

# 大学を核とした食育の実践

## 事例1 地域と協働した食育

## 事例2 小学校特別支援学級での食育

### Practice of Dietary Education at a Core University

### Dietary Education in Collaboration with Local Companies

### Dietary Education in the Special Needs Students of the Elementary School

(2012年3月31日受理)

眞鍋 芳江 森 恵子 古川 愛子 堤 千代子  
Yoshie Manabe Keiko Mori Aiko Furukawa Chiyoko Tsutsumi

Key words : 食育, 産学連携, 地産地消, 特別支援学級, 広汎性発達障害, 絵本

## 要 約

2005年に成立した「食育基本法」を契機に知育, 徳育, 体育の基礎として, 食教育すなわち食育が実施されており, 現在学校には一部ではあるが栄養教諭が配置され, 教科や特別活動の中で食に関する指導が展開されている。本学現代生活学部も, 授業やボランティア活動を通して地域に向けて様々な食育活動を展開している。大学が核となり地域の企業, 団体と連携, 協働した食育活動を2事例に分けて報告する。

事例1「みて・きいて・つくって・たべる 野菜料理講座沖縄おうちごはん」は, 食と農デザインプロジェクトフーダ, JA全農おかやま, 中国学園大学の3者が連携して行った。食と農デザインプロジェクトフーダが企画立案し, 協賛団体, 後援団体の依頼, ホームページやチラシなど案内に関わる事業, 会場のレイアウト, 講師の依頼等を担当した。料理の考案, 講座の運営, 会場提供を中国学園大学が行い, 講座で使用する沖縄野菜以外の食材をJA全農おかやまが担当, それぞれが得意分野を持ち寄り, 活動分野を活かして準備, 開催を行うことで参加者が満足する講座を開催することができた。

事例2「小学校特別支援学級で食育」は, 絵本とクッキングによる食育を特別支援学級の児童に広汎性発達障害(以下PDDという)の特性に配慮した教室運営方法やレシピの書き方を応用して実施したところ, 全員の児童が集中して授業に参加し, 楽しんで活動を行った。絵本は食育の導入には有効な媒体であることを再確認し, また, PDDの特性に配慮した授業の進め方やレシピの書き方等は特別支援学級の児童にも有効であった。

## はじめに

近年の急激な生活環境及び, 社会環境の変化に伴い, 日本人の食生活も急激に変化し, 米摂取量の減少と肉類摂取量の増加<sup>1)</sup>とともに調理法が洋風化している料理が好まれるようになり<sup>2)</sup>, 肉料理に偏り, 野菜料理は少なくなる傾向にある<sup>3)</sup>。平成20年国民健康・栄養調査の結果をみると脂肪エネルギー比率が30%以上の者の割合は, 成人の男性は17.4%, 成人女性は25.0%になってい

る。反面, 野菜摂取量は健康日本21の野菜摂取量の目標値である350gには達していない<sup>1)</sup>。また, 生活習慣病は増えており, メタボリックシンドロームや糖尿病の増加<sup>1)</sup>は, 食生活と深い関係にある。

こうしたなか, 2005年に成立した「食育基本法」を契機に知育, 徳育, 体育の基礎として, 食教育すなわち食育が実施されており<sup>4)</sup>, 現在学校には一部ではあるが栄養教諭が配置され, 教科や特別活動の中で食に関する指導が展開されている。本学現代生活学部も, 授業やボラ

ンティア活動を通して地域に向けて様々な食育活動を展開している。さらにこれらの活動に加え、大学が核となり地域の企業、団体と連携、協働した食育活動が行われるようになった。それらの実践内容と効果について報告する。

## 事例1 地域と協働した食育

### 1-1. はじめに

沖縄料理は無理なくたくさん野菜を食べることのできる料理が多いことが特徴である。そこで岡山県産野菜を用い岡山版の沖縄料理にアレンジすることで手軽さと馴染みやすさを加え、沖縄料理から上手に野菜を摂取する方法を学ぶことを目的とした「みて・きいて・つくって・たべる 野菜料理講座沖縄おうちごはん」を開催した。この講座は、食と農デザインプロジェクトフーダ (Foo.D.A) (以下Foo.D.Aという)、JA全農おかやま、中国学園大学の3者が「食育」をキーワードに連携しそれぞれの活動分野を活かして行われた講座である。この様に地域の企業と大学が連携して行う食育活動の役割、講座運営方法の有効性について検討した。なお、Foo.D.Aとは、「食と農の楽しさ・幸せを伝える。農を通じて地域社会の発展に貢献する。」を活動目的とし、食・農業イベント開催のほかフリーペーパーの発行など、紙媒体、web、Twitter、Podcast、USTREAMなど、さまざまなメディアを媒体として活動するデザインプロジェクトであり、岡山県農協印刷株式会社から立ち上がったチームである。

### 1-2. 方法

#### (1) 参加者と実施場所

参加者は、新聞などの広報誌、Foo.D.Aのホームページ、チラシ (図2)、Twitterなどの講座の案内を見て参加申し込みをされた一般の方78名 (図1) であり、平均年齢は40.7歳、参加者の約9割が女性であった。会場は、中国学園大学調理実習室を使用し、調理室の広さや調理台の数を考慮し、1回の講座に対して定員を40名とし、午前、午後の2回行った。

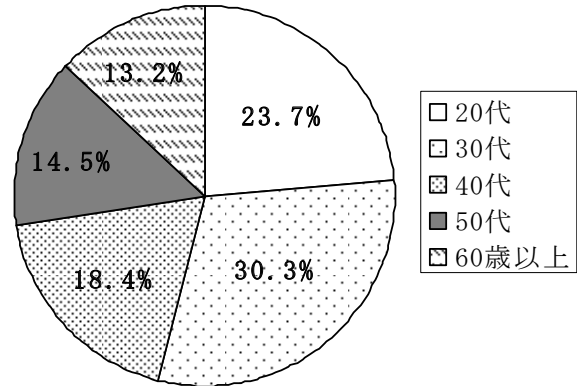


図1 参加者の年齢構成



図2 講座開催申し込みチラシ

#### (2) 講座で紹介する料理の考案

講座で紹介する沖縄料理は、チリビラーजूシー (炊き込みご飯)、ナーベラーンブシー (へちまの炒め煮)、イリチー (青パパイヤの炒め物) の3品とした。へちま、青パパイヤは岡山県では購入困難な野菜であるため、岡山県産野菜で変更可能かどうかの試作を行った。試作を繰返し行った結果、チリビラーजूシーには黄ニラを加え、ナーベラーンブシーはへちまの代わりに千両なす、イリチーは青パパイヤの代わりに蒜山大根とし、味や食感が似て使いやすいこれらの野菜を使用することとした。さらに味付けは、ンブシーに使用される赤みそを淡色辛みそに変更し、イリチーは醤油のみの味付けにみりんを加えるなどの変更を行い、岡山県でも食べられた味付けにした。料理名は使用した野菜にちなんで、ナーベラーンブシーをナスンブシーに、イリチーをデーコーイリチーとして紹介した。併せて家庭でも作れるようレシピの作成を行った。レシピに載せる文章や料理は中国

学園大学が、デザインはFoo.D.Aがそれぞれ担当して作成した。(図3)



図3-1 配布レシピ (チリビラージュシー)



図3-2 配布レシピ (ナスンブシー)



図3-3 配布レシピ (デーコーイリチー)

(3) 講座実施にあたっての準備物

講座を進行するために以下の5点を準備した。

- ① 前日準備からのタイムテーブル
- ② 会場設営図
- ③ タイムテーブルに従った準備物表
- ④ 調理台ごとの準備物表
- ⑤ 調理台ごとの調理工程表

(4) 講座内容

講座は2時間の予定で行われた。

- 1) 沖縄料理や沖縄の食文化についての講話  
野菜ソムリエとして沖縄県で活躍する大城しま子氏より、沖縄の食文化について、沖縄野菜(島野菜)について、沖縄料理の特徴や独特の料理名についてなどスライドや実物を交えての説明を行う。
- 2) 島野菜の試食  
普段、岡山では食べる機会が少なく、講話でも紹介された島野菜(ハンダマ、島らっきよ、にが菜、青パイヤ)の試食を行う。
- 3) 岡山県産野菜で作る沖縄料理の実演  
チリビラージュシー、ナスンブシー、デーコーイリチーを参加者の前で一品ずつ説明を加えながら調理の実演を行う。
- 4) 試食と質疑応答  
できあがった料理を試食しながら試食テーブルごとに参加者から感想や質問を受ける。



図4 岡山県産野菜で作る沖縄料理の実演の様子

## 1-3. 結果及び考察

## (1) 参加者のアンケートより

受講後の参加者のアンケートより、講座の内容については、「良かった」96.2%、「ふつう」3.8%、講座の分かりやすさについては「分かりやすい」91%、「ふつう」9%、講座の進行については、「良かった」87.2%、「ふつう」12.8%、講座所要時間（2時間）については「丁度良い」97.4%、「長い」2.6%、今後このような講座があれば受講してみたいかについては全員が「受講したい」と回答していた。さらに、今回の講座は参加費無料で開催したが、次回有料でも参加するという回答が54.5%という結果であった。これらのアンケート結果から、参加者は概ね講座参加に対して満足な内容であったと考えられる。参加者の講座申込み理由は、「沖縄料理に興味がある」という意見が最も多く、次いで「知人の紹介」、「試食がある」、「料理が好き」、「沖縄が好き」、「面白そうだった」という意見が多かった。これらの参加理由から見ても、今回の講座は参加者の期待に概ね答えられた内容であったと考えられる。

また、食材、料理については、島野菜について、「興味をもった」96.2%、「ふつう」3.8%、岡山県産野菜で作る沖縄料理について、「おいしかった」94.9%、「ふつう」5.1%、今回の紹介されたレシピを自宅でも作りたいたいと思いませんかの質問については「作りたいたい」98.7%、「作らない」1.3%であり、沖縄料理や島野菜についての興味に関しては高い評価を得た。これらの結果から食材、料理に関しても今回の講座が参加者に興味関心のわく内容であったことが、参加者の満足度につながったのだと考えられる。しかし、岡山県産野菜については、「興味をもった」68.8%、「ふつう」31.2%、という回答であり、岡山県産野菜についての興味をもったが約70%ではあるが、これまでの項目より低い値となっている。参加者は沖縄料理を学ぶが主目的であり、馴染みのない食文化や料理に興味をそそられ、印象に残りやすいのは当然のことである。その分、普段から慣れ親しんでいる岡山県産野菜への興味が薄れてしまったのではないかと考えられる。アンケートに記載されている感想に、「沖縄について興味がわきました。教わった料理を作ってみたいと思います。」、「分かりやすいレシピがもらえたので

ひ家で作ってみたい。またこんな講座があれば参加してみたい。」、「沖縄料理が岡山の食材でも簡単に作ることができるのですね。家族に作ってあげたいです。」、「自分で作ってみたい」という記載が多くあったので、結果的には岡山県産野菜の利用につながる事が予想される。しかし今回の講座では、「岡山県産野菜」も目的の一つである。そのために参加者にその目的が薄れないような工夫が必要であったと考える。また、アンケートには、「楽しい講座でした。また参加したいです。」、「また同じような講座をしてほしい。」、「定期的開催してください。」という「また参加したい」という感想が多く記載されていた。参加者はこのような食材、料理、食文化などの食育に関する講座が開催されることを期待していることが伺えた。

## 【講座について】

(%)

講座の内容	良かった	96.2
	ふつう	3.8
	良くない	0
講座の分かりやすさ	分かりやすい	91
	ふつう	9
	分かりにくい	0
講座の進行	良かった	87.2
	ふつう	12.8
	良くない	0
所要時間	長い	2.6
	丁度よい	97.4
	短い	0
また受講したい希望	無料なら受講したい	45.5
	有料でも受講したい	54.5
	受講したくない	0

## 【食材・料理について】

講座から島野菜について	興味をもった	96.2
	ふつう	3.8
	持たなかった	0
講座から岡山野菜について	興味をもった	68.8
	ふつう	31.2
	持たなかった	0
岡山県産野菜で作る沖縄料理の味について	美味しかった	94.9
	ふつう	5.1
	美味しくなかった	0
紹介されたレシピについて	自宅でも作りたいたい	98.7
	作らない	1.3

表1 参加者のアンケート結果

## (2) 企業との連携開催について

中国学園大学は平成21年に食育活動の更なる発展を図ることを目的としJA全農おかやまと食育活動の連携に関する協定を締結した。このことにより、本学はこれまで以上に地産地消を取り入れた食育活動を広範囲に行うことが可能になった。

Foo. D. Aは、様々な食と農の活動を応援しつつ、「消費者」とのつながりを様々なデザインの視点から提案し伝える活動を行っており、JA全農おかやまは「生産者と消費者を安心で結ぶ懸け橋」という経営理念の元、地域農業の発展、岡山県産品の消費拡大につとめていることから、「食育」をキーワードに中国学園大学を含めた3者が連携し開催することができた。講座の基本的な内容はFoo. D. Aが企画立案し、協賛団体、後援団体の依頼、ホームページやチラシなど案内に関わる事業、会場のレイアウト、講師の依頼等を担当した。料理の考案、講座の運営、会場提供を中国学園大学が行い、講座で使用する沖縄野菜以外の食材をJA全農おかやまが担当し、それぞれの活動分野を活かして準備、開催ができた。それぞれ活動分野が違う産・学が同じキーワードで連携することにより、一つの企業、大学だけではけしてできない、幅広い活動を行ないながら、参加者への興味、共感を得やすい細かな配慮ができるのだと考える。また、連携企業から、大学と連携することにより社会的信用と好印象が得られたとの意見もあった。

### 1-4. おわりに

食育はあらゆる世代に必要なものである。食育基本法における食育に関する基本理念にあるように、「国民の心身の健康の増進と豊かな人間形成」、「食に関する感謝の念と理解」、「食育推進運動の展開」、「子どもの食育における保護者、教育関係者等の役割」、「食に関する体験活動と食育推進活動の実践」、「伝統的な食文化、環境と調和した生産等への配慮及び農山漁村の活性化と食料自給率の向上への貢献」及び「食品の安全性の確保等における食育の役割」<sup>14)</sup>と、食育をキーワードに成せる方向性はさまざまある。これからも産・学がそれぞれの得意分野を持ち寄り、連携してさまざまある食育活動の一つからでも実行していく必要があると考えられ、今後も実行していく。

## 事例2 小学校特別支援学級での食育

### 2-1. はじめに

我々は食育の実践の一つとして、学童保育のクラブハウスで絵本とクッキングを組み合わせた食育を2009年から実施し、その中で絵本は食育の導入として非常に素晴らしい媒体であり、クッキングが児童の食に関する興味を高めていることを見いだしている<sup>5)</sup>。また、広汎性発達障害（以下PDDという）青年の自立をめざした健康料理教室を2006年から開始し、PDDの特性に配慮した教室運営と料理レシピを作成し、一定の成果を上げているところである<sup>6)</sup>。そうした経験をもとに絵本とクッキングによる食育や健康料理教室の運営方法やレシピの書き方を応用して小学校特別支援学級で食育を実施し、絵本の食育に果たす役割を確認するとともに教室運営方法やレシピの書き方等の有効性を検討した。

### 2-2. 方法

#### (1) 対象者と実施場所、実施時間

岡山市立K小学校特別支援学級に在籍する1年生2名、2年生4名、4年生1名、5年生3名、6年生3名の計13名を対象として特別支援学級の教室で食育授業を実施した。授業は朝の会等をすませた8時50分から10時25分までの2コマを使って、人間栄養学科教員と3年生6人が行った。特別支援学級の担任3名の補佐が適宜あった。

#### (2) 授業の目標

授業の目標を以下の3点にした。

- ①食事が自分達の身体を作っていることを知り、いろいろな食べ物を食べることができるようになる。
- ②調理を楽しむことができる。
- ③自分達がおいしく食べて、かつ、自分達が作った料理を他の人に食べてもらうことによる満足感、達成感をもつ。

#### (3) 食育授業実施にあたっての留意点

授業を進めるにあたって以下の4点に留意した。また、1～6年生までが対象なので媒体等の漢字、カタカナにはすべてひら仮名をつけた。

- ①視覚に訴える教材を活用する。

言葉だけでは伝わりにくいので、絵や写真のカードを

利用して視覚的に伝える。

②見通しがもてるようにする。

授業の最終ゴール(料理の出来上がり写真)やこれからすることをスケジュール表で示し、この授業の見通しがもてる伝え方をする。

③児童が調理を円滑に実施できるように工夫をする。

作り方は、ソーシャル・ストーリー<sup>7)</sup>の技法によって書き、調理道具は人数分準備をする。曖昧な表現を避けるとともに、言葉による表現だけではなく、一々の調理作業毎にモデルを見せてから児童がその作業を行う。

④成功体験としての満足感、達成感を体験する。

児童2,3人に一人の補助者(学生)をつけ、失敗しても大丈夫だと伝え、できたらその場でほめる。

(4) 指導案

題材名:「お好みごはん」を作って、食べよう!!

ねらい:体によいものを食べることができるようになる。

- 1) 食べ物は、赤の食品(魚や肉と牛乳・乳製品)、黄の食品(ご飯やパン、麺)、緑の食品(野菜と果物)の3つのグループに分けることができることを知る。
- 2) 私達は、この3つのグループから食べ物を選んで食べると、健康でいることができることを知る。
- 3) 体によい食べ物を食べるようにしようと思う。

方法:

- 1) 私達の体はいろいろな食べ物からできていることを知らせる。
- 2) 絵本「おべんとくん」を読み、弁当にもいろいろな食品が入っていることに気づかせる。
- 3) いろいろな食品が入った「お好みご飯」を児童に作らせる。
- 4) 絵本のお弁当にも「お好みご飯」にも給食と同じように赤、黄、緑の食品が入っていることに気づかせる。
- 5) 3つのグループの食品を組み合わせることで健康によい食べ方であることを知らせ、食事は残さず食べることを意識づける。

展開:

時刻	時間	活動内容	準備するものなど
8:50	5分	1 本日の活動紹介(担任) 2 自己紹介 3 本日の活動テーマ及びスケジュールの発表 ～お好みごはんを作って、食べよう!～	エプロン, バンダナ, 名札 テーマカード スケジュール表 (別添1) 料理完成写真
8:55	5分	4 「ぼくになる <sup>8)</sup> 」の詩の紹介 ・いろいろな食べ物が自分の体になっている ・ぼくの体が丈夫になるには、どんな食べ物を食べればいいのか、考える。	標示物 詩「ぼくになる」
9:00	20分	5 絵本「おべんとくん」の読み聞かせ ・弁当に何が入っていたかを発表 「梅干し」「おにぎり」「ウインナ」「ゆで卵」「ピーマンオムレツ」「卵焼き」「ブロッコリー」「いちご」「水、お茶」 ・3色群に分けて絵カードを貼り、いろいろな食品が弁当に入っていたことを確認	大型絵本 「おべんとくん <sup>9)</sup> 」 食べ物絵カード
9:25	10分	5 「お好みごはん」の調理 ・作り方の説明	標示物 作り方(別添2,3) 作り方 児童配布用 (別添4)
9:35		(トイレ休憩)	材料は、2人分×児童数に仕分けをしておく
9:40	30分	・身支度、手洗い ・調理 3グループに分かれて活動 児童1,2人に学生が一人ついて調理 児童は一人で2人前の調理をする	調理道具は人数分
10:10	15分	6 会食 児童と先生、学生、関係者 ・「お好みご飯」に何が入っているか発表 ・3色群に分けて絵カードを貼り、いろいろな食品がお好みごはんに入っていたことを確認 ・3つのグループから組み合わせると丈夫な体を作ってくれることを知らせ、これからもいろいろな食べ物を食べることを約束 ・作り方を家に持ち帰り、今日のことを家族に話すことを約束	写真カード  ・リーフレット 「じょうぶなからだ」と食事(別添5) 作り方 家庭配布用 (別添2,3)

別添 1

きょうの活動 かつどう

～お好みごはんを作って、食べよう！！～

(8:50) 1 先生の紹介 せんせい しょうかい

(8:55) 2 「ほくになる」を読む。 よ

(9:00) 3 絵本「おべんとくん」を読む。 えほん よ

4 「お好みごはん」を作ろう。 この つく

(9:25) 1) 作り方の説明を聞こう。 つくりかた せつめい き

(休 憩) きゅう けい

(9:40) 2) 身支度、手洗いをしよう。 みじたく てあらい

(9:45) 3) さあ、作ろう。 つく

(10:10) 5 いっしょに食べよう た

(10:25) 6 かたづけをしよう

別添 3

(つくりかた)

1 ちようりよう ちようりよう はさみで5ミリの長さに切る。 なが き

2 ざいりよう ざいりよう の材料をボールにいれて混ぜる。 ま

3 ②でよく混ぜた材料を半分ずつ、ラップにのせ、丸く握る。 まる にぎ  
ラップに包んだまま、平たくする。

4 フライパンに油をひいてラップをとってからごはんの両面を焼く。 あぶら  
きょうは、ホットプレートをつかいます りようめん や

別添 2

平成24年1月23日 中国学園大学

この お好みごはんの 作り方 この つく かた

ざいりよう <small>ざいりよう</small> ぶりぶん <small>ぶりぶん</small> (材料 2人分)	ちやわん <small>ちやわん</small> お茶碗 1杯	ごはん <small>ごはん</small>	ちりめん <small>ちりめん</small> じゃこ
★ ごはん <small>ごはん</small>	はん <small>はん</small> 3本		ピザ用 <small>ピザ用</small> チーズ
★ ちりめんじゃこ <small>ちりめんじゃこ</small>	5グラム		
★ ピザ用チーズ <small>ピザ用チーズ</small>	15グラム		
★ たまご <small>たまご</small>	1/4個	にら <small>にら</small>	たまご <small>たまご</small>
★ 塩 <small>しお</small>	ひとつまみ		
★ 油 <small>あぶら</small>	てきりよう <small>てきりよう</small>		

食べるときに用意するもの:お好みソースやマヨネーズ

つか つか どうぐ どうぐ  
(使 使 う 道具)

- ちようりよう ちようりよう ○ 調理用はさみ
- ボール
- しやもじ
- フライかえし
- フライパン
- ラップ

こんなのができるよ  
やってみよう!!

別添 4

お好みごはんの作り方

お好みごはんを作るときは、まず、エプロンとバンダナをつけます。

お好みごはんを作るときは、最初に手を洗います。

お好みごはんを作るときに、わたしが使うのは、ごはん、にら、ちりめんじゃこ、ピザ用チーズ、たまご、塩です。

お好みごはんの作り方のパンフレットに書いてあるのを読むと、どんな道具がいるかわかります。

にらを切るには、調理用のはさみが必要です。

お好みごはんの材料を混ぜるには、ボールやしゃもじが必要です。

お好みごはんの作り方のパンフレットに書いてあるのを読むと、材料をどのくらいずつ入れればいいのかわかります。

お好みごはんを作るときに、材料をこぼさないように混ぜます。もし、こぼしてしまったら、そばにいる人に手伝ってもらって、きれいにすればいいのです。

材料が混ざったら、ラップに二つにわけてお団子にまるめます。それから、平たくしていきます。もし、わからなかったらそばにいる人に手伝ってもらえばいいのです。

材料が平たくなったら、ラップをとって、あぶらをぬったホットプレートにのせます。

お好みごはんをやくときは、途中でひっくり返します。

火のついたホットプレートの近くにいるときは、とくに気をつけます。そうすれば、やけどをしないですみます。

お好みごはんのおもても、うらも、うすく茶色になるまで焼きます。うらもおもてもこんがり焼き色がついたらできあがり。

お好みごはんをお皿にのせて、少しさめたら食べます。

わたしは、お好みソースをかけて食べるのが好きです。

別添 5

中国学園大学現代生活学部人間栄養学科  
平成24年1月23日

じょうぶなからだと食事

パン・こめのグループ  
こめ(ごはん)

やさいとくどものグループ  
にら



さかな・にく・たまごとぎゅうにゅう・チーズのグループ  
ちりめんじゃこ、たまご、チーズ

「おべんとくん」には



パン・こめのグループ  
こめ(ごはん)、食パン

やさいとくどものグループ  
ピーマン、フロッキー、アスパラガス、きゅうり、いちご

さかな・にく・たまごのグループ ウインナ、たまご

食べものは

・パン・こめのグループ

・やさいとくどものグループ

・さかな・にく・とうふ・たまご

ぎゅうにゅう・チーズのグループ

3つのグループに  
わけることができます。

この3つのグループが ぞうた 食事は

「じょうぶなからだを作ってくれる よい食事」です。



## 2-3. 結果及び考察

### (1) 授業の目標について

詩、絵本、調理といった流れの中で、児童にいろいろな食べ物を食べることが健康につながる良い食べ方であることを伝えた。児童は、絵本や調理に出てきた食品名を競うように発表し、調理作業中には「家でも作ろう。」「家の人にも食べさせてあげたい。」等と発言していた。最後のまとめでは何でも食べて、元気な身体になろうと決心していることが伺えた。

目標に近づけたのは、第1に導入に使った詩「ぼくなる」を読んだことで、食べ物が自分の体を作ることが理解できたこと、第2に絵本の出た食品や調理に使用した食品の名前を児童が発表し、3色群に分けて貼ったことで食べ物はグループ分けができることが理解できたことによると考える。

### (2) 授業の進め方について

児童は、大勢のスタッフ等がいるいつもとは異なる環境の中でも、初めての作業や学習を落ち着いて楽しく実施することができた。

今回、「おべんとくん」の読み聞かせを行ったが、児童は擬人化した食品や言葉に吸い込まれていた。読み聞かせの後の発問には児童が一斉に挙手し、答えており、絵本の読み聞かせは、この授業のねらいの理解に大いに役立った。

児童はこの活動を非常に楽しく、安心して行っていた。この安心感は、①視覚に訴える教材を活用したこと、②スケジュールをみんなで読んだことで授業の見通しが持てたこと、③授業の展開の各場面で学生がさりげなくサポートに入り「よく知っているね」「大丈夫、これでいいよ」「こうすればできるよ」等の声かけを行ったこと、④作業モデルを見て作業が進めたこと、⑤ソーシャル・ストーリーによる作り方には児童が困ったときの対処の仕方も書いたこと等により生じたと考える。

そして、児童は満足感や達成感を感じていた。これは、①授業の展開の各場面には児童の活動を入れたこと、②自分の発言や作業をほめてもらったこと、③児童が一人で調理工程の総てを行ったこと、④自分で作ったものを他者に食べてもらい、おいしいと言ってもらったこと等により生まれたと考える。

当日の感想や後日家で作った時の感想には次のような

ものがあった。「お姉さんたちに手伝ってもらって、いつもより上手に料理ができた。家族にも作ってあげたい。(6年生)」、「お好みごはんは栄養満点ということが分かった。短い時間で栄養満点料理ができるなんてとびっくりしました。(6年生)」、「胸がドキドキになって失敗するのではと不安でしたが、お姉さんが大丈夫、頑張れと言ってくれてその言葉がとてうれしかった。(6年生)」、「絵本と詩と一緒に声を出したり、聞いたり楽しかったです。一緒にお好みごはんを作ったり、食べたりしてうれしかったです。(5年生)」、「お好みごはんを家で作って食べておいしかったです。(2年生)」、「ひっくりかえすのが難しかったけど、やさしく教えてくれたのできれいにできました。(2年生)」、「難しかったけど、おいしかったです。家でもしました。上手にできました。(2年生)」、「自分で作ったからおしかったです。又、やりたいです。(1年生)」等の感想を書いてくれた。

## 2-4. おわりに

絵本とクッキングによる食育を特別支援学級の児童にPDDの特性に配慮した教室運営方法やレシピの書き方を応用して実施したところ、全員の児童が集中して授業に参加し、楽しんで「お好みごはん」作りの活動を行った。絵本は食育の導入には有効な媒体であることを再確認した。また、PDDの特性に配慮した授業の進め方やレシピの書き方等は特別支援学級の児童にも有効であった。

食を通して自分の健康管理ができる人になることが必要である。しかし、偏食の児童も多く<sup>10, 11)</sup>、特に野菜が嫌いな児童が多い<sup>12)</sup>。食育の実践、中でも調理経験による偏食改善の効果は大きいと言われており<sup>12, 13)</sup>、今後、小・中学校や各地域で調理を導入した食育を実践することが必要である。なかんずく、偏食傾向が強いと思われる児童が多く在籍する特別支援学級での食育活動は今後望まれるところである。

## 謝 辞

事例1について、今回の食育活動を進めるにあたり連携協力いただきました食と農デザインプロジェクトフーダ(Foo. D. A)の皆様、ならびにJA全農おかやまの皆様深く感謝いたします。

事例2について、御協力頂いた岡山市立K小学校特別支援学級の児童の皆さん、長崎千代子先生をはじめとした担任の3人の先生方に深く感謝致します。また、この事業は、山陽新聞社が行っているNIE推進事業の一環として実施しました。

宏二, 内藤知美: 子どもたちへの食育推進のための試みー学生における偏食状況調査と改善につなげる実践研究ー. 鎌倉女子大学学術研究所報 (2008), 8, 31-43.

14) 食育基本法: 前文, 総則

## 文 献

- 1) 健康・栄養情報研究会: 国民健康・栄養の現状ー平成20年厚生労働省国民健康・栄養調査報告よりー (2011). 第一出版. 東京.
- 2) 斎藤智子, 川名光子: 女子大学生の食生活の実態と嗜好について. 調理科学(1997) 10(4), 258-264.
- 3) 藤井茂, 福田馨, 岡里志保, 寺谷有里加: 食事バランスガイドを用いた女子短大生の食事調査評価内容の検討. 国際学院埼玉短期大学研究紀要 (2007), 28, 103-112.
- 4) 内閣府: 平成23年版食育白書(2011) 51-58.
- 5) 川崎真弥, 堤千代子, 森惠子: 絵本を使った食育の効果. 中国学園紀要(2011) 10, 9-17.
- 6) 森惠子, 川崎真耶, 山本由理, 土岐淑子, 今出大輔: 広汎性発達障害青年の自律をめざした健康料理教室の取り組みとその成果. 第16回保健福祉学会 (2009), 72, 72.
- 7) キャロル・グレイ: ソーシャル・ストーリー・ブック書き方と文例. 株式会社クリエイツかもがわ (2005). 京都市.
- 8) 与田準一, 周郷博, 石黒修: おはなしだいすき. (2004), 63, 童心社. 東京.
- 9) 真木文絵作, 石倉ヒロユキ絵: おべんとくん. (2004) ひさかたチャイルド/チャイルド本社. 東京.
- 10) 生活情報センター編: 食生活データ総合統計年表 2006年版ー子どもの食生活で困っていることー. (2006), 81.
- 11) 生活情報センター編: 食生活データ総合統計年表 2008年版ー小学生の食生活/食生活場, 保護者から注意されることー. (2008), 87.
- 12) 柳田多寿, 大森玲子: 児童の食生活実態調査と食育の実践. 宇都宮大学教育学部教育実践センター紀要 (2007), 30, 351-360.
- 13) 塚田信, 飯村敦子, 大澤繁男, 小泉祐子, 田爪