

対話でつなぐ授業 一考察

岩瀬 竜弥



初任者栄養教諭「参観授業」 3年 学級活動 「元気に大きくなる食べ方を考えよう」 亀田 愛 栄養教諭

岡崎市内に 12 名配置されている栄養教諭。今年度配置された新規採用者が参観した亀田栄養教諭による学級活動「元気に大きくなる食べ方を考えよう」の授業です。食品の体内でのはたらきを知り、食品の3つのグループを意識して食べようとする意欲をもつことが目標です。担任がT2となり、本日の給食メニューを使い、上手に子どもの関心を引き付けます。

初めに保育施設で栄養士をした亀田栄養教諭。ここで、食材や食品の組み合わせの大切さを実感。「教えるならできるだけ早い方が！」と思い立ち、現在、栄養教諭となって積極的に複数の学校の多くの小学生に伝えています。「食べることは「生きること」であると。



まず、T2が好きな食べ物を聞くと、とうもろこし、カレーライス、唐揚げと3年生らしさが。ところが、「白身魚のフライ」から「炙りチーズサーモン」「イクラ丼」「わたり蟹」まで。毎日これらを食べ続けるのはよくない・・・と分かっている舌が肥えた子供たちです。本日の給食に含まれる各食品を3つのグループ①エネルギーのもとになる食品(黄)、②体をつくる食品(赤)、③体の調子を整える食品(緑)に分けさせました。子供たちが迷ったのは、「あぶらあげ」「でんぷん」「みそ」の3つです。特にあぶらあげが、「大豆」(赤)からできていることに驚きがありました。そして、「こうやって見ると・・・」と板書に着目させました。給食に3つのグループがバランスよく入っていることに再度驚きが。元気に大きくなるようにメニューが考えられていること、献立表も3グループ表示になっていることを視覚的に確認した子どもたちでした。

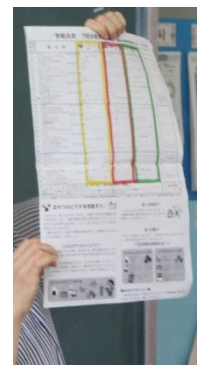
■ 3つの食品のグループと多くふくまれる栄養素 →110ページ参照

食品のグループ	おもにエネルギーのもとになる食品	おもに体をつくるもとになる食品	おもに体の調子を整えるもとになる食品
食品	米・パン・めん類・いも類・さとうなど	魚・肉・卵・豆・豆製品など	野菜・果物・きのこなど
多くふくまれる栄養素	炭水化物	たんぱく質	ビタミン・無機質



- ・これから大切な体を保つために減らさないで、三色をしっかり食べる。
- ・「体をつくる食品」が筋肉、血、骨を守ってくれるなんて初めて知った。

(「今日の授業で」感想より一部抜粋)



を視覚的に確認した子どもたちでした。給食はもちろんおこと、家庭での食事中も「これは病気にまけない！」とつぶやくでしょうね。