愛知教育大学教育実践総合センター紀要
第11号，pp.207～212（February，2008）

家庭科における食に関わる教育について（２）

― 家庭科と学校給食の連携から ―

黒　柳　令　子　（愛知学泉大学）
松　崎　利　美　（西尾市教育委員会）
西　村　敬　子　（愛知教育大学　家政教育講座）

（2007年10月31日受理）

Study on Food Education in Home Economics（２）

― The Use of School Lunch as Part of Food Education ―

Reiko KUROYANAGI　（Aichgakusen University）
Tosimi MASTUZAKI　（Nishio City Board of Education）
Takako NISHIMURA　（Department of Home Economics, Aichi University of Education）

要約　学校生活において，教育の一環である給食の時間は全校児童が共有できる絶好の「食教育」の場である。児童が梅の香りに魅せられて，梅干しを作った。手間と暇と愛情をたっぷりかけて作ったが「おいしい！」にはならない。そこで，問いを生むかかわり合いの授業で，「梅干しはまずいけど，自分たちで作った梅干しだからおいしく食べたい」の結論に達した。児童の発想はすばらしく，ユニークな料理が数多く登場した。

教科における食に関する指導の特徴は，①実践活動を通して行なわれる。　②教科の関連が図られる。等である。教科や総合的な学習の時間などに学習した成果を給食の献立に取り入れ，全校のみんなと一緒に味わうことにより，学校給食のねらいである「望ましい食習慣の形成を図る」「食事を通して好ましい人間関係の育成を図る」という観点からも有効であった。

Keywords：食育，家庭科，総合的な学習の時間，学校給食

Ⅰ　はじめに

食生活の変化に伴い，生活習慣病の増加や食品の安全性など「食」に関わる問題点が指摘されている。成長段階になる児童に，将来健康に生きていくための「食」についての教育が必要であることは周知の事実である。そして，児童が各教科の中で「食」について学んだことを学校給食に生かすことができれば，教科で学習したことを自らの生活に具現化する方法を主体的に身につけることができると考える。

そこで本研究では，小学校家庭科において学んだことを，学校給食にどのように生かしていけばよいのかについて検討した。

さらに，学校給食を通して全校の児童に「食の重要性」について発信し，子どもたち自らの手で学校における食文化を形成する試みへの支援の方法について検討した。

Ⅱ　授業実践

本実践は，平成12年４月から平成13年３月に行った。対象としたのは附属岡崎小学校６年１組の児童40名である。

１　単元の目標

単元の目標は以下のとおりである。

①　学校内の木々に目をつけさせ，梅干し作りなど体験的学習を繰り返す中で，友達の良さを取り入れられる児童にしたい。

②　丹精をこめて作った梅干しを料理することで，手づくりの良さに気づき，食品の効能を考えるなど自分の食生活をも見直すことのできる児童にしたい。

２　単元構想の支援

①　実感を伴った気づきを生むことができるように体験的・実践的な活動を繰り返すことを重視する。

②　一人ひとりの願いや追究方法は様々であるか活動や追究への思いや願いをかかわり合わせることが可能である。そうすることにより，人の生き方まで見えてくる。

③　身のまわりに食べられる植物があっても，それを加工して食べようとは思わない。校内の植物をを加工し，食べる楽しさを体験することで，食べもの作りへの意識が拡がって行くと考える。

3　教材を模索し，選定する。

一学期に，自分たちで作った梅干しに目を向け，その効用や食べ方を追究していくことは，好きなものを何不自由なく食べている児童にとって，自分の生活を見直すことになる。また，家庭に常備されるであろう梅干しについて追究することで，手づくりのよさや食品の選び方にも気づき「もっと何かを作りたい」「作った料理を誰かに食べてもらいたい」という活動が期待できる。そして，作って食べてもらうことで，周りの人への思いやりを育み，学級，家族の一員としての自覚を高めていくことになるだろう。

4　単元の実際

一学期の総合的な学習の時間に校内の木々に目を向け，八重桜の葉と花を利用し「桜の花の白梅酢漬け」「桜の葉の塩漬け」を作り，梅から「梅ジュース」「梅干し」作りと校庭にある食べられそうな物を調べ，手づくりした。「梅ジュース」は教職員に飲んでもらったり，家に持ち帰り，両親はもとより，祖父母や家族と一緒に飲むことができた。

梅干しは夏休みの出校日に土用干しすることを計画した。これらは，土用の頃の一番暑い時が有効と考えられたからである。実際は天候が悪く，出校日に梅を干すことはできなかった。「三日三晩干す」ということが調べられていたので，学校で干す児童，家で干したいという児童等，さまざまであった。

二学期が始まり，家で土用干しした児童も大きなビンを抱え，バスに乗って持ってきた。とてもきれいな色に仕上がった梅干しを個々に見せに来てくれた。いつになったら食べられるのかと楽しみにしている気持ちが伝わってきた。

出来上がった梅干しを１つ食べてみてから，学級担任は気づき¨問いへの授業を構想した。「初めて梅干しがうまいと思った」「スーパーで買った梅干しの方が好き」「お弁当に入れると腐りにくいよ」「まずいけれど，自分が作ったから，うまいようにも思える」など，一学期の活動や自分たちが心をこめて作ってきたことを振り返る発言が多くあった。この気づきを聞き，児童がそれぞれ思ったことを学習記録に書かせ，それを受けて学級担任は問いを生むかかわり合いの授業を構想した。

そこでは，梅干しはまずいけれど自分たちで作った梅干しだから，おいしく食べたいという結論に達した。しかし，料理することによって「本当に甘くなったり，おいしくなったりするのかな」と疑問を投げかける児童もいた。梅の効果についても「煮炊きすることによって味が変わるのなら，あの効果（クエン酸）もなくなるのではないか」と心配の声も出た。そこで，当初の「まごころこめて梅干し料理を作ろう」から「梅パワー」を生かして，梅干しの嫌いな子でも食べられる梅干し料理を作ろうという話し合いになった。児童は「パワーのある梅干しでおいしい料理をつくりたい」と問いをもって追究を進めた。ここで問いを「パワーのある梅干しでおいしい料理をつくりたいな」と構想の見直しをした。（資料として，第二次単元構想図８／23完了時を添付）

梅干し料理の一人調べが始まった。それぞれが自分のペースで追究していくので，調理台がいっぱいになることもなく，ゆとりをもって実習できた。友だち同士試食し合うことで，お互いの追究のよさに触れることができた。

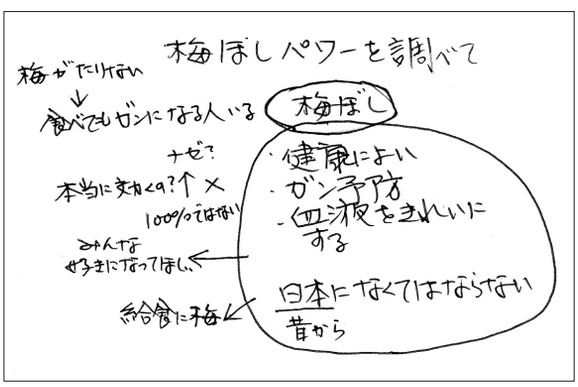


図１　板書１

そんな中，「梅干しを，みんな大好きなカレーに入れることで，嫌いな子でもおいしく食べることができる」と，提案したグループがあった。しかし，クエン酸効果については「煮ると消えてしまうのでは…」と心配していた。そこで，大学の先生にＦＡＸで質問した。「熱を加えても効果はなくならない。」との返事に歓声が上がった。

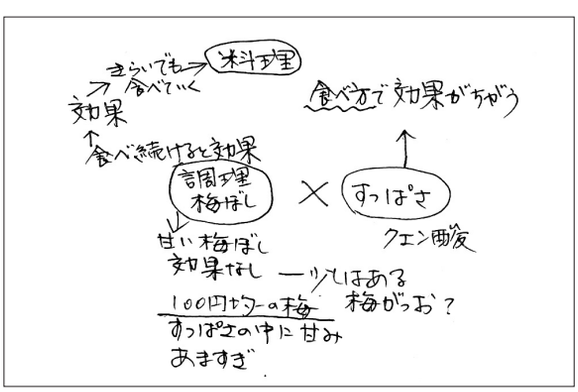


図２　板書２

自分たちの梅干し料理を見直すことで，今後自分たちの追究を深めるためのかかわりを構想する授業を学

級担任と栄養士によって（T・T）行った。図３がその時の授業の板書である。

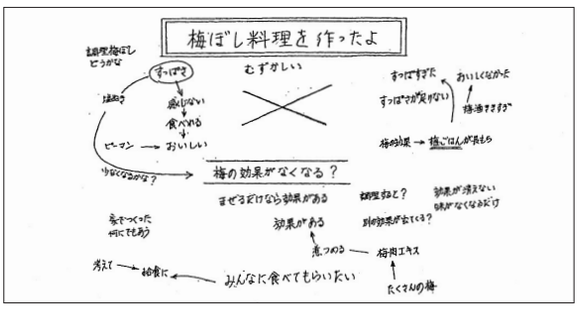


図３　板書３　＜梅干し料理を作ったよ＞

この授業で栄養士は，梅カレーをはじめ，児童によって考えられた各種の料理の発想のすばらしさを誉めたたえ，大量調理に可能なメニューは，給食の献立に取り入れていくことを約束した。児童は，認められた喜びをかみしめていた。

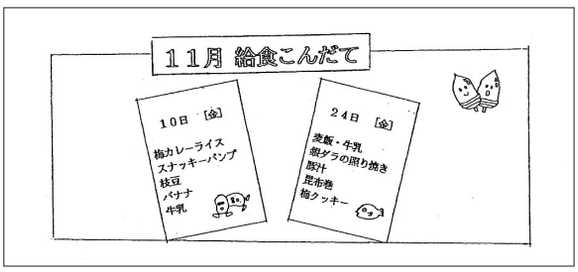


図４　板書４　＜給食の献立になったよ＞

11月の学校給食の献立に「梅カレー」と「梅クッキー」を取り入れた。当日，この学級の児童たちは給食の時間に手分けをして全学級を訪問してＰＲ活動をした。

栄養士として，この成果について資料に示し「給食だより」で全校の保護者に配布した。結果は大好評であった。

友だちの料理が給食に出ると，次は誰かと学級のみんなが心待ちにしていた。家の人のにも食べてもらいたいと動き出し，日曜参観で食べてもらうことになった。

当日は，家庭に常備されている梅干しについて追究することで，手づくりの良さや食品の選び方にも気づき「もっと，何かを作りたい」とか，「作った料理を食べてもらいたい」という活動が期待できる。作って食べてもらうことで，周りの人への思いやりを育み，家族や学級の一員としての自覚を高めていくことになるだろう。みんなが異常なまでに朝早く登校し，梅干し料理の追究活動にかかわっていった。

スパゲティ・そうめん・パンクラッカー・ぞうすい・コロッケ・春巻き・ギョウザ・大福・焼きそば・チーズディップ・クッキー・カレー等々すべて梅干しが入った料理であった。食したみんなに「おいしい！」と言われ，うれしさ余って，ちょっと照れていた児童が多かった。その後追究活動は継続され，日曜日や祝日などに家庭で作られたことの報告があり，広がりをみせた。

Ⅲ　まとめ

栄養士として，「食に関する指導」と生きた教材である学校給食とを一体のものとしていくことで，高い相乗効果あげていくことが望まれている。

児童の食の大部分は家庭が担っているという実態から食に関する指導は，学校内の児童への直接的な指導だけではなく，広く家庭，しいては地域社会との連携を図りつつ指導を充実させていくことが重要である。

よりよい食に関する指導をするためには，計画→実施→評価→改善の過程が重要である。特に本実践において，児童が学んで得た成果を，学校給食を通してフィードバックする有効性が得られた。

「まごころをこめて梅干し料理」にかかわってきて，追究活動が深まっていけばいくほど，児童と学級担任と栄養士が真剣に「食」を考えていこうという気持ちが高まっていった。活動を継続していく過程で，食べ物のことについて「一番よく知っているのは栄養士」ということになっていった。児童は，栄養士に対して食に関する多くの疑問や発言をするようになり，栄養士にとっては，大きな信頼関係を得た実践になった。授業の中でかかわっていく児童の姿は，これまでの，給食時や校内で行きかう時の触れ合いとは大きく違ってきていることを感じた。学級担任の構想した単元の中の１～２か所だけのゲストティチャーとして授業にかかわるのとは違い，本音の言葉が聞けたことにある。

児童にとっては，あまり関心のない「梅」であった。学級担任は，前年度より梅の木の下を計画的に掃除区域にするなどの準備に抜かりがなかった。これらは本授業実践に大きく影響を与えた。

「児童は生活の中から問題を見つけ，その問題を授業や生活の中でお互いが関わりあいながら追究し，解決して行く。そして，学んだ成果を再び児童の生活にかえす」という一連の流れに興味をもち，関心をもたせ続けるにはどうしたらよいかである。児童の意識をどうほりおこすかにより，単に知識を得るだけでなく，感性を伴った知識となっていくということが考えられた。児童を丸ごと捉えることの大切さは，教科や総合的な学習の時間において不可欠な要素であることも検証できた。

「食に関する指導」は学校給食を通し，継続的に行うことにより，これからの児童の成長に大きな効果が期待できると考えられた。

本研究にあたり，ご協力くださいました皆様に深く感謝いたします。

資料 ①

11月の月目標

「じょうぶな体をつくろう」

「きょうの給食」



（11月10日　金曜日）

食物のはたらき	食品のしゅるい
からだの 力や熱になる	白飯，サラダ油，さとう， じゃが芋，カレールー
からだの筋肉・ 骨・血をつくる	牛乳，豚肉，チーズ，えだまめ
からだの 調子を整える	たまねぎ，人参，うめぼし， かぼちゃ，バナナ

6年1学級の一学期実践で，1．養護学校との境にある八重桜の花を「さくら茶」用に作ったり，2．お茶の産地，西尾市までお茶摘みに出かけ，「お茶」を作ったり，3．校庭の梅の木に生った梅で「梅ジュース」や「梅干し」を作りました。どれもなかなかのできばえで，関心しました。中でも梅干しは，同じ梅としそを使って作ったのですが，できた梅干しがそれぞれで，同じものはなくおもしろかったです。そして，梅干しを作って終わりではなく，梅干しの効用，梅干し料理…へとどんどん発展していきました。

梅干しの歴史はたいへん古く，奈良時代にその製法が原産地中国から伝えられたという。当時は，完熟前の梅を干していぶした烏梅（うばい）と，塩水に浸して日干しした白い梅干しで，主に薬用とされていた。赤じそで色と香りをつけるようになったのは，なんと江戸時代に入ってからである。鎌倉時代には嗜好品として，安土桃山時代には兵糧の握り飯の副食品として用いられた。現代に至っても，梅干しの他には，うめびしお，ジャム，梅酒，菓子類，ジュースに加工されている程度と思っていました。でも6年生の子供たちの発想はすばらしいと思いました。「梅カレー？」「梅クッキー？」「梅シャーベット？」「梅入りピーマンの肉詰め？」「梅そば？」「梅うどん？」「梅ギョーザ？」「梅入りサンドイッチ？」……出てくる，出てくる，びっくりしました。しかし，どの料理も結構おいしいんです。梅干しはどんな料理にも合う事が分かりました。体にいいクエン酸のたっぷり入った「梅カレー」。煮込んでもクエン酸の効果は無くならないこともしっかり調べてくれました。K1さん，K2さんの大傑作です。学校中の皆さんに味わってほしいと思い，給食で再現してみました。今日食べてみた感想をお子さんよりお聞きになられて，ご家族で話題にしていただきたく思います。そしてお宅でも「梅カレー」をどうぞ！

資料 ②

11月の月目標

「じょうぶな体をつくろう」

「きょうの給食」



（11月24日　金曜日）

食物のはたらき	食品のしゅるい
からだの 力や熱になる	麦飯，サラダ油，さとう， 里芋，梅クッキー
からだの筋肉・ 骨・血をつくる	牛乳，豚肉，銀だら，にしん， とうふ，みそ，昆布
からだの 調子を整える	だいこん，人参，うめぼし， ねぎ，ごぼう

梅干し料理の第２弾です。

『日本料理由来事典』同朋社――があります。〈うめ〉を調べてみると――『万葉集』ではウメは中国で使われていた漢字をそのままあてはめて梅，烏梅（うばい），宇梅（うめい），牟梅（むめ），などの字で書かれているが，読み方は日本固有のものである。梅は中国が原産地で，わが国には，奈良朝以前に伝えられたのではないかとみられているが，九州地方に野生種が認められるなど，はっきりしない面も多い。

料理の味加減のことを塩梅（あんばい）というように，調味料の発達していなかった時代には，塩とともにウメの実は日本人の食生活に欠かせないものであった。ふつう，未熟の青ウメを梅漬，梅干しまたは梅酒の原料として用いる。ウメの実に含まれるクエン酸，リンゴ酸は健康維持のために有効で，梅干しには数々の医薬的効果があるとされている。だが，青ウメの仁（ジン）のなかには青酸を生ずるアミグダリンがあり，中毒を起こすことがある。半熟ウメを藁（わら）の煙でいぶした烏梅（うばい）は，さまざまな薬効があり，またベニバナの色素の精製に用いられる。――とあった。どの本を見ても一様に「体によい」「医薬的効果がある」「健康維持のために有効」「中国原産で日本には奈良時代に伝来」ということが書かれています。梅干しを作る家庭もすっかり減ってしまっている昨今ではあるけれど，６の１の実践により急浮上し，こんなに良い食品をぜひ学校給食でも大いに利用していきたいと思っています。今日は何と，デザート（梅クッキー）に梅干しを使用したＭさんとＮさんの作品です。最初は生地に梅干しを練り込んで作ってありましたが，全校の皆さんに確かに梅干しが使用されていることを実感してもらえるように，クッキーの中心に梅干しを飾り焼いてあります。ＭさんとＮさんが一生懸命考えてくれた結果は，花のようなかわいい梅クッキーになりました。甘さの中の梅干しの味が絶妙です。

資料 ③

4　第二次単元構想図（8／23完了時）　　単元「まごころこめて　梅ぼし料理」

○ ひとり調べの時数　◎ かかわり合いの時数　□ 問い

対象への立ち向かい方
- 最高学年になり、やる気をもって世話係や係活動に立候補する子ども
- 興味をもったことを進んで調べようとする子ども

教材とのかかわり
- 自分の食べているものの安全性に無関心な子ども
- 自分で作って食べる手作りの楽しさを知った子ども

子ども相互のかかわり
- 友だちと協力して、学年や学級を高めたいと思う子ども
- 自分のやれることを、人のためにやってあげようとする子ども

［教師支援］

作って食べるって　楽しいな

※1　一学期の梅ぼし作りを振り返ることで、梅ぼし料理への意欲を高めた。

※1

一学期につけた梅ぼしができたかな
- 土用干しを三日三晩したよ（星奈）
- きれいな色にならなくて、がっかりだよ（麻也）
- もっと、いろいろなものを作りたいよ（理紗）

なごみ茶会をまたやりたいな
- また、お茶会をやりたいな（大誠）
- お母さんたちがとても喜んでくれたよ（文子）
- 私たちも楽しかったよ（彩香）

いろいろなものを作って、食べたり、もてなしたりしたいな

自分で作った梅ぼしを食べたよ　②　②

※2　自分で作った梅ぼしを食べることで、多くの気づきをもつことができた。

※2
- 初めて食べたけど、おいしい（洋一）
- 学校の梅はよい梅だな（林太郎）
- きれいな赤い色だね（舞華）
- すっぱくて食べられないよ（大貴）
- 家のほうがあまくておいしいよ（涼子）
- 変なにおいがしたよ（大祐）

まずいけど、おいしい（浩章）

自分たちで作ったからだよ（大誠）

自分たちで作った梅ぼしだから大切にしたいな

※3　市販の梅ぼしと実際比べてみることで、手作りのよさを引きだすことができた。

- 梅ぼしは車酔いに効く（大貴）
- 苦手な梅ぼしをおいしく食べたいな（杏里）
- 市販の梅ぼしと比べみたいな（肇）
- かぜがなおるって聞いたよ（真菜美）
- 梅ぼしの効果を生かして食べよう（恭輔）

梅ぼしパワーってすごそうだね　おいしい梅ぼし料理を食べたい　市販の梅と比べてみたい

パワーのある梅ぼしで　おいしい料理を作りたいな　④　②　（本時1/2）

※4　調べながら作ることで、友だちと試食をしながらおいしさや梅ぼしの効能を生かした料理を追究しようとする意欲を高めることができた。

※3　※4

梅ぼしパワーについて調べよう
- 口臭がにおわないよ（太一）
- すっぱさが梅ぼしの効果だよ（杏里）
- 合成保存料は使ってないよ（彩香）
- 疲労回復のはたらきがあるよ（恭輔）

梅ぼしが苦手でもおいしく食べられるようにしたい
- 作り方を調べるよ（絵里加）
- カレーに入れるとおいしいよ（亜水）
- すっぱさがなくても効果はうすれないのかな（卓也）
- みんなに梅ぼしを好きになってほしい（侑子）

※5　※5　べたんチェックなどの実験器具を使い，梅ぼしの殺菌効果を検証することで梅ぼし料理を作ろうとする意欲を高めたい。

- 梅ぼしをきらいでも食べようと思ったよ（大貴）

【食品添加物について】
【加工食品を使った料理】
【食品の選び方】

自分たちのオリジナルメニューを作るよ　④　①　【ごはんとみそ汁】

- これなら、おいしいと言ってもらえるよ
- 赤い色がきれいでいいね
- すっぱさが気にならないね
- 見た目がうまくできないよ　【献立のたてかた】
- 給食で出してもおいしいと言ってもらえるよ

【調理器具の扱い方】
【ごみの分別と片づけ】

- 手作りだから、おいしいんだね
- 自分で作った料理だから、お世話になった人に食べてもらいたい

※6　※6　レシピ集を作ることで、多くの人に知らせたいという意欲を高めたい。

梅ぼしのことを広めたい
- レシピや梅ぼしの効用について知らせるといいね
- しそからゆかりが作れるよ

梅ぼし料理を食べてもらいたい　③　①
- 喜んでもらえてよかったね

【家族へのプレゼント】

もっと梅ぼし料理をひろめたいな　③　①

- なごみ茶会で梅ぼしのデザートを出そう
- 家でも作ってみるよ
- ゆかりを給食に使ってもらおう
- 給食の献立に梅ぼし料理を入れてもらおう

※7

※7　栄養士の黒柳先生にお願いして、給食の献立にしてもらうことで、もっとひろめていきたいという気持ちを高めたい。

梅ぼしを食べると健康になるよ

喜んで食べてもらえてうれしいな

- 調べたことを実践に生かし、達成感をもって意欲的に活動できる子ども
- 自分の食べるものに関心をもち、いろいろな食品を自分で作ったり、選んだりする子ども
- 互いに協力することで、自信をもって活動し、喜びを感じる子ども