

3 その他の実践

1 ねらい

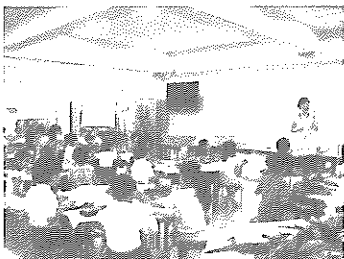
とうもろこしは、給食によく使われており、苦手という子は比較的少ない野菜である。今回はとうもろこしを題材にして、2つの品種を食べ比べたり、生の状態で食べたりすることを通して、自分たちがよく知っている野菜について新たな発見をしたり、興味を深めたりすることをめざした。

2 活動の計画

栄養教諭が、学年に活動を提案し、行った取り組みである。

- (1) 当日の給食に使う2種類のとうもろこしの皮をむき、観察したり、生で数粒味わったりする。
- (2) ゆでたとうもろこしを給食で味わい、生で食べたときとの違いや、品種の違いなどを感じる。

3 活動での子ども様子（7月8日）



①とうもろこしの皮をむき、生で数粒食べてみる

今年は、2つの品種のとうもろこしを使って活動を行うことにした。1つは黄色種の「ゴールドラッシュ」、もう1つは白色種の「ホワイトショコラ」である。収穫されたばかりのとうもろこしが学校に届き、早速1時間目に2年生全員でとうもろこしの皮をむいた。

皮むきを終えたあと、生のままで数粒食べてみることにした。とうもろこしを生で食べるのが初めてという子が大半で、活動後に書いた学習シートにも、このとき感じたことを書いている子どもが多かった。

- (ゴールドラッシュは)とてもあまいしが 出てきて とてもあまいです。(ホワイトショコラは)しるが 出てきては いないけれど、中みが あまくておいしいです。あまいしるが なくなると こんどは 少しにがいしるが 出てきます。
- ホワイトショコラのほうが おいしかったです。いつもは ゴールドラッシュを たべているから ちがったあじになったから おいしかったんだと思いました。
- たかさがちがう。色がちがう。かわの色は ぜんたいてきに、きみどり。上のほうがみどり。下のしんのところはかたく、しろっぽい。しんを つくえにたたくと、ドンドンとおとがする。たべるとあまい。ホワイトショコラのほうが あじがうすい。わたしは、ゴールドラッシュのほうが あまくてすき。

②その後の算数の学習で

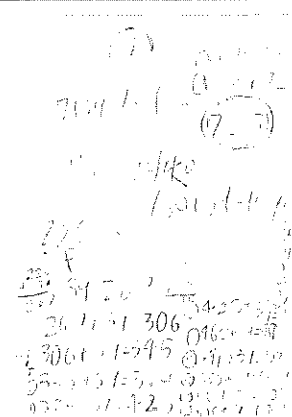
2年生は算数で「100より大きい数」の学習をしていたため、皮むき活動のあと、とうもろこしの粒やひげの数を調べた学級もあった。教科書のイラストやつみ木などとは違い、とうもろこしの粒は印をつけられなかったり、列がまがっていたりして数えにくい。かけ算も未習であるなか、とうもろこしの1列に並んだ粒の数と列数を数え、それを元に足し算を繰り返したり、ひげは100のかたまりをつくって数えたりして、自分なりの工夫で数えようとする様子が伝わってきた。ひげは、教室に持ち帰るまでに落としてしまったものや、切れたものもあったが、ひげと粒の数が概ね同じであることが証明できた。



4 まとめ

給食では、ゆでたとうもろこしを出した。生とは違う香りや歯ざわりを感じながら、味わっていた。「いただきます」の後に、子どもたちによる「とうもろこしクイズ」を自然と始まった学級もあった。

栄養教諭が行う食育の取り組みは、食に対しての意識を高めるような活動が多い。しかし、その後の教室での活動や、給食での継続的な取り組みによって、子どもたちの興味が深まることもあり、きっかけ作りとしての役割は大きいと考える。また、算数の学習へのつながりなど、食材にふれる体験が、教科学習にもつなげられる可能性を改めて感じた。



粒の数を計算した子どものプリント（1列数え、列の数だけ繰り返し足している）

1 ねらい

調理員が作った毎日の給食は、各階の配膳室に運ばれる。給食時間になると、子どもたちはそこから給食を運び、食べ終わったら元の場所に片づける。子どもと調理員が顔を合わせることは少なく、子どもたちは給食に携わる「人」の存在を感じにくい現状がある。給食を作る人のことを知っていると、給食への向き合い方や片付け方だけではなく、一層食事がおいしく感じられるなど、味の感じ方も変わるのではないだろうか。子どもたちには給食が人の手によって作られていることを感じながら食べてほしいと考え、以下のような取組みを行うことにした。

2 活動の計画

顔の見える給食づくりを目指して、2つの取組みを行った。

- ①調理員の教室訪問…給食時間に調理員が各学級を訪れ、子どもたちと交流する。
- ②調理員考案の給食…調理員が考案した料理（ラーメン）を給食に出す。

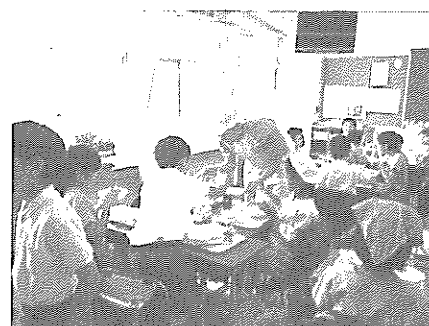
3 活動での子どもの様子

①調理員の教室訪問

昨年度も行った取組みであるが、調理員が学級全体に向けて話をした昨年度に対し、今年度は調理員が机間を回って子どもたち一人ひとりと交流する形をとった。

子どもたちからは、当日の給食や普段の給食調理についての質問のほか、背の高い調理主任（チーフ）に身長をたずねるなど、調理員その人を知ろうとする質問も飛び出した。はじめは、緊張していた調理員も、こうした質問に答えながら笑顔になっていった。

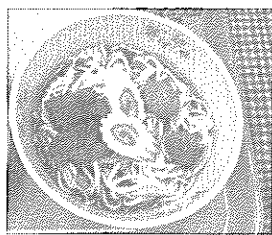
1年生の教室を訪問したときには、調理員が730人分のさつまいもを切る作業で手にマメができたという話をした。その手を見たり、そっと触ったりするなかで、自分が食べている給食を作っている「人」がいることを実感できたようだった。



②調理員考案の給食

普段の給食は栄養教諭が献立を考え、調理員がそれに沿って調理をしているが、この取組みでは調理員のこれまでの経験や豊富な知識が生かされることが期待された。ラーメンがチーフの好物であったことから、給食に出すラーメンの材料や作り方を一から考えてもらい、提案をしてもらった。献立の栄養面や調理工程は栄養教諭と相談をしながら進めたが、だし昆布の種類まで考えるなど、ラーメンのだしや味付けにはチーフのこだわりが表れていた。そして給食に「あごだし醤油ラーメン」が提供されることになった。

以前からラーメンは給食の人気メニューだったが、今回は「ラーメンが好きなチーフが考えた、特別なラーメン」であることを栄養教諭が伝え、子どもたちの期待感は一層高まっていった。当日には、給食室からのおたよりで、このラーメンのことを改めて全校に伝えた。



焼きあご（とびうお）、昆布、鶏ガラなどの様々な食材を使い、チーフがこだわって作ったスープは、「ラーメン屋さんの味がする」と、子どもたちや教員にも好評で、何度も味を確かめながら飲む子どもたちの姿があった。普段の麺料理よりも麺の量が多いにもかかわらず、ぺろりと平らげていた。チーフにチャーシューの作り方をたずねる子や、次回のラーメンをリクエストする子もいた。

4 まとめ

こうした取組みの後、子どもたちから名前を呼ばれることや、直接給食の感想を聞くことが増えたと調理員は話している。ラーメンを出した日には初めて、宛名に「チーフの河野さんへ」と書かれた、給食の感想が子どもたちから届いた。「調理員さん」「給食を作る人」ではなく、「河野さん」たちの作る給食には、親近感や安心から成るおいしさも加わったのではないだろうか。

1 ねらい

新年度を迎え、給食委員会としてこれから取り組んでいく活動を話し合う中で、昨年度も行っていた「給食の献立を考える活動」に取り組んでいきたいという声があがった。栄養教諭が考える、この活動のねらいは2つある。一つは、給食委員会の子どもたちが、給食の料理の組み合わせや、栄養面について考えることを通して、給食について新たな視点を得ることである。もう一つは、その給食を食べた教室の子どもたちが、給食について考えたり、新しい味に出会ったりすることである。

2 活動の計画

以下の流れで給食委員がグループで活動を行っている。

- (1)グループで献立のテーマを決め、料理の組み合わせと、各料理に使う食材を決める。
 - (2)(1)をもとに栄養教諭が計算した栄養価を見て、献立の栄養バランスを調節する。
給食委員全員でその献立について意見交換する。
 - (3)給食に出す。当日は、お昼の放送か、教室に配付する給食のおたより「パクパク通信」で、子どもたちがその献立を紹介する。
 - (4)次回の委員会活動の時間にふりかえる。
- ※実際の活動時期は、グループによって異なるが、以下に書いたグループは(1)(2)が6～7月、給食に出したのは9月だった。



3 活動での子どもの様子

給食委員の6年生のうち約半数が、昨年度に引き続き給食委員会に入ったこともあり、昨年度の活動の履歴も生かしながら、献立のテーマが提案された。昨年度は「これまでの給食に出たことのない料理を出したい」という思いが強く感じられたが、今年度は「なぜこれまでの給食で出ていなかったのか?」「苦手な人の多い食材はどうしたら食べてもらえるか?」と考えながら取り組む子どもの姿が見られた。

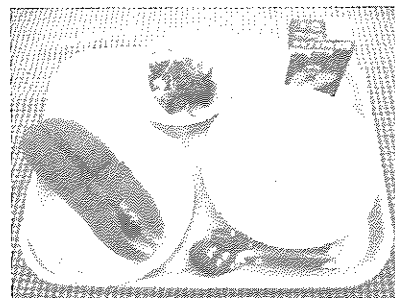
今年度給食委員会の子どもたちから提案された献立のテーマの例

- ・牛乳以外の飲み物を出す
- ・ファーストフードはなぜ給食に出ないのか?
- ・和洋給食合戦
- ・給食に出たことのないデザートを考える
- ・苦手なものもおいしく食べられる給食(野菜や、豆など)

今年度最初に実現したのは、「牛乳以外の飲み物を出す」というテーマの献立だった。このグループは、飲み物と料理の相性を考えることと、牛乳を抜くために不足する栄養素を補うことに重点を置き、料理は過去の給食から選ぶことにした。学級の友だちにも飲み物と料理の相性を相談し、まず「りんごジュース、ツナドッグ、ソイポタージュ、グリーンサラダ」という組み合わせを考えた。

栄養バランスを調えるうえで、苦労していたのは脂質の量を抑えつつ、カルシウムの摂取量を増やすことだった。子どもたちの中には、昨年度牛乳を緑茶に替えて出した他のグループの取り組みや、家庭科で学んだ知識が生きており、「サラダにちりめんじゃこを入れてみたら」「パンにチーズをのせるのもいい」などと、カルシウムの量を増やすための案がいくつも出された。しかし、カルシウム量を補おうとすると、油(脂質)の量も増えてしまう。油を減らすために、「パンの味つけに使っているマヨネーズを見直してはどうか」という栄養教諭の言葉を聞き、「ツナドッグではなく、マヨネーズを使わないホットドッグにしよう」ということになった。

この給食を食べた教室の子どもたちからは、「記念にジュースの紙パックを持ち帰りたい」「今度は炭酸飲料を出してほしい」という声や、「給食に牛乳が出ない日は、いつも小魚が使われている」「りんごジュースにホットドッグは合わないのではないか」などという声も聞こえてきた。



4 まとめ

子どもたちには献立を考える過程で、栄養面や教室での配りやすさなど、さまざまな気づきがあった。教室の子どもたちも「おいしいか、おいしくないか」だけの判断ではなく、料理に合う飲み物は何か、なぜ牛乳のない日は小魚が出るのか、牛乳アレルギーの友だちも一緒に飲めたなどと、各々が給食を捉えなおしているように感じた。

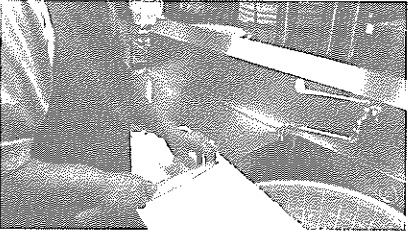
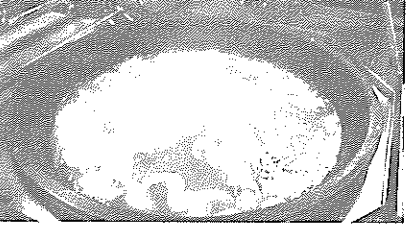
実際に出した献立(9月8日の給食)
りんごジュース
ホットドッグ(チーズ入り)
ソイポタージュ
グリーンサラダ(ちりめんじゃこ入り)

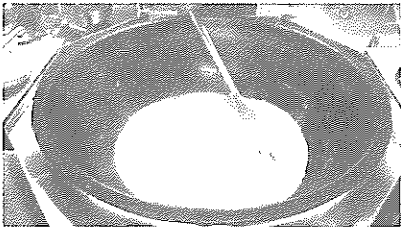
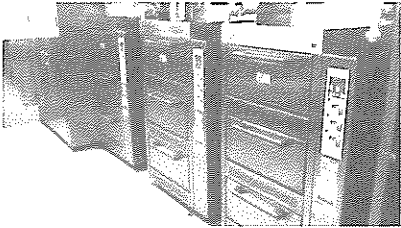
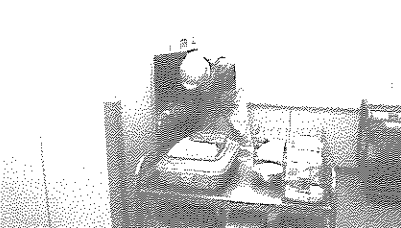
1 ねらい

本校の給食室には、子どもがのぞけるような窓がなく、子どもたちは給食が作られている様子を直接見る機会がない。給食がどのように作られているのかを知ることは、食事への安心感が得られるだけでなく、給食をより身近に感じ、味わい方や給食への向き合い方が変わるのではないだろうか。そこで、ある1日の給食調理の映像を栄養教諭が撮影し、朝の全校集会の時間を使って子どもたちに見せることにした。

2 映像について

給食室でカレーライスを作る日の映像を撮影した。カレーライスにしたのは、子どもたちも知っている料理で、作り方が比較的わかりやすく、カレールーから作っていることや、鶏がらでスープをとっているところなど、給食で大切にしている「手作り」の面がよく伝わるだろうと考えたからである。映像は、材料が届く場面から、できあがった給食を校舎の各階に届ける場面までを5分程度に編集した。

シーン	内容	
①材料を受け取る	朝6時半ころから八百屋さんやお肉屋さん が、給食室に材料を運んでくる。	
②野菜の洗浄、 皮むき	野菜は、水をかえて3回丁寧に洗う。 じゃがいもは球根皮むき器で皮をむいてい る。	 
③野菜を切る	包丁で野菜を切る。 (機械を使うこともある)	
④鶏がらスープ をとる	カレーには、鶏がらスープを使う。よく洗っ た野菜の皮も、鶏がらと一緒に煮ると野菜の だしも出ておいしくなる。	

⑤カレールーを作る	油とバターで小麦粉をいため、カレー粉を入れてカレールーをつくる。 (市販の固形のルーは使っていない)	
⑥ご飯を炊く	1つの炊飯釜で70人分のご飯が炊ける。	
⑦具を炒め、カレーを作る	具を順番に炒めて、カレーを作る。 上学年用と下学年用にわけて2つの釜でカレーを作り、カレー粉で辛さの調節をする。	 
⑧配缶する	できあがった給食を、クラスごとの食缶に分ける。	
⑨給食をワゴンに載せ、各階に届ける。	第二校舎にある給食室から、第一校舎の配膳室へ給食を運ぶ。 2階以上へは、配膳室の中にあるリフトを使って上の階に給食のワゴンを上げる。	

3 映像を見た子どもの様子

昨年度は、給食の片付け（食器洗い）の映像を子どもたちに見せた。この映像と合わせて、給食室の1日の様子が伝わる映像ができたことになる。子どもたちは、球根皮むき器が洗濯機のようにガラガラと動く音や、調理員がリズムよく動かす包丁の音など、給食室の「音」にも耳をすませていた。また、1学期に各教室を回った調理員も映像の中に登場すると、「あの調理員さんがこんな仕事をしている」ということを、実感を持って理解できたようだった。

この映像は、翌月の給食試食会の際に、保護者にも見てもらった。試食会のアンケートには「こんなに手間をかけて作られていることを初めて知った」などと書かれていた。

