

## 家庭科と学校給食の連携による 校庭の樹木を題材にした食育の検討

黒柳令子 松崎利美 澤井明香

### Study on Food Education in Home Economics

#### —The Use of School Lunch as Part of Food Education—

Reiko Kuroyanagi, Toshimi Matsuzaki, Asuka Sawai

キーワード：家庭科 Home Economics、食育 Food Education、総合的な学習の時間 Period for Integrated Studies、梅料理 Ume Cooking、学校給食 School Lunch

#### I はじめに

近年、食生活の変化に伴い、生活習慣病の増加や食品の安全性の問題など「食」に関わる様々な課題が指摘されている。成長段階にある児童が、将来健康に生きていくためには、子どもの頃から食に関する正しい知識を身につけさせることが必要であり、このことは、かつては家庭生活の中で培われてきたことである。現在の日本では、食育基本法の制定や教科の授業時間内に食育の実施を盛り込むなど、政府や教育機関も積極的に取り組む方向に進んでいる。生涯にわたり生かされるべき正しい食の知識を身につけさせるためには、授業を受けた者の記憶に残る食育を実施する必要がある、これは、児童が各教科の中で学んだ知識を遊びや生活の中で活用することにより記憶として定着されると考える。学校給食は、児童に必要な栄養素を供給し、また、社会性を養う場でもあるが、授業内で学んだ食の知識を活用することのできる場であるとも考えられる。

本研究では、小学校家庭科の授業で学んだ知識を、学校給食に生かす方法について校庭の樹木の「梅」と「桜」を題材にして検討した。また、当時の授業を受けた者の7年後の追跡が行えた者について、授業の記憶を報告する。

#### II 方法

国立小学校6年生1クラス(40名)を対象にして、1年間を通じて実施した。家庭科の授業は週に2時間ある。そこでは衣・食・住に関わる単元もあるが、食の単元の中を用いて実施した。また、総合的な学習の時間も研究授業にあてた。従って、本研究の授業は概ね1年間に50時間実施した。

1学期は校庭の樹木の観察を実施し、その後、桜の木より「桜の花の白梅酢漬け」「桜の葉の塩漬け」、梅の木より「梅ジュース」「梅干し」を作り、夏休み期間も家庭学習の題材とした。

2学期では、1学期で作った食品の感想文を発表し、かかわり合いの授業をおこなった。かかわり合いの授業を終え、「梅パワーを生かした梅干し料理を作ろう」とのテーマのもと、梅干し料理の作成への検討をおこなった。まず、児童が各々のペースで梅干し料理に関する調査を開始し、これらの情報を元に、再度かかわり合いの授業を実施した。

学校給食にて、児童達が考えた梅干し料理を提供した。学校給食で実施した梅干し料理は、「梅クッキー」「梅カレー」等である。供食後には感想を述べ合い、日曜参観で保護者にも試食する機会を設けた。

表1に具体的な授業実施法を記した。

## ＜表1＞ 授業実施案

## 1. 単元の目標

単元の目標は以下のとおりである。

- ① 学校内の木々に目をつけさせ、梅干し作りなど体験的学習を繰り返すなかで、友だちの良さを取り入れられる児童にしたい。
- ② 丹精を込めて作った梅干しを料理することで、手づくりの良さに気づき、食品の効能を考えるなど自分の食生活をも見直すことのできる児童にしたい。

## 2. 単元構想の支援

- ① 実感を伴った気づきを生むことができるように体験的・実践的な活動を繰り返すことを重視する。
- ② 一人ひとりの願いや追究方法は様々であるが、活動や追究への思いや願いを関わり合わせることが可能である。そうすることにより、人の生き方まで見えてくる。
- ③ 身のまわりに食べられる植物があっても、それを加工して食べようとは思わない。校内の植物を加工し、食べる楽しさを体験することで、食べもの作りへの意識が広がっていくと考えられる。

## 3. 教材を模索し、選定する

一学期に自分たちで作った梅干しに目を向け、その食べ方や効用を追究していくことは、好きなものを何不自由なく食べている児童にとって、自分の生活を見直すことになる。また、家庭に常備されるであろう梅干しについて追究することで、手作りのよさや食品の選び方にも気づき「もっと何かを作りたい」「作った料理を誰かに食べてもらいたい」という活動が期待できる。そして、作って食べてもらうことで、周りへの思いやりを育み、学級、家族の一員としての自覚を高めていくことになるだろう。

## Ⅲ 結果

## 1) 「桜の花の白梅酢漬け」「桜の葉の塩漬け」「梅ジュース」「梅干し」の作成

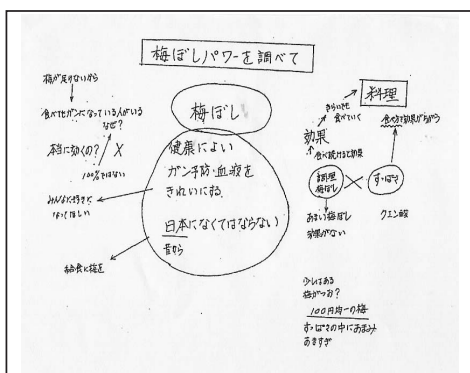
上記4品は、総合的な学習の時間に作成し、教職員、児童の両親や家族と一緒に飲むことができた。「梅干し」は夏休みの出校日に土用干しする予定であったが、悪天候のため、最終的には各家庭において実施した。二学期が始まると、家で土用干しをした児童も大きなビンを抱え登校した。児童は大変きれいな色に仕上がった梅干しを教員や栄養士に個々に見せてくれた。

## 2) 「梅干し」を食した感想とかかわり合いの授業

「初めて梅干しがうまいと思った」「スーパーで買った梅干しの方が好き」「お弁当に入れると腐りにくいよ」「まずいけれど、自分で作ったから、うまいように思える」など、一学期の活動や自分たちが心をこめて作ってきたことを振り返る発言が多くあった。児童がそれぞれ思ったことを学習記録に書かせた。

かかわり合いの授業をを実施した結果、「梅干しはまずいが、自分で作った梅干しだから、美味しく食べたい」という結論に達した。しかし、「調理により美味しくなるのか」と疑問を述べる児童もいた。梅の効果についても、「煮炊きすることで味が変わるのならば、梅干しの効果（クエン酸）も消失するのではないかと心配の声も出た。このため、かかわり合いの授業では当初「まごころこめて梅干し料理を作ろう」と話合われた内容から「梅パワーを生かして、梅干しが嫌いな子でも食べられる梅干し料理を作ろう」となった。児童は「パワーのある梅干しでおいしい料理を作りたい」と問いの追究を進めた。（この時の授業の板書は＜図1＞に記した）

<図1> —梅パワーってすごい！—

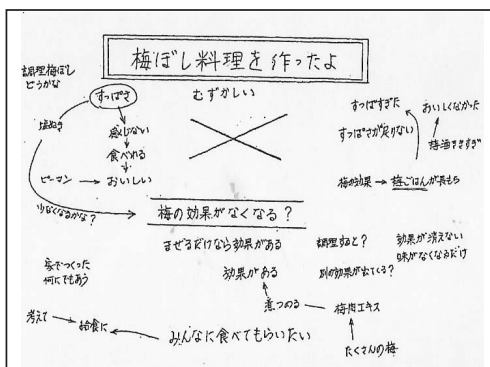


3) 梅干し料理の一人調べと追究を深めるためのかかわり合いの授業

それぞれが自分のペースで梅干し料理を追究していくため、家庭科室では、調理台がいっぱいになることもなく、ゆとりをもって実習できた。友だち同士で試食し合うことで、お互いの追究のよさに触れることができた。この作業中、「梅干しを、みんなの大好きなカレーに入れたら、きれいな子でもおいしく食べることができる」ということを提案したグループがあった。一方で、クエン酸効果については「煮ると消失するのでは」との心配も生じ、大学の先生に FAX で質問状を送信し、「熱を加えても効果はなくなる」との返信があり、クラスは歓声が上がった。

自分たちの梅干し料理を見直すことで、今後の自分たちの追究を深めるためのかかわり合いの授業を学級担任とともに構想し、チーム・ティーチングで実施した。(図2：追究を深めるためのかかわり合いの授業)

<図2>



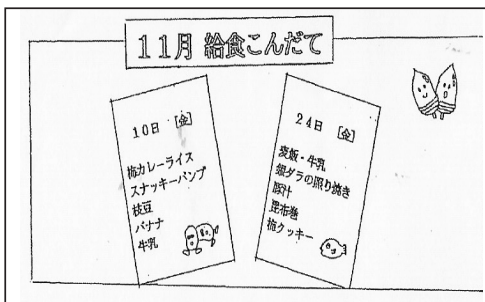
栄養士は、梅カレーをはじめ児童によって考えられた各料理の発想のすばらしさを誉めた。次いで、学校給食という家庭の料理とは違う大量調理の栄養管理・衛生管理の点にも触れ、児童のアイデアを学校給食という制約の中で実施することの理解を促した。その上で、可能なメニューは給食の献立に取り入れていく事を約束した。児童達の表情を観察したところ、認められたことに対する喜びをかみしめていた様子が伺えた。

4) 「梅干し」を献立に取り入れた学校給食

11月の学校給食において、児童たちが考案した梅干し料理を学校給食で何度かに提供した。まず最初は「梅カレー」を考案した班と「梅クッキー」考案した班のレシピを受け取り、学校給食で提供した。(図3)当日、この学級の児童たちは給食の時間に手分けをして全学級を訪問して PR 活動をした。またこのことについて、「給食だより」として全校の保護者に配布した。(資料として家庭への配布プリントを添付) 児童および保護者から多くの反響を得ることができた。児童たちが給食前に PR 活動を実施したことが、他の学級の児童たちの興味や競争心を促し、友達の発案した料理が給食に出ると、次は誰の献立が採用されるのであろうと、児童たちの間で話題となり、給食に対する関心が増している様子が伺えた。

「家の人にも食べてもらいたい」と申し出る児童も多くなり、学校と相談の結果、日曜参観の時、各班で料理したものを保護者の方に食べていただくことになった。

<図3> —給食の献立になったよ！—



### 5) 日曜参観の様子

参観日当日、児童たちは異常なまでに朝早く登校して来た。梅干し料理の追究活動にしっかり関わってきた児童たちからはたくさん料理が提案された。スパゲティ・そうめん・パンクラッカー・ぞうすい・コロケ・春巻き・ギョウザ・大福・焼きそば・チーズディップ・クッキー・カレー等々すべて梅干しが入った料理であった。

各班がそれぞれ作った梅干し料理を、日曜参観の参加者に試食してもらい「おいしい!」といわれ、うれしさ余って照れていた児童を複数人見かけた。

### 6) 授業を受講した児童の7年後の追跡

受講当時小学6年生であった児童は、大学1年生になった。当時校庭の梅を教材とし、作った梅干しに愛着をもちはじめた児童たちが、梅干しのきれいな子でも食べる事のできる梅料理作りに取り組んだ。そこで考えられた梅カレーは給食のメニューとなり、以来7年間このF小学校では人気メニューとして登場している。小学校で学んだことを自分の生活に生かすだけでなく、給食を通して全児童に発信し続けた。食の文化を自ら作り出していき事のできる児童の育成を、7年後の、大学生となった成長した姿でも検証する事を考えた。当時の児童小林さん、前畑君、三沢さん等と連絡をとることができたため、当時の様子および現在の食に関する考え方について、作文を依頼した。

#### 『今も残る7年前の味・梅カレー』

N大学1年 小林花子

「手を合わせてください!」。子どもたちの元気な声が教室中に響いた。今日の給食の献立は梅カレーサンド。子どもたちは楽しそうに食べていた。当時、F小学校の給食は誰にでも自慢できる美味しさだったのを今でも覚えている。他の公立学校とは違い校内に給食室があり、そこで調理師さんたちによって全校分の給食が用意されている。

7年前、私はここF小学校を卒業した。ついこの間のように思う出されるF小での日々が、門をくぐると同時によ

みがえる。学校に入ると目に映る大きな壁画があった。壁には元気いっぱいのF小生が描かれている。後輩たちが作り上げた絵であった。そして給食通り。ここにも卒業していったF小生が描いた絵が残されており、給食室の通りは華やかである。

このようにF小学校は多くの伝統が残っている。先輩から後輩へ受け継がれ、歴史を刻んでいく。知らぬ間に「梅カレー」もその一つになっていた。

私が梅について学習したのは小学6年生の時であった。家庭科の授業で梅干しを作り、まるでクラスの一員かのように梅と接していた。雨が降らないようにとクラス皆で祈りながら天日干しをしたことを今でも覚えている。今となってみれば自分たちが梅を漬けることは貴重な経験だったと思う。また現在スーパーなどで売られている梅干しは酢漬けだけのものが多く、着色料などの様々な添加物が入っている。それに比べ当時私たちが作り上げた梅干しは着色料など一切使わず、自分たちの手と愛情で精一杯作り上げた。そこから食のすばらしさを学べたと思う。梅を漬けると同時に私たちは梅の効能や歴史なども調べていった。洋食ばかりが定着している現代人の食生活の中で、今も昔も変わらず食べ続けられているというのは素晴らしいことである。非常食にもなり、100年経っても食べられるということに当時の私はただ驚くばかりであった。

完成した梅干しを一人一つの瓶に入れ、自分だけのオリジナルの梅干しが廊下に並んだ。給食でお粥が出たとき、みんな梅干しをのせて食べた。その時のおいしさを思い出すと今でも口の中が酸っぱくなる。

そして、私たちは梅干しの授業の最終段階として梅を使ったオリジナルのメニューを作ることになった。そこで生まれたのが「梅カレー」である。梅ギョウザ、梅大福など他の班の子たちも工夫を凝らした様々なメニューが考えられた。

梅カレーが誕生したのは単純な理由

であった。「給食で人気のあるメニューに梅を混ぜれば合うんじゃないか」。給食の人気メニュー、そして私たちでも作れるメニューといえばカレーであった。種を取り除き細かく刻んだ梅をルーの中に入れるだけである。現在 F 小学校で作られている梅カレーもルーの中に市販の練り梅を入れているという。

梅カレーは私たちが卒業した後にも給食の献立となり、普通のカレーや夏野菜カレーよりも人気が高く残飯も少ないという。またさっぱりとした味わいのため、保護者の方にも人気のようだ。

現在の家庭科の O 先生にお願いして、実際に F 小学校へ梅カレーを食べに行った。

F 小学校 5 年 2 組のクラスは「梅カレーを超えるカレーを作る」という目標で学校に残る新しいメニューを考えている。その 5 年 2 組のみんなと一緒に梅カレーや今みんなが考えているカレーについて話をしながら給食をいただいた。

給食はあいにく梅カレーではなく梅カレーサンドというものだった。「これは私たちの後輩が「F 小メモリアルブレッドを作ろう」という授業で、出来上がったものとのこと。パンを作るという構想で、始めたが 4 年生の彼らには難しく、梅カレーをサンドすることにより、「メモリアルブレッド」とした。このように時を越えてつながっていることがうれしい。そもそも、梅カレーが F 小学校で今でも給食のメニューになっていると知ったのは母の知人の子どもからであった。この話を聞いた時、F 小学校は家族のようなものだと感じた。

今回、F 小学校を訪れた時に真っ先に感じたのは昔も今も変わらず迎えてくれる校舎だった。先生たちは変わってしまうが、この F 小学校にはたくさんの伝統がある。5 年 2 組の皆も卒業して何年か経ったとき、この時に感じた思いを味わって欲しいと思った。そうすればきっと伝えていくことの大切さをもっ

と気づいてくれると思った。今こんなことを感じる。梅カレーがこの先どのようになっていくか分からないが、これからもずっと続いていってくれるとうれしい。自分が大人になったとき、子どもが F 小学校に通ってくれたら自慢したい。そんな些細なことが「伝統」につながっていくのではないだろうか。

#### IV 考察

本研究では、当時の授業の受講の記憶に留まり、生涯にわたり食への関心をもたらず教育法を求めて実践報告とした。

さらに、学校給食が机上で学んだ食に関する知識を体験的に学習できる場になる可能性を考え、家庭科と学校給食の連携による校庭の樹木を題材にした食育の検討をおこなった。

本研究で着目した「梅」と「桜」は、古来より日本の国民に愛され、年間行事や食生活など様々な場面で登場するものであり、また、概ねどこの小学校の校庭にも見受けられる樹木である。身近な樹木に目をつけたところは児童に受け入れられやすい良さがあった。

「桜の花の白梅酢漬け」「桜の葉の塩漬け」「梅ジュース」は、学内に留まらず、家族と一緒に飲食することができたため、家庭学習の場や家族交流のよい機会にもなったと考える。

「梅干し」は上記三種の食品よりも、その作成にある程度の日数がかかる。「梅干し」の製造過程において、天日干しは重要であり、それには、土用の頃が一番暑い時が有効と考えられたため、その時期の夏休みの出校日を選んだ。しかし、当日は天候が悪く、出校日に梅を干すことができなかった。児童たちの調べた梅干しに関する資料には「三日三晩干す」ことが述べられていたため、学校で干すことを希望する者や家で干すことを希望する児童が現れ、いずれの主張も、食べられる日を楽しみにしている気持ちが伝わってきたことより、児童の梅干し作りを通じて、梅干しを食べるこ

とへの関心が芽生えてきたと考えた。また、悪天候により学校で実施できなかったこのことが、梅干し作りを学校と家庭の両方において取り組むものにし、結果的には、学校で実施している食育を家庭にも知らせる材料となった。

出来上がった梅干しを試食したのち、学級担任と共に気づきから問いへの授業を構想し「まごころこめて梅干し料理を作ろう」とのテーマを打ち立てたが、児童たちのかかわり合いの授業を経て、「梅パワーを生かして、梅干しが嫌いな子でも食べられる梅干し料理を作ろう」というテーマに於いて、学級担任とともに問いを生むかかわり合いの授業を再構想するに至った。このことから、本研究の取り組みは、教育者（学級担任、栄養士）の想像を超える児童の梅干しに対する関心を引き出すことができたと言える。

日曜参観では、保護者に試食していただいたことにより、その後の日曜日や休日などに家庭において再度作られてことの報告が寄せられ、大きく広がりを見せた。家庭に常備されている梅干しについて各自で追究することで、手づくりの良さや食品の選び方にも気づき「もっと、何かを作りたい」とか、「作った料理を食べてもらいたい」という活動が期待できる。作って食べてもらうことで、周りの人への思いやりを育み、家族や学級の一員としての自覚を高めていくことが確認できた。

本研究では、学校給食と家庭科の授業（総合的な学習の時間）を連携させていく取り組みについて述べた。また、この取り組みは学内に留まらず、家庭の場にも広がりを見せた。児童の食生活の大部分は家庭が担っているという実態から、食に関する指導は学校内の児童への直接的な指導だけでなく、家庭は当然のこと地域社会との連携を図りつつ指導を充実させていくことが大変重要であることが考えられる。

また、よりよい食に関する指導をするためには、計画→実施→確認→統制のサイクルが重要であるが、研究室内で実施される実験研究等とは異なり、教育現場での教育者は、授業を受けている児童の反応をみながらその都度、計画→実施→確認→統制のサイクルを見直して、構想していくことが

重要であることも、本研究を通じて改めて認識した。

本研究は、実施当初に報告書の提出を予定していなかったこともあり、アンケートなどの統計データを実施していない。従って、統計解析は望めず、また、7年後の児童の追跡調査も、十分には実施できていない。しかしながら、かつての児童の作文から、当時の様子を鮮明に覚えていることがわかり、他の児童の記憶にも深く残る食育を実行でき得た可能性がある。

校庭の樹木の桜や梅を題材にした、家庭科（総合的な学習の時間）と学校給食の連携により、児童の食への関心をもたせ、それは家庭生活においても、広がりを見せることになった。一部の者（3名）についてはこの取り組みを通じて記憶に残る食育が実施できたと考えられる。

## V まとめ


校庭の樹木である桜や梅を題材にして、生きた教材である学校給食と家庭科の授業（総合的な学習の時間）による食に関する指導を一体化した教育を1年間実施したことで、児童、教員、栄養士、家庭の連携が生まれた。また、児童の学習に取り組む主体性や食に対する関心を養うことができた可能性は高いと考える。

## 謝辞

本研究報告にご協力いただいた松崎先生、澤井先生、一緒に勉強した6年生の児童たち、小林さん、前畑君、三沢さんに深く感謝いたします。

11月の月目標  
「じょうぶな体をつくろう」

「きょうの給食」



(11月10日 金曜日)


食物のはたらき	食品のしゅるい
からだの力や熱になる	白飯、サラダ油、さとう、じゃが芋、カレールー
からだの筋肉・骨・血をつくる	牛乳、豚肉、チーズ、えだまめ
からだの調子を整える	たまねぎ、人参、うめぼし、かぼちゃ、バナナ

6年1学期の1学期実践で、1. 養護学校との境にある八重桜の花を「さくら茶」用に作ったり、2. お茶の産地、西尾市までお茶摘みに出かけ、「お茶」を作ったり、3. 校庭の梅の木に生った梅で「梅ジュース」や「梅干し」を作りました。どれもなかなかのどきばえて、開心しました。中でも梅干しは、同じ梅としそを使って作ったのですが、できた梅干しがそれぞれで、同じものはなくおもしろかったです。そして、梅干しを作った終わりではなく、梅干しの効用、梅干し料理…へとどんどん発展していきました。

梅干しの歴史はたいへん古く、奈良時代にその製法が原産地中国から伝えられたという。当時は、完全前の梅を干していぶした烏梅(うばい)と、塩水に浸して干した白い梅干しで、主に薬用とされていた。赤じそで色と香りを付けるようになったのは、なんと江戸時代に入ってからである。鎌倉時代には嗜好品として、安土桃山時代には兵糧の振り飯の副食品として用いられた。現代に至っても、梅干しの他には、うめびしお、ジャム、梅酒、菓子類、ジュースに加工されている程度とっていました。でも6年生の子供たちの発想はすばらしいと思いました。「梅カレー?」「梅クッキー?」「梅シャーベット?」「梅入りピーマンの肉詰め?」「梅そば?」「梅うどん?」「梅ヨーザ?」「梅入りサンドイッチ?」……出てくる、出てくる、びっくりしました。しかし、どの料理も結構おいしいんです。梅干しはどんな料理にも合うのが分りました。体にいいクエン酸のたっぷり入った「梅カレー」も、茶だんでもクエン酸の効果は無くなることもしつくり調べてくれました。K1さん、K2さんの大作です。学校中の皆さんに味わってほしいと思い、給食で再現してみました。今日食べてみた感想をお子さんよりお聞きになられて、ご家族で話していただきたく思います。そしてお宅でも「梅カレー」をどうぞ!

11月の月目標  
「じょうぶな体をつくろう」

「きょうの給食」



(11月24日 金曜日)

食物のはたらき	食品のしゅるい
からだの力や熱になる	菜飯、サラダ油、さとう、じゃが芋、梅クッキー
からだの筋肉・骨・血をつくる	牛乳、豚肉、鶏だら、にしん、とうふ、みそ、昆布
からだの調子を整える	だいこん、人参、うめぼし、ねぎ、ごぼう

梅干し料理の第2弾です。

「日本料理由来事典」同朋社—があります。(うめ)を調べてみると—「万葉集」ではウメは中国で使われていた漢字をそのままではめて梅、烏梅(うばい)、字梅(うめい)、牟梅(むめ)、などの字で書かれているが、読み方は日本固有のものである。梅は中国が原産地で、わが国には、奈良朝以前に伝えられたのではないかとみられているが、九州地方に野生種が認められるなど、はっきりしない面も多い。

料理の味加減のことを塩梅(あんばい)というように、調味料の発達していなかった時代には、塩とともにウメの実が日本人の食生活に欠かせないものであった。ふつう、未熟の青ウメを梅漬、梅干しまたは梅酒の原料として用いる。ウメの実に含まれるクエン酸、リンゴ酸は健康維持のために有効で、梅干しには数々の医薬的効果があるとされている。だが、青ウメの仁(ジン)のなかに胃液を生ずるアミグダリンがあり、中毒を起こすことがある。半熟ウメを薬(わら)の煙でいぶした烏梅(うばい)は、さまざまな薬効があり、またベニバナの色素の精製に用いられる。—とあった。日本の本を見ても一緒に「体によい」「医薬的効果がある」「健康維持のために有効」「中国原産で日本には奈良時代に伝来」ということが書かれています。梅干しを作る家庭もすっかり減ってしまっている昨今ではあるけれど、6の1の実践より勉強し、こんなに良い食品をぜひ学校給食でも大いに利用していきたいと思っています。今日は何と、デザート(梅クッキー)に梅干しを使用したMさんとNさんの作品です。最初は生地に梅干しを練り込んで作ってありましたが、全校の皆さんに譲かに梅干しが使用されていることを実感してもらえように、クッキーの中心に梅干しを飾り焼いてあります。MさんとNさんが一生懸命考えてくれた結果は、花のようなかわいい梅クッキーになりました。甘さの中の梅干しの味が絶妙です。