

小中学校における教科と連携した食に関する指導のための教材開発

長崎大学大学院生産科学研究科
甲斐 結子

現在、食の乱れが指摘され、学校教育における食に関する指導の重要性が高まっている。従来の研究では、家庭科や生活科などを活用した食育の実践に関する報告は多くみられるが、学校全体で取り組むための食育実践に関する報告は少なく、学校の現状を踏まえ、全ての学校で実施可能な食育の方法を検討したものは見られない。また、教育の分野では、学校教育で実践するための教材開発や授業開発について多種多様な研究があるが、食に関する指導において教科横断的に具体的な教材開発を行った研究はあまり見られない。そこで、本研究は、全ての児童生徒に健康的な食生活を営むための基礎的な力を身につけさせることができる教育システムの構築を目的とした。そのため、学校の状況に左右されずにどの学校でも実施が可能な指導方法を検討し、学校全体で取り組むことができる食に関する指導としてワンポイント教材の開発を行い、その有効性について検討した。

1章では、食に関する指導の現状を概説し、食に関する指導の課題を示し、本研究の目的と概要について述べた。

2章では、児童生徒の食生活の現状を踏まえた教材を開発するために、まず、児童生徒の健康状態と生活習慣病の危険因子と関わりのある食行動について述べた。次に、児童生徒に生活習慣病を予防するための技術がどの程度身につけているのかを明らかにするため、児童生徒の生活習慣病予防に関する意識、行動の現状を調査した。その結果、生活習慣病予防に関連する食行動の実践割合や健康的な食生活を送る意識、知識を持っている者の割合は、小学生よりも中学生の方が低い傾向にあることが明らかになった。また、「知識」がある者ほど、感謝の気持ちを持ち、偏食をせず、野菜や牛乳・乳製品を毎日食べるなどの健康的な食事を実践する傾向が見られた。知識を得ることによって、健康や栄養に関する関心を高め、健康的な食事を実践することにつながっていると考えられる。さらに、児童生徒の調理頻度、調理技術の低さも明らかになった。これらの結果より、児童生徒が生活習慣病予防につながる食生活を実践するためには、食知識の習得が重要であり、特に実践につながる知識を身につけさせることが重要であると示唆された。さらに、肥満対策の一部として食教育を行っている英国の事例を紹介した。

3章では、食に関する指導を実施するにあたっての課題を明らかにするため、栄養教諭・学校栄養職員・学校栄養士(以下「栄養士」と記す)へのアンケート調査を行った。ま

た、食に関する指導における生活習慣病予防教育の現状についても調査した。その結果、給食・食教育を通じて身につけさせたいと栄養士が考えている事項は多岐にわたっており、食に関する指導の目標の中では生活習慣病予防の優先順位は高くはなかった。さらに、生活習慣病予防教育を実施するには、勉強不足であると考えている栄養士が多く、食に関する指導において生活習慣病予防教育を行うには課題があると考えられた。そのため、食に関する指導における生活習慣病予防の指導を推進するためには、栄養士に研修を行うとともに、具体的な指導方法について示す必要があると示唆された。また、食に関する指導は、学校の現状に左右され、行政や学校の支援体制も不十分であると栄養士は感じていた。さらに、従来の給食管理業務と食に関する指導を両立するためには、現在の業務内容が多すぎることも伺えた。全ての学校に栄養教諭が配置されることが望ましいが、栄養教諭の全校への配置が難しい現状や、栄養士個人への負担の大きさ、職場の人間関係に左右されるような食に関する指導では、学校ごとに実施に差があり問題であると考えられた。

4章では、2、3章で明らかになった事項を踏まえ、ワンポイント教材の開発を行った。開発したワンポイント教材の方針は以下のとおりである。

- ・ 共通の目標として「生活習慣病の予防」を設定
- ・ 各教科の時間に指導ができるよう、教科内容、授業の流れを踏まえている
- ・ 栄養士が直接指導を行うだけでなく、教員でも指導を行うことが可能である
- ・ 5分程度で指導が実施できる
- ・ 給食を題材とする
- ・ 指導の前後でテストを行い、指導の効果を明らかにする
- ・ 教育委員会と協働で取り組む

以上の方針に基づいた具体的なワンポイント教材を作成し、東京都A区の小学校20校と中学校4校で実践した。授業実践は、各校に勤務する栄養士が行った。授業評価は、授業の事前ならびに事後に児童生徒に行ったテスト、授業を実施した栄養士へのアンケートなどで行った。実践結果から、事前ならびに事後テストで小中学校ともに事後で平均点が上がり、指導の効果が見られた。また、授業を実施した栄養士はワンポイント教材の実施を肯定的にとらえており、今後も実施できそうだと感じていた。ワンポイント教材は、多くの小学校で実践できる教材として有効であったと考えられる。しかし、中学校ではほかの教員との連携が難しく、ワンポイント教材を実施できなかった学校が多かった。そのため、学校内で共通理解を図るための方法に検討することが今後の課題であった。

最後に、5章で、本研究の結果を総括し、今後の展望を述べた。