

琉球大学学術リポジトリ

生徒の食教育に対する意識を高める授業づくり

メタデータ	言語: 出版者: 琉球大学大学院教育学研究科 公開日: 2023-05-16 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: 小野木, 紗貴子 メールアドレス: 所属:
URL	https://doi.org/10.24564/0002019848

生徒の食教育に対する意識を高める授業づくり

小野木 紗貴子

琉球大学大学院教育学研究科高度教職実践専攻

1. はじめに

内閣府政策統括官「子供の貧困実態調査に関する研究」(2019)によると、経済的な困窮を強いられている家庭において、とくに食生活の場面では保護者が子に関与することが難しいということが明らかになっている。

また、平成30年告示高等学校学習指導要領家庭編(2018)によると、家庭や地域における食育の推進では「家庭や学校及び地域における食生活上の問題点や課題を把握」とあるとともに、「食育に関する実践活動に積極的に取り組むことができるよう身近な事例と関連付けて取り上げる」とあり、学校において食育を取り上げることが重要視されている。

高等学校の共通教科としての家庭科には3科目「家庭基礎」(2単位)、「家庭総合」(4単位)及び「生活デザイン」(4単位)があり、その中から1科目選択することになっているが、時代とともに家庭科の授業時間数の著しい削減や授業内容の縮小、生徒の家庭科の学び貧困化から高等学校においては、全国規模の家庭科教員に対する調査結果では、履修単位の減少による授業への影響として、「実習時間の減少」を挙げている教員が81.5%、次に「調べ学習の減少」が68.6%、「発表授業の減少」52.5%と続いている。

これらから、学校現場において家庭科の授業時数や内容の縮小が問題となっている中で、どのようにして食育を具体的に扱うことができるのか、生徒の生活課題に対しての課題解決的な学びを展開することができる授業はどのように行うとよいのか、を考える。

2. 研究の目的

沖縄県の教育課題の一つである子どもの貧困について、子供の貧困実態調査に関する研究(2019)によると、困窮世帯と非困窮世帯に異なる傾向が見られ、朝食や夕食の欠食、一人で食事をする人が多いことを知った。また、経済的な困窮を強いられている家庭において特に食生活の場面においては保護者が子に関与することが難しいということ、経済的な支援が必要な家庭の子は、食に関して学ぶ機会や食事をとることが非困窮世帯と比較して難しいことを把握した。

さらに、沖縄県食育に関する県民意識調査報告書(2017)によると、「日頃から健全な食生活を実践することを心掛けていますか。」という問いに関して「心掛けていない」と回答した20~29歳の若い世代が全ての世代の中で男性が一番多く、女性は二番目に多い結果を示していた。

これらより、学校現場において家庭科という授業を通して食育を重点に置き、食事の役割と自身に必要な栄養を満たす食事を知るとともに、食品の栄養的特質・種類・選択と調理に関する知識、技能を身に付けることができるような授業を行うことで全ての生徒に平等に食の改善の手立てをしたい、と考えた。

3. 研究の方法

(1) 生徒の生活実態を把握（授業前アンケートから）し、食育についての知識があるのか、などを把握する。

(2) 授業の中で食材に関する知識や、食べ物の選択について取り扱い、普段の生活にどのように生かすことができるか、を考えさせる。

(3) 授業実践後、生徒のアンケートから変化が見られたか、家庭で実践につながったかを見取る。

4. 授業実践の実際

2022年9月上旬に沖縄県内の県立高等学校第3学年2クラス（男子31名 女子43名 74名）を対象として授業実践を行った。

事前アンケートでは、「あなたは栄養バランスを考えた食事をとることは大切だと思いますか。」という問いの他、食育や日頃の食生活についての質問を行い、生徒の現状を知った後、授業において食育と関連させた内容を行った。授業実践の1時間目で行った炭水化物の授業について以下に示す。

	・主な学習活動	◇指導上の留意点 () 工夫した点
1時間目 展開	<ul style="list-style-type: none"> 炭水化物の種類と働きについて 教科書の炭水化物について 糖質と食物繊維について 食物繊維を多く含む食品について 炭水化物を多く含む食品の栄養的特徴と調理法について 	<p>◇ワークシートを使用しまとめを行う。(身近なお店で販売されている食品の写真を示し、体への作用や効果に気付かせ、どのように活用するとよいのかを学習する。)</p> <p>◇それぞれの種類について学ぶ。(炭水化物の中の糖質や食物繊維に対して、脂質やたんぱく質の身体への作用など自身の生活と関連を持たせるとともに、振り返りながら生活を見直す工夫や自分の目的と合った食品の選択の仕方を教える。)</p> <p>◇自身の生活や身近な食べ物から自身の生活の中でどのように摂ることで良い作用につながるか考えさせる。(具体物を食品であるうどんやご飯、ラードなどで示す。)</p>
2時間目 展開	<ul style="list-style-type: none"> 脂質やたんぱく質の種類と働きについて 教科書の脂質やたんぱく質について考える それぞれの栄養的特徴と調理法について 	

1時間目の炭水化物についての授業実践では、教科書を参考に炭水化物が体にもたらす働きや調理や加工上の特性を知り、自身の生活の中でどのように必要なのか、ということ自身を生活と関連させながら学習を行った。授業実践の2時間目では脂質・たんぱく質について学習を行った。脂質・たんぱく質の授業でも1時間目と同様に栄養的特質や食事の摂り方など、自身の生活と関連させながら授業を行った。



写真1 授業風景

5. 結果と考察

授業実践前・後に食育に関するアンケートを行った。今回の有効なアンケートの総数は第3学年2クラスの計61人分である。筆者が行った授業実践の前と後で生徒にどのような影響がみられるかという検証を全11問のアンケートで分析を行った。



図1 アンケート用紙

選択肢のみの回答を解析した結果が以下の表1の通りである。統計的な有意差があるか確認するため、統計ソフト spss (V. 25) を使用した。質問1「あなたは「食育」に関心がありますか。」、質問5「あなたは普段、朝食を食べますか。」、質問3「あなたは自分の食生活をどう思いますか。」については実践の前後で若干の有意差があった ($p < 0.05$)。

表1 アンケート調査の結果

質問	事前の平均値	事後の平均値	前後の平均値	標準偏差	平均値の標準偏差	t 値	有意確率	確立 (両側)
問1	2.39	1.84	.557	.671	.086	6.484	.000	**
問2	1.15	1.10	.049	.338	.043	1.137	.260	n.s
問3	2.05	1.84	.213	.710	.091	2.345	.022	*
問5	1.52	2.48	-.967	1.646	.213	-4.548	.000	**
問7	1.92	2.30	-.377	1.562	.200	-1.886	.062	n.s
問8	2.88	3.16	-.286	1.232	.165	-1.736	.088	n.s
問11	1.44	1.33	.115	.551	.071	1.627	.109	n.s

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$ n. s. = non-significance

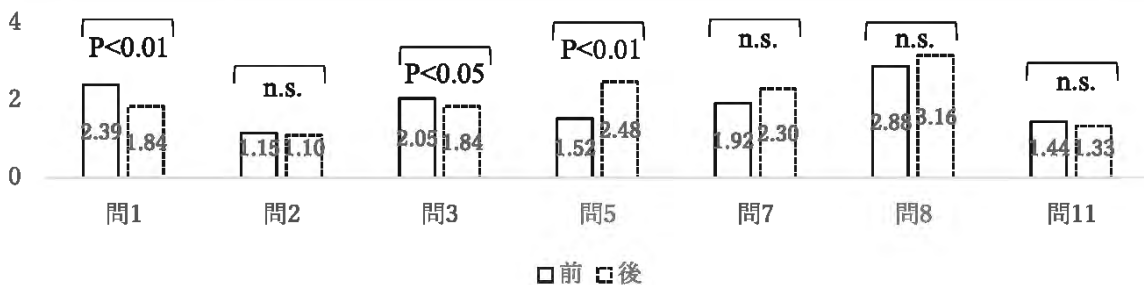


図2 アンケート調査の結果

アンケート調査の結果は、降順になるほど良い傾向を示している。今回、選択肢のみの回答を分析し

た。表1と図2が示すように、アンケート調査の質問1の有意確率が0.000、質問3の有意確率が0.022、質問5の有意確率が0.000と有意差があった。質問1、3の食育に関することや自身の食生活については2時間の授業実践に関わらず、授業実践を行ったことで少なからず今までの自分自身の食生活と授業内容を照らし合わせ、意識的に食育に関心を持つことにつながり、自身の食生活の内容に関して問題意識を持つことにつながったと推測される。また、質問5に関しては朝食を食べる頻度が増えた、という行動の変容にもつながったことが明確になった。授業を行うことで生徒の意識や行動に変容がみられることが明確になった。

しかし、今回のアンケート調査で有意差がなかった質問7・8では、実際に生徒が家庭でどのような食生活の変化があったかについての質問であったが、今回の2時間の授業実践では生徒の実際の食生活の行動には結び付きにくい傾向があった。これは授業実践の内容と時間が関係しているのではないかと推測される。今回の授業内容でも生徒の身近な食材や食品について知ってもらうことができるような内容としていたが、表1と図1の結果が示す通り、生徒にとって実際の食生活の変化に値する内容ではなかったと考えられる。

6. 今後の研究に向けて

本研究では、食育を中心として高等学校3年に対して家庭総合食分野において授業実践とアンケート調査を行った。

授業前・後アンケートを行ったことで、生徒にとって食育と自身の生活を関連させた授業を行うことは有効であることが示唆された。しかし、これらは生徒の意識調査に過ぎず、授業を受けた上でどのようにして生徒の日頃に食生活に反映していくか、継続的な実践を家庭の中で行っていくことの可能性について今後の研究の課題となった。

また、今回のアンケート調査の結果より授業前・後で有意差がなかった項目もあり、それらを今後どのようにして変化させるか、ということも今後の課題となった。具体的には、質問7に関して授業後の回答では、変化がない、または食べる頻度が減ったという回答が目立った。生徒にとって、3つの組み合わせを考えた食事を摂ることが難しいと考えられる。今回、実習を行った学校では生徒の特徴として、部活生が多く、部活の朝練や放課後の活動、休日等の遠征などで忙しく、市販の弁当を買う傾向が見られた。そのため、学校で食品の栄養や選択について学んだとしても時間の余裕がなく、実践につながりにくかったのではないかと考えられる。生徒にとって、家庭での実践につながりやすい知識とは何かということのをこれからの研究では精査していく必要がある。

さらに、限られた時間での授業実践となったため、教科書の内容が中心の授業展開となった。教科書に記述されていることをどのようにして、普段の生活に応用できるのか活用できるのか、生徒自身の生活を見直すきっかけとなる大きな気づきや身近な食品を取り上げることで実践に直結しやすい授業内容とすることを課題とした。

今後は、高等学校家庭総合において、授業で取り扱った内容を生徒の実際の食生活にどのように反映させるのか、ということを検証する必要がある。

引用文献

内閣府政策統括官、2019、『子供の貧困実態調査に関する研究』

文部科学省、2018、『高等学校学習指導要領（平成30年度告示）解説家庭編』

沖縄県保健医療部健康長寿課、2017、『食育に関する県民意識調査報告書』

伊藤葉子、2013、「家庭科の授業時間数減少をめぐる課題」、『日本家政学会誌』64(8):451-453