

生活力を育むための題材設定

～ “命をつなぐ食” から生活への実感につなげる～

藤原 ゆうこ

“生活力”を「将来にわたってより健康的で快適な生活を創ろうとする力や心情」とし、このような力を小学校の家庭科学習で育み、実生活へ活かせるものとしていくためには、どのような体験的・実践的な活動を取り入れた題材を設定し、手立てを行うことが効果的なのだろうか。

今回は東日本大震災という未曾有の災害の中、ライフラインがストップしてしまうことの大変さを我々日本人は知ることとなった。その中で“食べる”という日常当たり前に行っている生活行為について考える機会を持ち、当たり前前が当たり前でなくなるという状況を考えてみることにした。そうすることで、“生活させてもらっている自分”から“生活していく自分”へと意識を変容させることができるのではないかという意識を持って、研究に取り組むことにした。

キーワード：生活力、実感、自己の変容、非常食、災害時、命をつなぐ、

1. 研究の目的

1. 1. 生活力とは

子どもたちを取り巻く環境の多様化がすすんでいる。このような社会の変化に対応する力はもちろんのこと、子どもが生活的に自立する力や、家族や家庭生活の意義や大切さを理解する力など、自分の生活を豊かでより充実したものにしようとするための基盤となる力や心情を育むことが大切である。これらの力を本にして「将来にわたってより健康的で快適な生活を創ろうとする力や心情」を「生活力」とする。

1. 2. 生活力を育むために

高学年となる子どもたちにとって、頭で理解したり、他者からの話を聞いて考えたり、体験的な学びを取り入れたりする学習活動は大変意味のあることである。一方では、2年間に渡って115時間という授業時間数の中ではその場限りの体験活動となってしまうこともあり、実生活とは距離感のあるものになってしまいがちでもある。

児童の生活の基盤は家庭にある。日常的に日々何気なく繰り返しながら生活していることが、実はなくてはならないとても大切なことであることに、学習を通して気付かせていきたい。そして子どもが“生活させてもらっている自分”から“生活していく自分”へと意識を近づけていくことを「自己の変容」ととらえ、主体的に生活にかかわる態度を育ていきたい。

本研究では子どもが「本当にそうだ」「これは大切なことなんだ」と心底実感できて、

自分自身の生活への実践へつなげていこうと考えられるような題材を授業で取り入れていきたいと考えている。

今回は、指導要領で示される学習内容の『A 家庭生活と家族』『B 日常の食事と調理の基礎』の2領域を関連させた第6学年での題材に着目して取り組むことにした。どのような題材設定の工夫、授業形態がふさわしいのかを明らかにしていきたい。

2. 研究方法

研究方法としては、課程での実践につながりやすい環境を作っていくために、調理技能や知識に関してまず、基礎基本の定着を図ることを意識して取り組んだ。

また、食べるということに関しては、個人個人の価値観は様々であるので、実習する際の課題を簡潔でわかりやすいものとするにしました。そうすることで子どもたちの視点の明確化を図った。

3つめは、題材の中に、子どもたちが身近に感じられるものをとりあげることによって、より実感できるように配慮することである。今回は、“東日本大震災”という未曾有の震災があったことで、和歌山という東北からは離れた地域に住んでいる子どもたちも、ライフラインがストップしてしまうという事態を目の当たりにした。当たり前の生活が当たり前でなくなってしまう状況を考えること、生きるために何よりも大切であると思われる“食べる”という生活行為について、もう一度考えることで、“生活させてもらっている自分”から“生活していく自分”へと意識を変容させられるのではないかと考え、投げ入れの題材を設定し、取り組むことにした。

3. 授業での取り組み

3. 1. 基礎基本の定着を図る

家庭科学習では食生活にかかわって、5年生では調理の基本とバランスのよい食事について、6年生では1日の生活リズムを通して朝食の必要性、そして1食分の献立作りと調理実習を行う。また、栄養学習に関しては中学校での技術家庭科とのつながりを考えて食品を従来のように3つに区分するのではなく、「炭水化物・タンパク質・無機質・ビタミン・脂肪」の5つに区分して学習することとなっている。

家庭科で行う代表的な体験的活動である調理実習は、物理的・時間的な条件からグループ活動を取り入れることが多くなる。グループでの活動は協力し合うことや苦手なことを教え合う等、効果的な面も多い。一方で順番待ちしていることによる無駄な時間が生じたり、苦手な作業は友だちまかせになってしまったりという面も見られ、一人一人の技能の定着を図りにくいところがある。

そこで、朝食作りの調理実習や1食分の食事作り（今回はお弁当作り）について、ペアによる一人調理を取り入れることで技能の定着を図りたいと考えた。また、一人実習を取り入れる際は、ペアでの相互評価を取り入れることにより、子どもたちの意識を高めることとした。



図1 ペアでの一人実習と相互評価の場面

子どもたちは準備から片付けまで、すべて自分一人が行わなければならない、そしてペアであるクラスメイトが自分の調理実習を観察しているということで、かなり意識を高く持ったのぞむことができ、事前に練習していたりじっくりと考えた上でメニューを決めようとする姿が見られた。また、それぞれの家庭で家族からの聞き取り調査を行ったり、冷蔵庫の中を調査したり、親に相談したりと、積極的に行う姿も見られた。一人実習とペアでの相互評価を行うことによっ

て、今まで料理のできあがりを意識していた子どもたちが、調理している途中過程や安全・衛生への気遣いを意識するという変容も見られた。これは、自分の調理している姿を一人の人がずっと観察しているということが大きい。このような調理実習を積み重ねていくことで、基礎基本の定着を図っていった。

3. 2. 視点の明確化を図る

家庭科の学習では、子どもたちが自分の思いや好き嫌い、又は学習から得た知識をもとにしながら、自己の生活と関連づけ、取捨選択したり、価値判断したりしていく場面に何度も遭遇することになる。個々の思いはそれぞれであり、価値観も多様化している。そこで、課題とするべき目標を、簡潔にし、だれもがわかりやすく納得できるものとしてみることにした。全体での相互評価の観点を明確化するという目的もあった。

1学期に取り組んだ「朝食作り」での課題は“かんたんでおいしい”という2点であり、2学期にに取り組んだ1食分の調理「お弁当作り」での課題は“5つの栄養素をすべて取り入れた簡単お弁当”の2点とした。このようにすることにより、子どもたちの目的を明確化させながら取り組むことで、「何が必要なのか」という意識をはっきりさせることとした。

3. 2. 1. 朝食実習での取り組み

1学期に取り組んだ「朝食作り」では、まず、自分自身の朝食の実態を振り返り、子どもたちとともに“野菜が不足していること”が問題となった。そして調理する際に必要なことは“できるだけすぐに食べられること”“おいしくなければ食欲が出ないこと”の2点となった。野菜の必要性をしっかりと理解した上で“かんたんおいしい”の2点を課題としてメニュー作り、ペアでの一人実習にのぞんだ。

それぞれのメニューをペア同士だけでなく、学級全体で評価し合い、自分たちが設定した課題と照らし合わせて「これは簡単で賞」「おいしかったで賞」「野菜がいっぱいとれるで賞」という賞を選び合った。そこで選ばれたこんだてを考えて実習した児童が、次の授業の師匠となった。つきゅうぜんたいに作り方やコツを伝え、みんなで同じ物を作って試食し合った。

このようなポイントをしばった課題のもと実習に取り組むこと、そのポイントに応じた作品をみんなで認め合うという活動を取り入れることで、調理の得意不得意に関係なく、チャレンジ精神旺盛に取り組む子どもの姿が見られた。

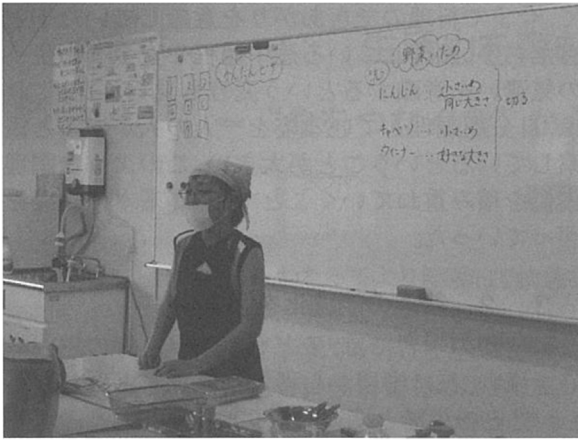


図2 選ばれたメニューを考えた子どもが師匠となって全体へ伝えている場面

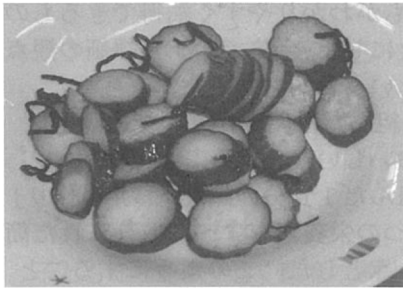


図3 “これは簡単で賞” きゅうり輪切りにしてと塩昆布とまぜ合わせたもの



図4 “これはおいしそうで賞” 野菜炒めにきのこことソーセージを加えたもの

3. 2. 2. お弁当作りでの取り組み

2学期に取り組んだ「お弁当作り」では、5つの栄養素について学んだあと、自分自身の日常の食生活を振り返り、不足しがちなものを確認し合った。全体的には“ビタミン”“無機質”の2点が不足しがちであることが分かり、それを意識した上で、“5つの栄養素をすべて取り入れた簡単お弁当”という2点を課題としてメニューを考え、実習することとした。

題材の導入では、「自分で買い物する」という学習活動も授業に取り入れ、1食分の昼食を購入して、実際に食してみた。そして今回は栄養教諭にも授業参加していただき、「お弁当大賞」を選んでもらうことも事前に子どもたちに伝えておいた。子どもたちにとって、毎日の給食を考えてくれている栄養教諭に評価してもらえるとすることも大きな励みになったようであった。

図5 栄養教諭から“6Cお弁当大賞”に選ばれた弁当



図6 子どもたちが一番試行錯誤していた“無機質”を上手に取り入れていたお弁当

3. 2. 3. 命をつなぐ食を考えよう

～もしもの時の備えは大丈夫！？～

本題材では、ライフラインがストップしてしまった状況を想定し、何が必要になるのか、どんなことを心がけておくべきなのかを考え合い、学校や課程に常備している非常用防災袋の中身について、一人一人が考えた。その中で全体としては水と食料、トイレについてが最も必要で困るだろうという予想に落ち着いた。水や食べ物はどれくらいの量を準備しておく必要があるのか、非常食にふさわしいのは何かという疑問が出され、非常食の条件について話し合うこととなった。

「逃げることも考えて持ち運びしやすい物がよい」「おなかがすくと元気が出ないから腹持ちがよい物」「調理している物で、栄養がたくさんあるものがある」「等いろいろな意見がだされる中、子どもたちが準備している非常食で最も多かったのが乾パンであった。子どもたちの意識の中に「非常食＝乾パン」というイメージも強かった。ある児童が乾パンについて以前に食した体験から疑問を出した。

りく「乾パンはね、非常食に良いと思うけれど、以前食べたときに、のどがすごく乾いた気がするんよ。それに、同じ物ばかりやったら飽きてくるし・・・」

ゆう「りく君の言うこと、わかるんやけど、乾パンの中に金平糖とかが入っているのもあるで。疲れていたら、甘い物もほしくなるって聞いたことあるし。」

ゆき「はい、だから、ぼくは、おいしいものがない

いから、缶詰の焼き鳥の味を変えて、塩味と醤油味を準備してる。」

せい「ゆきさんの焼き鳥、すごくおいしそうなんやけど、味が濃かってものどかわくんとちがうかな。水は持ち運びするのも重いし、あんまり飲み過ぎたら、すぐになくなってしまおうし。ぼくはやっぱり腹持ちがよさそうな乾パンがいいと思うんやけど。」

(児童めぐは、知識が豊富であるが、全体で意見を出すのが苦手な児童。表情をみとった上で、発言する機会を持ちたいと考えていたところ、何かを言いたげな様子になったので)

T 「なるほど、水の大切さは前からよく出てたよね。めぐちゃん、何か知ってることあるんだったらみんなに伝えてくれるかな？」

めぐ「えっ、あの～、乾パンはのどが乾くってみんな言ってますよね。確かにそうんだけど、水をあまり飲まなくてもいいように、金平糖や氷砂糖が入っているって何かで聞いたことあるんよ。理科で勉強したけれど、唾液がたくさん出てくるらしいんよ。」

C 「唾液ってつば？」

せい「あ、そういえば、何か聞いたことある。甘い物とか、酸っぱい物とかを食べたらつばがいっぱい出てくるって。」

とも「唾液がいっぱい出てきたら、虫菌になりにくってっていうのも聞いたことある。病気にもなりにくらしい。」

ゆう「そうしたら、むちゃくちゃいいやん」



図7 児童が金平糖のひみつを伝えている場面

という授業の流れから、実際に乾パンと氷砂糖をその場で口にしてみることになった。子どもたちは「本当や、つばが出てくる！」といいながら、自分も非常食として氷砂糖か金平糖を入れておきたいといい出した。そこで、非常食の条件の1つとしての氷砂糖のような唾液を分泌するという役割があること実感し、他にもふさわしい食べ物がないかを話し合った。「梅干し」「ガム」「アメ」「ス

ルメ」などが出され、「ガム」については、口の中がスッキリするものもあるし、歯磨きガムもあるという意見が出された。

このような話し合いの後で、非常食と日頃いただいている食事(昨日の給食)を比較し、共通点を見てみた。子どもたちからはどちらも食べ物で、自分たちは食べなければ生きていけないのだということ、なくてはならないのだということを確認し合うことができた。

4. 考察

「命をつなぐ食を考えよう」の授業において、非常食という物を取りあげることは、子どもたちにとって「食べる」という日常の生活行為を見つめ直すよい機会となった。子どもたちの振り返りから、非常食にもいろいろな知恵が詰まっていることに気付くことにもつながったこと、日頃何気なくいただいている食事や飲み物への感謝の気持ちを育むことにもつながったことが実感できた。題材の最終では限られた食材や燃料、水での炊き出し実習を行った。少しでも無駄なくというエコクッキングにつながったグループ、コンロの火を消してしまう風を協力し合って壁を作り、防ごうとするグループ、それぞれに工夫が見られる実習となった。

5. 成果と課題

研究方法として以下の3点、①基礎基本の定着を図るための一人実習と相互評価を取り入れたこと、②視点の明確化を図ったこと、③身近な問題として非常食を取り上げたこと、それぞれ有効であったと考えられる。家庭科は2年間を通して115時間という少ない時間の中での学習であり、そこへ投げ入れの題材を入れることは困難ではあった。しかし、他教科との合科を取り入れながら、6時間の題材を入れることにより、子どもたちの意識の高まりが感じられた。一方で、ライフラインがストップしてしまうという非常事態という緊迫した事態を、どれだけ子どもたちが切実に感じることができたのかというと、難しい場面が多々見られたことは反省である。

飽食の時代の中、このような題材を試行錯誤しながら設定し、子どもの「食」に対する意識を高めていくことは、今後も必要ではないかと考える。

【参考文献】

文部科学省(2006)「新しい学習指導要領」
第2章 各教科 第8節 家庭
金子佳代子・藤原孝子・編著「小学校新学習指導要領ポイントと授業作り」家庭 東洋館
森 健 編(2012)「つなみ」被災地の子どもたちの作文集