

「地場産物活用や食文化継承の ための体験学習」をテーマとした 実践研究事例集



2022年12月

は じ め に

学校給食法における学校給食の目標として、「食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと、我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること」等が掲げられています。

また、第4次食育推進基本計画においても『学校給食に地場産物を使用し、食に関する指導の「生きた教材」として活用することは、地域の自然、食文化、産業等に関する理解を深めるとともに、生産者の努力や食に関する感謝の念を育む上で重要である。』と示されています。

具体的な取り組み目標として、「学校給食における地場産物を活用した取り組みを増やす」が掲げられており、「栄養教諭の地場産物に係る食に関する指導の平均取り組み回数、月9.1回（現状値）から月12回以上」をめざす目標値が設定されています。

このことに関する本協議会の調査（令和4年3月）では、長引くコロナウイルス感染症拡大の中で、「新しい生活様式の中、学校給食の時間における直接の指導が難しくなった」「休校等による授業時間数が不足しており、食育の時間を確保することが難しかった」等の声が寄せられており、コロナ禍のここ数年、地場産物に係る食に関する指導の実施が難しくなっている実情があります。しかしながら、地場産物活用の学校給食を教材化した食に関する指導は、大きな教育的効果につながります。私たちは、新たな日常に対応して、デジタル等を活用した効果的な食育を推進していく必要があります。

本協議会では、この度、「地場産物活用や食文化継承のための体験学習」をテーマとした実践研究事例集をまとめました。漠然とした達成感、漠然とした共感ではなくて、研究としてとらえ、目的、取組、考察を踏まえ、今後につなげていく発展性のある取組が寄せられています。

本書が、全国の栄養教諭を始め関係の皆様にとって、「地場産物に係る食に関する指導の取り組み回数を増やす」具体的な参考事例となることを心から願っています。

最後に、本研究のまとめに当たり、ご指導・ご助言を頂きました東海大学児童教育学部 雲財 寛先生に深くお礼申し上げます。

令和4年12月

公益社団法人 全国学校栄養士協議会
会 長 長 島 美 保 子

活用にあたって

本協議会では、令和元年度に食育推進アンケートを行った。その研究結果から、共食や手伝いを実践している児童生徒ほど、食材の産地に関心を持ち、郷土料理や伝統料理を知っていることや、食材の産地に関心をもっている児童生徒は、地域でとれた食材を使うことの大切さや郷土料理や伝統料理を引き継ぐことの大切さを理解していることが明らかとなった。地場産物の活用、郷土料理や伝統料理等食文化の継承に積極的に取り組む必要があり、また、実際に体験することが効果的であることが考えられた。

第4次食育推進基本計画では、学校給食での地場産物を活用した取組等を増加させることや、栄養教諭による地場産物に係る食に関する指導の平均取組回数を、現状値月9.1回から月12回以上とする目標が示されている。また、食文化の継承のための活動への支援等の項では、学校給食等においても、郷土料理の歴史やゆかり、食材などを学ぶ取組を推進することが盛り込まれている。

そこで、「地場産物活用や食文化継承のための体験学習」をテーマとした実践研究事例を集め、広く共有し、今後の食育推進に活かすために事例集を作成した。

本書には、全国から実践事例を集め、この中から、11都道府県の取組について、詳細を掲載した。全国の取組事例を参考にして、栄養教諭はじめ多くの皆様に、ぜひ活用していただきたいと願っている。

2019 食育推進アンケート 集計結果報告書 Part II 統計解析 研究結果概要より

1. 背景

社会状況の変化に伴い、子どもたちの食の乱れや健康への影響がみられる中、平成17年度に栄養教諭制度がスタートして15年が経過した。この間に栄養教諭等が取り組んできた食に関する指導の成果を科学的な根拠により把握し、見える形で示すために、学校における食育推進状況と児童生徒の食生活の実態について調査を行った。

2. 単純集計結果からみえた課題

(1) 学校における食育推進状況で、特に指導の必要性が高い項目

- 「地場産物や地産地消について理解している」
- 「食事の準備や調理などの手伝いをしている」
- 「郷土料理や伝統料理について関心をもっている」

(2) 児童生徒の食生活で、理解しているものの実践について課題がある項目

- 「食材の産地に関心をもっている」
- 「食事の準備や料理など手伝いをしている」
- 「郷土料理や伝統料理を知っている」

(3) 食に関する指導の全体計画・年間指導計画作成およびそれに基づいた指導の実践について課題がある項目

- 「食に関する指導の評価」
- 「児童生徒の変容の評価」
- 「評価結果を生かした全体計画、年間指導計画の見直し」

3. 課題解決のための研究

共食や手伝いと食文化の継承の関連を分析し、今後の食に関する指導の在り方を探り、家庭を巻き込んだ取組を行うことで、児童生徒の食に関する自己管理能力を育成する。また、食に関する指導の全体計画・年間指導計画作成およびそれに基づいた指導の「実践」「評価」「改善」の関連を分析し、食に関する指導のPDCAの大切さを検証することで、今後の食に関する指導の充実を図る。

4. 研究仮説

- (1) 共食や手伝いを実践している児童生徒ほど、「食材の産地に関心をもっている」「郷土料理や伝統料理を知っている」であろう。
- (2) 食材の産地に関心をもっている児童生徒ほど、「地域でとれた食材を使うことの大切さ」「郷土料理や伝統料理を引き継ぐことの大切さ」を理解しているであろう。
- (3) 食育推進のP D C Aに基づき、食に関する指導をチーム学校で取り組んでいる学校ほど、児童生徒の食に関する「意識」「知識」が高く、「実践」できていることが多いであろう。

研究仮説（1）

共食や手伝いを実践している児童生徒ほど、「食材の産地に関心をもっている」「郷土料理や伝統料理を知っている」であろう。

5. 結果

統計解析の結果、共食や手伝いを実践している児童生徒ほど食材の産地に関心をもち、郷土料理や伝統料理を知っていることが検証された。そして、その関係性は「共食の頻度」よりも「手伝いの頻度」のほうが顕著であった。クロス分析でも、すべての項目において、共食の頻度と食生活に関する取り組みに相関が認められた。

また、日ごろから食事の準備や料理の手伝いをしている児童生徒ほど、高い調理技術が身に付いていることもわかった。このことから、家庭を巻き込んだ食の体験学習の充実が今後の指導において有効であると考えられる。

研究仮説（2）

食材の産地に関心をもっている児童生徒ほど、「地域でとれた食材を使うことの大切さ」「郷土料理や伝統料理を引き継ぐことの大切さ」を理解しているであろう。

統計分析の結果、食材の産地に関心をもっている児童生徒は、地域でとれた食材を使うことの大切さや郷土料理や伝統料理を引き継ぐことの大切さを理解していることが検証された。

このことから、学校給食に地場産物を活用し、生きた教材として指導に活かすことが、地域の食文化に対する理解を深めることに有効であると考えられる。

研究仮説（3）

食育推進のP D C Aに基づき、食に関する指導をチーム学校で取り組んでいる学校ほど、児童生徒の食に関する「意識」「知識」が高く、「実践」できていることが多いであろう。

P D C Aをすべて実行している学校と評価・見直しを実行していない学校を比較して、クロス分析を行った結果「食生活に関する取組」では小学校は双方に差がみられなかったが、中学校ではP D C Aをすべて実行している学校のほうが、わずかに加重得点平均が高かった。

「自分でできること」では、小学校は、P D C Aをすべて実行している学校のほうが、「できる」割合の高い項目が多かったが、中学校では、評価・見直しを実行していない学校の方が多かった。

「3つの食品グループ」の分類では、すべての食品においてP D C Aのすべて実行している学校の児童の正答率が高く、「五大栄養素」の分類では、P D C Aをすべて実行している学校の生徒のほうが正答率が高い食品が多かったが、その差はわずかであった。

「食生活に関する大切さ」の理解では、小学校は双方に差がみられなかったが、中学校では、P D C Aをすべて実行している学校の生徒の方が、全ての項目において、わずかに加重得点平均が高かった。

今回の統計解説では、P D C Aと児童生徒の実態において、項目によってはわずかな有意差を認めたものの、顕著な関係性を検証するに至らなかった。評価 (Check) の目的は、家庭や地域と連携しながら、実践した食育の内容を振り返り、計画を改善 (Act) し、子供たちのためによりよい食育を実践することであり、そのためには、各々の学校における食育推進体制を見直し、食に関する指導の更なる充実を図ることが重要である。

—もくじ—

【都道府県別実践研究事例一覧】 5

【参考になる実践研究事例】

都道府県名	主 題	学校名等	執筆者	頁数
北海道	「学校・家庭・地域がつながる食育の充実」 ～地場産物を活用したプレミアムななえデーの取組から～	七飯町立七重小学校	伊藤 綾子	7
栃木県	中学校における地場産物の認知度向上と食文化継承のための実践研究	下野市立石橋中学校	大島 久美子	13
千葉県	「ちばの野菜と果物大好き！」な子どもを育てるための調査研究	千葉県学校栄養士会		20
石川県	学校給食を活用した伝統的食文化の継承 ～和食でつなげる食育の推進～	志賀町立志賀中学校	佐原 可奈子	30
岐阜県	地場産物を通して食に関心をもち、よりより食生活を送ろうとする子を目指して	郡上市立大和中学校	山下 由美子	35
鳥取県	境港市の「魚」を活用した体験活動や食に関する指導の実践から見える生徒の地場産物に対する意識の変容 ～地域と連携した魚食普及活動～	境港市立第二中学校	島根 麻衣子	43
島根県	望ましい食習慣を身に付け、地域の食材に愛着をもつ児童の育成 ～学校・家庭・地域の連携による魚食推進の取組～	浜田市立 浜田第二中学校	加藤 陽子	53
広島県	児童の「ふるさと愛」を養う食育の推進 ～「げんき」「やるき」「こんき」三つの「き」の基礎づくり～	大崎上島町立 大崎小学校	鈴木 菜帆	59
愛媛県	障がいのある児童生徒が生き生きと取り組む食に関する指導 ～地域の人材を活用した体験学習を通して～	愛媛県立 新居浜特別支援学校	中家 華奈	67
高知県	地域再発見 ふるさとの味を伝えよう「下知ねぎプロジェクト」	高知市立昭和小学校	波内 舞子	77
福岡県	感謝の心を育む食育の推進 ～生産者と授業者をつなぐ栄養教諭のP D C Aサイクル化を通して～	宗像市立 自由ヶ丘小学校	古田 由幾子	83

【有識者による指導助言】 91

「どのように実践研究をデザインするか」

東海大学児童教育学部 講師 雲財 寛 氏

中学校における地場産物の認知度向上と食文化継承のための実践研究

栃木県下野市立石橋中学校

氏名 大島 久美子

栃木県

1. 研究の背景・目的

下野市では、毎月19日を「しもつけいっぱいday」として、郷土料理や地場産物を使った献立の日を実施してきたが、その献立を教材とし継続した指導に繋がっていないなどの課題があった。また、本校では平成27年度より、当日使用されている地場産物名や生産者情報を毎日放送してきたが、食事中の音声放送だけで効果を上げることに困難を感じていた。

2. 研究仮説

「給食の時間の指導を中心にした地場産物の認知度向上と食文化継承のための取組」

令和2年6月から行っている前向き黙食を「目の前の給食と向き合えるチャンス」と捉え、給食の時間の指導を工夫し、さらに各教科・領域と連携した指導を工夫することにより、生徒の地場産物や郷土料理に対する興味関心を高め、食文化を尊重しようとする意識に結び付くのではないかと考えた。

3. 研究内容・方法

(1) ICTを活用した指導

生徒及び教員にタブレット端末が配布されたことで、動画を始めとした教材作成や生徒と教員双方向のやり取り、WEBフォームによる実態把握が行いやすくなった。また、校舎改修により、令和2年から校内一斉のテレビ放送が可能となり、従来の音声放送だけでなく視覚に訴える指導が可能となった。

(2) 各教科・領域と給食を連携させた指導

食に関する指導の全体計画を見直し、給食献立のさらなる教材化を図る。

4. 研究実践

(3) 給食の時間における指導の充実

① 地産地消情報の放送（毎日）

生徒による音声での献立や地場産物の発表だけでなく、配膳の待ち時間にテレビからの視覚情報で確認ができるようになった。(図1)



図1 配膳時、標準量の盛付図とともに「給食のねらい」と「地場産物情報」を大型テレビに表示

② 給食の時間の3分間指導

その日の「給食のねらい」に基づき作成した教材を全教室に映像放送し、画面に合わせ音声放送を行っている。

直接教室訪問し、食事中に話すことができなくなったが、これにより全校一斉の指導が浸透するようになった。(図2～6)



図2 指導前のアイキャッチ画面。サイン音が聞こえると画面に目が行きやすくなる。

<p>生乳 牛乳</p>	<p>牛乳の生産量が多いのは大都市の近郊。生産地から生乳を運搬して大消費地である都市部に近いところで加工しているから。</p>
<p>理由② 給食がなくなると牛乳を飲まない人が増えるから</p> <p>そんなに余るなら生産量を見直して初めから減らせばいいのでは？</p>	<p>給食の人気デザートとちおとめのプラマンジェ</p> <p>おすすめ牛乳デザート</p> <p>牛乳アイス</p> <p>カラーで見た人は学校HPにあります</p> <p>レンジプリン</p> <p>拂りの会でレシピを載せた給食だよりを配布します</p>

図3 栃木県の地場産物「生乳」と「牛乳」／牛乳廃棄問題（社会科との関連）

<p>(家庭科で実習できなかったので...) かんぴょうの戻し方を見よう</p> <p>下野市産かんぴょう1kg分</p>	<p>(家庭科で実習できなかったので...) しもつかれ(子どもバージョン)の作り方を見よう</p>
---	--

図4 今食べている給食が作られている様子の動画（調理実習の一助とした。）

<p>下古山地区・須藤さんの畑より</p> <p>新鮮なきゅうりが届きます</p>	
---	--

図5 生産者と連携した収穫の動画や生育状況の定点観測



図6 クイズ形式で郷土料理や地場産物への理解を深める

③ 「しもつけいっぱいday」「地産地消ウイーク」の充実

従来の「しもつけいっぱいday」に加え、年2回「地産地消ウイーク」を設け、利用できる食材の確保と献立内容の充実を図り、指導強化を図った。(図7)



図7 「しもつけいっぱいday」「地産地消ウイーク」

④ 郷土料理の提供と工夫

2月の献立のねらいを「郷土の食文化を学ぶ」とし、重点的に郷土料理を提供することで意識を高めた。(図8)

2月 給食献立予定表		使用食品 ()は食品に含まれるアレルギーです						今月の献立のねらい	
下野市立 石橋中学校		おもに 体の組織をつくる あか		おもに 体の脂肪を蓄える みどり		おもに エネルギーになる きいろ		郷土の食文化を学ぶ	
日曜	今日の給食のねらい	1群	2群	3群	4群	5群	6群	カロリー	一口メモ
10(木)	はつまつ初平行事食 郷土料理しもつかれについて知ろう	赤飯 ごま塩	ヒレカツ	子どもにも食べやすいしもつかれ	里いものみそ汁	牛乳		759 kcal	栃木県の伝統料理しもつかれは、2月の初平(はつまつ)の日に赤飯といっしょに稲荷(いなりの)神社にお参りする料理です。給食では子ども向けに酒かすを減らして食べやすい工夫をしています。海苔料では何年か地域のの方に作り方を教えていただく授業がありました。今年度は給食でぜひしもつかれを食べたいと思います。
18(金)	しもつけいっぱいday	ご飯	豚肉とにらのみそ炒め	もやしときゅうりのたくあん和え	かんぴょうのたまごじ	牛乳		823 kcal	毎月19日は食育の日「しもつけいっぱいday」です。下野市や栃木県で採れた農作物を味わいましょう。今日は、下野市が全国一の生産量を持つかんぴょうや、栃木県産の豚肉、卵、みそなどを使っています。
22(火)	栃木県の郷土料理のっぺい汁について知ろう	ご飯	さばのねぎ塩焼き	ほうれん草と白菜のごまみそ和え	のっぺい汁	牛乳		826 kcal	のっぺい汁は栃木県の郷土料理ですが、日本各地に似た料理が供われています。里いもや、にんじん、こんにゃく、ねぎなどをだし汁で煮て、しょうゆなどで味付けし、とろみをつけて作ります。

図8 「今月の献立のねらい」「今日の給食のねらい」を明確にした配布献立表

⑤ 国産農林水産物等販路新規開拓緊急対策事業の活用

無償提供を受けた県産鮎で、和食文化で重要な魚の食べ方について、動画で確認しながら実践した。(図9・資料10)



図9 正しい魚の食べ方に取り組む様子

(4) 技術・家庭科における指導

① 郷土料理の調理実習(令和元年度までの実践)

地域食生活改善員を講師に招き、栃木県の代表的な郷土料理である「しもつかれ」と「かんぴょう巻き」の実習を行った。特に「しもつかれ」は、見た目と何が入っているか分かりにくいことで苦手とする生徒が多かったが、自分で調理し理解を深めることで不安がなくなり安心して食べられたという振り返りが多く見られた。

② 他県の中学校と給食交流(令和3年度)

毎年、給食週間に各地の郷土料理と食文化について学ぶ「日本味めぐり」を実施しているが、縁あって福島県の中学校と給食交流を行うことができた。まず、栄養教諭同士で郷土料理を交換し、生徒は、郷土料理について学ぶ題材の学習でプレゼンテーション動画を作成し交換した。その後、給食週間中に互いの献立を実施し、給食の時間に動画を放送した。(図11)

予定していた調理実習ができない代わりに「他県の中学生に栃木県の郷土料理を伝える」という目的ができたことで、郷土の食文化について調べ、誇りを持つことができたという振り返りが多く見られた。全校生徒からのアンケートでも給食週間企画の中で最も反響が大きかった。

○今まで知らなかった地方の郷土料理を知ることができたし、自分の生まれた栃木の郷土料理を食べることも大切だけどそれを色々なところに共有してもらおうというやりとりが大切なんだなと思いました。(2年生・給食週間振り返りより)



資料10 事後指導として配布した給食だより



図11 生徒が作成した動画

③ 一日分の献立づくり

昼食は給食の献立を考える活動とした。栄養教諭が、献立づくりについて栄養や食品バランス、味付けなどの基本的なポイントの他に、よりよい献立にするための発展課題として「地場産物を取り入れる」ことについて話した。給食の時間に日常的に地場産物にふれてきたため、発展課題に意欲的に取り組む生徒が多く見られた。

(5) 総合的な学習の時間「地産地消ゼミ」(令和元年度までの実践)

本校では異学年集団でゼミ活動を行っている。栄養教諭が担当した地産地消ゼミでは、給食で食べた「ふくべ(かんぴょうに加工する前のユウガオの実)」を導入に、地場産物の新しい食べ方や料理を開発し、校内だけでなく地域に普及させる活動を行った。(資料12)

【活動の流れ】

- ① 給食の食材を参考に下野市の地場産物を調べる。
- ② 学区内の農産物直売所「ゆうがおパーク」に取材。
- ③ 多くの人に喜ばれ、売れる商品にするためのリサーチ。
- ④ 試作及び試食した人の意見を基に再試作。
- ⑤ 考えた料理をどのように普及啓発するか計画。
- ⑥ 輝石祭(学校祭)で発表。
- ⑦ ゆうがおパークに協力を依頼。生徒がゆうがおパーク職員にプレゼンテーションし商品化。店舗や輝石祭会場で販売。
- ⑧ 給食室に協力を依頼。生徒が調理員にプレゼンテーションし、輝石祭当日の給食(弁当)として全校生徒に提供。合わせて来校者に試食販売。
- ⑨ レシピ集を作成し、生徒や輝石祭来校者の他にゆうがおパークで配布。



資料12

5. 結果

(1) 地場産物の認知度

かんぴょう、いちご、米など、給食に登場する頻度が高く、かつ「今日の給食のねらい」として丁寧にとり上げる機会が多い食品についての認知度が高かった。しかし、登場頻度は高いが学校と生産者で直接取引がないなど、放送による産地情報提供以上はとり上げにくかった小麦、卵、もやしなどは認知度が低い傾向が見られた。(表 13)

また、登場回数と指導回数が与える認知度について調査した。その結果、登場回数と認知数には有意な正の相関を認め ($r=0.465$, $p=0.0335$)、指導回数と認知数でも同様の結果であった ($r=0.658$, $p=0.00117$)。しかし、登場回数に比べ、指導回数と認知数の相関係数の方が高く、より強い関連が認められる (図 14)。このことから、給食で提供するだけでなく、合わせて指導内容を充実させていくことの重要性が表れている。

表 13 地場産物の認知度

	地場産物だと知っている	
	n	(%)
かんぴょう	457/472	96.8%
いちご	408/472	86.4%
米	392/472	83.1%
にら	359/472	76.1%
牛乳	356/472	75.4%
きゅうり	285/472	60.4%
豚肉	277/472	58.7%
鶏肉	249/472	52.8%
小麦	229/472	48.5%
鮎	229/472	48.5%
鶏卵	214/472	45.3%
小松菜	204/472	43.2%
なし	202/472	42.8%
牛肉	193/472	40.9%
ヤシオマス	192/472	40.7%
ごぼう	185/472	39.2%
もやし	158/472	33.5%
とうもろこし	126/472	26.7%
トマト	124/472	26.3%
ゆず	88/472	18.6%
ホンモロコ	86/472	18.2%

(2) 郷土料理の認知度

今までに給食で提供した実績のある料理に対しては「郷土料理である」という認識が 87.3% と高く、提供実績のない料理に対する認識より有意に高かった。(表 15・16)

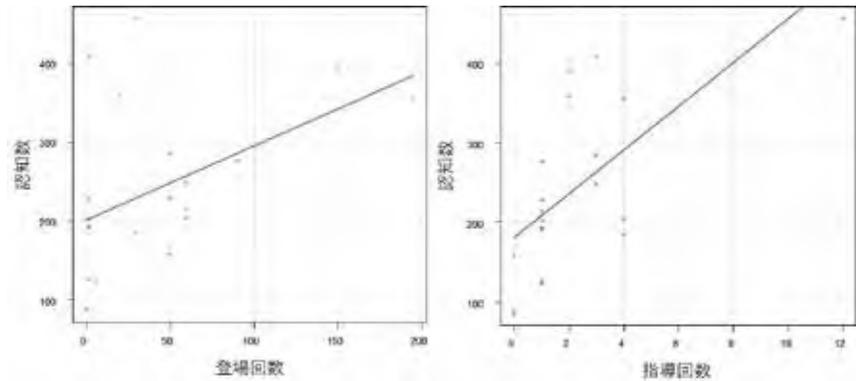


図 14 登場回数と指導回数の認知数に関わる相関係数

表 15 郷土料理の認知度 R3.11

n=472

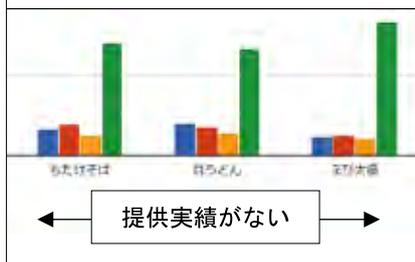
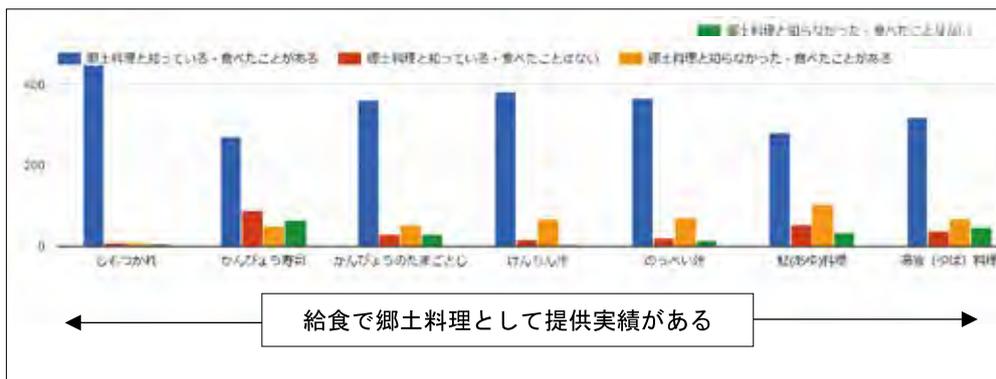


表 16 郷土料理提供実績と認知度

	提供実績		p 値
	あり	なし	
郷土料理と知っている	2688 (87.3%)	391 (12.7%)	<0.001
郷土料理と知らない	616 (37.5%)	1025 (62.5%)	

6. 考察等

「郷土料理を食べる機会が多いのはどこか」という問いに対し、「学校給食」が95.1%と高く、「自分の家」32.8%を大きく離していることから、学校給食が郷土料理の認知度向上を担っている現状が伺える。(表 17) 次の世代に郷土料理を伝承するためには、給食で知識を得るだけにとどまらず、調理体験などより実践的な活動を通じて生徒が学校で得た知識を家庭にフィードバックしていく必要がある。

令和3年度末に実施した「食に関する指導評価アンケート」からも、地場産物にふれ、考える機会が増えたことによる意識の高まりがみられた。(表 18)

現在の取組を次年度以降も継続し、さらに効果的な指導の在り方を検討していきたい。

表 17 郷土料理を食べる機会 R3.11 n=470

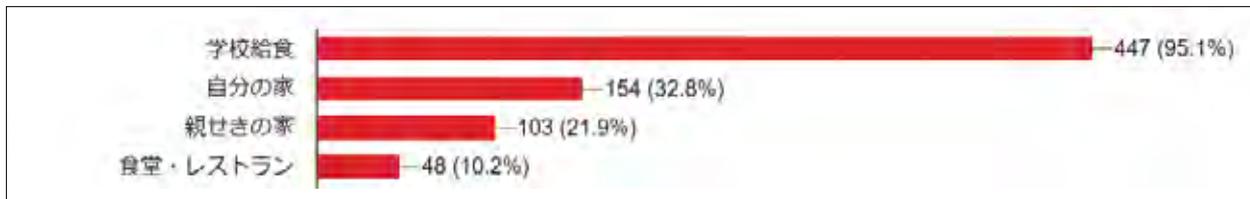
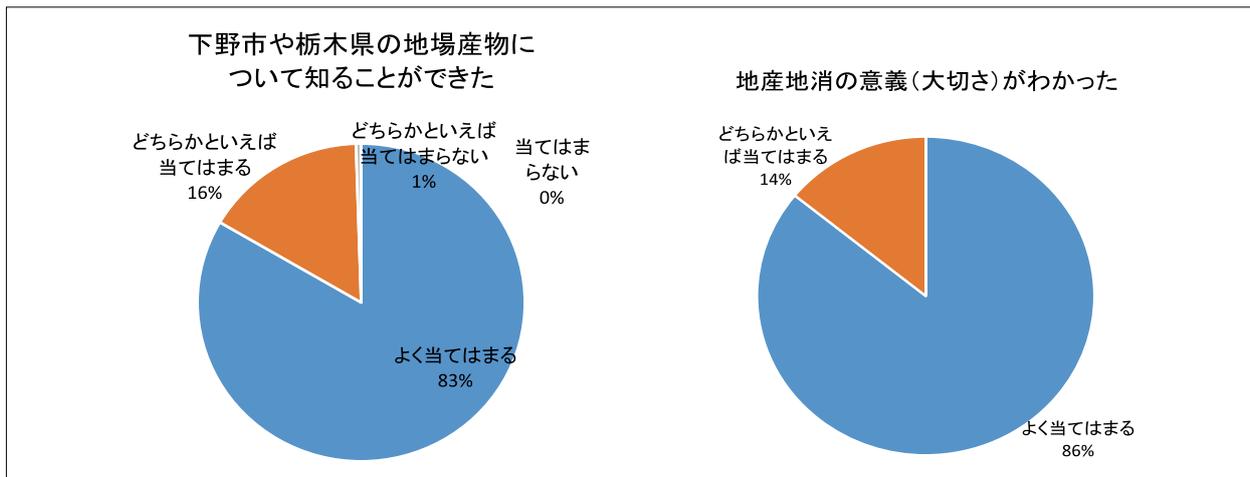


表 18 食に関する指導の評価アンケート R4.1 n=392



自由記述より

- 給食を学ぶと言われどうということだ?と思ったけど、途中から文化や伝統を学ぶことが分かり TV 番組などで放送されたりした時にお母さんコレ地産地消だよ!という言葉が少しずつ言うようになりました。(1年生)
- 自分の県の郷土料理や食材を使って料理をすることは、自分の県を尊重することにもつながることがわかりました。(2年生)
- 毎日美味しい給食と共に、その日の給食についての解説を聞くことができ、食材の力や働きを知ることができた。普段よく食べている食材でも栄養分がたくさん含まれているので、とても興味が湧いた。また、産地なども解説してくださっていたため、食材の買い出しの手伝いの時など、その食材がどこ産なのかなど表示をよく確認することが習慣になったと思った。(3年生)

学校給食を活用した伝統的食文化の継承 ～和食でつなげる食育の推進～

石川県志賀町立志賀中学校
佐原 可奈子

1. 研究の背景・目的

昨今、社会環境の変化により、家庭や地域での伝統的な食文化の継承が難しくなってきた。そのため、豆類や海藻、煮物や和え物などの和食献立では残食率が高くなり、洋食献立を好む生徒が多い。生徒にとって和食が縁遠い存在になりつつあることが危惧されている。加えて、前任校である中能登町立中能登中学校において、2019年度に生活調査や食習慣に関する調査を行った際、朝食の欠食率や朝食内容の改善が必要な生徒が固定化しており、人数も多くなっていることが分かった。また、配膳された給食を残さず食べる生徒の割合も低く、それに伴って給食の残量も多い現状だった。

そこで、学校給食で和食をただ提供するだけでなく、生徒にとって和食が身近なものになることや、和食に対する抵抗がなくなるような工夫が必要であると考え、本研究に取り組むこととした。

2. 研究仮説

本提案では、生徒にとって和食が身近なものになり、抵抗がなくなることを目的として取組を進める。その際に、学校給食を通じた取組において講師を招き、交流や体験活動を実施することによって、和食への理解が深まり、さらに望ましい食習慣を身に付けることができるのではないかと考えた。そして、地域の食文化を知ることによって郷土への関心も高めることができるかについて考えていきたい。

3. 研究内容・方法

(1) 事前調査（アンケート）

取組前の生徒を対象とした「食に関する意識及び食習慣に関する調査」

取組前の保護者を対象とした「子供の食に関する意識及び食習慣に関する調査」

(2) 学校給食を活用したつながりのある食に関する指導

講演会の開催

和食給食献立の立案及び実施

学校給食を教材とした取組及び教科での食に関する指導

(3) 家庭や地域と連携した食育の推進

生産者との交流給食

食育だよりによる情報発信

(4) 事後調査（アンケート）

取組後の生徒を対象とした「食に関する意識及び食習慣に関する調査」

取組後の保護者を対象とした「子供の食に関する意識及び食習慣に関する調査」

4. 研究実践

(1) 事前調査 (アンケート)

表1 事前アンケート結果

伝統的な食文化や行事食について関心がありますか		
【回答項目／対象】	生徒 (n=404)	保護者 (n=401)
はい	57名 (14.1%)	68名 (17.0%)
どちらかといえばはい	170名 (42.1%)	178名 (44.4%)
どちらかといえばいいえ	152名 (37.6%)	135名 (33.7%)
いいえ	25名 (6.2%)	20名 (5.0%)

主食、主菜、副菜を3つそろえて食べることが1日に2回以上ありますか。		
【回答項目／対象】	生徒 (n=451)	保護者 (n=410)
ほとんど毎日	319名 (70.7%)	267名 (65.1%)
週に4～5日	88名 (19.5%)	103名 (25.1%)
週に2～3日	30名 (6.7%)	27名 (6.6%)
週に1日程度	5名 (1.1%)	6名 (1.5%)
ほとんどない	9名 (2.0%)	7名 (1.7%)

(2) 学校給食を活用したつながりのある食に関する指導

①食育講演会

伝統的な食文化への興味や関心を高めるため、地元で活躍する和食料理人を招き、講演会を開催した。(資料1) 地域の食材の豊かさや素晴らしさ、器や道具、季節感を表現する和食の奥深さについて知ることができた。また、和食が地域や人をつなげる社会性という面を持つことにも触れ、和食文化を知る取組となった。



資料1 食育講演会

②学校給食の献立検討及び調理

食育講演会を依頼した和食料理人の方と、和食給食献立を考案し給食で実施した。1、500食分を調理する給食センターでは、食材の調理や調理時間、調理方法など様々な制約があるため、何度も打合せや試作を繰り返し、料理人の思いが込められた献立を形にした。和食給食実施当日は、料理人が調理場で調理員と共に調理も行った。(資料2)



資料2 和食給食調理風景

③学校給食の教材化

和食料理人とともに作成した和食給食献立は、料理人が持参した和食器に盛り付けた。季節に合った器や、季節の花や葉などで飾り付けられた料理は、給食食器に盛られた料理と並べて展示した。自然の美しさや四季の移ろいを表現する和食文化の



資料3 実施した和食給食（右が和食器に盛り付けたもの）

特徴を生徒にとって分かりやすく紹介し、道徳科の授業で教材教具として活用することができた。（資料3）

④道徳科での食に関する指導

本教材「心でいただく伝統の味」は、学習指導要領の特別の教科 道徳の第2学年の内容項目C「主として集団や社会との関わりに関すること」の（17）我が国の伝統と文化の尊重、国を愛する態度を受けて設定されている。実際に提供した和食給食の写真を用いて、和食の良さや日本の食文化について考えるTT授業を実施した。自分たちの生活の中で根付いている食文化を探し、より身近なこととして捉え、我が国の伝統や文化を尊重する態度の重要性に気付くことをねらいとした。また、栄養教諭からは食事のあいさつや、和食の持つ日本特有の文化の説明を行い、古くから継承されていることに気付くような学習活動を行った。

（3）家庭や地域と連携した食育の推進

①交流給食

学校給食で使用している農作物生産者の方を招き、試食会の開催や、学級活動においてゲストティーチャーとして参加する交流会を開催した。生徒にとっては身近な地域の方々でもあり、食を通じて地域の良さの理解を深め、自然の恵みや勤労の大切さなどを知る機会となった。

②食育だより「おにぎり」の発刊

掲示物や食育通信など食育の推進に関する情報提供を行うことで、生徒だけではなく、地域や保護者に対しても理解が深められるよう啓発を行い、意識の向上を目指した。様々な食に関する指導の後には食育通信を作成し、配布した。その際に、生徒の感想や学びなども併せて掲載し、広く食の情報や、食に関する指導についての発信を行った。なお、食育だより「おにぎり」は本地域が日本最古のおにぎりの化石（ちまき状炭化米）出土地『おにぎりの町』として有名なことから、親しみのあるこの名で発刊した。

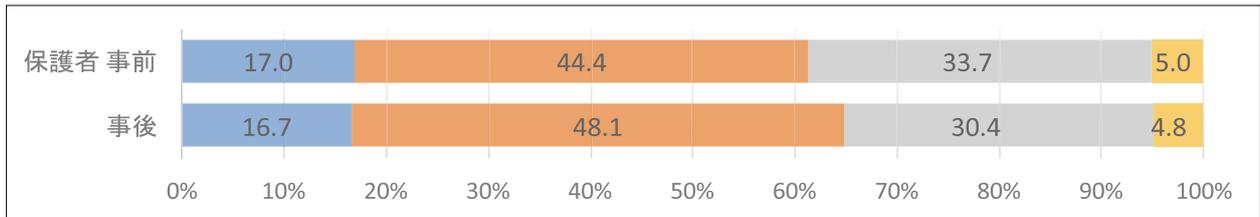
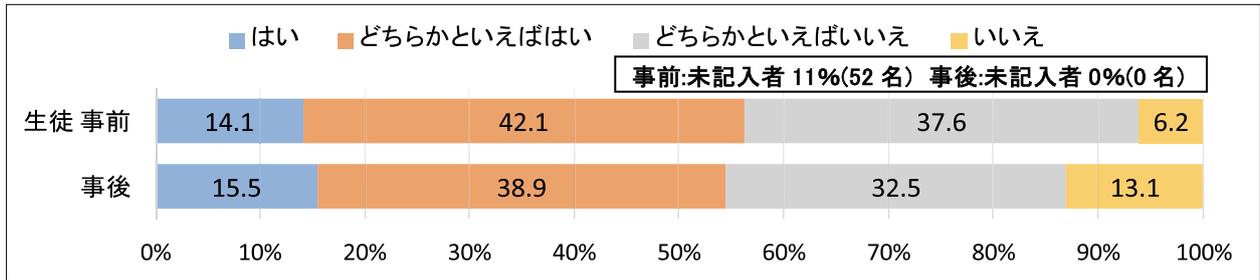
（4）事後調査

事前調査と同様の項目で生徒と保護者にアンケートを実施し、取組前後の食に対する意識の変容を見た。

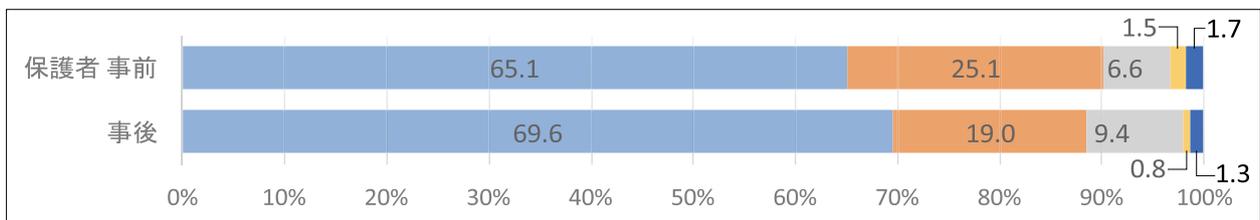
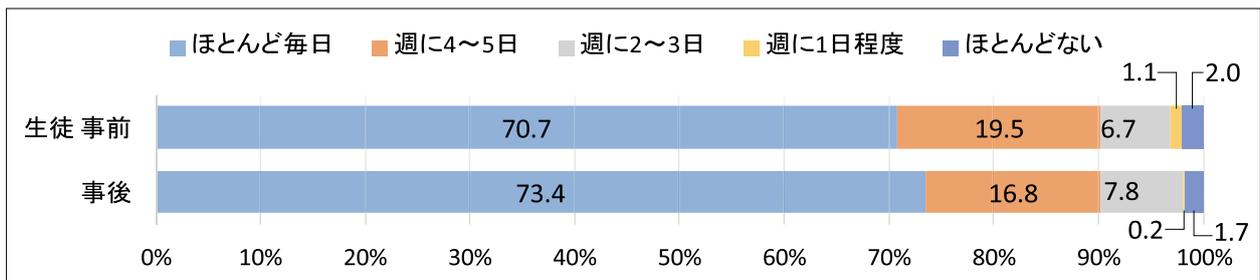
5. 結果

伝統的な食文化や行事食について関心がありますか。

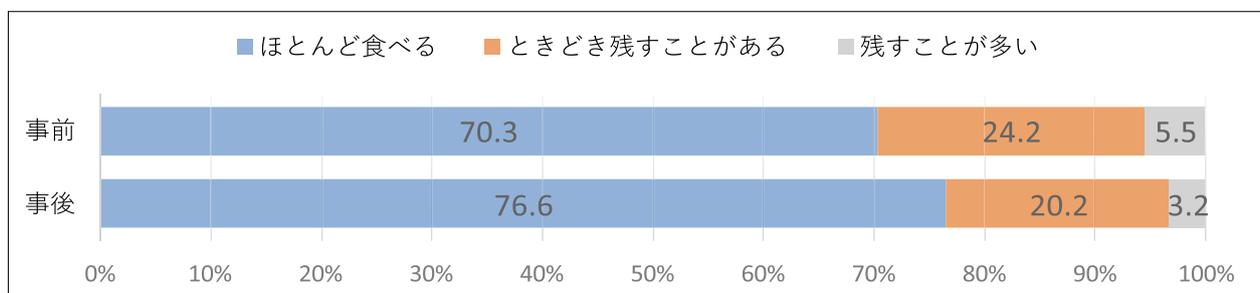
図1 事後アンケート結果



主食、主菜、副菜を3つそろえて食べることが1日に2回以上ありますか。



給食で出されたものは全部食べますか。(生徒のみ)



6. 考察、検証

今回の研究実践によって、家庭での食事内容には変化が見られ、主食、主菜、副菜のそろった食事を毎日食べる生徒が2.7%増えた。また、給食を残す生徒が6.3%減り、提供したものをほとんど食べる生徒が増えたことから、望ましい食習慣への変容が見られたといえる。(図1)

しかしながら、伝統的な食文化や行事食を学ぶことへの意識の変容を目指して、「和食」をテーマとした講演会や和食給食の実施、道徳の授業を実施したが、アンケート結果から改善は見られなかった。アンケート項目「伝統的な食文化や行事食について関心がありますか」では、取組前では全体の11%の生徒が未記入であったのに対し、取組後は0%になった。このことから、生徒への「伝統的な食文化とは何か」という事前指導が不十分だったため、取組前のアンケートでは回答できなかったことも考えられる。今後は食についての根本的な知識の学習も必要であることが分かった。

生徒が和食への理解を深めるための取組については、再度検討が必要であることが見えてきた。中学校では伝統的な食文化を題材とした学習を行う場面が少なく、今回の取組においても生徒が主体となる活動が少なかったと考えられる。今後は学級活動で学習する機会を増やしたり、栄養教諭から学級担任への資料提供も行っていく。他にも、生徒自身が和食献立を考案し給食で実施するといった、生徒主体の活動と学校給食がつながる取組を行うことで、和食をより身近なものとして捉えられるようにしていく。

伝統的な食文化の継承につながるように、生徒の給食への理解が深まる食に関する指導を推進していきたい。

地場産物を通して食に関心をもち、 よりよい食生活を送ろうとする子を目指して

岐阜県郡上市立大和中学校
栄養教諭 山下 由美子

1. 研究の背景・目的

郡上市では、「郡上のこれまでと今を学び、郡上のこれからを考え・行動することで、ふるさとの未来を創拓する人材を育てる」ことを目的とした「郡上学」を生涯学習として推進している。「郡上学」では、ふるさと郡上の歴史、文化、自然、産業等を調査研究、体験、実践などを通して楽しく学び、郡上のもつ魅力や価値、課題などを幅広く認識しながら、ふるさとへの愛着を高めるとともに、郡上としての一体感を醸成し、魅力あるふるさとづくりに取り組めるよう資質や能力の向上を図っている。学校教育では幼保・小・中までの一貫した郡上学を体系化し体験学習を中心に取り組み、社会教育では、郡上かるた大会や公民館等における郡上学講座を開催している。

学校給食では、地域に根差し児童生徒の生活に寄り添った運営を心がけ、地域の情報や人材を学校での学習に結び付けることを大切にしている。そのため、学校給食に郡上の食材や郷土料理を積極的に取り入れた魅力ある献立を作成し、「郡上学」の教材として活用することで、児童生徒が郷土の食材や食文化に興味・関心を高めることができると考えた。また、児童生徒の主体的な活動を工夫することで、自らの食生活に関心をもち自分の健康を守るために、正しく食べ物を選択し調理し、よりよい食生活を実践することができる力を育成したいと考えた。

2. 研究仮説

- (1) 郡上にゆかりのある食材を学校給食に活用することで、食に関する関心をもたせることができる。
- (2) 地域と結びつけた食に関する指導を計画的に実施することで、郷土の地場産物や食文化に親しみ、望ましい食習慣と食に関する実践力を身に付けることができる。

3. 研究内容

- (1) ふるさと郡上に誇りや愛情をもつことができる年間献立計画の工夫と実施
- (2) 地域と学校を結び付け、食に関する実践力を身に付けることができる指導

4. 研究実践

- (1) ふるさと郡上に誇りや愛情をもつことができる年間献立計画の工夫と実施

①地域の食材と料理に関するアンケートの実施

市内小学5年生を対象に地域の食材と料理に関する記述式アンケートを平成29年6月に実施し、実態把握を行った。郡上の食材を知っている児童は、90%であった(図1)。知っている郡上の食材は、多い順に「郡上味噌」「あゆ」「ひるがの大根」「郡上のハム」「ひるがの牛乳」「あまご」「春まちにんじん」などであった。好きな郡上の料理は「あゆの塩焼き」「郡上のハム」「鶏ちゃん」「奥美濃カレー」「郡上みそ汁」などであった(図2)。児童の多くは、郡上の食材にどのようなものがあるのかを理解しており、地域で採れる食材をより身近にある食べ物として認

識していることが分かった。この実態を基にどのような食材を学校給食に活用して郡上市の食材を知らせていくか検討し、郡上市学校給食年間献立計画を見直し作成した。

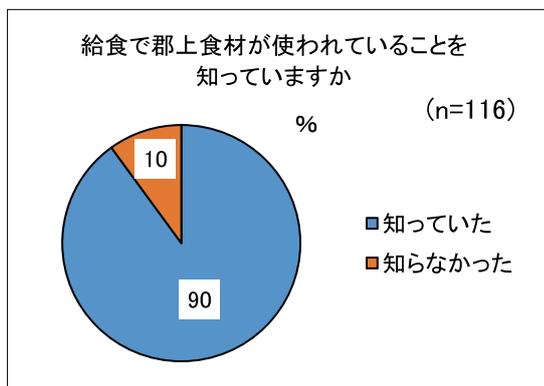


図1 給食への郡上食材使用の認知度

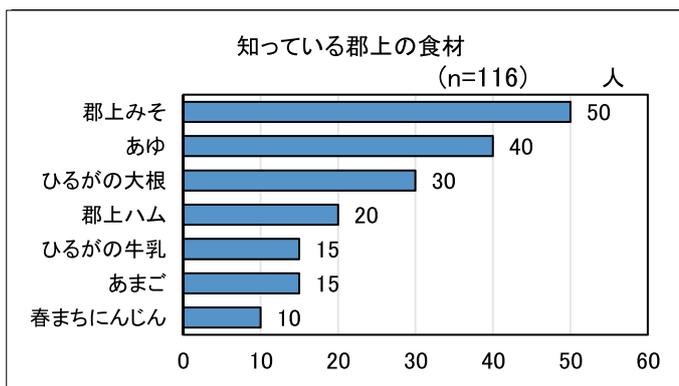


図2 郡上食材の認知度

②郡上市学校給食年間献立計画の検討と作成

郡上市内には5つの給食センターがあり、給食センターごとに地域の特性を生かした献立作成を行っている。地場産物を活用した献立については、市内統一献立として年に数回実施している。更に「郡上学」の教材として活用できるよう、「行事食」「郡上の味献立」「統一メニュー(統一物資・旬の地場産物・郷土料理を含む)」「郡上かるた献立」「季節の食品」「地場産物(年間・旬)」等について考慮し計画的に実施できるよう、郡上市学校給食年間計画を郡上市栄養教諭部会で作成した。

③「郡上の味献立」の発信方法と配付資料の工夫

地域食材の使用や郷土料理を取り入れ「ふるさと給食」や「郡上を味わう献立」として実施した郡上の味献立には、地域の食材の紹介や生産者の声を掲載するなど工夫し月1回学校へ資料を配付した(資料1・表1)。給食時には、栄養教諭が資料を活用した指導を行い、その他の学校では、学級担任が資料を基に児童生徒に話をしたり、教室に掲示したり、職員間で回覧し周知するなどした。

定期的に発行することで、年間を通した掲示がされ、児童生徒がいつでも郡上の味に触れることができた。また、社会科や家庭科等の教科の学習でも活用することにした。

表1 「郡上を味わう献立」の配付資料計画

	食材名	料理名
6月	小那比茶	ホキの小那比茶フライ
7月	あゆ	あゆのから揚げ
8月	梅ピューレ	ササミの梅肉フライ
9月	大和町の梨	梨
10月	高鷲町の切干大根	切干大根
11月	高鷲町のりんご	りんご



資料1 「郡上を味わう献立」配付資料

④郡上かるた献立の実施

郡上市は、平成16年に町村合併している。「新しいふるさと郡上市」をもっと知り、好きになり、誇りをもって欲しいという願いを込めて、郡上の魅力を子どもたちに伝える「郡上かるた」を作成している。小学校の入学祝いとして新1年生に配付され、毎年12月に開催される「郡上かるた大会」には、練習を重ねた多くのチームが参加している。札には郡上の食材に関連したものもあることから、平成30年度から「郡上かるた献立」を実施している（資料2）。

郡上かるた献立 5月21日(金)

5月は「へ」の札です。
給食ではいろいろな豆料理を出しています。大豆は小学校3年生の国語でも勉強します。「豆の弱」とも言われるので、「序を作るたんぼく餅」という栄養素もたくさん含まれています。

郡上の方言で「へっあ」といのは「こんにちは、ごめんなさい」という意味で使います。

「まめなかな」は「元気ですか、健康ですか。」と、相手のことを気遣う気持ちを表します。

豆を食べて「まめ」でいましょう！



郡上かるた献立 9月20日(金)

9月は「み」の札です。
高嶺地帯はひるがの高原や上野高原という高嶺地帯が広がっています。郡上市に合併する前の高嶺村のころから、夏は涼しく、冬には雪がたくさんふるといって、自然を生かした産物を発達させてきました。

大根・牛乳・蜜の白い色から「三白産業」と名前がついています。

トマト、ニンジンなどの野菜や、ユリなどの花も栽培されるようになってきました。牛乳を加工したチーズやヨーグルトも、おいしいと評判です。

給食でも、牛乳や大根は欠かせない食べ物ですね！

郡上かるた献立「へ」の札
「へっあ まめなかな」
ツナカレーライス 牛乳
とり肉の照り焼き まめなサラダ

資料2 郡上かるた献立

児童からは、「豆はサラダに入っとるね。」「今度はルウにみその札がいいな。」「大根やハムの札もある。」との声があり、給食を楽しんで食べることができ、郡上学に関心をもつきっかけにもなった。この取り組みを学校の広報で地域へ情報発信したところ、地域の方から下記のような感謝の言葉があった。

郷土かるたのもつた

学校の栄養教諭の方が、郷土の料理をかるたにちなんで取り組まれたことがきっかけとなり、お年寄りのサロンの場、各地域の集まりの場においても昔ながらの地域料理が出されています。元々は、祖父母たちが食べていた食が、かるたによって、地域の共通の話題になり、再び取り上げられるようになり、かるたの力に感謝です。産業、文化に、大きく影響しているかるたが、食にも浸透しつつある現状に、今後もっともっと広がっていく予感がします。

⑤栄養教諭による給食時間の指導の工夫

給食時間の指導では、児童生徒が食に興味・関心を高め、自らの食生活に生かし行動するきっかけとなり、家庭への啓発も視野に入れ指導をした。また、児童生徒に分かりやすく、印象が残るようにするために、視覚的に効果があり記憶に残るようなことを工夫した。

- ・給食づくりに関わる人（給食センター・生産者等）の様子を写真や動画を使う。
- ・献立のねらいや意図を伝える。
- ・実物の食材に触れ、重さ、香り、手触り等を実感できる体験をさせる。
- ・タブレットを活用した映像で食材の写真や名前クイズをする。
- ・生産者の顔写真の掲示コーナーを作り紹介する。

(2) 地域と学校の連携を図り望ましい食習慣を形成する指導

①学年別の食に関する指導計画

郡上市栄養教諭部会では、義務教育9年間に取り上げたい食に関する指導の題材を指導計画として整え、各学校の実態に応じて指導を進めている。

T小学校では、食への関心が低く偏食が多い等の児童の実態を踏まえ、願う児童の姿を教職員で共有し、給食時間や教科等でも食に関する視点を持ち、学年別の食に関する指導計画を作成している。学年の特別活動では、食に関する指導を1時間ずつ位置づけ、児童の課題を解決するために担任と栄養教諭がTT指導を行っている。また、教科や総合的な時間の指導において、郡上学とのつながりを大切に指導内容や時期を検討した。

②学校給食を活用した地域と学校の連携を図った実践

ア T小学校3年生の取組

高鷲地域はひるがの大根の産地であり、家庭の食卓にもよく登場する食材で児童の食生活でも身近で親しみのある存在である。郡上の地場産物であるひるがの大根を活用して、総合的な学習の時間の「ふるさとたかすのくらし」や社会科の「工場の見学」の単元の学習と関連させ、大根農家の見学や栽培体験、切り干し大根加工場見学、学校給食献立への工夫、学級活動における食に関する指導等を計画した（表2）。

表2 3年生総合的な学習の時間等活動計画表

7月	給食にひるがの大根を使用した献立を提供 総合的な学習の時間（郡上学） ・大根農家と集荷場の見学 ・大根の栽培体験（～11月）
夏休み	教科担任と栄養教諭で工場下見（社会科）
9月	社会科「工場働く人」 ・切り干し大根加工場見学 ・見学日に給食で切り干し大根使用料理を提供
11月	学級活動（栄養教諭とTT授業）「食べ物の働きについて知ろう」 3つの食べ物の働きを知り、組み合わせて食べることと健康のつながりを理解する。 自分の食生活を改善に取り組む。

<学校給食と食に関する指導の工夫点>

- ・学習の時期と合わせて、ひるがの大根献立を提供する。
- ・学習の事前事後の給食の時間に、委員会からの話や栄養教諭によるひとこと指導を行う。
- ・教師や栄養教諭による声掛けを意図的に行う。

3年生には野菜が苦手な、和え物やサラダは量を減らしても食べきれない児童が数名いた。しかし、切り干し大根作りの工夫や苦勞を学習したことで、ひるがの大根に関心をもて、生産者への感謝の気持ちをもつことができ、野菜の残量が減少した。また、低学年時から食が細く偏食の多いA児は、3年生になっても給食を残すことが多かったが、加工場見学の日には残さず食べることができた。この日をきっかけに給食を減らさず食べる日が増え、切り干し大根料理の日には毎回残さず食べるようになった。

<教師のコメント>

教科で学んでいることを踏まえての献立作成なので、給食で食べている食材のことを教科でもつなげて指導がしやすい。生活と学習がつながることで、児童は健康を考えて食べるのが大切だとわかり、好き嫌いをなくそうと意識が変わってきている。

イ T小学校5年生の取組

郡上の食材の調査結果から、郡上の食材が給食に使われていることは知っているが、知っている食材数は平均で3.2品目であった。地場産物に対する関心はあるが十分理解できていない。また、担任から見た児童の姿は、食に関する知識が身につけていない、料理を作ることへの興味・関心が低いという実態がある。

そこで、身につけた知識を生かし家庭の食生活で実践できるよう、学校給食を活用し教科、特別活動、総合的な学習の時間等において教科横断的な学習計画を作成した（表3）。

表2 3年生総合的な学習の時間等活動計画表

5～9月	総合的な学習の時間（郡上学） 米づくり 収穫した米は給食に使用し、各学校に紹介した 大根栽培 家庭へ持ち帰り調理
7月	社会科 農業・水産業の学習 献立表や献立資料を指導に活用
夏休み	私が考えた学校給食メニューコンクールに取り組み応募（地場産物使用必須）
11月	学級活動（栄養教諭とTT授業）「もっと食物繊維をとろう」 排便が毎日ない児童が43%いる実態から食生活や生活リズムを見直し改善に取り組む

<学校給食と食に関する指導の工夫点>

- ・夏休みには小学校5・6年生が食について学んだことを生かし、「私が考えた学校給食メニューコンクール」を家庭で取り組み応募する。
- ・コンクール入賞料理とPTA母親部が選んだ料理を「郡上を味わう献立」として給食の献立に取り入れた。毎年継続して児童の作成献立として学校給食の献立に取り入れる。

「郡上を味わう献立」

<肉みそピザ>

おばあちゃんの手作りみそと高鷲の大根を使用した料理。家庭の協力により味を再現し、JA大根集荷場から提供された切り大根を使用した。

<ホエーピラフ>

給食の飲用牛乳は高鷲の牛乳で作られ、同じ工場チーズを作る時に残ったホエーを捨てることを知った児童が考案した料理である。牛乳業者と日程調整をして給食への納品が可能になったことで料理の提供が実現できた。

「郡上を味わう献立」は児童に好評で「また食べたい」との声も多く聞かれた。また、家庭に協力を得たことで、調理の仕方、地元食材の活用、地産地消等について学習したことを生かして実践し学ぶことができた。児童が主体的に取り組むことができ、これからの自分の食生活に関心を持ち、行動するきっかけにつながったと考えられる。



5. 結果

平成 29 年 6 月に郡上の食材に関するアンケートを実施した 5 年生児童を対象に、平成 30 年 2 月に同アンケートを行った。その結果、給食で郡上の食材が使われているのを知っている児童は 90% から 97% に増え（図 3）、知っている郡上産食材の品目数は、3.2 品目から 3.6 品目に増えた（図 4）。食材の種類は、年間を通じて使用するものが挙げられ、郡上みそは 60% から 72%、牛乳は 30% から 53% と認知度が上がり、配付資料で紹介した食材や旬の地場産物も多く挙げられていた。

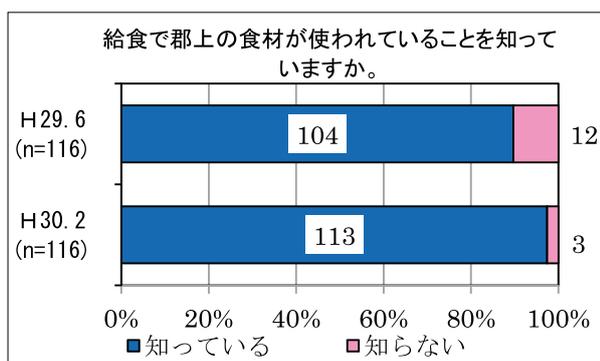


図3 給食への郡上食材認知の比較

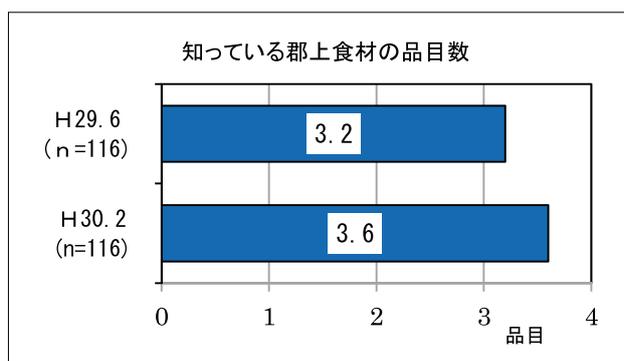


図4 郡上食材の認知品目数の比較

教科等の学習と連携した学校給食について取組を行った T 小学校 5 年生 (n = 8) を対象に平成 31 年 2 月に調査を行い、平成 30 年 6 月と比較した。

知っている郡上の食材は、4 品目から 13 品目に増え（図 5）、郡上食材の今後の使用は、増やしてほしい人が 60% から 100% に増えた（図 6）。

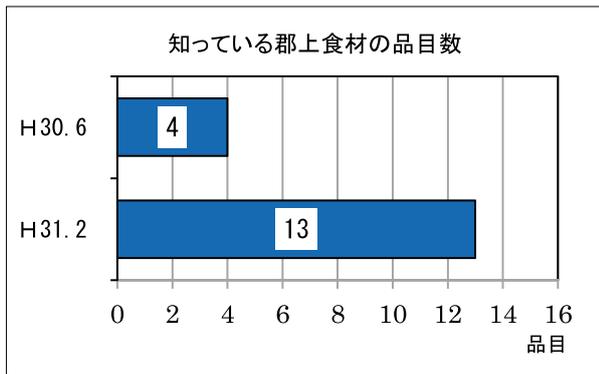


図5 郡上食材の認知度の比較

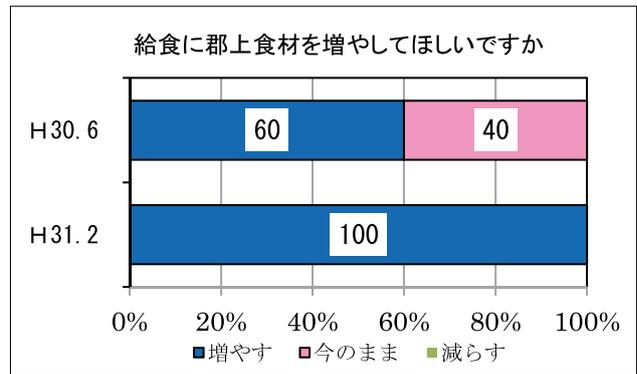


図6 郡上食材の使用について

地元の食材の良さとして、「郡上の良さがわかる」「郡上でとれたものがわかる」「地産地消のため」「おいしい」「安全」「安心」「作った人がわかる」「栄養がある」「新鮮」いう項目が増加した(図7)。

学習のまとめでは児童のノートに、「いつもの給食にはたくさんの郡上のものが使われている。だから安心して食べられる。」「食料の産地をもっと調べたい。」という記述があった。また、地域の食材を使った良さの項目が増えた児童は、「新鮮でおいしいものが食べられてよかったです。放送などでどんな食べ物なのか詳しく知りました。給食以外でも地産地消を心がけたいです。」と記述していた。

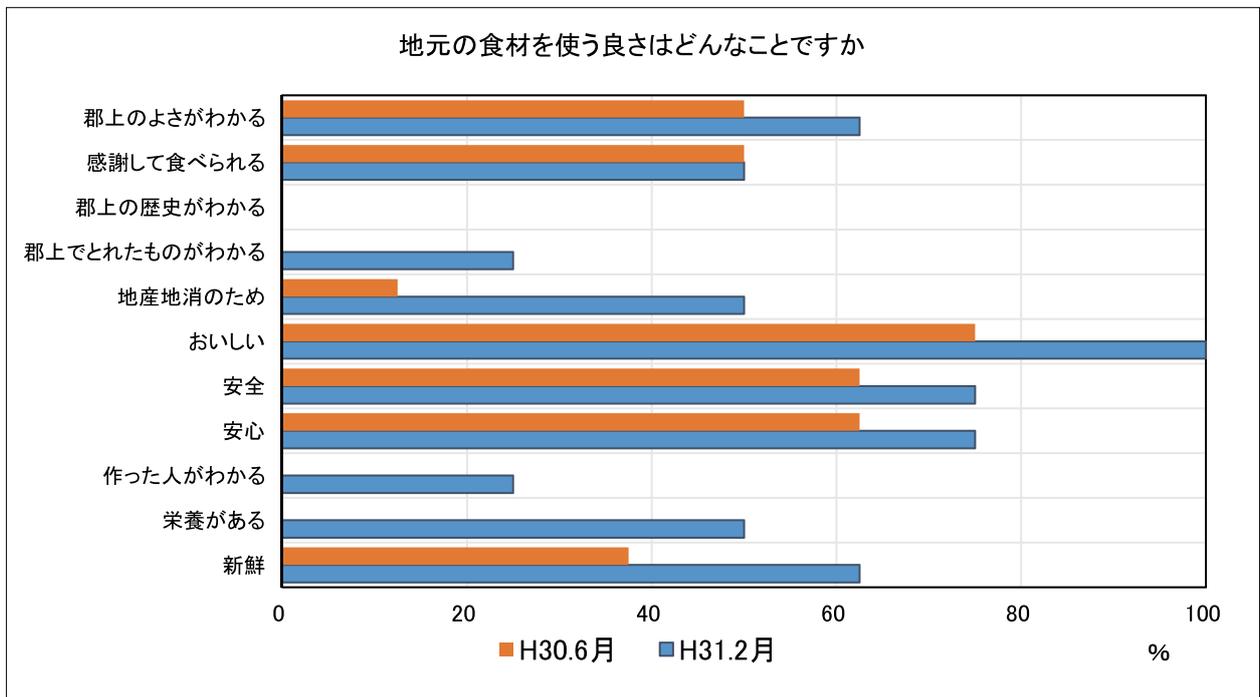


図7 郡上食材を使う良さ

給食で地域の食材が使われていることを知った方法は、「先生からの話」「献立表」「給食の放送」の項目で増えていた(図8)。

児童が授業等により知識を身に付け、身近なものと献立をつなげる指導により見たり実感したりすることで、興味も深まり強い印象を残すことができ、郡上の食材の良さの認識が高まったと言える。

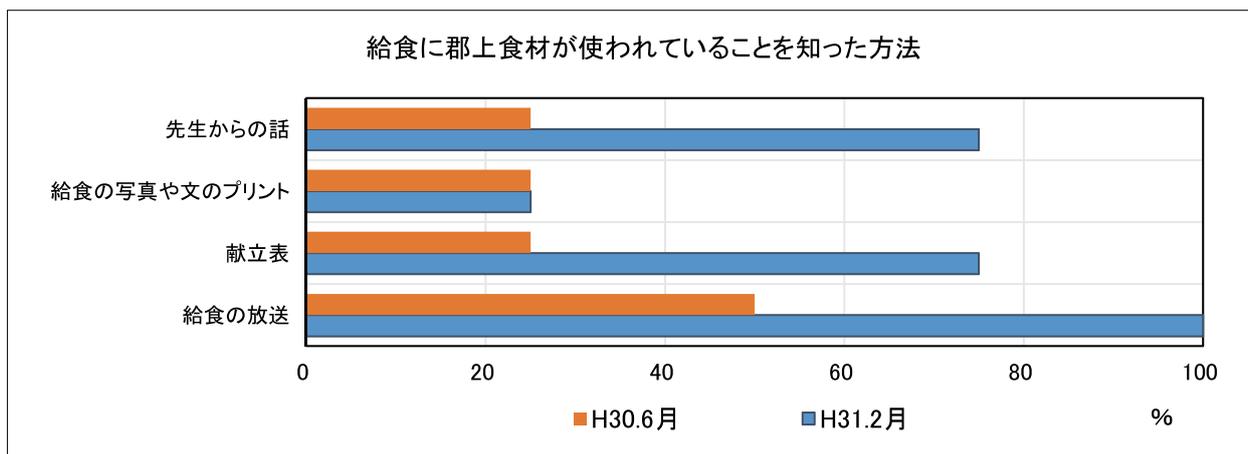


図8 郡上食材の周知方法

6. 考察

成果として、次のようなことが挙げられた。

- ・郡上市教育方針の「郡上学」を、食の場面からもつながりをもたせて指導することができ、児童生徒のふるさと郡上の食材や食文化への興味・関心を高めることができた。
- ・「地場産物を活用した私が考えた学校給食メニューコンクール」への参加は年々増加傾向にあり、郡上市や岐阜県の地場産物を知る機会となった。また、入賞作品を学校給食で提供することで、児童生徒が食を楽しむことができた。
- ・食に関する指導の指導内容を検討し改善を図り、学習内容と学校給食と関連した指導を学校教育全体で継続的に行うことで、児童生徒の食への関心と意識が高まった。
- ・郡上市年間献立計画を整理し統一して市内で取り組むことで、配付資料の作成ができ効率化を図ることができた。
- ・「郡上を味わう献立」の配付資料を給食の時間だけでなく様々な学習の場面で食育資料として効果的に活用することができた。

このような結果から、児童生徒は、郡上市内の7地区の特色のある食文化や地場産物を学校給食に取り入れ、教材として活用することで、児童生徒が郡上市内各地区の良さを楽しく体験的に学ぶことができたと考える。また、学校給食を実践の足場として、学年ごとに食に関する指導を教科横断的に行い、家庭との連携を大切に進めていくことで、児童生徒の郷土への理解や自らの食生活について意識が高まったと考える。さらに児童生徒が自らの食について自分ごととして主体的に取り組み、実践力をつけることができるよう指導内容や方法を工夫する必要がある。

栄養教諭は、地域の食文化や人材、食を取り巻く状況等についての的確に把握し、学校と地域をつなぐ食教育のコーディネーターとして積極的に関わり、9年間を見据えた発達段階に応じた食に関する指導を計画的に進めていけるよう研鑽を重ねたい。これからも、家庭や地域との連携を図り、郡上の食を楽しく味わい学ぶことで、ふるさと郡上への誇りと愛着をもち、自立した生活を送ることができる児童生徒の育成に尽力していきたい。

境港市の「魚」を活用した体験活動や食に関する指導の実践から見える 生徒の地場産物に対する意識の変容 ～地域と連携した魚食普及活動～

鳥取県境港市立第二中学校
栄養教諭 島根 麻衣子

1. 研究の背景・目的

境港市は、全国でも有数の漁港がある市で、以前は食卓には当たり前のように魚料理が並んでいた。しかし、日本全体の食文化が多様化していることや、魚料理は手間がかかるといったイメージ等から、現在では魚料理が主となる日本食（和食）離れが進んでいる。地場産物の魚を活用した食に関する指導を行う1年生対象に、魚についてのアンケートを実施したところ、「魚料理が好き」と回答した生徒は約54%であり、半数以上の生徒が魚を好んで食べているようだが、約15%の生徒は苦手意識があり、その理由としては「骨が多い」、「におい」、「味」という回答が多かった。また、「魚を使って料理をしたことがあるか」の問いには、「ある」が41%、「ない」が59%であり、調理をする機会もあまり多くはないことがわかった。「好きな魚料理は何か」という問いには、「刺身」と回答する生徒が多く、さらに、「家庭で骨付きの魚が料理で出ることがあるか」という問いには、「出る・時々出る」という回答が94%となったが、「出ない」と回答した生徒が6%見られた。魚の産地についても調査したところ、食べるとしたらどこの魚が食べたいかという問いに対して「境港市や鳥取県内」と回答した生徒は54.9%、「日本国内」と回答した生徒は17.6%、どの魚でも気にせず食べると回答した生徒は27.5%であり、半数以上は地元の魚を優先して食べたいと思っていることがわかった。

生徒の苦手意識を高めている原因としては、①骨付きの魚を調理したり食事をしたりする経験が少ないこと、②好んで食べる魚料理が限定されていることによるものではないかと考えた。

2. 研究仮説

生徒が学校給食を通して地元の魚を使用した料理を体験する回数を増やし、また、魚への関心を高める食育活動や食に関する指導を定期的実践することで、生徒の「魚食」への意識の変容が見られるだろう。

(目標値) 魚料理が好き(好きになった)(現状) 54% → (目標) 70%

地元の魚を選んで食べる(現状) 54.9% → (目標) 70%

3. 研究内容・方法

- (1) 食育の日を活用した魚食の実施
- (2) 魚食を中心とした献立の作成
- (3) 地元水産会社・高等学校・行政と連携した魚食の提供とPR
- (4) 骨付きの魚を上手に食べるための取組
- (5) 地元水産会社・行政と連携した「魚」と関連させた食に関する指導の実施

4. 研究実践

(1) 食育の日を活用した魚食の実施

今年度6月より、境港市では「食育の日」を「おさかな王国🌊境港の日」とネーミングを変更し、当日は地元の魚を使った給食が提供される日であることを市内全校へ周知した。

本校では、当日の給食に使用した魚をはじめ、県産食材を紹介する資料を作成し、各学級へ配布したり、校内に掲示したりすることにより、生徒が給食の内容について興味関心が高まるよう働きかけた。

表1 おさかな王国境港の日料理名

月	料理名(使用した魚)
4月	鮭の塩焼き(境港サーモン)
5月	はまっ子ドライカレー(いわしミンチ)
6月	銀鮭の西京焼き(境港サーモン)
7.8月	いわしのかば焼き(いわし開き)
9月	いわし団子のみそ汁(いわしミンチ)
	いかの酢の物(いか短冊)
10月	はまちの南蛮漬け(はまち角切り)
11月	いわし団子のみそ汁(いわしミンチ)
12月	いわしつみれの中華煮(いわしミンチ)
1月	たらの西京焼き(まだら切り身)
2月	鮭みそ豆乳チーズ焼き(境港サーモン)
3月	あじフライ(あじ開き)



図1 境港市の給食献立紹介・盛り付け写真と本校での掲示資料(1月分)

(2) 魚食を中心とした献立の作成

境港市の学校給食では、「魚食」普及のため、毎月給食回数の1/2程度は魚を主とした料理を提供するよう献立作成を行っている。今年度も地元の魚を中心に、様々な魚種を使用した魚料理を献立に取り入れている。提供にあたっては、魚肉ミンチにたくさんの食材を混ぜてドライカレーやビビンバにしたり、下味を工夫して焼き魚やフライにしたりして、魚特有の「におい」や「味」を苦手とする生徒も食べやすいように心がけた。また、毎月「かわいい」「のどぐろ(あかむつ)」「あじ」「はたはた」などの骨付き魚を使用し、学校給食の時間が「骨の取り方を身に付ける体験の場」となるよう設定した。



図2 骨付き魚の一例(左:エテカレー 右:のどぐろ(あかむつ))

境港サーモンは、鳥取県立総合技術高等学校食品ビジネス科の生徒たちがSDG s の取組として、成長が遅く規格外となった境港サーモンを無駄なく活用できるよう、食品ロスの削減を目的に考案した商品である。高校生が切り身にし、地元食品会社が製品化した生産から加工まで地元産の境港サーモンフライは、本取組の使用食材として最適だと考えた。当日は、事前に高等学校の生徒たちへ聞き取ったアンケートや市内小中学生へのメッセージを給食主任が各学年の廊下へ掲示したり、高等学校生徒たちが作成したサーモンフライ動画を正面玄関入口のモニターや図書館でリピート再生したりすることで、生徒たちが「食品ロスへの取り組み」「たくさんの人たちが関わって出来上がったフライ」ということが理解でき、誰もが残さず食べようという意識を高めることができた。フライの残菜は切り身魚料理の平均残菜 10.5%を大きく下回る 1.3%であったことから、境港サーモンの提供にあわせた啓発は有効であったことがうかがえる。



図4 10月8日まぐろの日給食の紹介資料と給食時間の生徒の様子



図5 サーモンフライ残量 (全校)



図6 廊下掲示した 高校生へ聞き取ったアンケート・児童生徒へのメッセージ (一部)





図7 食品ビジネス科生徒作成のサーモンフライ動画を中学校職員玄関前モニター、図書館にてリピート再生

(4) 骨付きの魚を上手に食べるための取組

事前に行った魚アンケートで魚が苦手な理由として一番多かったのは、「骨が多いから(91.5%)」であった。さらに理由を聞いてみると、「骨の取り方がわからない」、「手が汚れる」、「面倒くさい」といった返事が返ってきた。このことから、学級全体で骨の取り方がわかり、お互いの骨の取り方を賞賛しながら魚を食べることで、苦手意識を少しでも克服できるのではないかと考え、「学級対抗 焼きあじ上手に食べる選手権」を計画、実施した。これは、11月10日の学校給食で提供される「焼きあじ」の骨を上手に取り除いて食べ、残った骨を見て一番美しく食べることができたと思う学級に、個人投票をするという内容である。生徒には、選手権の1週間前にアンケートの結果報告とあわせて、選手権の説明を行った。担任に対しては、学年主任を通して取組の説明、当日の動きの確認をお願いした。前日に再度選手権についての声かけを行い、全員でチャレンジすることへの意欲づけに努めた。当日は、朝学活を活用してYouTube動画「あじの開きの食べ方」を視聴して骨のとり方を確認し、給食時間に動画の内容を思い出しながらチャレンジをした。ある学級では、担任が動画をリピート再生できるように準備をしておき、給食時間に動画を確認しながら骨をきれいに取り除いて食べていた。

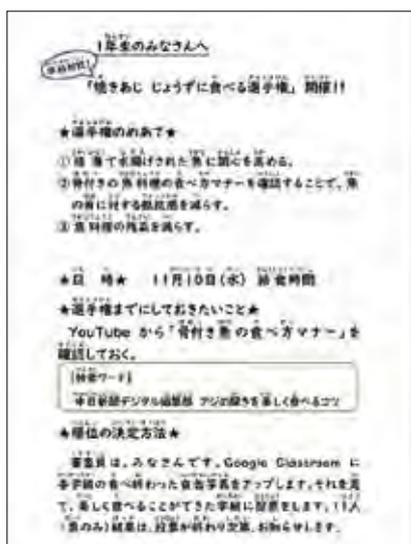


図8 選手権前に各学級へ配布した資料と当日の生徒の様子

給食後、各学級の食缶を撮影し、Google Classroomを活用して投票を実施した。(写真は学級がわからないように加工をして掲載) 投票結果は、生徒玄関に掲示することで、学校全体の意識づけになるようにした。また、選手権実施による変化がわかるよう、今回と同じ焼きあじが出た9月24日に撮影した残菜写真と比較した資料を作成し、生徒玄関での掲示や担任へ配布を行った。

(5) 地元水産会社・行政と連携した「魚」と関連させた食に関する指導の実施

9月に地産地消についてのアンケート、10月に魚についてのアンケートを実施し、その結果をもとに総合的な学習の時間2時間を食に関する指導として計画をした。内容としては、①地産地消とSDGsを関連付けた食に関する指導、②地元水産会社、行政との連携による「魚食」講座である。

①栄養教諭による「魚」とSDGsを関連させた食に関する指導の実施

1時間目は、「地元の食べ物からSDGsを考えよう」と題し、導入は鳥取・境港検定と題して特産品や郷土料理について楽しみながら学ぶ時間を設定した。解答後の説明を行う際に、事前実施したアンケート結果もスライドで提示することで、自分たちの考えも共有するようにした。

展開では、地産地消に対して生徒がどのようにイメージを持っているのか事前のアンケート回答を提示し、その内容がSDGs目標達成への手立てとなることに気付かせ、SDGsについての説明を行った。さらに地場産物である魚との関連から、SDGsの目標「14海の豊かさを守ろう」に焦点を絞り、「食」を通して海の資源、環境を守るための取り組みを考える時間を取り入れた。まずは、個人で2分間考え、その後周囲の仲間と考えを共有する時間を設定し、それぞれが考えた取組を合体させたり、違う観点から海を守る取組を考えたりすることができていた。

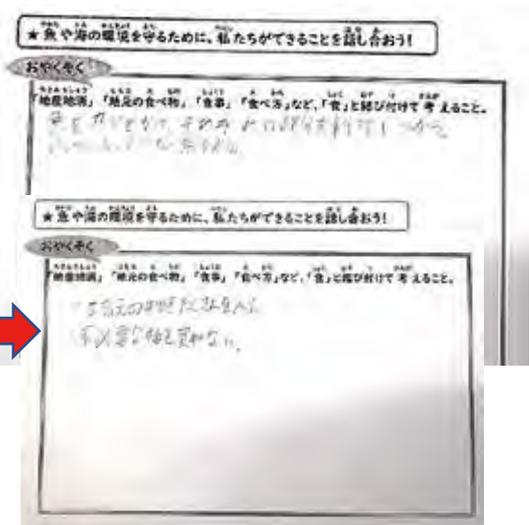


図9 残菜量の変化を比較した資料

価格	環境	味	経済	食文化	安全性
安い	海外から輸入しなくてよい	新鮮な野菜が食べられる	運ぶのにかかる費用が少ない	自分の住んでいる場所の特産物がわかる	誰が作ったかわかる
コスバ	エコ	自分の地域のおいしい物が食べられる	地元の経済が潤う	地元食材に馴染みしめる	安心安全
	食品ロス減らせる	鮮度のよい魚、とれたての野菜が食べられる	地元の特産品などを消費して食くする	その土地のものをその土地で消費できる	
	地域のごみ減らせる	地元の味がわかる	地域のためになる良いこと	地元の味楽しめる	
	排気ガス減らせる	栄養あっておいしい	食料を運ぶ時間・送料省ける	食文化知れる	
	CO ₂ 排出抑えられる	おいしい	自給率上がる		
	輸入しなくてよい	地元の新鮮な食べ物食べられる			
	ごみ減らせる				
	その土地でできたものを使うことで捨てる人も少なくなる				

みなさんの回答

図10 生徒がイメージする地産地消に取り組むことの利点



1組	2組	3組	4組
捨てることを減らす(廃棄率を減らす)	油を使いすぎず水をきれいに保つ	食べられる分だけの量をとる	食べられる分は食べる
期限内に食べる	食べられる部分は全部食べる	ゴミのない食べ方をする	ゴミはゴミ箱へ捨てる
魚ではなく他のものを食べる	自分で作った物を食べる	ゴミをちゃんと捨てる	ポイ捨てやめる
むだなポリ袋・プラスチックを出さない	残さず食べる	油を紙でふき取る	プラゴミなくす・紙を使う
残さず食べる	マイバッグを使う	食べられる分だけ買う	ポリ袋値段を上げる(1~3万)
効率よく使う	海辺にごみ捨て場をつくる	袋買わない	残さず食べる
食べ残しを減らして水を汚さない	おいしくいただきます	いろんなものを食べる	消費期限の近いものを買う
エコバッグ使う	地産地消で減らす	地産地消のものを食べる	無駄に買わない
無駄買いない	食べる量だけ買う	釣りすぎない	分別する
ごみの捨て方	期限を守って使う(食べる)	残さず食べる	魚を食べない
無駄に魚をとらない	(魚をとる)量を考える	期限切れになる前に食べる	エコバッグを使用
海にごみを捨てない	ポイ捨てしない	完食する	感謝の気持ちで食べる
食べられる分だけ使う	食品の廃棄減らす	エコバッグ使う	ごはんを捨てない
まるごと買って部位ごとに調理	ポリ袋・プラを0にする	残った物をすぐに捨てない(リユース・リサイクル)	食べられる分だけ(魚をとる)
		食べ物を粗末にしない	釣った魚は必ず食べる
		魚の身きれいに食べる	小さい魚リリース

図 11 話し合い活動で考えた私たちが地元の魚や海の環境を守るためにできること

②地元水産会社・行政との連携による「魚食」講座

今年一年間、学校給食に境港産の魚を積極的に使用したり、栄養教諭による食に関する指導から地元で水揚げされる魚種やその水揚げ量、資源保護のためにできることなどを学習したりする中で、生徒たちが、地場産物である「魚」に触れる取組を取り入れてきた。そのまとめとして、鳥取県水産事務所、境港市水産商工課、地元水産会社と連携した「魚食」講座を計画している。内容としては、はじめに地元で多く水揚げされる「さば」をもとにして、境港での水揚げ量、日本人とさばの歴史、さばの栄養素とその働き、さばの種類、鳥取県のブランド品(お嬢サバ、境港サバ)をはじめ、さばの鮮度を落とさずに出荷するための保冷方法や、冷蔵・冷凍・加工などの保存方法についての話を聞くといったものである。次に保冷に使用する冷水、氷水、シャーベットアイスと中学校の水道水をそれぞれクーラーボックスに入れ、生徒の代表者にそれぞれの温度の違いを体験させる。まとめとして、森と海の関係(SDGs 関連)や地元の水産物を食べることの必要性について話を聞く。生徒が、境港の水産技術は最新のものが導入され、さばをはじめどこよりも新鮮でおいしい魚が食べられることを誇りに思える魚食講座としたい。

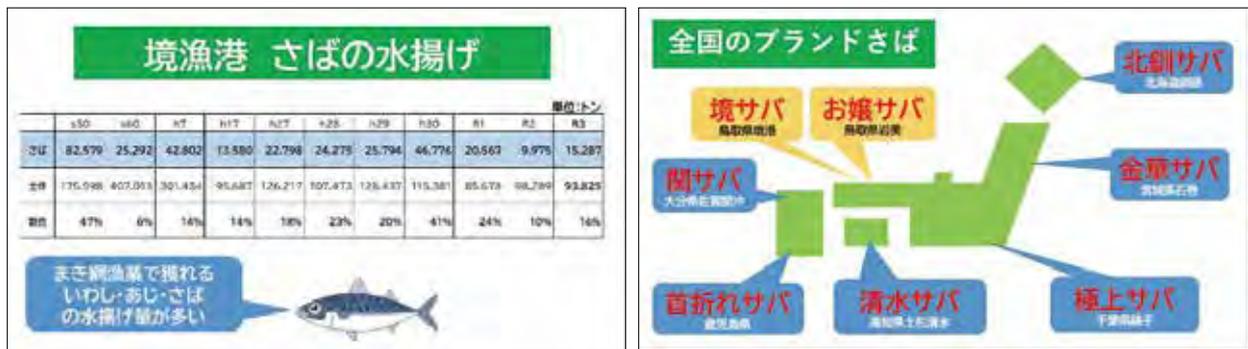


図 12 魚食講座のスライドの一部

5. 結果

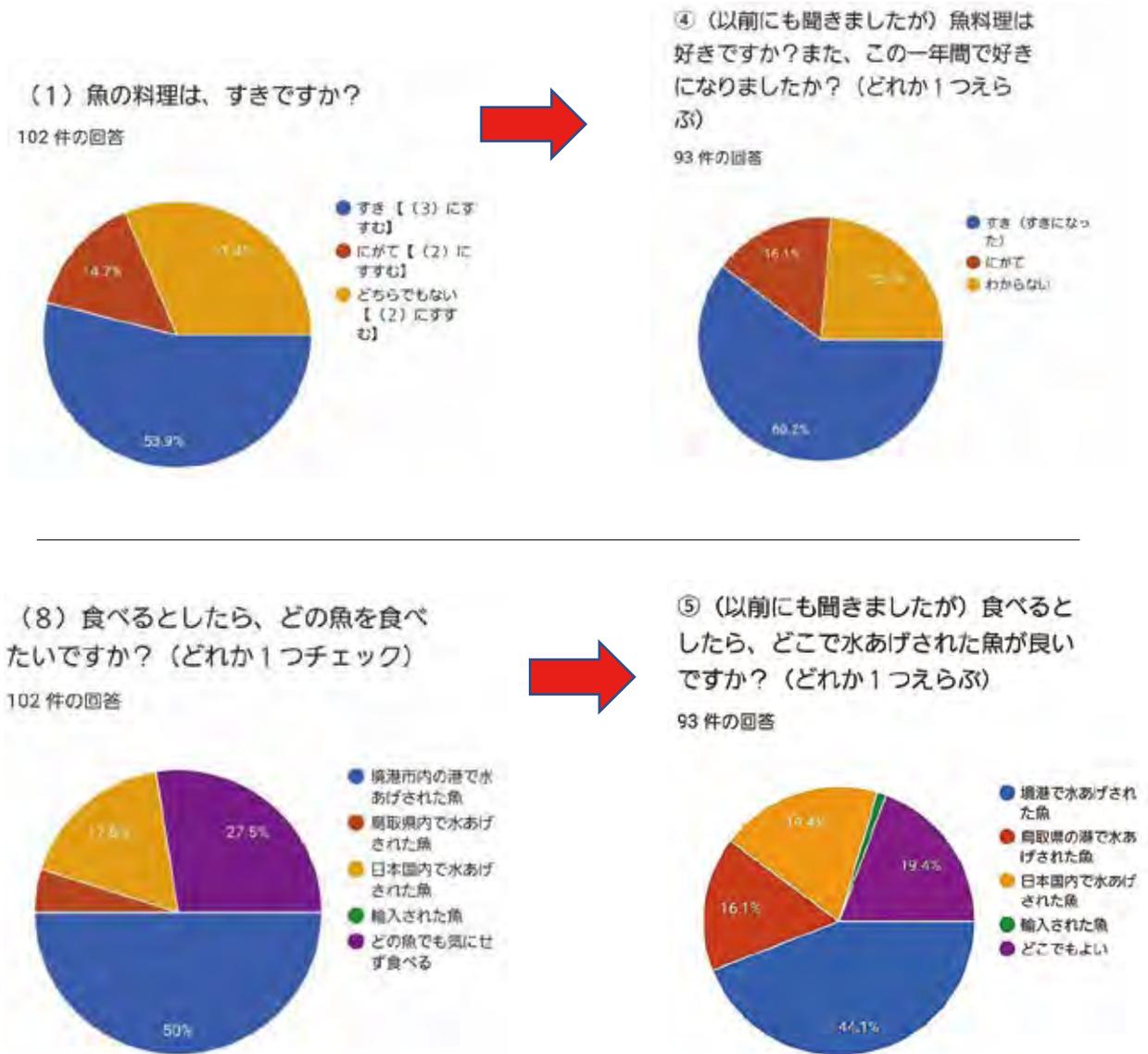
「焼きあじ上手に食べる選手権」後に行ったアンケートでは、「自分の魚の食べ方に変化があったか」という質問に対して「あった」が62.5%、「なかった」が10.4%、「わからない」が27.1%という結果であった。担任への事後アンケートでは、「効果的であったが、骨取りに集中しすぎて他のおかずが食べられない生徒もいた」、「好き嫌いがあるため、個人差があった」、「学年→全校と幅を広げたり、他校との交流戦を行ってみたりしてもおもしろいのでは」という感想や意見があった。当日の残菜量は、同じ焼きあじを提供した9月24日と比較したところ、全校の残菜量から約1kg減っており、1学年実施しただけでも大きな変化が見られた。(5.56kg (33.4%) → 4.76kg (30.3%))

地場産物の魚に特化した食に関する指導や、学校給食を通して地元の魚料理を体験したことで、生徒の意識にどのような変化があったのか、まとめのアンケートを実施した。「魚料理は好きか。また、この一年間に好きになったか。」の問いに対して、60.2%の生徒が「好き・好きになった」と回答しており、目標値の70%には到達しなかったが、事前のアンケートと比較すると約6%増加した。これは、以前のアンケートでは好きか苦手かわからないと回答した生徒たちが、「好き」と実感できたことによるものである。しかし、その反面、わからないと回答していた生徒が「苦手」と感じ、16.1%と1%弱ではあるが増加していることも事実である。

また、「地元の魚料理を食べたり魚に対する授業を受けたりしたことで、魚料理への意識は変わったか」という問いについては、「変わった・少し変わった」が67.8%、「あまり変わらない」が24.7%、まったく変わらないが7.5%であった。変化のあった内容として、複数回答方式で「食品ロスにつながらない食べ方をするようになった40%」、「骨付き魚への苦手意識25.8%」、「産地を気にして買い物や食事をするようになった21.5%」、「地元で水揚げされる魚への興味が出た19.4%」などの回答が、多かった。最後に「食べるとしたらどこの魚を食べるか」という問いには、「境港・鳥取県の港で水揚げされた魚」が60.2%と、目標値の70%に届かなかった

が、以前よりも6%増加した。これは、取組前のアンケートで「どこの産地でもよい」と回答していた生徒たちの意識の変容が見られたためである。魚料理への意識が変わった理由のひとつとして「産地を気にして買い物や食事をするようになった」「地元で水揚げされる魚への興味が出た」ことによる変容だと考える。しかし、一方で、日本国内や輸入品と回答した生徒が微増している。

図13 魚を活用した取り組み前後アンケート比較



6. 考察、検証等

約一年間の取組を通して、生徒たちは地元の魚のことを学ぶ中で食品ロスへの関心が高まり、少しでもロスを減らそうと苦手意識の高い骨付きの魚に対しても、残さず食べようという意識の変容が見られた。選手権後の魚の食べ方を見てみると、今まで骨を含めた残量が、全体で33%程度残っていた焼きあじが、選手権当日は30%と約3%減少した。また、1月の学校給食では頭と骨付きの「のどぐろの素揚げ」があったが、6月に出た時と比較すると残菜率は33%から17%と大幅に減少していた。この意識の変容を継続するためには、やはり学校給食の献立が生徒の学んだことを生かせる場となり、また生きた教材となる内容であることが重要である。そのためには、地元業者や行政との連携をさらに強化して、現在使用している食材とあわせて最新の地

場産物情報の収集、使用に努めていきたい。

そして、魚料理に苦手意識をもつ生徒の割合が微増したことについては、「焼きあじじょうずに食べる選手権」に取り組んだことで、骨取りへの苦手意識を高めてしまったことが要因のひとつとして挙げられる。選手権後の担任用アンケートに「好き嫌いの個人差が大きく、まったく手を付けていない生徒がいた」、「魚が少ししか食べられない生徒への配慮が必要」とあったことをふまえ、今回実施した学年団ヘルール改正についての協力を依頼し、「お助けカード」「半身頑張るカード」など、ヘルプ機能を取り入れた内容で来年度前向きに取り組めるものへとバージョンアップする予定にしている。また、苦手意識の克服は、やはり家庭との連携による食育活動を実施していく必要があると考える。例えば、地場産物の魚を活用した給食実施にあわせて、レシピや地場産物活用情報、児童生徒の様子について、ホームページやGoogle Classroomを活用して情報発信したことにコメントを返信していただき、学校に掲示するなど、さらに効果的な取組を検討していきたい。そして、最後のアンケートで見えた生徒たちの「どの産地でも気にせず食べる」というSDGsの意識を大切にしつつも、やはり「地元の魚が一番おいしい」、「食べるなら境港の魚！」とあって、地場産物への関心を高められるよう、来年度はさらに、地元の魚を活用した研究を深めていきたい。

児童の「ふるさと愛」を養う食育の推進 ～「げんき」「やるき」「こんき」三つの「き」の基礎づくり～

広島県大崎上島町立大崎小学校
栄養教諭 鈴木 菜帆

1. 研究の背景・目的

大崎上島町は、瀬戸内海で小豆島に次いで2番目に大きい離島である。令和3年10月末現在の総人口は7,192人、高齢化率は47.4%であり、少子高齢化が進んでいる。「教育」による島の活性化に力を入れており、「大崎上島町教育ビジョン」の実現のため、「大崎上島学（K授業）」を教育推進の基盤として取り組んでいる。「島まるごと教材」として大崎上島にある全てが子供たちの教材として捉え、人とのつながり・良さ・魅力の感得を目指し、幼小中が連携して取組を行っている。

(1) 本校の概要・実態

前任校である大崎上島町立大崎小学校（以下、本校）は、平成20年4月、二つの小学校が統合し開校した。令和3年4月で開校15年目となる全校児童数127名の小規模校である。

令和3年度の学校教育目標は『「げんき」「やるき」「こんき」の三つの「き」を育てよう』とし、教育活動を推進している。

本校では、給食時間を楽しみにしている児童が多い。令和3年7月に実施した食育アンケートでは、「食事が好き」と回答した児童は89.7%に上り（図1）、令和2年度の給食残菜率も平均0.7%とゼロに限りなく近い数字となっている。苦手なものが給食で提供されても頑張っ



図1 食事が好きな児童のグラフ

(2) 本校の学校給食の概要（令和3年5月1日現在）（表1）

表1 本校の学校給食の概要

施設名	大崎学校給食センター
調理方式	共同調理場方式（受配校3校）
献立内容	米飯週4.5回 パン週0.5回（隔週による提供、パン付き麺を含む） 食物アレルギー対応（除去食及び代替食）
栄養教諭	1名
調理従事者	町会計年度任用職員6名（内1名は事務職員兼務）
食数	約280食

(3) 食育推進体制

本校には平成30年度から栄養教諭が配置された。そのため、近隣校の取組を参考にしながら食育推進体制を整えてきた。年度初めには職員研修を行い、校内全体で学校給食における食物アレルギー対応や給食指導についての情報共有を行っている。また、家庭・地域・町栄養士などと連携を図りながら、食育推進体制づくりに取り組んできた。

文部科学省が発表したGIGAスクール構想により、平成31年度末には児童に一人1台ICT機器（タブレット端末：Chromebook）が配付された。そのため、ICTを活用した食育の推進を行うことが可能になった。

(4) 主題設定の理由

第4次食育推進基本計画では、特に取り組むべき重点事項として次の3点を定めている。

- ①生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進（国民の健康の視点）
- ②持続可能な食を支える食育の推進（社会・環境・文化の視点）
環境の輪（わ）、人の輪（わ）、和食文化の和（わ）の三つの（わ）を支える食育の推進
- ③「新たな日常」やデジタル化に対応した食育の推進（横断的な視点）

これらを「持続可能な開発目標（以下、SDGs）」の観点から相互に連携して相互的に推進していくこととしている。^{（注1）}

SDGsとは、平成27年9月の国連サミットで採択された「持続可能な開発のための2030アジェンダ」にて記載された『2030年までに持続可能でよりよい世界を目指す国際目標』のことである^{（注2）}。



図2 持続可能な開発目標

今、SDGs達成に向けて「持続可能な開発のための教育」を行うことが求められている。世界が抱えている課題には、環境や貧困、人権など様々なものがある。人類がこれからも豊かな生活を続けていくことができる社会を実現するには、これらの社会問題を自らの問題として主体的に捉え、課題解決に向けて一人一人が自分にできることを考える必要がある。^{（注3）}

本校では、大崎上島を愛し、大崎上島の将来を担うこと、たくましく生きぬく子供を育てることを目指し、学校教育目標を設定している。『「げんき」「やるき」「こんき」三つの「き」を育てる』ために、土台（基礎）づくりは欠かせない。食育基本法においても「食育とは生きるうえでの基本であって、知育・徳育・体育の基礎となるもの」と定義されている。^{（注4）}

毎年、全学年の児童を対象とした「食に関するアンケート（図3）」を実施している。実施内容は、普段の家庭での食事内容やSDGsに関する意識調査など多岐にわたるが、令和3年7月に実施したアンケート結果から、次の2点を改善が必要な項目としてピックアップした。



図3 食に関するアンケート（第5学年用）

- ・地場産物を知っている児童の割合：67.4%
- ・SDGsを知っている児童の割合（※第4～6学年のみ）：64.0%

今までの学習を通して地場産物を知っている児童は多いと想定していたが、思っているよりも地場産物について知らないことが分かった。また、SDGsを知っている児童の割合から、地球規模の課題を自分のこととして捉えている児童は少ないことも分かった。

そこで、様々な社会問題を「ふるさと」と結びつけて自分の問題として捉えさせ、地域の人・もの・ことと関わりながら自分にできることを考え、他者へ伝える学習を通して、児童の実践する力の育成を目指す。SDGsの観点を意識させ、今までの学習を振り返りながら、社会問題を解決するための新たな価値観や行動等の変容を引き出したいと考えた。

また、世界規模で拡大する新型コロナウイルス感染症の流行により「人とつながる」ことが希薄化した環境下にある今、自分たちの「食」が学校、家庭、地域の「ふるさとの人々」によって

支えられているという気付きを児童に改めて実感させたいと考えた。

以上により、本主題を設定し、「ふるさと愛」を養える食育の推進について多角的に考察する。

2. 研究仮説

「ふるさと愛」を養うためには、まずふるさとのことを知る必要がある。ふるさとの「食」の魅力を知ること、食べることを大切に、食べ物の命や食に係る人々への感謝の心「ふるさと愛」をもった児童の育成につながるであろうと考えた。

- (1) 学校給食や食に関する指導において地場産物を活用することで、食への興味・関心を高めることができる。
- (2) SDGsの観点から踏まえ、ふるさとの「食」について農林漁業体験を実施することで、「ふるさと愛」をもつことができる。
- (3) 教科等における食に関する指導を通して、児童が地域の食べ物の命や食に係る人々への感謝の心をもつことができる。
- (4) 保護者への食に関する啓発活動を通して、家庭・地域での食育の充実を図ることができる。

3. 研究内容・方法

◎活動指標

- (1) 地場産物の活用
- (2) 農林漁業体験
- (3) 教科等における食に関する指導
- (4) 保護者と連携した活動

◎成果指標（表2）

表2 成果指標一覧

内容		現状値	目標値
給食管理	学校給食における地場産物（大崎上島町産を含む県産食材）の使用割合（金額ベース）	39.3% （令和2年度より）	40%以上 ※週2回以上使用
食に関する指導	地場産物を知っている児童の割合	67.4% （令和3年7月）	90%以上
	SDGsを知っている児童の割合※第4～6学年のみ	64.0% （令和3年7月）	70%以上

本研究は以上の指標に従って活動及び評価される。

4. 研究実践

(1) 地場産物の活用

①食材の掲示

毎週火曜日に生鮮食品の掲示を行っている。自宅で野菜の栽培をしている教職員の協力を得て、旬の食材や行事食、授業と関わりのある食材を掲示している。

同じものを複数置いておくことで児童たちが手に取りやすくなり、断面が観察できるよう加工した野菜や果物を掲示することで熱心に観察する児童の姿が見られるようになった。（図4）



図4 生鮮食品の掲示及び食品を手取る児童の様子

②委員会活動での給食メニューコンテストの実施

大崎上島町では、毎年、「大崎上島町学校給食メニューコンテスト」が行われていた。概要としては、地場産物を使用したメニューを町内の児童生徒が考案し、選考されたものが実際の学校給食として提供されるものである。しかし、新型コロナウイルス感染症拡大の影響により、2年連続で中止となっている。



そのため本校では、このコンテストに代わる自主選考会を校内で実施した。県教育委員会主催の「ひろしま給食推進プロジェクト^(注5)」に応募した児童の作品の中から、本校の学校給食で提供するメニューを全校児童と教職員で投票して決定した(資料1)。この選考会は児童による保健委員会が運営し、児童自らが投票の方法を説明する動画を作成するなどして積極的に取り組んだ。この選考会を始めて2年目となる令和3年度は、昨年度よりも先述の「ひろしま給食推進プロジェクト」への応募数が増えた実績があり、自分たちが考えたメニューが実際に給食で提供されたことで、食に関心を持ち、家庭で料理をしようとする子の育成につながっている。

資料1 本校での給食メニューコンテストの様子

資料1 本校での給食メニューコンテストの様子



(2) 農林漁業体験

①学級園での野菜の栽培

第1、2学年と特別支援学級では、生活科や生活単元で野菜を栽培している。令和3年度は、ミニトマトやピーマンなどの夏野菜、さつまいも、大根を栽培した。草取りをして畑を作り、種まきをし、水やりをして収穫に至る過程で、作物の変化に逐一気付き、成長する様子を学ぶことができた。また、栽培したさつまいもで「ふかしいも」を作り、全校児童にふるまった(図5)。



図5 野菜栽培及び収穫した農作物を調理する様子

食べ物に親しみを持ち、それらを大切に作る児童の育成、そして食育の視点である感謝の心の育成につなげることができた。

②町内独自の地域学習「大崎上島学(K授業)」

前述したように、本校では総合的な学習の時間を使って町内独自の地域学習を行っている。町内3校の小学校及び地域の方と連携し、学年によって異なるテーマを定め、学習させている。



令和3年度は、第3学年の総合的な学習の時間に栄養教諭も携わり、地域のトマト農家で栽培活動をさせていただくことになった。トマトの苗を植え、成長の様子を定期的に見学させてもらい、成長の様子を学習させてもらうとともに、おいしいトマトをつくるためのコツを教えていただいた。



図6 地域学習の様子及び農園で栽培活動をする様子

学んだことをまとめ、学習発表会や他校の小学校で紹介した(図6)。また、児童が農園に出向き、農家の方に向けて発表した。農家の方に

大変喜んでいただくことができた。

この地域学習をきっかけとして、学習先の農家と新たに納品契約を結ぶことができ、本校の学校給食にもトマトを使わせていただいた。児童らの食に対する興味・関心を引き出すことにもつながったと評価する。



図7 栽培した農作物を学校給食で使用した様子

また、実際にこの学習で児童が栽培したトマトも学校給食の食材として使用した。児童が考えたレシピを学校給食のメニューとして採用し、提供した(図7)。

③「ひろしま給食推進プロジェクト」出前講座

先述した県教育委員会主催の「ひろしま給食推進プロジェクト」の取組の一つとして、出前講座というものがある。本校でもこちらの講座を開講していただいた。令和3年度のテーマは、『『ひろしま給食』でSDGsを考えよう!!～未来へつなげる、産地とつながる食卓～』であった。



図8 プロの料理人から指導を受ける様子と料理の写真

県内で活躍するプロの料理人の方から、和食のコツを教えていただいた。児童の身近な食材でもある地元のクルマエビを使ったことで、料理に対する興味・関心を高めることができた(図8)。

(3) 教科等における食に関する指導

①第3学年 道徳

第3学年の道徳に「いただきます」という単元がある。「いただきます」の意味を考えることで感謝や生命の尊さなどの道徳的価値について学習する単元である。食育の観点からは、飽食の時代といわれる現代では忘れられがちな「感謝の心」を育むため実施した(資料2)。



資料2 道徳で用いた教材

この単元を通し、児童らは自分たちが日ごろ口にしている食べ物や料理が多くの人の手を経て食卓に届いていることを考え、さらに元をたどって動物や植物の命をいただいていることを学んだ。工夫としては、地元の農家や給食で納品している商店を事例としてあげることによって、児童がより身近なこととして捉える機会を設けた。

②第5学年 家庭科

第5学年の家庭科「食べて元気に」の単元で、五大栄養素や三つの食品のグループについて学習した(資料3)。それぞれの栄養素が体内でどのように働くのか、栄養バランスよく食べることがいかに大切であるか、などといった内容について考えさせた(図9)。



資料3 家庭科で使用した教材

図9 授業風景

また、11月24日の「いい和食の日」に合

わせて授業を行ったことで、和食の栄養バランスの良さについても同時に気付かせることができました。



図10 給食試食会の様子

(4) 保護者と連携した活動

①町栄養士を招いた給食試食会

例年、保護者を対象にした給食試食会を実施している。令和3年度は感染症対策のため、参加対象者を限定して行った。講師として町栄養士を招き、町内の課題である「減塩」についての講演をしていただいた。町内では高血圧や生活習慣病の割合が高いという調査結果が出ていることから、「元気島おおさき

21」という第Ⅱ期健康増進計画・食育推進計画が出されている。町栄養士は、家庭で使用している食品の中にも食塩が多く含まれていることを説明し、家庭で実践できる減塩対策を呼びかけた(図10)。

②家庭への情報発信(食育だより、動画作成)

本校では、毎月食育だよりを発行し、児童らの食育活動に関する情報を発信している(資料4)。写真を多く使用し、活動の様子が伝わりやすいように作成することを心がけている。



資料4 令和3年度に発行した食育だより

令和3年度はICTの普及により、動画作成とその発信にも並行して取り組むこととした。作成した映像を活動後の振り返りとして観ることで児童同士で学びをより深め合うことができたり、本校のYoutubeアカウントで動画を配信することで家庭での食育につなげてもらったりしている(図11)。



図11 配信した動画

動画編集時に児童の気付きを新たに発見することもでき、学習のフォローアップにもつながった。例えば、第5学年の家庭科の調理実習において、なぜだしを取るのか理解していない児童の発言があり、説明が不十分であったことに気付かされた。動画編集時に、乾物に含まれているうま味を取り出すことがだしをとる目的であるとの補足説明を入れることで対応した。

5. 結果

得られた成果は下記の通りである(表3)。

表3 成果

内容		実施前	目標値	実施後
給食管理	学校給食における地場産物(大崎上島町産を含む県産食材)の使用割合(金額ベース)	39.3%	40%以上 ※週2回以上	43.1%
食に関する指導	地場産物を知っている児童の割合	67.4%	90%以上	89.7%
	SDGsを知っている児童の割合 ※第4～6学年のみ	64.0%	70%以上	72.0%

SDGsを知っている児童の割合は、64.0%から72.0%まで上昇した。特に第6学年においては、本指数が実施前の72.2%から実施後は94.4%まで上昇した(図12)。

指導を受けた児童らは「食品ロスを減らすためご飯は残さず食べている。」「食べ物に料理であまり使わないところを焼いたりして、むだにしないこと。」など食に関するコメントもあげていたが、「水を無駄使いしない。」「短い距離だったら、自転車で行く。」「人を差別しない。」などといったコメントもあげていた。さまざまな視点からSDGsを考え、『自分たちには何ができるのか』ということを見聞一人一人が意識するようになった様子が見て取れた。

給食試食会では「りっちゃんサラダが本当においしくて感動した。国語の授業で扱ったものが実際に給食として食べられることは子供たちも嬉しいと思う。先生のアイデアに感心した。」「外国の料理など献立も様々で、味も良く栄養満点な学校給食を毎日食べられる息子が羨ましい。」などの肯定的な意見をたくさんいただいた。

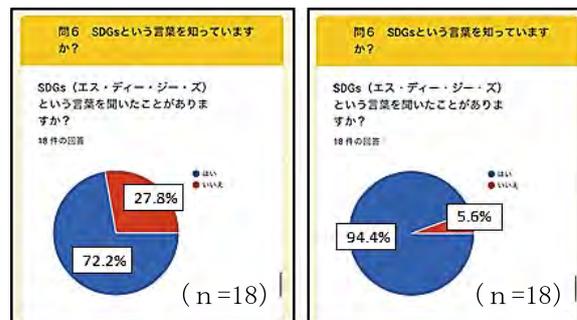


図12 第6学年におけるSDGsを知っている児童の割合のグラフ(左:実施前 右:実施後)

6. 考察等

(1) 考察

成果指標に基づき評価すると、目標値にはわずかに及ばなかったものの、取組前と比べて地場産物を知っている児童が増え、一定の成果を感じた。1品目のみの回答だった児童も、取組後は複数の地場産物をあげることができていた(図13)。

農林漁業体験の重要性を改めて感じている。体験活動後、家族を伴い自主的に農園へ見学に赴いた児童もいたようだ。家庭と地域をつなげることができた事例であると考えられる。学校給食においても、農林漁業体験のおかげで新たな納品契約を結ぶことができた。

SDGsを知っている児童の割合が目標値を達成したことに関しては、児童らがSDGsについて多角的に捉えられていることから、学級担任による教科等横断的な指導の成果が大きいと考えられる。学級担任や教科担任と連携した指導の大切さを実感した。

食への興味・関心を高める取組の効果も相まって、「食事が好き」と回答した児童の割合は実施前の89.7%から実施後は92.0%まで増加した。

また、令和3年度から食育アンケートをICT機器で実施したところ、集計の手間がなく、業務改善につながったと感じている。給食時間の食育指導もICT機器を使い、「食事のマナー」「給食ができるまでの様子」などさまざまな教材を動画で提示した(図14)。指導の意図が児童へ伝わりやすく、効果的な食育指導を行うことに繋がった。

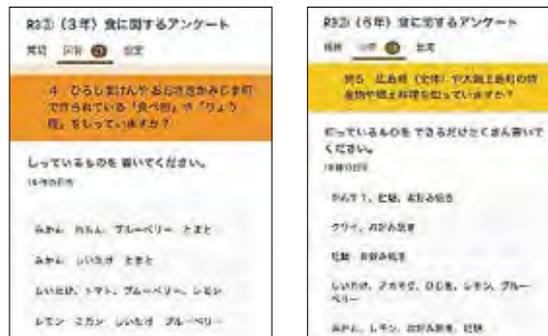


図13 児童らが知っている地場産物(取組後)



図14 食育教材動画の一部

(2) 新たな課題設定

今回の研究を通して、事前課題として設定した「地場産物を知っている児童の割合」及び「SDGsを知っている児童の割合（※第4～6学年のみ）」の数値に関しては、目標値を上回る一定の成果を出すことができた。継続して取り組むことで、より一層の充実を図ることが可能であると考える。

また、先述の令和3年度に実施したアンケートより「主食・主菜・副菜がそろった朝ごはんを毎日食べている児童の割合」に注目した取組も新たに行っていく。この指数は33.9%とかなり低く、食事内容は菓子パンのみ、という家庭も多くある実態が浮き彫りとなった。給食試食会で朝ごはんの大切さについて説明をしたが、参加者のみという限定的な指導であったため、今後は全家庭を対象に朝ごはんの内容充実に向けた食育の推進をしていく必要があると感じた。

7. おわりに

本校の学校給食は主体性が重視され、献立作成や食材発注は学校単位で行っており、質の高い学校給食の提供が可能である。今回の研究を通して、児童と共に農林漁業体験に取り組み、地場産物等に関する学びを深めることができた。この環境と経験を生かし、栄養教諭として、これからも「ふるさと」に密着した給食管理及び食に関する指導を行っていききたい。

感染症の拡大で全国的に体験活動の実施が難しいが、本校は離島ならではの利点を生かし、感染症対策を講じた上で農林漁業体験を実施することができた。協力していただいた地域の方々には頭が下がる思いでいっぱいである。

食べることは生きることである。生命活動に欠かせない摂食行動ではあるが、せっかく食べるのであれば楽しくおいしく食べてほしいと願う。その願いから食育指導をする際にはなるべくポジティブな言葉遣いをすることに気を付けている。今回、全校児童に実施したアンケートの回答の中に「苦手なものだけど、食べたなら栄養が摂れるから頑張って食べたい。」「苦手なものだけど、一生懸命作ってくれる人がいるから残さず食べた。」などとポジティブに表現するコメントが複数見られたこともあり、今後も継続して取り組んでいきたい。

注釈及び参考文献

注1 農林水産省「第4次食育推進基本計画」

<https://www.maff.go.jp/j/syokuiku/attach/pdf/kannrenhou-24.pdf>

注2 外務省「持続可能な開発目標（SDGs）」

<https://www.mofa.go.jp/mofaj/gaiko/oda/sdgs/about/index.html>

注3 文部科学省「持続可能な開発のための教育（ESD）」

<https://www.mext.go.jp/unesco/004/1339957.htm>

注4 農林水産省「食育基本法」

<https://www.maff.go.jp/j/syokuiku/attach/pdf/kannrenhou-20.pdf>

注5 「ひろしま給食推進プロジェクト」とは、広島県教育委員会が平成25年度から実施しているプロジェクトである。学校・家庭・地域が一体となり、学校給食を活用した食育の推進を通して、食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身に付けた児童生徒を育成するために行われている。

<https://www.pref.hiroshima.lg.jp/site/kyouiku/juten-kyusyokusuisin.html>

地域再発見 ふるさとの味を伝えよう「下知ねぎプロジェクト」

高知県高知市立昭和小学校
波内 舞子

1. 研究の目的

- 自分達を取り巻く自然や環境に関心を持ち、地域のよさを知り地域に愛着をもてる児童を育成する。
- 意欲的に情報を集め自分なりに加工し、発信しようとする児童を育成する。
- 人との関わりを通して、お互いを認め合い、よりよい関わりをもとうとする児童を育成する。

2. 研究仮説

- 下知ねぎについて学ぶことで、自然や環境に関心を持ち、地域のよさを知り地域に愛着をもてる児童を育成することができるであろう。
- 衰退してしまった下知ねぎの歴史や高知の食文化について学ぶことで、意欲的に情報を集め自分なりに加工し、発信しようとする児童を育成することができるであろう。
- 農家や地域の人との関わりを通して、お互いを認め合い、よりよい関わりをもとうとする児童を育成することができるであろう。

3. 研究内容・方法

- 総合的な学習の時間等による地域で育てられている伝統野菜の「下知ねぎ」についての学習
- 食育体験活動の実施
- 専門家による講話の実施
- 栽培した下知ねぎを給食で活用
- 地域再発見、ふるさとの味を伝えよう「下知ねぎプロジェクト」の実施
- 下知ねぎを地域に知らせるための販売方法の考案
- 児童の意識や行動のアンケートの実施（対象：第4学年85名 時期：4月・2月の2回）
- 食育実践発表会で1年間の成果の発表

4. 研究実践

1971年1月土佐農業改良普及所の資料に初めて「下知ねぎ」と記載されている。下知ねぎ（資料1）は冬ねぎと夏ねぎがあり、冬ねぎは文献等で確認ができていますが、夏ねぎは未確認の品種と言われている。昔は、電車通りの下知に産地があり、下知地区や弥右衛門地区で盛んに作られていたようだが、宅地化やドロと言われるトロミの少ないねぎの普及等により衰退した。現在では限られた農家のみが栽培を行っている。そこで、本校4年生が幻の下知ねぎを復活させるために取り組んだ（資料1）。



資料1

(1) 夏ねぎの苗作りと定植

5年生の昨年度の取組を引き継ぎ、苗作りと定植を行った。水分が多いねぎを干すことで生命力が強くなると言われているため、苗用ねぎを抜き、2週間ほど陰干しをして「干し苗」を作った(資料2)。干し苗ができるまでの間、畑を耕し肥料を混ぜて、新しい畝を作り5月7日に定植し、4年生の活動が始まった(資料3)。



資料2

(2) 下知ねぎの病気と虫

今年は梅雨入りが早く、その影響で、干し苗の枯れている部分が腐敗し始めた。農家の白岩さんに確認すると取り除くとよいという助言をいただいた。児童は一本一本丁寧にハサミで腐った部分を取り除いていった。すると数日後、青々とした新芽が出始め、その後も順調に育っていった。しかし、今度はネギアブラムシが大量発生した。



資料3

表面を覆いつくすほどの個体数で、このままでは窒息してしまうため、白岩さんに確認し対応を教えていただいた。酢酸を希釈してかけたり、ガムテープで取り除いたりしたが、冬用に残しておいた苗用ねぎはほぼ全滅してしまった。また、今年度新しく増設した畑では、土が合わないのか、一定以上大きくなり、栽培の難しさを改めて痛感した。

(3) 白岩哲さん講演「消費地近郊の農業と農家～下知ねぎ～」

図書室やインターネットで下知ネギについて調べたり、下知ねぎを使った料理を考えたりしていたが、資料が乏しく、なかなか情報を得ることができなかった。そこで、7月13日下知ねぎを栽培されている農家の白岩さんに来ていただき、講話をいただいた。下知ねぎの歴史、ねぎに良い土、干し苗の作り方、注意すべき害虫と対処法など、様々なことを教えていただいた(資料4)。



資料4

(4) 夏ねぎ収穫

梅雨も終盤を迎え、気温もどんどん上がってきた7月、雑草を抜いたり、水やりをしたり協力して育てた下知ねぎを収穫し給食に提供した。始業前から集まり、一畝分(約8kg)のねぎを抜き、およそ一時間かけて皮を剥いたり、きれいになるまで土を洗い落としたりして、調理場に届けた。蒸し暑い中、ずっとしゃがんで作業をし続け、口に入るまでにこのような苦労があることを体全体で感じられたのではないかと思う。収穫したねぎは、その日のうめん汁(資料5)と、2日後の豚汁に使用され、全校放送でもお知らせした。



資料5

(5) 冬ねぎ苗植え

2学期に入り、再び干し苗を作り、畑を耕し肥料を混ぜて、新しい畝を作った。畝の高さが同

じになるようにと土をかぶせたり崩したり、声を掛け合い、作業を行った。マルチも張り、穴をあけて、冬に収穫するためのねぎを植えた。5月よりも慣れた様子で作業を行っていた。

(6) 他校との交流

土佐の伝統野菜について学習している小学校とビデオレターや Google Meet を活用した交流を年間を通して行った。これまで学習してきたことや考えた料理などを、タブレット PC を使って発表し、土佐の伝統野菜について理解を深めた。

(7) かつおのわら焼きたたき体験

10月18日には、上町の池澤本店さんの協力を得て、かつおのわら焼きたたき体験を行った。4kgのカツオをさばくところから見せていただき、自分たちで焼いて、切り分け、皿に盛って食べた(資料6)。社会科「海をいかした中土佐町」の学習で、高知ではカツオの消費量が全国1位で、一本釣りでとれた鮮度の良いカツオの品質を守り、販売すること、全国に発送することなど、久礼の町の人々みんなで支え、伝統を守ろうとしていることを学習したばかりで、高知の食文化を学ぶ良い機会となった。また、下知ねぎについての講話をしていただいた白岩さんの育てている下知ねぎを薬味として提供していただいた。白岩さんの育てた下知ねぎの大きさと学校で育てている下知ねぎの大きさの違いにとっても驚いている様子だった。



資料6

(8) 食育講演会「高知の食文化」

11月11日には、RKC調理師専門学校の前校長で現在常任理事でもある三谷英子先生をお招きして、「高知の食文化」についてお話を聴かせていただくことができた。海の幸だけでなく、田舎寿司などの山の幸、柚子酢の文化、皿鉢料理などについて学ぶことができた(資料7)。



資料7

(9) 給食に使用

4年生では、皿鉢給食(資料8)を実施している。児童より「ねぎずしを考えました。絶対おいしいので、いなりずしのすしめしには下知ねぎを入れてほしいです。」と提案があり、下知ねぎのいなりずしが決まった。全校の給食でも味わえるように、四万十鶏のゆずがらめのタレに下知ねぎを使用した。12月6日の朝8時から学校農園へ下知ねぎの収穫に行き、枯れている部分や根っこ、土を取り除く作業をし、きれいになったねぎを調理室まで持って行った。給食の時間には、4年生が下知ねぎについて校内放送でお知らせをした。1年生児童からは「ねぎがいつもよりあまい!」という感想も聞かれた。



資料8

(10) 下知ねぎを使った調理実習

ねぎずし、ねぎいなりずし、お好み焼き、ねぎと油揚げの炒め物、餃子、ピザ、パン、蒸しパン、酢味噌あえ等レシピを考え、クラスでプレゼンテーションを実施し、調理するものを決定した。プレゼンテーションをするまでに、各家庭で試作を重ね、写真を撮ったり、家族に感想を聞いたりする児童もいた。

調理実習前に畑から下知ねぎを抜き「また植えたらねぎが生えてくるき、残しちゃく。」と苗にする部分と調理する部分を分ける児童がほとんどだった。ねぎが苦手な児童も「自分たちで作った料理はおいしい。」と食べる事ができていた。

(11) 地域へ広める取組

下知ねぎのすばらしさを地域へ広めるための活動を児童が考えた。ゲーム（すごろく）マンガ、リーフレット、料理、販売（プラ板）、体操（下知ねぎ体操）Tシャツ作成、CM作成に分かれて活動した。学習にはタブレットPCのクラスルームやロイロノートを活用し学年で共有した。

【ゲーム（すごろく）・マンガ】

下知ねぎにちなんだ紙芝居や絵本、すごろくなどを作成して地域の保育園や幼稚園に届けたいと計画している。すごろくは完成しており、下知ねぎの成長や4年生の1年間の取組が分かる内容になっている（資料9）。

【リーフレット】

マンガ班や料理班が作成したものも載せ、下知ねぎについて知ることができる（資料10）。

【料理】

クラスでレシピ案を考え、地域の飲食店へプレゼンテーションをし、お店の商品にしてもらいたいと活動を行った。うどん屋さん提案することが決まり、うどんと食べられる料理を考え、ねぎずし、ねぎのてんぷら、ねぎの炒め物、酢味噌あえを提案した。提案した料理を期間限定で販売していただけることになった。当日にはお客さんに呼びかけし、食べてくれたお客さんには下知ねぎをプレゼントするため、前日には学年全体でねぎの収穫後に洗浄・枯れた葉や根を取り除き、きれいに包装した。

【販売（プラ板）】

うどん屋さんでの販売と同じ時間に児童が作ったマグネットやプラ板キーホルダー等の販売も行った。

【体操（下知ねぎ体操）】

小さい子どもからお年寄りまで一緒にできて、下知ねぎの成長が分かる体操を考えた。昨年度作成した下知ねぎの詩に曲を付け校内で流したところ、「頭から離れない」と思わず口ずさんで



資料9



資料10

しまう児童・教職員もいた。

【Tシャツ作成】

下知ねぎを広めるためにTシャツを作成し、併せて帽子や手袋も準備した。発表や販売の際にはこのTシャツを着用した（資料11）。

【CM作成】

下知ねぎを知ってもらうためにCMを作成した。下知ねぎのおいしさと栄養から風邪予防やおいしい下知ねぎを食べてストレスゼロを呼びかけた。



資料11

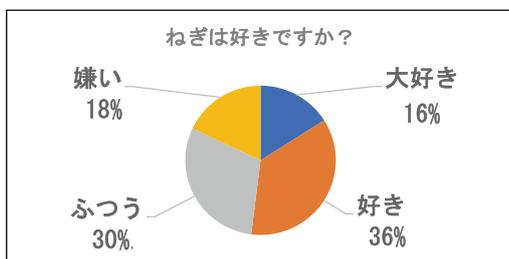
(12) 1年間の成果発表（食育実践発表会）

今年度、昭和小学校は高知市の令和3年度小中学校食育・地場産品活用推進事業のモデル校に指定されている。学校給食週間に併せて1月に行われる食育実践発表会で4年生の下知ねぎの取組を15分の動画で発表した。来場者に向けて1年間の取組を発表した動画とCMを上映し、併せて作成したリーフレットも配布した。Tシャツや帽子は展示を行い、下知ねぎを知ってもらう機会となった。また、作成にかかわった児童は完成した動画をこの会場で初めて鑑賞し、とても嬉しそうに何度も見ている様子だった。

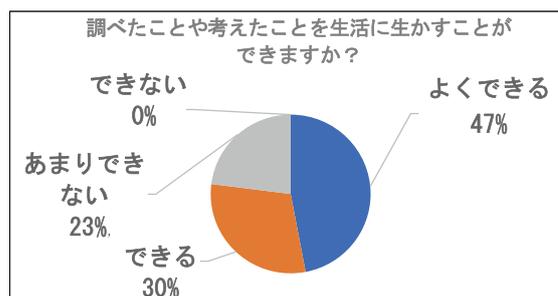
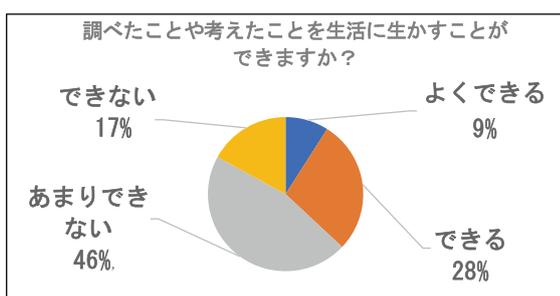
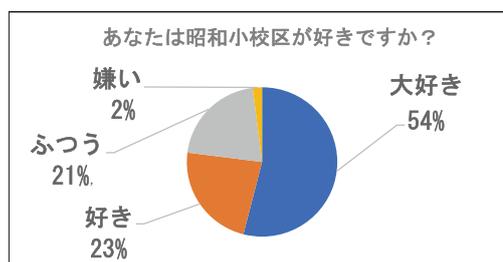
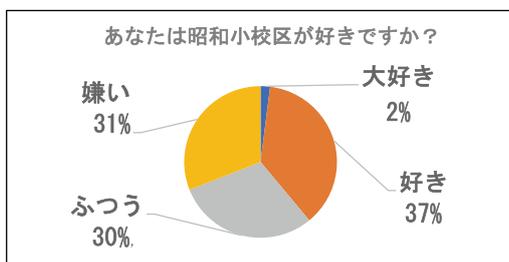
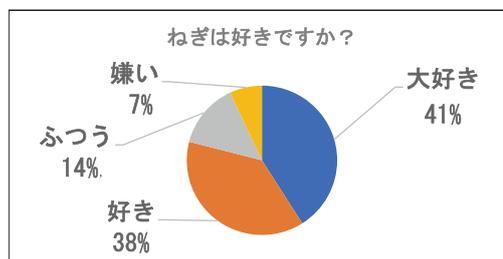
5. 結果

アンケート調査から見える児童の意識や実態の変容

【4月】



【2月】



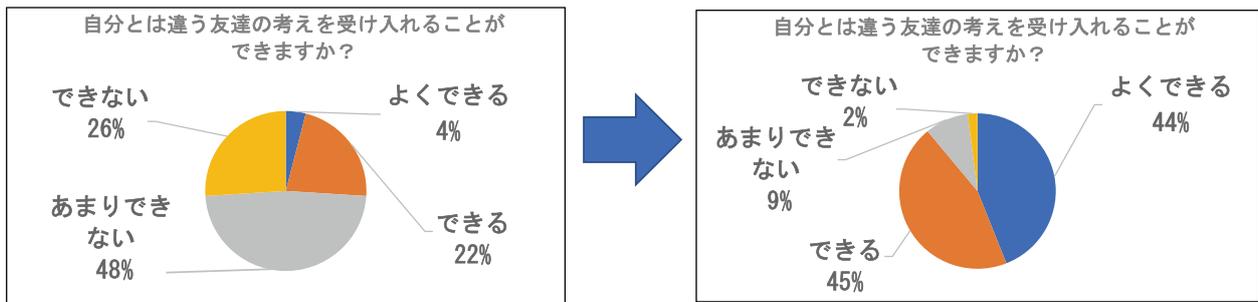


図1

6. 考察

- アンケートの結果を見ると「昭和小校区が大好き」と答えた児童が2%から54%に増加している。下知ねぎの学習を通して、地域のよさを知り愛着を深め、自然や植物の生育環境への関心を高めることができた。また、ねぎが嫌いだったが食べられるようになった児童も多かった。
- 衰退してしまった下知ねぎの歴史や高知の食文化について学んだことで、地域へ広める取組を考え、意欲的に情報を集め、発信しようとする児童の姿が見られるようになった。
- 農家や地域の人との関わりを通して、お互いを認め合い、よりよい関わりをもとうとする児童の意識の向上が見られるようになった。

感謝の心を育む食育の推進

～生産者と授業者をつなぐ栄養教諭のPDCAサイクル化を通して～

福岡県宗像市立自由ヶ丘小学校
栄養教諭 古田 由幾子

1. 研究の背景

本校の子どもは給食を楽しみにしており、先生や友だちと楽しく給食の時間を過ごす様子が見られるが、苦手な野菜を使ったメニューは残菜が多く、偏食の多い児童も見られる。また、宗像市は農作物や水産物の生産が盛んに行われており、それら地場産物を学校給食にも積極的に活用している。市内の多くの小学校では校区内に学校給食の生産者の田畑があり、子どもはそれらを身近に感じられる環境にある。しかしながら、本校区は住宅地が多いため、田畑が極めて少なく、校区内に学校給食の生産者がいない。そのため、子どもは野菜などの作物に直接触れたり、関わったりする経験が少なく、毎日の給食で食べている宗像の作物やその生産者を身近に感じられる機会も乏しい。

これらの実態を踏まえて、野菜などの作物や、それを作っている生産者との関わりの場を設定し、食に関する指導を通して子どもたちに感謝の心を育むこと、更には、感謝の気持ちを、食物を残さず食べようとするといった具体的な生活の中に生かすことができる子どもの育成を目指すことは、本校の子どもたちの健康で豊かな人間性の育成に大変有効であると考えられる。

2. 研究の目標

生産者と授業者をつなぐ栄養教諭の役割をPDCAサイクル化することによって、子どもに感謝の心を育む食育の推進の在り方を究明する。

3. 研究の仮説

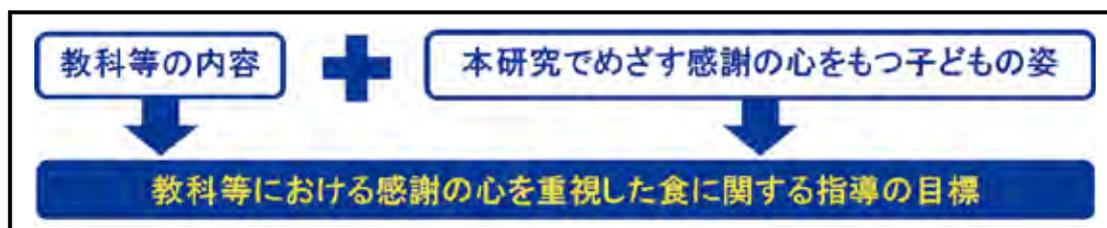
教科等における食に関する指導におけるPDCAサイクルを「Plan 1（教材研究）、Plan 2（指導計画）、Do（授業）、Check・Action（評価・改善）」と設定し、その各段階で以下の3つの栄養教諭の「つなぐ」役割を明確にすれば子どもに感謝の心を育むことができると考える。

- ① 栄養教諭自身が行う内容
- ② 栄養教諭から担任へ働きかける内容
- ③ 栄養教諭から生産者へ働きかける具体的な内容

4. 研究の方法

(1) 教科等における感謝の心を重視した食に関する指導内容の明確化について

教科等における感謝の心を重視した食に関する指導内容を明確にするため、教科等の内容に本研究でめざす食の視点での感謝の心をもった子ども像を加えて、実践を行う単元における感謝の心を重視した食に関する指導の目標を設定する【資料1】。



【資料1】教科等における感謝の心を重視した食に関する指導の目標の設定

(2) 授業者、栄養教諭、生産者の連携した授業づくりについて

①生産者と授業者をつなぐ際のP D C Aの各段階における栄養教諭の役割の明確化

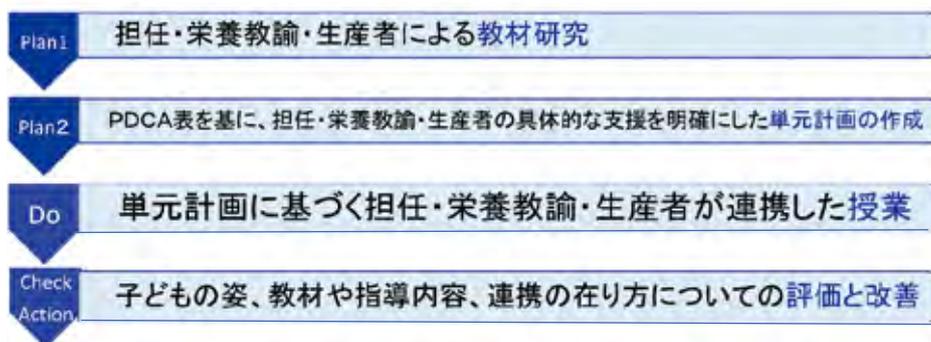
具体的には【資料2】のような内容を栄養教諭の役割と考え、これに基づき実施する。

	Plan 1 教材研究	Plan 2 指導計画	Do 授業	Check・Action 評価
栄養教諭	<ol style="list-style-type: none"> 1 地域の生産者や施設から協力を得られるかを明確にする。 2 栄養教諭、担任、生産者の役割を分担する。 3 必要な教材を準備し、必要に応じて栄養教諭・担任・生産者の日程(打ち合わせ日、授業日)を調整する。 	<ol style="list-style-type: none"> 1 教科の内容や目標、子どもの実態から、具体的な活動内容を設定する。 2 野菜への関わり方が深まるような活動(体験活動、収穫した野菜の給食への使用)を提案し位置づける。 3 子どもが生産者との関わりが強い活動と位置づける。 	<ol style="list-style-type: none"> 1 生産者が学校給食や授業で野菜を使っていることを紹介する。 2 観察や調査の視点を与えたり、質問を促したりする。 3 生産者や教師の必し説明を支援する。必要に応じて子どもに声を掛ける。 	<ol style="list-style-type: none"> 1 子どもの姿を見取り指導の目標に基づき評価をする。 2 手立て(教材、時間配分、発問内容等)について評価をする。 3 担任・栄養教諭・担任・生産者の役割分担及び生産者との連携の在り方について評価をする。
栄養 ↓ 担任	<ol style="list-style-type: none"> 1 生産者の具体的な関わり方を相談する。 2 子どもたちの実態(学習内容や時間配分)を相談する。 	<ol style="list-style-type: none"> 1 栄養教諭との連携した指導を提案する。 2 生産者や直売所、学習活動の場を提案する。 3 地域の人材や施設から協力を得られるかを確認する。 	<ol style="list-style-type: none"> 1 全体指導をお願いする。 2 子どもが活動が継続するよう声を掛ける。 	<ol style="list-style-type: none"> 1 子どもの姿を共有し、評価をする。 2 手立て(教材、時間配分、発問内容等)について評価をする。 3 生産者から見た子どもの姿や手立てに対する評価を協議する。
栄養 ↓ 生産者	<ol style="list-style-type: none"> 1 栽培や調査に必要な教材の相談と準備を依頼する。 2 教材の目標や内容と責任を分担する。 	<ol style="list-style-type: none"> 1 地域の生産者や施設に協力を依頼する。 2 適した活動時期や必要となる作業、作業に要する時間等を相談し、具体的な活動内容を検討する。 	<ol style="list-style-type: none"> 1 専門的な立場から野菜作りや農業について説明や指導を依頼する。 2 子どもが活動や考えに対して評価や助言を依頼する。 3 子どもが発達段階に合った指導方法を提供する。 	<ol style="list-style-type: none"> 1 子どもの姿を共有し、評価を行う。 2 手立て(教材、時間配分、発問等)について評価をする。 3 担任から見た子どもの姿や手立てに対する評価を協議する。 4 栽培の様子を定期的に報告し、専門的な立場から助言をもらう。

【資料2】 生産者と授業者をつなぐ際のP D C Aの各段階における栄養教諭の役割の明確化

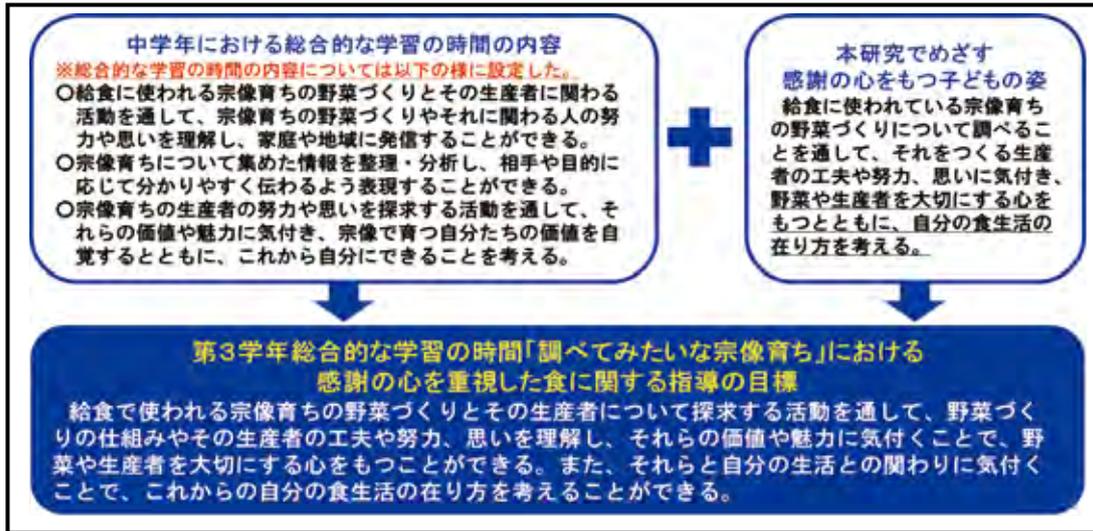
②栄養教諭の役割のP D C Aサイクル化に基づく授業づくり

栄養教諭の役割のP D C Aサイクル化に基づき、以下の手順で担任、栄養教諭、生産者が連携した授業づくりを行う。



5. 研究の実際

第3学年 総合的な学習の時間「調べてみたいな宗像育ち」



Plan1

担任・栄養教諭・生産者による教材研究

栄養教諭	栄養教諭 → 担任	栄養教諭 → 生産者
1 地域の生産者や施設からどのような協力が得られるかを明確にする。 2 栄養教諭、担任、生産者の役割分担を行う。 3 見学やまとめに必要な教材を検討し、準備する(見学用畑づくり、写真、生産者)。 4 栄養教諭・担任・生産者の日程(打ち合わせ日、授業日等)を調整する。	1 生産者の具体的な関わり方を相談する。 2 子どもの実態を聞きとり、具体的な学習活動の内容や時間配分を相談する。	1 見学に必要な教材の相談と準備の協力を依頼する。 2 教科等の内容や目標と、それに基づき担任が意図する活動内容や子どもの実態を伝える。

Plan2

PDCA表を基に、担任・栄養教諭・生産者の具体的な支援を明確にした単元計画の作成

配時	学習活動と内容 ・予想される子どもの反応	指導上の留意点		
		担任	栄養教諭	生産者
①	1 自分たちの住む宗像市で作られている作物「宗像育ち」について調べる学習問題について話し合う。 (1) 給食に使われている宗像育ちや生産者、直売所「かのこの里」について栄養教諭に聞き、気付いたことや疑問を話し合う。 ・予想と違って驚いた。 ・宗像育ちについてもっと調べたい。 ・宗像育ちが作られている様子を見に行きたい。	※ 宗像育ちの使用量ランキングや栄養教諭の話から気付いたことや疑問に思ったことを話し合わせる。	※ 給食に使う宗像育ちの年間使用量を集計し、ランキングを発表する。 ※ 生産者の水上さんの野菜を多種類使っていることに気付かせる。 ※ 宗像育ちが直売所「かのこの里」を通して学校に届いていることを知らせる。	
探求課題 給食に使われている宗像育ちの野菜作りについて調べ、発表しよう。				
②	2 宗像育ちについて、給食に使う野菜を作っている水上さんの農地やかのこの里の見学を通して調べ、まとめる。 ・畑の広さを測ってみよう。 ・キャベツがいくつ植えられているか教えよう。 ・何種類の機械を使うか聞こう。	※ 見学する畑について打ち合わせる。 ※ 水上さんの作る6種類の野菜グループに分ける。 ※ 調査の視点を設定する。 【調査の視点】 土・肥料・水・機械・作物・人	※ 見学する畑の計画を立てる。 ※ 野菜の種類 (キュウリ・キャベツ・ホウレン草・ブロッコリー・葉ネギ・深ネギ) ※ 品種の選択と品種札 ※ 野菜の配置 ※ 植え付け時期	※ 見学する畑の計画を立てる。
①	(1) 見学の準備をする。 6つの野菜グループに分かれ、調査の視点を基に畑で調べることを話し合い、見学の計画を立てる。 (2) 宗像育ちを販売する「かのこの里」で調べることを話し合う。	※ 計画ノートを準備すること。 ※ かのこの里で調べることや大和店長への質問内容を話し合わせ、整理する。		
②	(2) 見学に行く。	※ 見学の経路や時間を事前	※ 実際に子どもが計画した内	※ 子どもが調査で

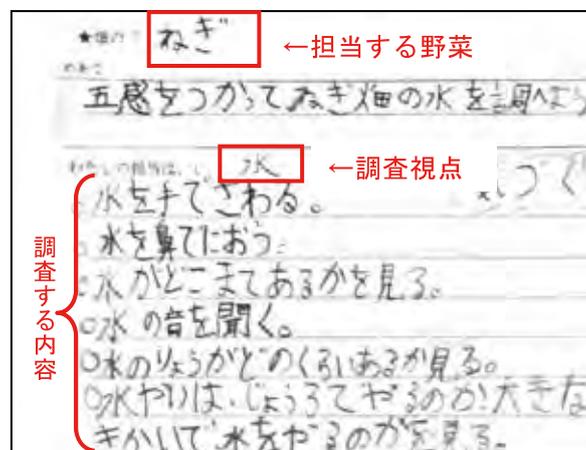
①	<p>① グループで計画したことをもとに、水上さんの畑見学をする。</p> <p>② 「かのこの里」に行き、店内の探索や、大和店長に話を聞く。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <ul style="list-style-type: none"> ・店や給食に納める生産者の数 ・年間で売られる宗像育ちの種類 ・かのこの里の歴史 ・値段の付け方 ・客の数や客層 </div>	<p>※ に打ち合わせておく。</p> <p>※ 見学に必要なもの(見学ノート、デジカメ、メジャー)を準備する。</p> <p>※ 調査の進行具合を確認しながら、必要なことが調べられるよう助言する。</p>	<p>※ 内容が調査できるよう、水上さんや大和店長に依頼したり、現場で調査する環境を整えておく。</p> <p>※ 見学の流れを担任、水上さんと打ち合わせておく。</p> <p>※ 水上さんに説明や質問への回答を依頼する。</p> <p>※ 調査の進行具合を確認し、調査の方法や視点を助言する。</p>	<p>※ きるよう、畑や道を打って準備をし、流れを打ち合わせたり、質問に答える。</p> <p>※ 見学の準備を整えておく。</p> <p>※ 畑や道具等必要に応じて準備しておく。</p> <p>※ 質問に答える。</p> <p>※ 収穫機や試食をさせる。</p>
<p>3</p> <p>①</p> <p>②</p> <p>②</p> <p>②</p> <p>②</p> <p>⑤</p> <p>①</p> <p>①</p> <p>①</p> <p>①</p> <p>①</p>	<p>宗像育ちについて調べたことをまとめ、水上さんに伝え、さらに生産者の思いを探る。</p> <p>(1) 見学で調べたことを基に、宗像育ちについてまとめ、水上さんに発表する。</p> <p>① 見学で調べたことをノートに整理する。</p> <p>② 発表する相手について話し合い、グループでノートや写真を整理し、発表内容を話し合う。</p> <p>③ 伝わりやすいよう工夫して、模造紙にまとめる。</p> <p>④ 宗像育ちのことが伝わるよう、話す内容を考え、発表の練習をする。</p> <p>⑤ 野菜グループごとの発表を水上さんに聞いてもらい、気付いたことを話し合う。</p> <p>(2) 宗像で農業をする人の工夫や思いを探り、宗像で暮らす自分たちの生活とのつながりを考える。</p> <p>① これまでの学習を振り返り、宗像育ちや水上さんの仕事についてもっと調べたいことを整理する。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <ul style="list-style-type: none"> ・いつから農業をして、なぜ給食に野菜を納めるようになったのか </div> <p>② 整理した内容を水上さんに質問し、更に水上さんから次時は以下の2つの工夫の理由について予想したことを話し合うことを聞く。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>【品種の工夫】</p> <p>①品種リレー</p> <p>②他県への品種探し</p> </div> <p>③ 水上さんからの課題について予想したことを話し合う。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <ul style="list-style-type: none"> ・品種リレーで長い間収穫できる。 ・長い間収穫できるとどんないいことがあるかな。 </div> <p>④ 水上さんの工夫の理由や宗像で農業をすることへの思いを聞き、考えたことを水上さんに伝え、まとめる。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <ul style="list-style-type: none"> ・私たちがいつもおいしい野菜を食べられるよう工夫してくれているのだな。 ・これからは感謝して野菜を食べよう。 </div>	<p>※ 調べたことが整理できるようなノートを準備する。</p> <p>※ まとめたことを誰に伝えたいか話し合わせる。</p> <p>※ まとめ方の例を提示する。</p> <p>※ 伝える相手を意識した発表の練習をさせる。</p> <p>※ 各グループの発表内容を比較させ、各自が調べた野菜との共通点や違いを話し合わせる。</p> <p>※ 宗像育ちの作物だけでなく、それを作る「人」にも着目させる。</p> <p>※ 水上さんの農業への思いを探る手段として、品種に関する工夫に着目させる。</p> <p>※ 水上さんの仕事を知ることで、宗像で働く「生産者」を身近に感じられるようにする。</p> <p>※ 品種の工夫をする理由を考えることで、水上さんの農業に対する思いに着目させる。</p> <p>※ 品種の工夫をする理由に込められた水上さんの農業に対する思いに気付かせる。</p> <p>※ 水上さんや他の生産者が宗像の土地や人に愛情をもって仕事をしていることを知り、生産者への感謝や宗像のよさを実感させる。</p>	<p>※ まとめを作成するために足りない情報を集めたり、写真を準備したりする。</p> <p>※ まとめたことを水上さんに聞いてもらう場を設定する。</p> <p>※ 水上さんに、発表への評価を依頼する。</p> <p>※ 生産者の仕事や工夫について水上さんに話を聞く場を設定する。</p> <p>※ 水上さんに事前に質問内容を伝え、話す内容を打ち合わせておく。</p> <p>※ 水上さんに品種の工夫理由を子どもに問うてもらう。</p> <p>※ 水上さんと話す内容について事前に打ち合わせておく。</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <ul style="list-style-type: none"> ○品種リレーをする理由 ○他県へ品種を探しに行く理由 ○宗像で農業をする理由 ○他の生産者との繋がり </div>	<p>※ 宗像育ちについて必要な情報を提供する。</p> <p>※ 子どもの発表を評価する。</p> <p>※ 子どもの質問に答える。</p> <p>※ 品種について工夫をする理由を子どもに問いかける。</p> <p>※ 宗像の土地に合った野菜を作り、消費者に良いものを提供するために工夫をしていることを話す。</p> <p>※ 宗像で農業をする理由や思いを話す。</p>
<p>①</p> <p>①</p> <p>③</p> <p>①</p> <p>①</p>	<p>4 宗像育ちについてなか森フェスタで発表する。</p> <p>(1) 宗像育ちを多くの人に知ってもらうため、これまでの学習の成果を発表する相手について話し合う。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <ul style="list-style-type: none"> ・保護者や地域の方々にも知らせたい。 </div> <p>(2) なか森フェスタの発表に向けて2回目の農地見学に行き、宗像育ちについてさらに調べる。</p> <p>① これまでの学習を振り返り、さらに調べたい内容を整理して見学の計画を立てる。</p> <p>② 見学に行き、前回の見学との変化を観察したり、さらに調べたいことを水上さんに質問したりする。</p> <p>③ 見学で調べたことをノートに整理し、まとめる。</p> <p>(3) なか森フェスタで発表する。</p> <p>① 発表の方法を話し合う。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>スライド、宗像育ちの歌 など</p> </div> <p>② なか森フェスタで発表する準備をする。</p>	<p>※ 学んだことを本校の学習発表会「なか森フェスタ」で発表することを提案する。</p> <p>※ 発表のための再追及活動を促す。</p> <p>※ 1回目の見学との比較する視点を持たせる。</p> <p>※ 見学に必要なもの(準備ノート、デジカメ、メジャー等)を準備する。</p> <p>※ 調査の進行具合を確認しながら、必要なことが調べられるよう助言する。</p> <p>※ 調べたことが整理できるようなノートを準備する。</p> <p>※ これまで学習した内容が整理できるよう、写真やまとめたことを提示する。</p>	<p>※ 見学の経路や時間、流れを打ち合わせておく。</p> <p>※ 子どもが計画した内容が調査できるよう、水上さんへの依頼や、場所や道具の準備をして調査環境を整えておく。</p> <p>※ 水上さんに説明や質問への回答を依頼する。</p>	<p>※ 見学の経路や時間、流れを打ち合わせたり、畑や道具等必要に応じて準備しておく。</p> <p>※ 質問に答える。</p> <p>※ 調べた野菜の収穫機や試食をさせる。</p>
<p>④</p> <p>①</p> <p>①</p>	<p>③ なか森フェスタで宗像育ちについて発表する。</p> <p>④ 単元をふり返る。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <ul style="list-style-type: none"> ・たくさんの人に宗像育ちのことを伝えることができた。 ・これからは宗像育ちを大切にしていこう。 </div>	<p>※ 子どもが話し合った内容が発表できるようICT等の準備をする。</p> <p>※ 伝える相手を意識した練習をさせる。</p> <p>※ 宗像育ちについて学習したことを振り返らせ、自分の成長を感じさせる。</p> <p>※ 今後の生活に学習を生かしていく意欲を持たせる。</p>	<p>※ 発表を水上さんにも見てもらうよう依頼する。</p>	<p>※ 発表を評価する言葉掛けをする。</p>

(1) 学習課題について話し合う（第1時）

これまでの社会科の学習で、子どもは「はたらく人とわたしたちの暮らし 農家の仕事」において農業について学習を行った。その学びをもとに、宗像の農業や作物について深く探求すべく本実践の「調べてみたいな宗像育ち」を設定した。第1時では、子どもに、給食に使用している宗像育ちの種類や使用量等を予想させた後、実際の使用状況を話すことで、予想との違いや知らないことが多いことに気付かせた。また、それを作る生産者の名前や学校へどのように届けられているかについて話し、これから宗像育ちの野菜作りについて調べていくという探求課題を設定した。

(2) 農地見学と直売所「かのこの里」の見学を通して調べる（第2～7時）

まず、事前に、見学を行う生産者の畑について、生産者、担任とともに協議を重ね、生産者が多種類の野菜を作っていることや、品種に対して工夫をしていることを生かしつつ、単元全体を見通して必要な情報が獲得できる環境を計画した。さらに細かい内容については生産者と打ち合わせや準備を行った。例えば、学校給食に生産者が提供している6種類の野菜について、見学の際に植え付け時期や品種によって成長に差が出るのが分かるよう、同種類異品種が横に並ぶ畑を計画し、野菜の植え付け時期や収穫期、品種名が分かるような札を作成した。子どもが見学の計画を立てる際には、担任に【資料3】のような計画ノートを準備してもらい、水、土、肥料、機械、作物、生産者、畑という調査の視点に基づき、調査内容を計画させることで、子どもが目的意識をもって情報収集が行えるようにした。また、生産者との事前の打ち合わせの中で、生産者から説明をするのではなく、子どもの自発的な活動を大事にするよう依頼した。実際の見学では、子どもは計画に基づき、作物の様子を観察したり、畑の長さを測ったり、生産者に質問をしたりして、情報収集を行うことができた。直売所「かのこの里」では、宗像育ちが販売されている様子を見学したり、店長に質問をしたりすることで、宗像育ちと生産者・直売所・消費者との関係について情報収集できるようにした【写真1・2】。



【資料3】児童の計画ノート



【写真1】生産者に質問する様子



【写真2】店長に話を聞く様子

(3) 見学で調べたことをまとめて発表し、新たな課題である生産者の思いを探る

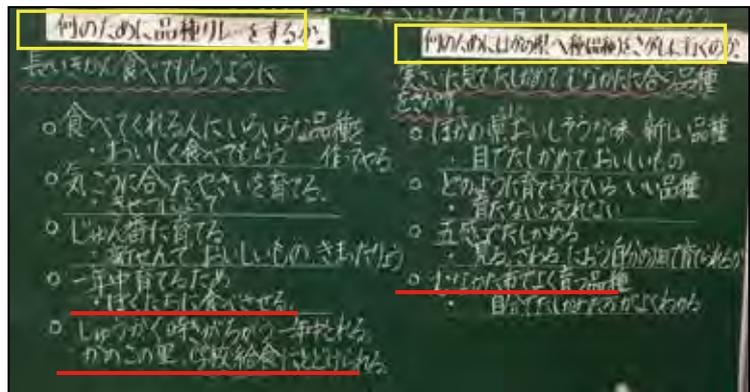
① 見学で調べたことを整理分析し、まとめて生産者へ発表する（第8～15時）

見学で集めた情報を、子どもが個人及びグループで整理・分析し、まとめたものを、生産者に聞いてもらう場を設定した。また、子どもがこれまでの学習への自信と、今後の探求活動に更なる意欲がもてるよう、生産者には発表後に子どもを評価してもらうよう依頼した。

② 生産者の思いを探る（第16～19時）

子どもは、農地見学を通して「こんなに広い畑を水上さんほどのお世話しているのだろう」「なぜたくさん品種を作っているのだろう」「いつから給食に野菜を提供しているのだろう」等、生産者について知りたいという新たな課題をもった。

そこで、それらの疑問を生産者に尋ねる場を設定した。その際、事前に子どもの質問内容を生産者に伝え、子どもへの回答の仕方や内容を打ち合わせておいた。また、子どもが、野菜作りに込める生産者の思いや、生産者の工夫や努力が自分たちの生活とつながっていることに気付くための活動として、生産者が工夫する理由について考え、その答えや生産者の話を聞く場を設定した。生産者には、宗像への愛情や他の宗像の生産者との協力についても話してもらうように依頼し、その具体的な内容について、子どもに伝わりやすいことや、指導のねらいから逸れないことなどを念頭に、事前に生産者と協議しながら決定した。【写真3】は生産者が「何のために品種リレーをするか」「何のために他県へ品種を探しに行くのか」について子どもが考えた内容である。かのこの里や学校給食に長期間提供するために品種をリレーしてつないでいることや、宗像の土地に合うよりよい品種を求めて他県へ探しに行くのだと考えることができ、さらにそれらは自分たちがいつも安定しておいしい野菜が食べられることにつながっていることに気付くことができた。



【写真3】生産者が工夫する理由について子どもが考えた内容

6. 研究のまとめ

授業後の感想で子どもは、「これから給食の野菜を大切に食べるようにする」「水上さんにこれからも宗像でおいしい野菜作りをがんばってほしい」と述べており、生産者や生産者の作った野菜を大切に作る気持ちが育っているといえる。

【資料4・5】は、学習を終えて子どもが生産者に宛てた手紙である。生産者や生産者の作る野菜への感謝や愛情が増したことや生産者の仕事を大切に思う気持ちが伝わる。

【資料6】に示すように、食事をするとき食べ物やそれにかかわる人に感謝して食べているかという質問に「はい」と回答した子どもは、実施前は10%、実施後は90%と子どもの意識が変容している。

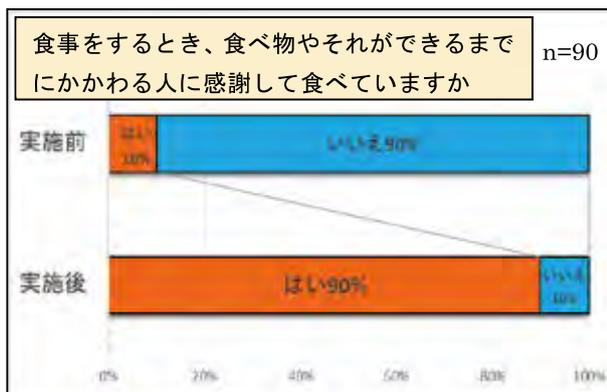
また、給食を残すことがあるかという質問に対して、【資料7】のように「ない」「ほとんどない」と回答した子どもが実施前64%、実施後85%と大きく増加した。

水上さんへ いつも学校に作物をていきょうしてくれてありがとうございます。水上さんが作ってくれたキュウリが大好きです。

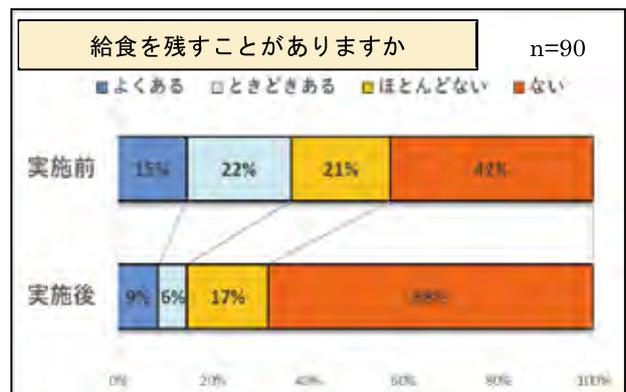
【資料4】 子どもから生産者へ宛てた手紙

水上さんへ ぼくは前は少し野菜は苦手でしたが、水上さんの畑にけん学に行くと、野菜が、好きになりました。これからも、たくさん野菜を作ってください。

【資料5】 子どもから生産者へ宛てた手紙

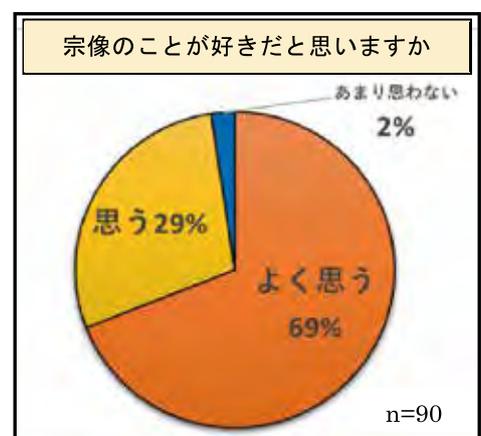


【資料6】 アンケート結果



【資料7】 アンケート結果

以上のことから、教科等における感謝の心を重視した食に関する指導の目標を設定し、その目標を達成するために生産者と授業者をつなぐ際の栄養教諭の役割をPDCAの各段階で明確化したこと、またそれに基づき3者の役割を明確にした単元計画の作成を行い、実施後の評価に基づく改善点を明らかにしながら連携した指導を行ったことにより、子どもに感謝の心を育むことができたといえる。さらに、学習後の子どもに、宗像のことが好きだと思うかという質問をしたところ、【資料8】のように「よく思う」「思う」と回答した子どもは98%であった。この結果から、宗像育ちの野菜や宗像で働く生産者の良さや魅力を実感し、感謝の心をもつことが郷土への愛情にもつながったと考える。



【資料8】 アンケート結果

7. 成果と課題

(1) 成果について

- 生活科及び総合的な学習の時間において、感謝の心を重視した食に関する指導の目標を設定し、その目標を達成するためのPDC Aの各段階における栄養教諭の「つなぐ」役割を明確にすることにより、効果的な指導を行うための生産者との連携体制が構築できた。
- PDC A段階での栄養教諭の役割に基づき、単発的な指導ではなく単元全体を通して生産者と連携した指導を行ったことや、計画や評価、改善の段階においても生産者との連携を図ったことにより、食物や生産者に対して親しみをもち、大切にすることをもちった子どもの姿がみられ、更には、自分の食生活を見直そうとする意欲にまでつなげることができた。
- 本研究を通して連携してきた生産者の水上さんは、はじめ「学校での食育がどのようなものかよく分からない」と発言していたが、連携を進めていくにつれ「自由ヶ丘小の食育に関わってこれて本当に良かった」「仕事をする活力が湧いた」と発言していた。この研究を通して生産者と子どもの距離がとて近くなったことが双方にとってよい効果を生んだといえる。

(2) 課題について

- 食に関する指導のうち、感謝の心を視点とした低・中・高学年での更なる指導内容の明確化とともに、道徳科を含めた各教科との関連を見据えた指導の充実を図る必要がある。

<参考文献>

- ・『小学校学習指導要領（平成29年告示）解説「総則編」「生活編」「総合的な学習の時間編」』文部科学省
- ・『栄養教諭を中核としたこれからの学校の食育～チーム学校で取り組む食育推進のPDC A～』文部科学省（平成29年3月）
- ・『食に関する指導の手引―第二次改訂版―』文部科学省（平成31年3月）