健康生活教育に関するカリキュラムの検討
―アメリカ家庭科における食生活教育について―

石谷　圭子
Keiko Ishigai

Ⅰ．はじめに

今日的課題として「健康」の問題がある。「健康」は古来より生活における幸福の基盤と考えられ，強い関心がもたれ続けている。そして，複雑多様な現代社会において，従来とは異なった健康問題が生じている。特に青少年に限っても，体力低下，性の問題，家庭内暴力，校内暴力，自殺などが身近な問題として迫ってきている。これらの問題を解決するには，従来のように身体的側面のみの状態を「健康」ととらえるのではなく，勝沼も論述しているように，[1]「健康」の概念を拡大し，「生活」概念としてとらえることが提唱されている。

一方，家庭科が「人間の生活を総合的にとらえて追求，創造する実践的能力をもつ人間の育成」[2] をめざす教科である以上，家庭科において実際に生活を営む上で生じる健康問題を解決する能力を育成しなければならない。すでに筆者は，「健康」「生活」の概念を明確にし，[3]「健康」の視点から家庭科の教育内容を新しく構築するため，健康生活教育（健康生活を実現する能力の育成を目的とする教育活動）を提唱している。[4]

現在，アメリカ合衆国の教育局では，Home economics & Health educationという教科が成立している。そこで本稿は，健康生活教育のカリキュラムを構想する場合の示唆を得るためアメリカ合衆国の家庭科のカリキュラムを，食生活面に焦点をあてて考察することを目的とする。ここで，食生活という健康生活の一側面をとり出したのは，生命に最も密接にかかわっていると判断したからである。主要資料として，オレゴン教育局出版による家庭科における食物栄養のカリキュラム[5] を検討した。このカリキュラムを選出したのは，筆者の提唱に近い概念をその中で展開しているからである。

Ⅱ．オレゴン州における食生活教育の特色

1）目標設定の機構

ＡＨＥＡの方針をうけてオレゴン州における家庭科も，家庭および家族生活の強化を目的としている。その目的を達成するため，家庭科の領域は，「個人と家族の資源経営」「食物栄養」「被服」「居住環境」「人間発達と家族」に区分されている。そ

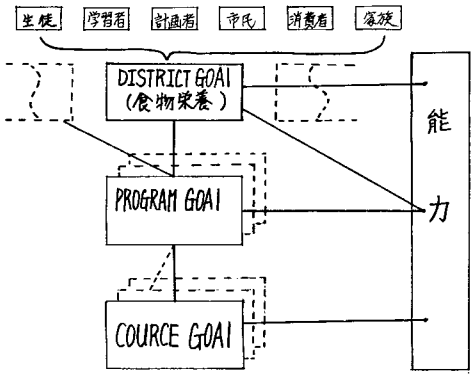

図１．家庭科における目的および能力に関するシステム例

して，各領域において，DISTRICT GOAI （以下D.C.とする），PROGRAM GOAI （以下P.G.とする），COURCE GOAL （以下C.G.とする）が定められている。これらの目的の設定は，図1のような機構になっており，地域との関連でプログラムは，計画，管理，評価，改革される。このシステムは，生徒の自主性が尊重されており，自分でプログラムを組み，自分のペースで学習できることが前提となっている。したがって，教師は，それを手助けするだけであり，学習者の経験を見定めた上で参考資料および媒体を提示する程度にとどめる。また，D.C.は，C.G.，P.G. が達成されることにより実現され，その過程において健康な食生活を営む能力が備わってくる。

2）教育目標の概要

家庭科における「食物栄養」領域の最終目標（D.C.）は，「食物選択や調理に栄養の原理を応用する場合，社会および環境への影響が理解できること」である。それを達成させるため，五つのP.G.およびそれぞれに対応するC.G.が規定されている。それは資料1のとおりである。

資料1

P.G.1 食物供給，社会および環境の状況，世界の食物状態の間での相互関係が決定できる。
- C.G. ① 食物供給の不均衡に影響を与える要因を分析し，国内的・国際的に食物援助計画が定められる。
- ② 食物供給と環境との間の相互作用が説明できる。
- ③ 食物選択および慣習の社会的・文化的意義が決定できる。

P.G.2 個人および家族の要求にとって必要な基本的栄養素，食物資源が決定できる。
- C.G. ① 基本的栄養素の原理を，健康維持のために応用できる。
- ② 基本的栄養素の原理に従って，個人および家族の食事を計画することができる。
- ③ 特別食を要求している人の状態を分析し，栄養的計画をたてることができる。

P.G.3 食物の取り扱い方，調理，接待に関する技術が応用できる。
- C.G. ① 食物の調理，貯蔵における安全および衛生的手順が応用できる。
- ② 食物の調理に，基本的料理技術が応用できる。
- ③ 食物調理における時間，エネルギー，金が経営できる。
- ④ 家庭における食物貯蔵の正しい技術を適用し，その利点を説明できる。
- ⑤ 創造的美的自己表現の源としての食物の働きを積極的に表現することができる。

P.G.4 消費者として，食物購入に関連した技術を身につけることができる。
- C.G. ① 個人および家族の食物選択において，文化的・経済的・心理的・社会的要因の影響が説明できる。
- ② 買物や経営原理に，食物費の賢明な利用法を応用できる。
- ③ 需要者，供給者の権利および責任を，食物選択，購入および調理設備の選択，購入に応用できる。

P.G.5 食物に関連した職に雇用された場合，要求された品質，調理が表現できる。
- C.G. ① 食物に関係した職業分野における経済的傾向，雇用の機会，仕事の要求および，その分野に対する個人の興味，能力が説明できる。
- ② 食物栄養分野に自身が雇用されるための，訓練の機会をつくることができる。

これらの目標には，次の三つの特徴がみられる。第一に，食生活を広い視野にたち，社会および環境との関係において理解させている点である。この点に関しては，従来，食生活教育において，調理技能，栄養的機能の学習が重視されていた。しかし，複雑多様化する現在，その部分の学習だけに傾斜していては食生活は営なめなくなってきている。食生活の他の機能すなわち，社会的機能，精神的機能をも，個人と社会および環境との相互作用の中で学習されることが重要であると考える。第二に，個人，家族のneed が尊重されている点である。この点には，アメリカ人の特質である個人尊重主義が反映されており，「生徒全員のneed と興味をみたす」というこのカリキュラムの主旨が強くうち出されている。そのため，特別食などの内容が多く学習されている。第三に，学校教育を，食物に関連した職業に結びつけている点である。これには，生涯教育的観点が盛りこまれていると考えられる。

3）教育方法の特徴

前述した目標を授業として実践していく段階において，その教育方法には次の2つの特徴が

みられた。第一に，生徒の自主性を重要視している点である。例えば，P.G.1－C.G.②における授業内容は，「食物連鎖をたどってみなさい。」「穀物の種をいろいろな配合状態の土壌にまき，その成長率をグラフにしなさい。」「家族の食事習慣を改善する計画を話し合いなさい。」などの指示がみられる。このように，生徒に調査，実験・観察，討論をさせる方法が多くとり入れられている。第二に，積極的に媒体を利用している点である。この媒体には，本，新聞記事，パンフレット，ゲーム，雑誌，フィルム，スライドなどが多く用いられている。その例としてP.G.2－C.G.①の授業内容を取り上げると，「食物が人間の体にどのような方法でとり入れられるかをテレビプログラムから見つけ出しなさい。」「4枚のカードを用いて，栄養ゲームを行いなさい。」などとなっている。

Ⅲ．健康生活教育のカリキュラムへの示唆

以上，オレゴン州の家庭科「食物栄養」領域の手引書を検討した結果，健康生活教育のカリキュラムを構想するために，次のような示唆を得た。教育目標の検討からは，第一に食生活の概念を広くとらえるべきことが理解できた。日本の場合，学習指導要領からもわかるように，食物の機能の中でも生理学的・栄養学的機能を重視している傾向がある。現在，健康が生活概念としてとらえられているのは前述したとおりである。したがって，身体的側面を重視していた健康と栄養の関係を，広い視野のもとに，健康生活と食生活の関係でとらえ直すことが重要である。つまり，健康生活の一側面である食生活においても，多角的に広い視野からとらえることが必要である。第二に，食生活を空間的に広くとらえることである。これには，自分および自分の周囲だけにとどまることなく，社会および環境との対応をも学習できる目標の設定が必要である。例えば，食物連鎖，世界の食物状況を理解させることは，平和共存の実現に結びつくと考えられる。また，教育方法においては，健康生活教育を実践化する方法として，オレゴン州の家庭科にみられる教育方法すなわち生徒の自主性の重視，媒体の積極的利用は有意義であると考える。日本においては，知識，技能を結論的に学習させている傾向がある。しかし，生徒自身が自発的に模索して導き出した結論の習得の方がより深い理解を可能にすると考える。

Ⅳ．おわりに

オレゴン州のカリキュラムは，健康生活教育のカリキュラムを開発していく上で有意義なモデルであった。今後は，他の既存のカリキュラムをさらに検討し，それから得た示唆をもとに，健康生活教育のカリキュラムを構築することを課題とする。

本稿は，第2回日本家庭科教育学会中国地区会での発表を訂正，加筆したものである。

Ⅴ．引用・参考文献

1) 勝沼晴雄ほか ;人類生態学ノート，東京出版会，1979，P11.
2) 米川五郎ほか ;家庭科教育の研究，学芸図書，1978，P10.
3) 石谷圭子 ;「家庭科における健康生活教育に関する一考察」，教育学研究紀要，27巻，1981，P469～471.
4) 石谷圭子 ;「家庭科における健康生活教育」，家庭科教育雑誌 57巻1号，1983. P28～32.

5) OREGON DEPARTMENT OF EDUCATION; 「NUTRITION AND FOODS」 Home economics for Oregon schools, 1978.