

令和2年度 第22回教育研究発表会

**視野の広い食選力を育む食育の在り方**  
—多面的・多角的に考える取組を通して—

京都市総合教育センター 研究課  
研究員 今川早紀

---

---

---

---

---

---

---

---

**発表の流れ**

- ✔ 本研究の目的
- ✔ 実践について
- ✔ 研究から見えたこと

---

---

---

---

---

---

---

---

**本研究の目的**

「中学校給食の充実及び食育の推進に関する実態調査」より(n=1,780)

「学校がある日、食事（朝・昼・夕）を準備する人は誰ですか」

「**自分**」と回答した生徒の割合

**朝…17.8% 昼…4.3% 夕…2.4%**

中学生が何を食べるかを自分で決定する場面はそれほど多くない

---

---

---

---

---

---

---

---

**本研究の目的**

自分で食生活を管理するようになった時…

最近野菜を食べてないなあ…

東京から来る上司と食事をするから…

**豊かな生活**

様々なことを考える

状況に応じて適切な選択

---

---

---

---

---

---

---

---

**本研究の目的**

**食を選ぶ力 (= 食選力)**

視野の広い食選力

食についてより多面的・多角的に考え、根拠をもって食べるものを選択する力

---

---

---

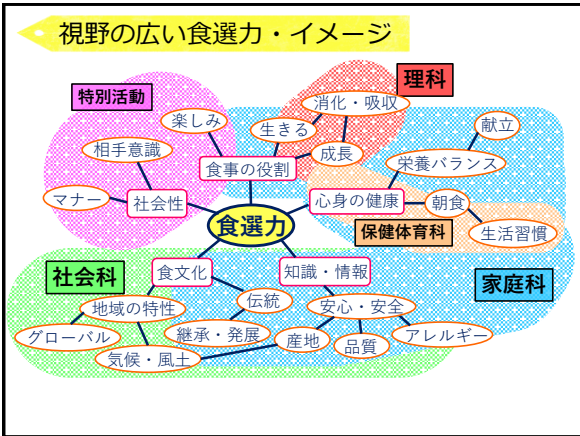
---

---

---

---

---




---

---

---

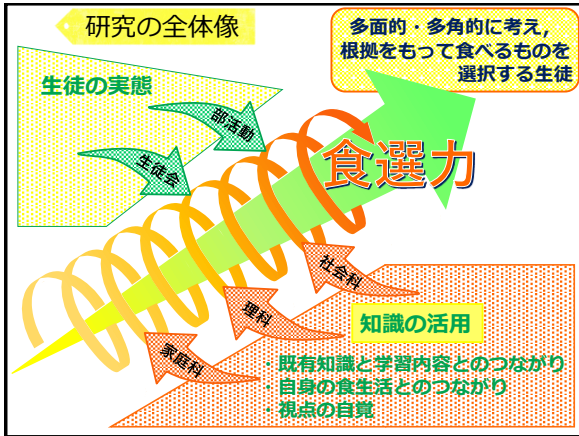
---

---

---

---

---




---

---

---

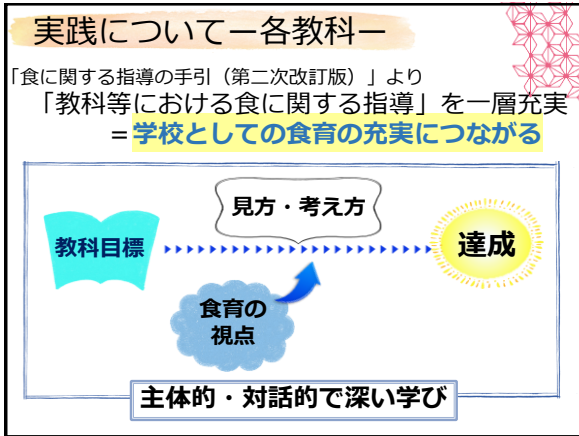
---

---

---

---

---




---

---

---

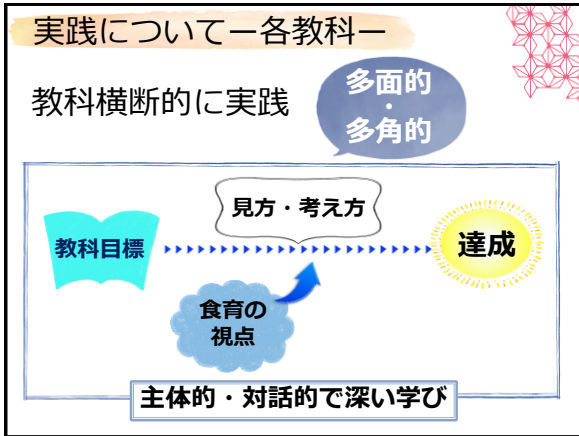
---

---

---

---

---




---

---

---

---

---

---

---

---

実践について—各教科—

**家庭科** 衣食住の生活：食生活  
※技術・家庭科 家庭分野 **2年生**

**理科** [第2分野] 動物の体のつくりと働き **2年生**

**社会科** [地理的分野] 世界の様々な地域 **1年生**

---

---

---

---

---

---

---

---

実践について—各教科—

〈授業展開の工夫〉

- ① 既有知識と学習内容をつなげる
- ② 生活に近い場面設定の中で知識を活用させる
- ③ 食選力の視点を明確にさせる

---

---

---

---

---

---

---

---

実践について—各教科—

〈授業展開の工夫〉

① 既有知識と学習内容をつなげる

**既有知識**

たんぱく質  
↓  
体をつくる

**理科 学習内容**

たんぱく質  
↓  
アミノ酸  
↓  
筋肉のもとになる

---

---

---

---

---

---

---

---

実践について—各教科—

〈授業展開の工夫〉  
②生活に近い場面設定の中で知識を活用させる

**生活に近い場面設定**

**意思決定**

授業      ワークシート

---

---

---

---

---

---

---

---

実践について—各教科—

〈授業展開の工夫〉  
②生活に近い場面設定の中で知識を活用させる

**疑似体験を積み重ねる**  
👉有効性を実感

**生活の様々な場面で知識を活用する**  
👉自分事としてとらえる

---

---

---

---

---

---

---

---

実践について—各教科—

〈授業展開の工夫〉  
③食選力の視点を明確にさせる

**言語化**      思考  
**可視化**      理由  
                         根拠

**意思決定**

**根拠をもった選択**

---

---

---

---

---

---

---

---

実践について—各教科— 家庭科

「食選力」を題材を貫くキーワードに設定  
学習内容に応じた視点の食選力を働かせる

学習内容	食選力の主な視点
献立作成	栄養バランス
生鮮食品	旬
食品表示	安全(アレルギー)
食品の保存, 食中毒	安全(鮮度, 期限)
よりよい食生活	環境
夏休みの課題	栄養バランス 相手意識

*Pick up!*

---

---

---

---

---

---

---

---

実践について—各教科— 家庭科

持続可能な食生活のために,  
私たちにできることを考えよう

- ・食生活を取り巻く課題
- ・食生活に関する様々な現状

⇒ **どのようなものを選択すればよいか?**

〈授業展開の工夫〉  
③食選力の視点を明確にさせる

---

---

---

---

---

---

---

---

実践について—各教科— 家庭科

**ジグソー学習**… 課題に対して多面的に  
とらえることができる

〈授業の流れ〉

- ①全体で課題(本時の目標)を共有する。
- ②エキスパート活動  
【担当した資料のエキスパートになろう!】  
3~4人グループ 

A	A	B	B	C	C
A	A	B	B	C	C

 担当した資料について読み取る
- ③ジグソー活動【情報を共有しよう!】  
3~4人グループ 

A	A	A	B	A	B
B	C	B	C	C	C

 ②で読み取った情報を共有する
- ④課題に対する自分なりの考えとその理由をまとめる。

---

---

---

---

---

---

---

---

**実践について—各教科—** 家庭科

①全体で課題(本時の目標)を共有する。

持続可能な食生活のために、  
私たちにできることを考えよう。

②エキスパート活動  
【担当した資料のエキスパートになろう！】

A : 日本の食品の安全性  
B : 日本の食生活と環境  
C : 日本の食品ロスの現状

---

---

---

---

---

---

---

---

**実践について—各教科—** 家庭科

③ジグソー活動【情報を共有しよう！】




---

---

---

---

---

---

---

---

**実践について—各教科—** 家庭科

④課題に対する自分なりの考えとその理由をまとめる。

Q1.どんなものを選択・購入する?  
国産のものや、すぐ食べるものなら賞味期限がみじかいもの。

Q2.その理由は?  
国産のものを買、て、日本の農家さんを元気にして、食料自給率を上げる 資料B  
また、賞味期限が切れたら廃棄されるので、食品ロスになり、もったいないから。 資料C

Q1.どんなものを選択・購入する?  
国産で、安全なオーガニックのもの。

Q2.その理由は?  
安全じゃないものを買うことで安全じゃないものが一生花りつづけられるし、日本の食料も盛り上げ?印象もわるくなる。 資料A  
資料B

---

---

---

---

---

---

---

---

実践について—各教科—

理科

〔第2分野〕  
動物の体のつくりと働き  
・生命を維持する働き

〈授業展開の工夫〉

① 既有知識と学習内容をつなげる  
② 生活に近い場面設定の中で知識を活用させる

---

---

---

---

---

---

---

---

実践について—各教科—

理科

【1】 中学2年生の〇〇くんは野球部に所属しています。今日は大事な大会の日です。試合スケジュールは、1試合目が9:00開始、2試合目が11:30開始です。〇〇くんは試合会場へ向かう途中にコンビニへ寄り、1試合目終了後に食べる補食を購入することにしました。〇〇くんがより良いパフォーマンスをするためには、何を選択すれば良いですか？次の①～⑥のうち、最も適切なものを選びましょう。また、その理由を書きましょう。

<p>① カツサンド ② おにぎり(鮭) ③ プロテイン入りドリンク ④ ドーナツ ⑤ からあげ弁当 ⑥ グリーンサラダ</p>	<p>選んだもの… 【理由】</p>
--	------------------------

この場合、より適切な選択をするためには…？

---

---

---

---

---

---

---

---

実践について—各教科—

理科

【1】 中学2年生の〇〇くんは野球部に所属しています。今日は大事な大会の日です。試合スケジュールは、1試合目が9:00開始、2試合目が11:30開始です。〇〇くんは試合会場へ向かう途中にコンビニへ寄り、1試合目終了後に食べる補食を購入することにしました。〇〇くんがより良いパフォーマンスをするためには、何を選択すれば良いですか？次の①～⑥のうち、最も適切なものを選びましょう。また、その理由を書きましょう。

<p>① カツサンド ② おにぎり(鮭) ③ プロテイン入りドリンク ④ ドーナツ ⑤ からあげ弁当 ⑥ グリーンサラダ</p>	<p style="text-align: center; color: blue; font-weight: bold;">生徒の反応</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;"> <p>食べたいものは…</p> <p>家庭科？</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>これまでの試合では…</p> </div> </div>
--	--

---

---

---

---

---

---

---

---



実践について—各教科—

理科

理科の知識を活用させるために…

**選択のポイント**  
より効率よく  
エネルギーになるもの

根拠に  
理科の知識を  
使ってみよう!

① カツサンド  
② おにぎり(鮭)  
③ プロテイン入りドリンク  
④ ドーナツ  
⑤ からあげ弁当  
⑥ グリーンサラダ

選んだもの… おにぎり → ② 鮭  
【理由】  
消化が早いものはタンパク質、おにぎりは脂質が多い。  
よって、この①と⑤は除外、②が最も適当。

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

実践について—各教科—

理科

アミノ酸 → 糖質 → グルコース  
炭水化物 → エネルギー ←

学習内容

既有知識

選択の根拠  
となる  
学習内容 →

理科の知識を  
使って、  
こういうことか!

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

実践について—各教科—

理科

思っていたより身近な場面での利用であることがこの  
授業を通じて分かった。A君は部活の大会で必ずバナナ  
とバームの粉、ドリンクとレシオのinゼリーを揃えてきたので  
この知識が役に立ったのかと感心した。これはA君は  
ずいぶん思っていたから僕も必要なものを学ぶことはでき  
たと思えた。だから大会にはバナナは必ず用意してあげよう  
不足する栄養を補える食生活を心がける。

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

実践について—各教科—

理科

消化と吸収の学習を通して知識を使い、試みながら食べ物  
を食する時には脂質の少ない物を食べると知識を  
使いたい。理科の知識を使うことと生活費か  
らにびさしの教科書は全教科書とつながっている  
知識をよりしたい。

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

実践について—各教科—

社会科

〔地理的分野〕  
世界の様々な地域  
・世界の諸地域

〈授業展開の工夫〉

- ②生活に近い場面設定の中で知識を  
活用させる
- ③食選力の視点を明確にさせる

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

実践について—各教科—

社会科

学習内容	食に関する内容
ヨーロッパ州の農業	食料自給率
アフリカ州の産業と経済	フェアトレード
北アメリカ州の農業	農業の効率化と食の安全

Pick up!

〈授業のねらい〉

- ・農業の特色
- ・日本や世界の市場に与えている影響

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

実践について—各教科— **社会科**

**導入**

生活に近い場面設定の中で食品を選択させる

---

---

---

---

---

---

---

---

実践について—各教科— **社会科**

**導入**

1回目

生活に近い場面設定の中で食品を選択させる

---

---

---

---

---

---

---

---

実践について—各教科— **社会科**

**導入**

生活に近い場面設定の中で食品を選択させる

A~Dのうちどれを選択するか、  
ワークシートに記入後、  
ネームプレートを用いて意思表示→

---

---

---

---

---

---

---

---

**実践について—各教科—** **社会科**

**展開**  
北アメリカ州の農業の特色を知る  
☞ 日本の農業と比較させながら学習を進める

**終末** **2回目**  
生活に近い場面設定の中で食品を選択させる

**生徒の反応**

遺伝子  
組み換え…

農薬…

大量生産  
→ 低価格

国産 = 安全？

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**実践について—各教科—** **社会科**

**1回目**

Try, あなたはどの組み合わせのお肉とトウモロコシを選ぶ？

A	B	C	D
---	---	---	---

選んだ理由は…

安い 味の量が好きな気がする

**価格** **量**

**2回目** **食選力の視点**

★いろいろな視点を踏まえて、あなたはどれを選ぶ？

A	B
---	---

選んだ理由は…

やはり安全第一やし、品質がいい日本産のものの方が... 味はアメリカの人も、品質に気とくばっているわけではないはずだから、安いアメリカ産のものにすると思う。

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**研究から見たこと—成果—**

**食選力イメージマップ**

**実践前**

**実践後**

**食選力の視点の増加**  
**食選力の広がり**

---

---

---

---

---

---

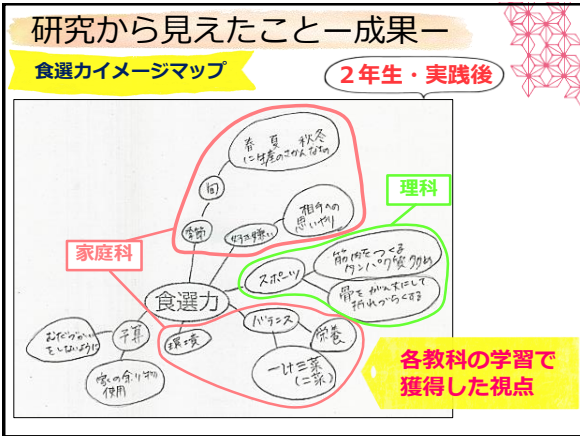
---

---

---

---

---




---

---

---

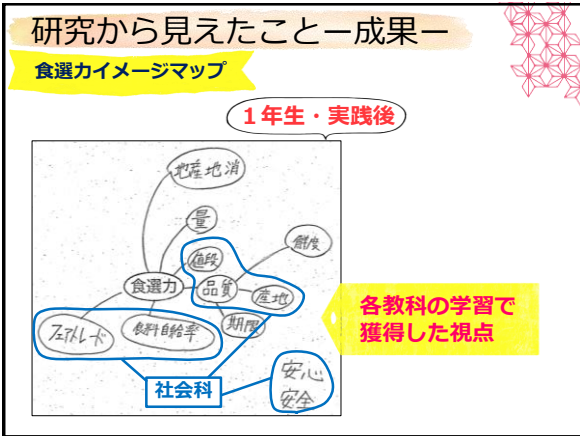
---

---

---

---

---




---

---

---

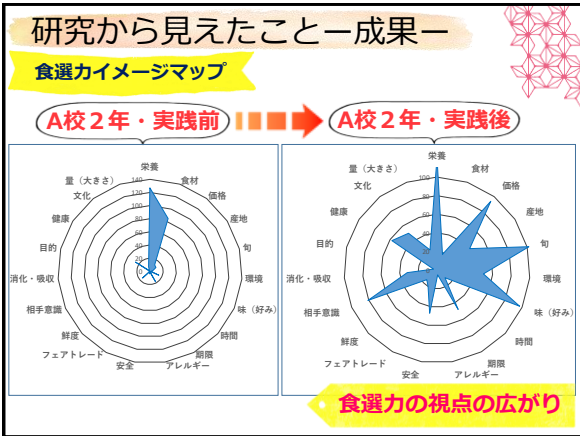
---

---

---

---

---




---

---

---

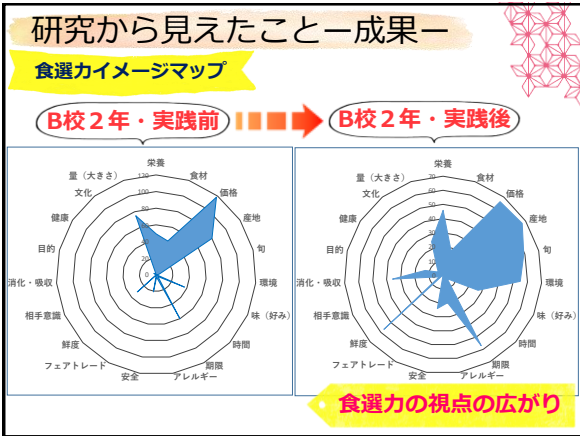
---

---

---

---

---




---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

研究から見たことー成果ー

教員アンケート

食育の視点を取り入れた授業を実施した感想

- ・指導者側は**新たな視点**をもつことができ、生徒に自分の生活と照らし合わせながら、世界とのつながりを**思考・判断し表現する姿勢**を育成できた。

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

研究から見たことー成果ー

教員アンケート

食育の視点を取り入れた授業を実施した感想

- ・学習したことを**実生活とつなげて考える**ことは、生徒にとってとても**関心が高まる**ものだと実感した。

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

研究から見たこと—成果—

教員アンケート

**食育に対する意識の変容について**

- ・教科に限らず，昼食指導や部活動での食生活に関しても，**気にして観察するよう**になった。

---

---

---

---

---

---

---

---

研究から見たこと—今後の展望—

食育を推進するために…

**食育を切り口としたカリキュラムマネジメント**

- ・各教科等などの場面で食育の視点を取り入れることができるかを考える
- ・教科間で共有し，指導者が意図的につなぐ

留意点：教科目標を達成する過程に食育の視点を位置付ける

---

---

---

---

---

---

---

---

研究から見たこと—今後の展望—

食育を推進するために…

**食育を切り口としたカリキュラムマネジメント**

- ・生徒が食について考える時間を増やす
- ☞ 生徒の食に対する意識が向上
- ☞ 各教科等の指導の内容が生徒の生活に生かされる

---

---

---

---

---

---

---

---

令和2年度 第22回教育研究発表会

QRコードより、アンケートにご協力いただければ幸いです。



京都市総合教育センター 研究課 研究員 今川早紀

---

---

---

---

---

---

---

---