

市町村名：盛岡市
学校名：盛岡市立見前小学校
担当者名：飛塚 美智子

【学校栄養職員の協力により、健康的な食事のとり方について指導した事例】

教科名等	学級活動				
単元名等	健康的な食事のとり方				
取組学年	4 学年	取組時期	9 月	毎年実施の有無	無
取組内容	<p>給食の残食状況や家庭の食べ物に関するアンケートの状況から、野菜嫌いや野菜不足がうかがわれた。このため、野菜が不足すると丈夫な体になりにくいことを理解させ、好き嫌いしないで何でも食べようとする態度を育てたいと考え、担任と学校栄養職員による T.T 授業を行った。</p> <p>導入では、子供達の興味を引くように料理カード（後ろに赤・緑・黄のシールを予め貼っておく）を用意し、バイキングごっこをさせた。そして、自分の食傾向を確認させ、班の傾向を知り、また、クラスの傾向から本時の課題である『緑の食べ物を食べないとどうなるのだろう』へと進め、当日の給食は栄養バランスがとれていることも知らせた。</p> <p>展開から栄養職員が主となり、赤・黄・緑の食べ物について当日使用した料理カードを例に、働き別に分かれていることを理解させた。また、中でも緑の食べ物の不足について話し、どの位食べるといいのかわかせるために、茹でた野菜を用意し、代表 2 名に普段食べられそうな量を盛り付けさせ、実際に必要な量と比較させながら、子供たちに体感させた。更に、1 回×3 食で 1 日分であることを知らせ、当日の給食に含まれている野菜を持って行き、給食を残さず食べると 1 回の必要量が摂られることを理解させ、栄養職員による指導は終了した。</p> <p>その後、児童からの質問を受け、これまでの食生活を振り返らせながら、今後どのように改善していったらいいのかわかせる。なお、当日は、授業参観日ということもあり、授業後に保護者は自分の子供がどのような感想を持ち、改善していこうとしているのかを把握したと思われる。</p>				
本組行っている理由	<p>正しい食事の在り方や望ましい食習慣を身につけ、食事を通して自らの健康管理ができることは、生涯にわたり健康・安全で活力ある生活を送るための基礎を築くために必要である。しかし、給食の残食状況や家庭の食べ物に関するアンケートの状況からみて野菜嫌いや野菜不足がうかがわれた。このため、野菜が不足すると丈夫な体になりにくいことを理解させ、好き嫌いしないで何でも食べようとする態度を育てるために、この取組を行ったものである。</p> <p>なお、本取組を参観日に設定したのは、児童・保護者ともに正しい知識を持つとともに自己の食生活を振り返り、問題点を見つけ望ましい食習慣へ改善して欲しいという思いからである。</p>				

