

「ごしょく」にならないために

チームM

H.T. K.N. K.M. H.M.

K.N.

はじめに

R4「総合学習の指導法」における目的は、

- 1.総合的な学習の時間の指導計画をたてること
- 2.「学校には栄養教諭が必要であること」を示すこと
であった

我々チームMは、現代の食の課題を取り上げ、児童生徒にとってどのように指導・改善していくのか、研究することにより目的達成を図った。

その過程において、「こしょく」という概念に目を付けた。

本資料をもって、「こしょく」についての我々の取り組みを示す

目次

1. 「こしょく」とは

- a 「こしょく」の定義
- b 「こしょく」の具体例

2. 調査について

- a 調査方法の決定
- b 調査方法
- c 調査結果
- d まとめ
- e 考察

3. 孤食を捉える

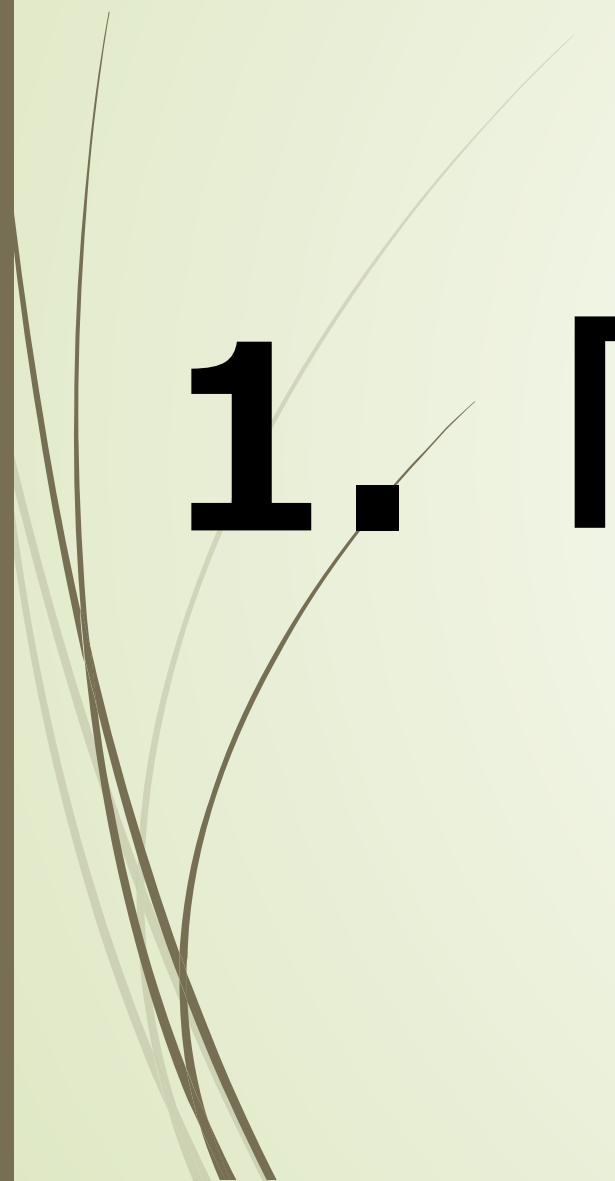

- a 原因
- b 問題点
- c 食生活に与える影響

4. 「こしょく」の現状

5. 高校生への授業

- a 授業概要
- b 授業用パワーポイント

6. 栄養教諭にできること



1. 「こしよく」とは

1.a 「こしょく」の定義

現代の社会に見られる食事のこと

社会の変化・食の多様化により、食形態・内容が変化するにより生まれた食事のことを指す。

「こしょく」という言葉は、複数の食事を指す言葉である。この言葉に当てはまる食事には、改善すべき課題があるとされている

1.b 「こしょく」の具体例☆1

具体例として7つの「こしょく」を示す。全てが「こしょく」と読むことのできる名前になっている

- ・ 孤食

食事を一人でとること。主に、食事を共にとることのできる人（家族など）がいる場合に、一人で食べることを指す

- ・ 個食

複数人で食事をとるとき、自身だけ異なるものを食べること



- ・濃食

味の濃いものばかり食べること

- ・粉食

パン・麺類など、粉から作られたものばかり食べること

- ・子食

子供だけで食事をとること


- ・小食

ダイエットのため、少ししか食事をとらないこと

- ・固食

同じものばかり食べること

K.M.



2.調査について

K.M.


2.a 調査方法の決定

私たちは、テーマを決定した当初、授業・研究の対象を中学生に設定していた。そこから研究のための調査方法について検討を重ねた。以下にその流れを示す。

対象：調査の対象

方法：調査を行う方法

課題：上記の対象・方法を行うにあたり生じる課題、改善点。および考慮すべき事項




第一段階

対象：中学生

給食がある年齢であり、食についての学習に適していると考えたため

方法：アンケート調査


中学生に、食についてのアンケートを行う



第一段階

課題：中学生の食事は保護者が用意する場合がほとんどである。その食事内容に課題・改善点をさがすことは保護者を否定することにつながりかねない

アンケート調査を行える対象（知り合いの中学生）が少ない。データの数が少なければ調査結果の信憑性が低くなる。量的データではなく質的データを取る必要がある。



第二段階

対象：高校生

中学生に比べ食事を自身で選択することが増えるため、食の選択について、自身のこととして捉えて学習がしやすくなると考えたため

方法：インタビュー

高校生に、食についてのインタビューを行う

第二段階

課題：高校生は「こしょく」についての知識がないと予想される。質問内容を対象（高校生）が回答しやすいように構築する必要がある

インタビュー（口頭での質問と応答）では、質問者は質問内容と共に、予想される・得たい回答を持つことになる。仮に対象（高校生）から得たい回答が得られたとしても、そこで話を遮ってはいけない。対象が話しきるまでが回答となる。

2.b 調査内容

対象：高校生5名

方法：インタビュー

質問内容：1日3食食べているか

間食はとるか

誰が食事を作っているか

誰と食事をとっているか

何時ごろに食べるか

どんなものを食べるか

食について悩みはあるか

注意事項：質問の文言に「こしょく」と入れない。回答の中から「こしょく」につながるものを得る。

質問事項はあくまで基本的なものであり状況に応じて聞き方・話し方は変える



2.c 調査結果

高校2年生 女子

聞き取り調査員：K.M.

- 毎日3食食べている。
- 料理は母親がつくっている。
- 間食は一日1回。
- 塾がある日はいつもより早くご飯を食べる、帰ってきてからも軽く食べる。そのときは一人。
→**孤食**
- 食べたくないものが食卓に上がっているときは、自分で別のものを取ってきて食べる。→**個食**
- 食べる量に差がある、多く食べる時と少ないときの差が激しい。

高校1年生 男子


聞き取り調査員：K.M.

- ▶ 毎日3食食べている。
- ▶ 食べる時間はいつも一緒。
- ▶ 料理は母親がつくっている。
- ▶ 間食は少ない。
- ▶ ご飯は子どもと大人で別々に食べる。→**子食**
- ▶ 家族が多いから。祖父母と食べるのが嫌だから。好きなテレビが見れないから。→**孤食**
- ▶ 子供が食べた後、大人が違うものを食べることもある。
- ▶ 一人分を盛っているわけではないため、子供が食べる量が多いと大人の分が不足することがある。

高校1年生 女子

聞き取り調査員：H.T.

- ▶ 全ての食事を家族と取っている。間食は15時ごろ取っており、健康を害さない程度の量である。
- ▶ 朝...比較的少なめ。パンが多い。サラダを必ず食べる。
- ▶ 昼...通常の間食。パスタや和食など、その日によって違う。食事内容が被ることが少ない。
- ▶ 間食...片手ひとすくい程度の量。甘味や煎り大豆、くるみ、アーモンド、カシューナッツ、のり、ゴマなど。
- ▶ 夜...和食、洋食、中華と、様々なものを食べる。通常の間食。

- 
- 嗜好性...独自の嗜好性を持つ。食材の種類ではなく、味や食感、香りの組み合わせで判断している。とろみは嫌いだが、スイーツのまろやかさは好き、キノコ全般は嫌いだが、カリカリに揚げたマイタケの天ぷらは食べられる、など。幼少期から食の好みが大きく変わっている。家族でも嗜好性を把握しきれていない。
 - 悩み...精神的な病を抱えている。薬の副作用で空腹が制御できない。食べすぎないように我慢することが辛い。1人で活動することが出来ないため、食事や外出は家族の誰かと行っている。空腹でも自力で買い物に行くのが辛い。

高校3年生 男子

聞き取り調査員：K.N.

- ➡ 基本的には毎日3食、母の作った料理を食べる。
- ➡ 朝はギリギリに起きるため、親と時間が合わず一人で食べる。

(8時頃) → **孤食**

時間がないためおかずだけ食べることが多い。

→寝る時間が遅く朝起きられないから。

- ➡ 昼は学校で友達とお弁当を食べる、夏休みもほぼ毎日部活なので同じ。
(13時頃)

- ➡ 週3回程、学校帰りにコンビニでチキンなど買い食いする。

- ➡ 母が作った補食のおにぎりを食べることもある。

→部活で疲れているため。

K.N.

- 夜は部活（サッカー）で帰ってくる時間が遅かったりするためほとんど一人で食べる。（時間バラバラ）→**孤食**
2週に1回程、友達と外食する。（マクドナルド、くら寿司など）
夜にプロテイン飲むこともある。
- 嫌いなものは作らない。（肉、揚げ物多い。野菜は好き嫌いが多いためトマト、タマネギなど同じものばかりになってしまう。キウイやミカンなど、意識してフルーツを取り入れている。）→**個食？**
- 食の悩み→怪我しにくい身体をつくる食事を知りたい。身体を大きくしたい。


高校1年生 女子

聞き取り調査員：H.M.

- ▶ 朝...母が用意したものの。6時半頃に食事。パンやおにぎりなど。簡単に食べられるもの。
- ▶ 昼...母が作ったお弁当(野菜、肉、米)タンパク質が多め。野菜少なめ。

曜日ごとにほぼ同じものを食べている。12時半頃に食事。

- ▶ 間食...日によって内容は変わるが毎日食べている、チョコレート、クッキーなど洋菓子が多い。200kcalはおそらく食べている。親と一緒に食べることもある。
- ▶ 夜...肉が多め。野菜と汁とご飯、主菜とバランスは良い。日によってファストフードの日もある。日によるが、塾がある日は21時以降に食事。(車内でお弁当)ほぼ毎日塾に行ってるが自習なので頻度はバラバラ。親とは異なる時間。→**孤食**

- 
- 嗜好性...甘いものが好き。お肉が好き。脂質や糖質を好む。間食が多く、ずっと食べていることが多い。牛乳を毎日飲んでいる。家にはキムチと牛乳とサラダチキンが常備しており、好んでよく食べる。
 - 悩み...痩せたいという願望があるため少しダイエットをしている。甘いものが好きで、我慢できる日とできない日がある。食べたいものを食べたい時に食べてしまっているため、改善したいと思っている。

2.d まとめ

全員の回答が共通した質問事項

質問内容	回答
1日3食食べているか	食べている
間食はとるか	とっている
誰が食事を作っているか	基本的に母親がつくっている

K.N. H.M.
K.M.

回答者ごとに異なった質問事項

質問内容

誰と食事をとっているか

回答

- ・ 毎食家族そろって
- ・ 朝・夜など時間によっては一人
- ・ 子供だけで
- ・ 友達と外食

回答者ごとに異なった質問事項

質問内容

何時ごろに食べるか

回答

- ・ 毎食決まった時間に
- ・ 塾がある日は別の時間
- ・ 部活がある日は時間がバラ
バラ

回答者ごとに異なった質問事項

質問内容

どんなものを食べるか

回答

- ・ 出されたものを食べる
- ・ 好きなものを用意し食べる
- ・ タンパク質が多く、野菜は少ない

etc.

回答者ごとに異なった質問事項

質問内容

食についての悩みはあるか

回答

- ・薬の副作用で空腹感がある
- ・体作りに適した食事が知りたい
- ・ダイエットがしたい、
食事制限がうまくいかない

「こしょく」についての観点より

孤食	4人
個食	2人
子食	1人
「こしょく」なし	1人

2.d 考察

- ▶ 「こしょく」のうち、孤・個・子食がみられた。特に孤食は5人中4人とかなりの頻度であった。
 - 孤食は高校生にとって身近な問題であると予想される
- 孤食について、家族と時間がそろわない、という理由がよく見られた
 - 孤食は食事の時間がそろわないことによって起きる問題
 - 塾・部活などが原因として見られた
 - 解消するには、食事内容だけでなく生活様式への介入が必要



➡ 食の悩みは、各自異なっていた。

「こしょく」が無くても食の悩みを持つ人がいた。

→ 「こしょく」の改善・解消が食の悩みの解消につながる
るとは限らない。

「こしょく」が関係する食の問題の枠組みを捉える必要がある。



3. 孤食を捉える

K.M.

3.孤食を捉える

「こしょく」について考える際には、

- 何故「こしょく」が起こるのか
 - 何が問題点なのか
 - どのように食生活に影響を与えているのか
- を捉える必要がある。

今回は、高校生にみられた孤食を対象に研究を進めていく

3.a 原因

- ➡ 孤食になる原因として、考察より塾や部活が見つかった
→ 個人の置かれている環境によるもの
- ➡ 孤食の理由として「好きなテレビが見たい」という意見があった
→ 少数ではあるが、自ら孤食を選択している？


環境によって孤食にならざるを得ない人と本人の意思で孤食をしている人がいる。

3.b 問題点

- ▶ 孤食は、人とのコミュニケーションがなく、マナーや食の選択、嗜好がすべて自身で完結してしまう。
 - 例えば好き嫌いがあったときに、一人（孤食）では嫌いなものを選択する確率が低くなる。
 - 孤食であったとしても、健康的な食事が用意されており、それを食べているのであれば問題はないのかもしれない
 - 一人で食べるよりも、共食した方が気づきが多い。食べすぎや残すことの防止につながる。
- ▶ 3食食べていてもそれが孤食であれば、問題が出てくる。

3.c 食生活に与える影響

- 食事の選択は、家族にも関係していると考えられる。子どもの食事は、親（今回の調査をもとにすると、特に食事を作る母親）の嗜好に影響する。
 - 健康的な食事が習慣化すれば、子どもの嗜好も健康的なものを好むようになるかもしれない。（一人ではできない）
- 孤食が習慣化すると、大人になって一人で食事を用意するときに、濃食、粉食、小食など、「こしょく」になる可能性が高くなるのではないか。
 - 孤食が食事や健康に及ぼす影響は何か→「こしょく」




4. 「こしよく」の現状

4.こしょくの現状☆

30代、40代の男性は、平日の夕食が孤食であることが比較的多い。休日の朝食、昼食が孤食であるという人は、20～39歳の男性に多い。また、共食が困難な理由として、「自分または家族が、学校や塾や習い事で忙しいから」と回答した者は40代の女性に多く見られた。

〈ここから考えられること〉

- ・働き盛りのサラリーマン等に孤食が多くみられることから、時間がなく、十分な栄養を満たす食事は摂れていないと考える
 - 学力が高い、収入がいいことは本当に豊かであるのか
- ・時間がないとコンビニ飯やファストフードになると考えられる
 - 食の選択、嗜好性への影響



〈私たちの考え〉

孤食をしている人は、お金の面では貧しくはない。


しかし、食生活のみに着目するとそうではない。→貧しい食

塾へ行くことができる、収入の良い家庭、学力の高い子ども

孤食→様々な問題点

忙しい人

コンビニ飯→塩分や脂質過多（濃食、粉食）



5. 高校生に向けての授業

5.a 授業の概要

今回の調査結果をもとに、高校生への授業（1時限：50分）を計画した。

表題 「こしょく」にならないために

目的

高校生に「こしょく」について知ってもらおう。そのうえで、「こしょく」が起きる原因、問題点、影響を考えてもらい、どのような食生活を目指すべきなのか、発表してもらおう

授業の流れ

1. 「こしょく」について説明する
2. 高校生にみられる「こしょく」について解説する
(調査によって多々見られた孤食と、食の選択が多くなる高校生にとって大事になると思われる個食を、代表例として取り上げる)
3. 「こしょく」が起きる原因・問題点について自分たちで考えてもらう
4. 3の考えをもとに、理想的な食事と可能な食事を考え、発表してもらう

注意すべき点

表題は「『こしょく』にならないために」であるが、「3.a 原因」で考察した通り、孤食を含めた「こしょく」には、そうせざるを得ない理由がある。

そのため、仮に対象の高校生から「こしょく」をそのままにする食生活を提言されたとしても、こちらから否定はしない。社会様式の変動により、「こしょく」を前提とした食生活が必要となることも考慮する必要があるからである。



5.b 授業用パワーポイント

「こしよく」に
ならないために

総合的な学習の時間 模擬授業：チームM

K.M.

孤 食
子 食
濃 食

K.M.

「こしょく」とは

現代的な食の課題☆2

- **孤食**：一人での食事
- **個食**：自分だけ違うものを食べる
- **濃食**：味の濃いものばかり
- **粉食**：パン・麺・粉ものばかり
- **子食**：子供だけでの食事
- **小食**：少ししか食べない
- **固食**：同じものばかり

高校生と「こしょく」

孤食と個食

- ・一人で食事をとる
- ・食事に家族が揃わない
- ・みんなと違うものを食べる

⇔共食

「ごしよく」の問題点

- 食べるもの、嗜好の偏り
 - 栄養の偏り
 - 食べるものを選択する力の低下
- コミュニケーション能力の低下
- マナーが伝わりにくい

高校生と「こしょく」

どんな時に「こしょく」が起こるのか
なぜ食の課題なのか



「こしょく」になる原因

理想的な食事


可能な食事

まとめ

「ごしょく」

- ・ 現代的な食の課題
- ・ 食事による日々の生活への恩恵を受けにくい
- ・ 「ごしょく」になる原因がある
個人の原因・環境の原因

食生活が自身に与える影響を知り
自分で考えて食事をとること



6. 栄養教諭にできること

6. 栄養教諭にできること

今回の調査では、高校生の食事の現状が見えてきた。

高校生では、孤食している人が多いことが分かった。一人で食べているため、たとえ親が用意していても食べる量や物は本人が選んでいる。よって、それが適切な選択でないこともある。

3食きちんと食べていてもその食事形態が孤食であれば上記のように適切な選択ができていないかもしれない。

こしょくにならないため、自身の健康につながる食の選択のためには、共食、コミュニケーションの時間は大事。



〈私たちの考え〉

食育の観点から、児童・生徒の食事状況を把握し、直接的な指導を行うことができるのが栄養教諭

栄養教諭は、健康と食事の関係だけでなく、生徒の生活リズムや生活環境、人間関係など食を中心に幅広く理解して接することができる。

参考文献

☆1 堤ちはる：小児保健研究「『食』を通じた子育て支援」

<https://www.jschild.med-all.net/Contents/private/cx3child/2011/0070s1/004/0007-0009.pdf>

☆2 農林水産省 食育に関する意識調査報告書


<https://www.maff.go.jp/j/syokuiku/ishiki/h30/3-3.html>

☆3 保育所における食事の提供ガイドライン

https://www.mhlw.go.jp/bunya/kodomo/pdf/shokujiguide_1_1.pdf



理科教職からのアプローチ
～総合的な学習の時間にて、こしよくを通して研究活動をする～



目次

- 1 : 総合的な学習の時間（以下、総合）と理科
- 2 : 総合を理科教職員が取り扱う場合
 - 1, 授業準備
 - 2, 授業目的
 - 3, 授業内容
 - 4, 授業日程
 - 5, 授業評価基準
- 3 : 食育を総合で行う意義
- 4 : 参考文献、情報の集め方、集計方法、分析の仕方など



1：総合的な学習の時間と理科

総合という授業を、理科という科目の視点から見つめ、
授業の構築方針について考察する。

1：総合的な学習の時間と理科

①高校における総合の特徴

- 1, 課題を自力で模索する
- 2, 課題から仮定を立案する
- 3, 仮定を証明する活動を行う
- 4, 活動結果をまとめて考察する
- 5, 総合での活動をまとめ、他の人に発信する

②高校における理科で身に付けること

- 1, 自然現象から課題を探す
- 2, 課題から検証できる仮説を考える
- 3, 仮説を検証する計画を立て、実行する
- 4, 検証結果を整理して考察する
- 5, 考察や結論をまとめ、外部に発信する

共通点が多い！

➡ 総合と理科の概念を統合する

総合と理科の活動内容を比較する（①と②を比較）

総合	理科
課題を自力で模索する	自然現象から課題を探す
課題から仮定を立案する	課題から検証できる仮説を考える
仮定を証明する活動を行う	仮説を検証する計画を立て、 実行する
活動結果をまとめて考察する	検証結果を整理して考察する
総合での活動をまとめ、 他の人に発信する	考察や結論をまとめ、 外部に発信する

➡ 結論

総合の授業と理科の授業が持つ目標が合致する

総合の授業に理科の学習内容を持ち込んでも授業が成立する

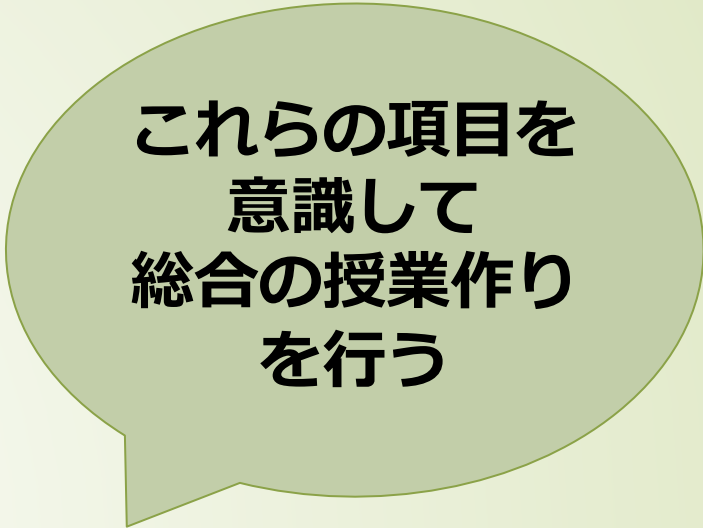
総合の授業で理科的題目を取り上げてもよい

理科の授業を構築するプロセスを利用できる



総合と理科を統合すると、以下の項目となる

- 1, 自然現象から課題を自力で探す
- 2, 課題から検証可能な仮説を考える
- 3, 仮説を検討する計画を立て、実行する
- 4, 結果を整理して考察する
- 5, 活動内容をまとめて報告する



**これらの項目を
意識して
総合の授業作り
を行う**

2 : 総合を理科教職員が取り扱う場合

高校生を対象とし、実際に授業の構築を考え、まとめる



2 : 総合を理科教職員が取り扱う場合

手順

- 1, 授業の大枠を決める
- 2, 授業準備を行う
- 3, 授業目的を明確にする
- 4, 授業目的に沿うようにして、授業内容を具体的ににする
- 5, 授業内容に照らし合わせて、評価方法を選定する

1, 授業準備

授業の大枠を決める

この大枠に
こしょくという
題目を
組み込んでいく

授業スタイル

- 個人活動と集団活動の両方を行う
- 小グループの議論、PowerPoint発表の2つを行う

議論形式

- 3～5人のディベート式
- 賛成・反対の立場を明確にする

発表物形式

- 個人で作成する
- PowerPointを作成

1, 授業準備

予備活動 1 : 議論の場が成立するかどうか



→明確な立場

賛成・反対の立場を最初に決め、主張の方向性を具体的に
する。

→習得した技能として使用

問題探索→実験の計画→実験→考察、といった一連の流れ
を、生徒が実践できる

→具体的な活動題目

テーマを与え、実験計画の立案や反論の対策を容易にする

1, 授業準備

予備活動2：こしよくが題目として機能するかどうか

こしよくの種類	内容	理科との関連
孤食	一人でとる孤独な食事	生物 人間は集団行動をする。 進化の過程と食事について
固食	好きなものだけ食べる	栄養 生物は自分の体に必要なものを食べる。 嗜好性と栄養の関係
個食	同席しているが 食事内容がバラバラ	化学 現代では食を選択できる。 個体に合わせた食事選択

H.T.

1, 授業準備

予備活動2：こしよくが題目として機能するかどうか

こしよくの種類	内容	理科との関連
子食	子供たちだけでとる食事	化学 属する集団によって行動様式が変化する。 食事の環境と分泌ホルモンの関係
小食	食欲がなく 少しの量しか食べない	生物・化学 生物の三大欲求である食欲が欠落する。 食欲の仕組みと制御法
戸食	外食ばかりの食事	栄養 外食も選択する食の1つと考えられる。 外食の利点と欠点について

H.T.

1, 授業準備

予備活動2：こしょくが題目として機能するかどうか

こしょくの種類	内容	理科との関連
粉食	パンや麺類など 粉物が中心である	化学 同様の成分を摂取しているはずである。 摂取方法と吸収される栄養の関係
濃食	味の濃い物ばかり食べる	生物・化学 嗜好性、満腹度、食欲に関係が見られる。 満腹に感じる仕組みと味の関係
虚食	朝、食欲がない 何も食べない	生物・化学 生物の三大欲求である食欲が欠落する。 食欲の仕組みと制御法

H.T.

1, 授業準備

予備活動2 : こしょくが題目として機能するかどうか

こしょくの調査結果

理科とこしょくにはいくつもの関係性がある

議論に必要な調査活動を行える

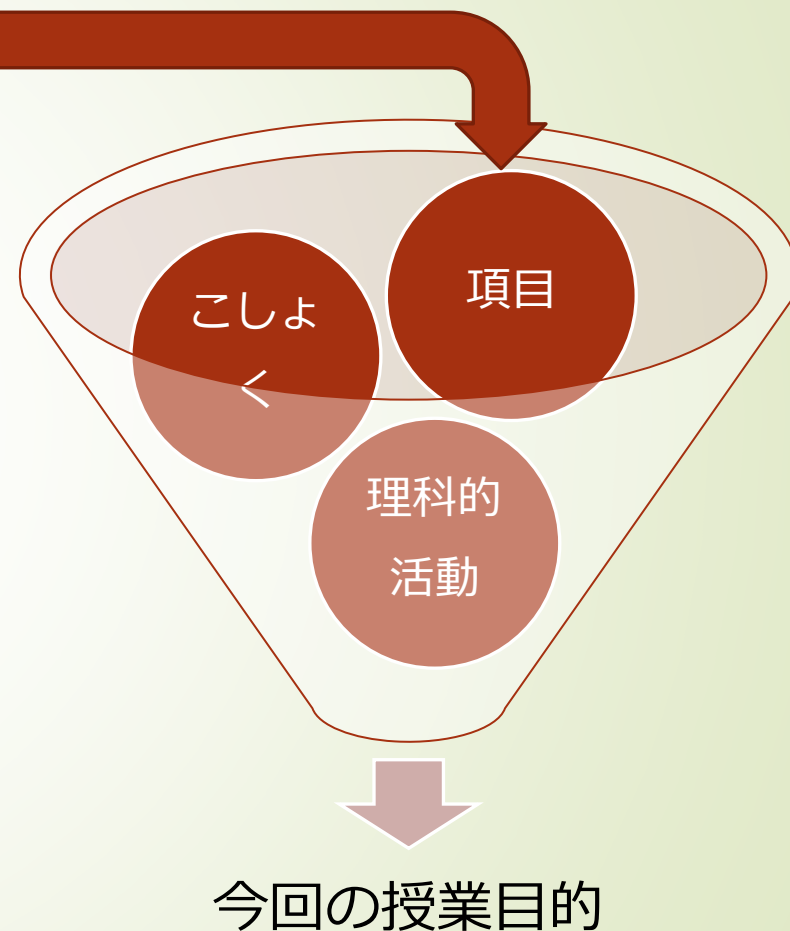
活動題目として

十分に機能する

2, 授業目的

総合と理科を統合した項目

- 1, 自然現象から課題を自力で探す
- 2, 課題から検証可能な仮説を考える
- 3, 仮説を検討する計画を立て、実行する
- 4, 結果を整理して考察する
- 5, 活動内容をまとめて報告する



2, 授業目的

総合の授業を通して、理科的技術の活用や向上を図る

題目

- こしょく

ディベートで発表

- 賛成・反対の立場を明確にする
- 理科的発想から根拠述べる

PowerPointで発表

- 他者へ分かりやすく発信する
- 結果をまとめる

項目を
満たしている！



2, 授業目的

総合の授業を通して、
理科的技術の活用や向上を図る

2～3か月を想定

3, 授業内容

活動の説明

授業数
1

- 題目の公開
- 活動の流れを説明
- 評価の詳細を公開

調査・実験など

授業数
4

- Web検索
- 論文の吟味
- 理科的知識や観点からのアプローチ

事前準備

授業数
2

- PowerPoint作成
- 賛成・反対の立場決定
- 根拠の文章化

発表

授業数
1

- 3～5人のディベート
- 2, 3回ディベートを行う

感想・予備日

授業数
1

- 生徒間で評価してもらう
- PowerPointの見直し

5, 授業評価基準

採用する評価法	評価する人	評価する内容	該当する教育内容
生徒－生徒間の評価	生徒	ディベート内容の印象	思考力・判断力・表現力等
自己評価	生徒自身	ディベートとPowerPointの出来栄	知識・技能 学びに向かう力・人間性等
生徒－教師間の評価	教師	PowerPointの内容	知識・技能 思考力・判断力・表現力等

5, 授業評価基準

採用する評価法	評価する人	評価する内容	該当する教育内容
生徒－生徒間の評価	生徒	ディベート内容の印象	思考力・判断力・表現力等
自己評価	生徒自身	ディベートとPowerPointの出来栄	知識・技能 学びに向かう力・人間性等
生徒－教師間の評価	教師	PowerPointの内容	知識・技能 思考力・判断力・表現力等

多面的な視野を利用して
生徒の活動を総合的に評価する

5, 授業評価基準

採用する評価法	評価する人	評価する内容	該当する教育内容
生徒－生徒間の評価	生徒	ディベート内容の印象	思考力・判断力・表現力等
自己評価	生徒自身	ディベートとPowerPointの出来栄	知識・技能 学びに向かう力・人間性等
生徒－教師間の評価	教師	PowerPointの内容	知識・技能 思考力・判断力・表現力等

生徒にも評価活動をさせて
「他の発表物を観察し自己の感想を表現」する力を図る

5, 授業評価基準

採用する評価法	評価する人	評価する内容	該当する教育内容
生徒－生徒間の評価	生徒	ディベート内容の印象	思考力・判断力・表現力等
自己評価	生徒自身	ディベートとPowerPointの出来栄	知識・技能 学びに向かう力・人間性等
生徒－教師間の評価	教師	PowerPointの内容	知識・技能 思考力・判断力・表現力等


ディベートとPowerPointの2つを評価して
生徒の個性を生かす場面を提供する

5, 授業評価基準

採用する評価法	評価する人	評価する内容	該当する教育内容
生徒－生徒間の評価	生徒	ディベート内容の印象	思考力・判断力・表現力等
自己評価	生徒自身	ディベートとPowerPointの出来栄	知識・技能 学びに向かう力・人間性等
生徒－教師間の評価	教師	PowerPointの内容	知識・技能 思考力・判断力・表現力等

指導要領に記されている学習の内容
授業を構築する上で重要

3 : 食育を総合で行う意義



教育に必要とされていることを考え、
食育の必要性について見直す

3 : 食育を総合で行う意義

現代化が
進行

食事は
個人の選択

選択には
知識が必要

社会で生きる術
として食育が必要

現代化が
進行

食事は
個人の選択

選択には
知識が必要

選択する力は教育内容の
「学びに向かう力・人間性等」
に該当する

学校は
社会で生きる人材を
育てる場所

総合で食育

- ↓
- 食育から活動の題目を設定できる
- ↓
- 様々な教科の知識や見解を引用・統合・比較
- ↓
- 膨大な情報をまとめ外部に発信する練習ができる

他教科で食育

- ↓
- 指導要領で指定された知識の享受が優先される
- ↓
- 与えられた単位数が有限で十分な時間が確保できない
- ↓
- 教師から一方的に説明を行う

総合で食育

食育から活動の題目
を設定できる

様々な教科の知識や見解を
引用・統合・比較

膨大な情報をまとめ
外部に発信する練習ができる

利点

食育を主題に
置ける
教科の垣根を
越えて活動する
生徒主体の授業
を展開できる
教育内容の実践
ができる

他教科で食育

指導要領で指定された
知識の享受が優先される

与えられた単位数が有限で
十分な時間が確保できない

教師から一方的に説明を行う

総合で食育

食育から活動の題目
を設定できる

様々な教科の知識や見解を
引用・統合・比較

膨大な情報をまとめ
外部に発信する練習ができる

他教科で食育

指導要領で指定された
知識の享受が優先される

与えられた単位数が有限で
十分な時間が確保できない

教師から一方的に説明を行う

欠点
与えられた単位数が
少ない
自由度が高く授業
準備が多い

総合で食育

食育から活動の題目
を設定できる

様々な教科の知識や見解を
引用・統合・比較

膨大な情報をまとめ
外部に発信する練習ができる

他教科で食育

指導要領で指定された
知識の享受が優先される

与えられた単位数が有限で
十分な時間が確保できない

教師から一方的に説明を行う

利点

食育を主題に
置ける
教科の垣根を
越えて活動する
生徒主体の授業
を展開できる

教育内容の実践ができる

最大の利点




教育内容の実践は
総合の授業のみ可能である



実践を通して食育を
多面的視点から教えられる

4 : 参考文献、情報の集め方、集計方法、分析の仕方など

1, 参考文献

- ①文部科学省 | 高等学校学習指導要領 (平成30年告示) 解説 理科編 理数編
- ②H.T. | 理科教職員がこしよくを取り上げて総合的な学習の時間の授業を行う場合 : 予備実験
- ③  部科学省 | 家庭教育関連データ
理科教職員がこしよくを取り上げて総合的な学
https://katei.mext.go.jp/contents2/pdf/H26katei_kanren.pdf
- ④坂本 明日香 | 新型コロナウイルス感染症禍の外食産業の動向～需要側・供給側からの振り返り～
https://www5.cao.go.jp/keizai3/monthly_topics/2021/0430/topics_061.pdf

1, 参考文献

⑤明治学院大学 | 食選択と社会階層—国産食品・オーガニック食品購入の規定要因*—

http://www.l.u-tokyo.ac.jp/2015SSM-PJ/04_06.pdf

⑥国際大学 | 価値観で結びつくこれからの家族の形～家族と財の関係性への考察～

https://www.glocom.ac.jp/wp-content/uploads/2018/09/GLOCOM_OpinionPaperNo.22_18-005-1.pdf

⑦男女共同参画局 | 家族類型から見た「家事・育児・介護」と「仕事」の現状

https://www.gender.go.jp/about_danjo/whitepaper/r02/zentai/html/honpen/b1_s00_02.html

⑧大阪教育大学 | 砂糖が人体に与える影響

<https://f.osaka-kyoiku.ac.jp/tennoji-j/wp-content/uploads/sites/4/2020/09/43-12.pdf>

1, 参考文献

⑨健康運動科学 | 脳神経・内分泌学からみた運動と食欲の関係

<file:///C:/Users/f2001/Downloads/P01-08.pdf>

⑩関西大学 | 供給者の視点からみた食をめぐる生活世界：東アジアの粉食を中心に [論文要旨及び審査の要旨]

<file:///C:/Users/f2001/Downloads/KU-0010-20210331-05.pdf>

⑪西九州大学子ども学部子ども学科 | 食と食育の課題と解決策の一考察

<https://www.nisikyu-u.ac.jp/nagahara/uploads/ck/adminmini/files/%E5%9B%B3%E6%9B%B8%E9%A4%A8/%E7%B4%80%E8%A6%81/%E8%A5%BF%E4%B9%9D%E5%B7%9E%E5%A4%A7%E5%AD%A6%E5%AD%90%E3%81%A9%E3%82%82%E5%AD%A6%E9%83%A8%E7%B4%80%E8%A6%81/%E7%AC%A3%E5%8F%B7%E3%80%80%E5%B9%B3%E6%88%9023%E5%B9%B4%E5%BA%A6/3-8.pdf>

⑫女子栄養大学臨床栄養学 | 食生活における食塩の問題

https://www.jstage.jst.go.jp/article/swsj1965/41/6/41_327/_pdf

1, 参考文献

⑬東洋大学 | 現代青年における友人関係の特徴に関する社会心理学的研究

<https://core.ac.uk/download/pdf/291352466.pdf>

⑭ PRTIMES | 【調査結果】 ネット友がいる小中学生は59%、そのうち15%が「会ったことがある」～「ニフティキッズ」にて「ネット友」についての調査を実施～

<https://prt看imes.jp/main/html/rd/p/000000224.000023383.html>

⑮孤食と共食における人の食事行動の仕組み

https://www.jcss.gr.jp/meetings/jcss2015/proceedings/pdf/JCSS2015_P3-32.pdf

⑯世代間コミュニケーションとしての家族の団らんに関する研究

<file:///C:/Users/f2001/Downloads/b0130042B007.pdf>

1, 参考文献


⑰女子栄養大学 | 子どもの不定愁訴に関する食事環境と身体発育からの検討

<https://www.i-repository.net/il/cont/01/G0000155repository/000/496/000496264.pdf>

⑱富山大学人文学部人文学科 | 子ども食堂の現状と課題 ー富山県内の子ども食堂調査を通してー

<https://www.hmt.u-toyama.ac.jp/socio/lab/sotsuron/21/harada.pdf>

* 参考文献の中には、予備実験のために引用・参考などにしたものが含まれる



2, 情報の集め方

①Web検索

②文献調査

2, 集計方法

* 今回の活動で集計したデータや統計は、参考文献から出典・引用などを行っている。

3, 分析の仕方

文献から読み取れる情報を総合的に判断し、まとめている。