

VI

食育研究グループ

“一食作れる吹田っ子”をめざして

—家庭科での実践—

食育研究グループ

<研究員>

吹田南小学校	栄養教諭	板東	友希子
岸部第一小学校	栄養教諭	池田	裕美
江坂大池小学校	栄養教諭	福井	智子
山田第二小学校	栄養教諭	小沢	清美
東山田小学校	教諭	亀山	早紀
津雲台小学校	教諭	岩田	俊彦
南千里中学校	教諭	村田	晋太郎
豊津中学校	栄養教諭	林	美恵

<スーパーバイザー>

奈良教育大学 教授 鈴木 洋子

目 次

1. はじめに.....	1
2. 研究目方法について.....	1
3. 調査結果.....	2
4. 考察.....	9
5. おわりに.....	1 1

1. はじめに

平成17年(2005年)に食育基本法が、翌18年(2006年)には食育推進基本法が策定され、学校・家庭・地域を中心に食育に関する取組が進められているところです。

学校教育における食育は、小学校では生活科や総合的な学習・道徳・特別活動・家庭科等、中学校では主に家庭科で行われています。

本研究グループでは、家庭科の授業における食育に焦点を当て、「一食作れる吹田っ子」をテーマに研究を進めてきました。

食の自立に不可欠である調理スキルを高めるための調理実習の充実を図り、小学校から中学校への学びの系統性を明らかにするため、小中学校で家庭科の授業を指導している先生方に協力していただき、アンケート調査を行いました。

調理実習における実情や課題を把握し、先生方の経験年数や苦手意識を克服できるような研修や教材の開発に取り組みます。

2. 研究方法について

平成25年1月、本市立小学校全校35校、中学校全校18校に、調査用紙を郵送で配付しました。

(1) 調査対象と回収数

小学校においては、5年・6年の家庭科の授業をしている先生(回答は、学年1名でも、複数以上でも可としました)。中学校においては、1年・2年・3年の家庭科の授業をしている先生としました。回収は、小学校34校88名、中学校18校18名でした。

(2) 調査内容

調査項目を以下に列挙しました。項目1では専科の授業か担任の授業かを明確にし、項目2では家庭科の授業の経験年数をつかむようにしました。項目4・5の実施した調理実習については、吹田市で使用しているT社発行の教科書の題材に沿ってメニューを並べました。項目5は、中学校のみ設定しました。

- ①家庭科の授業担当者
- ②家庭科の指導経験年数(今までに家庭科を教えたことがありますか)
- ③今年度の調理実習回数(予定を含む)
- ④今年度実施した(予定を含む)調理実習メニュー
- ⑤1回の調理実習で実施した(予定を含む)品数(中学校のみ)
- ⑥調理実習をするうえで困っていること
- ⑦家庭科教育への考え

3. 調査結果

調査項目①～④（中学校は⑤）については、小・中学校別に、項目⑥の調理実習をするうえで困っていることについては小・中学校合わせて記述しました。

(1) 小学校

① 家庭科の授業担当者

第5学年の授業担当者の内訳は、専科が6校で、担任が28校でした。第6学年についても、第5学年と同様の結果でした。小学校においては、担任が家庭科の授業をしている学校が、約82%を占めていることがわかりました。

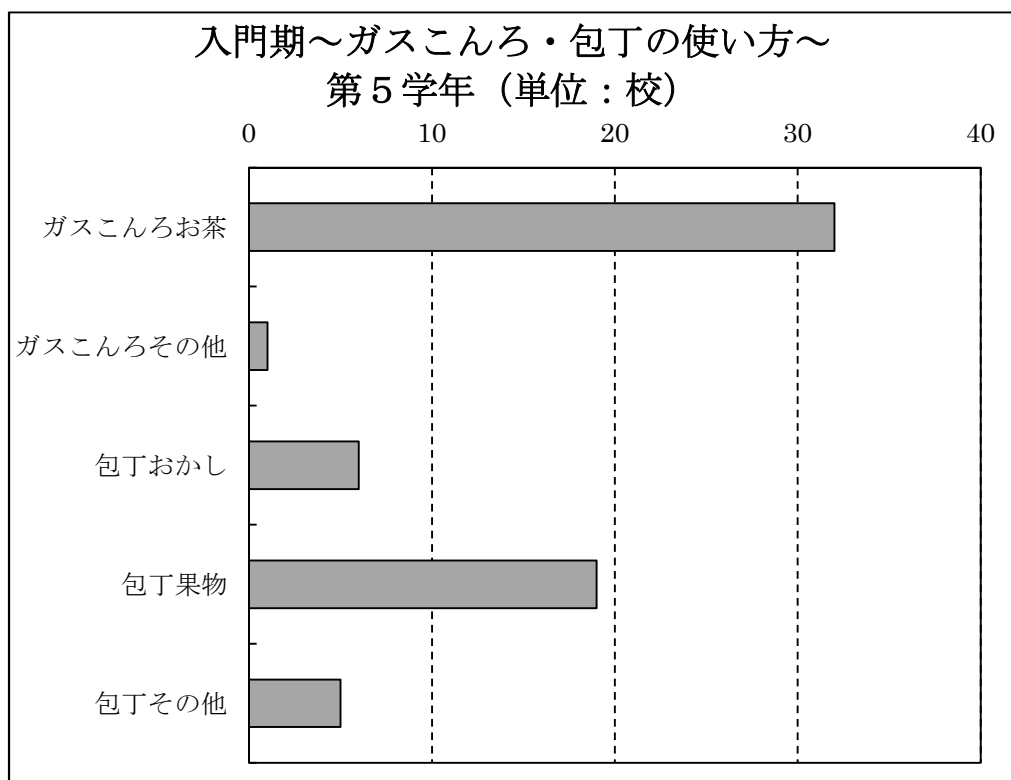
② 小学校家庭科の指導経験年数

小学校家庭科の指導経験年数の内訳は、初めてが27人、2～3年が36人、4年以上が23人、無回答が2人でした。回答者の属性から見ると、3年以内の教員が約7割を占めており、指導経験年数が浅い教員が多いことがわかりました。

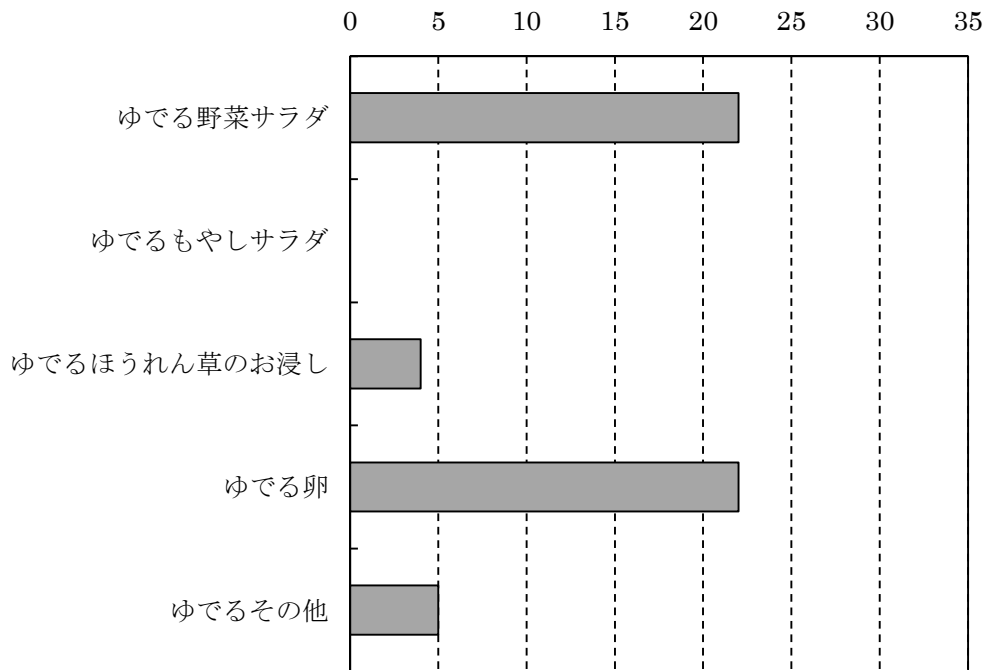
③ 今年度の調理実習回数（予定を含む）

調理実習回数の平均は、第5学年が3.4回で、第6学年が2.9回でした。教科書では2年間で5回の実習題材がありますが、平均6回程度実習を実施していることがわかり、実習回数が教科書会社発行の指導書に掲載の指導計画例より上回っていることがわかりました。

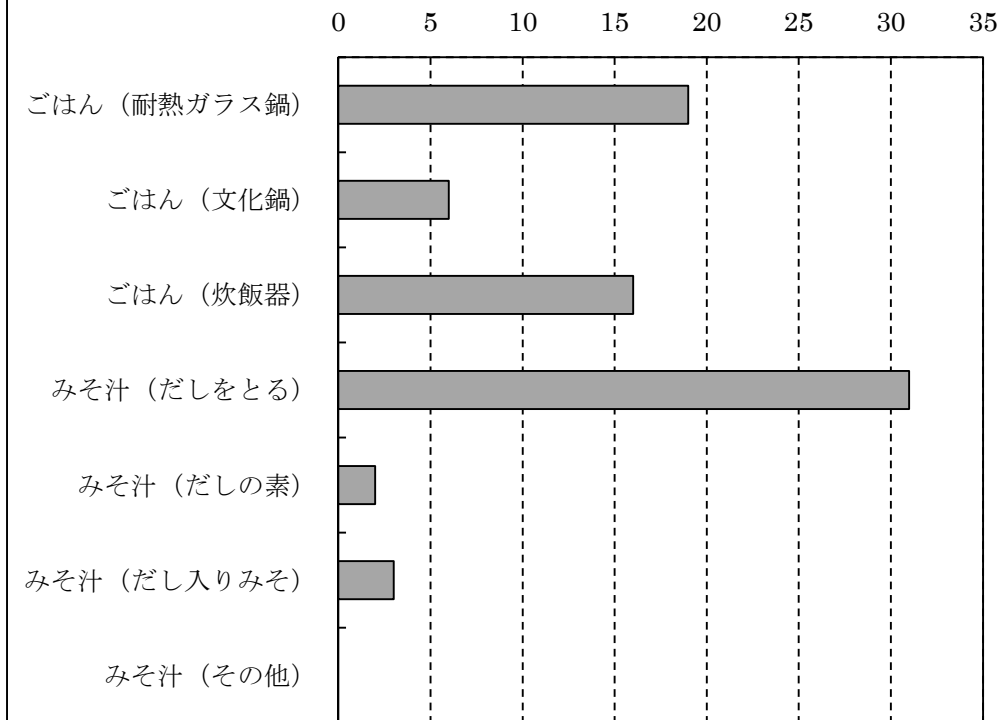
④今年度実施した（予定を含む）調理実習メニュー



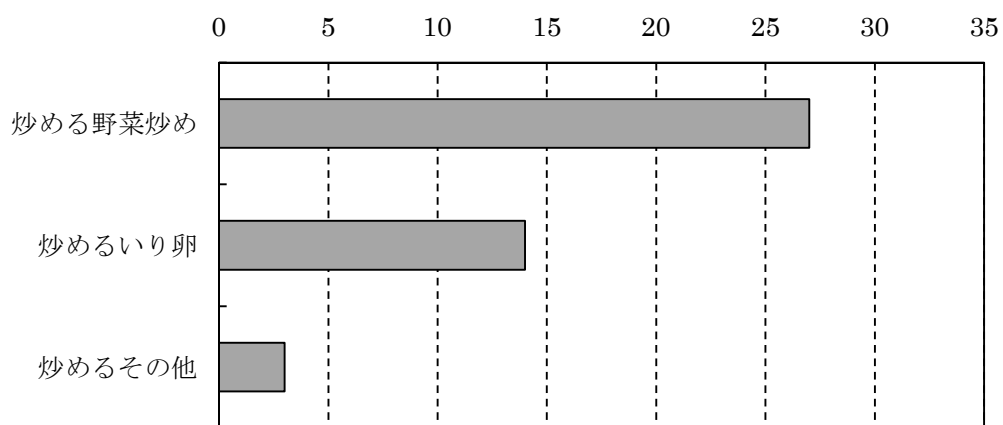
ゆでる 第5学年 (単位:校)



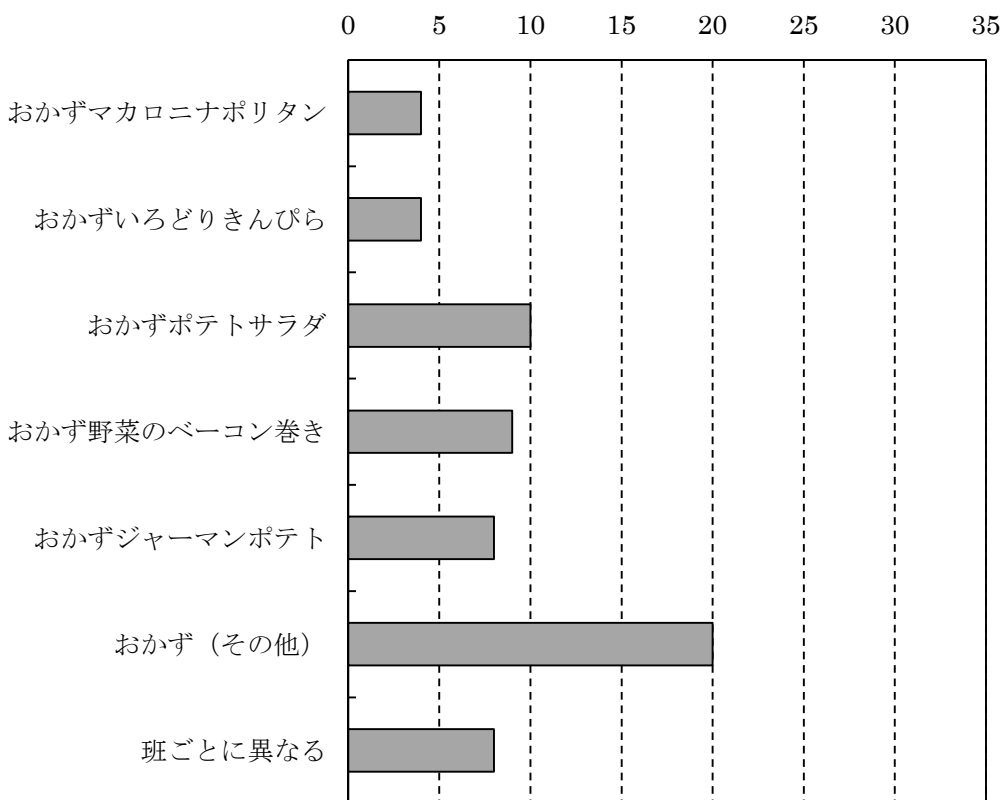
ごはん・みそ汁 第5学年 (単位:校)



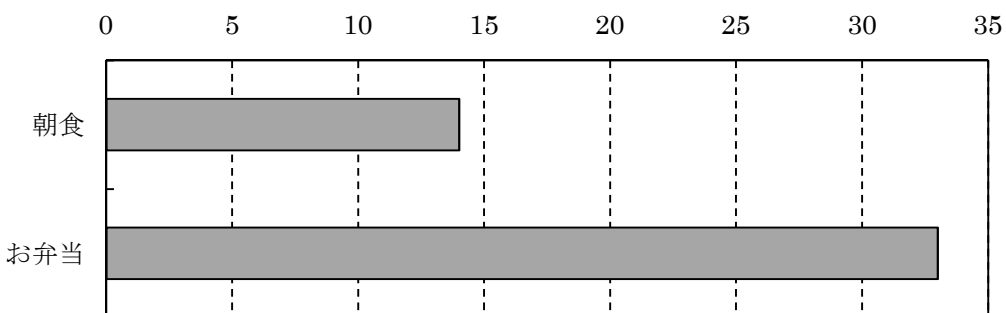
炒める 第6学年 (単位:校)



おかず 第6学年 (単位:校)



一食分の食事 第6学年 (単位:校)



(2) 中学校項目

① 家庭科授業の担当者

家庭科担当教員が17校で、技術科担当教員が1校でした。

② 家庭科経験年数

初めてが2人、2～3年が3人、4年以上が13人でした。

③ 今年度の調理実習回数（予定を含む）

・市内18校の調理実習平均回数は、1年で2.1回、2年で1.8回、3年で1.7回でした。3年間を合計すると5.6回となります。

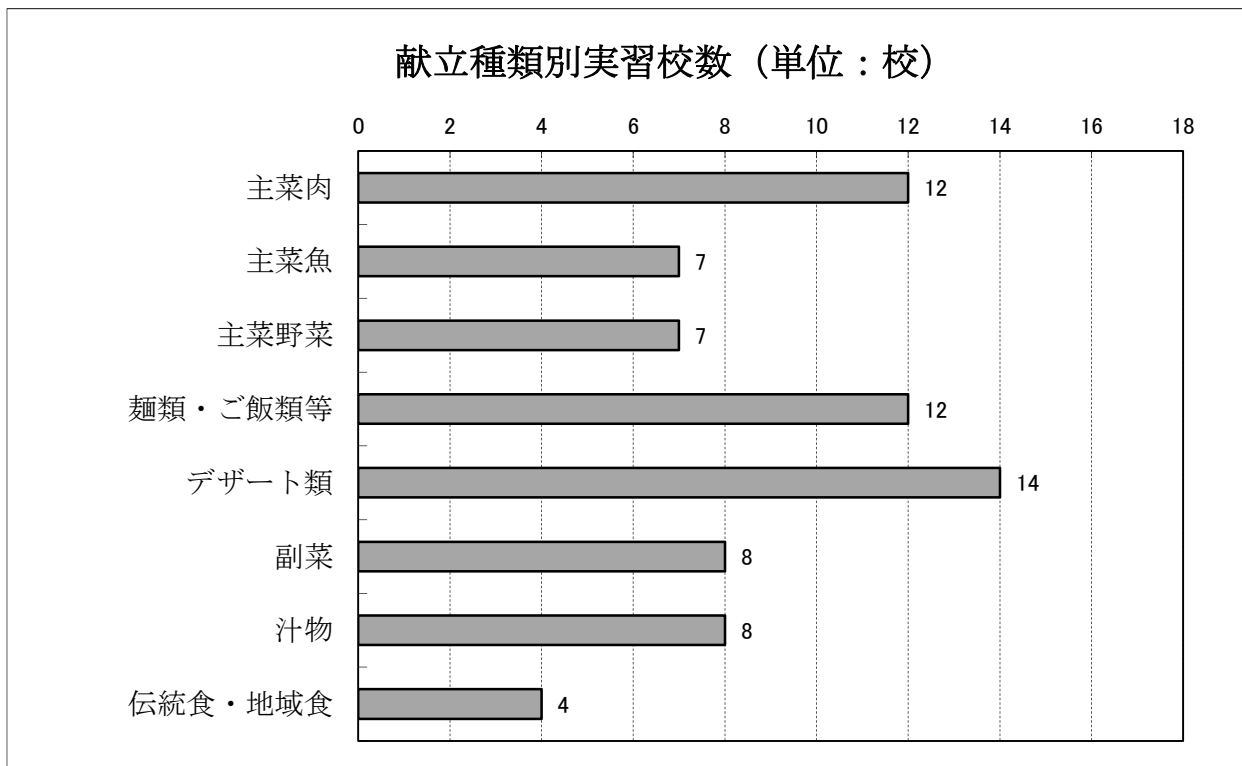
・経験年数で比較すると、経験0～3年では年間3.6回、4年以上では6.3回でした。

④ 今年度実施した（予定を含む）調理実習メニュー

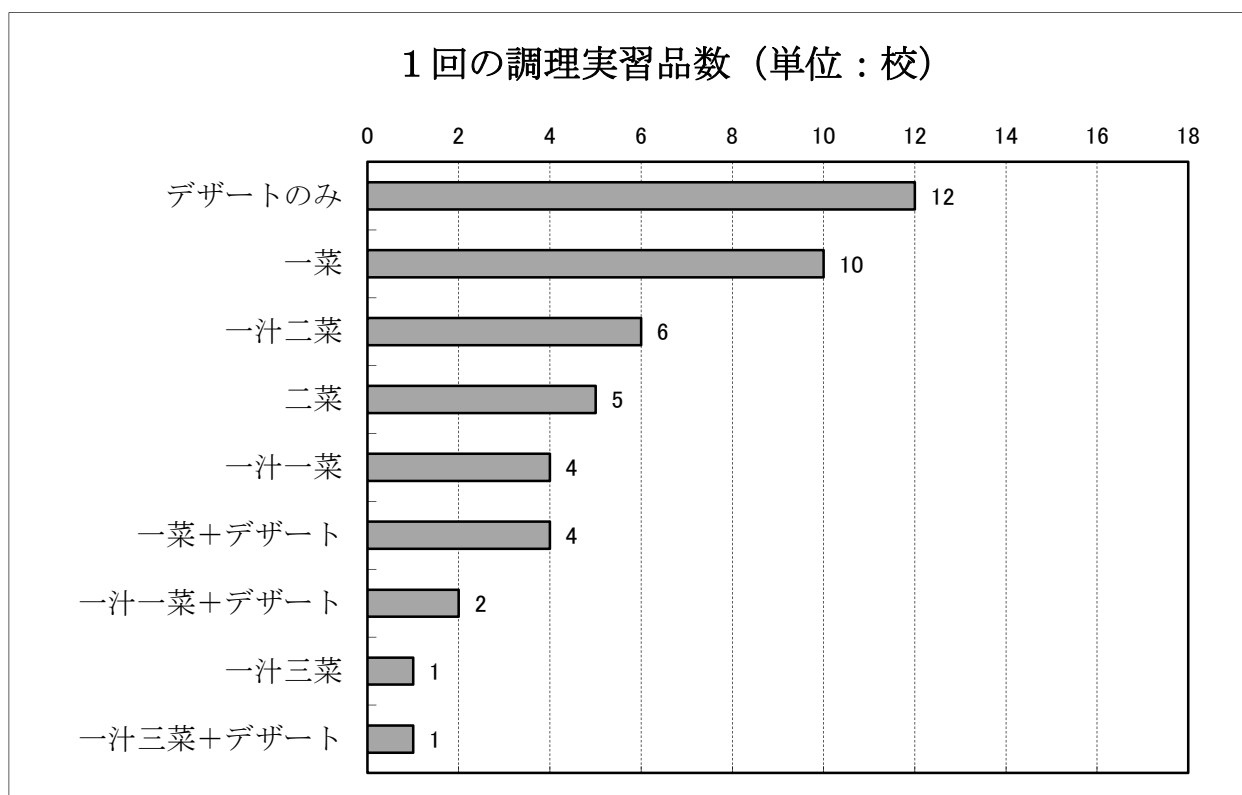
		献立名	調理法	実習回数	割合 (%)
主菜	肉	しょうが焼き	焼く	5	
		ハンバーグ	焼く	4	
		ホワイトシチュー	煮る	3	
		ぎょうざ	焼く	2	
		その他（豚肉の野菜巻き・肉炒め）	炒め・焼く	4	
		主菜肉料理合計		18	
		主菜で生肉を扱っている学校		12	
	魚	ムニエル	焼く	5	
		魚の煮付け	煮る	1	
		魚の塩焼き	焼く	0	
		なべ照り焼き	焼く	0	
		いわしのつみれ汁	煮る	0	
		その他（魚ホイル焼き）	焼く	2	
		主菜魚料理合計		8	
		主菜で生魚を扱っている学校		7	
	野菜	肉じゃが	煮る	1	
		豚汁	煮る	4	
		いりどり	煮る	1	
		その他（八宝菜）	炒める	1	
		主菜野菜料理合計		7	
		主菜で野菜を扱っている学校		7	
麺類・ご飯類等	ドライカレー	焼く・煮る	1		
	スパゲッティミートソース	焼く・煮る	7		
	卵どんぶり	焼く・煮る	1		
	その他（炊込みご飯・カレーうどん・焼きうどん・スパゲッティナポリタン・豚しゃぶうどん・冷麺・チヂミ・手巻き寿司・豚まん・ホットドッグ・もちもちパン）	焼く・煮る 炒める・焼く	15		
	麺類・ご飯類等合計		24		
	麺類・ご飯類等を扱っている学校		12		66.7

デザート類	フルーツポンチ	切る	1	77.8
	スイートポテト	焼く	6	
	クレープ	焼く	2	
	その他（いちご大福・ホットケーキ・フレンチトースト・フルーツパンケーキ・クッキー・パン耳・かりん糖・みたらし団子・白玉だんご・いも餅・リンゴジャム・バター・果汁寒天・マドレーヌ）	焼く・茹でる 煮る・固める	19	
	デザート類合計		28	
	デザート類を扱っている学校		14	
副菜	温野菜サラダ	茹でる	3	44.4
	にんじんバター	煮る	1	
	さやいんげんのソテー	炒める	0	
	粉ふきいも	茹でる	0	
	青菜のごま和え	茹でる・ 和える	3	
	野菜の浅漬け	漬ける	1	
	その他（ほうれん草のお浸し・ブロッコリーの辛子和え・フルーツヨーグルトサラダ）	茹でる・ 和える	3	
	副菜合計		11	
	副菜を扱っている学校		8	
			44.4	
汁物	せん切り野菜のすまし汁	煮る	2	44.4
	コーンスープ	煮る	1	
	キャベツとベーコンのスープ	煮る	1	
	かき玉汁	煮る	5	
	わかめと豆腐の味噌汁	煮る	1	
	汁物合計		13	
	汁物を扱っている学校		8	
			44.4	
地域・伝統食	お好み焼き	焼く	2	22.2
	筍ご飯	炊く	2	
	筍の煮物	煮る	1	
	伝統食・地域食合計		5	
	伝統食・地域食を扱っている学校		4	
			22.2	

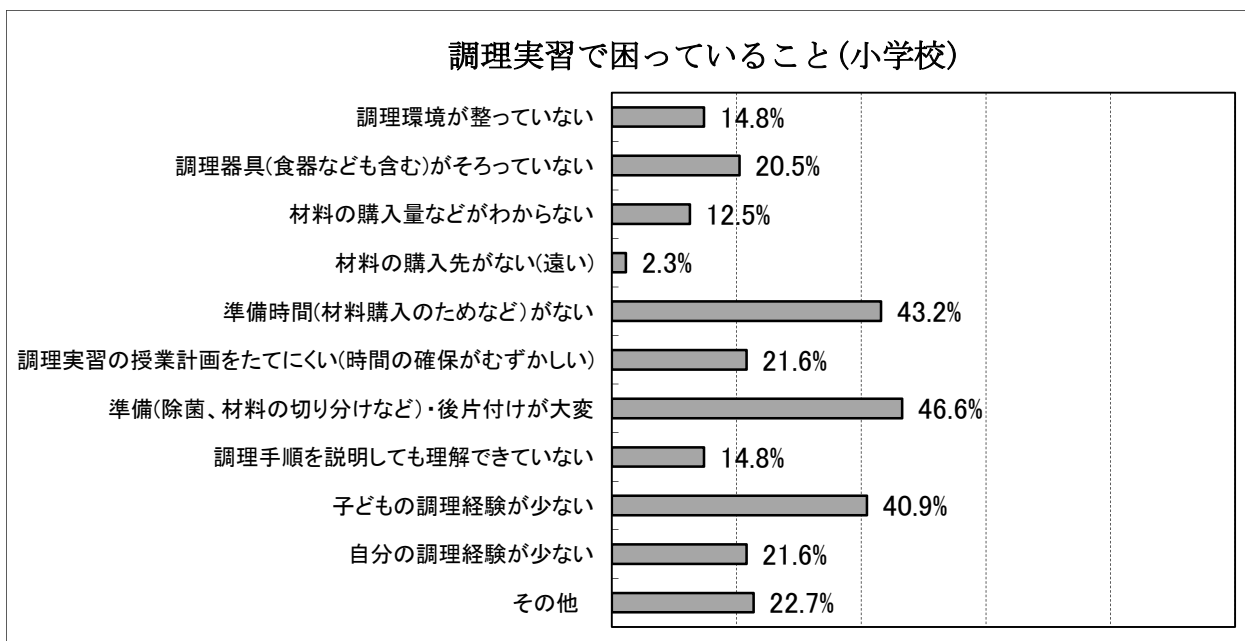
⑤ 今年度実施した（予定を含む）調理実習メニューを献立種類別にまとめました。



⑥ 1回の調理実習で実施した（予定を含む）品数

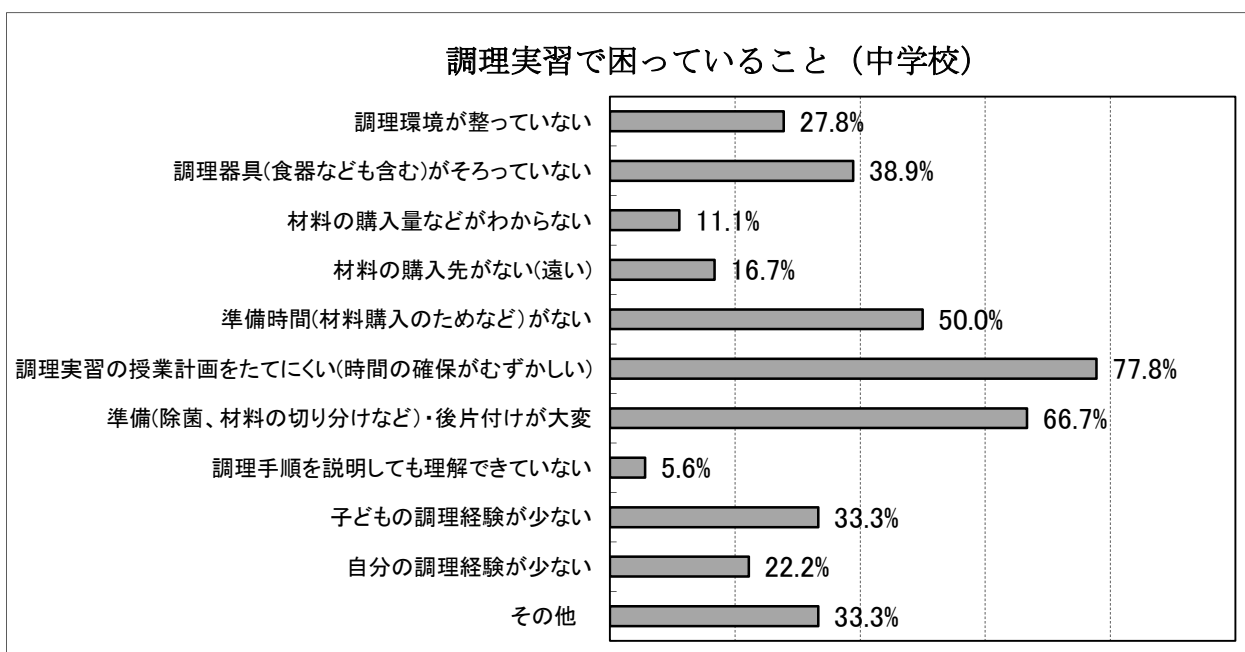


(3) 調理実習をする上で、困ったことや困っていること (複数回答)



<小学校その他の意見>

ホワイトボードではなく黒板なので板書に困る・包丁の管理・調理台が古い・調理台が6台しかなく7人で使っている・学校予算で購入できる調味料が平日、吹田市内と決まっていて購入しにくい・商店が遠く、準備が大変・1班の人数が多く、作業効率も悪く安全面で不安・家庭科専科の先生がいる学校は器具や環境が整っているが、家庭科専科のいない学校は、家庭科室の衛生面も心配な点が多い・担任1人で36人見るのは大変なので、補助で一人入ってほしい・担任1人だけでは時間内に終わらせることが難しい。



<中学校その他の意見>

授業時間が一時間 (4)・食物アレルギー (2) 調理実習の時間割変更が困難・実習時間の不足・時間数の不足・調理室の環境・冬場に油汚れが取れにくい・一人で行うのは大変・献立選定が難しい・欠席者のフォロー・支援の生徒への入り込み・3年生は隔週(実習説明を忘れていた)

4. 考察

(1) 小学校

5年生では、ガスコンロの使い方はほとんどの学校ではお茶をわかす実習をしていました。一方、包丁・まな板の使い方は実習内容にばらつきがありますが、半数の学校で果物を切る実習をしていました。入門期には、ガスコンロや包丁を使う経験が少ない児童が多く、火や刃物に対する恐怖心をもつ児童も少なくありません。これから正しく安全に調理実習を行うためにも、丁寧に教えていきたい題材です。ゆでる題材では、半数以上の学校がゆで野菜のサラダやゆで卵の実習をしていました。中にはアレルギーに配慮して、ゆで卵は見学というかたちで実施していた学校もあり、実習ができなくても知識として教えていく必要性が感じられました。炊飯は炊飯用鍋(耐熱ガラス鍋や文化鍋)、ビーカーなどを使用している学校が多数ありました。みそ汁については、ほとんどの学校がだしをとるところから実習をしています。これらの結果から、5年生では多くの学校が教科書の内容に準じて調理実習を実施していることがわかりました。

6年生では、炒める題材を、ほとんどの学校が野菜炒めで実習をしていました。おかず作りに関しては、各校、また班ごとでメニューにばらつきがありますが、ほとんどの学校で実習をしていました。一食分の食事についても、おかず作りと同様に、各校各班でメニューが異なりますがほとんどの学校で実習をしていました。これらの結果から、6年生でも多くの学校が教科書の内容に準じて調理実習を実施していることがわかりました。6年生では一食分の食事の献立をたてた上で、班ごとで違うさまざまなメニューを作ることが多くなっていくので、ゆでる、ご飯・みそ汁、炒めるまでの題材を丁寧に指導していくことが大切だとわかりました。また、“一食作れる吹田っ子”を目指して、栄養バランスのよい献立を作成できるよう、栄養三色や五大栄養素の定着もはかりたいと考えます。

(2) 中学校

中学校での調理実習題材については小学校で扱うことのなかった「生肉・生魚」が新しく加わってきます。また、学習指導要領では「生徒の実態に合わせた題材を設定し、肉・魚・野菜を中心に日常よく用いられる食品を取り上げ、基礎的な日常食の調理ができる。」とあるため、中学校での実習題材は「生肉」「生魚」「野菜」の3点を扱うこととなっています。吹田市で採用されたT社出版の教科書においても、「肉の調理をしよう(P. 55～60)」「魚の調理をしよう(P. 61～66)」「野菜の調理をしよう(P. 67～70)」とあり、応用として「環境に配慮した調理」「いろいろな料理」「発展：お菓子を作ろう！」などが扱われています。

今回のアンケートの(4)では、今年度実施した(予定を含む)調理実習メニューについて選択式で調査しました。選択肢にある献立は教科書で扱っている題材を基本とし、教科書以外の題材は「その他」の欄に記述してもらいました。

結果より、主菜で生肉を扱っている学校は12校、主菜で生魚を扱っている学校は7校、主菜で野菜を扱っている学校は7校となりました。肉料理・野菜料理・麺類等の献立でも、肉・野菜は材料の一部として扱われていると思われませんが、魚を扱う学校が全体の1/3と低い傾向がわかりました。

また、この3点をすべて題材として扱った学校は7校です。学習指導要領ではこの3点については取り扱うべきとなっていますが、吹田市内で約1/3の学校でしか扱えていない現状がわかりました。扱うことができていない原因としては様々な要因が考えられます。その中の1つとして、中学校では、1回の家庭科実習を1時間の時間内に完結しなくてはならないことがあげられます。アンケート(6)一回の調理実習品数からわかるように、デザートのみを作っている学校が12校、1菜のみを作っている学校が10校、と一回の調理実習で扱う品数に限りがあることがわかります。教科書では「生姜焼き(肉の調理)」「ハンバーグ(肉の調理)」「ムニエル(魚の調理)」「魚の煮付け(魚の調理)」「肉じゃが(野菜の調理)」の5つで「一汁二菜」の献立を紹介しています。しかしながら、一汁二菜・一汁三菜として扱っている学校は8校しかありません。やはり50分の授業時間内で調理・試食・片づけを行うに当たって、一汁二菜以上の品数を扱うことは難しいことが考えられます。各校で時間の確保、準備や実習中の工夫を凝らしても時間的な余裕がないように思われます。

(3) 調理実習をするうえで、困ったことや困っていること

小学校では「準備(除菌・材料の切り分けなど)・後片付けが大変」と答えている人が一番多く46.6%、次に「準備時間(材料購入のためなど)がない」が43.2%、「子どもの調理経験が少ない」が40.9%を占めていました。

中学校では「調理実習の授業計画をたてにくい(時間の確保がむずかしい)」と答えている人が一番多く77.2%、次に「準備時間(材料購入のためなど)がない」が66.7%、「準備(除菌、材料の切り分けなど)・後かたづけが大変」が50%を占めます。1・2年生は年間35時間(週1時間)、3年生では年間17.5時間という少ない時間数の中では、調理実習の授業計画をたてにくい実態がわかりました。

小学校・中学校ともに準備・後片付けに教員の作業時間がとられています。さらに学校予算で購入できる調味料が平日に吹田市内と決まっていること、商店が離れており材料を調達するのに時間がかかることなどが準備をますます大変な作業にしています。そして日常的な教員の多忙から、準備・後片付けの作業時間を確保する難しさもわかりました。特に、小学校においては、担任が指導している場合が多く、準備・後片付けの作業時間がとりにくい実情が見えます。また、専科制でない場合、家庭科室の器具や備品、衛生面の管理なども困難なようです。

「子どもの調理経験が少ない」については、小学校低学年のころから、家庭でのお手伝いや学校の生活科などの授業の中で調理経験を積み重ね、小学校卒業までに基本的な調理技術を身につけ、中学校に進む必要性を感じます。

5. おわりに

小学校では、一食分の食事の献立をたてたうえで、班ごとに違うさまざまなメニューを作れるよう、ガスコンロや包丁を安全に使う、食材や調理器具を洗う、ゆでる、ご飯・みそ汁、炒めるまでの題材を丁寧に指導していくことが課題です。今、ガスではなくIHを使用している家庭も増えており、大きな火を見たことがない子どもも少なくありません。スーパーでも切り身で売られているものも多く、子どもが包丁を使う機会も減ってきているのではないかと考えられます。また色々な理由で、お手伝いをさせる家庭が減っていると思われます。その「経験不足」の子どもたちが調理の基礎・基本を学ぶのが家庭科だと考えます。家庭科の授業で、調理器具を正しく安全に使うこと、一つ間違えば事故につながることを認識させることができればと思います。一般の家庭では、米を炊飯器で炊くことが多くなっています。しかし、米がどうやって変化してご飯になるのか知らない子どもも多いなか、鍋を使って炊くことにより、米からご飯になる変化を実感的にとらえ、ご飯がおいしく炊けるよう指導することが必要だと感じます。またみそ汁等においても、家庭ではだしをとる代わりに風味調味料を使うことが多くなっていますが、調理実習で日本料理の基本であるだしをとる経験をさせることがやはり大切だと考えます。小学校の家庭科では、一人ひとりに基礎・基本の力を確かに定着させ、知識としての理解に留まることなく家庭での実践に結びつく授業を考えていくことが「食育」につながり、「一食作れる吹田っ子」を育てていくのではないのでしょうか。

中学校では、実習題材の選択や一時間の授業の中で、どの程度の品数を取り扱うかが課題です。指導要領・教科書の理解や実習時の工夫などについて意見交流し、様々な工夫と努力で一汁二菜・一汁三菜の品数で調理実習ができれば、「一食作れる吹田っ子」の育成に大いにつながると考えます。今年度の活動を通して、実態把握・課題設定について調査より考えることができました。