べ慣れない食材や味に「ちょっと今日のは…」と子どもたちが言葉を濁す日もあったが「旅行に行った気分になりました。」「この作り方を知りたい。」などという声も聞くことができた。

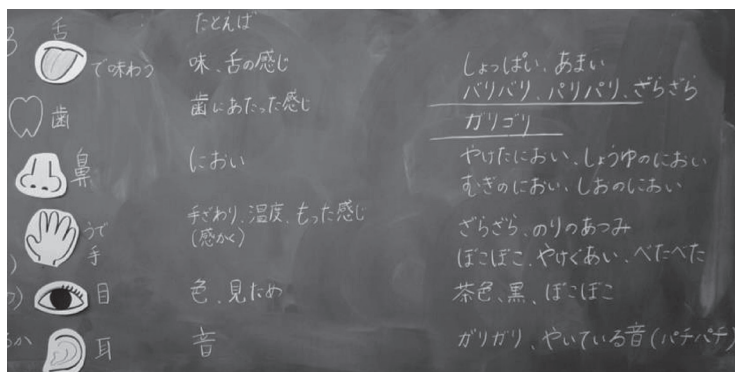
(2) 話さずに食べる今だからこそ向き合わせたい「自分」～3年「味わうって、どういうこと？」～

友だちと話さずに食べる状況だからこそ、食べている自分と向き合う時間にしてほしいと考え、本実践を行った。給食をただ食べる時間で終わらせるのではなく、どんな食べ物が使われているかということや、食感や味などを感じながら、食べる時の感覚に目を向ける経験をさせ、それを味わう楽しみへとつなげていきたいと考えた。

授業のはじめに、子どもたちに「味わうって、どういうこと？食べるとは違う？」と問いかけると、「すきなものをちびちび食べること。」「ゆっくりかんで食べること。」「味を感じながら食べる。」などという声があった。数人の考えを聞いてから、各自がプリントに考えを書く時間をとった。



全体で考えを共有すると、ゆっくり食べることや、味を感じながら食べるという発言に続いて、食べ物のおいしさや食感、舌の感覚、料理の温度などにも子どもたちの視点が広がっていった。そこで、舌だけでなく鼻や手、目や耳などからだの様々な場所で料理を味わっていることを確認し、「せんべいを食べたときはどうだろう？」とせんべいの写真を見せて子どもたちに問いかけた。



子どもたちは「舌だけじゃなくて歯でもわかるよ！歯でバリバリってわかる。」「それは耳でもわかるんじゃない？」「あと、歯はおせんべいのざらざらもわかる。」などと食べる時の様子を思い浮かべながら考えていた。授業の最後に、授業を踏まえてこの日の給食を食べ、感じたことを書くという課題を出した。

給食を食べた子どもたちのプリントを見ると、食感やおい、食べ物の相性などにも目を向けて料理について具体的に書いていた。その料理が好きか苦手かということとはまた別の視点からも食べ物と向き合っていたと感じられる。

授業のあと、子どもたちの授業中の発言やプリントの記述をもう一度振り返った。「味わうってどういうこと？」という問いに「好きなものでないと、味わえない。」と答えた子どもがいた。苦手なものでも感覚に意識を向けて食べることはできるものの、好きなもの、おいしいものだからこそ味わおうとする気持ちがわいてくるのではないかと、その意味合いをようやく理解し、はっとした。また「(味わうとは、) ころころのこるように食べる (こと)」と書いていた子どももいた。このように何人かの子どもは、様々な感覚を使って食べるだけでなく、味わおう、心に残すように食べようとする自発的な思いがあって初めて「味わう」行為になると捉えていることが感じられた。今回の実践では、様々な感覚を使って食べるということに視点を置いて展開したが、味わいたくなる状況や心理を子どもたちと考えることで、そこにある食の楽しさを子どもたちの言葉で見出せたかもしれない。

(3) オンライン学習システムを利用した情報発信

6月の分散登校から始まった今年度、一学期は給食提供を見送り、子どもたちはお弁当を持参することになった。栄養教諭は、昼食時間の過ごし方の提案や給食再開に向けた準備を進めながらも、子どもたちや家庭に向けて何かできないだろうかと考えていた。

本校では、在宅学習期間中にオンライン学習システム (Moodle) を使って、学年や教科の課題を提示したり、家庭への連絡事項を掲載したりしていた。家庭や子どもたちがオンラインでのやりとりに慣れてきたころ、ここに給食のレシピを掲載することにした。料理を作ることが家庭内でのコミュニケーションにつながったり、外出できない状況での楽しみになったりすることが予想された。これまで給食のレシピは月一回発行の給食だよりに載せたり、希望する子どもに手渡したりしていたのだが、これにより全家庭が必要に応じて見られるようになった。また、給食のカラー写真を一緒に載せられるため、どのような料理なのか保護者もイメージを持ちやすくなった。家で過ごす時間が長いことも要因になったのか、「Moodleを見て作りました」という声がよく聞かれるようになった。7月には給食調理員にも協力してもらい、少ない材料で作れるお弁当のおかずを考案して掲載したところ、実際にお弁当に入れたと言いに来た子どももいた。子どもたちのリクエストもあって二学期以降も給食レシピの掲載を続けており、今では約60品のレシピが見られるようになっている。

また、オンラインに掲載している給食だよりでも、給食の様子を伝えている。今年度の給食は、前述のように品数を減らしており、昨年度までと比較すると野菜果物の提供量が少ない傾向にある。そのため、給食だよりを通してこのことを家庭に伝え、家庭での野菜果物の積極的な摂取や、給食の副菜レシピの活用を呼びかけている。

3 今後に向けて

給食を食べた子どもたちが感じたこと、思ったことをその瞬間に聞くことができないもどかしさは今でもあるが、食育や給食の意義を考え、食の楽しさを大切にしていきたいと改めて感じた一年だった。会話しながら楽しく食べる給食時間に戻せるようになるのはもう少し先になりそうだが、今だからこそできることは何かを考え、様々な食の楽しさに目を向けられるような実践を重ねて、今後も子どもたちの「おいしい」と感じるアンテナ、食を楽しみたいと感じるアンテナを増やしていきたいと思う。(足立)

プリントの記述から ※3名のプリントの記述である。

- ・<じゃこチャーハン>
こめつぶをかんだときは、もちっとする。そのあいだで「プチッ」とコーンのかんしょくがする。
- ・<中華風甘酢づけ>
きゅうりがシャキシャキしていてドレッシングのにおいがした。だいこんはドレッシングととくに合しようがよかった。にんじんはシャキシャキじゃないしょっかんだった。
- ・<さけとじゃがいものバターじょうゆソテー>
やきざけは、少しにがてけど、このりょう理なら、おいしくたべられる。じゃがいもは、もともと好きだけど、やきざけとマッチして、もっとおいしくなったしいにおいもした。