

生活科における食育の有効性・可能性についての研究

— 愛知県西尾市立寺津小学校「食育科」の実践から —

野田 敦 敬 (愛知教育大学生活科教育講座)

林 理佳子 (愛知教育大学大学院)

(2006年10月31日受理)

A Research about the Effectiveness and Possibilities of Food Education in Life Environment Studies

Atsunori NODA (Department of Life Environment Studies, Aichi University of Education)

Rikako HAYASHI (Graduate Student, Aichi University of Education)

要約 「食」は、体を育て、心を育てるために必要である。学校教育においては、「食」の大切さを感じ、「『食』を選択する力」を身に付けることが必要になってきている。そこで、生活科においても「食」を取り上げることが必要となる。一方、生活科では、様々な実践上の課題もある。これらの課題を解決し、生活科の目標を達成するために、生活科において「食」を取り上げる際の5つの手立てを設定した。この手立てを小学校の実践を通して検証し、食育の有効性・可能性を見出す。

Keywords : 生活科, 食育, 栽培活動, 家庭

I 研究の目的

「食」は、人を良くするものであると言われている¹⁾。これは、「食」が健康な体を育て、豊かな心を育てるものであるということである。人は、生きるために食糧が不可欠である。また、より健康的に、より長く生きるために、自分で「『食』を選択する力」が求められる。

だが最近、この「食」が軽視されている。物質的に豊かになったことや、人とのかかわりが希薄になったこと、共働きの家庭が増えたことなどの理由で、「食」を意識することが少なくなっているのである。

その結果、人は不規則な時間に食べたり、好きな物ばかり食べたりするようになり、肥満や生活習慣病が問題になってきた。また、時間に追われて味わわずに食べたり、一人で食べたり、手作りの物を食べなくなったりしたことで、食べる楽しさを感じたり、食べられることに感謝したりすることが少なくなってきた。

今ここで、自らの「食」を振り返り、「食」の大切さを再認識することが重要であると考えます。

国も上記のような様々な背景を受け、食育を積極的に行うために、以下のように政策を打ち出した。

平成15年9月には、中央教育審議会が、「食に関する指導体制の整備について」を報告し、栄養教諭制度を含め、学校教育における食に関する指導の推進を提言した²⁾。また、政府は、平成17年7月に、「食育基本法」を施行した。その中で、食育は「生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきもの」³⁾と位置付けられ、「様々な経験を通じて『食』に関する知識と『食』を選択する力を習得し、健全な

食生活を実践することができる人間を育てる」³⁾ことであると示された。中でも、子ども達に対する食育は、「心身の成長及び人格の形成に大きな影響を及ぼし、生涯にわたって健全な心と身体を培い豊かな人間性をはぐくんでいく基礎となる」³⁾と述べられ、家庭や学校等を中心に食育を積極的に行うことが必要であるとされた。

このことから、低学年においても生活科を中心に、「食」を取り上げるべきであると考えます。

ところが、生活科においては、まだ「食」に関する指導があまりされていないことが現状である。かろうじて、2年生で野菜を育てる活動が多くなされているが、野菜を育てて食べて終わることが多いようである。この活動を改善し、「食」の大切さを感じられるようにしていく必要がある。

さらに、生活科には、プライバシーなどの問題から⁴⁾、内容(2)「家庭と生活」の内容が非常にやりづらく、指導時間数も少ないという課題もある。

そこで、内容(7)「動植物の飼育・栽培」の栽培活動と結びつけ、食育を取り入れることで、内容(2)「家庭と生活」を充実させていくことができると考えた。

本研究では、これらの課題を解決し、生活科の目標の達成とさらなる充実を図るために、生活科において食育を取り上げる際の5つの手立てを設定した。

ここでは、平成16~18年度文科省研究開発学校である愛知県西尾市立寺津小学校「食育科」の実践において、その5つの手立てを検証することで、生活科における食育の有効性・可能性を考察する。

II 生活科において食育を取り上げる際の5つの手立て

愛知県一宮市における栽培収穫体験活動協力校、食育推進校へのアンケートや、学習指導要領の分析から、以下のような、生活科において食育を取り上げる際の5つの手立てを設定した⁵⁾。

1 栽培活動、校庭や地域の探検などを軸に単元を構成する。

子ども達は、野菜の栽培活動をする中で、様々なことを学ぶことができる。たとえば、野菜の育つ様子や、植物の命のたくましさやはかなさ、収穫の喜びを学ぶことができると思う。

単に、授業で野菜のすることについて知ったり、図鑑で野菜のことを調べたりするだけでは、子どもが体で実感して、先に述べたようなことを学ぶことはできない。

実際に自分で野菜を栽培し、水をやったり、草を取ったり、肥料をやったりする中で、植物を育てる大変さや喜び、達成感を感じ、実感的に学ぶことができるのである。子ども達は、野菜を虫に食われたり、野菜が暑さで枯れたりするのを見て、植物の命の大切さを学ぶこともできるだろう。

このように栽培活動をする中で、食べ物に感謝する気持ちや、食べ物を育ててくれた人に感謝する気持ちを強くもつことができると考える。

また、学校での栽培活動の様子を、家で話す機会があれば、家庭で「食」について考える機会がもてる。そのために、家族とふれ合えるよう手立てを考えることも大切であろう。

平成10年に子どもの生活科学研究会の行った「魚介・野菜類の名称に関する調査」によると、小学校1年生ではほとんどの子どもがトマト、かぼちゃ、じゃがいもは知っているが、はくさいは2割、レタスは3割の子だけしか知らないということが明らかになっている⁶⁾。

これは、家族と一緒に買い物に行き野菜の名前を知ったり、野菜の形を見たり、田畑で作物が栽培されている様子を見たりする機会が少なくなっていることが影響していると考えられる。

ここでも、野菜や果物などの栽培を体験したり、校庭や地域の探検で旬の食材を見つけたりする活動を一年を通して行うことで、野菜が育つ様子を観察しながら、「食」に興味・関心をもつことができる。また、自分が栽培し、作った物という意識をもつことによって、食べ物を大切に作る心が育ち、さらに食事をつくってくれる人に感謝する心を育てることができると考える⁶⁾。

栽培活動を継続的に行ったり、季節ごとに校庭探検や町探検で旬の食材を収穫したりする活動などを行うことは、季節の変化を感じることもできるため大切に

したいものである。

2 五感（特に、味覚、嗅覚、触覚）の活用を促す工夫をする。

五感を働かせることにより、子どもは様々なことを感じ、感性を磨き、豊かな体験をすることができる。

特に、味覚、嗅覚、触覚を働かせる活動を行うことは、子どもが体験を通して学んだことを長期記憶として残すことができるため大切にしたいことである。

栽培、収穫、調理の活動では、味覚、嗅覚、触覚などの五感を働かせる機会を多くもつことができる。その中で、子ども達は様々なことを感じるができると思われる。たとえば、野菜の栽培をすることで土の匂いを、野菜の芽が出たのを見て生命の強さを、野菜の花の美しさなどを感じるができる。また、野菜を収穫する時に強い手ごたえを感じたり、野菜を調理することで新鮮な味や匂いを感じたりすることができる。

このように、単に季節の野菜や旬の食材についての知識を得るだけでなく、体験を通して五感を活用することにより、子どもの感性を豊かにし、子どもの心を育てることができると考える。

3 栽培活動や調理をする際は、地域の人々や家族と一緒に活動する。

地域の人々と一緒に栽培することによって、子どもは栽培方法や問題が起こった時の対応を教えられることができる。また、地域の人々と調理することによって、伝統的な調理の仕方などを教えられることができる。

一方、家族と一緒に栽培や調理をすれば、家庭で正しい食を見直したり、食に対する意識を変えたりするきっかけをつくることができる。

調理を行う際には、衛生面、安全面の配慮が極めて重要になる。子どもが包丁やガス・電気などを使うことは危険を伴うので、実施に当たっては、地域の人々や保護者をゲストティーチャーと呼び、相互連携のもと、体制を整え、細心の注意を払う必要がある⁷⁾。

いずれにしても、地域の人々や家族と一緒に栽培や調理をすることは、子どもが地域の人々や家族とかかわる機会を多くもつことができ、地域の人々とかかわりの大切さや、家族の大切さを学ぶことができるため、必要なことであると考えられる。

4 調理する際は、子ども達が試行錯誤しながら、工夫できる活動にする。

学校で栽培した野菜や果物、町探検などで手にした旬の食材を調理する際、教師があらかじめ作る物を決め、材料、分量を提示し、作り方を教えるのではなく、それぞれの子どもに何を作るのか決めさせ、買い物な

どの事前の準備や調理方法を考えさせたい。ここでは、教師が何らかの手立てを用い、それぞれの子どもが家族に聞いた作り方や、家族と一緒に調理する中で知った作り方をもとに、学校で調理させたい。

料理を作るために、どのような材料が必要なのか考えたり、必要な材料を店で買ったりすることは、今の子ども達にとって、よい体験となる。材料を保護者と買いに行く機会ももつことができるだろう。子ども達は、自分で買い物に行ったり、包丁などの調理器具を使ったりすることで、調理することの楽しさを感じられる。

一方で、包丁でうまく切れないなど、たくさんの失敗をする中で、料理を作ることの難しさも感じるだろう。そして、日頃食事を作ってくれる家族のことを思い出したり、給食を作ってくれる人のことを思い出したりして、食事を作ってくれる人に感謝の気持ちをもてるようになるだろう。また、友達と一緒に作ることで、友達の大切さを学ぶと同時に、友達と協力することの大切さ、一緒に作り味わうことの喜びなどを学ぶこともできると考える。

5 植物の命や「食」を大切にできるようになった自分に気付かせるために、記録の取り方を工夫する。

記録の方法として、子ども達が畑の野菜を観察する際、感じたことや野菜の様子を絵日記に書き、ポートフォリオとして残すことがある。この方法は、多くの学校で行われている。単元の途中や最後に、ポートフォリオを使って授業をすることで、野菜が生長したこと、自分ががんばって世話をしたこと気付くことができる。

自分が育てた植物(野菜)の生長をデジカメなどで記録しアルバムを作るという方法もある。写真に残すことによって、一目で植物の生長に気付くことができる。加えて、植物の世話をがんばった自分に気付くこともできる。

教師が記録を残すことで、子ども達に自分の成長を感じさせることもできる。たとえば、子ども達の栽培活動の様子を写真やビデオに残しておくことがあげられる。また、ゲストティーチャーや保護者に、子ども達への手紙を書いてもらい、それを渡すことも考えられる。それらを用いて振り返りの授業を行えば、子ども達は自分の成長に気付くことができるのではないだろうか。

『食』を大切にすることができるようになった自分に気付く』とは、たとえば、健康に気を付けた食事や規則正しい食事ができるようになった自分に気付くことがあげられる。さらに、食べ物を大切にできるようになった自分、簡単な調理ができるようになった自分に気付くこともあげられる。

健康に気を付けた食事ができるようになった自分に

気付かせるための方法として、給食の献立表を使って食べられたものに丸をつけて記録したり、嫌いだっものが食べられるようになったことを記録するカードを作ったりすることが考えられる。

また、規則正しい食事ができるようになった自分に気付かせるための方法として、家などで朝、昼、夕と規則正しく食事できた日に丸をつけて記録するカードを作ることもある。

さらに、簡単な調理ができるようになった自分に気付かせるために、調理した料理を写真にとって自分が作った料理の記録をつける活動などがある。

他にも様々な記録の取り方が考えられる。

Ⅲ 小学校における実践からの考察

これまで見出してきた5つの手立てをふまえ、愛知県西尾市立寺津小学校2年生の「食育科」の実践(2006年4月～11月、週2回ボランティアとして2年生を中心にして入り、実践の様子を観察・参加した)を考察した。寺津小学校は、文部科学省指定研究開発学校であり、教科「食育科」(第2学年は、生活科105時間の内から53時間活用)を設置している。どの学年も栽培活動を行いながら、栄養教諭と連携して授業を行っていることが特色である。第2学年では、「やさしい だいすき」のテーマをもとに、一年を通して、ナス、ミニトマトなどの夏野菜、ネギ、キャベツ、ダイコンなどの冬野菜の栽培活動を行っている。ここでは、夏野菜の栽培活動(4月下旬～7月中旬)を中心に実践分析し、食育の有効性・可能性を探りたい。

表1に、4月下旬から7月中旬までの第2学年の食育科の単元構想を示す。

表1 単元構想「なつやさい だいすき」(全20時間)

4月	○野菜の種類を調べよう ●どんな野菜があるかな
5月	●好きな野菜、嫌いな野菜 ●夏野菜はどれ? ○夏野菜を育てよう ●育てたい野菜を決めよう ●苗を買いに行き、植えよう ●苗の違いを観察しよう ●野菜先生に世話の仕方を教えてもらおう ●野菜の世話をしよう ●野菜の花や実の違いを観察しよう
6月	○五感(目・口・鼻・舌・手)+心をはたらかせて野菜を味わおう ●五感をはたらかせて味わう方法を知ろう ●新鮮野菜と古い野菜を比べよう ●おすすめのメニューを紹介しよう
7月	○育てた夏野菜で料理を作ろう ●包丁で切ってみよう ●お家の人と一緒に料理しよう

1 実践の様子

(1) 夏野菜はどれ?

前時に、子ども達は好きな野菜・嫌いな野菜をワークシートに書いた。この日はそれを用い、子ども達が好きな野菜・嫌いな野菜とその理由を発表した。

「おいしいから好き」「甘いから好き」「苦いから嫌い」と舌で味わうことを理由とする子が多かったが、中には、「しゃきしゃきするからおいしい」と食感を理由にした子もいた。

たくさんの野菜の名前があがったことをほめ、「この中で夏野菜はどれだろう?」と投げかけ、新たに「なつやさいを さがそう」というワークシートを配った。そして、子ども達に夏野菜の名前と絵を書かせた。多くの野菜の名前を知っている子もいたが、野菜の名前が思い出せず、書けない子もいた。

子ども達にとって、夏の野菜や冬の野菜がどれだと見つけることは、難しかったようであった。ワークシートには、夏の野菜だけでなく、冬の野菜や他の季節の野菜も一緒に書かれていた。

ワークシートを記入してから、夏野菜だと思う物を発表する時間を設けたが、やはり野菜がどの季節の物であるのか、明確に分けることはできなかった。

(2) 育てたい野菜を決めよう

この時間は、自分の健康について考え、育てる野菜を決めてほしいと考え、夏野菜のパワーを伝える授業を行った。子ども達が授業を楽しめるように、教師は野菜博士に変身して授業を行った。はじめに、子ども達に、好きな野菜・嫌いな野菜とその理由を発表してもらった。次に、6種類の夏野菜を、博士のおすすめ夏野菜として紹介した。同時に、それらのもつ野菜パワーについての話をした。

黒板に次々と貼られる野菜と野菜パワーに、子ども達は興味をもち、野菜と野菜パワーを楽しく学べ、野菜に親しみをもてたようであった。

その後、野菜博士の授業をふまえて、ワークシートに自分の育てたい野菜とその理由を書かせた。

すると、多くの子が野菜のパワーを理由の一つにあげていた。また、A児は、「いもうとがきらいだから、おいしくたべてほしいから」、B児は、「トマトはあまいから力がでるから、おかあさんにおいしくたべてほしい」と書き、家族のことを考えて育てる野菜を決めることができていた。

最後に、発表する時間を設け、A児のように、家族のことを考えて育てたい野菜を決めた子がいることを紹介した。

(3) 苗を買いに行き、植えよう

自分の野菜の苗を買うために、片道約4km、子ども達の足で約40分かかる苗屋に出かけた。

出発前、子ども達は、苗を買うお金(90円)が入った財布をうれしそうに握っていた。自分が持ってきたお金で自分の物を買うということは、子ども達にとって新鮮で、冒険のようなことだったのである。

苗を買う途中では、町探検をしているようであった。親しみのある駄菓子屋、コンビニエンスストア、道に植わっているサツキの花、自動販売機、子ども達は、通り過ぎる物に目をやっては、様々な発見をしていた。

苗屋では、店の人とたくさんの野菜の苗が、子ども達を迎えた。はじめに、店の人から苗の買い方や選び方、扱い方、植え方を教わった。子ども達は、真剣に店の人の話を聞いていた。

苗を買う時になると、子ども達は、自分の買う苗のところに急いで行き、じっくり苗を選び始めた。自分の買う苗は、「できるだけ大きい苗がいい」と、いくつもの苗の大きさを比べて、一生懸命ミニトマトを選んでいる子どもがみられた。C児は、自分で選んだ大きな苗を「見て見てー!」と、みんなにうれしそうに見せていた。そして、「すごい大きいのがいいと思った。」と話していた。

苗を買った子ども達は、どの子もうれしそうであった。苗を手にして、「トウモロコシ、ゲッツー!」などと喜ぶ声があちらこちらで聞こえた。また、「でっかくなるかな?」「早く食べたいな」という声も聞こえ、大きくなった野菜を食べることを楽しみにしている子どもの姿が多くみられた。

子ども達は、自分で苗を買ったことにより、早くも自分の野菜に愛着をもてるようになっていた。

学校に着いてから、苗屋に教えてもらった植え方を思い出して、苗をすぐに植えた。水でしめらせた苗を、子ども達は、大事そうにそっと植えていた。苗を植えた場所には、それぞれの名札をさし、自分の苗がすぐにわかるようにした。最後に、たつぷりと水をかけ、活動を終えた。

(4) 苗の違いを観察しよう

はじめに、「登校した時に苗を見に行っただか」「その苗が元気だったか」をたずね、野菜の苗を見に行くための意欲を高めた。次に、様々な形の葉の絵を板書し、ナスの葉がどれかと投げかけた。子ども達は、ナスの葉がどのようになっているのか、知らない子が多かった。正解は畑で見つけることとし、畑へ向かった。

畑への移動中、「ぼくのとうもろこし、どうなったんだろう」と心配している子どもがいた。

子ども達は、畑に行くと、自分の野菜や友達の野菜を見比べ、どの苗が元気があるかなど、調べはじめた。

自分の苗や友達の苗の近くまで行き、葉の形を観察しながら、ワークシートに野菜の葉をスケッチした。葉にはギザギザの形と丸い形があることに気付いたり、花のつぼみがついているのを発見したりする子がいた。

(5) 野菜の歌を歌おう・野菜クイズをしよう

授業の導入には、野菜の歌を歌った。この歌には子ども達が振り付けをつけた。子ども達は歌うこと、踊ることが大好きである。毎回授業のはじめに歌うことで、授業への意欲が高められていた。

また、野菜クイズも行った。これは、教師があらかじめとっておいた野菜の写真を子ども達に見せ、何の野菜か当てさせるといったものであった。このクイズは子ども達に好評であり、クイズを通して野菜がどのように育っているのか楽しく学ぶことができた。

(6) 野菜先生に世話の仕方を教えてもらおう

野菜先生（地域に住む野菜栽培の名人に「野菜先生」をお願いし、子ども達が野菜の世話の仕方や知りたいことを教えてもらえるようにした）に登場してもらい、アドバイスをいただいた。5月19日には、それぞれの野菜の水のやり方についてアドバイスをもらった。また、ミニトマトのわき芽をとること、トウモロコシに肥料をやることを教えてもらった。子ども達は、野菜先生のアドバイスを静かに聞いていた。

野菜先生は、野菜の世話をどうやるのか、一回一回子ども達に見本を見せてくれた。子ども達は、それをまねて野菜の世話をすることができていた。

(7) 野菜の世話をしよう

子ども達は毎日、朝と帰りに自分の野菜に水をやっていた。そして自分の野菜を見ては、生長に一喜一憂していた。2年生の畑には、野菜先生が子ども達にプレゼントしたミニトマトが植えられていた。子ども達は、自分の野菜と野菜先生の野菜の生長を比べながら、野菜先生のすごさを感じていた。以下に休み時間や下校時に、子ども達がどのように野菜の世話をしていたか述べる。

5月24日の休み時間、C児はミニトマトの花を見て、「見て！花が5つもある」と発見し、喜んでいた。また、D児は5月26日の休み時間に、ナスの花が咲いているのを見つけて、「あっさいてるー。ここにもさいてるー！」と驚いていた。子ども達は、自分の野菜に花がつくと心から喜んだ。そして、周りの友達に喜びを伝えた。自分の野菜に花がつくと、やがて友達野菜をよく見るようになった。そして、友達野菜に花がつくと、友達に報告するようになった。

そして、野菜の実が出来はじめると、「ミニトマト、ここに実がなってるの。」という生長を楽しみにする声や、ナスの実を見つけて、「来てー。ナスここだよ。」と、みんなに知らせる声や、「ぼくのミニトマトとれたよ。」という収穫の声が出てくるようになった。

6月16日の休み時間、E児は、「ぼくのミニトマトね、森だよ。もうすぐ赤くなるよ」とうれしそうに教えてくれた。そして、「まだ緑だけど、すごく大きい

よ。帰りに見てみてね。」と付け加えた。E児は、大きくなった自分のミニトマトに喜びと親しみを感じていた。そして、ミニトマトのさらなる生長を心から楽しみにしているようであった。

E児は、6月28日の下校時に、大きく生長したミニトマトを見て、再び「ぼくのミニトマト、森だもん」と言った。多くの子の野菜に、次々と実ができ始める時期だった。ミニトマトの陰にすわり、「森ー」と言う姿からは、ミニトマトへの愛着の深まりがみとれた。

また、この日E児は、自分のミニトマトを収穫し、「ぼくのミニトマトとれたよ。」と見せてくれた。そして、「3つ、お父さんと、妹と、ぼくで食べる。きのうなってたんだけど、今日とったの。」と話した。この時期になると、E児のように、収穫する際、食べさせたい人、家族のことを考えながら収穫する子が多くなってきていた。

(8) おすすめのメニューを紹介しよう

自分の苦手な野菜を食べるためのおすすめメニューを、家の人に聞いてきて、一人ずつ紹介するという活動を行った。

F児は、おすすめメニューとして、ピーマン入り肉団子のあんかけを紹介し、「自分でピーマンを切って、楽しかった。」と発表した。そして、授業後、F児は「ピーマン切ったよ。ピーマンだーい好き。これ食べたら超好きになった。」と報告しに来てくれた。ピーマンが苦手な子どもは多かったが、自分でピーマンを切るなど、家の人とおすすめメニューを作る中で、どの子もピーマンを食べることができ、「ピーマンの苦みが消えた、おいしかった」と思うことができていた。

表2 子ども達の発表の一部

「ナスとピーマンがきれいだった。自分も手伝って疲れて食べたからすごくおいしかった。」
「売り物より、作った物の方が心がこもっていると思う。」
「自分でつくとおいしい。」
「キュウリ切ったよ。キュウリ嫌いだったけど、食べれるようになった。」

表2に、子ども達の発表の一部をのせる。子ども達は、家の人と一緒に調理することで、苦手な野菜を楽しく味わうことができていた。

(9) 野菜パーティーの計画

6つのグループに分かれ、野菜パーティーでのメニューを何にするか決めた。そして、必要な材料は何か、どうやって作るかなど話し合った。

E児のグループでは、はじめに何の野菜を誰が切るのかということが話し合いになった。E児は、自分の育てたミニトマトを使いたいという気持ちが高かった

ため、「トマトはね、学校のだよ。」と学校で育てたミニトマトを主張していた。

G児の「何を入れたい？」という声に、ハクサイが出た時は、他の子がすぐにハクサイが冬野菜であることに気づき、材料の候補を夏野菜のもので考えることができていた。なかなかメニューが決まらないでいたが、先生のアドバイスとE児の「ピザトーストにしよう。顔とか作れば楽しそうだよ。」の一言で、メニューは、ピザトーストに決まった。

最後に、話し合ってもわからなかった材料や分量、作り方を家の人に相談することが宿題であること、次回持ってくる材料を忘れないようにすることを話し、授業を終えた。

(10) 包丁で切ってみよう

野菜パーティーに備えて、包丁を使う練習を行った。家から持ってきたキュウリを、一人一人が切る練習をした。はじめに先生が「にゃんこの手」を教え、包丁が安全に使えるように説明した。子ども達は「にゃんこの手」を覚え、キュウリを一生懸命切っていた。保護者ボランティアにお手伝いを依頼し、包丁の使い方のアドバイスをしてもらった。

子ども達は、友達がキュウリを切るのを見て、上手に切れたことをほめたり、うまく切れない子には上手に切るためのアドバイスをしたりしていた。D児は、キュウリを切った形を友達に見せながら、「お花みたい」と驚いていた。D児は、一つ一つ丁寧にキュウリを切り、キュウリの切り口をじっと見たのだった。そして、「キュウリ嫌いだったのに、今日切って、好きになった。なんでかわからないけど、食べられた。」と話していた。

箸を使って上手にキュウリを食べる姿や、最後の後片付けの皿洗いまで友達と協力して行っている姿が印象的であった。

この日のワークシートに、H児は、キュウリを自分で切って「自分で切った。おいしかった。」と書いた。キュウリを切るだけの活動であっても、自分で切ったことで、満足していることがみとれた。

また、I児は、「早く自分のが食べたい」と記述した。これは、自分で育てた野菜を食べたいということである。この活動で、I児は、野菜パーティーへの思いをふくらませることができたと考える。

(11) 野菜パーティー

計画を立てたことをもとに、野菜の収穫を喜ぶ、野菜パーティーを行った。それぞれのグループが自分達の野菜を使って料理を作り、今までお世話になった野菜先生にお礼をした。

この時も、保護者ボランティアにお手伝いを依頼した。子ども達は、様々な材料の切り方や作り方の手順

を教えてもらった。電子レンジやコンロを使うグループの子ども達も、保護者ボランティアにそれらの安全な使い方を教えてもらっていた。

料理ができると、子ども達は急いで野菜先生に料理を持って行った。「おいしい、ありがとう」と言って食べてくれる野菜先生の姿を見て、子ども達は喜びを感じていた。最後に、子ども達が感謝を込めて野菜先生にお礼の手紙を渡した。

帰りに野菜先生は、子ども達にたくさんの野菜をプレゼントしてくれた。子ども達は、野菜先生のすごさを改めて感じたようであった。

2 結果と考察

ここでは、実践の中での子どもの姿から、5つの手立てを検証し、食育の有効性と可能性を見出だす。

(1) 栽培活動、校庭や地域の探検などを軸に単元を構成する。

校外学習で、野菜の苗を苗屋まで買いに行った。自分の足で店に行き、店の人とやりとりしながら、自分のお金で自分の苗を買うことにより、学校に戻る頃には、すっかり自分の苗に愛着をもつことができていた。

また、食育科の時間には、繰り返し畑に行き、水やりなどの野菜の世話や、観察を行った。畑の野菜に継続的にかかわることで、子ども達は、野菜に愛着をもち、詳しく観察できるようになったり、野菜を大切に思うようになったり、収穫の楽しみを感じたりできるようになった。

J児は、野菜日記に、「やさいどろぼうに一きゅうりとられてちょうしょくだったけどわざときって木だけのばすひともいるときいてすこしあんしんした。いっばいきゅうりがおいしくそだつといいなあ。あともうひといきがなばれ。」と書いていた。

このことから、一生懸命育てた野菜を盗まれた悔しさや悲しさが読み取れる。しかし、このような悔しさ、悲しさを味わった体験が、育てた人の苦労や食べ物の大切さを実感できる心を育てるために必要だと考える。

さらに、子ども達が育てた野菜を家に持って帰ることもあった。家でお母さんが料理してくれておいしかったこと、弟が喜んで食べてくれたことなど、うれしそうに話す子どもの姿があった。

このように、野菜の栽培活動を軸に活動を行ったことで、子ども達は野菜の生長に興味をもち、野菜の命の大切さ、栽培・収穫できる喜び、食べる楽しさを実感できたと考える。さらに、自分の家族について考えることもできた。ゆえに、この手立ては有効であったと考える。

(2) 五感(特に、味覚、嗅覚、触覚)の活用を促す工夫をする。

授業では、野菜を観察する際に書く「やさい日記」

の裏に、観察するポイント(図1)を書いておき、子ども達が五感と心を働かせて観察できるようにした。

そのため、野菜を触って観察する子や数を数えて観察する子、長さを定規で測って観察する子などがみられた。観察方法の提示により、子ども達は様々に野菜への思いをめぐらしたようであった。

また、五感と心を働かせて味わう方法を知るということを行った。この授業では栄養教諭が、たくあん、めざし、マッシュマロを用いて授業を行い、五感+心で味わう方法を教えた。

さらに、2年1組では、給食を五感(目・口・鼻・舌・手)と心で味わうという活動を行った。黒板に五感と心のカードを貼るにより、五感と心を意識して働かせ、味わうことができた。

授業や給食で様々な食材を味わった感想をみんなで発表し合う中で、子ども達は様々な味わい方を学び、食べることの楽しさや喜びを感じることができていた。

このように、野菜の生長を五感で感じたり、食べ物を五感で味わったりすることで、子ども達の野菜への愛着が強くなったり、味わうことの楽しさを学んだりすることができた。このことから、これらの手立ては有効であると考ええる。

<ul style="list-style-type: none"> ● はっぱの数 ● くきの長さ ● はっぱの色や形 ● 花の色 ● 花の数 ● みの形 ● みの数 	} (目)	<ul style="list-style-type: none"> ● 手ざわり (手) ● におい (はな) ● 気もち (心)
---	-------	---

図1 観察のポイント

(3) 栽培活動や調理をする際は、地域の人々や家族と一緒に活動する。

野菜先生にお願いし、野菜の世話の仕方や収穫の時期を教えてもらった。野菜栽培の達人である「野菜先生」が、手早く畝を作ったり、肥料をやったり、世話の仕方を教えたりする姿を、子ども達は驚きと尊敬のまなざしで見つめていた。野菜先生に様々なことを教えてもらいながら、自分達でも肥料をやったり、草を取ったり、ミニトマトのわき芽を取ったりした。

G児は、食育の授業になると、毎回のように「今日、野菜先生来る？」と聞いていた。また、野菜先生が来たのを見つけると一目散に駆けて行っていた。これは、野菜先生に親しみを感じていることの表れであった。野菜日記にも、「やさいせんせいにおしえてもらってほんとううれしかったです。こえをあげました。」と書いたことがあった。この記述からは、肥料のやり方を教えてもらえてうれしかった様子がわかる。

また、E児も「6月29日木よう日にやさい先生がきました。とうもろこしやトマトのことをくわしくおしえてくれたので、よくわかりました。またしょくいくのときまたきてほしいです。またくわしくおしえてほしいです。」と記述した。

このように、子ども達は繰り返し野菜先生に野菜の世話の仕方を教えてもらう中で、野菜先生に親しみを持ち、僕も、私も「野菜先生みたいになりたい」と思うようになっていた。同時に、野菜栽培への意欲を高めることができた。

野菜パーティーには、お礼として野菜先生を招待した。子ども達は、自分達が一生懸命作った料理を野菜先生にふるまっていた。パーティーの日には、野菜先生も子ども達のために野菜のプレゼントをたくさん持ってきてくれた。一人では持ちきれないほどたくさんの野菜であった。子ども達は改めて野菜先生のすごさや温かさを感じていた。

保護者の協力も大変重要であった。包丁の練習でキュウリを切った時には、子ども達が安心して包丁の使い方を学ぶことができた。

苦手な野菜をおすすめメニューとして発表する活動では、子ども達が家で保護者と一緒に調理する機会をもてた。K児は、ピーマンが苦手であったが、ピーマンの入ったおすすめ料理を母親と一緒に作ることによって、ピーマンを好きになることができていた。

K児のように、保護者と一緒に調理して苦手な野菜をおいしく食べられるようになった子は多くいた。

また、野菜パーティーでは、保護者ボランティアが各グループに1人以上入り、子ども達が安全に調理器具を使えるようにしたり、子ども達がわからないことにアドバイスをしたりした。子ども達は、野菜の切り方や、電子レンジの使い方、コンロの使い方など、様々なことを教えてもらっていた。

野菜パーティーの時、I児は、ワークシートに「ぼくはピーマンのたねをとるのがむずかしかったです。でもおかあさんがおしえてくれたもんでじょうずにできました。」と書いた。保護者ボランティアとして野菜パーティーに来ていた母親に、ピーマンの種の取り方を教えてもらい、自分でうまくできた喜びがワークシートに表れていた。

調理から試食、後片付けまで保護者ボランティアと一緒にやったことにより、子ども達は、自分が調理した料理を味わうとともに、野菜先生や保護者ボランティアとともに食べる楽しさを味わうことができていた。

以上のことから、この手立ても有効であると考ええる。

(4) 調理する際は、子ども達が試行錯誤しながら、工夫できる活動にする。

包丁を使う練習でキュウリを切った時、授業の終わりのワークシートに、G児はこう書いた。「きゅうり

をきったときみんなほめてくれたのですごうれしかったです。もっときりたいです。」G児は、普段から家でもお手伝いをしていたため、包丁の使い方が上手であった。それを周りの友達が見て、ほめたのである。G児は、うれしくなり、他の食材も切りたいと意欲をもつことができた。友達と調理することで、キュウリの切り方の教え合いがされたり、友達の良いところに気付いたりできたのだった。

野菜パーティーの時には、ピザトーストを作り、ワークシートに次のように書いている。「ぼくはベーコンとみにとまとをきりました。できたときすごくおいしかったです。みんなもすごくうまいってっていました。」この記述には、友達と役割分担して料理を作り、友達と楽しく味わうことのできたG児の姿が表れている。

M児は、キュウリを切る活動の時、「ぼくはきゅうりをうまくきりました。そしたらそのきゅうりをたべたらおいしかったです。そのきゅうりがおいしくていえでたべるととっといっています。」と書いた。自分が一生懸命切ったキュウリだからこそ、うれしくておいしかったのである。そして、自分が切ったキュウリを家の人にも食べさせたいと思い、容器にキュウリを入れて持って帰ったのである。

M児は、野菜パーティーの時には、「さいしょはしばいをするかとおもったけどだいじょうぶだったよ。でもたのしかったよ。」と記述した。

ドライカレーを作るグループであり、コンロで火を使うこともあった。行ったことのないことに不安を感じていたが、友達と試行錯誤する中で、不安を安心に変えることができたのだった。ここでは、友達と協力する中で自分に自信をもてるようになっていた。同時に、友達と協力することの大切さも実感したであろう。

このように、子ども達が調理をする中で試行錯誤することにより、自分に自信をもったり、友達と調理し味わう喜びを感じたりすることができた。よって、この手立ては有効であると考えられる。

(5) 植物の命や「食」を大切にできるようになった自分に気付かせるために、記録の取り方を工夫する。

子ども達が野菜の生長に気付くように、授業の導入において、野菜の写真を使って野菜クイズを行った。このクイズにより、多くの子ども達は野菜の生長の仕方に気付くことができていた。

また、授業では、ワークシートや野菜日記を毎回用意し、子ども達が感じたことを記録として残せるようにしていた。週に1回、畑で野菜日記を書くことにより、子ども達は、野菜の生長を段階的に感じるようになっていた。たとえば、O児は、「月よう日よりぜんぜんおおきくなった。ちょっとだけだけどいろいろがむらさきになったよ。」と書き、野菜を観察する度に生長

を感じていることがわかった。

毎回の授業で使用したワークシートでは、子ども達が授業で感じたことをそのまま残すことができていた。たとえば、4月の頃に嫌いだった野菜や五感と心で味わった時に自分が感じたこと、野菜パーティーをした時の自分の気持ちなどをそのまま残すことができた。これらのワークシートは、振り返りの活動をする際、大切な教材となると考える。

以上の点では、手立ては有効であったと言える。しかし、野菜日記やワークシートを見直すことで、段階的に野菜の生長を振り返ったり、自分の成長を振り返ったりする授業は、行うことができなかった。子ども達が活動を振り返り、植物の生命のたくましさや大切さ、嫌いな野菜を食べられるようになった自分、野菜を大切に育てられるようになった自分など、自分の成長に気付くことができるような授業を行うには、まだまだ工夫が必要である。

IV 研究のまとめ

生活科をベースにした食育科の実践を通して、5つの手立てを検証してきた。子ども達は、自ら選んだ野菜の苗を熱心に世話し、その生長の様子を適切に表現できた(学習上の自立)。また、野菜の栄養について学んだことを実生活にも生かすことができるようになったり、家族の大切さに気付いたりしている(生活上の自立)。さらに、嫌いだった野菜をなんとか食べようと努力したり、朝夕の世話を毎日続けたりすることができるようになった(精神的な自立)。このように考えると生活科の究極的な目標である「自立への基礎を養う」⁸⁾上で、生活科において食育を取り上げることは、有効であり、生活科教育の充実に向けて、可能性を秘めていると考えられる。

参考文献・引用文献

- 1) 服部幸應『食育のすすめ』 マガジンハウス 2004年 p.1
- 2) 中央教育審議会「食に関する指導體制の整備について」 2003年9月
- 3) 食育基本法 2005年7月
- 4) 嶋野道弘・寺尾慎一『生活科の授業方法』 ぎょうせい 2003年7月 p.127
- 5) 林理佳子「生活科学習と食育の関連」愛知教育大学生活科教育講座紀要「生活科・総合的学習研究」第4号 2006年 pp.81-88
- 6) 藤沢良知『食育の時代』 第一出版 2005年 p.36
- 7) 上掲書4) p.39
- 8) 文部省「小学校学習指導要領解説生活編」 1999年5月 p.14