

小学校教育における食育カリキュラムに関する研究  
—新学習指導要領下での教科横断的な指導に向けた提案—

2020 年 3 月

新潟大学大学院

現代社会文化研究科

細田 耕平

# 目次

|   |    |
|---|----|
| 序章.....                                     | 1  |
| 第1節 はじめに .....                              | 1  |
| 第2節 「食育」および「食に関する指導」の定義 .....               | 2  |
| 第3節 児童・生徒の健康状態および食生活の実態からみる食育の重要性 .....     | 3  |
| 第4節 学校における食育と学習指導要領 .....                   | 3  |
| 第5節 研究の目的と論文の構成 .....                       | 4  |
| 第6節 参考文献 .....                              | 6  |
| 第Ⅰ章 食育関連指導案が準拠する小学校学習指導要領の内容項目に関する調査 .....  | 8  |
| 第1節 緒言 .....                                | 8  |
| 第2節 方法 .....                                | 9  |
| 第3節 結果 .....                                | 11 |
| 第4節 考察 .....                                | 17 |
| 第5節 参考文献 .....                              | 19 |
| 第Ⅱ章 小学校体育科における保健領域の指導内容と食に関する指導の目標との関連 .... | 21 |
| 第1節 緒言 .....                                | 21 |
| 第2節 方法 .....                                | 21 |
| 第3節 結果 .....                                | 24 |
| 第4節 考察 .....                                | 29 |
| 第5節 参考文献 .....                              | 31 |
| 第Ⅲ章 小学校家庭科における食生活分野の指導内容と食に関する指導の目標との関連 ..  | 33 |
| 第1節 緒言 .....                                | 33 |
| 第2節 方法 .....                                | 33 |
| 第3節 結果 .....                                | 36 |
| 第4節 考察 .....                                | 41 |
| 第5節 参考文献 .....                              | 44 |
| 第Ⅳ章 学級活動（給食の時間を含む）における食に関する指導についての検討 .....  | 46 |
| 第1節 緒言 .....                                | 46 |

|   |    |
|---|----|
| 第2節 方法 .....                            | 47 |
| 第3節 結果 .....                            | 48 |
| 第4節 考察 .....                            | 59 |
| 第5節 参考文献 .....                          | 63 |
| 第V章 学童期に食に関する指導を受けた大学生の野菜摂取量と知識の定着度との関係 | 64 |
| 第1節 緒言 .....                            | 64 |
| 第2節 方法 .....                            | 65 |
| 第3節 結果 .....                            | 66 |
| 第4節 考察 .....                            | 71 |
| 第5節 参考文献 .....                          | 74 |
| 第VI章 小学校における食育カリキュラムの検討 .....           | 76 |
| 第1節 第I章から第V章までの総括 .....                 | 76 |
| 第2節 学習指導要領の改訂と食に関する指導の手引 .....          | 79 |
| 第3節 食育カリキュラムの試案 .....                   | 82 |
| 第4節 今後の課題 .....                         | 87 |
| 第5節 参考文献 .....                          | 88 |
| 謝辞 .....                                | 89 |

## 序章

### 第1節 はじめに

わが国における生活習慣病の患者数の増加は深刻な問題になっている。2017 年の厚生労働省の患者調査<sup>1)</sup>によると、生活習慣病の患者数は約 2,000 万人にのぼり、その治療にかかる医療費は 4,554 億円と医療費総額の 13.1%を占めている<sup>2)</sup>。この生活習慣病に対する一次予防を目的とした具体的施策として、2000 年に「21 世紀における国民健康づくり運動（健康日本 21）」が開始され、2012 年からは第二次計画（健康日本 21（第 2 次））<sup>3)</sup>の下に課題解決に向けた取組みが行われている。しかし、2018 年に公表された中間評価<sup>4)</sup>では、健康寿命の延伸や都道府県格差の改善等の項目では改善が認められる一方で、メタボリックシンドローム該当者と予備軍の数等のようにむしろ悪化している項目もみられる。また、同中間評価では肥満傾向にある子どもの割合も増加していることが報告されており、生活習慣病が発育期にある子ども達にも波及しつつある。肥満は生活習慣病の最たる要因の 1 つであり、2018 年度の子どもの肥満の出現率は、小学校高学年（10～12 歳）では男子で 10%前後、女子では約 8%となっている<sup>5)</sup>。

近年、食育の重要性が認識されるようになったのは、児童・生徒の体力の向上を図り、将来にわたって健康な生活が送れるようにするためには、家庭だけでなく、学校をはじめ地域社会においても食に関する指導の充実が必要であるとの考えからである。成人後に習慣化した行動を変えることは非常に難しいことから、生活習慣を形成していく時期である学童期に健康的な食習慣を身につけることが重要といえる。しかし、子どもの食生活の乱れは顕著になっており、体力の低下傾向もみられる<sup>6)</sup>。また、これまで食生活の基盤であった家庭における食のあり方も、核家族化や共働き家庭の増加<sup>7)</sup>等の社会環境の影響を受け、孤食化や中食の利用の増加などによって、保護者が子どもの食生活を十分に管理することが困難な状況になっている。さらに、子どものコンビニエンスストア利用の増加もみられ<sup>8)</sup>、食品の購入に際して、その品質や安全性についての知識と情報に基づく判断能力も必要になってきている。そのため、栄養や食事の摂り方等について正しい知識に基づいて自ら判断できるように、食の自己管理能力を育成することや、望ましい食習慣の形成を促すことが肝要である。そのことが、子ども達の生涯を通じた健康づくりの土台となり、生活の質（Quality of life : QOL）の維持・向上につながるため、学童期からの食育や健康教育は重要であり、学校における食に関する指導の果たす役割は非常に大きいといえる。

## 第2節 「食育」および「食に関する指導」の定義

本論文において、「食育」ならびに「食に関する指導」についての定義を明確にしておく必要があるため、食育基本法<sup>9)</sup>ならびに『食に関する指導の手引』<sup>10)</sup>をもとに、内容を整理する。

2005年6月に公布され、同年7月に施行された食育基本法<sup>9)</sup>の前文には、「食育」について以下のように記述されている。「二十一世紀における我が国の発展のためには、子どもたちが健全な心と身体を培い、未来や国際社会に向かって羽ばたくことができるようにするとともに、すべての国民が心身の健康を確保し、生涯にわたって生き生きと暮らすことができるようにすることが大切である。子どもたちが豊かな人間性をはぐくみ、生きる力を身に付けていくためには、何よりも「食」が重要である。今、改めて、食育を、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と位置付けるとともに、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食育を推進することが求められている。もとより、食育はあらゆる世代の国民に必要なものであるが、子どもたちに対する食育は、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ものである」。このような食育基本法の前文を受け、本論文では「食育」を「様々な経験を通し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ために行われる取組み」と位置付けることとした。

一方、「食に関する指導」については、文部科学省の中央教育審議会の資料<sup>11)</sup>ならびに『食に関する指導の手引』<sup>10)</sup>を参考にして、「①食事の重要性、喜びや楽しさを理解すること、②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摂り方を理解し自己管理していく能力、③正しい知識・情報に基づいて食品の品質及び安全性等について自ら判断できる能力、④食物を大事にし、食物の生産等にかかわる人々へ感謝する心、⑤食生活のマナーや食事を通じた人間関係形成能力、⑥各地域の産物、食文化や食にかかわる歴史等を理解し、尊重する心などを総合的にはぐくむという観点からの指導」とした。なお、食に関する指導は、児童・生徒が健全な食生活を実践し、健全で豊かな人間性を育ていけるよう、栄養や食事のとり方などについて、正しい知識に基づいて自ら判断し、実践していく能力などを身に付けさせるため、前述の指導ポイントに対応した6つの目標が設定されている<sup>10)</sup>。それらの目標は、①食事の重要性、②心身の健康、③食品を選択する能力、④感謝の心、⑤社会性、⑥食文化である<sup>10)</sup>。具体的な指導としては、給食の時間の指導や教科等の指導、個

別的な相談指導からなる、学校の取組みとして行われる食に関連する教育・指導を「食に関する指導」と捉えることとした。

### 第3節 児童・生徒の健康状態および食生活の実態からみる食育の重要性

2018年度の学校保健統計<sup>5)</sup>によると、肥満傾向児の出現率は、男子は5、15、17歳を除く各年齢、女子は8、9、13、16、17歳を除く各年齢で増加傾向がみられる。また、食事状況調査<sup>12)</sup>の結果においても、脂肪エネルギー比率が目標量の上限である30%を越える児童が約半数を占めている。さらに、痩身傾向児の出現率については、長期的にみて増加している。小学校高学年児童の肥満は成人期の肥満に移行する可能性が高いことや、痩身傾向の女子の増加は将来の低出生体重児出産を予防する観点からも注意を払う必要がある<sup>13)</sup>。

児童・生徒の食習慣の実態について、2010年度の調査<sup>14)</sup>では、朝食を「必ず食べる」と回答した者は90.5%、「ほとんど食べない」と回答した者は1.5%であり、2007年の結果<sup>15)</sup>からほとんど変化はみられない。朝食摂取状況ならびに学校給食の摂取状況と生活習慣との関連をみると、朝食を「必ず毎日食べる」と回答した児童は、欠食する児童に比べて起床時間が早く、目覚めの状態についてもすっきり目が覚めたと回答した者の割合が高かった。また、学校給食を「いつも全部食べる」と回答した児童は、給食を残すことがある児童に比べ、就寝時間が早く、目覚めの状態が良好である者が多かった。以上の調査からも、生活習慣と朝食や給食の摂取状況に関連があることは明らかであり、児童が望ましい食・生活習慣を身に付けることができるように、食育を推進していく必要があるといえる。

### 第4節 学校における食育と学習指導要領

食育は本来、家庭が中心となっていくものである<sup>16)</sup>が、食環境の多様化や家庭の教育力の低下により、これまでのように家庭主導で食育を進めていくことが難しい状況にある。そのため、学校における食育の一層の充実が必要である。学校における食育は、法的には2005年の食育基本法<sup>9)</sup>と栄養教諭制度<sup>17)</sup>の施行にはじまり、2008年の学習指導要領<sup>18)</sup>の改訂によって、「学校における食育の推進」が明記された。具体的には、小学校学習指導要領<sup>18)</sup>の第1章 総則の中で、「学校における体育・健康に関する指導は、児童の発達の段階を考慮して、学校の教育活動全体を通じて適切に行うものとする。特に、学校における食育の推進並びに体力の向上に関する指導、安全に関する指導及び心身の健康の保持増進に関する指導については、体育科の時間はもとより、家庭科、特別活動などにおいてもそれぞれの特質

に応じて適切に行うよう努めることとする」と記された。これに、給食の時間をはじめとした関連教科等における食に関する指導を体系付け、学校教育活動全体を通じた総合的な食育が推進されている。さらに、2017年3月に告示された新学習指導要領<sup>19)</sup>では、総則に「学校における体育・健康に関する指導に関して、特に学校における食育の推進、心身の健康の保持増進に関する指導等については、体育科、家庭科及び特別活動の時間はもとより、各教科、道徳科、外国語活動及び総合的な学習の時間などにおいてもそれぞれの特質に応じて適切に行うよう努めること」ならびに「食育についてもカリキュラム・マネジメントの考え方を取り入れて実施するように努めること」が示された。

カリキュラム・マネジメントとは、学校の教育目標の実現に向けて、子どもや地域の実情を踏まえ、教育課程を編成・実施・評価し、改善を図る一連のサイクルを計画的・組織的に推進すること、または、そのための条件づくり・体制整備を意味する<sup>20)</sup>。類似の内容は、2010年に出された『食に関する指導の手引』<sup>10)</sup>にも、食に関する指導の計画を立て実行・評価するための手順として示されていた。しかし、具体的な指導体制が整備されず、系統的な指導を計画する際に活用できる情報が不足していたため、地域や学校ごとの取組はさまざまであった。この度の学習指導要領の改訂により、学校における食育の推進体制の整備が期待されている。さらに、新学習指導要領の公示と同時に、文部科学省は『栄養教諭を中核としたこれからの学校の食育』<sup>21)</sup>を作成し、各学校が食育を推進するための取組み方について公表している。

学校における食育に関するこれまでの研究報告は、食育の実践や実施状況に関する調査<sup>22-24)</sup>が主である。しかし、それらの報告では、食に関する指導が行われた教科名や学習指導要領の内容項目との対応がほとんど示されておらず、教科等の具体的な実施題材までは調べられていない。また、学習指導要領にも食育との関連が示されている体育科／保健体育科について、指導の連続性に関する理論的例示がされている<sup>25)</sup>ものの、調査<sup>24)</sup>ではあまり指導が行われていない等、実際の実施状況と食育の研究に乖離がみられる。

## 第5節 研究の目的と論文の構成

以上のような背景を踏まえて、本論文では、学校教育を通して児童・生徒の健康で豊かな食生活の基礎を築き、生涯にわたる健康管理能力を育むことをめざして、2020年に全面実施となる新学習指導要領の下で、学習指導要領との対応を明確にした小学校における食育カリキュラムの試案を作成することを目的に、研究を遂行した。

第Ⅰ章では、教科等における食に関する指導を計画する際に、準拠する学習指導要領の内容項目や教材として位置づけることができる内容について整理した。ここでは、現行学習指導要領における食育関連事項を網羅的に示し、食育のモデルカリキュラムの構想を考えるための基礎資料として位置付ける。なお、本章の研究を進めるにあたり、インターネット上で公開されている食に関する指導の学習指導案・指導事例を収集して、データベースを作成した。本データベースは第Ⅱ～Ⅳ章の研究にも用いた。

第Ⅱ章では、現行の学習指導要領で食育の中心教科の一つとして示されている体育科（保健領域）に焦点を当てた。データベースから小学校体育科（保健領域）の学習指導案・指導事例を選択して、それらの記載内容に基づき、今後の指導の留意点について検討した。

第Ⅲ章では、現行の学習指導要領において体育科とともに食育の中心教科として示され、これまでも高頻度で食に関する指導が行われてきた家庭科に焦点を当てて、第Ⅱ章と同様の手順で検討を進めた。

第Ⅳ章では、先行研究で食に関する指導の報告が最も多い学級活動（給食の時間を含む）において、どのような内容が取り扱われているかについて検討した。また、給食指導のあり方を、小学生の給食時間の食べ残しおよび給食の楽しさと QOL の関係について調査した研究<sup>26)</sup>の結果も含めて考察する。学校給食は生きた教材であり、給食は学校における食に関する指導の重要な時間である。その教育効果を十分に発揮するために、どのような給食指導が望まれるかについても検討した。

第Ⅴ章では、これまでの学校教育における食に関する指導の課題について考察した。望ましい食行動の一つとして、野菜摂取とその関連知識や態度、行動等に着目し、学校教育課程に食育が位置づけられた環境で教育を受けてきた大学生の知識や意識等から、大学時点での野菜摂取に関する知識や行動の定着度について検討した。

第Ⅵ章では、第Ⅰ章から第Ⅴ章までを総括し、学級活動と体育科（保健領域）、家庭科を関連付けた食育カリキュラムの試案を作成した。そのうえで、今後の課題について述べる。



## 第6節 参考文献

- 1) 厚生労働省：平成 29 年（2017）患者調査の概況，<https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/kanja/17/d1/05.pdf>（2020 年 1 月 3 日）
- 2) 健康保険組合連合会：平成 29 年度 生活習慣関連 10 疾患の動向に関する調査，[https://www.kenporen.com/toukei\\_data/pdf/chosa\\_r01\\_06\\_01.pdf](https://www.kenporen.com/toukei_data/pdf/chosa_r01_06_01.pdf)（2020 年 1 月 3 日）
- 3) 厚生労働省：国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針  
[https://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/dl/kenkounippon21\\_01.pdf](https://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/dl/kenkounippon21_01.pdf)（2020 年 1 月 3 日）
- 4) 厚生科学審議会地域保健健康増進栄養部会：「健康日本 21（第二次）」中間評価報告書，  
<https://www.mhlw.go.jp/content/000378318.pdf>（2020 年 1 月 3 日）
- 5) 文部科学省：学校保健統計調査 -平成 30 年度（確定値）の結果の概要-，  
[https://www.mext.go.jp/component/b\\_menu/other/\\_icsFiles/afieldfile/2019/03/25/1411703\\_03.pdf](https://www.mext.go.jp/component/b_menu/other/_icsFiles/afieldfile/2019/03/25/1411703_03.pdf)（2020 年 1 月 3 日）
- 6) 金田雅代：四訂栄養教諭論-理論と実際-，pp. 37-46，建帛社，東京（2019）
- 7) 内閣府：平成 30 年版 男女共同参画白書，[http://www.gender.go.jp/about\\_danjo/whitepaper/h30/gaiyou/pdf/h30\\_gaiyou.pdf](http://www.gender.go.jp/about_danjo/whitepaper/h30/gaiyou/pdf/h30_gaiyou.pdf)（2020 年 1 月 3 日）
- 8) バンダイネットワークス株式会社：小・中学生の『コンビニ利用』についてのアンケート調査，<http://www.bandainamco.co.jp/releases/images/3/47604.pdf>（2020 年 1 月 3 日）
- 9) 内閣府：食育基本法，[http://www.maff.go.jp/j/syokuiku/pdf/kihonho\\_28.pdf](http://www.maff.go.jp/j/syokuiku/pdf/kihonho_28.pdf)（2020 年 1 月 3 日）
- 10) 文部科学省：食に関する指導の手引 第一次改訂版，pp. 16-31，東山書房，東京（2010）
- 11) 文部科学省：学校教育全体（教科横断的な内容）で取り組むべき課題（食育，安全教育，性教育）と学習指導要領等の内容，[https://www.mext.go.jp/b\\_menu/shingi/chukyo/chukyo3/022/siryo/06092114/001/004/001.htm](https://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo/chukyo3/022/siryo/06092114/001/004/001.htm)（2020 年 1 月 3 日）
- 12) 独立行政法人日本スポーツ振興センター：平成 22 年度 児童生徒の食事状況等調査報告書【食事状況調査編】，[https://www.jpnsport.go.jp/anzen/school\\_lunch/tabid/1491/Default.aspx](https://www.jpnsport.go.jp/anzen/school_lunch/tabid/1491/Default.aspx)（2020 年 1 月 3 日）
- 13) 日本学校保健会：平成 28～29 年度 児童生徒の健康状態サーベイランス事業報告書，  
[https://www.gakkohoken.jp/book/ebook/ebook\\_H290070/index\\_h5.html#42](https://www.gakkohoken.jp/book/ebook/ebook_H290070/index_h5.html#42)  
（2020 年 1 月 3 日）

- 14) 独立行政法人日本スポーツ振興センター：平成 22 年度 児童生徒の食生活実態調査  
【食生活実態調査編】，[https://www.jpnsport.go.jp/anzen/school\\_lunch/tabid/1490/Default.aspx](https://www.jpnsport.go.jp/anzen/school_lunch/tabid/1490/Default.aspx) （2020 年 1 月 3 日）
- 15) 独立行政法人日本スポーツ振興センター：平成 19 年度 児童生徒の食事状況等調査報告書【食生活実態調査編】，[https://www.jpnsport.go.jp/anzen/school\\_lunch/tabid/548/Default.aspx](https://www.jpnsport.go.jp/anzen/school_lunch/tabid/548/Default.aspx) （2020 年 1 月 3 日）
- 16) 文部科学省：食育・栄養教諭に関してよくあるご質問 Q&A，[https://www.mext.go.jp/a\\_menu/sports/syokuiku/06121505/001.htm](https://www.mext.go.jp/a_menu/sports/syokuiku/06121505/001.htm) （2020 年 1 月 4 日）
- 17) 文部科学省：栄養教諭制度の創設に係る学校教育法等の一部を改正する法律等の施行について（通知），[http://www.mext.go.jp/a\\_menu/shotou/eiyou/04111101/008.htm](http://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/eiyou/04111101/008.htm)  
（2020 年 1 月 3 日）
- 18) 文部科学省：小学校学習指導要領，p. 14，東京書籍，東京（2008）
- 19) 文部科学省：小学校学習指導要領，p. 18，東洋館出版社，東京（2018）
- 20) 天笠 茂：学校管理職の実践マニュアル 改訂学習指導要領に対応した学校経営の展開  
小学校編，p. 10，第一法規株式会社，東京（2008）
- 21) 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，  
[http://www.mext.go.jp/a\\_menu/sports/syokuiku/\\_icsFiles/afieldfile/2017/08/09/1385699\\_001.pdf](http://www.mext.go.jp/a_menu/sports/syokuiku/_icsFiles/afieldfile/2017/08/09/1385699_001.pdf) （2020 年 1 月 3 日）
- 22) 鈴木洋子：小学校における家庭科担当教員と栄養職員（教諭）の連携による食育の実態と課題，日本教科教育学会誌，30（2），9-15（2007）
- 23) 小林陽子，岸田佳那子：栄養教諭の職務に関する実態調査—家庭科教諭と栄養教諭の連携に関する一考察（その 1）—，群馬大学教育学部紀要 芸術・技術・体育・生活科学編，45，153-163（2010）
- 24) 氏家幸子，平本福子：小学校の食に関する指導におけるコーディネートの現状と課題：宮城県の栄養教諭・学校栄養職員を事例として，日本栄養士会雑誌，56（4），279-288（2013）
- 25) 金田雅代：三訂栄養教諭論—理論と実際— [第 3 版]，p. 128，建帛社，東京（2009）
- 26) 坂本達昭，細田耕平：小学校 5 年生児童における給食の食べ残しおよび給食の楽しさと QOL の関連性，栄養学雑誌，73（4），142-149（2015）

## 第Ⅰ章 食育関連指導案が準拠する小学校学習指導要領の内容項目に関する調査

### 第1節 緒言

食育は、国民の心身の健康の増進と豊かな人間形成に資することを旨として推進されている。序章でも述べたが、2017年3月に告示された新学習指導要領<sup>1)</sup>では、「学校における体育・健康に関する指導に関して、特に学校における食育の推進、心身の健康の保持増進に関する指導等については、体育科、家庭科及び特別活動の時間はもとより、各教科、道徳科、外国語活動及び総合的な学習の時間等においてもそれぞれの特質に応じて適切に行うよう努めること」が示された。また、文部科学省は食育を推進するための取り組み方について、『栄養教諭を中核としたこれからの学校の食育』<sup>2)</sup>を公表した。その中で、「教科等における食に関する指導では、専門性を有する栄養教諭が授業に参画することにより、目標や内容、教材や題材、学習活動等の様々な面で食に関する指導と関連付けて指導することができる。その際、教科等にはそれぞれ固有の目標や内容があるため、教科等の授業において食に関する指導を行う場合、児童生徒に当該教科等の目標や内容を身に付けさせることを第一義的に考え、その過程に食育の視点を位置付けて指導することが大切である」としている。

現在、栄養教諭制度が施行されてから10年以上が経過し、食育の指導体制にも地域差があることが指摘されている<sup>3)</sup>。学校における食に関する指導には学校や地域の特性に応じた取り組みが求められているが、各学校への栄養教諭の必置義務がない現状では、栄養教諭だけでなく一般教諭が可能な範囲で食に関する指導にかかわることが重要と考えられる。そして、その指導の幅を広げることが、指導体制の地域差を解消するアプローチの1つになると考える。そのためには、学校教育の指導内容を定めた学習指導要領における食育関連事項を詳細に検討して明らかにすることが必要不可欠である。

既存の研究において、教科等の学習指導要領に含まれる食育に関連する内容を整理した報告は、体育科（保健領域）<sup>4)</sup>等の単独の教科に限られている。一方、『食に関する指導の手引き』<sup>5)</sup>には、指導における6つの目標と各内容についての例示があり、それらの例示から教科横断的に系統性を検討した報告<sup>6)</sup>もある。しかし、対象教科が小学校5教科（社会科、理科、生活科、家庭科、体育科）、中学校4教科（社会科、理科、保健体育科、技術・家庭科）と限定されている。さらに、栄養教諭制度施行後、かつ、学習指導要領の改訂が行われた2008年以降に実施された指導についての調査研究は少ないため、既存の研究報告から学習指導要領における食育関連事項を整理することは難しい。

そこで、本章では学習指導要領と教科等における食育関連事項との関連を明らかにすることを目的として、全国の公的機関からインターネット上に公開されている食育関連学習指導案・指導事例を対象に、現行学習指導要領<sup>7)</sup>の内容項目のどの部分に準拠して授業が計画されているかを調査した。

## 第2節 方法

### (1) 収集対象および収集方法

全国の公的機関（教育委員会、公立の教育研究所等）がインターネット上で公開している食に関する指導の学習指導案・指導事例を、以下の手順で収集してデータベースとした。収集時には、収集した学習指導案と指導事例を区別なく扱った。

2015年8～9月の間に、検索エンジン Google を用いて、「食育」「指導案」「都道府県名」の3つのキーワードをANDでかけ合せて検索し、検索結果の上位20サイトを点検対象サイトとした。キーワードの選定理由は次のとおりである。「食に関する指導」と「食育」で予備検索を行ったところ、「食に関する指導」では各自治体等が発行している刊行物が、「食育」では学習指導案・指導事例が多数ヒットしたため、「食育」を用いた。「指導案」は学習指導案や授業案と呼ばれることもある<sup>8)</sup>が、検索結果数の最も多い「指導案」を、「都道府県名」は全国的に学習指導案・指導事例を収集するために用いた。「食育」が明記された現行学習指導要領に基づいて計画作成された学習指導案・指導事例を対象とした。また、1時限当たりの指導内容の具体的な記載や教科等の明示がない学習指導案・指導事例は除外して、データベースとした。2016年3月、11月、2017年7月に同様の条件で、再度、収集作業を行い、データベースを更新した。

### (2) 学習指導案・指導事例の選択

図I-1に示した通り、インターネット検索により、全国の公的機関から公開されている学習指導案・指導事例を772件収集することができた。収集された学習指導案・指導事例の中には、高等学校や特別支援学校、複式学級等のものが含まれていたため、それら85件を除外し、対象学年が小学校第1～6学年以外であった157件についても予め除外した。そのうえで、「食に関する指導の目標」および「評価」の記載がない149件を除外した結果、学習指導案・指導事例381件が得られた。この381件を分析対象とし、以下の結果を得た。

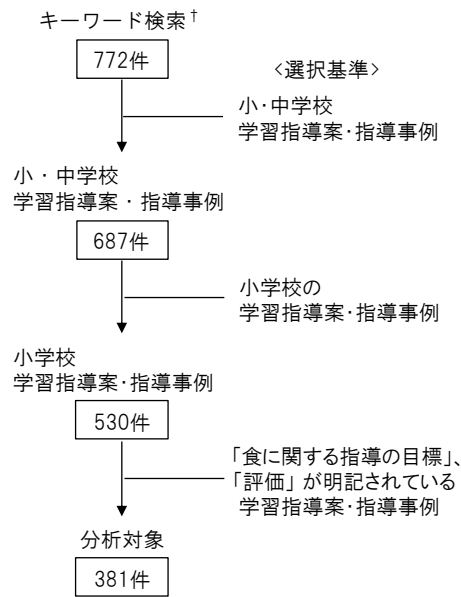


図 I - 1 小学校の学習指導案・指導事例の選択過程

† 検索エンジン：Google

検索式：指導案 and 食育 and (都道府県名)

検索時期：2015 年 8～9 月、2016 年 3 月、11 月、2017 年 7 月

企業のサイトおよび学習指導案・指導事例の作成、指導実施  
時期が 2008 年以前のものは収集対象から除外した。

### (3) 分類および整理方法

#### 1) データ抽出

収集した学習指導案・指導事例から、「対象学年」「教科名（特別活動等を含む、以降「教科名」とする）」「食に関する指導の目標」に関する記載を抽出した。「対象学年」については、第 1 学年から第 6 学年までを、「教科名」については 13 項目（国語科、社会科、算数科、理科、生活科、音楽科、図画工作科、家庭科、体育科、道徳、外国語活動、総合的な学習の時間、特別活動）をそれぞれ分類した。なお、特別活動には学級活動、児童会活動、クラブ活動、学校内行事が含まれるが、学級活動以外で学習指導案が作成されることは少ないため、今回は学級活動として扱う。また、給食の時間は学習指導要領において学級活動に位置づけられている<sup>9)</sup>ことから、学級活動に含まれるものとして分類した。「食に関する指導の目標」については、6 つの目標（食事の重要性、心身の健康、食品を選択する能力、感謝の心、社会性、食文化）が明示されている場合はその記述に基づき、明示されていない場合は記載内容を『食に関する指導の手引』<sup>5)</sup>の各目標の内容の例示と照合し、それぞれの該当状況について分類した。

## 2) 学習指導案・指導事例が準拠する学習指導要領の内容項目の確認

実施教科と学年でクロス集計を行い、授業計画単位における指導の汎用性があるものの候補として、学習指導案・指導事例が2以上ある教科・学年を対象に、該当資料が準拠する現行学習指導要領<sup>7)</sup>の内容項目の確認を行った。そして、主に指導内容についての記述から、食育に関連付けられる語句（食育、望ましい生活習慣、食事等）を抽出して整理した。また、直接的な語句がない場合には、もとの学習指導案・指導事例の教材観、指導観等の記述における授業内での食育の位置づけ方に関わる部分を参照に、準拠していると判断できた内容項目を抽出した。

## 第3節 結果

### (1) 小学校における食育関連授業の概要

分析対象とした学習指導案・指導事例を学年別、教科名別、食に関する指導の目標別に分類した結果を表I-1に示した。学年ごとの事例数は、第5学年が最も多く71件、その次に第3学年70件、以下、第4学年69件、第6学年64件、第2学年59件、第1学年48件であった。教科ごとの事例数は、学級活動（給食の時間を含む）が最も多く217件、その次に家庭科42件、体育科34件、総合的な学習の時間28件、社会科23件、生活科17件、道徳9件、理科5件、国語科3件、図画工作科2件、外国語活動1件であった。算数科、音楽科では事例はみられなかった。食に関する指導の目標ごとの事例数は、心身の健康190件、食事の重要性113件、感謝の心106件、食文化100件、食品を選択する能力85件、社会性34件（以上、重複あり）であった。

学年別にみた各教科等の指導案・指導事例数を表I-2に示した。複数回実施されている教科・学年の総数は25であった。事例数と実施学年の関係をみると、すべての学年において学級活動が最も多く、第1学年と第2学年では生活科、第3学年では総合的な学習の時間と体育科、第4学年では体育科と社会科、総合的な学習の時間、第5学年では家庭科、第6学年では家庭科と体育科が多かった。

表 I - 1 学年・教科・食に関する指導の目標別の指導案・指導事例数

| 項目名                       | 事例数 |
|---------------------------|-----|
| <b>学年</b>                 |     |
| 第1学年                      | 48  |
| 第2学年                      | 59  |
| 第3学年                      | 70  |
| 第4学年                      | 69  |
| 第5学年                      | 71  |
| 第6学年                      | 64  |
| <b>教科名</b>                |     |
| 国語科                       | 3   |
| 社会科                       | 23  |
| 算数科                       | 0   |
| 理科                        | 5   |
| 生活科                       | 17  |
| 音楽科                       | 0   |
| 図画工作科                     | 2   |
| 家庭科                       | 42  |
| 体育科                       | 34  |
| 道德                        | 9   |
| 外国語活動                     | 1   |
| 総合的な学習の時間                 | 28  |
| 学級活動(給食の時間を含む)            | 217 |
| <b>食に関する指導の目標(複数該当あり)</b> |     |
| 食事の重要性                    | 113 |
| 心身の健康                     | 190 |
| 食品を選択する能力                 | 85  |
| 感謝の心                      | 106 |
| 社会性                       | 34  |
| 食文化                       | 100 |

n=381

表 I - 2 学年別にみた各教科等の指導案・指導事例数

| 教科名                | 総数<br>(n=381) | 第1学年<br>(n=48) | 第2学年<br>(n=59) | 第3学年<br>(n=70) | 第4学年<br>(n=69) | 第5学年<br>(n=71) | 第6学年<br>(n=64) |
|--------------------|---------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|
| 学級活動<br>(給食の時間を含む) | 217           | 39             | 46             | 45             | 39             | 27             | 21             |
| 家庭科                | 42            | 0              | 0              | 0              | 0              | 27             | 15             |
| 体育科                | 34            | 0              | 0              | 6              | 13             | 0              | 15             |
| 総合的な学習の時間          | 28            | 0              | 0              | 8              | 6              | 9              | 5              |
| 社会科                | 23            | 0              | 0              | 4              | 8              | 8              | 3              |
| 生活科                | 17            | 6              | 11             | 0              | 0              | 0              | 0              |
| 道徳                 | 9             | 1              | 1              | 4              | 2              | 0              | 1              |
| 理科                 | 5             | 0              | 0              | 2              | 0              | 0              | 3              |
| 国語科                | 3             | 1              | 0              | 1              | 1              | 0              | 0              |
| 図画工作科              | 2             | 1              | 1              | 0              | 0              | 0              | 0              |
| 外国語活動              | 1             | 0              | 0              | 0              | 0              | 0              | 1              |



## (2) 学習指導案・指導事例が準拠する学習指導要領の内容項目

学習指導案・指導事例が準拠する学習指導要領の内容項目の確認結果を表Ⅰ-3、4に示した。学級活動においては、第1学年から第6学年までの共通項目(2)「日常の生活や学習への適応および健康安全のキ」において「食育」、イおよびカにおいて「生活習慣」「生活態度」という記載がみられた。家庭科においては、B「日常の食事と調理の基礎」の(1)～(3)のすべてが、食事や栄養素、調理についての内容で構成されていた。また、体育科では保健領域において、第3学年および第4学年で健康な生活を送るために食事、運動、休養および睡眠が必要であることを段階的に学習し、第6学年においては病気と生活習慣との関わりのなかで、栄養の偏りのない食事の重要性と必要性を学ぶよう構成されていた。また、総合的な学習の時間においては、内容の取扱いとして学習活動の課題として取り上げる題材に健康を掲げていた。生活科においては、学習指導要領には直接的な表記はなかったものの、第1学年の内容項目(1)(2)(3)(9)の内容と対応させて、(1)では学校給食に関わる施設(給食室)見学、(2)では家族の手伝いの1つとして食事の準備等を取り上げた指導、(3)では地場産の野菜を使用した体験学習、(9)では給食調理員への感謝をテーマとして扱っていることが事例から確認された。また、第2学年においては内容項目(7)と対応させ、生産者への感謝や食物の栽培体験、調理体験に取り組んでいた。

また、社会科、道徳や理科においても、それぞれの教科等の特有の内容項目を教える際の教材やテーマとして食に関連した内容を扱うことで、食に関する指導を行っていることが確認された。具体的には、社会科の第3・4学年における内容項目(2)(6)と関連づけた内容として地産地消を、(3)の題材として学校給食の残菜を扱っている事例等が確認された。

表 I - 3 学習指導案・指導事例が準拠する学習指導要領の内容項目の確認結果①

| 教科名       | 学年     | 学習指導要領における項目名  |   |
|-----------|--------|--|---|
|           |        | 目標及び内容   | 指導計画の作成と内容の取扱い  |
| 学級活動      | 第1～6学年 | 学級活動〔共通事項〕<br>(2) 日常生活や学習への適応及び健康安全<br>イ 基本的な生活習慣の形成<br>カ 心身ともに健康で安全な生活態度の形成<br>キ 食育の観点を踏まえた学校給食と望ましい食習慣の形成  |   |
| 家庭科       | 第5・6学年 | B 日常の食事と調理の基礎<br>(1) 食事の役割について、次の事項を指導する。<br>ア 食事の役割を知り、日常の食事の大切さに気付くこと。<br>イ 楽しく食事をするための工夫をすること。<br>(2) 栄養を考えた食事について、次の事項を指導する。<br>ア 体に必要な栄養素の種類と働きについて知ること。<br>イ 食品の栄養的な特徴を知り、食品を組み合わせると必要があることが分かること。<br>ウ 1食分の献立を考えること。<br>(3) 調理の基礎について、次の事項を指導する。<br>ア 調理に関心をもち、必要な材料の分量や手順を考えて、調理計画を立てること。<br>イ 材料の洗ひ方、切り方、味の付け方、盛り付け、配膳及び後片付けが適切にできること。<br>ウ ゆでたり、いためたりして調理ができること。<br>エ 米飯及びみそ汁の調理ができること。<br>オ 調理に必要な用具や食器の安全で衛生的な取扱い及びこんろの安全な取扱いができること。 | 1 指導計画作成上の配慮事項<br>(3) 「B日常の食事と調理の基礎」の(3)については、学習の効果を高めるため、2学年にわたって取り扱い、平易なものから段階的に学習できるように計画すること。<br>2 内容の取扱いと指導上の配慮事項<br>(1) 「B日常の食事と調理の基礎」については、次のとおり取り扱うこと<br>ア (2)のア及びイについては、五大栄養素と食品の体内での主な働きを中心に扱うこと。<br>イ (3)のエについては、米飯やみそ汁が我が国の伝統的な日常食であることにも触れること。<br>ウ 食に関する指導については、家庭科の特性に応じて、食育の充実に資するよう配慮すること。 |
| 体育科       | 第3学年   | (1) 健康の大切さを認識するとともに、健康によい生活について理解できるようにする。<br>イ 毎日を健康に過ごすには、食事、運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活を続けること、また、体の清潔を保つことなどが必要であること。  | 2 内容の取扱い<br>(5) 保健の内容のうち食事、運動、休養及び睡眠については、食育の観点も踏まえつつ健康的な生活習慣の形成に結びつこう配慮するとともに、保健を除く第3学年以上の各領域及び学校給食に関する指導においても関連した指導を行うよう配慮すること。   |
|           | 第4学年   | 内容の取扱い:<br>(1) 「G保健」の(1)については、学校でも、健康診断や学校給食など様々な活動が行われていることについても触れるものとする。<br>(2) 体の発育・発達について理解できるようにする。<br>ウ 体をよりよく発育・発達させるには、調和のとれた食事、適切な運動、休養及び睡眠が必要であること。  |   |
|           | 第6学年   | (3) 病気の予防について理解できるようにする。<br>ア 病気は、病原体、体の抵抗力、生活行動、環境がかかり合って起こること。<br>イ 病原体が主な要因となって起こる病気の予防には、病原体が体に入るのを防ぐことや病原体に対する体の抵抗力を高めることが必要であること。<br>ウ 生活習慣病など生活行動が主な要因となって起こる病気の予防には、栄養の偏りのない食事をとること、口腔の衛生を保つことなど、望ましい生活習慣を身に付ける必要があること。  |   |
| 総合的な学習の時間 | 第3～6学年 |  | 第1節 指導計画の作成に当たっての配慮事項<br>(5) 学習活動については、学校の実態に応じて、例えば国際理解、情報、環境、福祉・健康などの横断的・総合的な課題についての学習活動、児童の味・関心に基づく課題についての学習活動、地域の人々の暮らし、伝統と文化など地域や学校の特色に応じた課題についての学習活動などを行うこと。  |

(該当箇所を現行学習指導要領(2008)より抜粋)

表 I - 4 学習指導案・指導事例が準拠する学習指導要領の内容項目の確認結果②

| 教科名 | 学年     | 学習指導要領における項目名   |  |
|-----|--------|---|--|
|     |        | 目標及び内容  |  |
| 生活科 | 第1学年   | (1) 学校の施設の様子及び先生など学校生活を支えている人々や友達のことが分かり、楽しく安心して遊びや生活ができるようにするとともに、通学路の様子やその安全を守っている人々などに関心をもち、安全な登下校ができるようにする。<br>(2) 家庭生活を支えている家族のことや自分でできることなどについて考え、自分の役割を積極的に果たすとともに、規則正しく健康に気を付けて生活することができるようにする。<br>(3) 自分たちの生活は地域で生活したり働いたりしている人々や様々な場所とかかわっていることが分かり、それらに親しみや愛着をもち、人々と適切に接することや安全に生活することができるようにする。<br>(9) 自分自身の成長を振り返り、多くの人々の支えにより自分が大きくなったこと、自分でできるようになったこと、役割が増えたことなどが分かり、これまでの生活や成長を支えてくれた人々に感謝の気持ちをもつとともに、これからの成長への願いをもって、意欲的に生活することができるようにする。 |  |
|     | 第2学年   | (7) 動物を飼ったり植物を育てたりして、それらの育つ場所、変化や成長の様子に関心をもち、また、それらは生命をもっていることや成長していることに気づき、生き物への親しみをもち、大切にすることができるようにする。   |  |
| 社会科 | 第3・4学年 | (2) 地域の人々の生産や販売について、次のことを見学したり調査したりして調べ、それらの仕事に携わっている人々の工夫を考えるようにする。<br>ア 地域には生産や販売に関する仕事があり、それらは自分たちの生活を支えていること。<br>イ 地域の人々の生産や販売に見られる仕事の特色及び国内の他地域などのかかわり<br>(3) 地域の人々の生活にとって必要な飲料水、電気、ガスの確保や廃棄物の処理について、次のことを見学、調査したり資料を活用したりして調べ、これらの対策や事業は地域の人々の健康な生活や良好な生活環境の維持と向上に役立っていることを考えるようにする。<br>ア 飲料水、電気、ガスの確保や廃棄物の処理と自分たちの生活や産業とのかかわり<br>(6) 県(都、道、府)の様子について、次のことを資料を活用したり白地図にまとめたりして調べ、県(都、道、府)の特色を考えるようにする。<br>ウ 県(都、道、府)内の特色ある地域の人々の生活                    |  |
|     | 第5学年   | (2) 我が国の農業や水産業について、次のことを調査したり地図や地球儀、資料などを活用したりして調べ、それらは国民の食料を確保する重要な役割を果たしていることや自然環境と深いかかわりをもって営まれていることを考えるようにする。<br>ア 様々な食料生産が国民の食生活を支えていること、食料の中には外国から輸入しているものがあること。<br>イ 我が国の主な食料生産物の分布や土地利用の特色など<br>ウ 食料生産に従事している人々の工夫や努力、生産地と消費地を結ぶ運輸などの働き<br>(3) 我が国の工業生産について、次のことを調査したり地図や地球儀、資料などを活用したりして調べ、それらは国民生活を支える重要な役割を果たしていることを考えるようにする。<br>ウ 工業生産に従事している人々の工夫や努力、工業生産を支える貿易や運輸などの働き  |  |
|     | 第6学年   | (1) 我が国の歴史上の主な事象について、人物の働きや代表的な文化遺産を中心に遺跡や文化財、資料などを活用して調べ、歴史を学ぶ意味を考えるようにするとともに、自分たちの生活の歴史的背景、我が国の歴史や先人の働きについて理解と関心を深めるようにする。<br>ケ 日華事変、我が国にかかわる第二次世界大戦、日本国憲法の制定、オリンピックの開催などについて調べ、戦後我が国は民主的な国家として出発し、国民生活が向上し国際社会の中で重要な役割を果たしてきたことが分かること。<br>(3) 世界の中の日本の役割について、次のことを調査したり地図や地球儀、資料などを活用したりして調べ、外国の人々と共に生きていくためには異なる文化や習慣を理解し合うことが大切であること、世界平和の大切さと我が国が世界において重要な役割を果たしていることを考えるようにする。   |  |
| 道徳  | 第3・4学年 | 2 主として他の人とのかかわりに関すること<br>(4) 生活を支えている人々や高齢者に、尊敬と感謝の気持ちをもって接する。<br>3 主として自然や崇高なもののかかわりに関すること<br>(2) 自然のすばらしさや不思議さに感動し、自然や動植物を大切にすること。  |  |
| 理科  | 第3学年   | B 生命・地球<br>(1) 昆虫と植物：身近な昆虫や植物を探したり育てたりして、成長の過程や体のつくりを調べ、それらの成長のきまりや体のつくりについての考えをもつことができるようにする。<br>イ 植物の育ち方には一定の順序があり、その体は根、茎及び葉からできていること  |  |
|     | 第6学年   | B 生命・地球<br>(1) 人の体のつくりと働き：人や他の動物を観察したり資料を活用したりして、呼吸、消化、排出及び循環の働きを調べ、人や他の動物の体のつくりと働きについての考えをもつことができるようにする。<br>イ 食べ物、口、胃、腸などを通る間に消化、吸収され、吸収されなかった物は排出されること。<br>ウ 血液は、心臓の働きで体内を巡り、養分、酸素及び二酸化炭素などを運んでいること。<br>エ 体内には、生命活動を維持するための様々な臓器があること。<br>(3) 生物と環境：動物や植物の生活を観察したり、資料を活用したりして調べ、生物と環境とのかかわりについての考えをもつことができるようにする。<br>ア 生物は、水及び空気を通して周囲の環境とかかわって生きていること。<br>イ 生物の間には、食う食われるという関係があること。   |  |

(該当箇所を現行学習指導要領(2008)より抜粋)

#### 第4節 考察

本章では、全国の公的機関から公開されている食育関連学習指導案・指導事例を対象に、小学校学習指導要領のどの部分に準拠して授業が計画されているかの調査を行った。収集した学習指導案・指導事例より実施学年と教科を抽出し、現行学習指導要領と照合して整理を行ったところ、学級活動、家庭科、体育科、総合的な学習の時間については、ほぼすべての学年で複数の事例がみられ、各教科の学習指導要領の具体的な食育関連の記載がある内容項目に準拠していることが確認された。また、生活科、社会科、道徳、理科についても多くの事例が見つかった学年があり、当該学年、教科の指導内容に食育を位置づけて指導出来る項目が含まれていることが確認できた。以下に、学習指導要領における食育に関する記載の有無を分類して、考察を述べる。

学習指導要領に食育に関する記載のあった教科等は、学習指導要領解説総則編<sup>10)</sup>に、体育・健康に関する指導を行う際の主要な教科等として明記されており、これらの教科等を含めた学校の教育活動全体を通じて指導を行うことで食育の充実が期待される。小学生用食育教材<sup>11,12)</sup>において、1つのテーマに対して活用が想定される主な教科・領域として、教科と合わせて特別活動や総合的な学習の時間等の例示があることから、同一の指導内容について教科横断的な指導が可能であると推察される。また、家庭科主任および学級担任を対象とした先行研究<sup>13)</sup>によると、家庭科や体育科において栄養教諭と指導内容の重複がみられることから、実際の指導にあたっては内容の扱い方の違いを事前に確認し、調整する必要があると考えられる。以上のことから、学級活動、家庭科、体育科等の学習指導要領に食育に関する記載のある教科等においては、指導内容の扱い方を決める際に複数の教科・領域との調整が不可欠であり、全体計画や年間指導計画の作成時に指導内容およびその扱いについて十分な検討が必要であるといえる。

一方、学習指導要領に食育に関する記載のない教科等において食に関する指導を行う際は、教科・領域等との親和性を確認したうえで、食育の視点を位置づけることにより、教科・領域等の目標と内容を実現する過程で意図的に指導することが必要となる<sup>14-19)</sup>。また、社会科等において学習指導要領との照合が確認された実践報告<sup>20-22)</sup>では、同一学年で複数の教科等を関連付けた指導が行われていることから、これらの教科等においても教科横断的な指導の実施が確認されている。さらに、今回のインターネットによるキーワード検索では収集できなかった算数科の指導案も公表されており<sup>23)</sup>、学習指導要領に明記のない教科等においても、指導の際に食育の視点を踏まえることで食育関連授業は実施可能であること

があらためて確認された。今後は、より多岐にわたる教科・領域において食育を位置づけた指導を行っていくための方策を検討していく必要があると考えられる。

小林らの栄養教諭 318 名の職務実態を調査した先行研究<sup>24)</sup>によると、栄養教諭のほぼ全員が食に関する指導の経験を持っており、特別活動や家庭科、総合的な学習の時間で多く指導を実施している。しかし、栄養教諭は給食管理業務も並行して行っていることから、授業参加数は年間 1～5 時間の場合が多く、その中で授業の企画立案をしたものや、主たる授業者として指導を行った者は半数に満たないという報告<sup>25)</sup>もある。さらに、栄養教諭の多くは複数の学校を兼務しており、一人の栄養教諭が担当している全学校で実施されるすべての食育関連授業に、計画段階から関わることは難しいと考えられる。そのため、食育関連授業の学習指導案作成や実施において、教科学習に食育の視点を取り入れて授業を計画するという考え方を、学級担任等の一般教諭にも浸透させていくことが重要といえる。

本研究の限界として、キーワード検索に使用する語句の設定が困難であったことがあげられる。学校現場で使われる食に関する教育をあらわす語句は多岐に渡るため、収集に漏れがあった可能性を否定できない。そのため、異なる検索キーワードを使用した場合には、異なる結果が得られる可能性がある。このような限界はあるものの、新学習指導要領の全面实施を前に、全国でこれまでに計画された食育関連授業が現行学習指導要領の内容項目のどの部分に準拠しているかを整理することができた。今回得られた結果と学習指導要領の比較対照表<sup>26)</sup>等を合わせて活用することで、新学習指導要領下で食育関連授業を計画する際に、より効率的な作業を行うための有益な情報になると考える。

## 第5節 参考文献

- 1) 文部科学省：小学校学習指導要領，p. 18，東洋館出版社，東京（2018）
- 2) 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，  
[http://www.mext.go.jp/a\\_menu/sports/syokuiku/\\_\\_icsFiles/afieldfile/2017/08/09/1385699\\_001.pdf](http://www.mext.go.jp/a_menu/sports/syokuiku/__icsFiles/afieldfile/2017/08/09/1385699_001.pdf)（2020年1月3日）
- 3) 文部科学省：今後の学校における食育の在り方について最終報告，  
[http://www.mext.go.jp/component/b\\_menu/shingi/toushin/\\_\\_icsFiles/afieldfile/2013/12/19/1342568\\_2\\_3.pdf](http://www.mext.go.jp/component/b_menu/shingi/toushin/__icsFiles/afieldfile/2013/12/19/1342568_2_3.pdf)（2020年1月3日）
- 4) 金田雅代：三訂栄養教諭論-理論と実際-[第3版]，p. 128，建帛社，東京（2009）
- 5) 文部科学省：食に関する指導の手引 第一次改訂版，pp. 11-13，東山書房，東京（2010）
- 6) 松林 昭，広木正紀：食育の系統化に関する研究(1)：「食に関する指導の手引」（文部科学省 2010）における各教科の実践事例に着目して，サピエンチア：英知大学論叢，48，72-90（2014）
- 7) 文部科学省：小学校学習指導要領，pp. 18-115，東京書籍，東京（2008）
- 8) 今野喜清，新井郁男，児島邦宏：学校教育辞典 第3版，p. 88，教育出版，東京（2014）
- 9) 文部科学省：小学校学習指導要領解説 特別活動編，pp. 33-40，東洋館出版社，東京（2008）
- 10) 文部科学省：小学校学習指導要領解説 総則編，pp. 6, 24-26，東洋館出版社，東京（2008）
- 11) 文部科学省：小学生用食育教材「たのしい食事つながる食育」指導者用（中学年），  
[http://www.mext.go.jp/component/a\\_menu/education/detail/\\_\\_icsFiles/afieldfile/2016/12/13/1380565\\_3.pdf](http://www.mext.go.jp/component/a_menu/education/detail/__icsFiles/afieldfile/2016/12/13/1380565_3.pdf)（2020年1月3日）
- 12) 文部科学省：小学生用食育教材「たのしい食事つながる食育」指導者用（高学年），  
[http://www.mext.go.jp/component/a\\_menu/education/detail/\\_\\_icsFiles/afieldfile/2016/12/13/1380565\\_4.pdf](http://www.mext.go.jp/component/a_menu/education/detail/__icsFiles/afieldfile/2016/12/13/1380565_4.pdf)（2020年1月3日）
- 13) 村上亜由美，荒井紀子：栄養教諭の小学校配置による家庭科及び学級活動への影響：平成17年度福井県における家庭科主任及び学級担任への調査をもとに，福井大学教育地域科学部紀要 第V部（応用科学 家政学編），45，1-14（2006）
- 14) 藤本勇二：理科と関連付けた食の授業とは，学校給食，65（6），52-54（2014）
- 15) 藤本勇二：国語と関連付けた食の授業とは，学校給食，65（7），47-49（2014）
- 16) 藤本勇二：算数と関連付けた食の授業とは，学校給食，65（9），50-52（2014）
- 17) 藤本勇二：社会と関連付けた食の授業とは，学校給食，65（10），51-53（2014）

- 18) 藤本勇二：生活科における食の授業とは，学校給食，65（11），50-52（2014）
- 19) 藤本勇二：道徳における食育の展開とは，学校給食，66（1），50-52（2015）
- 20) 坂本達昭，萩 真季，鉄谷佳代，春木 敏：4 学年社会科および総合的な学習の時間における食に関する指導，日本健康教育学会誌，20（2），119-130（2012）
- 21) 坂本達昭，萩 真季，小出真理子，春木 敏：6 学年体育科保健領域と学級活動における食に関する指導の試み：健康的な生活習慣の形成を目指した授業実践，学校保健研究，54（5），440-448（2012）
- 22) 坂本達昭，八竹美輝，春木 敏：担任教諭が主体となる社会科および総合的な学習の時間における食に関する指導の実施可能性と学習成果の検討：給食を残さず食べる行動形成をめざして，栄養学雑誌，71（2），76-85（2013）
- 23) 藤本勇二：入門・食育実践集，pp. 68-71，84-87，全国学校給食協会，東京（2015）
- 24) 小林陽子，岸田佳那子：栄養教諭の職務に関する実態調査—家庭科教諭と栄養教諭の連携に関する一考察（その 1），群馬大学教育学部紀要 芸術・技術・体育・生活科学編，45，153-163（2010）
- 25) 本田 藍，甲斐結子，中村 修：小中学校における栄養教諭、学校栄養職員を対象とした食育の実施状況に関する調査，長崎大学総合環境研究，15（1），31-40（2013）
- 26) 文部科学省：小学校学習指導要領（平成 29 年 3 月 31 日公示）比較対照表，  
[http://www.mext.go.jp/component/a\\_menu/education/micro\\_detail/\\_\\_icsFiles/afielldfile/2018/04/24/1384661\\_4\\_1\\_1.pdf](http://www.mext.go.jp/component/a_menu/education/micro_detail/__icsFiles/afielldfile/2018/04/24/1384661_4_1_1.pdf)（2020 年 1 月 3 日）

## 第Ⅱ章 小学校体育科における保健領域の指導内容と食に関する指導の目標との関連

### 第1節 緒言

子どもたちの生活スタイルの変化や食生活の乱れ等に起因する「肥満」や「やせ」、生活習慣病の若年化等、様々な健康問題が増加している<sup>1-4)</sup>。そのため、2005年に食育基本法<sup>5)</sup>が施行されると同時に、子どもたちへの食育の必要性から栄養教諭制度<sup>6)</sup>が施行された。このような状況の下、2008年には学習指導要領<sup>7)</sup>(以下、現行学習指導要領)にも食育の推進が明記された。現行学習指導要領において、体育科は家庭科や特別活動の時間とならんで、学校における食育推進のための主要な教科として挙げられた。

小学校の食に関する指導の実践報告<sup>8-10)</sup>は家庭科や学級活動、総合的な学習の時間が中心であり、体育科の指導について詳細に検討した報告はほとんどみられない。また、栄養教諭や学校栄養職員を対象とした小中学校における食に関する指導の実態を調査した先行研究<sup>11-13)</sup>では、家庭科と特別活動で栄養教諭や学校栄養職員の授業への参加と実践件数が多い一方、体育科(保健領域)での件数は非常に少ないことが報告されている。このように、小学校体育科における食に関する指導の報告は少なく、学習指導要領や食に関する指導の目標との関連も明らかにされていない。

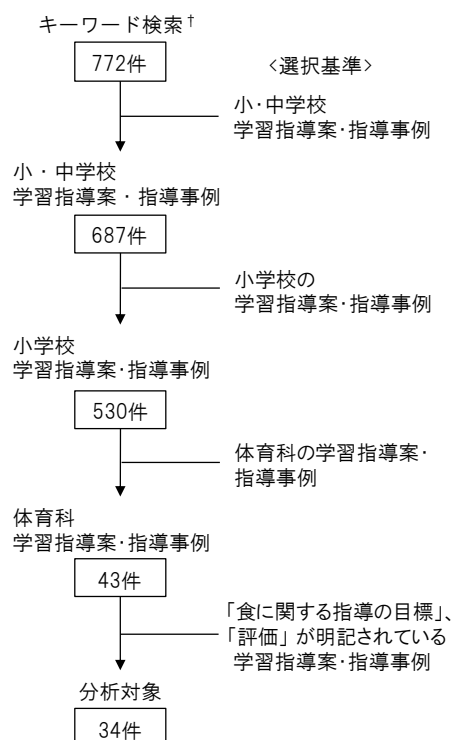
そこで本章では、現行の学習指導要領<sup>7)</sup>に基づいて作成された小学校体育科(保健領域)の学習指導案・指導事例について、学習指導要領の内容項目および食に関する指導の目標への該当状況を調べ、2020年から全面実施となる新学習指導要領<sup>14)</sup>において、食育をより強く意識した小学校体育科の指導計画作成に向けた検討を行うことを目的に研究を遂行した。

### 第2節 方法

#### (1) 学習指導案・指導事例の選択

第Ⅰ章に準じて、全国の公的機関からインターネット上に公開されている学習指導案・指導事例の収集を行った。そのうえで、データベースから選択基準に合致する学習指導案・指導事例を選択して分析に用いた。具体的には、図Ⅱ-1に示したとおり、772件からなるデータベースから小学校体育科の学習指導案・指導事例43件を選択した後、「食に関する指導の目標」および「評価」の記載がない9件を除外して、34件を分析対象とした。





図Ⅱ－１ 小学校体育科の学習指導案・指導事例の選択過程

† 検索エンジン：Google

検索式：指導案 and 食育 and （都道府県名）

検索時期：2015年8～9月、2016年3月、11月、2017年7月

企業のサイトおよび学習指導案・指導事例の作成、指導実施

時期が2008年以前の場合は収集対象から除外した。

## (2) 学習指導案・指導事例の分類・整理

①対象学年、②題材名、③食に関する指導の目標、④授業実施者、⑤評価規準、および⑥現行学習指導要領と新学習指導要領の内容項目への準拠について整理した。②題材名については、学習指導案・指導事例に記載されている題材名を原文のまま抜粋した。③食に関する指導の目標は、『食に関する指導の手引』<sup>15)</sup>の6つの目標（食事の重要性、心身の健康、食品を選択する能力、感謝の心、社会性、食文化）が項目として明示されている場合はその記載に基づき、明示のない場合は記載内容を『食に関する指導の手引』の例示と照合して、該当状況を示した。④授業実施者は、それぞれ学習指導案・指導事例に記載されている学級担任、栄養教諭、養護教諭等の教諭職種を抜粋した。実施者の記載がないものは「記載なし」とした。⑤評価規準は記載されていた原文のまま抜粋した。⑥学習指導要領の内容項目への準拠に関しては、⑤の評価基準が現行学習指導要領<sup>7)</sup>および新学習指導要領<sup>14)</sup>に示される内容項目のどの部分に準拠しているかを調べた。現行学習指導要領<sup>7)</sup>に示される内容項目

が明示されている場合には、その内容項目に準じ、明示されていない場合には学習指導要領の内容と比較して推定した。なお、評価規準の内容だけで準拠している内容項目の推定が難しい場合には、もとの学習指導案・指導事例の目標および指導過程の内容と小学校学習指導要領解説 体育編（2008、2017）<sup>16, 17)</sup> の内容との比較を含めて、総合的に判断した。現行学習指導要領および新学習指導要領に示されている食育に関連する内容項目を表Ⅱ－1 に示した。

表Ⅱ－1 小学校学習指導要領（体育編）における食育に関連する内容項目

| 学年   | 現行学習指導要領（2008年3月告示）   | 新学習指導要領（2017年3月告示）  |
|------|---|---|
| 第3学年 | 1. 毎日の生活と健康<br>(1) 健康の大切さを認識するとともに、健康によい生活について理解できるようにする。<br>ア 健康な生活とわたし<br>心や体の調子がよいなどの健康の状態は、主体の要因や周囲の環境の要因がかかわっていること。<br>イ 1日の生活の仕方<br>毎日を健康に過ごすには、食事、運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活を続けること、また、体の清潔を保つことなどが必要であること。   | 1. 健康な生活<br>(1) 健康な生活について、課題を見付け、その解決を目指した活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。<br>ア 知識<br>(7) 健康な生活<br>心や体の調子がよいなどの健康の状態は、主体の要因や周囲の環境の要因が関わっていること。<br>(4) 1日の生活の仕方<br>毎日を健康に過ごすには、運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活を続けること、また、体の清潔を保つことなどが必要であること。<br>イ 思考力、判断力、表現力等<br>健康な生活について課題を見付け、その解決に向けて考え、それを表現すること。  |
| 第4学年 | 2. 育ちゆく体とわたし<br>(2) 体の発育・発達について理解できるようにする。<br>ウ 体をよりよく発育・発達させるための生活<br>体をよりよく発育・発達させるには、調和のとれた食事、適切な運動、休養及び睡眠が必要であること。  | 2. 体の発育・発達<br>(2) 体の発育・発達について、課題を見付け、その解決を目指した活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。<br>ア 知識<br>(9) 体をよりよく発育・発達させるための生活<br>体をよりよく発育・発達させるには、適切な運動、食事、休養及び睡眠が必要であること。<br>イ 思考力、判断力、表現力等<br>体がよりよく発育・発達するために、課題を見付け、その解決に向けて考え、それを表現すること。   |
| 第5学年 | 1. 心の健康      （省略）<br>2. けがの予防      （省略）   | 1. 心の健康      （省略）<br>2. けがの予防      （省略）   |
| 第6学年 | 3. 病気の予防<br>(3) 病気の予防について理解できるようにする。<br>ア 病気の起こり方<br>病気は、病原体、体の抵抗力、生活行動、環境がかかり合って起こること。<br>イ 病原体がもとになって起こる病気の予防<br>病原体が主な要因となって起こる病気の予防には、病原体が体に入るのを防ぐことや病原体に対する体の抵抗力を高めることが必要であること。<br>ウ 生活行動がかかわって起こる病気の予防<br>生活習慣病など生活行動が主な要因となって起こる病気の予防には、栄養の偏りのない食事とること、口腔の衛生を保つことなど、望ましい生活習慣を身に付ける必要があること。 | 3. 病気の予防<br>(3) 病気の予防について、課題を見付け、その解決を目指した活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。<br>ア 知識<br>(7) 病気の起こり方<br>病気は、病原体、体の抵抗力、生活行動、環境が関わりあって起こること。<br>(4) 病原体が主な要因となって起こる病気の予防<br>病原体が主な要因となって起こる病気の予防には、病原体が体に入るのを防ぐことや病原体に対する体の抵抗力を高めることが必要であること。<br>(9) 生活行動が主な要因となって起こる病気の予防<br>生活習慣病など生活行動が主な要因となって起こる病気の予防には、適切な運動、栄養の偏りのない食事とること、口腔の衛生を保つことなど、望ましい生活習慣を身に付ける必要があること。<br>イ 思考力、判断力、表現力等<br>病気を予防するために、課題を見付け、その解決に向けて思考し判断するとともに、それらを表現すること。 |

### 第3節 結果

分析対象とした学習指導案・指導事例の分類結果を表Ⅱ-2に、概要を表Ⅱ-3、4、5に示した。実施学年は第3学年6件、第4学年13件、第6学年15件で、公開元の都道府県は13府県であった。「食に関する指導の目標」への該当状況は、食の重要性9件、心身の健康31件、食品を選択する能力6件（重複有り）であり、感謝の心、社会性、食文化に該当する事例はみられなかった。授業実施者は、「学級担任と栄養教諭（学校栄養職員を含む）」12件、「学級担任と養護教諭」7件、「学級担任と養護教諭、栄養教諭」2件、「学級担任」「養護教諭」が各1件、「記載なし」11件であった。

「評価規準」において、習得する知識や技術として特筆すべき内容は、第3学年では健康によい一日の過ごし方を考える要素として、運動、食事、休養および睡眠があることを指導するという事例が多かった。第4学年では、運動、食事、休養および睡眠のそれぞれを具体的にどのようにするとよいか、食事では食べ物の働きやバランスよく食べることを意味を理解することに主眼をおいた事例が多くみられた。第6学年では、「病気の予防」の題材・単元名で、特に生活習慣病に着目した内容で構成されており、それらは2つに大別できた。朝食や3食の食事に着目した事例と、糖分や食塩、油脂・脂質に焦点を当てて間食のとり方についての理解を図る事例であった。

また、各学習指導案・指導事例が準拠する現行学習指導要領の内容項目は、「1. (1) ア 健康な生活とわたし」3件、「1. (1) イ 1日の生活の仕方」10件、「2. (2) ウ 体をよりよく発達・発育させるための生活」20件、「3. (3) ウ 生活行動がかかわって起こる病気の予防」26件であった。新学習指導要領において該当する内容項目についても推定したところ、「1. (1) ア 知識 (ア) 健康な生活」1件、「1. (1) イ 思考力、判断力、表現力等」7件、「2. (2) ア 知識 (ウ) 体をよりよく発達・発育させるための生活」14件、「2. (2) イ 思考力、判断力、表現力等」6件、「3. (3) ア 知識 (ア) 病気の起こり方」1件、「3. (3) ア 知識 (ウ) 生活行動が主な要因となって起こる病気の予防」12件、「3. (3) イ 思考力、判断力、表現力等」13件であった。

表Ⅱ－2 収集した学習指導案・指導事例の分類

| 項目名                                    |  | 件数 |
|--|--|----|
| 学年(34)                                 | 第3学年                                     | 6  |
|  | 第4学年                                     | 13 |
|  | 第6学年                                     | 15 |
|  |  |    |
| 食に関する指導の<br>目標(46)                     | 食事の重要性                                   | 9  |
|  | 心身の健康                                    | 31 |
|  | 食品を選択する能力                                | 6  |
|  | 感謝の心                                     | 0  |
|  | 社会性                                      | 0  |
|  | 食文化                                      | 0  |
|  |  |    |
| 授業実施者(34)                              | 学級担任と栄養教諭(学校栄養職員含む)                      | 12 |
|  | 学級担任と養護教諭                                | 7  |
|  | 学級担任と養護教諭、栄養教諭                           | 2  |
|  | 学級担任                                     | 1  |
|  | 養護教諭                                     | 1  |
|  | 記載なし                                     | 11 |
|  |  |    |
| 準拠する現行学習<br>指導要領の内容<br>項目(59)          | 1.(1) ア 健康な生活とわたし                        | 3  |
|  | 1.(1) イ 1日の生活の仕方                         | 10 |
|  | 2.(2) ウ 体をよりよく発達・発育させるための生活              | 20 |
|  | 3.(3) ウ 生活行動がかかわって起こる病気の予防               | 26 |
|  |  |    |
| 準拠すると推定<br>される新学習<br>指導要領の内容<br>項目(59) | 1.(1) ア 知識 (ア) 健康な生活                     | 1  |
|  | 1.(1) ア 知識 (イ) 1日の生活の仕方                  | 5  |
|  | 1.(1) イ 思考力、判断力、表現力等                     | 7  |
|  | 2.(2) ア 知識 (ウ) 体をよりよく発育・発達させる<br>ための生活   | 14 |
|  | 2.(2) イ 思考力、判断力、表現力等                     | 6  |
|  | 3.(3) ア 知識 (ア) 病気の起こり方                   | 1  |
|  | 3.(3) ア 知識 (ウ) 生活行動が主な要因となって<br>起こる病気の予防 | 12 |
|  | 3.(3) イ 思考力、判断力、表現力等                     | 13 |

( )内は該当する学習指導案・指導事例の合計件数

なお、重複する場合は学習指導案・指導事例ごとに件数を計上した。

表Ⅱ－３ 第３学年の学習指導案・指導事例の概要

| 指導案<br>No. | 題材・単元名         | 食に関する指導<br>の目標 <sup>†</sup> |   |   |   |   | 授業<br>実施者 <sup>‡</sup> | 評価規準*   | 現行学習<br>指導要領<br>の内容項目         | 新学習指導要領の内容項目   |
|------------|----------------|-----------------------------|---|---|---|---|------------------------|---|-------------------------------|--|
|            |                | 食                           | 心 | 選 | 感 | 社 |                        |   |                               |  |
| 1          | 毎日の生活<br>と健康   | ●                           |   |   |   |   | 学、養                    | ・健康に過ごすためのバランスのよい朝ごはんについて考えようとしている。<br>・黒板の掲示の色分けに着目させ、自分の朝ごはんに足りない食品を考えさせる。<br>・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取り方を理解し、自ら管理していく能力を身につける。 | 1.(1) イ<br>1.(1) イ<br>1.(1) イ | 1.(1) イ 思考力、判断力、表現力等<br>1.(1) イ 思考力、判断力、表現力等<br>1.(1) イ 思考力、判断力、表現力等       |
| 2          | 毎日の生活<br>と健康   | ●                           |   |   |   |   | -                      | ・健康に関心を示し、健康についてのイメージをもとうとしている。<br>・健康に過ごすためには、朝ごはんを食べることが必要であることを理解している。<br>・朝ごはんを食べるためには、睡眠や運動も必要であることを理解している。                      | 1.(1) ア<br>1.(1) イ<br>1.(1) イ | 1.(1) ア 知識 (ア) 健康な生活<br>1.(1) ア 知識 (イ) 1日の生活の仕方<br>1.(1) ア 知識 (イ) 1日の生活の仕方 |
| 3          | 毎日の生活<br>と健康   | ●                           | ● |   |   |   | 学                      | ・毎日を健康に過ごすには、食事・運動・休養および睡眠について気を付けることが大切であることが理解できたか。   | 1.(1) イ                       | 1.(1) ア 知識 (イ) 1日の生活の仕方  |
| 4          | 毎日の生活<br>とけんこう | ●                           |   |   |   |   | -                      | ・健康によい生活の仕方について自分の考えをまとめて発表できたか。<br>・自分の生活を振り返り、健康によい1日の生活の仕方を実践する意欲を持つことができたか。   | 1.(1) ア<br>1.(1) ア            | 1.(1) イ 思考力、判断力、表現力等<br>1.(1) イ 思考力、判断力、表現力等                               |
| 5          | 毎日の生活<br>とけんこう | ●                           | ● |   |   |   | 学、養                    | ・体を清潔する理由や下着やハンカチを変えることの意味を理解できる。<br>・体を清潔に保つために自分でできることに気づき、めあてを立てている。   | 1.(1) イ<br>1.(1) イ            | 1.(1) ア 知識 (イ) 1日の生活の仕方<br>1.(1) イ 思考力、判断力、表現力等                            |
| 6          | けんこうな<br>生活    | ●                           |   |   |   |   | 学、養<br>栄               | ・からだをよりよく発達させるためには、調和のとれた食事、適切な運動、休養・睡眠などが必要であることを理解している。<br>・自分の生活を振り返り、望ましい発育・発達のためには、今後どのような生活を送ったらよいのかを考えることができる。                 | 1.(1) イ<br>1.(1) イ            | 1.(1) ア 知識 (イ) 1日の生活の仕方<br>1.(1) イ 思考力、判断力、表現力等                            |

<sup>†</sup>:それぞれの項目は以下の略称

「食」:食事の重要性、「心」:心身の健康、「選」:食品を選択する能力、「感」:感謝の心、「社」:社会性、「文」:食文化

<sup>‡</sup>:「学」は学級担任、「養」は養護教諭、「栄」は栄養教諭(学校栄養職員)、「-」は記載なしを表わす。

複数の文字が記載されているものは、記載教諭によるT.T.を意味する。

\*:対象の学習指導案・指導事例より抜粋

表Ⅱ－４ 第４学年の学習指導案・指導事例の概要

| 指導案<br>No. | 題材・単元名                        | 食に関する指導<br>の目標 <sup>†</sup> |   |   |   |   | 授業<br>実施者 <sup>‡</sup> | 評価規準*   | 現行学習<br>指導要領<br>の内容項目         | 新学習指導要領の内容項目   |
|------------|-------------------------------|-----------------------------|---|---|---|---|------------------------|---|-------------------------------|--|
|            |                               | 食                           | 心 | 選 | 感 | 社 | 文                      |   |                               |  |
| 7          | 育ちゆく<br>わたし                   | ●                           |   |   |   |   | 学、栄                    | ・からだをよりよく発達させるためには、調和のとれた食事、適切な運動、休養・睡眠が必要であることを理解している。<br>・自分の生活を振り返り、望ましい発達・発達のためには、今後どのような生活を送ったらよいのかを考えることができる。 | 2.(2) ウ                       | 2.(2) ア 知識 (ウ) 体をよりよく発達・発達させるための生活   |
| 8          | 育ちゆく体<br>とわたし                 | ●                           |   |   |   |   | —                      | ・体をよりよく発達・発達させるためのめあてを自分の生活の実態に合わせて具体的に書くことができる。  | 2.(2) ウ                       | 2.(2) イ 思考力、判断力、表現力等   |
| 9          | 育ちゆく体<br>とわたし                 | ●                           |   |   |   |   | 学、栄                    | ・心身の健全な発達のためには、調和のとれた生活を送ることが必要であると理解している。<br>・体をよりよく発達発達させるための自分の課題を見つけることができる。                                    | 2.(2) ウ                       | 2.(2) ア 知識 (ウ) 体をよりよく発達・発達させるための生活<br>2.(2) イ 思考力、判断力、表現力等   |
| 10         | 育ちゆく体<br>とわたし                 | ●                           |   |   |   |   | —                      | ・自分の生活を振り返り、健康のためにはバランスのよい食事が大切であることがわかったか。   | 2.(2) ウ                       | 2.(2) ア 知識 (ウ) 体をよりよく発達・発達させるための生活   |
| 11         | 育ちゆく体<br>とわたし                 | ●                           |   |   |   |   | 学、栄                    | ・食事・運動・休養睡眠の大切さを理解している。   | 2.(2) ウ                       | 2.(2) ア 知識 (ウ) 体をよりよく発達・発達させるための生活   |
| 12         | 育ちゆく体<br>とわたし                 | ●                           |   |   |   |   | 学、養                    | ・健康の保持増進には、栄養バランスがとれた食事とともに、適切な運動、休養及び睡眠が必要であること。   | 2.(2) ウ                       | 2.(2) ア 知識 (ウ) 体をよりよく発達・発達させるための生活   |
| 13         | 育ちゆく<br>からだ<br>わたし            | ●                           |   |   |   |   | 学、養                    | ・体の発達・発達について、課題の解決に向けての話し合いや発表などの学習活動に進んで取り組もうとしている。<br>・体がよりよく育つためには、調和のとれた食事、適度な運動、休養・睡眠が必要であることがわかる。             | 2.(2) ウ                       | 2.(2) ア 知識 (ウ) 体をよりよく発達・発達させるための生活   |
| 14         | 育ちゆく体<br>とわたし                 | ●                           | ● |   |   |   | —                      | ・食品のはたらきについてわかる。<br>・食品をバランスよくとることのよさがわかる。  | 2.(2) ウ                       | 2.(2) ア 知識 (ウ) 体をよりよく発達・発達させるための生活   |
| 15         | 育ちゆく体<br>とわたし                 | ●                           | ● | ● |   |   | —                      | ・多くの食品をバランスよく食べる必要性が理解できたか。<br>・学習したことを自分の生活に生かそうとしているか。  | 2.(2) ウ                       | 2.(2) ア 知識 (ウ) 体をよりよく発達・発達させるための生活<br>2.(2) イ 思考力、判断力、表現力等   |
| 16         | 育ちゆく体<br>とわたし                 | ●                           |   |   |   |   | 学、栄                    | ・食べ物3つの仲間に分けられ、それぞれ働きがあることを知る。<br>・何でも食べることの大切さについて理解している。<br>・好き嫌いせず、何でも食べようとする意欲を持つことができる。                        | 2.(2) ウ<br>2.(2) ウ<br>2.(2) ウ | 2.(2) ア 知識 (ウ) 体をよりよく発達・発達させるための生活<br>2.(2) ア 知識 (ウ) 体をよりよく発達・発達させるための生活<br>2.(2) ア 知識 (ウ) 体をよりよく発達・発達させるための生活 |
| 17         | よりよく<br>育つための<br>生活           | ●                           | ● |   |   |   | —                      | ・からだをよりよく発達・発達させるためには、調和のとれた食事が必要であることが分かる。   | 2.(2) ウ                       | 2.(2) ア 知識 (ウ) 体をよりよく発達・発達させるための生活   |
| 18         | よりよく<br>成長する<br>ための生活<br>を送ろう | ●                           |   |   |   |   | —                      | ・自分を振り返り、明日から取り組めること(食事、運動、休養・睡眠について)を考えることができたか。   | 2.(2) ウ                       | 2.(2) イ 思考力、判断力、表現力等   |
| 19         | すくすく<br>育つわたし<br>の体           | ●                           |   |   |   |   | 学、栄                    | ・カルシウムの大切さが分かり、多く含む食品を進んでとろうとしている。  | 2.(2) ウ                       | 2.(2) イ 思考力、判断力、表現力等   |

<sup>†</sup>:それぞれの項目は以下の略称

「食」:食事の重要性、「心」:心身の健康、「選」:食品を選択する能力、「感」:感謝の心、「社」:社会性、「文」:食文化

<sup>‡</sup>:「学」は学級担任、「養」は養護教諭、「栄」は栄養教諭(学校栄養職員)、「—」は記載なしを表わす。

複数の文字が記載されているものは、記載教諭によるT.T.を意味する。

\*:対象の学習指導案・指導事例より抜粋

表Ⅱ－5 第6学年の学習指導案・指導事例の概要

| 指導案<br>No. | 題材・単元名    | 食に関する指導<br>の目標 |   |   |   |   | 授業<br>実施者 <sup>†</sup> | 評価規準*  | 現行学習<br>指導要領<br>の内容項目         | 新学習指導要領の内容項目   |
|------------|-----------|----------------|---|---|---|---|------------------------|--|-------------------------------|--|
|            |           | 食              | 心 | 選 | 感 | 社 |                        |  |                               |  |
| 20         | 病気の予防     | ●              |   |   |   |   | 学、栄                    | ・病気の起こり方や予防について原因を考え、自分の生活を見直そうとしている。<br>・病気の予防について、どんなことに気を付けたらよいか考えることができる。<br>・病気の予防や原因を理解している。   | 3.(3) ウ<br>3.(3) ウ<br>3.(3) ウ | 3.(3) イ 思考力、判断力、表現力等<br>3.(3) イ 思考力、判断力、表現力等<br>3.(3) ア 知識 (ア) 病気の起こり方               |
| 21         | 病気の予防     | ●              |   |   |   |   | 学、栄                    | ・生活習慣が病気と深いかわりをもつことが理解できる。<br>・食生活の中で脂肪や塩分のとりすぎが生活習慣に関与していることがわかり、過剰にならないようにしようとする意識を持つことができる。   | 3.(3) ウ<br>3.(3) ウ            | 3.(3) ア 知識 (ウ) 生活行動が主な要因となつて起こる病気の予防<br>3.(3) ア 知識 (ウ) 生活行動が主な要因となつて起こる病気の予防         |
| 22         | 病気の予防     | ●              |   |   |   |   | 学、養                    | ・生活習慣が関わって起こる病気には、心臓や脳の血管が硬くなったり詰まったりする病気があり、その予防には、偏った食事や間食を避けたりするなど、健康によい生活習慣を身に付けることが必要であることを言ったり書き出したりしている。<br>・生活行動が関わって起こる病気の予防について、資料や実験を基に、その方法を選ぶことができるようにする。 | 3.(3) ウ<br>3.(3) ウ            | 3.(3) イ 思考力、判断力、表現力等<br>3.(3) ア 知識 (ウ) 生活行動が主な要因となつて起こる病気の予防                         |
| 23         | 病気の予防     | ●              |   |   |   |   | 学、養                    | ・生活習慣病を予防するために、どのように生活を改善すればよいのか、具体的に考え、ワークシートに記入することができる。   | 3.(3) ウ                       | 3.(3) イ 思考力、判断力、表現力等   |
| 24         | 病気の予防     | ●              |   |   |   |   | 養                      | ・朝ご飯の大切さを再認識し、栄養バランスのとれた朝ご飯の取り方と、生活習慣病とのつながりを理解し、根拠をもとに説明することができる。   | 3.(3) ウ                       | 3.(3) ア 知識 (ウ) 生活行動が主な要因となつて起こる病気の予防   |
| 25         | 病気の予防     | ●              |   |   |   |   | 学、養                    | ・生活習慣病予防のために、自分の食生活を振り返り、課題を見つけ、望ましい食生活の仕方を考えることができる。  | 3.(3) ウ                       | 3.(3) イ 思考力、判断力、表現力等   |
| 26         | 病気の予防     | ●              |   |   |   |   | 学、栄                    | ・生活習慣病の予防には、栄養の偏りのない食事をするなど、健康によい生活を続けることが大切であると分かる。<br>・自分の食事について振り返り、より良くなっていくために目標を立てることができる。   | 3.(3) ウ<br>3.(3) ウ            | 3.(3) ア 知識 (ウ) 生活行動が主な要因となつて起こる病気の予防<br>3.(3) イ 思考力、判断力、表現力等                         |
| 27         | 病気の予防     | ●              |   |   |   |   | 学、栄                    | ・生活習慣病など生活行動が主な要因となつて起こる病気の予防には、糖分、脂分、塩分などをとりすぎる偏った食事や、間食を避けるなど、望ましい生活習慣を身に付ける必要があることを記入している。  | 3.(3) ウ                       | 3.(3) イ 思考力、判断力、表現力等   |
| 28         | 病気の予防     | ●              |   |   |   |   | 一                      | ・油脂のとりすぎは体によくないことがわかったか。<br>・おやつの正しい取り方がわかったか。   | 3.(3) ウ<br>3.(3) ウ            | 3.(3) ア 知識 (ウ) 生活行動が主な要因となつて起こる病気の予防<br>3.(3) ア 知識 (ウ) 生活行動が主な要因となつて起こる病気の予防         |
| 29         | 病気の予防     | ●              | ● | ● |   |   | 学、栄                    | ・生活行動がかかわって起こる病気を予防するために望ましい食事に関心をもち、栄養の偏りのない食事について、話し合いや発表の学級活動に進んで取り組もうとしている。<br>・病気を予防するには、健康によい生活習慣を身に付けることが必要であることを書き出したり発表したりできる。                                | 3.(3) ウ<br>3.(3) ウ            | 3.(3) イ 思考力、判断力、表現力等<br>3.(3) イ 思考力、判断力、表現力等   |
| 30         | 健康な生活     | ●              | ● | ● |   |   | 学、栄                    | ・病気の起こり方や予防の方法について、学習したことを自分の生活に当てはめて、それらを説明する。<br>・病気の起こり方や予防の方法について、調べたことや考えたことを発表したり、友だちの意見を聞いたりすることができるようにする。  | 3.(3) ウ<br>3.(3) ウ            | 3.(3) イ 思考力、判断力、表現力等<br>3.(3) イ 思考力、判断力、表現力等   |
| 31         | 病気の予防     | ●              | ● | ● |   |   | 一                      | ・生活習慣病を予防するには、食事、運動、休養・睡眠に気を配り、健康な生活習慣を身に付ける必要があることが分かる。   | 3.(3) ウ                       | 3.(3) ア 知識 (ウ) 生活行動が主な要因となつて起こる病気の予防   |
| 32         | 栄養を考えた食事  | ●              |   |   |   |   | 一                      | ・脂質を適度に摂ることの大切さを理解することができたか。   | 3.(3) ウ                       | 3.(3) ア 知識 (ウ) 生活行動が主な要因となつて起こる病気の予防   |
| 33         | 生活のしかたと病気 | ●              |   |   |   |   | 学、養<br>栄               | ・運動不足と食生活が生活習慣病の原因であることに気づき、予防の仕方が理解できる。<br>・生活習慣病予防のために望ましい生活のしかたを考え、実践しようとする意識を持つことができる。   | 3.(3) ウ<br>3.(3) ウ            | 3.(3) ア 知識 (ウ) 生活行動が主な要因となつて起こる病気の予防<br>3.(3) ア 知識 (ウ) 生活行動が主な要因となつて起こる病気の予防         |
| 34         | 生活習慣病の予防  | ●              |   |   |   |   | 学、養                    | ・生活習慣病について関心をもち、知っていることを発表しようとしている。<br>・生活習慣病の原因となる生活習慣が、からだにどんな影響を与えているか理解することができる。<br>・自分の生活を振り返るなどの学習活動に進んで取り組もうとしている。  | 3.(3) ウ<br>3.(3) ウ<br>3.(3) ウ | 3.(3) イ 思考力、判断力、表現力等<br>3.(3) ア 知識 (ウ) 生活行動が主な要因となつて起こる病気の予防<br>3.(3) イ 思考力、判断力、表現力等 |

†:それぞれの項目は以下の略称

「食」:食事の重要性、「心」:心身の健康、「選」:食品を選択する能力、「感」:感謝の心、「社」:社会性、「文」:食文化

※:「学」は学級担任、「養」は養護教諭、「栄」は栄養教諭(学校栄養職員)、「一」は記載なしを表わす。

複数の文字が記載されているものは、記載教諭によるT.T.を意味する。

\*:対象の学習指導案・指導事例より抜粋

#### 第4節 考察

本章では、食育に関連する内容項目として現行学習指導要領<sup>7)</sup>の「体をよりよく発達・発育させるための生活」や「生活行動がかかわって起こる病気の予防」を中心とした体育科(保健領域)の学習指導案・指導事例が収集できた。これらの指導案・指導事例が準拠する内容項目は、第3学年の場合「1. (1) ア 健康な生活とわたし」3件(5%)と「1. (1) イ 1日の生活のしかた」10件(17%)、第4学年は「2. (2) ウ 体をよりよく発達・発育させるための生活」20件(34%)、第6学年は「3. (3) ウ 生活行動がかかわって起こる病気の予防」26件(44%)であった(表Ⅱ-2)。これらの事例について、食に関する指導の目標への該当状況をみると、「心身の健康」31件(67%)、「食事の重要性」9件(20%)、「食品を選択する能力」6件(13%)であった。さらに、各学年の指導内容と食に関する指導の目標への該当状況を調べると、第3学年の「毎日の生活と健康」および第6学年の「病気の予防」の学習指導案・指導事例は、すべて「心身の健康」が目標とされていた。第4学年でも「心身の健康」を目標としている事例が77%で、非常に多かった。体育科(保健領域)では「感謝の心」、「社会性」、「食文化」の3目標に該当する事例は皆無であることが確認された。

「心身の健康」に該当する事例を学年単位でみると、第3学年では運動、食事、休養および睡眠が健康と生活習慣に関連する基本的な要素であることの理解を促す指導が主に行われていた(指導案No. 1~4、6)。第4学年では、運動、食事、休養および睡眠のそれぞれの内容を深める指導内容となっていた(指導案No. 7~9、11~13、18)。特に、食事に特化した学習指導案・指導事例では、家庭科で学習する食品の働きや3つの食品グループ等に踏み込んだ指導が行われていた。小島ら<sup>18)</sup>は教科等における3つの食品グループの指導実態として、第3学年以降に学級活動と家庭科以外の教科で15~20%程度の指導が行われていることを報告しているが、本研究で収集した第4学年の学習指導案・指導事例からもその状況が確認された。第6学年では、特に生活習慣病に着目して、病気に関する知識とともに運動、食事、休養および睡眠との関連を指導する内容や、糖分と食塩、脂質に着目して日常の食事や間食を見直す内容が多かった(指導案No. 20~24、26~32)。これらは、『食に関する指導の手引』<sup>19)</sup>に「心身の健康」の指導において習得が期待される知識として掲げられている「心身の成長や健康の保持増進には、朝食を含む1日3度の栄養バランスのよい食事摂取、適切な運動、休養及び睡眠が必要であること」に該当するものである。

体育科の目標として、新学習指導要領<sup>14)</sup>では体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を見付け、その解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって



心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力を育成することが掲げられている。具体的な内容項目は表Ⅱ－1の通りであり、食育に関わる内容として「健康な生活」「体の発育・発達」「病気の予防」が挙げられている。

また、新学習指導要領では、育てたい資質・能力として思考力、判断力、表現力が掲げられ、各教科においても独立した内容項目として設定されている<sup>20)</sup>。体育科（保健領域）では、当該項目の指導として健康に関わる事象等から自己の課題を見付け、習得した知識及び技能を活用し、解決方法を考えるとともに、さまざまな解決方法のなかからよりよい解決に向けて判断することができるような資質・能力の育成を目指すことが重要とされている<sup>21)</sup>。分析対象とした学習指導案・指導事例の新学習指導要領の内容項目への準拠を推定したところ、思考力、判断力、表現力を表わす項目「イ」に分類される事例は26件（44%）であった。また、学習を通して日常の生活における課題を発見したり、課題解決の方法を考えたりする活動は複数の事例で取り組まれていた（指導案No. 9、20、22、23、25、29）。

以上のように、現行の学習指導要領に基づき作成された学習指導案・指導事例をもとに、題材名や学習指導要領の内容項目と食に関する指導の目標との関連を検討した結果から、体育科（保健領域）では「心身の健康」を主とした食に関する指導の展開が確認された。授業実施者として、栄養教諭（学校栄養職員）の参画だけではなく、養護教諭を含めたティームティーチングも複数みられ、それぞれの専門性を生かした指導がなされていることが伺える。今後は学習指導要領の改訂に留意して、単なる知識の習得だけでなく、自己管理能力の育成等につながるような指導計画を作成していく必要がある。その際、食に関する指導の目標を明確にした学習指導案を作成することは、学校全体での系統的な食育の指導計画やカリキュラム・マネジメントを検討する上でも役立つと考えられる。

## 第5節 参考文献

- 1) 金田芙美, 菅野幸子, 佐野文美, 西田美佐, 吉池信男, 山本 茂: 我が国の子どもにおける「やせ」の現状, 栄養学雑誌, 62 (6), 347-360 (2004)
- 2) 岸田典子, 小田光子: 学童の健康状況・生活習慣と生活習慣病予備軍のスクリーニング方法に関する研究, 県立広島大学人間文化学部紀要, 1, 31-45 (2006)
- 3) 日高宏哉: 小児生活習慣病の概要, 生物試料分析, 34 (5), 296-301 (2011)
- 4) 赤松利恵: 学童期における子どもの食の課題と対策, 保健医療科学, 66 (6), 574-581 (2017)
- 5) 内閣府: 食育基本法, [http://www.maff.go.jp/j/syokuiku/pdf/kihonho\\_28.pdf](http://www.maff.go.jp/j/syokuiku/pdf/kihonho_28.pdf) (2020年1月3日)
- 6) 文部科学: 栄養教諭制度の創設に係る学校教育法等の一部を改正する法律等の施行について (通知), [http://www.mext.go.jp/a\\_menu/shotou/eiyoubu/04111101/008.htm](http://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/eiyoubu/04111101/008.htm) (2020年1月3日)
- 7) 文部科学省: 小学校学習指導要領, pp. 92-101, 東京書籍株式会社, 東京 (2008)
- 8) 岸田恵津, 永田智子: 小学校における清涼飲料水の摂取に関する授業実践の効果, 日本家政学会誌, 60 (10), 887-897 (2009)
- 9) 飯田真希, 横山真智子, 夫山佳代子: 子どもの五感を生かした食教育の実践: ミニマムエッセンシャル料理に視点をあてた授業開発, 岐阜大学教育学部研究報告 教育実践研究, 13, 99-107 (2011)
- 10) 磯部由香, 中村由紀子, 平島 円, 吉本敏子: 小学生を対象とした調理技術の向上に着目した食教育の実践, 三重大学教育学部附属教育実践総合センター紀要, 33, 39-44 (2013)
- 11) 鈴木洋子: 小学校における家庭科担当教員と栄養職員(教諭)の連携による食育の実態と課題, 日本教科教育学会誌, 30 (2), 9-15 (2007)
- 12) 小林陽子, 岸田佳那子: 栄養教諭の職務に関する実態調査—家庭科教諭と栄養教諭の連携に関する一考察 (その 1), 群馬大学教育学部紀要 芸術・技術・体育・生活科学編, 45, 153-163 (2010)
- 13) 氏家幸子, 平本福子: 小学校の食に関する指導におけるコーディネートの現状と課題: 宮城県の栄養教諭・学校栄養職員を事例として, 日本栄養士会雑誌, 56 (4), 279-288 (2013)
- 14) 文部科学省: 小学校学習指導要領 (平成 29 年告示), [http://www.mext.go.jp/component/a\\_menu/education/micro\\_detail/\\_\\_icsFiles/afileldfile/2018/05/07/1384661\\_4\\_3\\_2.pdf](http://www.mext.go.jp/component/a_menu/education/micro_detail/__icsFiles/afileldfile/2018/05/07/1384661_4_3_2.pdf) (2020年1月3日)

- 15) 文部科学省：食に関する指導の手引 第一次改訂版，pp. 11-13，健学社，東京（2010）
- 16) 文部科学省：小学校学習指導要領解説 体育編，pp. 56-59，78-85，東洋館出版社，東京（2008）
- 17) 文部科学省：小学校学習指導要領解説 体育編，pp. 105-111，150-160，東洋館出版社，東京（2018）
- 18) 小島 唯，赤松利恵：小学校における赤黄緑の3色食品群を用いた栄養教育の現状，栄養学雑誌，75（3），1-7（2017）
- 19) 文部科学省：食に関する指導の手引 第二次改訂版，p. 17，健学社，東京（2019）
- 20) 文部科学省：幼稚園，小学校，中学校，高等学校及び特別支援学校の学習指導要領等の改善及び必要な方策等について（答申），[http://www.mext.go.jp/b\\_menu/shingi/chukyo/chukyo0/toushin/\\_icsFiles/afieldfile/2017/01/10/1380902\\_0.pdf](http://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo/chukyo0/toushin/_icsFiles/afieldfile/2017/01/10/1380902_0.pdf)（2020年1月3日）
- 21) 高田彬成，森 良一：小学校学習指導要領 体育科の改訂のポイント，[https://www.nits.go.jp/materials/youryou/files/015\\_001.pdf](https://www.nits.go.jp/materials/youryou/files/015_001.pdf)（2020年1月3日）

### 第Ⅲ章 小学校家庭科における食生活分野の指導内容と食に関する指導の目標との関連

#### 第1節 緒言

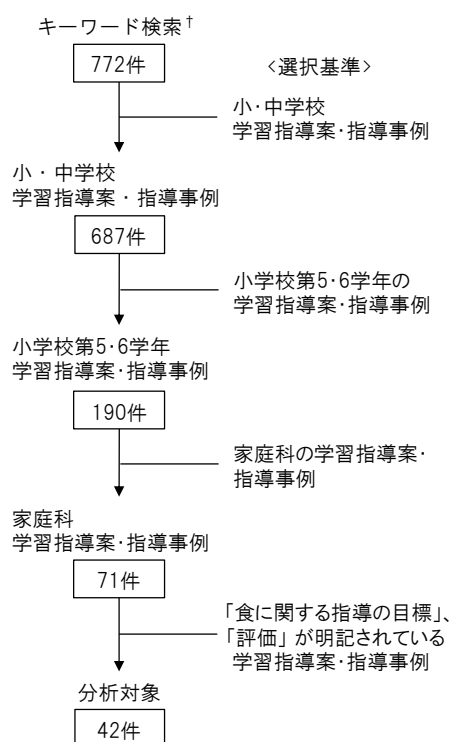
これまで、家庭科は体育科とともに学校における食育の中心となってきた教科であり、現行の小学校学習指導要領<sup>1)</sup>では、「B 日常の食事と調理の基礎」において主に食に関する指導がなされてきた。しかし、食に関する指導の実態調査報告<sup>2,3)</sup>には、その調査内容に学習指導要領との対応状況は含まれておらず、家庭科の指導事例においても、教科のねらいと食に関する指導の目標との対応が示された報告は少ないのが現状である。

そこで本章は、現行の学習指導要領に基づいて作成された小学校家庭科における食生活分野の学習指導案・指導事例について、食に関する指導の目標への該当状況を調べ、新学習指導要領において、食育をより強く意識した小学校家庭科の指導計画作成に向けた検討を行うことを目的として研究を遂行した。

#### 第2節 方法

##### (1) 学習指導案・指導事例の選択

第Ⅰ章に準じて、全国の公的機関からインターネット上に公開されている学習指導案・指導事例の収集を行った。そのうえで、データベースから選択基準に合致する学習指導案・指導事例を選択して分析に用いた。具体的には、図Ⅲ-1に示したとおり、772件からなるデータベースから小学校家庭科の学習指導案・指導事例71件を選択した後、「食に関する指導の目標」および「評価」の記載がない29件を除外して、42件を分析対象とした。



図Ⅲ－１ 小学校家庭科の学習指導案・指導事例の選択過程

† 検索エンジン：Google

検索式：指導案 and 食育 and （都道府県名）

検索時期：2015年8～9月、2016年3月、11月、2017年7月

企業のサイトおよび学習指導案・指導事例の作成、指導実施

時期が2008年以前のものは収集対象から除外した。

## (2) 学習指導案・指導事例の分類と整理

①都道府県名、②対象学年、③題材名、④食に関する指導の目標、⑤授業実施者、⑥評価規準、⑦現行学習指導要領と新学習指導要領の内容項目への準拠について整理した。③題材名から⑥評価規準までは、第Ⅱ章に準じて行った。⑦学習指導要領の内容項目への準拠については、⑥の内容が現行学習指導要領および新学習指導要領に示される内容項目のどの部分に準拠しているかを調べた。現行学習指導要領に示される内容項目が明示されている場合にはそれに準じ、明示されていない場合には、『評価規準の作成、評価方法等の工夫改善のための参考資料（小学校 家庭）』<sup>4)</sup>の「評価規準に盛り込むべき事項等」から推定した。新学習指導要領に対応した評価規準の作成、評価方法等の参考資料は未公開のため、新学習指導要領と比較して推定した。なお、評価規準の内容だけで準拠している内容項目の推定が難しい場合には、もとの学習指導案・指導事例の目標および指導過程の内容と小学校学習指導要領解説 家庭編（2008，2017）<sup>5, 6)</sup>の内容との比較を含めて、総合的に判断した。現行学習指導要領および新学習指導要領に示される食に関する内容項目を表Ⅲ－1に示した。

表Ⅲ－１ 小学校学習指導要領（家庭）における食に関連する内容項目

| 現行学習指導要領(2008年3月告示)  | 新学習指導要領(2017年3月告示)  |
|--|---|
| <p>A 家庭生活と家族</p> <p>(1) 自分の成長と家族について、次の事項を指導する。</p> <p>ア 自分の成長を自覚することを通して、家庭生活と家族の大切さに気付くこと。</p> <p>(2) 家庭生活と仕事について、次の事項を指導する。</p> <p>ア 家庭には自分や家族の生活を支える仕事があることが分かり、自分の分担する仕事ができること。</p> <p>イ 生活時間の有効な使い方を工夫し、家族に協力すること。</p> <p>(3) 家族や近隣の人々とのかかわりについて、次の事項を指導する。</p> <p>ア 家族との触れ合いや団らんを楽しむ工夫をすること。</p> <p>イ 近隣の人々とのかかわりを考え、自分の家庭生活を工夫すること。</p>  | <p>A 家族・家庭生活</p> <p>(1) 自分の成長と家族・家庭生活</p> <p>ア 自分の成長を自覚し、家庭生活と家族の大切さや家庭生活が家族の協力によって営まれていることに気付くこと。</p> <p>(2) 家庭生活と仕事</p> <p>ア 家庭には、家庭生活を支える仕事があり、互いに協力し分担する必要があることや生活時間の有効な使い方について理解すること。</p> <p>イ 家庭の仕事の計画を考え、工夫すること。</p> <p>(3) 家庭や地域の人々との関わり</p> <p>ア 次のような知識を身に付けること。</p> <p>(ア) 家族との触れ合いや団らんの大切さについて理解すること。</p> <p>(イ) 家庭生活は地域の人々との関わりで成り立っていることが分かり、地域の人々との協力が大切であることを理解すること。</p> <p>イ 家族や地域の人々とのよりよい関わりについて考え、工夫すること。</p> <p>(4) 家族・家庭生活についての課題と実践</p> <p>ア 日常生活の中から問題を見いだして課題を設定し、よりよい生活を考え、計画を立てて実践できること。</p>   |
| <p>B 日常の食事と調理の基礎</p> <p>(1) 食事の役割について、次の事項を指導する。</p> <p>ア 食事の役割を知り、日常の食事の大切さに気付くこと。</p> <p>イ 楽しく食事をするための工夫をすること。</p> <p>(2) 栄養を考えた食事について、次の事項を指導する。</p> <p>ア 体に必要な栄養素の種類と働きについて知ること。</p> <p>イ 食品の栄養的な特徴を知り、食品を組み合わせるとる必要があることが分かること。</p> <p>ウ 1食分の献立を考えること。</p> <p>(3) 調理の基礎について、次の事項を指導する。</p> <p>ア 調理に関心を持ち、必要な材料の分量や手順を考えて、調理計画を立てること。</p> <p>イ 材料の洗いや、切り方、味の付け方、盛り付け、配膳(ぜん)及び後片付けが適切にできること。</p> <p>ウ ゆでたり、いためたりして調理ができること。</p> <p>エ 米飯及びみそ汁の調理ができること。</p> <p>オ 調理に必要な用具や食器の安全で衛生的な取扱い及びこんろの安全な取扱いができること。</p> | <p>B 衣食住の生活</p> <p>(1) 食事の役割</p> <p>ア 食事の役割が分かり、日常の食事の大切さと食事の仕方について理解すること。</p> <p>イ 楽しく食べるために日常の食事の仕方を考え、工夫すること。</p> <p>(2) 調理の基礎</p> <p>ア 次のような知識及び技能を身に付けること。</p> <p>(ア) 調理に必要な材料の分量や手順が分かり、調理計画について理解すること。</p> <p>(イ) 調理に必要な用具や食器の安全で衛生的な取扱い及び加熱用調理器具の安全な取扱いについて理解し、適切に使用できること。</p> <p>(ウ) 材料に応じた洗いや、調理に適した切り方、味の付け方、盛り付け、配膳及び後片付けを理解し、適切にできること。</p> <p>(エ) 材料に適したゆで方、いため方を理解し、適切にできること。</p> <p>(オ) 伝統的な日常食である米飯及びみそ汁の調理の仕方を理解し、適切にできること。</p> <p>イ おいしく食べるために調理計画を考え、調理の仕方を工夫すること。</p> <p>(3) 栄養を考えた食事</p> <p>ア 次のような知識を身に付けること。</p> <p>(ア) 体に必要な栄養素の種類と主な働きについて理解すること。</p> <p>(イ) 食品の栄養的な特徴が分かり、料理や食品を組み合わせるとる必要があることを理解すること。</p> <p>(ウ) 献立を構成する要素が分かり、1食分の献立作成の方法について理解すること。</p> <p>イ 1食分の献立について栄養のバランスを考え、工夫すること。</p> |
| <p>C 快適な衣服と住まい(省略)</p>   |   |
| <p>D 身近な消費生活と環境</p> <p>(1) 物や金銭の使い方と買物について、次の事項を指導する。</p> <p>ア 物や金銭の大切さに気付き、計画的な使い方を考えること。</p> <p>イ 身近な物の選び方、買い方を考え、適切に購入できること。</p> <p>(2) 環境に配慮した生活の工夫について、次の事項を指導する。</p> <p>ア 自分の生活と身近な環境とのかかわりに気付き、物の使い方などを工夫できること。</p>   | <p>C 消費生活・環境</p> <p>(1) 物や金銭の使い方と買物</p> <p>ア 次のような知識及び技能を身に付けること。</p> <p>(ア) 買物の仕組みや消費者の役割が分かり、物や金銭の大切さと計画的な使い方について理解すること。</p> <p>(イ) 身近な物の選び方、買い方を理解し、購入するために必要な情報の収集・整理が適切にできること。</p> <p>イ 購入に必要な情報を活用し、身近な物の選び方、買い方を考え、工夫すること。</p> <p>(2) 環境に配慮した生活</p> <p>ア 自分の生活と身近な環境との関わりや環境に配慮した物の使い方などについて理解すること。</p> <p>イ 環境に配慮した生活について物の使い方などを考え、工夫すること。</p>   |

### 第3節 結果

各学習指導案・指導事例を分類した結果を表Ⅲ－2 に、概要を表Ⅲ－3、4、5 に示した。公開元は18府県であり、全都道府県の38%であった。その内訳は、宮城県と徳島県が各6件、埼玉県が5件、広島県が4件、三重県が3件、新潟県、石川県、静岡県、滋賀県、大阪府が各2件、山梨県、岐阜県、愛知県、福岡県、熊本県、大分県、宮崎県、沖縄県が各1件であった。実施学年は第5学年27件、第6学年15件であり、多い題材は、第5学年では「元気な毎日と食べ物」9件、「作っておいしく食べよう」5件、第6学年では「楽しい食事を工夫しよう」7件、「まかせてね 今日の食事（ごはん）」3件であった。

「食に関する指導の目標」への該当状況は、食事の重要性19件、心身の健康29件、食品を選択する能力11件、感謝の心4件、社会性4件、食文化8件（重複あり）であった。6項目への該当数からみると、1つが18件、2つが16件、3つが7件、4つが1件であった。授業実施者は、「学級担任と栄養教諭」が25件で最も多く、「学級担任」が4件、「学級担任と中学校家庭科教諭」が1件、「記載なし」が12件含まれていた。

「評価規準」において、習得する知識・技術として特筆すべき内容を学年別にみると、第5学年では3つの食品グループや五大栄養素等の食品の基本的な分類とその組み合わせに関わる知識理解やご飯の炊き方、だしのとり方等の基礎的な調理についての内容が多かった。特に、だしを扱う内容の授業には、だしの有無による味の違いや複数のだしの比較等が多く事例で取り入れられていた。第6学年ではそれらの内容を発展させ、1食分の献立として朝食や給食を取り上げて、その献立作りに必要なポイントを理解し、工夫することに主眼をおいた内容として構成されていた。また、それぞれの評価規準が準拠している学習指導要領の内容項目ごとに分類すると、現行学習指導要領では「B（2）栄養を考えた食事」が最も多く27件、次いで「B（3）調理の基礎」12件、「B（1）食事の役割」5件、「D（1）物や金銭の使い方と買物」3件、「A（3）家族や近隣の人々とのかかわり」2件であり、主に「B 日常の食事と調理の基礎」の各項目に準拠する事例が多かった。さらに、新学習指導要領の内容項目をもとに分類を試みたところ、「B（3）栄養を考えた食事」が27件と最も多くなり、次いで「B（2）調理の基礎」12件、「B（1）食事の役割」5件、「C（1）物や金銭の使い方と買物」3件となった。

表Ⅲ－2 収集した学習指導案・指導事例の分類

|                                | 項目名                | 件数 |
|--------------------------------|--------------------|----|
| 学年(42)                         | 第5学年               | 27 |
|                                | 第6学年               | 15 |
| 食に関する指導の目標(75)                 | 食事の重要性             | 19 |
|                                | 心身の健康              | 29 |
|                                | 食品を選択する能力          | 11 |
|                                | 感謝の心               | 4  |
|                                | 社会性                | 4  |
|                                | 食文化                | 8  |
| 授業実施者(42)                      | 学級担任と栄養教諭          | 25 |
|                                | 学級担任               | 4  |
|                                | 学級担任と中学校家庭科教諭      | 1  |
|                                | 記載なし               | 12 |
| 準拠する現行学習指導要領の<br>内容項目(49)      | A(3)家族や近隣の人々とのかかわり | 2  |
|                                | B(1)食事の役割          | 5  |
|                                | B(2)栄養を考えた食事       | 27 |
|                                | B(3)調理の基礎          | 12 |
|                                | D(1)物や金銭の使い方と買物    | 3  |
| 準拠すると推定される新学習<br>指導要領の内容項目(49) | A(3)家族や地域の人との関わり   | 2  |
|                                | B(1)食事の役割          | 5  |
|                                | B(2)調理の基礎          | 12 |
|                                | B(3)栄養を考えた食事       | 27 |
|                                | C(1)物や金銭の使い方と買物    | 3  |

( )内は該当する学習指導案・指導事例の合計件数。

なお、重複する場合は学習指導案・指導事例ごとに件数を計上した。



表Ⅲ－3 収集した学習指導案・指導事例の概要(指導案 No1～18)

| 指導案No | 都道府県 | 学年 | 題材名                | 食に関する指導の目標 <sup>†</sup> | 授業<br>実施者 <sup>‡</sup> | 評価規準  | 準拠する現行学習指導要領<br>の内容項目                                | 準拠すると指定される<br>新学習指導要領の内容項目                           |
|-------|------|----|--------------------|-------------------------|------------------------|---|--|--|
| 1     | 愛知県  | 5  | 元気な毎日と食べ物          | 食 ●                     | —                      | ・食べることが必要なわけや日常の食事の大切さに気づくことができたか。  | B (1)食事の役割   | B (1)食事の役割   |
| 2     | 宮城県  | 5  | 元気な毎日と食べ物          | 食 ● ●                   | 学、栄                    | ・栄養の興味をもち、食品のグループや五大栄養素について考えている。<br>・食品には栄養素が含まれており、3つの食品グループと五大栄養素の関係性を理解する。  | B (2)栄養を考えた食事<br>B (2)栄養を考えた食事                       | B (3)栄養を考えた食事<br>B (3)栄養を考えた食事                       |
| 3     | 埼玉県  | 5  | 元気な毎日と食べ物          | 食 ●                     | 学、栄                    | ・食品の栄養的な特徴を知り、食品を組み合わせてとる必要があることを理解している。  | B (2)栄養を考えた食事  | B (3)栄養を考えた食事  |
| 4     | 山梨県  | 5  | 元気な毎日と食べ物          | 食 ● ●                   | 学、栄                    | ・食事に興味を持ち、調理を組み合わせた食事をとろうとしている。<br>・食品に含まれる栄養素の体内での働きにより3つのグループに分けられることについて理解している。  | B (2)栄養を考えた食事<br>B (2)栄養を考えた食事                       | B (3)栄養を考えた食事<br>B (3)栄養を考えた食事                       |
| 5     | 静岡県  | 5  | 元気な毎日と食べ物          | 食 ●                     | —                      | ・食品を組み合わせて食べること、栄養バランスよい食事になることが理解できたか。   | B (2)栄養を考えた食事  | B (3)栄養を考えた食事  |
| 6     | 宮城県  | 5  | 元気な毎日と食べ物          | 食 ●                     | 学、栄                    | ・おいしいごはんの炊き方がわかる。   | B (3)調理の基礎   | B (2)調理の基礎   |
| 7     | 埼玉県  | 5  | 元気な毎日と食べ物          | 食 ●                     | 学、栄                    | ・体にやさしい、おいしいみそ汁を作るためのコツが分かる。  | B (3)調理の基礎   | B (2)調理の基礎   |
| 8     | 三重県  | 5  | 元気な毎日と食べ物          | 食 ● ●                   | 学                      | ・各家庭のみそ汁について交流することで、各家庭のこだわりや特徴に相違点があることに気づいているか。   | B (3)調理の基礎   | B (2)調理の基礎   |
| 9     | 大分県  | 5  | 元気な毎日と食べ物          | 食 ●                     | 学、栄                    | ・栄養的なバランスなどを考慮しながら、みそ汁の味の組み合わせを工夫している。  | B (2)栄養を考えた食事  | B (3)栄養を考えた食事  |
| 10    | 宮崎県  | 5  | 作っておいしく食べよう        | 食 ● ●                   | —                      | ・食品に関心をもち、3つの食品群に分類することができたか<br>・バランスのとれた食事のとり方が分かったか。  | B (2)栄養を考えた食事<br>B (2)栄養を考えた食事                       | B (3)栄養を考えた食事<br>B (3)栄養を考えた食事                       |
| 11    | 新潟県  | 5  | 作っておいしく食べよう        | 食 ● ●                   | 学、栄                    | ・栄養バランスを考えて、献立を組み合わせることができる。  | B (2)栄養を考えた食事  | B (3)栄養を考えた食事  |
| 12    | 広島県  | 5  | 作っておいしく食べよう        | 食 ●                     | 学                      | ・食品の栄養的な特徴や体内での主な働きを理解できたか。<br>・食生活に活かそうとしているか。   | B (2)栄養を考えた食事<br>B (2)栄養を考えた食事                       | B (3)栄養を考えた食事<br>B (3)栄養を考えた食事                       |
| 13    | 静岡県  | 5  | 作っておいしく食べよう        | 食 ● ●                   | —                      | ・家族に食べてもらいたいみそ汁の調理実習の計画を立てることができたか。   | B (3)調理の基礎   | B (2)調理の基礎   |
| 14    | 福岡県  | 5  | 作っておいしく食べよう        | 食 ● ●                   | —                      | ・おいしくだしをとるポイントをつかむことができたか。  | B (3)調理の基礎   | B (2)調理の基礎   |
| 15    | 徳島県  | 5  | おいしいみそ汁を作ろう        | 食 ● ● ●                 | 学                      | ・調理に関心をもち、必要な材料、分量、手順を考えて調理しようとしている。<br>・調理の仕方を工夫している。<br>・調理実習の進め方や注意などの基本がわかり、調理をしている。<br>・だしのとり方や、具の選び方、みその味や香りをそこなわい扱い方を理解している。 | B (3)調理の基礎<br>B (3)調理の基礎<br>B (3)調理の基礎<br>B (3)調理の基礎 | B (2)調理の基礎<br>B (2)調理の基礎<br>B (2)調理の基礎<br>B (2)調理の基礎 |
| 16    | 徳島県  | 5  | 食べて元気に!<br>ごはんのみそ汁 | 食 ●                     | 学、栄                    | ・食品の組み合わせを考えた食事のとり方について考えようとしている。   | B (2)栄養を考えた食事  | B (3)栄養を考えた食事  |
| 17    | 滋賀県  | 5  | 食べて元気に             | 食 ●                     | 学、栄                    | ・日常となっている食事に関心をもち、食事の役割を考えてよりよい朝食にしようとしている。   | B (1)食事の役割   | B (1)食事の役割   |
| 18    | 徳島県  | 5  | おいしいね 毎日の食事        | 食 ●                     | —                      | ・自分に合う栄養バランスのよい食事のしかたについて、学習したことをもとに自分なりに考え、表現することができる。   | B (2)栄養を考えた食事  | B (3)栄養を考えた食事  |

<sup>†</sup>:それぞれの項目は以下の略称  
「食」:食事の重要性、「心」:心身の健康、「選」:食品を選択する能力、「感」:感謝の心、「社」:社会性、「文」:食文化  
※:「学」は学級担任、「養」は養護教諭、「栄」は栄養教諭(学校栄養職員)、「一」は記載なしを表わす。  
横数の文字が記載されているものは、記載教諭によるT.T.を意味する。

表Ⅲ－４ 収集した学習指導案・指導事例の概要(指導案 No19～27)

| 指導案No | 都道府県 | 学年 | 題材名                            | 食に関する指導の目標 <sup>†</sup> |   |   |   | 授業者 <sup>‡</sup><br>実施者 <sup>‡</sup> | 評価規準 | 準拠する現行学習指導要領<br>の内容項目 | 準拠すると推定される<br>新学習指導要領の内容項目                           |
|-------|------|----|--------------------------------|-------------------------|---|---|---|--------------------------------------|------|-----------------------|--|
|       |      |    |                                | 食                       | 心 | 選 | 感 | 社                                    | 文    |                       |  |
| 19    | 宮城県  | 5  | 料理って楽しいね!おいしいね!                | ●                       | ● |   |   |                                      |      | 学、栄                   | B (2)栄養を考えた食事<br>B (3)栄養を考えた食事                       |
| 20    | 石川県  | 5  | 料理って楽しいね!おいしいね!                |                         | ● | ● |   |                                      |      | 学、栄                   | B (2)調理の基礎   |
| 21    | 大阪府  | 5  | 料理って楽しいね おいしいね                 | ●                       | ● |   |   | ●                                    |      | —                     | B (2)栄養を考えた食事<br>B (2)調理の基礎                          |
| 22    | 埼玉県  | 5  | はじめてみようクッキング<br>野菜をゆでておいしく食べよう |                         |   | ● |   |                                      |      | 学、栄                   | B (2)調理の基礎<br>B (2)調理の基礎                             |
| 23    | 徳島県  | 5  | はじめてみよう クッキング                  | ●                       | ● |   |   |                                      |      | 学、栄                   | B (2)調理の基礎<br>B (2)調理の基礎                             |
| 24    | 徳島県  | 5  | ゆで野菜のサラダをつくらう                  | ●                       |   |   |   |                                      |      | 学、栄                   | B (2)調理の基礎<br>B (2)調理の基礎<br>B (2)調理の基礎<br>B (2)調理の基礎 |
| 25    | 宮城県  | 5  | 見つめよう家庭生活                      | ●                       | ● |   |   |                                      |      | 学、栄                   | B (2)調理の基礎<br>B (2)調理の基礎<br>B (2)栄養を考えた食事            |
| 26    | 三重県  | 5  | 地元の野菜を知ろう                      |                         | ● | ● | ● |                                      |      | 学、栄                   | C (1)物や金銭の使い方<br>と買物<br>B (3)栄養を考えた食事                |
| 27    | 沖縄県  | 5  | バランスの良い食事                      |                         | ● | ● |   |                                      |      | 学、栄                   | B (2)栄養を考えた食事<br>B (2)栄養を考えた食事                       |

<sup>†</sup>:それぞれの項目は以下の略称

「食」:食事の重要性、「心」:心身の健康、「選」:食品を選択する能力、「感」:感謝の心、「社」:社会性、「文」:食文化

<sup>‡</sup>:「学」は学級担任、「養」は養護教諭、「栄」は栄養教諭(学校栄養職員)、「一」は記載なしを表わす。

複数の文字が記載されているものは、記載教諭による「I.T」を意味する。

表Ⅲ－5 収集した学習指導案・指導事例の概要(指導案 No28～42)

| 指導案No | 都道府県 | 学年 | 題材名                      | 食に関する指導の目標 <sup>1)</sup> |   |   | 授業者 <sup>2)</sup> | 評価標準  | 準拠する現学習指導要領の内容項目   | 準拠すると推定される新学習指導要領の内容項目   |
|-------|------|----|--------------------------|--------------------------|---|---|-------------------|---|--|--|
| 28    | 滋賀県  | 6  | くふうしよう 朝の生活              | ●                        |   |   | 学、栄               | ・朝食と生活リズムの関係を理解している。<br>・朝食の大切さに気づき、栄養のバランスのよい朝食の献立について考えたり、自分なりに工夫したりしている。                         | B (1)食事の役割<br>B (1)食事の役割、<br>(2)栄養を考ええた食事                                  | B (1)食事の役割<br>B (1)食事の役割、<br>(3)栄養を考ええた食事                                  |
| 29    | 広島県  | 6  | 朝食を考えよう                  | ●                        |   |   | —                 | ・朝食の役割について考え、朝食を作ったり食べたりするときに気をつけることを理解している。  | B (1)食事の役割   | B (1)食事の役割   |
| 30    | 宮城県  | 6  | 楽しい食事をくふうしよう             | ●                        |   |   | 学、栄               | ・体内での食べ物の主な働きにより、赤・黄・緑のグループに分ける分け方を理解することが出来る。<br>・一食分の食事が、栄養バランスのよい食事となるよう食品の組合せなどを工夫することが出来る。     | B (2)栄養を考ええた食事<br>B (2)栄養を考ええた食事   | B (3)栄養を考ええた食事<br>B (3)栄養を考ええた食事   |
| 31    | 埼玉県  | 6  | くふうしようおいしい食事             | ●                        |   |   | 学、<br>中家          | ・米飯とみそ汁を中心とした1食分の献立について考えたり、自分なりに工夫したりする。   | B (2)栄養を考ええた食事   | B (3)栄養を考ええた食事   |
| 32    | 埼玉県  | 6  | くふうしよう楽しい食事              | ●                        |   |   | 学、栄               | ・献立の立て方の基礎が分かり、栄養バランスのよい一食分のリクエスト献立を作ることが出来る。   | B (2)栄養を考ええた食事   | B (3)栄養を考ええた食事   |
| 33    | 熊本県  | 6  | 楽しい食事を工夫しよう              | ●                        |   |   | —                 | ・1食分の献立作りの手順やポイントが分かる。<br>・栄養のバランスを考え、1食分の献立を作ることが出来る。  | B (2)栄養を考ええた食事<br>B (2)栄養を考ええた食事   | B (3)栄養を考ええた食事<br>B (3)栄養を考ええた食事   |
| 34    | 石川県  | 6  | 楽しい食事を工夫しよう              | ●                        |   |   | 学、栄               | ・毎日の食事に関心をもち、食事を作るうえでいくつものポイントがあることに気づき、自ら工夫して楽しい食生活を考えようとしている。<br>・食事を作るうえでのポイントがわかる。              | B (1)食事の役割、<br>(2)栄養を考ええた食事<br>B (1)食事の役割、<br>(2)栄養を考ええた食事                 | B (1)食事の役割、<br>(3)栄養を考ええた食事<br>B (1)食事の役割、<br>(3)栄養を考ええた食事                 |
| 35    | 広島県  | 6  | 楽しい食事の工夫をしよう             |                          | ● |   | 学                 | ・家族との楽しい食事をするための工夫を考えている。   | A (3)家族や近隣の人々との<br>かかわり  | A (3)家族や地域の人との関わり  |
| 36    | 広島県  | 6  | 楽しい食事の工夫をしよう             |                          | ● |   | —                 | ・家族との楽しい食事をするための工夫を考えている。   | A (3)家族や近隣の人々との<br>かかわり  | A (3)家族や地域の人との関わり  |
| 37    | 徳島県  | 6  | まかせてね 今日のごはん             | ●                        |   |   | 学、栄               | ・毎日の食事に関心をもち、1食分の献立を立てようとしている。<br>・栄養のバランスを考え、食品の組み合わせ1食分の献立を工夫している。<br>・栄養のバランスを考え、1食分の献立の整え方が分かる。 | B (2)栄養を考ええた食事<br>B (2)栄養を考ええた食事<br>B (2)栄養を考ええた食事                         | B (3)栄養を考ええた食事<br>B (3)栄養を考ええた食事<br>B (3)栄養を考ええた食事                         |
| 38    | 宮城県  | 6  | まかせてね 今日の食事              | ●                        |   |   | 学、栄               | ・食品の栄養的な特徴や組み合わせに関心をもち、1食分に使用している食品を書き出して栄養的なバランスを調べることが出来る。  | B (2)栄養を考ええた食事<br>B (2)栄養を考ええた食事   | B (3)栄養を考ええた食事<br>B (3)栄養を考ええた食事   |
| 39    | 岐阜県  | 6  | まかせてね 今日の食事              | ●                        | ● |   | —                 | ・地元産の食材や旬の食材を活用しながら、栄養のバランスの整った献立になるよう、自分なりに工夫することが出来る。   | B (2)栄養を考ええた食事、<br>D (1)物や金銭の使い方の工夫  | B (3)栄養を考ええた食事、<br>C (1)物や金銭の使い方の工夫  |
| 40    | 新潟県  | 6  | ゆでたり いためたり<br>1食分をプロデュース | ●                        | ● |   | 学、栄               | ・献立の立て方の基礎が分かる。<br>・栄養バランスのよい1食分の献立を作ることが出来る。   | B (2)栄養を考ええた食事<br>B (2)栄養を考ええた食事   | B (3)栄養を考ええた食事<br>B (3)栄養を考ええた食事   |
| 41    | 三重県  | 6  | みえ地物一番給食の日を<br>知ろう       |                          |   | ● | 学、栄               | ・三重県の地物を知るとともに、地場産物のよさについて考えることができたか。<br>・学校給食で「みえ地物一番給食の日」を作っていることのねらいを考えることができたか。                 | B (2)栄養を考ええた食事、<br>D (1)物や金銭の使い方の工夫<br>B (2)栄養を考ええた食事、<br>D (1)物や金銭の使い方の工夫 | B (3)栄養を考ええた食事、<br>C (1)物や金銭の使い方の工夫<br>B (3)栄養を考ええた食事、<br>C (1)物や金銭の使い方の工夫 |
| 42    | 大阪府  | 6  | これからの生活にむけて              | ●                        | ● |   | —                 | ・栄養バランスがとれるよう、食品を組み合わせて食べることの良さを理解する。   | B (2)栄養を考ええた食事   | B (3)栄養を考ええた食事   |

<sup>1)</sup> それぞれの項目は以下の略称  
「食」：食事の重要性、「心」：心身の健康、「選」：食品を選択する能力、「感」：感謝の心、「社」：社会性、「文」：食文化  
※「学」は学習担当、「栄」は栄養教師、「中家」は栄養教師(学校栄養職員)、「中家」は中学校家庭科教師、「一」は記載なしを表わす。  
複数の文字が記載されているものは、記載教師による「1」を意味する。

#### 第4節 考察

新学習指導要領<sup>7)</sup>では、家庭科の目標として、生活の営みに係る見方・考え方を働かせ、衣食住等に関する実践的・体験的な活動を通して、生活をよりよくしようとする工夫する資質・能力の育成を目指すことが掲げられている。そして、内容構成が表Ⅲ-1のように「A 家族・家庭生活」、「B 衣食住の生活」、「C 消費生活・環境」の3つの内容項目となり、「B 衣食住の生活」において、食育の一層の推進やグローバル化への対応などの社会の変化に対応した内容の改善が図られた<sup>8)</sup>。食育の一層の推進のためには、家庭科の学習において学習指導要領の内容項目だけではなく、『食に関する指導の手引』<sup>9)</sup>の6つの食に関する指導の目標（食事の重要性、心身の健康、食品を選択する能力、感謝の心、社会性、食文化）を明確に位置付けて指導を行うことが必要であると考えられる。

本研究で調べた家庭科の学習指導案・指導事例では、現行の学習指導要領の「B 日常の食事と調理の基礎」のいずれかの内容項目に準拠した事例が44件（90%）あり、なかでも「(2) 栄養を考えた食事」が27件（55%）と最も多かった（表Ⅲ-2）。これらの「食に関する指導の目標」への該当状況は、「心身の健康」が29件（39%）、「食事の重要性」が19件（25%）であった（表Ⅲ-2）。特に「心身の健康」に該当する事例は、「B (2) 栄養を考えた食事」に準拠するものが多く、3つの食品グループや五大栄養素の関連等を中心に、各食品や栄養素と主食・主菜・副菜の関係についても説明されていた（指導案 No. 2～5、11、19、30、37、38、40）。現行の学習指導要領<sup>1)</sup>では、「B (2) 栄養を考えた食事」を指導する際、五大栄養素と食品の体の中での働き（3つの食品グループ）を中心に扱うこととされている。学習指導要領解説 家庭編<sup>5)</sup>には、「中学校での日本食品標準成分表や食事摂取基準、食品群別摂取量の目安などの学習につなげる」旨の記載がみられ、新学習指導要領解説<sup>6)</sup>でも同様に示されている。

次に、各題材ごとに現行学習指導要領の内容項目と食に関する指導の目標の該当状況を調べると、同じ題材名でも、該当する内容項目や食に関する指導の目標、そして、その該当数も異なっていた。第5学年で最も事例数が多かった題材「元気な毎日と食べ物」でみると、指導案 No. 4のように「B(2) 栄養を考えた食事」の内容項目で、「心身の健康」「食品を選択する能力」「食文化」の3つの食に関する指導の目標を据えている事例がある一方、同じ内容項目でも指導案 No. 3、5、9のように「心身の健康」または「食品を選択する能力」の1つのみ目標が据えられている事例もあった。また、9事例の中に「社会性」を目標としている事例はなく、この題材では主に「食事の重要性」と「心身の健康」を目標に指導さ

れていたことがわかった。第 5 学年の題材として 2 番目に事例数の多かった「作っておいしく食べよう」では、「心身の健康」と「食文化」が目標に据えられている事例が多かった。食に関する指導の目標の 3 つに該当した指導案 No. 14 では、授業展開として、だしをとる素材と取り方の違いによっておいしさを比較し、だしの役割やおいしくだしをとるポイントについて話し合う活動等を取り入れることで、「心身の健康」「食品を選択する能力」「食文化」の 3 つを目標とする学習指導案・指導事例となっていた。「食文化」に該当する事例は、「作っておいしく食べよう」以外にも「元気な毎日と食べ物」等の題材にもあり、指導案 No. 7 と 8 でも、「B(3)調理の基礎」としてだしに関する授業が展開されていた。この内容は、新学習指導要領における家庭科の改訂の要点である「日本の生活文化に関する内容の充実」に該当する。すなわち、和食の基本となるだしの役割等を教えることで、日本の伝統的な食文化について扱う指導の具体例として示されている内容に合致するものである。だしをとるという実践的かつ体験的な活動を通して、新学習指導要領の目標として示された「生活をよりよくしようとする工夫する資質・能力」の育成につながる指導が、現行でも実施されていた。

第 6 学年で最も多かった題材名「楽しい食事を工夫しよう」では、「B(2)栄養を考えた食事」の内容項目として「心身の健康」を目標とする事例が多かったが、指導案 No. 35 と 36 のように、現行の学習指導要領解説「A(3)家族や近隣の人々とのかかわり」の内容項目として、自分の食生活を振り返り、楽しく食事をするための工夫を考えることを通して、相手を思いやる社会性を高めようという「社会性」を目標とする事例もあった。新学習指導要領においても、A の内容項目は記載されているが、『栄養教諭を中核としたこれからの学校の食育』<sup>10)</sup>に示される食に関する指導内容からは除外されている。その理由の 1 つとして、今回の学習指導要領改訂に伴い、特別な教科として位置づけられた道徳科のなかで、「感謝の心」や「社会性」を取りあげることになったためと推察される。

各学年の多い題材の中では、「感謝の心」を目標に据えている事例は 2 件しかなかったが、「B 日常の食事と調理の基礎」で家庭や学校給食の調理者に対して、「D (1) 物や金銭の使い方と買物」では生産者に対する感謝として指導されていた（指導案 No. 8、26、39、42）。「感謝の心」の指導内容については、残さず食べることや無駄なく調理すること等も『栄養教諭を中核としたこれからの学校の食育』<sup>10)</sup>に例示されている。昨今では、わが国でも食品ロス削減への具体的な取り組みが進められており、学校給食における残食の問題も、各校で取り組むべき課題の 1 つである<sup>11, 12)</sup>。しかし、本研究では食品ロスに関する学習指導案・

指導事例は得られなかったため、今後、新学習指導要領「C(2) 環境に配慮した生活」の内容項目等の授業において、給食の残食と関連付けた指導が期待される場所である。また、「食品を選択する能力」に該当する学習指導案・指導事例は、現行学習指導要領の内容項目「B(2) 栄養を考えた食事」や「B(3) 調理の基礎」、「D(1) 物や金銭の使い方と買物」の内容であった。「D(1) 物や金銭の使い方と買物」の指導案・指導事例において、食材を買う際に考慮すべきポイントとして旬の野菜の利用や、給食の食材を活用して地場産物の利点が説明されていた(指導案 No. 26)。現行の学習指導要領解説の「D(1) 物や金銭の使い方と買物」の指導として例示されている内容には、物を適切に選んで購入するための方法として広告等の活用、商品に付けられた表示やマークを自分で確かめること等が挙げられている。「食品を選択する能力」に関する指導内容は、児童自身が正しい知識・情報に基づいて、食物の品質や安全性等について自ら判断できる能力を培うことである。小・中学生のコンビニ利用状況調査<sup>13)</sup>では、小学校高学年以降では月1回以上コンビニを利用している児童が増え、一緒に行く人としては母親や父親から友だちへの変化が報告されていることから、児童にとって食品選択のための正しい知識や表示を読み取るスキル等の習得が求められる。

本研究の限界は、学習指導案・指導事例の収集方法がインターネットによるキーワード検索によることである。学習指導案・指導事例がインターネット上に公開されるかどうかは、各自治体・教育委員会等の情報公開の方針や研究指定・関連推進事業の有無等に影響されるとともに、公開用資料の作成段階で選別されている可能性がある。また、収集した学習指導案・指導事例の情報のみでは、児童に対してどのように発展的かつ系統的に指導されているかの実態を知ることはできないこと等である。

しかし、現行の学習指導要領において作成された学習指導案・指導事例をもとに、題材名や学習指導要領の内容項目と食に関する指導の目標との関連を検討した結果から、家庭科では食に関する指導の6つの目標を対応させた様々な展開が可能であることが確認され、同じ題材名でも多角的な視点から食生活分野の指導が行えることが明らかになった。第5学年から第6学年にかけての家庭科における食生活分野の一連の指導の中で、どのように食に関する指導の目標を配置するかを、今後は学習指導要領の改訂に留意しながら指導計画を作成していく必要がある。家庭科の指導内容は、各学校で連続性をもって計画・指導される中で、1時限の授業で何を教えたいかにより、目標の据え方も変わってくる。事例数の少なかった「社会性」と「感謝の心」については、栄養教諭や他教科と連携した指導を進めていくことも必要であろう。家庭科においても、食に関する指導の目標を明記した学習指導案

を作成することは、学校全体での系統的な食育の指導計画やカリキュラム・マネジメントを検討する際にも役立つと考えられる。

## 第5節 参考文献

- 1) 文部科学省：小学校学習指導要領，pp. 13-14，88-91，東京書籍株式会社，東京（2008）
- 2) 本田 藍，甲斐結子，中村 修：小中学校における栄養教諭、学校栄養職員を対象とした食育の実施状況に関する調査，長崎大学総合環境研究，15（1），31-40（2013）
- 3) 氏家幸子，平本福子：小学校の食に関する指導におけるコーディネートの現状と課題：宮城県の栄養教諭・学校栄養職員を事例として，日本栄養士会雑誌，56（4），279-288（2013）
- 4) 国立教育政策研究所：評価規準の作成、評価方法等の工夫改善のための参考資料（小学校 家庭），[http://www.nier.go.jp/kaihatsu/hyouka/shou/08\\_sho\\_katei.pdf](http://www.nier.go.jp/kaihatsu/hyouka/shou/08_sho_katei.pdf)（2020年1月3日）
- 5) 文部科学省：小学校学習指導要領解説 家庭編，pp. 25-36，49-53，東洋館出版社，東京（2008）
- 6) 文部科学省：小学校学習指導要領解説 家庭編，pp. 12-48，64-70，東洋館出版社，東京（2018）
- 7) 文部科学省：小学校学習指導要領（平成29年告示），[http://www.mext.go.jp/component/a\\_menu/education/micro\\_detail/\\_\\_icsFiles/afieldfile/2019/03/18/1413522\\_001.pdf](http://www.mext.go.jp/component/a_menu/education/micro_detail/__icsFiles/afieldfile/2019/03/18/1413522_001.pdf)（2020年1月3日）
- 8) 筒井恭子：小学校学習指導要領 家庭科の改訂のポイント，[https://www.nits.go.jp/materials/youryou/files/010\\_001.pdf](https://www.nits.go.jp/materials/youryou/files/010_001.pdf)（2020年1月3日）
- 9) 文部科学省：食に関する指導の手引 第一次改訂版，東山書房，京都，pp. 11-13，90-108（2010）
- 10) 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 参考資料，[http://www.mext.go.jp/a\\_menu/sports/syokuiku/\\_\\_icsFiles/afieldfile/2017/05/17/1385699\\_002.pdf](http://www.mext.go.jp/a_menu/sports/syokuiku/__icsFiles/afieldfile/2017/05/17/1385699_002.pdf)（2020年1月3日）
- 11) 木口智美，石原由香，多田由紀，古庄 律，内藤 信，日田安寿美，川野 因：小学校給食における喫食時間と残食率の関連性の検討，日本栄養士会雑誌，55（5），415-422，（2012）
- 12) 環境省：学校給食から発生する食品ロス等の状況に関する調査結果について，

<http://www.env.go.jp/press/100941.html> (2020 年 1 月 3 日)

- 13) バンダイネットワークス株式会社:小・中学生の『コンビニ利用』についてのアンケート調査, <http://www.bandainamco.co.jp/releases/images/3/47604.pdf> (2020 年 1 月 3 日)



## 第Ⅳ章 学級活動（給食の時間を含む）における食に関する指導についての検討

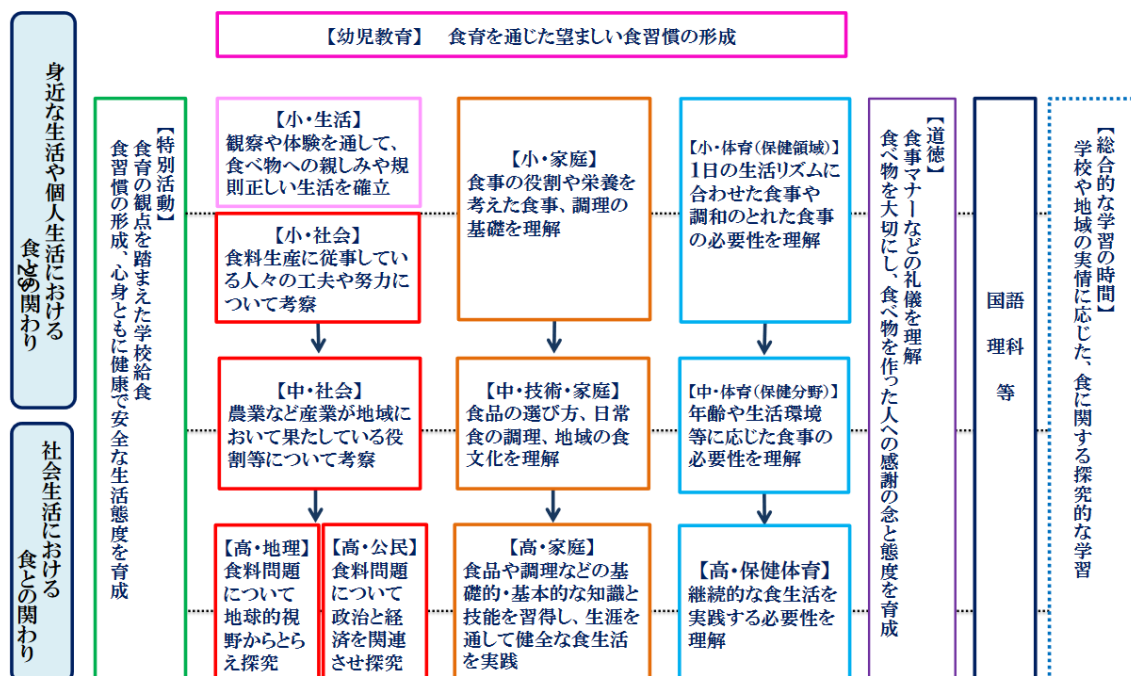
### 第1節 緒言

第Ⅱ章および第Ⅲ章の研究より、体育科と家庭科では同一の食に関する指導の目標が設定された指導においても、それぞれの教科の特性に合わせて異なる視点から指導が行われていることが確認された。文部科学省答申『次期学習指導要領等に向けたこれまでの審議のまとめについて（報告）』<sup>1)</sup>に示された食育に関するイメージ（図Ⅳ－1）をもとに、これらの教科での指導に期待されることを考えると、教科における学習活動を通して、各教科の学習内容に関連した食に関する基本的な知識・技術等を理解、習得することであるといえる。これに対して、特別活動は様々な集団活動に自主的、実践的に取り組み、互いのよさや可能性を発揮しながら集団や自己の生活上の課題を解決することを通して、資質・能力を育成することを目標としている<sup>2)</sup>。なかでも「思考力、判断力、表現力等」では、集団や自己の生活、人間関係の課題を見だし、解決するために話し合い、合意形成を図ったり、意思決定したりすることができるようにすることが掲げられている。特別活動の持つこれらの性質に対応して、食育に関するイメージ（図Ⅳ－1）でも「食育の観点を踏まえた学校給食」と「食習慣の形成、心身ともに健康で安全な生活態度の育成」を目的とした継続的な指導が望まれており、教科等横断的な食育カリキュラムを検討するにあたっては、学級活動は指導の柱として位置付けることができると考えられた。

小学校における食に関する指導の実態を調査した複数の研究<sup>3-5)</sup>では、学級活動で食に関する指導が多く行われていることが共通して報告されている。しかしながら、どの学年でどのような題材を取り扱っているか等の詳細は不明な点が多く、具体的に指導内容が学年進行に従ってどのように変化しているかは明らかでない。そこで本章では、学習指導案・指導事例のなかの学級活動で中心のかつ継続的に扱われている題材を確認するとともに、指導内容が学年進行に伴いどのように変化しているのかを明らかにすることを目的に検討を行った。

## 食育に関するイメージ

教科等横断的な視点から教育課程を編成



図IV-1 文部科学省答申で示された食育に関するイメージ

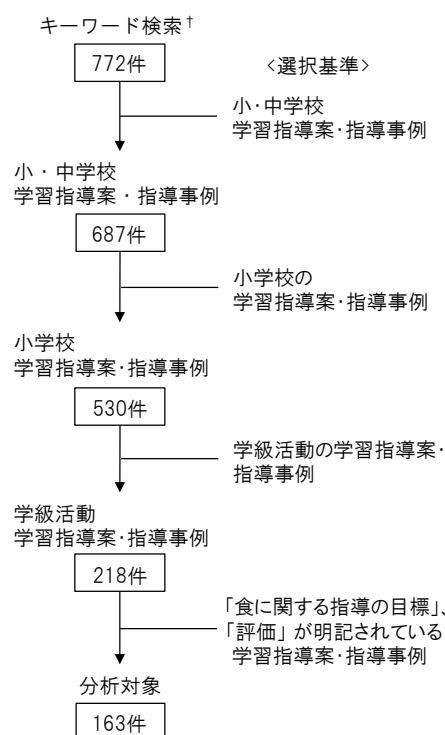
## 第2節 方法

### (1) 学習指導案・指導事例の選択

第Ⅰ章に準じて、全国の公的機関からインターネット上に公開されている学習指導案・指導事例の収集を行った。そのうえで、データベースから選択基準に合致する学習指導案・指導事例を選択して分析に用いた。具体的には、図IV-2に示したとおり、772件からなるデータベースから小学校の学級活動の学習指導案・指導事例218件を選択した後、「食に関する指導の目標」および「評価」の不明な55件を除外して、163件を分析対象とした。

### (2) 学習指導案・指導事例の整理

対象学年、題材名、食に関する指導の目標、授業実施者、評価規準を第Ⅱ章と同様の手順で整理した。さらに、指導展開の内容を精読したうえで、主に展開部分の記載から「活動を通して確認する知識と新たに得る知識」を、まとめ部分の記載から「課題解決に向けて考える内容と自己決定を行う内容」を抜粋し、整理した。



図IV－2 小学校学級活動の学習指導案・指導事例の選択過程

†検索エンジン：Google

検索式：指導案 and 食育 and （都道府県名）

検索時期：2015 年 8～9 月、2016 年 3 月、11 月、2017 年 7 月

企業のサイトおよび学習指導案・指導事例の作成、指導実施

時期が 2008 年以前のものは収集対象から除外した。

### 第 3 節 結果

学級活動の学習指導案・指導事例の設定題材を内容別に分類して集計した結果を表IV－1に示した。事例数が最も多かったのは「食事バランス（3 色食品群、好き嫌い等を含む）」33 件であり、次いで「朝食」26 件、「野菜」20 件と続いた。これらの 3 題材の事例数の合計は 79 件であり、全体の約半数を占めた。また、「食事バランス（3 色食品群、好き嫌い等を含む）」と「朝食」は、第 1 学年から第 6 学年すべてで事例があり、特定の学年に限定されずに継続的に指導が行われる題材であることが明らかになった。

表IV-1 学級活動で扱われる題材

| 題材の分類名                     | 総計<br>(n=163) | 第1学年<br>(n=32) | 第2学年<br>(n=39) | 第3学年<br>(n=29) | 第4学年<br>(n=30) | 第5学年<br>(n=17) | 第6学年<br>(n=16) |
|----------------------------|---------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|
| 食事バランス<br>(3色食品群、好き嫌い等を含む) | 33            | 14             | 7              | 4              | 3              | 2              | 3              |
| 朝食                         | 26            | 2              | 4              | 9              | 4              | 3              | 4              |
| 野菜                         | 20            | 5              | 12             | 1              | 1              | 1              | 0              |
| 給食                         | 14            | 5              | 2              | 3              | 1              | 3              | 0              |
| かむこと                       | 13            | 1              | 4              | 2              | 5              | 1              | 0              |
| 地場産物、地産地消                  | 13            | 0              | 1              | 4              | 5              | 2              | 1              |
| おやつ                        | 9             | 0              | 1              | 0              | 5              | 2              | 1              |
| 食べ物、料理                     | 9             | 4              | 4              | 1              | 0              | 0              | 0              |
| マナー、はし                     | 7             | 0              | 2              | 1              | 1              | 1              | 2              |
| 感謝の心                       | 6             | 0              | 1              | 3              | 1              | 0              | 1              |
| 米                          | 4             | 0              | 1              | 1              | 0              | 2              | 0              |
| 生活習慣病                      | 3             | 0              | 0              | 0              | 1              | 0              | 2              |
| スポーツ栄養                     | 1             | 0              | 0              | 0              | 1              | 0              | 0              |
| 和食                         | 1             | 0              | 0              | 0              | 0              | 0              | 1              |
| その他                        | 4             | 1              | 0              | 0              | 2              | 0              | 1              |

「その他」の内容: 栄養素2件、行事1件、団らん1件

事例数が多かった3題材における食に関する指導の目標の設定状況を表IV-2に示した。「食事バランス」と「野菜」についての題材では心身の健康が、「朝食」に関する題材では食事の重要性が最も多く設定されていた。しかし、すべての題材において食に関する指導の目標として食文化は設定されておらず、感謝の心と社会性もあまり設定されていなかった。

表IV-2 3題材における食に関する指導の目標の設定状況

|           | 食事バランス |        | 朝食     |        | 野菜     |        |
|-----------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
|           | 件      | (%)    | 件      | (%)    | 件      | (%)    |
|           | (n=33) |        | (n=26) |        | (n=20) |        |
| 食事の重要性    | 11     | (33.3) | 21     | (80.8) | 9      | (45.0) |
| 心身の健康     | 30     | (90.9) | 16     | (61.5) | 18     | (90.0) |
| 食品を選択する能力 | 9      | (27.3) | 2      | (7.7)  | 4      | (20.0) |
| 感謝の心      | 3      | (9.1)  | 0      | (0.0)  | 3      | (15.0) |
| 社会性       | 3      | (9.1)  | 1      | (3.8)  | 0      | (0.0)  |
| 食文化       | 0      | (0.0)  | 0      | (0.0)  | 0      | (0.0)  |

「食事バランス (3色食品群、好き嫌い等を含む)」を題材にした学習指導案・指導事例の詳細を表IV-3、4に示した。食に関する指導の目標の設定状況は、食事の重要性11件、心身の健康30件、食品を選択する能力9件、感謝の心と社会性が各3件であり、食文化を設定した事例はみられなかった。指導展開において、活動を通して確認する知識と新たに得

る知識をみると、第1学年から第3学年までは栄養バランスを考える際の基準となる食べ物の働きによる分類（3つの食品グループ、3色食品群等）をもとに、いろいろなものを好き嫌いせずに食べることで得られるメリットに焦点を当てた指導と、どれかが欠けると生じるデメリットに焦点を当てた指導が行われていた。課題解決に向けて考える内容と自己決定を行う内容をみると、学習を通してわかったこと・思ったことをまとめる、これからがんばりたいこと・めあてを考えるといった内容が中心であり、その評価規準として、意欲を持つことや具体的なめあてを持つことができているかが多く設定されていた。

第4学年以降になると、活動を通して確認する知識と新たに得る知識として、食事バランスを考える際の基準に主食・主菜・副菜について指導している事例が多くみられるようになり、第5学年からは料理の比率等の量にも着目した指導が行われていることが確認できた。課題解決に向けて児童が考える内容をみると、めあてを考えることだけではなく、料理の組み合わせを考えるといった内容も取り組まれるようになっていた。そのなかには、学校行事の自然教室での実践を想定しためあてを立てることや、中学校になってからの弁当の内容や食べ物の量に関心を持つことを評価規準として設定している事例も確認できた。

表IV-3 「食事バランス」を題材とした学級活動の学習指導案・指導事例の概要①

[illegible]

それぞれの項目は以下の略称  
「食」：食事の重要性、「心」：心身の健康、「選」：食品を選択する能力、「感」：感謝の心、「社」：社会性  
を「学」：学級担任、「養」は養護教諭（学校栄養職員）、「一」は記載なしを表わす。  
複数の文字が記載されているものは、記載教諭による「記」を意味する。

表Ⅳ-4 「食事バランス」を題材とした学級活動の学習指導案・指導事例の概要②

[illegible]

「それぞれの項目は以下の略称  
「食」：食事の重要性、「心」：心身の健康、「選」：食品を選択する能力、「感」：感謝の心、「社」：社会性、「文」：食文化  
「栄」：学級担任、「養」は養護教諭、「栄」は栄養教諭（学校栄養職員）、「」は記載なしを表す。  
教諭の文字が記載されているものは、記載数（教諭による「」）を意味する。

「朝食」を題材にした学習指導案・指導事例の詳細を表Ⅳ－5、6 に示した。食に関する指導の目標の設定状況は、食事の重要性 21 件、心身の健康 16 件、食品を選択する能力 2 件、社会性 1 件であり、感謝の心および食文化を設定したものは見られなかった。指導展開のなかで活動を通して確認する知識と新たに得る知識をみると、学年ごとに表現は異なるもののすべての学年で朝食の 3 つの働き（体を目覚めさせ体温を高めること、エネルギーとして脳を目覚めさせること、消化機能を目覚めさせ便通をよくすること）について指導がなされていた。

第 1 学年から第 3 学年までで特徴的にみられた内容としては、規則正しい生活リズムのなかで朝食を食べることができるよう早寝早起き等に焦点を当てた指導が行われており、課題解決に向けて児童が考える内容として、朝食を食べるための生活全般の改善点を考えるといったことが主要であり、評価規準もそれに対応した記述がみられた。第 4 学年以降になると、食事バランス同様に朝食内容の良し悪しを主食・主菜・副菜を用いて判断できるよう指導している事例が多くみられるようになり、課題解決に向けて児童が考える内容は、主に「理想の朝食のメニューを考える」ことに主眼をおいた活動が多く、なかには、みそ汁に特化して授業を構成している事例もみられた。



表Ⅳ-5 「朝食」を題材とした学級活動の学習指導案・指導事例の概要①

| 指導案 No. | 学年 | 題材名              | 食に関する指導の目標 <sup>1)</sup> | 指導者 <sup>2)</sup> | 活動を通して確認する知識や新たな知に得る知識   | 指導展開   | 評価指標   |
|---------|----|------------------|--------------------------|-------------------|--|--|--|
| 1       | 1  | あさごはんでげんきいっせい    | ●                        | 学 栄               | ・ 朝食の働きについて聞く。(朝顔や気分と朝食を比較しながら、朝食の大切さについて気付く)<br>・ 朝ごはんの大切さについて話を聞く。(体が目覚めます。頭にも栄養がいってきます。)                            | ・ 朝食の大切さについて考える。<br>・ 朝ごはんパワーで、モテルの男の子を元気にする方法を考える。<br>・ 朝食を食べようという気持ちを持つ。 | ・ 朝食の働きを知り、朝食を食べることの重要性を理解している。<br>・ 毎日朝食を食べようという気持ちを持つ。 |
| 2       | 1  | しつかり食べよう朝ごはん     | ●                        | 学 栄               | ・ Aさん、Bさんの1日の様子比べ、二人の生活リズムの違いをみつける。<br>・ Bさんはなぜ元気がないのか考える。(朝ごはんの3つのパワーを知る。調子つづき! 勉強に集中できる。心すっきり、やる気が出る。お困りです! うんがが出る。) | ・ 朝ごはんの大切さについて考える。<br>・ 朝ごはんを食べようという気持ちを持つ。                                | ・ 朝食を食べようという気持ちを持つ。                                      |
| 3       | 2  | もりもり朝ごはん         | ●                        | —                 | ・ 朝ごはんを食べようという気持ちを持つ。<br>・ 朝ごはんを食べようという気持ちを持つ。   | ・ 朝ごはんを食べようという気持ちを持つ。  | ・ 朝食を食べようという気持ちを持つ。                                      |
| 4       | 2  | 毎日食べよう朝ごはん       | ●                        | 学 栄               | ・ 朝ごはんを食べようという気持ちを持つ。<br>・ 朝ごはんを食べようという気持ちを持つ。   | ・ 朝ごはんを食べようという気持ちを持つ。  | ・ 朝食を食べようという気持ちを持つ。                                      |
| 5       | 2  | 朝ごはんパワーでまいげんき    | ●                        | 学 栄               | ・ 朝ごはんを食べようという気持ちを持つ。<br>・ 朝ごはんを食べようという気持ちを持つ。   | ・ 朝ごはんを食べようという気持ちを持つ。  | ・ 朝食を食べようという気持ちを持つ。                                      |
| 6       | 2  | 朝ごはんを食べよう朝ごはん    | ●                        | 学 栄               | ・ 朝ごはんを食べようという気持ちを持つ。<br>・ 朝ごはんを食べようという気持ちを持つ。   | ・ 朝ごはんを食べようという気持ちを持つ。  | ・ 朝食を食べようという気持ちを持つ。                                      |
| 7       | 3  | 朝ごはんをパワーアップ      | ●                        | 学 栄               | ・ 朝ごはんを食べようという気持ちを持つ。<br>・ 朝ごはんを食べようという気持ちを持つ。   | ・ 朝ごはんを食べようという気持ちを持つ。  | ・ 朝食を食べようという気持ちを持つ。                                      |
| 8       | 3  | バランスのよい朝ごはんを考えよう | ●                        | 学 栄               | ・ 朝ごはんを食べようという気持ちを持つ。<br>・ 朝ごはんを食べようという気持ちを持つ。   | ・ 朝ごはんを食べようという気持ちを持つ。  | ・ 朝食を食べようという気持ちを持つ。                                      |
| 9       | 3  | 朝ごはんパワー          | ●                        | —                 | ・ 朝ごはんを食べようという気持ちを持つ。<br>・ 朝ごはんを食べようという気持ちを持つ。   | ・ 朝ごはんを食べようという気持ちを持つ。  | ・ 朝食を食べようという気持ちを持つ。                                      |
| 10      | 3  | 朝ごはんを目覚ましスイッチオン! | ●                        | 学                 | ・ 朝ごはんを食べようという気持ちを持つ。<br>・ 朝ごはんを食べようという気持ちを持つ。   | ・ 朝ごはんを食べようという気持ちを持つ。  | ・ 朝食を食べようという気持ちを持つ。                                      |
| 11      | 3  | 朝ごはんを目覚ましスイッチオン! | ●                        | —                 | ・ 朝ごはんを食べようという気持ちを持つ。<br>・ 朝ごはんを食べようという気持ちを持つ。   | ・ 朝ごはんを食べようという気持ちを持つ。  | ・ 朝食を食べようという気持ちを持つ。                                      |
| 12      | 3  | バランスのよい朝ごはんを考えよう | ●                        | 学 栄               | ・ 朝ごはんを食べようという気持ちを持つ。<br>・ 朝ごはんを食べようという気持ちを持つ。   | ・ 朝ごはんを食べようという気持ちを持つ。  | ・ 朝食を食べようという気持ちを持つ。                                      |
| 13      | 3  | 1日のスタートは朝ごはんから   | ●                        | 学 栄               | ・ 朝ごはんを食べようという気持ちを持つ。<br>・ 朝ごはんを食べようという気持ちを持つ。   | ・ 朝ごはんを食べようという気持ちを持つ。  | ・ 朝食を食べようという気持ちを持つ。                                      |
| 14      | 3  | 朝ごはんの大切さを知ろう     | ●                        | 学 栄               | ・ 朝ごはんを食べようという気持ちを持つ。<br>・ 朝ごはんを食べようという気持ちを持つ。   | ・ 朝ごはんを食べようという気持ちを持つ。  | ・ 朝食を食べようという気持ちを持つ。                                      |

<sup>1)</sup> それぞれの項目は以下の指針

「食」：食事の重要性。「心」：心身の健康。「選」：食品を選択する能力。「社」：社会性。「文」：食文化

※「学」は学級担任、「調」は栄養教諭、「栄」は栄養教諭(学校栄養職員)、「一」は記載なしを意味する。

複数の文字が配置されているものは、記載教諭による「1」を意味する。

表Ⅳ－6 「朝食」を題材とした学級活動の学習指導案・指導事例の概要②

| 指導案 No. | 学年 | 題材名                 | 食に関する指導の目標 <sup>1)</sup> | 授業<br>参加者 <sup>2)</sup> | 活動を通して確認する知識と新たに得る知識   | 指導展開  | 評価指標   |
|---------|----|---------------------|--------------------------|-------------------------|--|---|--|
| 15      | 3  | 1日のスタートは朝ごはんから      | ●                        | 学・栄                     | 朝ごはんの3つの機能を思い出す。<br>朝ごはんを毎日食べるためには、生活リズムを整えることが大切であることを知る。<br>元気の出る朝ごはんにするためには、バランスの良い朝ごはんを食べることが大切であると知る。   | <ul style="list-style-type: none"> <li>朝ごはんを食べる理由を考える、発表する。</li> <li>どんな朝ごはんを食べれば元気になるかを考え、発表する。(3つの色の食品をそろそろこうによって、バランスがとれることを知る)</li> <li>自分の朝ごはんや生活習慣を振り返り、これからのような朝ごはんを付けていくワークシートに書き、発表する。</li> </ul>                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>2つの例の例について考えている。</li> <li>生活リズムについて理解している。</li> <li>作用そのものは「生活リズムを整える」ことであることを理解している。</li> <li>元気になる朝ごはんにするための食べ物を理解している。</li> <li>作用そのものは、「バランスのよい朝ごはんを食べる」ことが大切であることを理解している。</li> <li>自分の目標を決めるところまでできた。</li> </ul> |
| 16      | 4  | 朝ごはんが目覚ましスイッチ       | ●                        | 学・栄                     | 朝ごはんが3つの目覚まし(頭のスイッチ、体のスイッチ、おなかのスイッチ)であることを知る。  | <ul style="list-style-type: none"> <li>自分の朝食を振り返る。</li> <li>先生のため、班長でバランスのとれた朝食を考え、発表する。</li> <li>今日の学習について、おなかの中に食べたことをまとめる。(朝ごはんは3つの色でできていることを知る)</li> <li>バランスのよい朝ごはんを作る。</li> <li>本時の学習について振り返り、毎日きちんと食べようとする気持ちを持つ。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>朝ごはんは3つのスイッチがあることが分かる。</li> <li>3つのスイッチの料理が分かる。</li> <li>自分の朝食を振り返り、3つのスイッチがある朝食を実践しようとする意欲</li> <li>朝ごはんの大切さが理解できているか。</li> <li>自分のためあてを持つことができたか。</li> </ul>  |
| 17      | 4  | 朝ごはんを食べよう           | ●                        | 学・栄                     | 朝ごはんのよいところを考え、その大切さを話し合う。<br>自分の食べた朝ごはんについて3群分けさせる。(赤・黄・緑の3つのグループ)にはそれぞれの特徴があることをおぼえ、全部そろったことがよいことを意識させる。)。  | <ul style="list-style-type: none"> <li>朝ごはんを食べる理由を考える、理由の朝食メニューを作る。(ごはんやパンだけでなく、おかずを食べる、給食のように赤・黄・緑のグループのものを食べる。家族と一緒に食べる。)</li> <li>自分の食生活を振り返り、今日からやってみようことを考える。</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>朝食の大切さを決めることができたか。</li> <li>朝食の大切さを、自分の食生活を振り返ることができたか。</li> </ul>  |
| 18      | 4  | 朝ごはんを毎日食べよう         | ●                        | 学・栄                     | 朝食を食べることができなかつた時の体験について話し合う。<br>食がけでない(給食の時間があった時どうなっていたかを想像させる)<br>朝食の大切さを知る。(体を目覚めさせる、エネルギーになる、集中力が付く)     | <ul style="list-style-type: none"> <li>朝ごはんを食べる理由を考える、理由の朝食メニューを作る。(ごはんやパンだけでなく、おかずを食べる、給食のように赤・黄・緑のグループのものを食べる。家族と一緒に食べる。)</li> <li>自分の食生活を振り返り、今日からやってみようことを考える。</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>朝食の大切さを決めることができたか。</li> <li>朝食の大切さを、自分の食生活を振り返ることができたか。</li> </ul>  |
| 19      | 4  | よりよい朝ごはん            | ●                        | 学・栄                     | 朝食の大切さや体の変化を知る。(朝ごはんを毎日食べることの大切さを知らせる。子どもの絵を使い、朝ごはんを食べると3つのスイッチ(赤:体温をあげる、黄色:脳が活発に活動する、緑:排泄する)と食べ物との関係を知らせる。) | <ul style="list-style-type: none"> <li>朝ごはんを食べる理由を考える、理由の朝食メニューを作る。(ごはんやパンだけでなく、おかずを食べる、給食のように赤・黄・緑のグループのものを食べる。家族と一緒に食べる。)</li> <li>自分の食生活を振り返り、今日からやってみようことを考える。</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>朝食の大切さを決めることができたか。</li> <li>朝食の大切さを、自分の食生活を振り返ることができたか。</li> </ul>  |
| 20      | 5  | 朝ごはんで朝からいきいき生きよう    | ●                        | 学・栄                     | 朝ごはんの機能を確認する。(頭の回転が良くなる、眼力が冴える。)   | <ul style="list-style-type: none"> <li>朝ごはんを食べる理由を考える、理由の朝食メニューを作る。(ごはんやパンだけでなく、おかずを食べる、給食のように赤・黄・緑のグループのものを食べる。家族と一緒に食べる。)</li> <li>自分の食生活を振り返り、今日からやってみようことを考える。</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>朝食の大切さを決めることができたか。</li> <li>朝食の大切さを、自分の食生活を振り返ることができたか。</li> </ul>  |
| 21      | 5  | 食べよう！元気になる朝ごはん      | ●                        | 学・栄                     | 朝食の大切さを確認する。(頭の回転が良くなる、眼力が冴える。)  | <ul style="list-style-type: none"> <li>朝ごはんを食べる理由を考える、理由の朝食メニューを作る。(ごはんやパンだけでなく、おかずを食べる、給食のように赤・黄・緑のグループのものを食べる。家族と一緒に食べる。)</li> <li>自分の食生活を振り返り、今日からやってみようことを考える。</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>朝食の大切さを決めることができたか。</li> <li>朝食の大切さを、自分の食生活を振り返ることができたか。</li> </ul>  |
| 22      | 5  | 栄養バランスのよい朝ごはんを食べよう！ | ●                        | 学・栄                     | 朝食の大切さを確認する。(頭の回転が良くなる、眼力が冴える。)  | <ul style="list-style-type: none"> <li>朝ごはんを食べる理由を考える、理由の朝食メニューを作る。(ごはんやパンだけでなく、おかずを食べる、給食のように赤・黄・緑のグループのものを食べる。家族と一緒に食べる。)</li> <li>自分の食生活を振り返り、今日からやってみようことを考える。</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>朝食の大切さを決めることができたか。</li> <li>朝食の大切さを、自分の食生活を振り返ることができたか。</li> </ul>  |
| 23      | 6  | 朝ごはんをしっかりと食べよう      | ●                        | 栄                       | 朝食の大切さを確認する。(頭の回転が良くなる、眼力が冴える。)  | <ul style="list-style-type: none"> <li>朝ごはんを食べる理由を考える、理由の朝食メニューを作る。(ごはんやパンだけでなく、おかずを食べる、給食のように赤・黄・緑のグループのものを食べる。家族と一緒に食べる。)</li> <li>自分の食生活を振り返り、今日からやってみようことを考える。</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>朝食の大切さを決めることができたか。</li> <li>朝食の大切さを、自分の食生活を振り返ることができたか。</li> </ul>  |
| 24      | 6  | 朝ごはんが元気な一日          | ●                        | 学・栄                     | 朝食の大切さを確認する。(頭の回転が良くなる、眼力が冴える。)  | <ul style="list-style-type: none"> <li>朝ごはんを食べる理由を考える、理由の朝食メニューを作る。(ごはんやパンだけでなく、おかずを食べる、給食のように赤・黄・緑のグループのものを食べる。家族と一緒に食べる。)</li> <li>自分の食生活を振り返り、今日からやってみようことを考える。</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>朝食の大切さを決めることができたか。</li> <li>朝食の大切さを、自分の食生活を振り返ることができたか。</li> </ul>  |
| 25      | 6  | 家族がなること朝食づくり        | ●                        | —                       | 朝食の大切さを確認する。(頭の回転が良くなる、眼力が冴える。)  | <ul style="list-style-type: none"> <li>朝ごはんを食べる理由を考える、理由の朝食メニューを作る。(ごはんやパンだけでなく、おかずを食べる、給食のように赤・黄・緑のグループのものを食べる。家族と一緒に食べる。)</li> <li>自分の食生活を振り返り、今日からやってみようことを考える。</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>朝食の大切さを決めることができたか。</li> <li>朝食の大切さを、自分の食生活を振り返ることができたか。</li> </ul>  |
| 26      | 6  | 記録冊                 | ●                        | 学・栄                     | 朝食の大切さを確認する。(頭の回転が良くなる、眼力が冴える。)  | <ul style="list-style-type: none"> <li>朝ごはんを食べる理由を考える、理由の朝食メニューを作る。(ごはんやパンだけでなく、おかずを食べる、給食のように赤・黄・緑のグループのものを食べる。家族と一緒に食べる。)</li> <li>自分の食生活を振り返り、今日からやってみようことを考える。</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>朝食の大切さを決めることができたか。</li> <li>朝食の大切さを、自分の食生活を振り返ることができたか。</li> </ul>  |

<sup>1)</sup>：それぞれの項目は以下の略称

「食」：食事の重要性、「心」：心身の健康、「選」：食品を選択する能力、「感」：感情の心、「社」：社会性、「文」：食文化

※「学」は学級担任、「教」は養護教諭、「栄」は栄養教諭(学校栄養職員)、「一」は記載なしを意味する。

掲載の文字が記載されているものは、記載教諭による「」を意味する。

「野菜」を題材にした学習指導案・指導事例の詳細を表Ⅳ－7、8 に示した。食に関する指導の目標の設定状況は、食事の重要性 9 件、心身の健康 18 件、食品を選択する能力 4 件、感謝の心 3 件であり、社会性および食文化を設定したものは見られなかった。指導展開のなかで活動を通して確認する知識と新たに得る知識をみると、いずれの学年においても、野菜の働きとして病気になりにくくなることや便通がよくなることが共通して指導されており、1 日当たりの摂取目標量や色の濃さ等について触れている事例もみられた。また、課題解決に向けて児童が考える内容としては、苦手な野菜を食べる方法や工夫を考えることが主流であり、評価規準もそれに対応した記述がみられたが、学年による大きな違いはみられなかった。



表Ⅳ-8 「野菜」を題材とした学級活動の学習指導案・指導事例の概要②

| 指導案<br>No. | 学年 | 題材名             | 食に関する指導の目標 <sup>1</sup> | 授業<br>実情 <sup>2</sup> | 授業<br>実情 <sup>3</sup>  | 指導展開  | 評価規準   |
|------------|----|-----------------|-------------------------|-----------------------|--|---|--|
|            |    |                 | 食・心・選・感・文               |                       |  |   |  |
| 14         | 2  | やさいをたべよう        | ●                       | 学・栄                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>野菜をみてアズをさす。発表する。（新聞紙に包まれた何種類かの野菜をさわつたりにおどらして何の野菜が包まれているか考えさせ、興味を持たせよう。）</li> <li>野菜の働きを知らせる。（病気になるにくくする、肌が強くなる、おなかの相手をしてくれる。）</li> <li>自分の苦手な野菜とその理由を公表する。</li> <li>野菜の働きについて話を聞く。（肌をきれいにする、病気をふせぐ、おなかの相手をする。）</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>活動を通して確認する知識と新たに得る知識</li> <li>自分の生活を考えて振り返り、どのようにすればよいかを考える。（今までの自分の生活がどうだったのかを考える。）</li> <li>本時のめあてをしめし、これからがんばりたいめあてを発表する。（他の人の意見も聞かずに野菜を食べようとする意欲を持てるようにする。）</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>野菜の働きを知り、やさいを食べることの大切さに気づくことができる。</li> <li>自分の生活を振り返ることができる。</li> <li>他の意見を聞き、どのようにすればよいかを考えることができる。</li> </ul> |
| 15         | 2  | 野菜を食べよう         | ●                       | 学・栄                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>野菜の働きを知らせる。（病気になるにくくする、肌が強くなる、おなかの相手をしてくれる。）</li> <li>自分の苦手な野菜とその理由を公表する。</li> <li>野菜の働きについて話を聞く。（肌をきれいにする、病気をふせぐ、おなかの相手をする。）</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>野菜の働きを知り、やさいを食べることの大切さに気づくことができる。</li> <li>自分の生活を振り返ることができる。</li> <li>他の意見を聞き、どのようにすればよいかを考えることができる。</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>野菜の働きを知り、やさいを食べることの大切さに気づくことができる。</li> <li>自分の生活を振り返ることができる。</li> <li>他の意見を聞き、どのようにすればよいかを考えることができる。</li> </ul> |
| 16         | 2  | やさいパワーのひみつを知ろう！ | ●                       | 学・栄                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>野菜の働きを知り、やさいを食べることの大切さに気づくことができる。</li> <li>自分の生活を振り返ることができる。</li> <li>他の意見を聞き、どのようにすればよいかを考えることができる。</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>野菜の働きを知り、やさいを食べることの大切さに気づくことができる。</li> <li>自分の生活を振り返ることができる。</li> <li>他の意見を聞き、どのようにすればよいかを考えることができる。</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>野菜の働きを知り、やさいを食べることの大切さに気づくことができる。</li> <li>自分の生活を振り返ることができる。</li> <li>他の意見を聞き、どのようにすればよいかを考えることができる。</li> </ul> |
| 17         | 2  | やさいでけんき         | ●                       | 学                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>野菜の働きを知り、やさいを食べることの大切さに気づくことができる。</li> <li>自分の生活を振り返ることができる。</li> <li>他の意見を聞き、どのようにすればよいかを考えることができる。</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>野菜の働きを知り、やさいを食べることの大切さに気づくことができる。</li> <li>自分の生活を振り返ることができる。</li> <li>他の意見を聞き、どのようにすればよいかを考えることができる。</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>野菜の働きを知り、やさいを食べることの大切さに気づくことができる。</li> <li>自分の生活を振り返ることができる。</li> <li>他の意見を聞き、どのようにすればよいかを考えることができる。</li> </ul> |
| 18         | 3  | 野菜大好き           | ●                       | 一                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>野菜の働きを知り、やさいを食べることの大切さに気づくことができる。</li> <li>自分の生活を振り返ることができる。</li> <li>他の意見を聞き、どのようにすればよいかを考えることができる。</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>野菜の働きを知り、やさいを食べることの大切さに気づくことができる。</li> <li>自分の生活を振り返ることができる。</li> <li>他の意見を聞き、どのようにすればよいかを考えることができる。</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>野菜の働きを知り、やさいを食べることの大切さに気づくことができる。</li> <li>自分の生活を振り返ることができる。</li> <li>他の意見を聞き、どのようにすればよいかを考えることができる。</li> </ul> |
| 19         | 4  | 野菜を食べよう         | ●                       | 学・栄                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>野菜の働きを知り、やさいを食べることの大切さに気づくことができる。</li> <li>自分の生活を振り返ることができる。</li> <li>他の意見を聞き、どのようにすればよいかを考えることができる。</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>野菜の働きを知り、やさいを食べることの大切さに気づくことができる。</li> <li>自分の生活を振り返ることができる。</li> <li>他の意見を聞き、どのようにすればよいかを考えることができる。</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>野菜の働きを知り、やさいを食べることの大切さに気づくことができる。</li> <li>自分の生活を振り返ることができる。</li> <li>他の意見を聞き、どのようにすればよいかを考えることができる。</li> </ul> |
| 20         | 5  | 野菜パワーで元気に一日！    | ●                       | 学・栄                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>野菜の働きを知り、やさいを食べることの大切さに気づくことができる。</li> <li>自分の生活を振り返ることができる。</li> <li>他の意見を聞き、どのようにすればよいかを考えることができる。</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>野菜の働きを知り、やさいを食べることの大切さに気づくことができる。</li> <li>自分の生活を振り返ることができる。</li> <li>他の意見を聞き、どのようにすればよいかを考えることができる。</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>野菜の働きを知り、やさいを食べることの大切さに気づくことができる。</li> <li>自分の生活を振り返ることができる。</li> <li>他の意見を聞き、どのようにすればよいかを考えることができる。</li> </ul> |

「食」：食の重要項目は以下の略称  
「食」：食の重要性、「心」：心身の健康、「選」：食品を選択する能力、「社」：社会性、「文」：食文化  
「科」：食の学習組織、「業」は養護教諭、「栄」は栄養教諭(学校栄養職員)、「一」は記載しないを表わす。  
種数(数字)の文字が記載されているものは、記載教諭による「」を意味する。

#### 第4節 考察

学級活動で多く扱われている題材は、「食事バランス（3色食品群、好き嫌い等を含む）」、「朝食」、「野菜」であった。「食事バランス（3色食品群、好き嫌い等を含む）」を題材にした学習指導案・指導事例における食に関する指導の目標の設定状況は、食事の重要性、心身の健康、食品を選択する能力が中心であった。食事バランスを考える際の基準として、第3学年までは3つの食品グループ（3色食品群）、第4学年以降では主食・主菜・副菜等の料理区分を用いている事例が多くみられるようになり、第5学年からは料理の量（比率）にも着目した指導が行われていた。評価基準としては、第3学年までは主に意欲をもつことや具体的なめあてを持つことが多く設定されており、高学年になると料理の組み合わせを考えるといった内容にも取り組まれていた。食事バランスに関する指導では、どの学年においても家庭科の学習と関連付けられるような事項を扱っており、特に第5学年からは、今後直面する生活場面等における課題解決につなげられるような、実践的な指導が行われていた。

「朝食」を題材にした学習指導案・指導事例における食に関する指導の目標の設定状況は、食事の重要性と心身の健康が中心であった。知識面をみると、すべての学年で朝食の3つの働き（体を目覚めさせ体温を高めること、エネルギーとして脳を目覚めさせること、消化機能を目覚めさせ便通をよくすること）が指導されていた。それに加えて、第1学年から第3学年では生活リズムに焦点を当てた指導が行われており、第4学年以降では朝食内容の良し悪しを、主食・主菜・副菜を用いて判断できるように指導している事例が多くみられた。課題解決に向けて考える内容をみると、主に理想の朝食のメニューを考えることに主眼をおいた活動が多く、なかには、みそ汁に特化して授業を構成している事例もあった。このような事例では、第5学年の家庭科におけるごはんのみそ汁の学習の導入として位置づけられるような指導が行われていると考えられた。生活リズムに着目した指導は、第3学年の体育科（保健領域）で扱う内容であると同時に、第2学年の特別活動等での活用を想定した「元気のもと朝ごはん」という教材が『たのしい食事つながる食育』<sup>6)</sup>にも収載されている。教科学習で扱う前に、これらの教材を活用して学級活動で指導することにより、授業の導入としての効果も期待できると考えられた。また、第4学年以降では、自分自身の食事バランスを調べたうえで、理想の朝食メニューを考えることに取り組まれており、家庭科での学習内容をより実践的な生活場面で活用することを意図した指導が行われていると考えられた。以上のことより、学級活動における朝食を取り上げた授業でも、家庭科や体育科と関連づけた教科横断的な指導の可能性が示された。

「野菜」を題材とした学習指導案・指導事例における食に関する指導の目標は、食事の重要性和心身の健康が中心であった。指導内容は学年によって大きな差はなく、低学年でも食物繊維やビタミン等を扱っていた。『食に関する指導の手引 第一次改訂版』<sup>7)</sup>で例示されている各学年の食に関する指導の目標には、第1学年では「嫌いな食べ物でも親しみをもつことができる」や「食べ物に興味・関心をもつ」、第2学年では「好き嫌いせずに食べようとする」や「食べ物に興味・関心をもつ」等が掲げられている。このことから、特に低学年の指導では具体的な食べ物やその働きに関する学習を通して、食べ物に親しむことに主眼が置かれていると考えられる。さらに、五大栄養素に関する学習や加熱によって野菜のかさが減ることは家庭科で扱う内容であり、第2学年を対象とした食物繊維に関する学習(No. 16)や、第3学年を対象とした野菜に関する栄養的な働きを指導する事例(No. 18)では、他教科の学習内容を先取りして教えている可能性が考えられた。また、指導している内容のなかには、摂取量等の小学校での指導内容に含まれていない事柄もみられた。好き嫌い等による野菜摂取量が少ないことは、多くの児童が抱える共通の課題であるため、題材として取り上げることの意義は大きいものの、学習事項や指導方法の選択と決定には細心の配慮が必要と考えられた。

本章では、学級活動の授業で取り扱う主要な内容が学年進行に沿ってどのように変化するのかについて考察を進めたが、学習指導要領では給食の時間も特別活動の中の学級活動に分類される。給食の時間は年間約190回あるが、学習指導要領に示される年間授業時間数には含まれていない<sup>8)</sup>。給食の時間における指導(以下、給食指導)は、給食の準備・喫食・片付け等の一連の活動に関する指導を、実際の活動を通して毎日行う教育活動であり、給食の時間における共同作業を通して、自身の役割に対する責任感やクラス内の連帯感を養うとともに、学校給食に携わる人々への感謝の気持ち等を育むこと、好ましい人間関係の形成の効果も期待できる。また、給食の時間では食事という体験を通して、栄養バランスの良い食事の基礎を学ぶとともに、献立等の工夫により教科等と関連づけた指導が可能であり、学習で得た知識を具体的に確認し、深めることができる<sup>8)</sup>ため、学級担任等が給食の内容に対してどのような言葉かけをするかも重要といえる。しかし、給食指導の方法が学級担任ごとに異なっていると、何らかの事情で代理の教員が給食指導に入ったり、進級に伴い学級担任が変わったりした場合に指導の一貫性が損なわれ、食に関する指導を行ううえで、学校給食の果たす機能が十分に発揮できないことが危惧される。そのため、給食指導の方法について学校全体で系統立てた指導ができるよう、統一的なガイドライン等のもとに取り組むこと

が重要といえる。その際には、いくつかの基本的な方針を決定する必要がある。野邊・岡本<sup>9)</sup>は、学校における給食指導を大きく二つに分類している。1つは給食時間に児童が他者と会話することを否定し、時間内に完食させるといった指導であり、もう1つは給食をコミュニケーションの一場面と考え、共食の重要性を意識させる指導である。これらの指導の優劣を一概に決めることはできないが、小学校5年生における給食の食べ残しおよび残さず食べる自信と給食の楽しさ、QOLの関連を調べた研究<sup>10)</sup>において、次のような知見を得た。

男子では、給食を残すことがある児童に比べて給食を残さず食べている児童の方が、また、給食を残さず食べる自信がない児童に比べて自信がある児童の方が、QOL総得点が有意に高かった。女子では、給食の食べ残し状況や給食を残さず食べる自信の有無によるQOL総得点差は認められなかった。さらに、男女ともに給食の時間をとても楽しいと感じている児童は、QOL総得点および精神的健康、自尊感情、友だち等の得点が有意に高いことが明らかになった。小学校高学年の児童が食事を楽しくないと思う理由の上位には、「1人で食べたとき」が含まれる<sup>11)</sup>。そのため、完食をめざすあまり、給食時間に会話を控えることで孤食に近い状態になれば、児童にとって給食の時間は楽しいものではなくなり、学校生活やQOLに悪影響を及ぼす可能性がある。この研究の結果からは、給食指導のあり方として、まず児童が楽しい雰囲気の中で会食ができるように配慮し、その上で残さず食べることができるよう指導や支援を工夫する必要があること、それにより、児童の食に関する興味や関心を引き出すことができ、教科等における食に関する指導にも積極的に取り組もうとする態度を育むことにつながると考えられた。

また、給食時間に行われる食に関する指導をより充実させるためには、いくつかの場面で学校給食を活用することが求められる。特に『食に関する指導の手引』<sup>12)</sup>には指導の在り方として、献立を教材として活用した給食の時間の指導や献立を教材として活用した教科等における食に関する指導、教科等と連携した給食の時間における指導の3つが示されている。特に、教科等における指導と関連づけを図る場合には、授業の導入場面での活用や学習で得た知識について食事を通して具体的に確認することが挙げられ、特に食事バランスに着目すると、バランスがとれた食事を食べながら、献立を構成する要素として主食・主菜・副菜について復習し、理解を深めることや、給食を見本にして料理の組み合わせを考える等が例示されている。それ以外にも、実際の食べ物を教材として扱うことで、児童の感覚に訴えかける指導ができると考えられる。具体的には、食べ物の目安量に着目した指導を行った事後指導として、給食を食べる前にその日に使用されている野菜の重量あてクイズに取り



組んだり、生活習慣病に関連して食塩の摂取量についての学習をした事後指導として、給食の味の濃さ等に気づかせるといった内容が考えられる。これらの内容は、今回分析した学習指導案・指導事例には見られなかった活用方法である。給食の献立には一日ごとにねらいがあり、そのねらいと合致する指導を行うことで、より効果的な指導を行うことができる。そのため、今後、学校給食を教材としてより一層活用するためには、学校給食の献立計画や指導計画を相互に関連づけながら、今以上に給食を教材としての活用していく場面を意識的に作っていく必要があると考えられた。

## 第5節 参考文献

- 1) 文部科学省：次期学習指導要領等に向けたこれまでの審議のまとめ 別紙（2），  
[https://www.mext.go.jp/content/1377021\\_2\\_2.pdf](https://www.mext.go.jp/content/1377021_2_2.pdf) （2020年1月3日）
- 2) 安部恭子：特別活動の改訂ポイント，  
[https://www.nits.go.jp/materials/youryou/files/013\\_001.pdf](https://www.nits.go.jp/materials/youryou/files/013_001.pdf) （2020年1月3日）
- 3) 岸田恵津，原田恵美，増澤康男：兵庫県における栄養教諭の職務の現状と課題：任用1年後の栄養教諭を対象とした調査より，兵庫教育大学研究紀要，34，123-130（2009）
- 4) 鈴木洋子：小学校における家庭科担当教員と栄養職員（教諭）の連携による食育の実態と課題，日本教科教育学会誌，30（2），9-15（2007）
- 5) 氏家幸子，平本福子：小学校の食に関する指導におけるコーディネートの現状と課題：宮城県の栄養教諭・学校栄養職員を事例として，日本栄養士会雑誌，56（4），279-288（2013）
- 6) 文部科学省：小学生用食育教材『たのしい食事つながる食育』指導者用（低学年），  
[https://www.mext.go.jp/component/a\\_menu/education/detail/\\_\\_icsFiles/afieldfile/2016/12/13/1380565\\_2.pdf](https://www.mext.go.jp/component/a_menu/education/detail/__icsFiles/afieldfile/2016/12/13/1380565_2.pdf) （2020年1月3日）
- 7) 文部科学省：食に関する指導の手引 第一次改訂版，p.23，東山書房，京都（2010）
- 8) 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，  
[http://www.mext.go.jp/a\\_menu/sports/syokuiku/\\_\\_icsFiles/afieldfile/2017/08/09/1385699\\_001.pdf](http://www.mext.go.jp/a_menu/sports/syokuiku/__icsFiles/afieldfile/2017/08/09/1385699_001.pdf) （2020年1月3日）
- 9) 野邊政雄，岡本真依：学校給食における児童の食行動の変容と食事観の形成に関する研究動向，岡山大学大学院教育学研究科研究集録，147，63-67（2011）
- 10) 坂本達昭，細田耕平：小学校5年生児童における給食の食べ残しおよび給食の楽しさとQOLの関連性，栄養学雑誌，73（4），142-149（2015）
- 11) 成瀬祐子，富田圭子，大谷貴美子：家庭の食事時間の楽しさが児童・生徒の自尊感情に及ぼす影響：小学5，6年生と中学2年生を対象にして，日本食生活学会誌，19，132-141（2008）
- 12) 文部科学省：食に関する指導の手引 第二次改訂版，pp.223-228，健学社，東京（2019）

## 第Ⅴ章 学童期に食に関する指導を受けた大学生の野菜摂取量と知識の定着度との関係

### 第1節 緒言

野菜にはビタミンやミネラル等の栄養成分が多く含まれるとともに、食物繊維やポリフェノールなど、がんや糖尿病をはじめとする生活習慣病を予防する多様な成分も含まれる<sup>1)</sup>。このように、野菜は健康の保持増進のために欠かせない食品であり、厚生労働省(2012)は、「21世紀における国民健康づくり運動(健康日本21(第2次))」において、野菜の平均摂取量として350g/日を目標値としている<sup>2)</sup>。しかし、平成27年国民健康・栄養調査結果では、成人の野菜の平均摂取量は293.6g/日に留まり、特に大学生が該当する20～29歳では男女ともにどの年代よりも少なく、241.3g/日と報告されている<sup>3)</sup>。

大学生の食生活に関する研究報告は、これまでも多数みられる。食育への関心度と朝食欠食率や栄養バランスの意識調査<sup>4)</sup>、食生活の現状と食教育との関連<sup>5)</sup>、食事内容と精神的健康度や心身愁訴との関係<sup>6,7)</sup>等で、さまざまな問題点が指摘されている。若年世代では、健全な食生活を心がけている人が少なく、食に関する知識が乏しいこと、朝食の欠食率が高く、栄養バランスに配慮した生活を送っている人が少ないといった状況が見受けられることから<sup>3)</sup>、第3次食育推進計画<sup>8)</sup>において、「若い世代を中心とした食育の推進」が重点課題の1つとされた。

このような現状をふまえると、大学生をはじめとする若年世代が野菜を十分に摂取し、栄養バランスに配慮した食生活の実践に繋がるような食に関する指導の確立が是非とも必要である。現在、大学に在籍する学生は、食育基本法の下に、これまでの教育課程で食に関する指導を受けてきた世代である。現行の学習指導要領<sup>9,10)</sup>においても、小・中学校ともに学校における食育の推進及び心身の健康の保持増進に関する指導については、体育科/保健体育科はもとより、家庭科/技術・家庭科、特別活動等においてもそれぞれの特性に応じて適切に行うように努めることとしている。

そこで本章では、新潟大学学生を対象に、大学生の日常の食生活における野菜摂取量の実態を把握するために質問紙調査を行い、食生活および野菜摂取に対する意識、知識、嗜好との関連を検討した。さらに、これまでの教育課程で受けてきた食に関する指導との関連を明らかにするために、家庭科をはじめとする学習指導要領の項目および教科書における記載内容と照らし合わせて、野菜摂取に関する行動や知識の定着度を検討した。なお、特別活動は教科書がなく、詳細な分析が行えないと考えられたため、本研究では検討対象外とした。

## 第2節 方法

### (1) 対象者および調査方法

新潟大学教育学部および農学部 に在籍する学生を中心とする 439 名（男性 153 名、女性 286 名）を対象として、2016 年 7 月に、食に関する講義の中で無記名自記式の質問紙調査を実施した。

### (2) 調査内容

調査票は、基本属性（所属、学年、性別、居住形態）、食生活に対する意識、野菜摂取に関する知識、嗜好および状況から構成した（表 V-1）。

表 V-1 調査項目

| 質問項目                        | 選択肢  |
|-----------------------------|--|
| 食生活に対する意識                   |  |
| 主食・主菜・副菜の組み合わせを考えて、食事をしているか | ①はい ②いいえ ③どちらでもない  |
| 日常の食事の中で、野菜をしっかり摂っているか      | ①はい ②いいえ ③どちらでもない  |
| 野菜摂取に関する知識・嗜好・状況            |  |
| 野菜の1日当たり摂取目標量を知っているか        | ①はい:成人1人1日当たり( )g ②いいえ   |
| 野菜は好きか                      | ①はい:(好きな野菜名: ) ②いいえ ③どちらでもない   |
| 日常的によく食べる野菜(複数回答可)          | ①かぶ ②かぼちゃ ③キャベツ ④きゅうり ⑤ごぼう<br>⑥こまつな ⑦だいこん ⑧たまねぎ ⑨チンゲンサイ<br>⑩トマト ⑪なす ⑫にんじん ⑬根深ねぎ ⑭はくさい<br>⑮ピーマン ⑯ブロッコリー ⑰ほうれんそう ⑱もやし<br>⑲レタス ⑳れんこん ㉑その他 |
| 野菜を使った料理でよく食べるもの(3つまで回答可)   | ①サラダ(生野菜) ②和え物(ゆで野菜) ③炒め物 ④焼き物<br>⑤煮物 ⑥酢の物・お浸し ⑦その他  |
| 野菜の摂取量(生野菜として)              |  |
| 朝食の場合                       | ①食べない ②片手半分(約30g) ③片手一杯(約60g)<br>④両手一杯(約120g) ⑤両手一杯以上( 杯)  |
| 昼食の場合                       | ①食べない ②片手半分(約30g) ③片手一杯(約60g)<br>④両手一杯(約120g) ⑤両手一杯以上( 杯)  |
| 夕食の場合                       | ①食べない ②片手半分(約30g) ③片手一杯(約60g)<br>④両手一杯(約120g) ⑤両手一杯以上( 杯)  |

### (3) 学習指導要領の項目および教科書における記載内容との照合

本調査対象者がこれまでの教育課程で受けてきた食教育との関連を明らかにするために、現行の学習指導要領総則において、健康に関する指導の中心として位置付けられている教科等のうち、小学校の家庭科ならびに体育科、中学校の技術・家庭科ならびに保健体育科の学習指導要領および教科書の記載を確認し、野菜摂取に関する記載の有無と記載内容を整理した。

### (4) 解析方法

表 V-1 に示した質問項目の「主食・主菜・副菜の組み合わせを考えて、食事をしているか／日常の食事の中で、野菜をしっかり摂っているか／野菜の1日当たり摂取目標量を知っているか／野菜は好きか／野菜を使った料理でよく食べるもの／野菜摂取量」を名義尺

度として、男女間比較には $\chi^2$ 検定を行い、期待度数 5 未満のセルが 20%以上ある場合には Fisher の正確確率検定を適用した。以上の検定で有意性が確認できた場合には残差分析を行い、調整済みの標準化残差の値が 2 以上のものを確認した。なお、回答に欠損がみられたため、項目毎に解析対象者数を記した。

野菜摂取量については、朝食・昼食・夕食のすべてに有効回答が得られた者を対象として、「片手半分（約 30g）」、「片手一杯（約 60 g）」等の選択肢に付記している重量で概算し、「両手一杯以上」が選択されていた場合には、追加回答のあった杯数に両手一杯分の重量（120 g）を乗じた値を 1 食分の概算量とした。以上の手順で得られた概算量 3 食分の合計値を 1 日当たりの野菜の概算摂取量として、その値を平成 24 年国民健康・栄養調査の分類区分を参考に 6 区分分けしたものを名義尺度として分析に用いた。統計解析には IBM SPSS Statistics 23（日本アイ・ビー・エム株式会社）を用いて、有意水準は 5%（両側検定）とした。

### 第 3 節 結果

#### (1) 対象者の属性

学生の所属は、教育学部 252 名（57.4%）、農学部 166 名（37.8%）、その他 21 名（4.8%）で、学年は 1 年生 138 名（31.4%）、2 年生 119 名（27.1%）、3 年生 135 名（30.8%）、4 年生 34 名（7.7%）、その他 13 名（3.0%）であった。性別は男性 153 名（34.9%）、女性 286 名（65.1%）であり、居住形態は一人暮らしが 338 名（77.0%）、自宅通学者 93 名（21.2%）、その他が 8 名（1.8%）であった。

#### (2) 調査結果の概要および男女間比較

表 V-2 に、調査結果の概要を示した。

##### 1) 食生活および野菜摂取に対する意識・知識

「主食・主菜・副菜の組み合わせを考えて、食事をしているか」について、「はい」と回答した者は全体の 41.4%、「いいえ」が 43.5%、「どちらでもない」が 15.1%であった。性別で比較すると、男性の方が「いいえ」と回答した割合が高かった。また、「日常の食事の中で、野菜をしっかりと摂っているか」については、「はい」と回答した者は全体の 48.3%であり、性別による違いはみられなかった。野菜の 1 日当たりの摂取目標量について、「知っている」と回答した者は全体の 35.9%で、性別では女性の方が約 9%高かったが、有意差はみられなかった。

表V-2 調査結果の概要

|                             | 総数      |        | 男性      |        | 女性      |        | p値                 |
|-----------------------------|---------|--------|---------|--------|---------|--------|--------------------|
|                             | 人数      | (%)    | 人数      | (%)    | 人数      | (%)    |                    |
| 主食・主菜・副菜の組み合わせを考えて、食事をしているか | (n=437) |        | (n=152) |        | (n=285) |        |                    |
| はい                          | 181     | (41.4) | 56      | (36.8) | 125     | (43.9) | 0.012 <sup>†</sup> |
| いいえ                         | 190     | (43.5) | 80      | (52.6) | 110     | (38.6) |                    |
| どちらでもない                     | 66      | (15.1) | 16      | (10.5) | 50      | (17.5) |                    |
| 日常の食事の中で、野菜をしっかり摂っているか      | (n=437) |        | (n=152) |        | (n=285) |        |                    |
| はい                          | 211     | (48.3) | 72      | (47.4) | 139     | (48.8) | 0.090 <sup>†</sup> |
| いいえ                         | 125     | (28.6) | 52      | (34.2) | 73      | (25.6) |                    |
| どちらでもない                     | 101     | (23.1) | 28      | (18.4) | 73      | (25.6) |                    |
| 野菜の1日当たり摂取目標量を知っているか        | (n=435) |        | (n=153) |        | (n=282) |        |                    |
| はい                          | 156     | (35.9) | 46      | (30.1) | 110     | (39.0) | 0.063 <sup>†</sup> |
| いいえ                         | 279     | (64.1) | 107     | (69.9) | 172     | (61.0) |                    |
| 野菜は好きか                      | (n=438) |        | (n=153) |        | (n=285) |        |                    |
| はい                          | 360     | (82.2) | 107     | (69.9) | 253     | (88.8) | 0.000 <sup>†</sup> |
| いいえ                         | 28      | (6.4)  | 15      | (9.8)  | 13      | (4.6)  |                    |
| どちらでもない                     | 50      | (11.4) | 31      | (20.3) | 19      | (6.7)  |                    |
| 野菜を使った料理でよく食べるもの(複数回答)      | (n=439) |        | (n=153) |        | (n=286) |        |                    |
| サラダ(生野菜)                    | 353     | (80.4) | 120     | (78.4) | 233     | (81.5) | 0.445 <sup>†</sup> |
| 和え物(ゆで野菜)                   | 89      | (20.3) | 23      | (15.0) | 66      | (23.1) | 0.046 <sup>†</sup> |
| 炒め物                         | 331     | (75.4) | 110     | (71.9) | 221     | (77.3) | 0.213 <sup>†</sup> |
| 焼き物                         | 31      | (7.1)  | 18      | (11.8) | 13      | (4.5)  | 0.005 <sup>†</sup> |
| 煮物                          | 86      | (19.6) | 27      | (17.6) | 59      | (20.6) | 0.453 <sup>†</sup> |
| 酢の物・お浸し                     | 39      | (8.9)  | 14      | (9.2)  | 25      | (8.7)  | 0.886 <sup>†</sup> |
| その他                         | 24      | (5.5)  | 5       | (3.3)  | 19      | (6.6)  | 0.138 <sup>†</sup> |
| 野菜摂取量 (g)                   | (n=435) |        | (n=149) |        | (n=286) |        |                    |
| 70 未満                       | 140     | (32.2) | 50      | (33.6) | 90      | (31.5) | 0.188 <sup>b</sup> |
| 70-140 未満                   | 172     | (39.5) | 54      | (36.2) | 118     | (41.3) |                    |
| 140-210 未満                  | 84      | (19.3) | 25      | (16.8) | 59      | (20.6) |                    |
| 210-280 未満                  | 31      | (7.1)  | 15      | (10.1) | 16      | (5.6)  |                    |
| 280-350 未満                  | 3       | (0.7)  | 2       | (1.3)  | 1       | (0.3)  |                    |
| 350 以上                      | 5       | (1.1)  | 3       | (2.0)  | 2       | (0.7)  |                    |
| 平均値                         | 110.0   |        | 115.6   |        | 107.1   |        |                    |
| 標準誤差                        | 3.2     |        | 6.4     |        | 3.6     |        |                    |

回答に欠損がみられたため項目毎に解析対象者数を記した。

検定方法 1:  $\chi^2$  独立性の検定(Pearson のカイ 2 乗), b:  $\chi^2$  独立性の検定(Fisher の直接法)

## 2) 野菜および野菜料理の嗜好性

「野菜は好きか」については、全体の 80%以上が「はい」と回答していた。女性では「はい」と回答した割合が有意に高く、男性では「いいえ」「どちらでもない」と回答した割合が有意に高かった。好きな野菜については、調査時期が夏季であったため、トマト、なす、きゅうりといった夏野菜が上位を占めていた。

「野菜を使った料理でよく食べるもの」については、全体および男女ともに「サラダ(生野菜)」が最も多く、次いで「炒め物」であった。性別で比較した場合、「和え物(ゆで野菜)」が女性で、「焼き物」が男性で有意に多かった。

## 3) 野菜摂取量

朝食・昼食・夕食別の野菜の摂取状況から 1 日当たり概算摂取量を算出し、6 区分として分布を示すとともに、平均値と標準誤差を表 V-2 に示した。概算摂取量の平均値は全体では 110.0g、男女別では、男性は 115.6g、女性は 107.1g であった。概算摂取量の分布をみると、70g 未満が 32.2%、70~140g 未満が 39.5%であり、全体の約 70%が 140g 未満に該当していた。350g 以上摂取している者は、全体のわずか 1.1%であった。

### (3) 食生活および野菜摂取に対する意識との関連

#### 1) 食生活に対する意識

「主食・主菜・副菜の組み合わせを考えて、食事をしているか」の質問に、「はい」と回答した Y 群と「いいえ・どちらでもない」と回答した N 群の 2 グループに分けて、各項目との関連を解析した結果を表 V-3 に示した。まず、「野菜の 1 日当たり摂取目標量を知っているか」については、「はい」が Y 群で、「いいえ」が N 群で有意に多かった。「野菜は好きか」については、「はい」が Y 群で、「いいえ」「どちらでもない」が N 群で有意に多かった。さらに、「野菜を使った料理でよく食べるもの」については、「和え物（ゆで野菜）」「煮物」「酢の物・お浸し」が Y 群で有意に多かった。野菜の概算摂取量の平均値は、Y 群は 134.9g、N 群は 91.9g であった。その分布をみると、N 群で 70g 未満が 43.7%と有意に多く、Y 群では 210～280g 未満および 280～350g 未満が有意に多かった。

表 V-3 食生活に対する意識の相違と各項目との関連

| 主食・主菜・副菜の組み合わせを考えて、食事をしているか |         |        |                 |        |                    | p値 |
|-----------------------------|---------|--------|-----------------|--------|--------------------|----|
| はい(Y)群                      |         |        | いいえ・どちらでもない(N)群 |        |                    |    |
|                             | 人数      | (%)    | 人数              | (%)    |                    |    |
| 野菜の1日当たり摂取目標量を知っているか        | (n=179) |        | (n=254)         |        | 0.000 <sup>†</sup> |    |
| はい                          | 83      | (46.4) | 72              | (28.3) |                    |    |
| いいえ                         | 96      | (53.6) | 182             | (71.7) |                    |    |
| 野菜は好きか                      | (n=180) |        | (n=256)         |        | 0.002 <sup>†</sup> |    |
| はい                          | 162     | (90.0) | 197             | (77.0) |                    |    |
| いいえ                         | 6       | (3.3)  | 21              | (8.2)  |                    |    |
| どちらでもない                     | 12      | (6.7)  | 38              | (14.8) |                    |    |
| 野菜を使った料理でよく食べるもの(複数回答)      | (n=181) |        | (n=256)         |        |                    |    |
| サラダ(生野菜)                    | 152     | (84.0) | 199             | (77.7) | 0.106 <sup>†</sup> |    |
| 和え物(ゆで野菜)                   | 51      | (28.2) | 38              | (14.8) | 0.001 <sup>†</sup> |    |
| 炒め物                         | 139     | (76.8) | 191             | (74.6) | 0.601 <sup>†</sup> |    |
| 焼き物                         | 11      | (6.1)  | 20              | (7.8)  | 0.486 <sup>†</sup> |    |
| 煮物                          | 44      | (24.3) | 42              | (16.4) | 0.041 <sup>†</sup> |    |
| 酢の物・お浸し                     | 22      | (12.2) | 17              | (6.6)  | 0.046 <sup>†</sup> |    |
| その他                         | 10      | (5.5)  | 14              | (5.5)  | 0.980 <sup>†</sup> |    |
| 野菜摂取量 (g)                   | (n=179) |        | (n=254)         |        |                    |    |
| 70 未満                       | 29      | (16.2) | 111             | (43.7) | 0.000 <sup>b</sup> |    |
| 70-140 未満                   | 79      | (44.1) | 93              | (36.6) |                    |    |
| 140-210 未満                  | 41      | (22.9) | 41              | (16.1) |                    |    |
| 210-280 未満                  | 23      | (12.8) | 8               | (3.1)  |                    |    |
| 280-350 未満                  | 3       | (1.7)  | 0               | (0.0)  |                    |    |
| 350 以上                      | 4       | (2.2)  | 1               | (0.4)  |                    |    |
| 平均値                         | 134.9   |        | 91.9            |        |                    |    |
| 標準誤差                        | 5.4     |        | 3.6             |        |                    |    |

回答に欠損がみられたため、項目毎に解析対象者数を記した。

検定方法 T:  $\chi^2$  独立性の検定(Pearson のカイ 2 乗), b:  $\chi^2$  独立性の検定(Fisherの直接法)

#### 2) 野菜摂取に対する意識

「日常の食事の中で、野菜をしっかり摂っているか」について、「はい」と回答した Y 群と「いいえ・どちらでもない」と回答した N 群の 2 グループに分けて、野菜の概算摂取量との関連を解析した結果を表 V-4 に示した。概算摂取量の平均値は、Y 群は 138.3g、N 群は

83.5g であった。この分布をみると、N 群で 70g 未満が 48.4%と有意に多く、Y 群では 140～210g 未満および 210～280g 未満が有意に多かった。

表 V-4 野菜摂取に対する意識の相違と野菜摂取量との関連

|            | 総数         | 日常の食事の中で、<br>野菜をしっかり摂っているか |            |                 |     | p値                 |
|------------|------------|----------------------------|------------|-----------------|-----|--------------------|
|            |            | はい(Y)群                     |            | いいえ・どちらでもない(N)群 |     |                    |
|            |            | 人数                         | (%)        | 人数              | (%) |                    |
| 野菜摂取量 (g)  | (n=433)    | (n=208)                    |            | (n=225)         |     | 0.000 <sup>b</sup> |
| 70 未満      | 140 (32.3) | 31 (14.9)                  | 109 (48.4) |                 |     |                    |
| 70-140 未満  | 171 (39.5) | 85 (40.9)                  | 86 (38.2)  |                 |     |                    |
| 140-210 未満 | 83 (19.2)  | 58 (27.9)                  | 25 (11.1)  |                 |     |                    |
| 210-280 未満 | 31 (7.2)   | 27 (13.0)                  | 4 (1.8)    |                 |     |                    |
| 280-350 未満 | 3 (0.7)    | 3 (1.4)                    | 0 (0.0)    |                 |     |                    |
| 350 以上     | 5 (1.2)    | 4 (1.9)                    | 1 (0.4)    |                 |     |                    |
| 平均値        | 110.0      | 138.3                      |            | 83.5            |     |                    |
| 標準誤差       | 3.2        | 4.9                        |            | 3.5             |     |                    |

回答に欠損がみられたため、項目毎に解析対象者数を記した。

検定方法 b:  $\chi^2$  独立性の検定 (Fisher の直接法)

#### (4) 野菜摂取に関する知識との関連

「野菜の 1 日当たり摂取目標量を知っているか」について、「はい」と回答した Y 群と「いいえ」と回答した N 群の 2 グループに分けて「日常の食事の中で、野菜をしっかり摂っているか」との関連を解析した結果を表 V-5 に示した。N 群において、「いいえ」と回答した者の割合が有意に高かった。

表 V-5 野菜摂取に関する知識と意識と野関連

|                            | 総数         | 野菜の1日当たり摂取目標量<br>を知っているか |            |         |     | p値                 |
|----------------------------|------------|--------------------------|------------|---------|-----|--------------------|
|                            |            | はい(Y)群                   |            | いいえ(N)群 |     |                    |
|                            |            | 人数                       | (%)        | 人数      | (%) |                    |
| 日常の食事の中で、野菜を<br>しっかり摂っているか | (n=433)    | (n=154)                  |            | (n=279) |     |                    |
| はい                         | 209 (48.3) | 81 (52.6)                | 128 (45.9) |         |     | 0.025 <sup>†</sup> |
| いいえ                        | 124 (28.6) | 32 (20.8)                | 92 (33.0)  |         |     |                    |
| どちらでもない                    | 100 (23.1) | 41 (26.6)                | 59 (21.1)  |         |     |                    |

回答に欠損がみられたため、項目毎に解析対象者数を記した。

検定方法 †:  $\chi^2$  独立性の検定 (Pearson のカイ 2 乗)

#### (5) 学習指導要領および教科書における食関連指導事項の記載について

学習指導要領および教科書の照合結果を表 V-6 に示した。学習指導要領および教科書ともに、野菜に特化した記載はなかったが、食事バランス等の一部として、学習の中に位置づけられていることが確認できた。



## 1) 家庭科／技術・家庭科について

小学校学習指導要領<sup>11)</sup>「B 日常の食事と調理の基礎」の中の小項目として「食品の栄養学的な特徴を知り、食品を組み合わせるとる必要があることが分かること」、中学校学習指導要領<sup>12)</sup>「B 食生活と自立」の中の小項目として「栄養素の種類と働きを知り、中学生に必要な栄養の特徴について考えること」や「食品の栄養的特質や中学生の1日に必要な食品の種類と概量について知ること」、「中学生の1日分の献立を考えること」という記載がみられた。このような学習指導要領の内容を受け、小学校の教科書では、3つの食品グループを中心として食べ物の働きを知るとともに、それらを活用したバランスのよい1食分の食事を計画し、簡単な調理をする内容で構成されていた。中学校の教科書では、6つの基礎食品群を中心として、主な栄養素を多く含む食品の重量等も記載され、摂取量のめやすと食品の概量を学習する単元やそれらを使った購入や調理等の一連の内容で構成されていることが確認できた。

## 2) 体育科／保健体育科について

小学校学習指導要領<sup>13)</sup>では第3・4学年で「(1) 毎日の生活と健康」の小項目として「毎日を健康に過ごすには、食事、運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活を続けること、また、体の清潔を保つことなどが必要であること」や「(2) 育ちゆく体とわたし」の小項目として「体をよりよく発育・発達させるには、調和のとれた食事、適切な運動、休養及び睡眠が必要であること」といった記載がみられ、第5・6学年で「(3) 病気の予防」の小項目として「生活習慣病など生活行動が主な要因となって起こる病気の予防には、栄養の偏りのない食事をとること、口腔の衛生を保つことなど、望ましい生活習慣を身につける必要があること」という記載がみられた。中学校学習指導要領<sup>14)</sup>では、「(4) 健康な生活と疾病の予防について理解を深めることができるようにする」の小項目として「健康の保持増進には、年齢、生活環境等に応じた食事、運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活を続ける必要があること。また、食事の量や質の偏り、運動不足、休養や睡眠の不足などの生活習慣の乱れは、生活習慣病などの要因となること」という記載がみられた。このような学習指導要領の内容を受け、小学校の教科書では第3・4学年でよりよい発育のために食事と体の発育の関係を学び、第5・6学年では病気の予防のためには体の抵抗力を高める必要があるため、規則正しく、栄養バランスのとれた食事の重要性や、生活習慣病予防のために健康によい生活習慣の1つとして食事について学ぶ内容で構成されていた。中学校では、1日に必要なエネルギー量等

を学ぶとともに、資料として食生活指針が掲載されており、食生活と健康の関連をより深く学ぶ内容として構成されていた。

表V-6 各教科の学習指導要領および教科書における記載内容

| 家庭科/技術・家庭科 |   |              |   | 体育科/保健体育科 |   |              |   |
|------------|---|--------------|---|-----------|---|--------------|---|
| 学年         | 学習指導要領  | 教科書<br>記載の有無 |   | 学年        | 学習指導要領  | 教科書<br>記載の有無 |   |
| 小3・4       |   |              |   | 小3・4      | (1) 毎日の生活と健康<br>(1) 健康の大切さを認識するとともに、健康により生活について理解できるようにする。<br>イ 毎日を健康に過ごすには、食事、運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活を続けること、また、体の清潔を保つことなどが必要であること。<br>(2) 育ちゆく体とわたし<br>(2) 体の発育・発達について理解できるようにする。<br>ウ 体をよりよく発育・発達させるには、調和のとれた食事、適切な運動、休養及び睡眠が必要であること。 | C社           | ○ |
| 小5・6       | B 日常の食事と調理の基礎<br>(2) 栄養を考えた食事について、次の事項を指導する。<br>イ 食品の栄養学的な特徴を知り、食品を組み合わせると必要があることが分かること。  | A社           | ○ | 小5・6      | (3) 病気の予防<br>(3) 病気の予防について理解できるようにする。<br>ウ 生活習慣病など生活行動が主な要因となって起こる病気の予防には、栄養の偏りのない食事をとること、口腔の衛生を保つことなど、望ましい生活習慣を身に付ける必要があること。   | C社           | ○ |
|            |   | B社           | ○ |           |   | D社           | ○ |
| 中1・2・3     | B 食生活と自立<br>(1) 中学生の食生活と栄養について、次の事項を指導する。<br>イ 栄養素の種類と働きを知り、中学生に必要な栄養の特徴について考えること。<br>(2) 日常食の献立と食品の選び方について、次の事項を指導する。<br>ア 食品の栄養的特質や中学生の1日に必要な食品の種類と概量について知ること。<br>イ 中学生の1日分の献立を考えること。 | A社           | ○ | 中3        | (4) 健康な生活と疾病の予防<br>(4) 健康な生活と疾病の予防について理解を深めることができるようにする。<br>イ 健康の保持増進には、年齢、生活環境等に応じた食事、運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活を続ける必要があること。また、食事の量や質の偏り、運動不足、休養や睡眠の不足などの生活習慣の乱れは、生活習慣病などの要因となること。   | A社           | ○ |
|            |   | B社           | ○ |           |   | E社           | ○ |

#### 第4節 考察

大学生を含む若年世代の食生活にはさまざまな問題点があることが指摘されているが、その中でも野菜摂取不足は憂慮すべき課題である。本章では、まず、本学学生の日常の食生活における野菜摂取量の実態を把握するための調査を行い、食生活および野菜摂取に対する意識、知識、嗜好との関連を検討した。その結果、野菜の平均概算摂取量は110g/日と非常に少なく、目標値の1/3以下の摂取量で、かつ全体の約70%が140g/日未満であった。また、平成27年国民健康・栄養調査結果（厚生労働省2016）における20～29歳の野菜摂取量はどの年代よりも低い241.3g/日であるが、大学生が該当する20代の平均値に比べても1/2以下の摂取量であった。ただし、国民健康・栄養調査結果は食物秤量調査法に基づいた値であるのに対して、本研究の野菜摂取量の把握は表V-1に示した質問紙法であり、調査方法の相違に留意しなければならない。すなわち、対象者が野菜摂取量の概量把握ができていない可能性が大きく、その後の調査において、野菜・野菜料理の目測による重量を過小評価することが明らかになっている<sup>15)</sup>。

次に、食生活に対する意識や知識と野菜摂取量の関連であるが、「主食・主菜・副菜の組み合わせを考えて食事をしている」と回答した者は全体の50%以下であった（表V-2）。

その中で、主食・主菜・副菜の組み合わせを考えて食事をしている Y 群は、野菜の 1 日当たり目標摂取量を知っている者の割合、野菜を好きと回答する割合が有意に高かった（表 V-3）。野菜の概算摂取量においても 210～280g 未満と 280～350g 未満に該当する者が Y 群で有意に多く、平均値でみても N 群より約 40g 多かった。平成 27 年国民健康・栄養調査結果<sup>3)</sup>において、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事の頻度が高いほど、野菜摂取量 350g 以上の者の割合が高いことが報告されており、本研究結果も一致するものであった。

野菜は生よりも加熱した方がかさが減り、多量に食することができる。主食・主菜・副菜の組み合わせを考えて食事をしている Y 群において、野菜を使った料理として「和え物（ゆで野菜）」「煮物」「酢の物・お浸し」をよく食べる者の割合が有意に高かったことは、Y 群の野菜摂取量が多いこととの関係が示唆された。結果には示さなかったが、学生が日常的によく食べる野菜の上位 5 種類は、キャベツ、たまねぎ、トマト、もやし、にんじんであった。また、野菜を使った料理でよく食べるものは、性別や食生活に対する意識の相違に関わらず、「サラダ（生野菜）」が最も多く、次いで「炒め物」であった。調査対象者は約 80% が一人暮らしであり、自炊をする上で「炒め物」以外の調理法や各野菜に適した美味しい調理法を教えることも必要と思われる。

野菜摂取に対する意識や知識の相違との関連では、「野菜をしっかり摂っている」と回答した Y 群の野菜の概算摂取量の平均値は、N 群に比べて約 55g 多かった（表 V-4）。その Y 群においても、野菜の 1 日当たりの目標摂取量を知っている者の割合は 52.6% であった。一方、「野菜をしっかり摂っていない・どちらでもない」と回答した N 群では、概算摂取量が 70g 未満の者が有意に多く、野菜の 1 日当たり目標摂取量を知らない者の割合も有意に高かったことから（表 V-5）、野菜摂取に対する意識と 1 日にどれくらい摂取しなければならないかの知識をしっかり持たせることが重要であり、そのための教育が必要といえる。

朝食・昼食・夕食別の野菜の摂取状況については、朝食で野菜を摂取しない人が 72.6% であり、野菜の摂取は主に昼食と夕食であった。しかし、昼食でも野菜を摂取しない人は 20.8%、夕食でも 11.2% おり、摂取していても生野菜として片手半分や片手一杯程度の分量であった。朝食に野菜を摂っていない者は、1 日当たりの野菜摂取量が少ないこと、日常の食生活で野菜は「足りていると思う」と 32.6% の人が回答したにも関わらず、350g を摂取できていたのはわずか 4.2% であったことも報告されている<sup>16)</sup>。以上のことから、目標値の 350g/日の野菜を摂取するためには、毎食、両手一杯（約 120g）の摂取が必要であることを認識させ、さらに、野菜摂取量を増やすためには朝食での野菜摂取を促す教育も必要で

ある。

2005 年 6 月に食育基本法<sup>17)</sup> が制定されて以来、小・中学校を中心に児童生徒に対して、食に関する指導が行われてきた。学習指導要領において、家庭科／技術・家庭科では食事のバランスや概量等、体育科／保健体育科でも食事の役割に関する記載があり、技術・家庭科の教科書においては、野菜を含めた食品の実物大の写真とその概量が記載されていた。実践例をみても、家庭科や体育科、学級活動等において野菜の栄養学的な働きや摂取の目安量が指導されている<sup>18)</sup>。平成 24 年度の学習指導要領実施状況調査結果<sup>19)</sup> では、特定の食材（にんじん）に含まれる主な栄養素の体内での働きの正答率は 78.5%であったが、五大栄養素の種類と働きについての正答率は 26.4%であった。このことから、小学校家庭科の「B 日常の食事と調理の基礎」において習得が望まれる五大栄養素の基礎的事項の定着度には課題がみられる。また、平成 22 年度児童生徒の食生活実態調査結果<sup>20)</sup> では、「栄養のバランスを考えて食べる」や「色の濃い野菜を多く食べる」といった項目で、小学校よりも中学校で数値が悪化していることから、学習が食行動に十分に反映されていないことが推察される。高校では、学習指導要領において家庭科に配当される科目が非常に多岐にわたり、その科目ごとで食に関する学習内容が異なる。そのため、本調査対象者の学習内容を把握することは困難である。しかしながら、調査対象者は本学において、教育学部および農学部の食に関する講義を受けており、「小学校家庭」では食事バランスについて、「食生活論」「食物学」では食事バランスに加えて野菜摂取の意義とその方法に関して学習している。

野菜摂取に向けた行動変容について、女子大学生を対象とした先行研究がある<sup>21)</sup>。意思決定バランスとして、恩恵の項目に栄養素摂取が、負担の項目に手間と精神的負担がそれぞれ挙げられており、具体的内容には周囲の環境等も含まれていた。これらは、野菜摂取の行動に個人の知識や技術以外にも、購買・消費の制約、両親や友人等の周囲の影響があることを示している。また、近年は食に関する誇張された誤った情報等も氾濫しており、それらに対するコーピングスキルや食生活リテラシーを学生が身につけられるよう指導することも重要であると考えられた。

小・中学校において、既存の教科書の内容をふまえ、実際にどのような指導を行うかは各学校に任されているが、本研究結果から、これまでの学習が大学生に定着していないことが明らかとなった。岩部ら<sup>22)</sup> は、日本人小児の野菜摂取を促す教育に関する系統的レビューの中で、野菜摂取の態度が向上した研究では、野菜に焦点を当てた体験学習が展開されていることを報告している。また、諸外国での野菜摂取量の増加に効果のみられた研究では行動

科学理論が用いられていることも示されている。

野菜摂取量と健康との関連については、疫学研究やヒト介入試験を通して疾病予防に対する多くの有益な知見が得られている。野菜摂取の重要性について、小・中学校における食に関する指導を含め、今後、どのような内容の教育をどのような学習形態で実施することが若年世代の野菜摂取量の改善に有効なのか、本研究で得られた知見をもとに、さらに行動科学理論に基づくアクティブ・ラーニング等を検討していきたい。

## 第5節 参考文献

- 1) 池上幸江, 梅垣敬三, 篠塚和正, 江頭祐嘉合: 野菜と野菜成分の疾病予防及び生理機能への関与, 栄養学雑誌, 61 (5), 275-288 (2003)
- 2) 厚生労働省: 21 世紀における国民健康づくり運動 (健康日本 21 (第二次)),  
[http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/dl/kenkounippon21\\_01.pdf](http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/dl/kenkounippon21_01.pdf) (2020 年 1 月 3 日)
- 3) 厚生労働省: 平成 27 年国民健康・栄養調査結果の概要, <http://www.mhlw.go.jp/file/04-Houdouhappyou-10904750-KenkoukyokuGantaisakukenkouzoushinka/kekkagaiyou.pdf> (2020 年 1 月 3 日)
- 4) 内閣府: 大学生の食に関する実態・意識調査報告書,  
<http://warp.da.ndl.go.jp/info:ndljp/pid/9929094/www8.cao.go.jp/syokuiku/more/research/pdf/syoku-report.pdf> (2020 年 1 月 3 日)
- 5) 坂本裕子, 上山恵子: 男女大学生の食生活の現状と食教育について, 京都文教短期大学研究紀要, 44, 23-30 (2005)
- 6) 村上亜由美, 荻安利枝, 岸本三香子: 大学生における食生活の特徴と心身愁訴, 福井大学教育地域科学部紀要 第 V 部 (応用科学 家政学編), 44, 1-18 (2005)
- 7) 山下恵理, 熊谷 修, 青木 清: 大学生における食品摂取パターンと精神的健康度の関係, 栄養学雑誌, 73 (1), 2-7 (2015)
- 8) 内閣府: 第 3 次食育推進基本計画,  
<http://warp.da.ndl.go.jp/info:ndljp/pid/9929094/www8.cao.go.jp/syokuiku/about/plan/pdf/3kihonkeikaku.pdf> (2020 年 1 月 3 日)
- 9) 文部科学省: 小学校学習指導要領, p. 14, 東京書籍, 東京 (2008)
- 10) 文部科学省: 中学校学習指導要領, p. 16, 東山書房, 京都 (2008)
- 11) 文部科学省: 小学校学習指導要領解説 家庭編, pp. 25-36, 東洋館出版社, 東京 (2008)

- 12) 文部科学省：中学校学習指導要領解説 技術・家庭編, pp. 49-57, 教育図書, 東京 (2008)
- 13) 文部科学省：小学校学習指導要領解説 体育編, pp. 56-59, 78-85, 東洋館出版社, 東京 (2008)
- 14) 文部科学省：中学校学習指導要領解説 保健体育編, pp. 156-163, 東山書房, 京都 (2008)
- 15) 山口智子, 細田耕平, 中野あゆみ, 渡邊令子：野菜・野菜料理に対する大学生の重量把握力の実態, 新潟大学高等教育研究, 7, 17-24 (2019)
- 16) カゴメ株式会社：8月31日は「野菜の日」野菜摂取実態に関する意識調査,  
<https://www.kagome.co.jp/library/company/news/2016/img/160801.pdf> (2020年1月3日)
- 17) 内閣府：食育基本法, [http://www.maff.go.jp/j/syokuiku/pdf/kihonho\\_28.pdf](http://www.maff.go.jp/j/syokuiku/pdf/kihonho_28.pdf) (2020年1月3日)
- 18) 藤本勇二：入門・食育実践集, pp. 24-27, 72-75, 92-95, 全国学校給食協会, 東京 (2015)
- 19) 国立教育政策研究所教育課程研究センター：小学校学習指導要領実施状況調査教科別分析と改善点等 (家庭), [http://www.nier.go.jp/kaihatsu/shido\\_h24/07\\_2.pdf](http://www.nier.go.jp/kaihatsu/shido_h24/07_2.pdf) (2020年1月3日)
- 20) 独立行政法人日本スポーツ振興センター：平成22年度 児童生徒の食生活実態調査【食生活実態調査編】, [https://www.jpnsport.go.jp/anzen/school\\_lunch/tabid/1490/Default.aspx](https://www.jpnsport.go.jp/anzen/school_lunch/tabid/1490/Default.aspx) (2020年1月3日)
- 21) 岡本美紀, 中尾尚美, 武藤慶子：女子大学生の行動変容段階における野菜摂取についての要因の検討, 長崎国際大学論叢, 15, 119-134 (2015)
- 22) 岩部万衣子, 岩岡未佳, 吉池信男：日本人小児の野菜摂取を促す教育プログラムに関する研究の系統的レビュー, 栄養学雑誌, 72 (1), 2-11 (2014)

## 第Ⅵ章 小学校における食育カリキュラムの検討

### 第1節 第Ⅰ章から第Ⅴ章までの総括

#### (第Ⅰ章 小括)

第Ⅰ章では、小学校学習指導要領と教科等における食育関連事項との関連を明らかにすることを目的として、全国の公的機関からインターネット上に公開されている食育関連学習指導案・指導事例を対象に、現行学習指導要領の内容項目のどの部分に準拠して食育関連授業が計画されているかを調査した。実施学年と教科等を抽出し、学習指導要領と照合して整理を行った結果、4つの教科等（学級活動、家庭科、体育科、総合的な学習の時間）において、内容項目に食・健康に関連する事項が明記されており、それに準拠して授業が計画されていることが確認された。また、他の4つの教科等（生活科、社会科、道徳、理科）では学習指導要領に食育に関する事項は明記されていないものの、それぞれの教科等の内容を指導する際の教材・テーマとして食に関連した事項を扱うことができ、実際に授業内容に食育を位置づけた指導が行われていることが確認された。

#### (第Ⅱ章 小括)

第Ⅱ章では、小学校体育科（保健領域）で、新学習指導要領に基づいて食育を強く意識した指導計画作成に向けた検討を行うことを目的に、全国の公的機関から公開されている小学校体育科の学習指導案・指導事例について、現行および新学習指導要領への準拠状況や評価規準、食に関する指導の目標の設定状況を調査した。その結果、小学校体育科（保健領域）では、第3学年から「心身の健康」を目標とした食に関する指導を行うことで、体育科と家庭科の学習内容をつなげた教科横断的な指導が可能であることが明らかになった。さらに、第6学年の生活習慣病に関連する授業においても、健康づくりの一環としての食の役割についてより理解を深め、生活上の具体的な課題発見とその解決に向けて考え、表現するという活動が取り入れられていたことは、新学習指導要領の意図する言語活動の充実にも即するものであり、さらなる食育の推進に向けた指導が期待されると考えられた。

#### (第Ⅲ章 小括)

第Ⅲ章では、小学校家庭科で、新学習指導要領において食育を強く意識した指導計画作成に向けた検討を行うことを目的に、全国の公的機関から公開されている小学校家庭科にお

ける食生活分野の学習指導案・指導事例について、現行の学習指導要領のどの内容項目に準拠して作成されているかを確認するとともに、食に関する指導の目標への該当状況等を調査した。その結果、得られた 42 の学習指導案・指導事例の中で最も多い題材名は、第 5 学年では「元気な毎日と食べ物」9 件、第 6 学年では「楽しい食事を工夫しよう」7 件であった。現行学習指導要領では、「B 日常の食事と調理の基礎」のいずれかの内容項目に準拠した事例が 90%、その中でも「B (2) 栄養を考えた食事」が最も多く、全体の 55%を占めていた。これらの食に関する指導の目標への該当状況は、「心身の健康」が 39%、「食事の重要性」が 25%であった。「社会性」と「感謝の心」の事例数は少なかったが、家庭科では食に関する指導の 6 つの目標を位置づけた様々な展開が可能であることが確認され、同じ題材名でも多角的な視点から指導が行えることが明らかになった。今後、新学習指導要領において食育の一層の推進のためには、食に関する指導の目標を位置づけた学習指導案を作成することで、食育をより強く意識した小学校家庭科の指導ができると考えられた。

#### (第Ⅳ章 小括)

第Ⅳ章では、小学校学級活動（給食の時間を含む）で、中心かつ継続的に扱われている題材とその指導内容が学年進行に伴いどのように変化しているのかを明らかにすることを目的に、全国の公的機関から公開されている小学校学級活動における学習指導案・指導事例について、設定題材と指導展開、評価基準等の記載内容を調査した。その結果、学級活動で多く扱われている題材は、食事バランス（3 色食品群、好き嫌い等を含む）、朝食、野菜であることが明らかになった。特に、食事バランスや朝食を題材にした指導では、家庭科や体育科と関連づけた教科横断的な指導を行うことができる可能性が示されるとともに、今後の生活場面等における課題解決につなげられるような、実践的な指導が行われていることが確認された。しかし、野菜を題材にした指導では、既習事項や各学年の学習内容との関連づけには課題があることが分かった。また、給食指導に関する研究の結果からは、給食指導のあり方として、まず児童が楽しい雰囲気の中で会食ができるように配慮し、その上で残さず食べることができるような指導や支援を工夫する必要があると考えられた。

#### (第Ⅴ章 小括)

第Ⅴ章では、大学生を対象に、これまでの教育課程における食に関する指導で得た知識や行動の定着度を明らかにすることを目的として、野菜摂取に関する質問紙調査を行うと



もに、調査対象者が小中学校で学習した野菜摂取に関する教育内容を調査した。新潟大学学生 439 名の食生活と野菜摂取に対する意識、知識、嗜好との関連を分析した結果、主食・主菜・副菜の組み合わせを考えて食事をしている者は全体の 41.4%で、野菜の平均概算摂取量は 110g/日であった。全体の約 70%が 140g/日未満であり、摂取不足が懸念された。食生活および野菜摂取に対する意識や知識、嗜好が、野菜摂取量に影響していることが明らかになった。また、小学校の家庭科、体育科と中学校の技術・家庭科、保健体育科の学習指導要領および教科書において、食事のバランスや概量、食事の役割等に関する記載がみられ、食に関する指導が行われているが、これまでの学習が大学生に定着していないことが明らかとなった。

現在の教科等における食に関する指導においてできていると考えられることは、食事バランスや朝食の学習の学年進行に沿った指導があげられる。具体的には、体育科では、指導の目標「心身の健康」に該当する一貫した指導が行われており、特に 3・4 学年では、健康と運動、休養および睡眠に類する内容が扱われていた。また、家庭科では食に関する指導の目標に対応した様々な指導が行えており、一部の事例では新学習指導要領の食文化の充実にあたる指導がすでに行われていた。さらに学級活動では、食事バランス、朝食指導について家庭科・体育科と連携できるような指導が行われていた。一方で、教育効果を高めるために今後検討が必要なこととして、家庭科で消費生活等に関連する指導を行うことがあげられる。具体的には、「D (1) 物や金銭の使い方と買物」や「D (2) 環境に配慮した生活」の単元の学習指導案・指導事例はほとんどみられなかったため、それらの単元において、食品表示の読み取りや食物アレルギーへの対応を含めた計画的な物や金銭の使い方の知識とその技能の習得に向けた指導、食品ロス等についても考慮した環境に配慮した生活に関する指導が行われる必要がある。また、学級活動については、野菜の摂取の指導に関して学年間で内容の変化がなく、発達段階に応じた指導が行われているとはいいがたい状況であることも明らかになった。これが、成長後の食生活での実践につながっていない要因とも考えられるため、学年進行に合わせた指導内容ならびに、行動科学理論の考え方を取り入れた体験を伴う授業展開について、検討していく必要がある。以上は、分析した学習指導案・指導事例に記載されている事柄から判断した内容である。しかし、実際の指導では、児童の理解状況等に応じて学習指導案・指導事例に未記載の内容を取り入れている可能性もあるため、今後は各授業の詳細な情報収集を行う必要性も示唆された。

## 第2節 学習指導要領の改訂と食に関する指導の手引

学校における食育の内容は、「心身の健康増進」と「豊かな人間性の形成」の2つに大別され<sup>1)</sup>、『食に関する指導の手引』に示された6つの目標（食事の重要性、心身の健康、食品を選択する能力、感謝の心、社会性、食文化）も、これらを踏まえたものになっている。

『食に関する指導の手引 第一次改訂版』<sup>2)</sup>には、6つの目標のそれぞれに対して、学年ごとに細分化された目標が示されている。一方、学習指導要領の改訂にあわせて2019年に出された『食に関する指導の手引 第二次改訂版』<sup>3)</sup>では、食に関する全体の指導目標が「食に関する指導の目標」として示され、新学習指導要領<sup>4)</sup>に準じて「知識・技術」「思考力・判断力・表現力等」「学びに向かう力・人間性等」の3つの柱に沿って明確化された。具体的には、これまで「食事の重要性」や「心身の健康」「食品を選択する能力」の内容として例示されていた、食事の重要性や栄養バランスについての理解を図り、健康で健全な食生活に関する知識や技能を身に付けるようにすることが「知識・技術」に、食生活や食の選択について、正しい知識・情報に基づき、自ら管理したり判断したりできる能力を養うことが「思考力・判断力・表現力等」として示されている。また、これまでの「食に関する指導の目標」として示されてきた6つの目標は「食育の視点」とし、それぞれの視点に関わる資質・能力も「知識・技術」「思考力・判断力・表現力等」「学びに向かう力・人間性等」に分類して示されている。

ここで、「食事の重要性」と「心身の健康」、「食品を選択する能力」について、第一次改訂版および第二次改訂版のそれぞれに示されている習得を目指す内容の例示を表VI-1に示した。改訂前後の記述で共通してみられる内容として、知識面では、規則正しく朝食・昼食・夕食をとること、栄養バランスのとれた食事の大切さ、および体に必要な栄養素の種類と働きが分かることである。また技能面では、食品の安全に関心をもち、衛生面に気を付けて簡単な調理をすることができる調理スキルや、食品をバランスよく組み合わせて簡単な献立をたてることができる献立作成スキルである。これらは、すべて改訂後の学習指導要領の示す「知識・技能」にあたる内容である。

また、『食に関する指導の手引 第二次改訂版』<sup>3)</sup>には、思考力・判断力・表現力等や学びに向かう力・人間性等についても記載されている。思考力・判断力・表現力等では、「食事の重要性」として、食環境と自分の食生活との関わりなどを見つめ、必要な情報を収集し、健康な生活や健全な食生活を実現するために何が必要かを考え、適切に意思決定して行動できるようにすることが、「心身の健康」としては、1日分の献立をふまえ、栄養のバラン

スをよくするために、簡単な日常食の調理を考えることができるようにすること、また、栄養や食事のとり方などについて正しい知識・情報に基づいて自ら判断できるようにすることが掲げられている。さらに、「食品を選択する能力」の内容としては、食事の準備や調理、後片付けを行う際に、安全や衛生についてどういった点に気を付けることが必要かを考えることができるようにすること、食品の品質の良否を見分け、食品に含まれる栄養素やその働きを考え、適切な選択ができるようにすることが挙げられている。思考・判断・表現は現行学習指導要領の4つの観点にも含まれている<sup>5)</sup>。収集した学習指導案・指導事例には観点の明示がないものもあるが、「食事の重要性」・「心身の健康」・「食品を選択する能力」のいずれの内容も、各章で示した実際の学習指導案・指導事例において類似の評価基準が確認できる。手引に示されている内容は各学年の詳細なものではないため、現行の学習指導案・指導事例等を参考に、各学年の段階にあった資質・能力を検討する必要があると考えられる。

一方、学びに向かう力・人間性等については、「食事の重要性」では食事に興味・関心をもち、健全な日常生活の基盤を支えるために、自ら調理して食事の準備をしたり栄養バランスに配慮した食生活を実践したりしようとする態度を養うこと、「心身の健康」では自分の食生活を見つめ直して、主体的によりよい食習慣を形成しようとする態度を養うことが掲げられている。「食品を選択する能力」では、食品表示など食品の品質や安全性等の情報を進んで得ようとする態度を養うこととされている。学びに向かう力・人間性等は、新学習指導要領で新たに設けられた観点であるため、本研究で作成したデータベースを構成する学習指導案・指導事例には記載が見られない。そのため、これまでの事例をもとに詳細な検討を行うことは困難であり、今後、新学習指導要領に基づいて作成された学習指導案・指導事例を収集・分析することで、検討していく必要があると考えられた。

次節では、このような学習指導要領と『食に関する指導の手引』の改訂を踏まえて、食育カリキュラムの試案を提示する。

表VI-1 食に関する指導を通して習得を目指す資質・能力

|            |        | ①食事の重要性  |   | ②心身の健康   |   | ③食品を選択する能力   |  |
|------------|--------|--|---|--|---|--|--|
|            |        | 第一次改訂版 <sup>†</sup>  | 第二次改訂版 <sup>‡</sup>   | 第一次改訂版 <sup>†</sup>  | 第二次改訂版 <sup>‡</sup>   | 第一次改訂版 <sup>†</sup>  | 第二次改訂版 <sup>‡</sup>  |
| 小学校<br>低学年 | 第1学年   | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 食べ物に興味・関心を持つ。</li> <li>○ 楽しく食事をすることができる。</li> <li>○ 朝食の大切さが分かる。</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 食べ物に興味・関心を持ち、楽しく食事ができる。</li> </ul>                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 嫌いな食べ物でも親しみをもちつづけることができる。</li> <li>○ 正しい手洗ができる。</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 好き嫌いせずに食べることの大切さを考えることができる。</li> <li>○ 正しい手洗いや、良い姿勢でよく噛んで食べることができる。</li> </ul>             | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 食べ物の名前が分かる。</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 衛生面に気を付けて食事の準備や後片付けができる。</li> <li>○ いろいろな食べ物や料理の名前が分かる。</li> </ul>              |
|            | 第2学年   | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 食べ物に興味・関心を持つ。</li> <li>○ 食べ物には命があることが分かる。</li> </ul>  |   | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 好き嫌いせずに食べようとする。</li> <li>○ よく噛んで食べることの大切さがわかる。</li> <li>○ よい姿勢で、落ち着いて食べることができる。</li> </ul>  |   | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ いろいろな食べ物の名前が分かる。</li> </ul>   |  |
| 小学校<br>中学年 | 第3学年   | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 3食規則正しく食事をとり、生活リズムを整えることの大切さがわかる。</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 日常の食事に興味・関心を持ち、楽しく食事することが心身の健康に大切なことが分かる。</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 好き嫌いせずに残さず食べようとする。</li> <li>○ よく噛んで食べることができる。</li> <li>○ 健康に過ごすためには食事が大切なことが分かる。</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 健康に過ごすことを意識して、様々な食べ物を好き嫌いせずに3食規則正しく食べようとするができる。</li> </ul>                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 色々な料理の名前が分かる。</li> <li>○ 食品を安全で衛生的に扱うことは大切だということが分かる</li> </ul>                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 食品の安全・衛生の大切さが分かる。</li> <li>○ 衛生的に食事の準備や後片付けができる。</li> </ul>                     |
|            | 第4学年   | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 楽しく食事をするということが心身の健康に大切なことが分かる。</li> </ul>   |   | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 健康に過ごすことを意識して、いろいろな食べ物を好き嫌いせずに食べようとする。</li> </ul>   |   | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 衛生的に給食の準備や食事、後片付けができる。</li> </ul>   |  |
| 小学校<br>高学年 | 第5学年   | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 日常の食事に興味・関心をもつ。</li> <li>○ 朝食をとることの大切さを理解して習慣化している。</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 日常の食事に興味・関心を持ち、朝食を含め3食規則正しく食事をとることの大切さが分かる。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 栄養のバランスのとれた食事の大切さが分かる。</li> <li>○ 五大栄養素と食品の三つの働きが分かり、好き嫌いせずに食べることができる。</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 栄養のバランスのとれた食事の大切さが理解できる。</li> <li>○ 食品をバランスよく組み合わせる簡単な献立をたてることができる。</li> </ul>             | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 食品の安全・衛生について考えることができる。</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 食品の安全に関心をもち、衛生面に気を付けて、簡単な調理をすることができる。</li> <li>○ 体に必要な栄養素の種類と働きが分かる。</li> </ul> |
|            | 第6学年   | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 楽しく食事をするということが、人と人とのつながりを深め、豊かな食生活につながる事が分かる。</li> </ul>  |   | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 食事が体に及ぼす影響や食品をバランスよく組み合わせる食事の大切さを理解し、一食分の献立を考え、調理することができる。</li> </ul>   |   | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 食品の衛生に気を付けて、簡単な調理をすることができる。</li> <li>○ 衛生的に食事の準備や後片付けをすることができる。</li> </ul>                  |  |
| 中学校        | 第1～3学年 | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 毎日規則正しく食事を摂ることができる。</li> <li>○ 食環境と自分の食生活とのかわりを理解する。</li> <li>○ 生活の中で食事が果たす役割や自ら調理できることの重要性、健康と食事とのかわりを理解する。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 日常の食事に興味・関心を持ち、食環境と自分の食生活との関わりを理解できる。</li> </ul>       | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 自分の生活や将来の課題をみつめ、望ましい食事の仕方や生活習慣を理解し、自らの健康を保持増進しようとする。</li> <li>○ 身体の発達に伴う必要な栄養や食品に含まれる栄養素の種類と働きを知り、中学生の時期の栄養について理解する。</li> <li>○ 一日分の献立を踏まえ、簡単な日常食の調理をすることができる。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 自らの健康を保持増進しようとし、自ら献立をたて調理することができる。</li> <li>○ 自分の食生活を見つめ直し、望ましい食事の仕方や生活習慣を理解できる</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 食品の安全・衛生について判断し、適切な取り扱いができる。</li> <li>○ 食品に含まれている栄養素や働きが分かり、品質の良否を見分け、適切な選択ができる。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 食品に含まれている栄養素や働きが分かり、品質の見分け、適切な選択ができる。</li> </ul>                                |

<sup>†</sup>『食に関する指導の手引第一次改訂版』各学年の食に関する指導の目標 例 より抜粋

<sup>‡</sup>『食に関する指導の手引第二次改訂版』学年段階別に整理した資質・能力(例)より抜粋

### 第3節 食育カリキュラムの試案

第Ⅰ章において、学習指導要領に準拠した教科等における食に関する指導を行うことができる内容項目を確認し、第Ⅱ～Ⅳ章において、小学校の体育科（保健領域）、家庭科、および学級活動における学習指導案・指導事例で、どのように食に関する指導が計画されているかを調査した。その結果、「食事の重要性」ならびに「心身の健康」を食に関する指導の目標として設定し、食事バランスや朝食を一貫したテーマとして設定することで、前述教科の授業内容を関連づけながら継続的かつ系統的な指導が行える可能性が示唆された。

各教科の学年ごとの代表的な題材名ならびにそれらの指導を通して習得を目指す資質・能力をもとに、作成した食育カリキュラムの試案を表Ⅵ-2とⅣ-3に、学習内容の関連を図Ⅵ-1に示した。この試案は、これまでの研究成果に基づき、学習指導要領および『食に関する指導の手引』のどちらの記載にも合致しており、実施題材・単元は実際に多く取り組まれているものである。また、各学年で習得を目指す資質・能力を示すことができた点は、これまでの小学校における食育を取り扱った先行研究にはない新たな観点である。

試案では、文部科学省の例示<sup>6)</sup>に倣い、特別活動のなかの学級活動で継続的な指導を行うこととした。具体的には、低学年では食べ物や朝食の働き等の家庭科や体育科の学習につながる基本的な知識を得る、食に関する興味や関心を持つ、自分の生活をふり返って改善しようとする意欲を持つなど、今後の食育に積極的に取り組むことができるような資質・能力の基礎づくりを行う。中学年では、体育科(保健領域)の「毎日の生活と健康」や「育ちゆく体とわたし」等の単元の学習により、健康と食の関わりを知る。そして、学級活動ではその内容を生かして、好き嫌いや朝ごはんの内容を栄養や健康づくりの観点から振り返り、自身の生活上の課題を解決するためのめあてや改善方法を考える等、具体的な改善行動を考える経験を積むことで、自身の生活を自己管理できるような資質・能力の習得につながるよう指導する。さらに、児童達の既習事項の理解度等の状況に応じて、食事バランスを判断するための基準である食べ物の働きによる分類(3つの食品グループ)だけでなく、料理区分(主食・主菜・副菜・汁物等)の指導も行ふことで、家庭科の学習の導入として位置づけることが可能である。そのうえで、高学年では家庭科の「毎日の生活と食べ物」等の単元で栄養の基礎を、「始めてみようクッキング」や「楽しい食事を工夫しよう」、「まかせてね 今日のごはん」等で基本的な調理スキルや1食分の献立作成の方法を学習する。また、体育科(保健領域)では「病気の予防」の単元で健康と食の関連として生活習慣病について学ぶ。そして、それらと中学年までの学習を関連付け、自身の朝食や料理の選び方等の食生活の課題に対

して、その解決に向けた栄養バランスの良い献立を考えると、これまで以上に現実的な解決方法を考えることができるように展開することで、家庭や日常生活での実践につながる知識や技術の習得とそのための動機づけを行うことができると考えた。

これまでは、学習指導案のなかに教科の指導のねらいと食に関する指導の目標が個別に設定されており、1つの学習指導案に目標が複数記載されることで、教科等における指導の目標が曖昧になることがあった<sup>3)</sup>。そのため、『食に関する指導の手引 第二次改訂版』<sup>3)</sup>では「食育の視点」として記載し、教科のねらいを達成する際の視点の1つとして位置づけられることになった。食に関する指導の内容は多岐にわたり、その内容を扱う教科が複数にまたがっていることから、学習した内容を「食育の視点」でつなぐことで、教科横断的に食に関する資質・能力を育むことが期待されている。その際、試案に示したように各学年で習得を目指す資質・能力が共有されることの意義は大きい。また、これまでの教科等における授業内容を大幅に変えることなく指導できることは、学級担任等の一般教諭が食育の担い手になる際の負担を低減すると考える。そのため、新学習指導要領下で教科等における指導を行う際に、試案に示した各学年で習得を目指す資質・能力を念頭において連続性を意識することで、学校教育活動全体で取り組む食に関する指導につながると考える。現場の教員が教科等における食に関する指導を計画する際に活用できる資料が不足している状況にあって、これまで主要な指導が行われてきた「食事バランス」および「朝食」に関するカリキュラムの試案を作成したことは、今後の小学校における食育推進に向けた有用な提案であると考ええる。

表VI-2 小学校における家庭科・体育科（保健領域）・学級活動の学習内容を関連づけて行う「食事バランス」および「朝食」に関する食育カリキュラムの試案（学級活動部分）

| 教科等  | 学級活動【食事バランスに関する指導】               |   |   | 学級活動【朝食に関する指導】  |  |
|------|----------------------------------|---|---|---|--|
|      | 題材・単元名<br>(一例を抜粋)                | 習得を目指す資質・能力 <sup>†</sup>  | 題材・単元名<br>(一例を抜粋)   | 習得を目指す資質・能力 <sup>†</sup>  |  |
| 第1学年 | ・なんでも食べよう<br>・好き嫌いをなく食べよう        | ・食べ物には、体にとって大切な役割があることに気づく。(心)<br>・食べ物の3つの働きが分かる。(心、選)<br>・何でも食べることの大切さ、よさについて理解する。(食)<br>・好き嫌いをなく食べようとする意欲をもつ。(食、心)<br>・食べ物の3つの働きに触れ、健康な体を作るためには、好き嫌いしないで食べることが大切であることを理解する。(心)                            | ・あさごはん<br>・でげんき<br>・いっぱい<br>・しっかり食べよう<br>・朝ごはん                | ・朝食の働きを知り、朝食を食べることの重要性を理解する。(食)<br>・毎日朝食を食べようという気持ちを持っている。(食)<br>・早寝早起きをして朝ごはんを食べようとする意欲を持つ。(食)   |  |
| 第2学年 | ・たべものはたらき<br>・もりもりたべよう           | ・食べ物を3つのグループに分けることができる。(心、選)<br>・給食のバランスの良さに気づき、残さず食べようとする意欲を持っている。(心)<br>・がんばりカードに自分なりにバランスよく食事するためのめあてを書くことができる。(心、選)<br>・自分の食事に含まれている食品を3つの食品群に分類し、課題を見つけることができる。(心、選)                                   | ・もりもり<br>・朝ごはん<br>・朝ごはん<br>・パワーで<br>・まい日<br>・げんき              | ・朝食の働きを理解している。(食、心)<br>・朝ごはんの効果を知り、早寝早起きやいろいろな食品を食べたいことを理解する。(食、心)<br>・1日の生活における朝ごはんの大切さを理解し、自分の生活を見直して毎日をたべようとする意欲を持つ。(食)<br>・自分の生活をふり返り、めあてを考えることができる。(食、心)   |  |
| 第3学年 | ・バランスのとれた食事をしよう<br>・どんな食べ方がいいのか？ | ・3つのグループから食品をとることの大切さを理解している。(心)<br>・好き嫌いをなく食べようとする意欲を持つことができる。(心)<br>・バランスのとれた食事をすることの大切さが分かる。(心)<br>・好き嫌いをなく、何でも食べようとする意欲をもつ。(心)<br>・食べ物の働きと、バランスよく食べることの大切さを理解している。(心)<br>・好ききらいせず食べようとする意欲をもつことができる。(心) | ・バランスのよい朝ごはんを考えよう<br>・朝ごはん<br>・で目覚まし<br>・スイッチ<br>・朝ごはんを毎日食べよう | ・朝食の役割、大切さについて理解する。(食、心)<br>・栄養バランスのよい朝ごはんが、体のリズムや元気な活動に大切であることを理解する。(心、選)<br>・自分の生活を見直して元気に過ごすために、黄・赤・緑の揃った朝ごはんを食べようという意欲を持つ。(食)<br>・栄養バランスのよい朝ごはんを食べようとする意欲を持つ。(食、心)<br>・自分の生活リズムを振り返り、めあてを実践しようとする。(食)   |  |
| 第4学年 | ・まん点弁当を作ろう<br>・バランスの良い朝ごはんを考えよう  | ・バランスよく食べようとする気持ちをもつことができたか。(心、選)<br>・主食・主菜・副菜がそろった朝ごはんの献立を考えることができたか。(食)<br>・「私の朝ごはん宣言」を考えることができたか。(食)<br>・食材の3つのはたらきとそれに当てはまる食材がわかる。(心、選)<br>・明日からの給食の目標を立て、実践できる。(心、選)                                   | ・朝ごはん<br>・で目覚まし<br>・スイッチ<br>・朝ごはんを毎日食べよう                      | ・朝ごはんには3つのスイッチがあることが分かる。(食、心)<br>・3つのスイッチの料理が分かる。(食、心)<br>・自分の朝食を振り返り、3つのスイッチがある朝食を実際に作ろうとする意欲を持つ。(食、心)<br>・朝食の大切さに気づき、自分の食生活を見直すことができたか。(食、心)<br>・自分の朝ごはんを見直し、よりよい朝ごはんを食べるための改善方法を考えて実践する意欲をもつ。(食、心)   |  |
| 第5学年 | ・どんな食べ方がいいのか<br>・バイキング給食を体験しよう   | ・主食・主菜・副菜が揃うことにより、栄養バランスがよくなることを理解している。(食、心、選)<br>・毎日の生活の中でもバランスの良い食事をしようとする意欲を持つことができる。(食、心、選)<br>・主食・主菜・副菜の望ましい量について考え、自然教室でのバイキングの目当てを立てることができる。(心、社)  | ・朝ごはん<br>・で朝からいきいき<br>・体づくり<br>・栄養バランスのよい朝ごはん<br>・を食べよう！      | ・朝から体をいきいきさせるために、自分の朝ごはんの改善策を具体的に書くことができる。(心)<br>・自分の朝ごはんをよりよくするための目標を設定している。(心)<br>・自分の生活をふり返り、食事の用意をすることを考えることができるか。(心)<br>・友だちと考えを交流して、栄養バランスを考えた献立をたてることができるか。(心)<br>・朝ごはんを食べるために、自分ですることを決めることができたか。(心)  |  |
| 第6学年 | ・栄養バランスのとれたお弁当<br>・バイキング料理を食べよう  | ・栄養バランスに気をつけてお弁当を考えているか。(心、選)<br>・バランスのよい食事をしようとしているか。(心、選)<br>・栄養バランスのとれた弁当の内容や量に関心をもつことができる。(食、心、選)<br>・食事のバランスやマナー、衛生面などから問題点を見つけることができる。(心、社)<br>・自分の食生活をふりかえり、今後の食生活のあり方を見直す。(心、社)                     | ・朝ごはんをしっかりと食べよう<br>・朝ごはん<br>・で元気な一日<br>・家族がよるこぶ<br>・朝食づくり     | ・朝食の大切さを理解している。(食、心、選)<br>・朝ごはんの役割と充実した食事内容を理解する。(食、心)<br>・自分の朝食の取り方を見直し、より望ましい朝食をとろうとする意欲を持つ。(食、心、選)<br>・自分の朝ごはんの内容を振り返り、充実した朝ごはんを食べようとする。(食、心)<br>・栄養バランスのとれた朝ごはんの内容を考えることができる。(食、心)<br>・家族が喜びそうで栄養バランスのとれたメニューを考えることができる。(心)<br>・朝ごはんの内容改善にむけて、作ってみたいみそ汁を考えることができる。(食) |  |

<sup>†</sup>: 第Ⅱ～Ⅳ章で分析した学習指導案・指導事例で用いられている題材名と学習指導要領上の準拠項目から設定

また、それぞれの内容が食に関する指導の6つの目標のどこに該当するかについても、分析対象とした学習指導案・指導事例を参考に設定して、各項目のあとに( )で表示

それぞれの項目は、次の略称「食」:食事の重要性、「心」:心身の健康、「選」:食品を選択する能力、「感」:感謝の心、「社」:社会性、「文」:食文化

<sup>‡</sup>: 各指導において習得を目指す資質・能力は、第Ⅱ～Ⅳ章の分析対象とした学習指導案・指導事例における評価規準に基づいて設定

表VI-3 小学校における家庭科・体育科（保健領域）・学級活動の学習内容を関連づけて行う「食事バランス」および「朝食」に関する食育カリキュラムの試案（家庭科、体育科(保健領域)部分）

| 教科等  | 家庭科  |  | 体育科(保健領域)         |   |
|------|--|--|-------------------|---|
|      | 題材・単元名<br>(一例を抜粋)  | 習得を目指す資質・能力 <sup>†</sup>   | 題材・単元名<br>(一例を抜粋) | 習得を目指す資質・能力 <sup>†</sup>  |
| 第1学年 | /  |  | /                 |   |
| 第2学年 |  |  |                   |   |
| 第3学年 |  |  | ・毎日の生活と健康         | <ul style="list-style-type: none"> <li>・健康に関心を示し、健康についてのイメージを持つ。(心)</li> <li>・健康に過ごすためのバランスのよい朝ごはんについて考える。(心)</li> <li>・健康に過ごすためには、朝ごはんを食べることが必要であることを理解する。(心)</li> <li>・毎日を健康に過ごすには、食事・運動・休養および睡眠について気を付けることが大切であることを理解する。(食、心)</li> </ul>   |
| 第4学年 |  |  | ・育ちゆく体とわたし        | <ul style="list-style-type: none"> <li>・心身の健全な発育のためには、調和のとれた生活を送ることが必要であることを理解する。(心)</li> <li>・からだをよりよく発達させるためには、調和のとれた食事、適切な運動・休養・睡眠などが必要であることを理解する。(心)</li> <li>・自分の生活を振り返り、望ましい発育・発達のためには、今後どのような生活を送ったらよいのかを考えることができる。(心)</li> <li>・自分を振り返り、明日から取り組めること(食事、運動、休養・睡眠について)を考えることができる。(食)</li> </ul>   |
| 第5学年 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・元気な毎日と食べ物</li> <li>・作っておいしく食べよう</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・食べることが必要なわけや日常の食事の大切さに気づく。(食)</li> <li>・食品には栄養素が含まれており、3つの食品グループと五大栄養素の関係性を理解する。(食、心)</li> <li>・食品の栄養的な特徴を知り、食品を組み合わせてとる必要があることを理解する。(食)</li> <li>・おいしいごはんの炊き方がわかる。(食、心)</li> <li>・だしのとり方や、実の選び方、みその味や香りを損なわない扱い方を理解する。(食、心、社)</li> <li>・調理に関心をもち、必要な材料、分量、手順を考えて調理しようとしている。(食、心、社)</li> <li>・調理の仕方を工夫している。(食、心、社)</li> <li>・調理実習の進め方や注意などの基本がわかり、調理をしている。(食、心、社)</li> </ul> | /                 |   |
|      | <ul style="list-style-type: none"> <li>・はじめてみようクッキング</li> </ul>                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>・ゆで野菜の調理に関心をもち、(食)</li> <li>・使用される野菜に応じた調理をしようとする。(食)</li> <li>・おいしいゆで野菜のサラダの調理について考えたり、自分なりに工夫したりしている。(食)</li> <li>・ゆで野菜の調理に使用する材料に応じた切り方やゆで方を身につける。(食)</li> <li>・野菜の栄養や、ゆでる調理の特性と材料や目的に応じたゆで方について理解する。(食)</li> <li>・今までの学習をもとに実習計画を立てる。(食、心)</li> <li>・野菜をとることの大切さについて理解する。(食、心)</li> </ul>   |                   |   |
| 第6学年 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・楽しい食事を工夫しよう</li> </ul>                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>・朝食と生活リズムの関係を理解する。(食)</li> <li>・朝食の役割について考え、朝食を作ったり食べたりするときに気をつけることを理解する。(食、心)</li> <li>・1食分の献立作りの手順やポイントが分かる。(心)</li> <li>・栄養のバランスを考え、1食分の献立を作ることができる。(心)</li> <li>・毎日の食事に関心をもち、食事を作るうえでいくつもの視点があることに気づき、自ら工夫して望ましい食生活を考えようとしている。(食、心)</li> <li>・食事を作るときの視点がわかる。(食、心)</li> </ul>   | ・病気の予防            | <ul style="list-style-type: none"> <li>・生活習慣が病気と深いかわりをもつことを理解する。(心)</li> <li>・生活習慣病を予防するには、食事、運動、休養・睡眠に気を配り、健康な生活習慣を身に付ける必要があることが分かる。(食、心、選)</li> <li>・病気の予防について、気を付けたらよいことを考えることができる。(心)</li> <li>・朝ごはんの大切さを再認識し、栄養バランスのとれた朝ごはんの取り方と、生活習慣病とのつながりを理解し、根拠をもとに説明することができる。(心)</li> <li>・生活習慣病予防のために、自分の食生活を振り返り、課題を見つけ、望ましい食生活の仕方考えることができる。(心)</li> <li>・自分の食事について振り返り、より良くしていくために目標を立てることができる。(心)</li> <li>・病気を予防するには、健康によい生活習慣を身に付けることが必要であることを書き出したり発表したりできる。(食、心、選)</li> </ul> |
|      | <ul style="list-style-type: none"> <li>・まかせてね今日のごはん</li> </ul>                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>・毎日の食事に関心をもち、1食分の献立を立てようとしている。(心)</li> <li>・栄養バランスを考え、食品の組み合わせ1食分の献立を工夫している。(心)</li> <li>・栄養バランスを考え1食分の献立の整え方が分かる。(心)</li> <li>・食品の栄養的な特徴や組み合わせに関心をもちことができる。(食、心)</li> <li>・地元の食材や旬の食材を活かしながら、栄養のバランスの整った献立になるよう、自分なりに工夫することができている。(心、選、感、文)</li> </ul>   |                   |   |

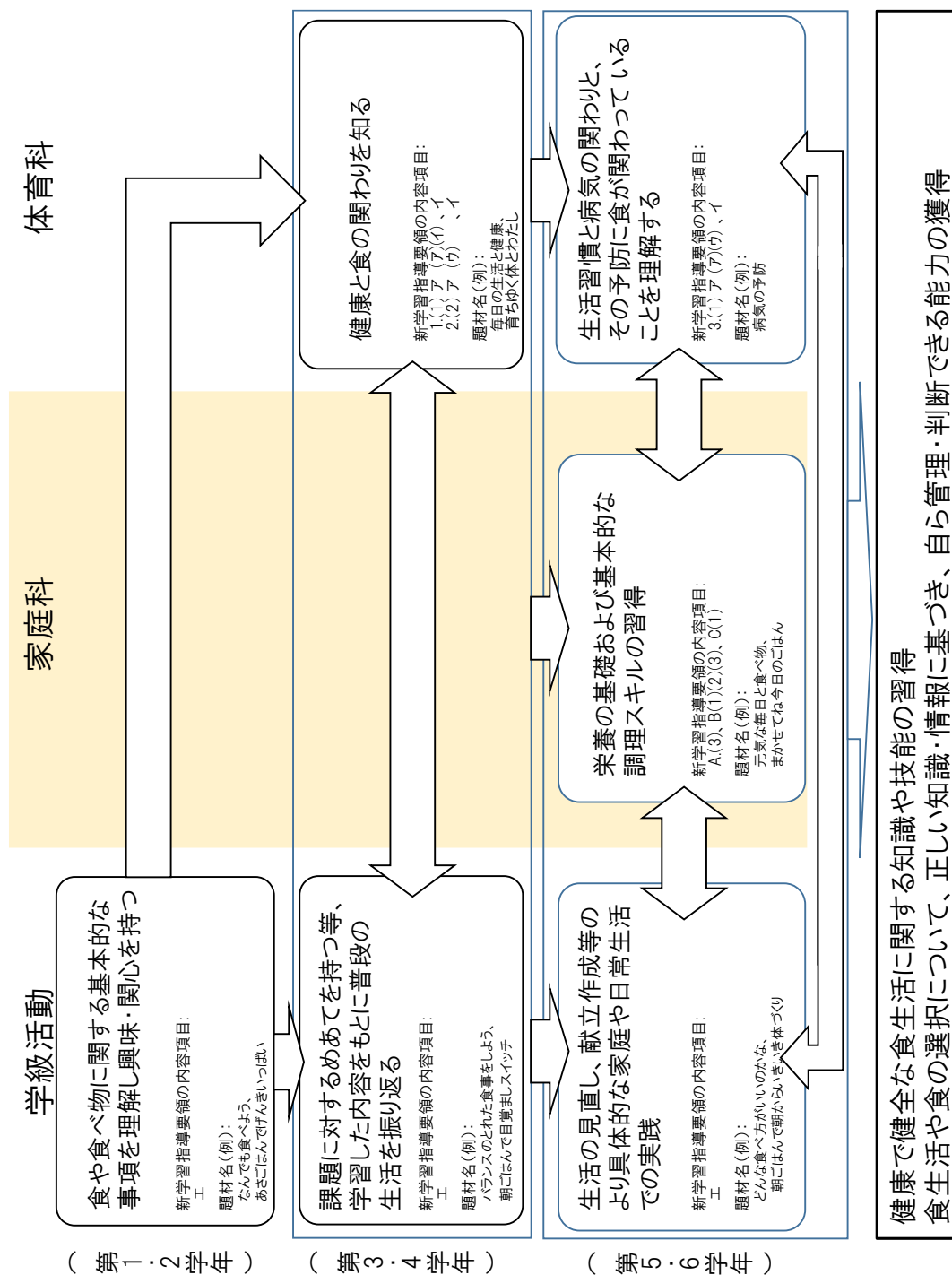
<sup>†</sup>: 第Ⅱ～Ⅳ章で分析した学習指導案・指導事例で用いられている題材名と学習指導要領上の準拠項目から設定

また、それぞれの内容が食に関する指導の6つの目標のどこに該当するかについても、分析対象とした学習指導案・指導事例を参考に設定して、各項目のあとに( )で表示

それぞれの項目は、次の略称「食」: 食事の重要性、「心」: 心身の健康、「選」: 食品を選択する能力、「感」: 感謝の心、「社」: 社会性、「文」: 食文化

<sup>‡</sup>: 各指導において習得を目指す資質・能力は、第Ⅱ～Ⅳ章の分析対象とした学習指導案・指導事例における評価規準に基づいて設定





図VI-1 試案に示す指導の学習内容の関連

## 第4節 今後の課題

### 1. 小学校の食育カリキュラムの充実

本研究により、多くの教科等で学習指導要領に基づく食に関する指導が実施可能であることが示されたが、指導内容は非常に多岐にわたるため、食育カリキュラムの試案を検討する際には、家庭科、体育科、学級活動に焦点をあてて分析し、考察した。その結果、食事の重要性や心身の健康、食品を選択する能力に関する資質・能力に着目した食育カリキュラムの試案作成に至った。しかしながら、生活科、理科、社会科等の学習内容との関連性については詳細に検討できておらず、引き続き検証作業を進める必要がある。また、食に関する指導の目標のうち、今回言及できていない感謝の心、社会性、食文化に関連した指導にも対応できるように、小学校の食育カリキュラムを充実させるための研究を進めていく必要がある。

### 2. データベースの充実

本研究で使用したデータベースは、インターネットで収集した学習指導案・指導事例のみで構成されている。インターネット上で各自治体等から公開されている資料の種類や数は、各自治体や教育委員会等の情報公開の方針、当該自治体等における食育関連の研究指定や推進事業の有無等に影響されると考えられる。また、実施された授業すべての学習指導案・指導事例が作成されるとは限らず、公開用資料の作成段階で選別されている可能性がある。今後は、収集対象を食育に関する学習指導案を扱った書籍や自治体の報告書等にも広げ、データベースの充実を図ることが求められる。

### 3. 食育カリキュラムの試案の実施可能性や内容の妥当性に関する検証

本研究で収集した学習指導案・指導事例はそれぞれが独立した授業の資料である。学習指導案・指導事例に実施校が明記されていない場合も多いことから、同じ児童にどのように継続的、かつ系統的に指導されているかの実態を知ることはできない。そのため、試案の内容の妥当性や実施可能性については検討の余地があるといえる。今後、現職教諭を対象としたインタビュー調査等を行い、より活用しやすいカリキュラム案として提示できるように、検証を進める必要がある。また、今回作成した試案には各学年において育む資質・能力を示したが、学級活動で食に関する指導が行える回数には限りがあるため、学校の実態によっては、例示した全学年で食事バランスや朝食に関する指導を行うことが困難な可能性もある。そ

のため、実施可能性等の検討と合わせて、指導内容の統合や整理を行い、指導時間が十分に取れない場合でも最低限の実施が可能なカリキュラムを並行して検討していく必要がある。

#### 第5節 参考文献

- 1) 森泉哲也：学校における食育, 小児科臨床, 64 (増刊号), 1557-1562 (2011)
- 2) 文部科学省：食に関する指導の手引 第一次改訂版, p. 23, 東山書房, 京都 (2010)
- 3) 文部科学省：食に関する指導の手引 第二次改訂版, pp. 16-22, 健学社, 東京 (2019)
- 4) 文部科学省：小学校学習指導要領, p. 18, 東洋館出版社, 東京 (2018)
- 5) 文部科学省：幼稚園、小学校、中学校、高等学校及び特別支援学校の学習指導要領等の改善及び必要な方策等について (答申), [https://www.mext.go.jp/b\\_menu/shingi/chukyo/chukyo0/toushin/\\_\\_icsFiles/afieldfile/2017/01/10/1380902\\_0.pdf](https://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo/chukyo0/toushin/__icsFiles/afieldfile/2017/01/10/1380902_0.pdf) (2020 年 2 月 6 日)
- 6) 文部科学省：次期学習指導要領等に向けたこれまでの審議のまとめ 別紙 (2), [https://www.mext.go.jp/content/1377021\\_2\\_2.pdf](https://www.mext.go.jp/content/1377021_2_2.pdf) (2020 年 1 月 3 日)

## 謝辞

本研究の主要部分は平成 27 年度 JSPS 研究費 JP15K13236 の助成を受けて行いました。

本論文の執筆にあたり、主指導教員として終始懇切丁寧なご指導とご鞭撻を賜りました山口智子准教授に深謝いたします。また、高木幸子教授、笠井直美教授には副指導教員として様々な角度から貴重なご指摘・ご助言を賜りましたこと、厚く御礼申し上げます。そして、本研究を進めるに当たり、ご指導をいただきました新潟県立大学名誉教授 渡邊令子先生に心より感謝申し上げます。

加えて、大阪市立大学大学院修士時代に、学校における食育や教科等における食に関する指導を自身の研究課題として取り組むきっかけをお与えいただき、ご指導くださった春木敏先生、早見（千須和）直美先生、当時の研究室の皆様にも厚く御礼申し上げます。さらに、大阪市立大学大学院時代から現在に至るまで、多方面でご支援・ご助言をいただいている坂本達昭先生にも深く感謝いたします。

最後に、大学に勤務しながらの博士後期課程の進学にご理解とご協力いただきました、現勤務大学 仁愛大学ならびに前任大学 新潟県立大学の先生方にも感謝いたします。

本研究を遂行するにあたり、ご指導・ご助言・ご支援いただきました皆様に心より感謝申し上げます。

本博士論文は、以下に示した関連論文に、未発表データを加えてまとめたものである。  
なお、未発表データについても、関連学会への論文投稿を今後予定している。

## 第Ⅰ章 関連論文

細田耕平，山口智子：食育関連指導案が準拠する小学校学習指導要領の内容事項に関する調査：インターネット検索により作成したデータベースを用いて，仁愛大学研究紀要 人間生活学部篇，10，17-25（2019）

## 第Ⅱ章 関連論文

細田耕平，山口智子，渡邊令子：小学校体育科における保健領域の指導内容と食に関する指導の目標との関連：学習指導要領に基づいた分類を通して，日本教科教育学会誌（投稿中）

## 第Ⅲ章 関連論文

細田耕平，山口智子，渡邊令子：小学校家庭科における食生活分野の指導内容と食に関する指導の目標との関連：学習指導要領に基づいた分類を通して，家政学研究（奈良），66（1），3-12（2019）

## 第Ⅴ章 関連論文

細田耕平，山口智子，渡邊令子：大学生の野菜摂取量と食教育の定着度との関係，新潟大学高等教育研究，5，1-8（2018）

## その他の関連論文

- ・坂本達昭，細田耕平：小学校5年生児童における給食の食べ残しおよび給食の楽しさとQOLの関連性，栄養学雑誌，73（4），142-149（2015）
- ・山口智子，細田耕平，中野あゆみ，渡邊令子：野菜・野菜料理に対する大学生の重量把握力の実態，新潟大学高等教育研究，7，17-24（2019）