



教材② かるしおえほん

テーマ	減塩について意識してみよう		
目標	・減塩に取り組む意識をもつ ・減塩の方法を知る ・減塩を意識する気持ちを育てる		
対象学年	小学3,4年生	使用媒体	動画投影/タブレット
活用場面	給食の時間、各教科の学習時間等	所要時間	導入5分、実践5分 まとめ2分
評価方法	減塩を意識している児童の割合		

【活用の流れ】

過程	活動内容	留意事項
教材準備 (5分)	教材の準備をする。 ・タブレット(PC)、プロジェクター、スクリーンを用意し、動画を視聴できるようにする。	
導入 (5分)	教材の目的と進め方を説明する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; margin-top: 10px;"><p>【説明】</p><p>★視聴1回目の場合</p><ul style="list-style-type: none">●みなさんは減塩という言葉を知っていますか?減塩とは食塩をとりすぎないようにすることをいい、みなさんが、元気に過ごすためにも大切なことです。●今日からみなさんには、減塩の大切さについて知ってもらうため、「かるしおえほん」という3つの動画を毎月1つずつ見てもらいます。●動画では、みなさんが元気に過ごすためのヒントもたくさんお話されているので、自分ならどうしたらいいのか考えながら、見てみましょう。<p>★視聴2回目以降の場合</p><ul style="list-style-type: none">●みなさんには、減塩の大切さについて知ってもらうため、「かるしおえほん」という動画を見てもらっていますが、覚えていますか。●今日はこの前の続きのお話を見てもらいます。</div>	

過程	活動内容	留意事項
実践 (5分)	動画を視聴する。 ・タブレット(PC)を使って、スクリーンに動画を投影する。	動画は1から順番に視聴する。
まとめ (2分)	動画の感想を聞く。 ・児童の学年や動画の内容に応じて、子供たちに質問をする。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>【説明】</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 今日みなさんが1番印象に残ったお話は、どんなお話でしたか。 ● 食塩をとりすぎないように気をつけたいと思いましたか。 ● 減塩のために、自分にもできそうなことがありましたか。 ● おうちの人にも伝えようと思ったことがありましたか。 </div> <p>児童の理解度や関心度を把握するため、アンケート等を実施することも考えられる。</p> <p><アンケートを実施する場合の項目例></p> <ul style="list-style-type: none"> ・食塩をとり過ぎると健康に影響があることをしていたか(元々知識があるか) ・動画を見てこれから食塩をとりすぎないように気をつけたいと思ったか(動画への理解) ・動画を見て知ったことをおうちの人に話そうと思うか(動画への理解) 	

■かるしおえほん(動画)

- ・減塩の大切さを知り、減塩に取り組む意識を育てるための動画。
- ・子供たちが集中して見ることができ、繰り返し視聴しても負担になりにくいよう、動画1つの長さは5分程度と短くした。
- ・子供たちが、聞き取りやすく、興味惹かれるものにするため、動画に登場するオリジナルキャラクターの声を大阪アニメーションカレッジ専門学校に学生に担当してもらった。

動画①「食塩と健康」



【内容】

- ・食塩とは何か
- ・食塩をとりすぎるとどうなるか

【所要時間】

- ・約6分

動画②「減塩の実践方法」



【内容】

- ・食塩の量を見ている
- ・食べ方に気をつける
- ・好き嫌いをしない

【所要時間】

- ・約5分

動画③「社会の減塩に関する取組」



【内容】

- ・減塩のためにお店、病院、学校が取り組んでいること

【所要時間】

- ・約5分