

4 学校給食を生き教材として活用した食に関する指導の進め方

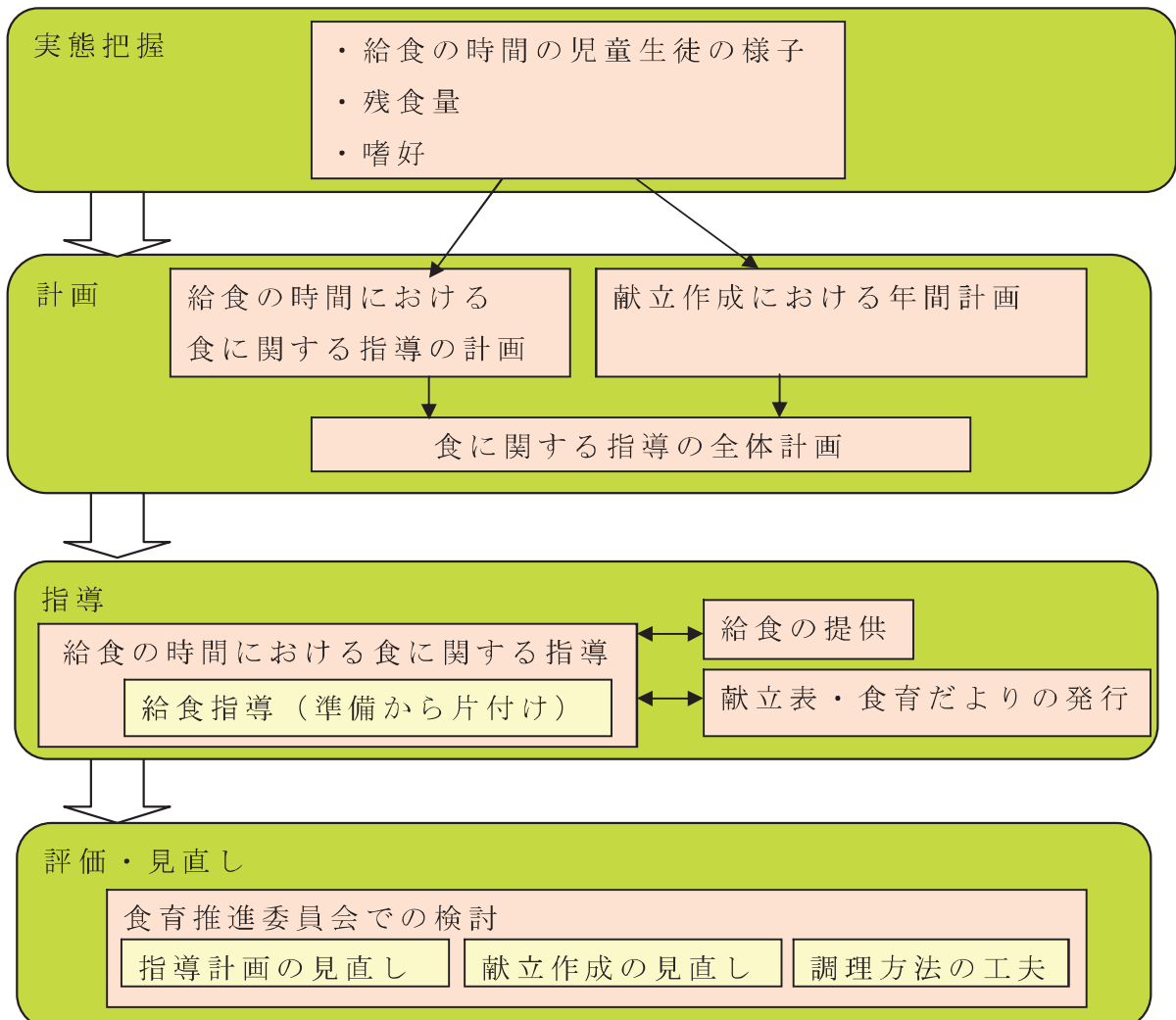
(1) 学校給食の役割

学校給食は、成長期にある児童生徒の心身の健全な発達のため、栄養バランスのとれた豊かな食事を提供することにより、健康の増進、体位の向上を図ることはもちろんのこと、食に関する指導を効果的に進めるための重要な教材として、給食の時間はもとより各教科や総合的な学習の時間、特別活動等において活用することができます。

特に給食の時間では、準備から後片付けの实践活动を通して、計画的・継続的な指導を行うことにより、児童生徒に望ましい食習慣と食に関する実践力を身に付けさせることができます。

また、学校給食に地場産物を活用したり、地域の郷土食や行事食を提供したりすることを通じ、地域の文化や伝統に対する理解と関心を深めることもできるなど高い教育的効果が期待できます。

ア 学校給食を活用した食に関する指導の流れ



イ 学校給食を生きた教材とした食に関する指導のねらい

- (ア) 食事の重要性
食事の重要性や食事の喜び、楽しさを理解させる。
- (イ) 心身の健康
心身の成長や健康の保持増進の上で望ましい栄養や食事のとり方を理解し自ら管理していく能力を身に付けさせる。
- (ウ) 食品を選択する能力
正しい知識・情報に基づいて、食品の品質や安全性等について自ら判断できる能力を身に付けさせる。また、食品の種類や栄養的な働きについて理解させる。
- (エ) 感謝の心
食物を大事にし、生産や調理等にかかわる人々に感謝する心と、残さず食べる態度を身に付けさせる。
- (オ) 社会性
食事のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を身に付けさせる。
- (カ) 食文化
地場産物や季節や行事にちなんだ料理を知り、食文化や食にかかわる歴史等を尊重する心を育てる。

ウ 学校給食を教材として活用するための留意点

(ア) 栄養バランスのとれた魅力ある美味しい献立であること

(イ) 十分な衛生管理のもと安全・安心な給食であること

(ウ) 教科等と関連した献立作成となること

(エ) 選択できる献立の工夫を行うこと

(オ) 個に応じた献立の工夫を行うこと

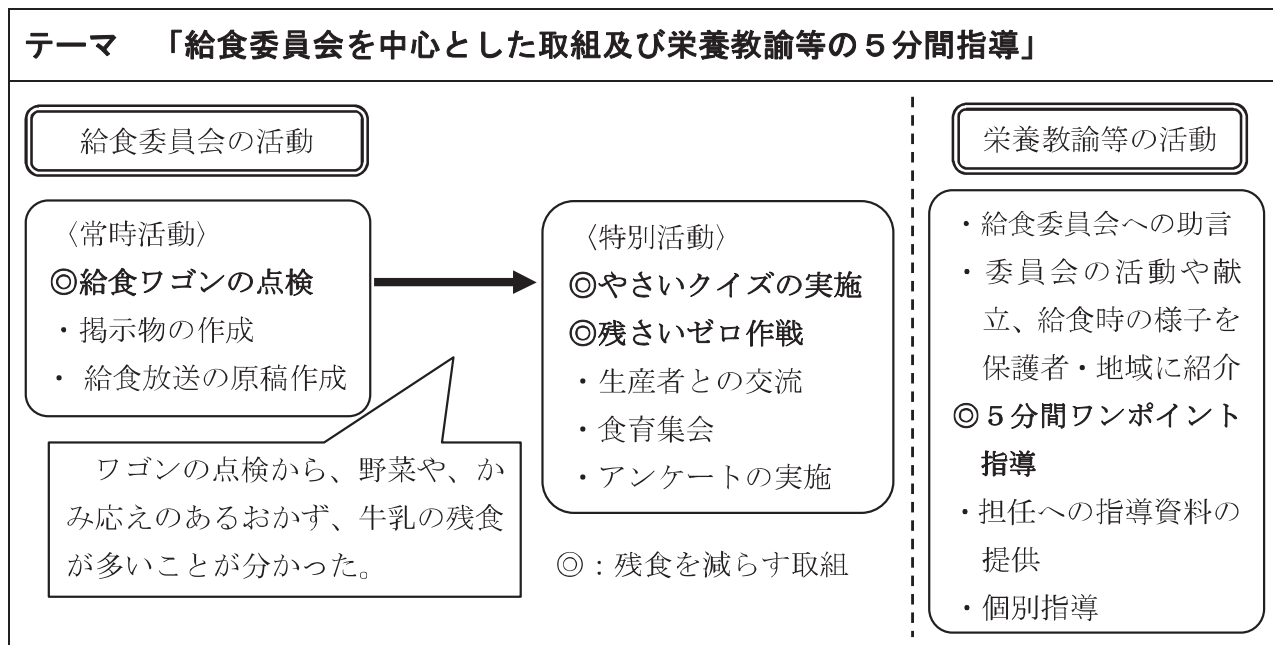
(カ) 地場産物や郷土食等を活用した献立の工夫を行うこと

(キ) 国際理解のための献立の工夫を行うこと

(2) 給食の時間における取組事例

小学校の取組事例

— 学校給食を活用し、委員会活動を通して食事の重要性を学ぶ —



実践の概要

1 給食委員会を中心とした取組

(1) 給食ワゴンの点検から食べ残しの実態を把握

給食委員会の常時活動として、各学級の給食ワゴンの点検を週1回行っています。給食委員の児童が、点検表（資料1）を手に給食後の各学級を訪れ、食器や牛乳びん、ごみの片付け方と、食べ残しの様子を調べています。全ての点検項目が「○」だった学級を給食放送で全校に知らせ、児童の関心を高めました。ワゴンを点検する中で、給食委員の児童は残食の中でも、野菜やかみ応えのあるおかず、牛乳の残食が多いことに気付きました。その中でも野菜に注目し、どうしたら野菜の残食が減るのかを考えました。



〈給食ワゴンの点検〉

(2) 野菜への関心を高める活動

給食委員会は、野菜への関心を高める方法として、「やさいクイズ」（資料2）の実施を計画しました。児童は栄養教諭等の助言を受けながら、愛知県や地域で多く生産されている野菜に関する問題を考えました。短時間で実施できるように、1回につき5問の○×クイズを、電子黒板を使って出題することにしました。野菜の写真を示しながら出題すると、児童は興味をもって答えていました。



〈給食時の野菜クイズ〉

(3) 残さいゼロ作戦の実施

給食ワゴン点検の結果を給食放送で知らせ、良い結果の学級を賞賛することで、残食への関心が高まることが実感できました。より意欲を高める方法として、「残さいゼロ作戦」を考えました。学期に1回、1週間の残食を調べ、残食が無かった学級を表彰することにしました。

残食が無ければよいというわけではないことを伝えるため、栄養教諭等が事前に、「配膳を素早く行き、会食時間を確保する」「1人がたくさん食べるのではなく、学級全員で分け合って食べる」「体調が悪い人は無理をしない」ことを掲示物で知らせました。また、担任に偏食・少食や体調不良の児童への配慮について確認しました。

給食委員の児童が点検表（資料1）に記入し、毎日の結果を職員室前の廊下に掲示しました。色別のシールを貼ることで結果が一目でわかり、意欲を高める様子が見られました。期間終了後は、給食委員会で表彰状を作り、朝礼で表彰しました。表彰されなかった学級の児童が「2学期は、がんばろう」と言い合う姿も見られました。



〈廊下のチェック表〉



〈残さいゼロ作戦の表彰状〉

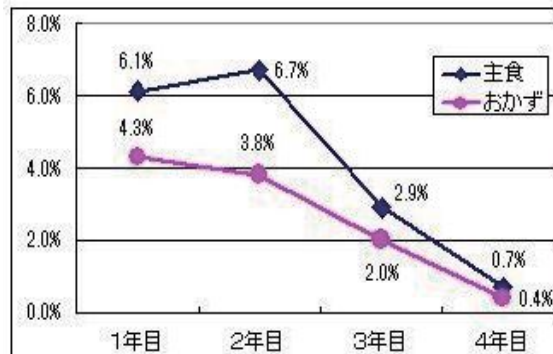
2 栄養教諭等による給食時の5分間ワンポイント指導

「給食の時間における食に関する年間指導計画」を基に、学級担任と連携して行いました。（資料3）目の前にある給食を教材として、繰り返し行うことで望ましい食習慣や知識の定着を図りました。指導時間を給食中の5分間で計画し、短時間での指導を可能にするために、絵カード等を準備して行いました。

成果と課題

給食委員会の継続的な取組により、苦手な物に手をつけない児童が減少し、残食率が大幅に改善されました。さらに、「今日のキャベツは愛知県産かな」等、児童の野菜に対する関心の高まりを感じる言葉が聞かれるようになり、野菜のおかずだけが残ることもなくなりました。しかし、偏食のある児童への個別指導の工夫は更に必要です。

給食時の5分間ワンポイント指導では、毎日の献立や食材が教材となります。指導者は献立の意図や特徴をしっかりと把握し、絵カード等を活用することで、児童の五感に訴えながら短時間で効果的な指導をすることができました。



〈「残さいゼロ作戦」期間中の残食率〉