

小学生への食育経験による 栄養教諭を目指す大学生の食育に対する意識変化

小林 麻貴¹ 武井 綾子² 三俣 夏弥³
玉置 卓志⁴ 桑野 順一⁴ 東本 誠⁴
池田 清和⁵ 池田 小夜子⁵

（要旨）

子供たちに適正な食行動について教育し、その学習成果を生涯にわたって活かせる知識技能へと導くことで「生きる力」を育むため、平成17年に栄養教諭制度が始まった。現在、栄養教諭免許取得を目指す大学生は、大学内で栄養教諭免許取得に必要な所定の単位を修得し、1週間の栄養教育実習において、児童を対象とした実践を通して理論と実際の融合を図っている。しかし、1週間という短い期間で栄養教諭としての職務内容を修得し、これまでの知識と技能を統合することは難しい。そのため、神戸学院大学栄養学部では栄養教諭としての資質向上を目指すため、4年生で履修する教職実践演習の一環で、大阪ガス株式会社が実施している小学生向けの食育活動に参加させて頂いている。本実践研究では、食育活動に参加後に本学学生が食育に対してどのような気づきがあったのかをまとめ、食育活動参加の意義について報告する。

キーワード：栄養教諭、小学生、食育、エコ・クッキング、和食だし体験講座

-
1. 神戸学院大学 栄養学部 助教
 2. 神戸学院大学 栄養学部 実験助手
 3. 神戸学院大学 栄養学部 実習助手
 4. 大阪ガス株式会社 近畿圏部地域共創室
 5. 神戸学院大学 栄養学部 教授

1. はじめに

食生活を取り巻く社会環境が大きく変化し、食生活の多様化が進む中で、朝食をとらないなど子供たちの食生活の乱れは顕著であり、生活習慣病と食生活の関係も指摘されている。子供の頃からの望ましい食習慣の形成を促すことが、生涯にわたって心身ともに健康に生活していけるようにするものであり、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、食をコントロールしていく「食の自己管理能力」や「望ましい食習慣」を子どもたちに身につけさせることが必要となっている。このため、食に関する指導の推進に中核的な役割を担う栄養教諭制度が平成17年に創設された。栄養教諭は、教育に関する資質と栄養に関する専門性を併せ持つ職員として、生きた教材である学校給食の管理と、それを活用した児童への個別指導や教科・特別活動等における教育指導を行うことが職務である。さらに、学校の内外において教職員や保護者、関係機関等との食に関する教育のコーディネーターとしての役割を果たすことが期待されている。

栄養教諭の養成は、文部科学省の栄養教諭養成機関として指定を受けた管理栄養士や栄養士を要請する施設において行われ、栄養教諭免許取得に必要な単位を取得することで、栄養教諭資格が得られる。栄養教諭免許取得希望は、大学内で管理栄養士、栄養士に必要な知識、業務や教職に関する知識や技術を修得した後、栄養教育実習において、実際に小学生の児童を対象とした実践を通して、理論と実際の融合をはかっている。しかし、これまで培った基礎的な知識や技能を応用する場である教育実習期間は、他の教科の教育実習期間が3～4週間なのに対し、栄養教諭の免許取得に必要な教育実習期間はわずか1週間である。この期間に栄養教諭としての職務内容を修得し、これまでの知識と技能を統合することは難しい。そのため、小学生の現状を把握し、栄養教諭としての資質向上を目指すため、本学では4年生で履修する教職実践演習の一環として、大阪ガス株式会社が実施している小学5～6年生を対象にした食育活動である「エコ・クッキング」、「和食だし体験講座」に参加させて頂いている。本実践研究では、食育活動に参加後に、本学学生が食育に対してどのような気づきがあったのかをまとめ、食育活動参加の意義について報告する。

2. 栄養教諭育成の状況

神戸学院大学栄養学部の栄養教諭免許取得希望者は、2年生から大学内で「教職の意義等に関する科目」、「教育の基礎理論に関する科目」、「教職課程に関する科目」、「生徒指導及び教育相談に関する科目」について所定の単位を修得し、3年生より教育実習事前指導を受け、4年生で母校を中心とした栄養教諭が配置されている小学校で一週間の栄養教育実習を行う。その後大学内で、教育実習事後指導、教職実践演習を履修する。4年生で履修する教職実践演習では、管理栄養士養成課程、教職課程を中心とするこれまでの学びによって、学生が身につけてきた知識技能を確認し、不足している知識や技能を補うとともに、これまでに得た資質能力を有機的に統合し、学校現場に適應できる実践的能力を身につけることをねらいとしている。そのため本学では、教職実践演習の一環として、大阪ガス株式会社が小学生向けに実施している食育活動の「エコ・クッキング」、「和食だし体験講座」メンバーとして参加し、小学生の現状把握、栄養教諭としての資質能力のアップを図って

いる。

3. 「エコ・クッキング」、「和食だし体験講座」の活動状況

大阪ガス株式会社は、食育活動として「エコ・クッキング」、「和風だし体験講座」を行っている。「エコ・クッキング」は、大阪ガス供給エリアの小学生5～6年生を対象に申し込みのあった小学校の家庭科調理室を使用して、家庭でのエコな調理について考える場とする取り組みである（Fig. 1）。「エコ・クッキング」は、「買い物～片づけに至る一連の行動と地球環境問題との関わり」について解説し、調理の説明後に調理実習を実施し、試食しながら「エコ・クッキング」の工夫について話し合い、水を汚さない片づけの方法やちらし等を使った生ゴミ入れを紹介することで、家庭での調理について考える場とする取り組みである。

「和食だし体験講座」も同様に、申し込みのあった小学校の家庭科調理室を使用して和食の魅力を伝えるものである。2013年にユネスコ無形文化遺産に登録された「和食」の特徴について、だしについて学び、だしの味覚体験をした後、調理の説明後に調理実習を実施し、試食をしながらだしの良さ、和食の良さを理解してもらう取り組みである。



Fig. 1. 大阪ガスの「エコ・クッキング」、「和風だし体験講座」に参加している神戸学院大学栄養学部4年生の栄養教諭を目指す学生の様子

4. 「エコ・クッキング」、「和食だし体験講座」に参加した栄養教諭を目指す学生の気づきと考察

「エコ・クッキング」もしくは「和食だし体験講座」に参加した栄養教諭免許取得を目指す学生には①「エコ・クッキング」もしくは「和食だし体験講座」の講義で学んだこと、気づいたこと、②調理補助に入って心がけたこと、③全体を通しての振り返りについて感想文（自由記述）の記入し、講座終了後1週間以内に各自で記入し、教職実践演習担当者へ提出を義務付けている。「エコ・クッキング」もしくは「和食だし体験講座」に参加した栄養学部4年生の延べ71名（実参加者31名、内訳 男性4名、女性27名）の感想から、食育に対する意識の変化について考察する。

4-1. 「エコ・クッキング」もしくは「和食だし体験講座」の講義で学んだこと、気づいたこと

「エコ・クッキング」、「和風だし体験講座」の講義で学んだこと、気づいたことについて（自由記述）回答の内容は類似したものが散見された。そのため、類似内容の感想を2名の研究者でまとめ、その内容が伝えたいことについて①～④のタイトルつけた（Table 1）。記述が目立ったのは、①目的を明確にする大切さ、②児童が参加できる授業スタイルの有用性、③児童全体が取り組めるように配慮する大切さ、④環境についての配慮の必要性についてであった。

①目的を明確にする大切さ

単に調理実習をするだけでなく、“エコ”というテーマを明確にして実習を行い、食材の廃棄率の少なさがエコにつながるということに児童たちが自ら気づき、それをもとに自身で考えて行動に移すことに意味があると感じていた。小学校での食育授業の際も、最初に今日のめあて（目的）を紹介する。講座や授業をする目的を明確にすることで、理解がより進むことを実感していることが推察された。

②児童が参加できる授業スタイルの有用性

授業スタイルは、一方的に話すのではなく、子供たちに問いかけるように話すこと、授業の中でクイズを取り入れることで、児童が楽しく、興味を惹かれる授業が展開されていたことを体験し、将来自分自身が授業する際の参考にしたいと考えていた。

③児童全体が取り組めるように配慮する大切さ

調理実習等の作業は、できる子だけではないのではなく、全員役割を交代しながら行うことが大切である。補助をする立場として参加することで、全体が見渡せ、児童全員がうまく関わられるような配慮の必要性を感じていた。また、児童一人一人によって関わり方、必

Table 1. 「エコ・クッキング」もしくは「和風だし講座」の講義で学んだこと、気づいたこと

①目的を明確にする大切さ
・単に調理実習をするだけでなく、“エコ”というテーマを明確にして実習を行い、食材の廃棄率の少なさがエコにつながるということに児童たちが自ら気づき、それをもとに考えて行動に移すことに意味があると感じた
②児童が参加できる授業スタイルの有用性
・子供たちに問いかけるように話すこと、授業の中でクイズを取り入れることで、児童たち自身が授業に参加し、楽しく児童たちの興味を引く授業が展開されていると感じた
③児童全体が取り組めるように配慮する大切さ
・調理実習をはじめとする作業は、できる子だけではないのではなく、全員役割を交代しながら行うことが大切だと感じた
・児童一人一人によって関わり方、必要な声かけが異なり、見極めることが大切だと感じた
④環境についての配慮の必要性
・ごみを減らすことだけがエコだと思っていたので、水を汚さない、無駄使いしないことも心がけたいと思った
・少し意識するだけで、食材の廃棄量を減らすことができることを知った
・自分の意識をしっかり持つことができれば、周りの人の意識も変わると感じた

要な声かけが異なるため、見極めることが大切だと感じていた。また、児童と関わる際は一人の能力を伸ばすのではなく、全体を伸ばすことの大切さを感じており、栄養教諭としての資質向上にこの食育活動が有効であることが示唆された。

④環境についての配慮の必要性

栄養学部で4年間にわたり、栄養学を学んだ学生であるが、エコ・クッキングの授業を聴き、「1人1日1kgゴミを出していることを知って驚いた」、「普段、食材の食べられるところまで除去してしまっていることが多いと感じた」、「ゴミを減らすことだけがエコだと思っていたが、水を汚さない、無駄使いしないこともエコであるため心がけたいと思った」、「少し意識するだけで、食材の廃棄量を減らすことができることを知った」という意見が多数出た。適正な食行動について教育し、その学習成果をその後の一生にわたって活かせる定着した知識技能へと導き、「生きる力」を育むために設置されている栄養教諭であるが、栄養素のことばかり考え、彼方立てれば此方が立たぬではなく、幅広い視野を持って教育に臨む必要がある。学生自身が栄養学と調理と環境は密接につながっていることも踏まえて教育を行う必要性を感じていた。また、「自分の意識をしっかりと持つことができれば、周りの人の意識も変わると感じた」という意見も見られたことから、食育活動に参加することで教員になるための意識づけに良い影響があったと推察される。

4-2. 調理補助に入って心がけたこと

調理補助に入って学生が心がけたことについての回答内容も類似したものが散見された。そのため、類似内容の感想を2名の研究者でまとめ、その内容が伝えたいことについて①児童に考えさせる大切さ、②声かけをする大切さ、③安全面に配慮することの大切さとタイトルつけた（Table 2）。

Table 2. 調理補助に入って心がけたこと

①児童に考えさせる大切さ
・野菜の切り方であれば、「どこまでだったら食べられそうだと思う？」と問いかけて、みんなで話し合い決めるように促すよう心掛け、助言しすぎないようにした ・しっかりと自分たちで考えられる班の場合は、指示は出さないようにし、聞かれたことに答え、気が付いたことをアドバイスするようにした ・単に調理するのではなく、エコについて意見交換しながら作業を行うことでエコについて深く考えるきっかけ作りができるように心がけた
②声かけをする大切さ
・役割分担をしてスムーズに作業できている班と、そうでない班があったため、全体の完成時間に差が出ないようにやるべきことの声かけを意識した ・班の中で協力し合えるよう、介入しすぎないようにした ・児童の自主性を尊重し、ほめることを心がけた ・いけないことははっきりと伝えた ・「この作業は、こういうエコになるよね」と復習できるような声をかけた
③安全面に配慮することの大切さ
・包丁の使用方法、持ち方、火に対する注意について危険な行為があれば注意するように心がけた

①児童に考えさせる大切さ

野菜の切り方は、「どこまでだったら食べられそうだと思う？」と問いかけて、みんなで話し合い決めるように促すことを心掛け、助言しすぎないようにした。しっかりと自分たちで考えられる班の場合は、「指示は出さないようにして聞かれたことに答え、気が付いたことをアドバイスした」。一方、悩む子が多い班については「調理が進まなかったので、少しヒントを出して調理を促した」等、臨機応変に対応をした様子が伺えた。単に調理するのではなく、意見交換しながら作業を行うことで、エコについて深く考えるきっかけ作りができるように心がけ、答えを教えるのではなく、考えてもらうことが大切であることを感じていた。

②声かけをする大切さ

声かけについては、「役割分担をしてスムーズに作業できている班と、そうでない班があったため、全体の完成時間に差が出ないようにやるべきことの声かけを意識した」という意見が多くみられた。具体的には、手の空いている児童に声をかけて、できることを手分けすることにより、一人で作業を行うのではなく全員に役割ができるように声をかけていた。また、児童の自主性を尊重して作業を見守り、ほめることを心がけていた。また、「いけないことははっきりと伝えること」が大切だと感じたという意見も見られた。さらに、「この作業は、こういうエコになるよね」と復習するような声かけをするなど、限られた時間内で知識を統合できるように促す声かけをすることの大切さを感じていた。

③安全面には配慮することの大切さ

「手を出しすぎないように心がけながら、包丁の使用方法、持ち方、火に対する注意を心がけた」、「危険な行為があったら注意するように呼び掛けた」と多くの学生が記述をしていた。小学生の包丁に対する取り扱いの危なさを感じた学生は非常に多かったが、経験しなければ使えるようになるものではないため、できるだけ手を出さないように見守った様子が伺えた。また、慣れない包丁の使用だけでなく、火を使った調理も同時に行っているため、火に対する注意にも気を配った学生が非常に多かった。

4-3. 全体を通しての振り返り

全体を通した振り返りの感想も類似内容の感想を2名の研究者でまとめ、その内容が伝えたいことについて①、②のタイトルつけた (Table 3)。①授業の進め方について自分の意見、②自分自身の行動への振り返りについて書かれているものが多くみられた。

①授業の進め方について自分の意見

栄養教育実習の経験もあり、授業の進め方について自分の意見を書いている学生が多数見られた。具体的には、「子供たちは始めの講義で行っていた料理手順をあまり覚えていないようだった。ポイントとなるところは黒板に媒体を貼るなどして強調すると伝わりやすいように感じた」、「配布されたメニューは味噌汁の作り方が載っていなかったもので、載

Table 3. 全体を通しての振り返り

①授業の進め方について自分の意見
・ 授業のポイントとなるところは黒板に媒体を貼るなどして強調すると伝わりやすいように感じた
・ 配布されたメニューは味噌汁の作り方が載っていなかったもので、載せて頂ければ生徒たちが手順に迷うことなく、自ら進めることができたと思った
・ 食育もちゃんとされている小学校だと伺ったので、もう少し踏み込んだ授業をしても大丈夫そうだと感じた。そのため、私たちが栄養の豆知識を教えるコーナーなどをさせて頂ければよいと思った
②自分自身の行動への振り返り
・ 子供たちと接することができたので、子供たちの反応を知るとても良い経験となった
・ 食材の豆知識を伝えることができればよかった。そのためにもっと知識を増やしたい
・ エコ・クッキングに参加することで、日ごろの料理方法を見直す良い機会となった
水の量や洗剤の量を減らすことは、今日からでも始められるため実践したい
・ 何事も学び、考える機会を設けることが大切であると感じた

せて頂ければ生徒たちが手順に迷うことなく、自ら進めることができた」と等の意見であった。「エコ・クッキング」、「和食だし体験講座」は完成された講座であるが、その対象者に応じた工夫の余地を感じることができており、食育授業に向上心を持って取り組んでいることが伺えた。

②自分自身の行動への振り返り

児童の様子について、「子供たちと接することができたので、子供たちの反応を知るとても良い経験となった」という意見が多く、中には「豆知識を伝えられたらもっとよかったと感じた、そのためにもっと知識を増やしたい」というような向上心溢れる意見もあった。また、「ねぎが嫌いと言っていた子供たちも、残したらごみが出るからと頑張って食べていて感心した」というような、児童と密にかかわらなければ知り得ない児童の心の変化も学んでいた。また「エコ・クッキングに参加することで、自身の生活に関しても、「日頃の料理方法を見直す良い機会となった」、「水の量や洗剤の量を減らすことは、今日からでも始められるため実践したい」という意見が見られ、自分の行動を振り返るきっかけとなっていた。また、「何事も学び、考える機会を設けることが大切であると感じた」という教員を目指す学生として自覚を持っていることが感じられる意見も見られた。

5. おわりに

大阪ガス株式会社の食育活動である「エコ・クッキング」、「和食だし体験講座」に参加させて頂き、神戸学院大学栄養学部の栄養教諭免許取得希望者に多くの意識の変化が見られた。「教育は人なり」と言われるように、学校教育の成否は、教員の資質能力に追うところが大きい。中央審議会答申「教職生活の全体を通じた教員の資質能力の総合的な向上方策について」（平成24年8月28日）では、これからの教員に求められている資質能力は、i）教職に対する責任感、探究力、教職生活全体を通じて自主的に学び続ける力、ii）専門職としての高度な知識・技能、iii）総合的な人間力であるとされている（Table 4）。今回の食育授業に参加した学生が感じた食育授業を行う際のポイントは、大きく分けて5つあり、①食育授業の目的を明確にすると理解しやすいこと、②児童が参加できる授業スタイルの

Table 4. これからの教員に求められる資質能力

i)	教職に対する責任感、探究力、教職生活全体を通じて自主的に学び続ける力（使命感や責任感、教育的愛情）
ii)	専門職としての高度な知識・技能 ・教科や教職に関する高度な専門的知識（グローバル化、情報化、特別支援教育その他の新たな課題に対応できる知識・技能を含む） ・新たな学びを展開できる実践的指導力（基礎的・基本的な知識・技能の習得に加えて思考力・判断力・表現力等を育成するため、知識・技能を活用する学習活動や課題探究型の学習、協働的学びなどをデザインできる指導力） ・教科指導、生徒指導、学級経営等を的確に実践できる力
iii)	総合的な人間力（豊かな人間性や社会性、コミュニケーション力、同僚とチームで対応する力、地域や社会の多様な組織等と連携・協働できる力）

教職生活の全体を通じた教員の資質能力の総合的な向上方策について（中央審議会答申）（平成24年8月28日）より

教育効果が高いこと、③食育授業を行う際は児童全体が取り組めるように配慮し、声をかけることが大切であること、④答えをすぐに教えるのではなく、児童に考えさせることが大切であること、⑤安全面には配慮することであった。そのため、教職実践演習の一環として食育活動に参加させて頂くことは前述の答申にある i)「教職に対する責任感、探究力、教職全体を通じて自主的に学び続ける力」の向上に効果があったと考えられる。また、栄養教諭は栄養に関する専門性だけでなく、教育に関する資質が必要である。管理栄養士養成課程、教職課程もほぼ終了した学生にとって、栄養に関する専門性は十分に高まっているが、すぐに能力を発揮できる状況にはない。今回の取り組みで自分自身の行動を振り返るきっかけとなり「日ごろの料理方法を見直す良い機会となった」、「水の量や洗剤の量を減らすことは、今日からでも始められるため実践したい」というような意見や、「ごみを減らすことだけがエコだと思っていたので、水を汚さない、無駄使いしないことも心がけたいと思った」という意見もみられたことから、知識だけでなく自分自身の行動を変え、児童の見本となるような人物になる必要性を感じていることが明らかとなった。

また栄養教諭は、さまざまな教科・特別活動での教育指導を行う特性から考えても、栄養のことだけでなく、環境をはじめとする小学校で学習することに関して栄養とのつながりを考え、学校内の他の教職員と十分連携、協力して取り組むことができるようにし、食に関する教育のコーディネーターとしての役割を果たす必要がある。今回の食育活動への参加を通して、栄養のことだけでなく、他の教科・特別活動との関連を考えること、何事も学び、考える機会を設けることが大切であると感じており、前述の答申 ii) にある「専門職としての高度な知識・技能アップ」に食育体験講座が功を奏した可能性が高い（Table 4）。さらに、教職実践演習の一環で食育活動への参加させていただくことは、社会人としてのマナーの定着にも効果を発揮していると予想される。そのため、前述の答申 iii) にある「総合的な人間力の向上」にも一定の効果を発揮していると考えられる（Table 4）。そのため、教職実践演習の一環として大阪ガス株式会社が行っている食育活動への参加させて頂くことは本学学生の栄養教諭としての資質向上に一翼を担っていると推察された。

参考文献

- 1) 中央教育審議会 食に関する指導体制の整備について（答申）平成16年1月20日
- 2) 大富あきこ，大見奈緒子，大内山雅枝，花木秀子 栄養教諭制度の施行に伴う教育活動記録－Ⅱ
－鹿児島県内学校栄養士を対象とした栄養教諭制度に関する意識調査－，鹿児島純心女子短期大学
研究紀要，37，69-77（2007）
- 3) 影山弘典 学校における食育の推進を担う栄養教諭の役割と養成 佛教大学教育学部学会紀要，13，
105-112（2014）
- 4) 青木秀雄 教職実践演習 磨きあい高めあう熱意のある教師に，明星大学出版部，2013年2月20日
- 5) 中央教育審議会 教職生活の全体を通じた教員の資質能力の総合的な向上方策について（答申）平成
24年8月28日