

小・中・都立学校

平成 16 年 度

教育研究員研究報告書

健 康 教 育

東京都教職員研修センター

目 次

「薬物乱用防止教育に関する指導」分科会

研究の概要

1 主題設定の理由	1
2 研究のねらい	1
3 研究仮説の設定	2
4 研究の方法	2
5 研究の視点	3
6 研究構想図	4

研究の内容

1 調査研究	5
2 年間指導計画例	8
3 学習計画例	10
4 実証授業	11

研究の成果と今後の課題

1 研究の成果	18
2 今後の課題	18

「食に関する指導」分科会

研究の概要

1 主題設定の理由	19
2 研究のねらい	19
3 研究仮説の設定	19
4 研究の方法	19
5 研究の視点	20
6 研究構想図	21

研究の内容

1 指導計画例	22
2 評価計画例	24
3 調査研究	26
4 実証授業	29

研究の成果と今後の課題

1 研究の成果	36
2 今後の課題	36

「薬物乱用防止教育に関する指導」分科会

研究主題

個に応じた薬物乱用防止に関する指導の工夫

研究の概要

1 主題設定の理由

近年、青少年の薬物乱用が極めて大きな問題となっている。中・高校生の覚せい剤事犯検挙者数は高水準で推移しており、高校生が学校で薬物を使用するなど、薬物は確実に青少年層に拡大している。インターネットや携帯電話の急激な普及により、インターネットを介して売買が行われたり、密売人組織が携帯電話を使い街頭で無差別に覚せい剤の販売を行ったりして、これを中・高校生が好奇心やファッション感覚で購入し使用するという犯罪が目立っている。また、薬物への警戒感が薄れ、薬物犯罪に対する規範意識の低下が見られている。さらに、薬物に関する正しい知識をもたない青少年が、興味本位で薬物にかかわるなど、薬物乱用の問題を深刻化させている。

厚生労働省の実態調査によると、覚せい剤の初回使用の契機となった人物は、密売人などの「知らない人」よりも友人や知人などの「知っている人」の方が多い。この実態から、児童・生徒は知り合いから薬物乱用を勧められるという断りにくい状況になったときにも、一人一人が正しい意志決定や行動選択を行い、適切に対処できるようにならなければならない。

このような現況を踏まえると、児童・生徒の薬物乱用を防止するには、児童・生徒が薬物に関する正しい知識を習得するための指導とともに、情報を適切に選択し正しい意志決定や行動選択ができるようにするための指導が必要である。一方、基礎・基本の確実な定着を図り、自ら学び考える力などの「確かな学力」をはぐくむという新しい学習指導要領のねらいを実現するため、児童・生徒に「個に応じた指導」を充実することが求められている。このことから、薬物乱用防止教育においても一人一人に応じた指導を行うことが必要である。

以上のことから、本研究では今までのロールプレイングやブレインストーミングなどの指導方法に加えて新たな指導方法を取り入れ、発達段階や個を取り巻く状況を踏まえた「個に応じた指導」を充実させることで、青少年の薬物乱用防止を実践していきたいと考え本主題を設定した。

2 研究のねらい

- (1) 個に応じた指導方法を明らかにする。
- (2) 個に応じた意志決定・行動選択の能力を身に付けるための指導方法、指導形態を工夫する。

3 研究仮説の設定

児童・生徒が抱えている課題は、個を取り巻く状況によって様々である。薬物乱用を防止するためには、児童・生徒が薬物に関する正しい知識を習得し、薬物乱用を防止する方法を

学習し、個の状況に応じた課題を解決することが必要である。

そこで本研究では、薬物乱用防止を目指すために育てたい児童・生徒像を、「薬物に関する正しい知識を習得している児童・生徒」、「意志決定・行動選択の能力を身に付けている児童・生徒」とする。

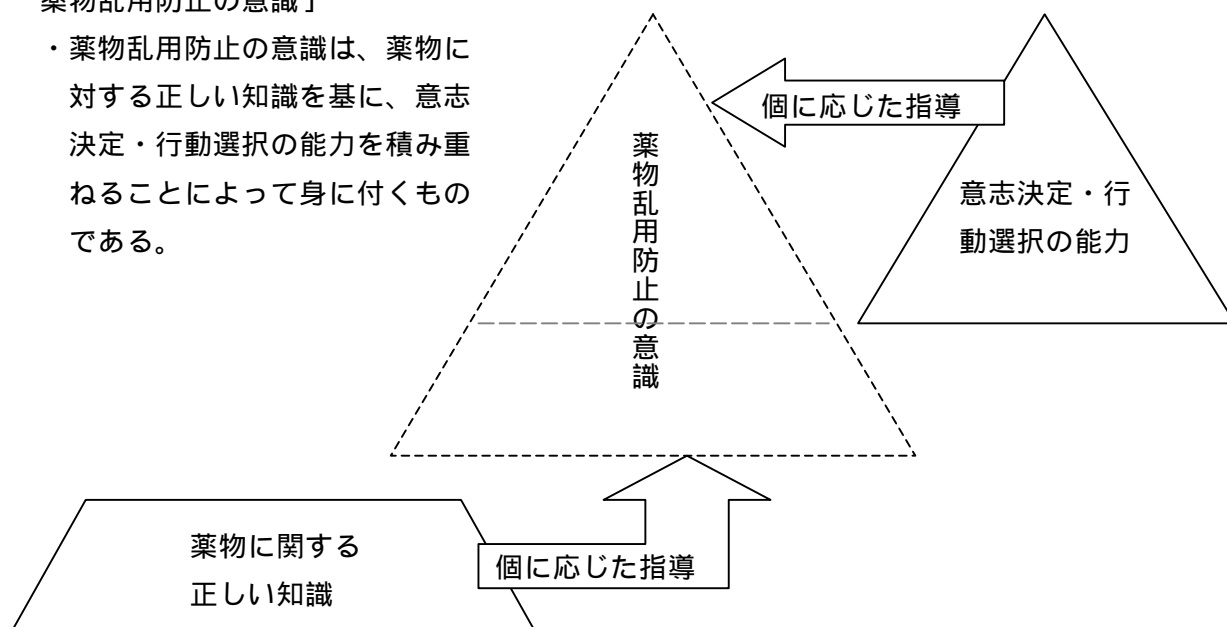
このような児童・生徒を育てるためには、実態を把握した上で発達段階に応じた指導計画を立て、薬物に関する正しい知識を伝達すること、個に応じた意志決定・行動選択の能力を身に付けさせる指導方法、指導形態を工夫することが必要であると考え、本研究では次のように研究仮説を設定した。

研究仮説

薬物に関する正しい知識を習得させ、意志決定・行動選択の能力を身に付けさせる個に応じた指導方法の工夫により、薬物乱用防止の意識を高めることができるであろう。

「薬物乱用防止の意識」

- ・薬物乱用防止の意識は、薬物に対する正しい知識を基に、意志決定・行動選択の能力を積み重ねることによって身に付くものである。



4 研究の方法

(1) 基礎研究

先行研究の分析と参考文献の収集を行う。

(2) 調査研究

児童・生徒を対象とした薬物乱用防止に関する実態調査を行い、分析し考察する。

(3) 指導計画

小学校、中学校、高等学校、盲・ろう・養護学校の各校種において、薬物乱用防止教育に関する年間指導計画例を作成する。

(4) 実証授業

個に応じた指導内容、指導方法、指導形態の工夫を考え、学習計画を作成する。それをもとに実証授業の実践をし、評価を行う。

5 研究の視点

本研究に取り組むにあたって、着目した点は「個に応じた指導」である。児童・生徒を取り巻く状況は様々であり、薬物乱用防止の意識の高い児童・生徒を育てるには、発達段階や取り巻く状況を踏まえ、個に応じた指導を行うことが必要不可欠である。

(1) 一人一人が薬物に関する正しい知識を習得するための指導

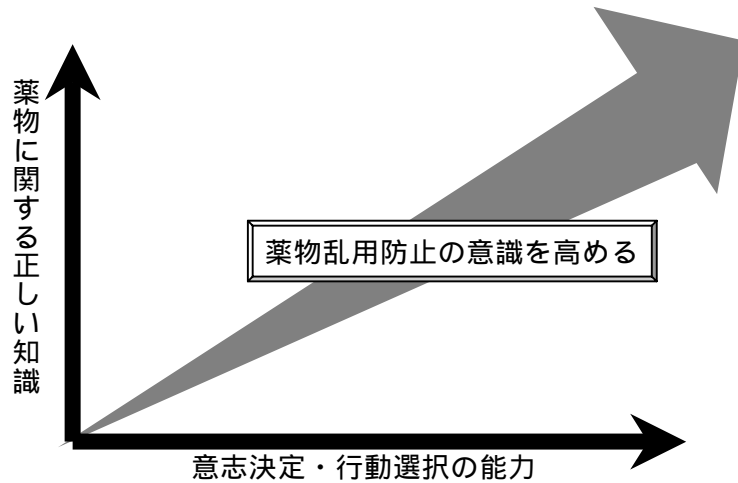
児童・生徒が薬物に関する正しい知識をもたなければ、薬物への抵抗感・警戒感が希薄になり薬物乱用の問題を深刻化させてしまう恐れがある。そのため、薬物乱用を防止するには、まず、一人一人の児童・生徒が正しい知識を習得することが大切であることから、その指導方法を開発する。

(2) 一人一人が意志決定・行動選択の能力を身に付けるための指導

正しい知識があっても、そのときの各自の精神状態や周囲の状況等によっては、正しい行動ができない場合がある。薬物乱用を防止するには、周りに左右されずに一人一人が情報を適切に選択し、正しい意志決定・行動選択をすることが重要である。指導方法としては実際に薬物に誘われた場面を想定することにより、どんな状況でも薬物の誘いに乗らない強い意志決定・行動選択の能力を身に付けることができるような指導方法を開発する。

「薬物に関する正しい知識と意志決定・行動選択の能力との関連」

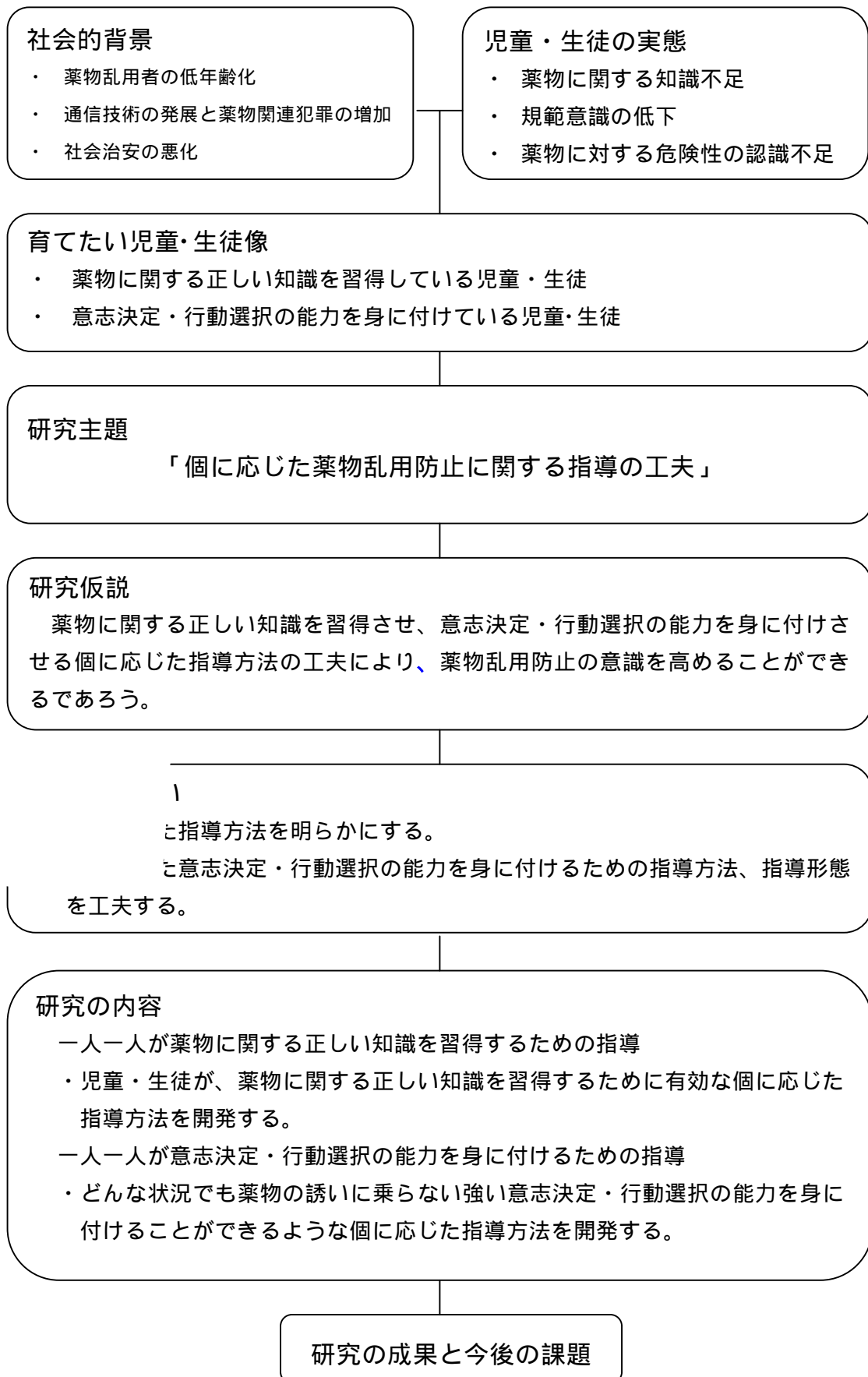
- ・薬物に関する正しい知識と意志決定・行動選択の能力が共に身に付くことによって、薬物乱用防止の意識は高まる。



なお、本研究において使用する文言については以下のように考えた。

薬物	一般に使用されている医薬品から、麻薬や覚せい剤などの1回使用したり、所持したりするだけでも法に触れるものまでを指し、発達段階に応じて、「薬物の害」や「薬物と健康」として取り上げていくこととする。
意志決定・行動選択の能力	自分の置かれた状況において、いくつかの選択肢の中から最善と思われるものを選択し、それに基づいて行動する能力 (これらを身に付けることによって、周囲に惑わされることなく、自分の意志と責任による、より良い選択をすることができる)

6 研究構想図



研究の内容

1 調査研究

(1) 目的：児童・生徒の薬物に対しての知識、意志決定・行動選択の能力、意識について実態と関連性を把握する。

(2) 方法：質問紙法（選択肢記入）による。

(3) 対象：「薬物乱用防止教育に関する指導」分科会研究員所属校

小学校4年生から高等学校3年生及びろう学校中等部の児童・生徒

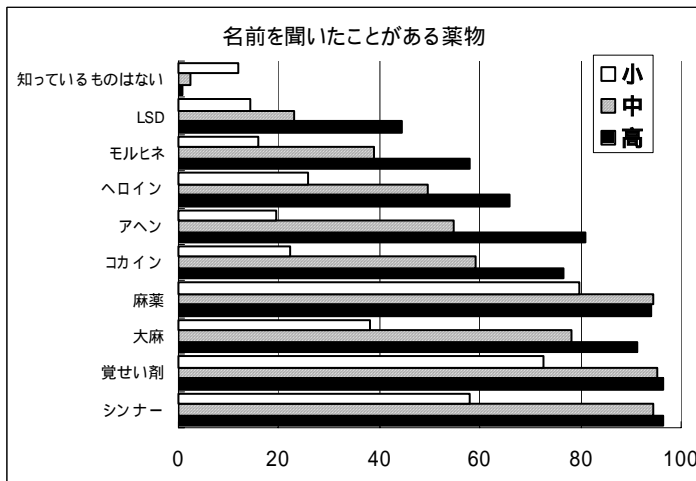
	小学校	中学校	高等学校	ろう学校(中等部)	合計(人)
人数	1,335	780	681	8	2,804

(4) 実施時期：平成16年7月12日(月)～7月16日(金)

(5) 調査仮説：薬物に関する知識があり、意志決定・行動選択の能力が身に付いている児童・生徒は、薬物乱用防止の意識が高いであろう。

(6) 調査の結果

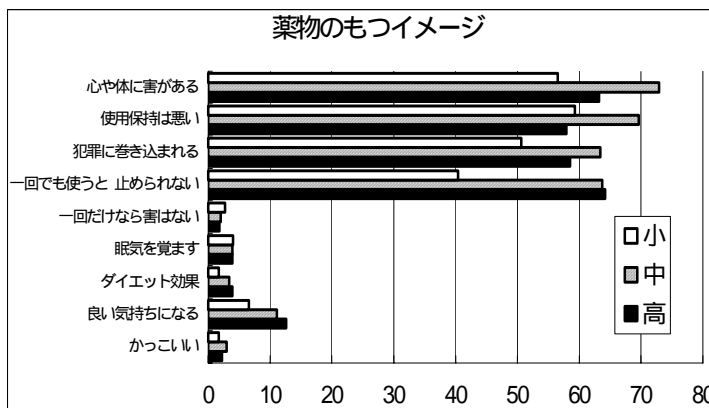
名前を聞いたことがある薬物について



<分析・考察>

薬物に関する知識のうち、実際に聞いたことがある薬物の名称をたずねたところ、中・高校生では『麻薬』『覚せい剤』『シンナー』については90%以上が、小学生は55%～80%が聞いたことがあると答えている。『知っているものはない』と回答した児童・生徒は、小学生12.0%、中学生2.4%、高校生0.6%と名称についての認識は、年齢が上がるにつれ高くなっている。

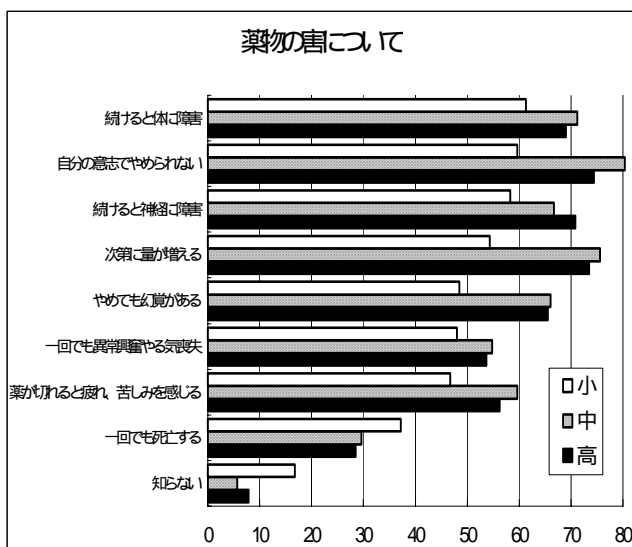
薬物のもつイメージについて



薬物に対してどのようなイメージをもっているのかの質問に対して、正しい知識としてのイメージ『心や体に害がある』『使用保持は悪いこと』『犯罪に巻き込まれる』という項目に小・中・高校生ともに50%以上の回答を得ているが、中学生より高校生の認識が低くなっている。

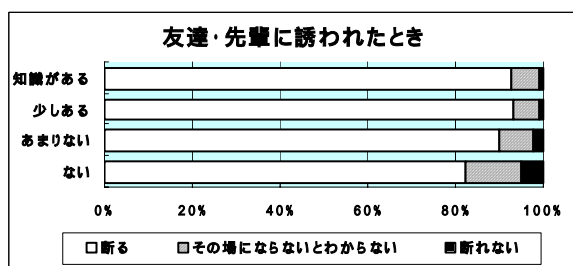
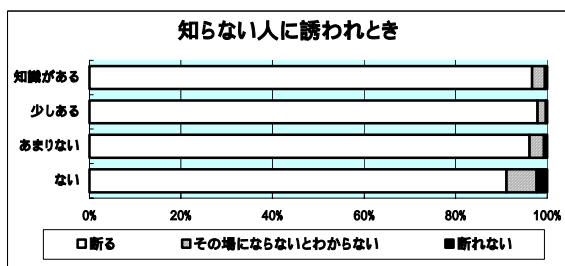
るため、発達段階に応じた系統化した薬物乱用防止に関する正しい知識をもたせる続けることが必要である。また、誤った知識のイメージ『よい気持ちになる』『ダイエット効果がある』『眠気を覚ます』については小・中・高校生と年齢が上がるにつれて高くなっている。

薬物の害について



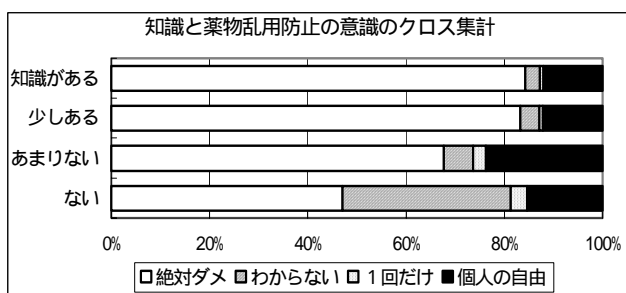
薬物の害について知っている項目は、60%～80%の中・高校生のほとんどが体に何かしら影響があると認識している。『知らない』と答えた児童・生徒の割合が小学生16.8%、中学生5.7%、高校生7.9%と薬物の名称よりも『知らない』割合が高くなっている。特に『一回でも死亡することがある』という認識は小学生で37.2%、中学生で29.6%、高校生では28.5%と低くなっている。全体的に中学生より高校生の方が害に対しての認識が甘い。

「薬物の害の知識」と「薬物を誘われたとき」のクロス集計



薬物の害8項目について全てを知っている児童・生徒を「知識がある」、5～7個を「少しある」、2～4個を「あまりない」、1個以下を「ない」と分類し比較した。その結果、薬物の知識がある児童・生徒は、正しい意志決定・行動選択ができる。しかし、薬物を【友達・先輩に誘われたとき】には、小・中・高校生とも知識の有無に関係なく『その場にならないとわからない』と答えている児童・生徒が多くなっている。知識があっても、【友達・先輩などの身近な人から誘われたとき】には、『断る』という意識が低くなる。

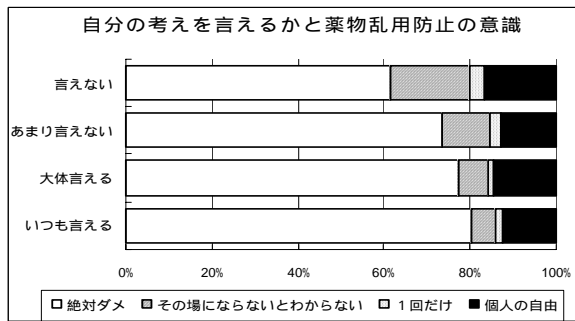
「薬物の害の知識」と「薬物乱用防止の意識」のクロス集計



「知識がある」「少しある」児童・生徒は、80%以上が『絶対ダメ』と答えており、薬物乱用防止の意識が高い。また、「知識がない」児童・生徒の49.6%が、『個人の自由』『わからない』と答えている。薬物乱用防止には薬物の正しい知識が必要であると考えられる。

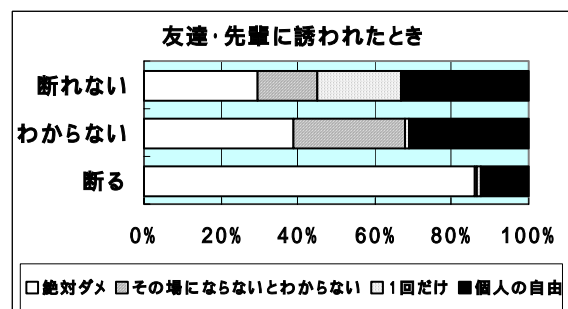
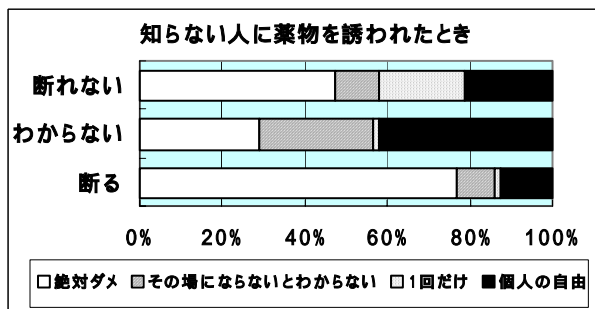
しかし、知識があっても『個人の自由』と答えている児童・生徒は小学生で6.0%、中学生で15.6%、高校生で17.6%を示しており、薬物乱用は法で禁じられていることであり、個人の判断は許されないことを強く指導していく必要がある。

「自分の考えが言えるか」と「薬物乱用防止の意識」のクロス集計



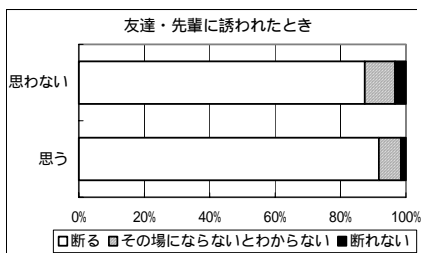
自分の考えをいつも言える児童・生徒は、薬物を使うことに対して『絶対ダメ』という意識が高い。自分の考えを言えない児童・生徒は『その場にならないとわからない』と答えた割合が高くなっていった。『個人の自由』と答えた割合がどの項目でも15%前後いたことにも注目したい。

「薬物を誘われたらとき」と「薬物乱用防止の意識」のクロス集計



薬物を誘われたとき「断る」と答えた児童・生徒は、【知らない人】のとき76.9%、【友達・先輩】のとき85.9%が『絶対ダメ』という意識をもっている。しかし、薬物を【友達・先輩】に誘われたときに「断れない」と答えた児童・生徒では、『1回だけ』『個人の自由』が55%を超え、『絶対ダメ』という意識をもつ児童・生徒は29.4%と低かった。身近な人から誘われたとき、薬物乱用は絶対にダメという意志決定・行動選択の能力にも影響を及ぼしている。

「自分の考えを言えるか」と「薬物使用を誘われたとき【友達・先輩】」のクロス集計



友達・先輩に薬物使用を誘われたときに、自分の考えを言える「思う」児童・生徒は、92%が「断る」と答え、「思わない」児童・生徒は、「わからない」「断れない」が12.6%で、「断る」と答えたのは87.4%だった。日ごろから自分の考えをきちんと話せる児童・生徒の方が薬物を誘われたときに断るという意識が高い。

(7) 調査結果のまとめ

調査の結果、薬物乱用の害の正しい知識と高い意志決定・行動選択の能力を身に付けている児童・生徒は薬物乱用防止の意識も高いことがわかった。したがって、薬物乱用の害の正しい知識をもたせ、日常の人間関係からいけないと思ったら、きちんと断る等の対人関係スキル等を身に付けさせることにより意志決定・行動選択の能力を高めることができれば、薬物乱用防止の意識を高めることができる。また、今までの一斉指導では、十分個に応じられていないため、早い段階で個に応じた薬物乱用防止の指導や意志決定・行動選択の能力を高める指導の工夫が必要であると考えた。

2 年間指導計画例（重点はゴシック体）

		小学校1年生	小学校2年生	小学校3年生	小学校4年生	小学校5年生	小学校6年生
目 標	自分を大切にすることを 善悪の判断をして行動することができる 薬物の正しい使い方を知る						
	自分と共に友達を大切にすることを 社会のル-ルを守って行動する たばこやアルコ-ルの害について知る						
	薬物などから自分や友達を守ろうとする態を身に付ける 節度を守り節制を心がけ、正しい判断をして行動する 薬物が及ぼす害について知る						
前 期	1 学 期	道徳 「ありがとう」 4 - ・家族を大切に思う。	道徳 「お父さんの作った刷は世界」 4 - ・家族を大切に思う。	道徳 「試合の日」 2 - ・友達を大切に思う。 体育 「毎日の生活と健康」	道徳 「目覚まし時計」 1 - ・節度を守る。	道徳 「盆踊りと金橋」 1 - ・節度を守る。	道徳 「あと、少しなのに」 4 - ・規則を守って行動する
	2 学 期	道徳 「こんどからは」 1 - ・節度を守って生きる	道徳 「ル-ルじゃないけど」 1 - ・節度を守って生きる。 特別活動 *1*4 「だんくん どうするの？」 薬の正しい使い方を知る。 意志決定 “ケ-スタディ” *1 この題材は1年で扱っても良いし。	道徳 「決まりじゃないわ」 4 - ・ル-ルを守って行動する	道徳 「雨のバス停で」 4 - ・ル-ルを守って行動する。 特別活動 *2*4 「だんくん断る2」 アルコ-ルの害から身を守る。 意志決定・批判的思考 “スコ-ル” *2 この題材は、3年～5年で扱う。	道徳 「入選」 1 - ・自分のよさを大切にする。	道徳 「外灯」 1 - ・社会のル-ルを守って行動する。
	3 学 期	道徳 「お弁当」 4 - ・家族の愛のありがたさを知り、自分を大切にする。	道徳 「おとなと子ども」 4 - 家族の一員としての自覚をもち、行動する。	道徳 「やくそく」 2 - ・友達のよさを認め、互いに助け合う心をもつ。 特別活動 *2*4 「だんくん断る1」 たばこの害から身を守る。 意志決定・批判的思考 “フインスト-ミゲ” “ロ-ルフレイング” *2 この題材は、3年～5年で扱う。	道徳 「きらいだ！」 2 - ・友達と互いに助け合い、支え合う心をもつ。 体育 「育ちゆく体と心」	道徳 「時間通りに」 4 - ・規則を守る大切さを知り、行動する。	道徳 「それでもほくは・・・」 1 - ・自他のよさを認め、努力する。 体育 「病気の予防」 薬物乱用防止、喫煙防止 特別活動 「1回でも大切なこと」 薬物乱用防止、喫煙防止 意志決定・批判的思考 “スコ-ル” “アドバイス-スタディ”
*3	薬の使い方（外科的）	薬の使い方（内科的）	たばこの害	アルコ-ルの害	脳の働き（脳の構造）	脳の働き（脳の発達）	

*3...保健室にて指導する保健指導 *4...だんくんとは、薬物乱用防止に関する指導部会オリジナルキャラクター

	中学校1年生	中学校2年生	中学校3年生	高等学校1年生	高等学校2年生	高等学校3年生	盲・ろう・養護学校
目 標	薬物乱用が健康や社会に及ぼす影響及び社会的対策について知識を身に付け、理解する。 薬物乱用問題の重要性を知り、関心をもつ。 薬物乱用に関わる要因に気づき、しなみという意志決定のための能力を身に付け、自らの生活をコントロールできる。			薬物の乱用が心身の健康や社会に及ぼす影響について正しく理解する。 薬物乱用を許さないという強い意志決定と望ましい行動選択をすることが生涯にわたる健康に大きな影響を与えることを理解する。		基本的には障害のない児童・生徒等と同じであるが、障害を克服し、社会的に自立していくことを目指して、その障害の種別や状態に応じてそれぞれの目標を設定する。	
1 学 期	道 徳 「木箱の中の鉛筆達」1 - ・くじけぬ心 ・強い意志	道 徳 「二つのエピソード」4 - ・法や決まりを守る	道 徳 「やさしいうそ」1 - ・くじけぬ心 ・強い意志 保健体育 「健康な生活と疾病の予防」 ・探求教材 ・調べ学習 ・発表	保健体育 ○現代社会と健康 「薬物乱用と健康」・『医薬品と健康』 『健康にかかわる意志決定・行動選択』 『意志決定・行動選択に必要なもの』 ○生涯を通じる健康 社会生活の健康		特別活動 グループワーク (小集団個別学習) 各自が自分にとって興味・関心の高い問題を自分の意志で決定し、主体的に学習する。 インターネットや図書館の書籍や資料などを活用し、学習方法・調査方法を学ぶ。さらに学習結果をまとめ、作品化していく。 *作品の一例として論文及び朗読作品作り(CD-ROMやVTRの作成、ポスター制作など)があげられる <事前の活動> 意識・認識調査を実施し、年間を通して活動する内容・方法について理解する	盲・ろう・養護学校では、12年間を見通した上で、児童・生徒の年齢や発達段階に応じて、指導する時期や指導内容・方法を創意工夫していくとともに、学校生活全体の中で、健康な生活について繰り返し指導を行っていく。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> 指導内容 家族や社会生活 ・家族について ・健康な生活(健康と環境、病気の予防) ・犯罪について ・人とのかかわりかた (コミュニケーション) </div>
2 学 期	道 徳 「生命の誕生ってすばらしい」3 - ・生命の尊重 道 徳 「人に迷惑をかけたおれものか」4 - ・法や決まりを守る 保健体育 「心身の機能の発達と心の健康」 ・身体の発達に伴う健康への被害	道 徳 「いのちのきずな」3 - ・生命の尊重	特別活動 「誇りに負けない意志を身に付けよう」 意識・関心度及び習熟度を把握するため事前に調査する プレインストミング	特別活動 「意志決定をしよう」 (グループワーク) プレインストミング ケーススタディ フィードバック シェアリング	特別活動 テーマ毎の多展期授業(少人数学習) 意識・関心度及び習熟度を把握するため事前に調査する グループワーク		
3 学 期	特別活動 「PRプレゼンテーション」 全体指導 個別調べ学習 グループワーク 発表 保健体育 「欲求やストレスへの対処と心の健康」 ・ストレスの対処法	特別活動 「薬物乱用防止講話」 ・専門家による講演	特別活動 「キャラバンカ・活用学習」 ・専門家による講演 ・キャラバンカ・内における指導	特別活動 事後学習とまとめ 教材及び保健学習で学んだことをまとめる 3年生以上の発表を聞く	特別活動 事後学習とまとめ 3年生以上の発表を聞く 特別活動 「断る」スキルを身につける(確認) シナリオづくり 演習 シェアリング	特別活動 それぞれの学習成果の発表を聞き、意見や感想をシェアリングする。 特別活動 薬物乱用防止に対する適切な行動選択ができることを確認する	
*5	たばこの害 アルコールの害 薬物の害 正しい医薬品の使 方						

*5...保健室にて指導する保健指導。

3 学習計画例

<小学校 第6学年>

	時	学習計画		
		観点	目標	学習内容
体育 (保健領域)	1時	関心意欲態度	薬物乱用を誘われても絶対にしらないという意志をもとうとする。	<ul style="list-style-type: none"> シンナーが脂肪を溶かす実験などから、薬物乱用の害について正しい知識を身に付ける。 新聞記事から、薬物乱用によって失うものの大きさを考える。 薬物乱用を繰り返してしまう理由を考え、薬物の依存症について知る。
		思考判断	シンナーや麻薬などの薬物が、心身の健康に悪影響を及ぼす原因となることについて考えることができる。	
		知識理解	薬物乱用が心身に及ぼす害や社会に悪影響を与えることを理解する。	
特別活動 (学級活動)	2時・3時	関心意欲態度	薬物乱用防止に関する意識を高めるとともに、薬物乱用防止についての確に対応しようとする意志をもとうとする。	<ul style="list-style-type: none"> 学習カードを使って、学習を進め、薬物乱用の害から身を守るスキルを身に付ける。 「はつきりと断る」意志をもち、断るスキルを身に付ける。 学習カードを通して、薬物乱用に誘われたときの対処の方法を身に付け、誘惑に負けない強い意志を養い、断り方のスキルを身に付ける。 「薬物乱用の誘い」に対処する方法を考える。 様々な場面を想定して、自分や友達への身の回りから薬物乱用の害を遠ざけるための対処の方法について考えを深める。
		思考判断	薬物を乱用するきっかけについて考え、誘われたときの対処の方法を身に付け、的確な行動を考えることができる。	
		技能表現	自分や友達が薬物乱用を誘われたときの対処の方法を自分の言葉や態度で表現し、薬物を絶対しないと言う意志を表現している。	
		知識理解	薬物乱用の誘いに対して、自他の身を守るために、薬物乱用の害の的確な対処法を身に付ける。	

<高等学校 第1学年>

	時	学習計画		
		観点	目標	学習内容
保健体育 (保健)	1時・2時・3時	関心意欲態度	もし自分が薬物乱用をした場合、どのような問題が起こりうるか課題をもとうとする。	<ul style="list-style-type: none"> 薬物乱用の実態 薬物乱用の現状を把握し、その心理・社会的要因について認識する。 薬物乱用の健康影響 薬物乱用による心身の影響について正しく理解する。 薬物乱用がひきおこす社会問題と対策 薬物乱用による様々な社会問題(社会的損失)を考え、問題解決に向けて、一人一人が何をできるか認識する。
		思考判断	薬物乱用に対して、現在どのような対策がとられ、これからどのような対策が必要なのか考えることができる。	
		知識理解	薬物乱用による心身の影響について正しく理解する。	
特別活動 (ホームルーム活動)	4時・5時	関心意欲態度	他者とのかわりの中で、断れない、断りづらい状況を考え、そのことに対する正しい意志をもとうとする。	<ul style="list-style-type: none"> 意志決定をしよう プレゼンテーションソフトやワークシートを活用し、意志決定のステップを正しく認識する。グループ討論を通して、自分で考え行動する能力を育成する。 事後学習 薬物に関する学習を通して、薬物乱用を防止する意識を高めるとともに行動化へと結びつける。
		思考判断	意志決定に必要な情報を収集し、その情報に基づき主体的に考えた上で判断する能力をもつことができる。	
		技能表現	薬物を誘われるというケースに対し、習得した知識をもとに自分の考えを作り上げ、具体的な言葉や態度で表現している。	
		知識理解	正しい意志決定が責任ある行動へ結び付くことを理解する。	

<中学校 第3学年>

	時	学習計画		
		観点	目標	学習内容
保健体育 (保健分野)	1時	関心意欲態度	薬物乱用が健康に与える影響について、関心をもち、意欲的に学習に取り組もうとする。	<ul style="list-style-type: none"> 薬物乱用と健康(ガイダンス)
		思考判断	薬物乱用と健康について、自分の生活を振り返り、日常生活に当てはめて考えることができる。	
		知識理解	薬物乱用の行為が、健康を損なう原因になることを知る。	
	2時	関心意欲態度	薬物乱用と健康について、資料を見たり、自分の生活を振り返ったりしながら、課題について調べようとしている。	<ul style="list-style-type: none"> 薬物乱用の現状と課題 図書室やインターネットを利用した調べ学習
		思考判断	薬物乱用と健康について、資料をもとに予想したり、分析したり、整理したりすることができる。	
		知識理解	薬物乱用の行為が、健康を損なう原因になることを知る。	
3時	関心意欲態度	薬物乱用の防止について、自分の調べたことや、仲間の発表をもとに、課題をまとめようとする。	<ul style="list-style-type: none"> 課題別学習発表 調べ学習の発表 	
	思考判断	薬物乱用と健康について調べたことをもとに、適切な意志決定や行動選択について考えることができる。		
	知識理解	薬物乱用の行為をしてはいけないこととその対処法について知る。		
特別活動 (学級活動)	4時	関心意欲態度	薬物乱用と健康について、仲間と協力したり、意見を交換したりしながら、意欲的に学習しようとする。	<ul style="list-style-type: none"> 意志決定・行動選択についての学習
		思考判断	薬物乱用と健康について、自分の知識や学習したことをもとに、適切な意志決定や行動選択について考えることができる。	
		技能表現	薬物乱用を防止するために、仲間との話し合いの中で、自分の考えを的確に言葉で表現している。	
		知識理解	薬物乱用を防止するためには、適切な意志決定と行動選択が必要であることを理解する。	
特別活動 (学級活動)	5時	関心意欲態度	薬物乱用と健康について、これまでで学習してきたことをもとに、自分の考えや意見をまとめ、課題を解決しようとする。	<ul style="list-style-type: none"> 事後学習
		思考判断	薬物乱用と健康について、これまでで学習してきたことを日常生活に当てはめ、選択すべき行動を判断できる。	
		技能表現	薬物乱用と健康について、学習したことを整理し、自分の健康維持に役立てようとしている。	
		知識理解	薬物乱用の防止について、自分の知識や経験をもとに課題を見付け、解決するための知識を身に付ける。	

<ろう学校 中等部 第3学年>

	時	学習計画		
		観点	目標	学習内容
保健体育 (保健分野)	1時	関心意欲態度	薬物乱用と健康について、関心を持ち、課題について積極的に調べようとする。	<ul style="list-style-type: none"> インターネットを使って、青少年の薬物乱用状況を調べ、現状を把握する。 薬物を乱用するきっかけとなった要因について理解する。
		思考判断	正しい情報を選択していくことができる。	
		知識理解	薬物を乱用することにより、健康に害があることを理解する。	
特別活動 (学級活動)	2時・3時	関心意欲態度	薬物を乱用しないという意識を高めながら、薬物乱用防止について対処する方法を身に付けようとする。	<ul style="list-style-type: none"> 薬物にはどのような種類があるのかを知る。 薬物を乱用するとからだやこころにどのような害があるのか理解する。 ワークシートを活用して、自分の立場に置き換えて考える。 薬物乱用を防止する意識をもち、自分の意志で行動することを理解する。
		思考判断	薬物を乱用しない意志をもつことができる。	
		技能表現	薬物を誘われたとき、知識を生かして絶対断る意志をもち、正しい行動選択をしている。	
		知識理解	薬物乱用の誘いに対して、対処の方法を学び、意志決定の大切さを理解する。	

4 実証授業

(1) 小学校

研究の視点との関連

ア 一人一人が薬物に関する正しい知識を習得させるための指導

児童が自分の身に起こりうる問題として認識できるように、脳に見立てた発砲スチロールがシンナーによって溶けていくという実験を導入に取り入れた。シンナーの蒸気が脳を溶かしてしまうという説明を聞いた児童は、薬物乱用の害から身を守ろうという課題意識をもって学習に取り組んだ。

さらに、映像・写真・図・表・新聞記事など具体的な資料を豊富に作成して活用し理解を深め、正しい知識を習得させるような学習活動を行った。また、学習後には一人一人が知識の確認をするために薬物クイズや授業アンケートを行い、その結果を踏まえ、次時の振り返り学習の重点を決めて十分に理解のできなかった内容を繰り返し指導し、チームティーチングを組んで個に応じた課題を与えたり、個別の支援を行ったりして、知識の定着を図った。

このことにより、授業者が児童一人一人の意識や考え・理解の程度を把握することができ、的確な課題を与えたり、必要な支援をしたりすることができた。

イ 一人一人が意志決定・行動選択の能力を身に付けるための指導

意志決定・行動選択の能力を高める学習では、一人一人の薬物乱用に対する意識や考えに応じて課題を解決し、薬物乱用から自分の身を自分で守る方法に身に付けさせるための教材（仮称スゴロール）を開発し、活用した。スゴロールとは、カードにかかれた課題を自分の考えに従って解決し、その答えによって異なるカードへ進み学習をしていく、すごろくゲームのような学習カードである。このカードを使うことにより、一人一人に応じた課題を個に応じた学習方法で解決していくことができた。また、



【前時までの学習を振り返る「知識コーナー」】

児童がスゴロールを活用してスムーズに学習を進めるために「知識コーナー」・「ヒントコーナー」を設定し、児童がいつでも前時までの学習を振り返ったり、活動のヒントを得たりできたりするようにし、「断る自信がない」コースの児童には薬物乱用の害や友達との付き合い方について考えさせる別冊の資料を作成し活用させるなどの支援を行った。



【スゴロールでの学習活動の支援】

さらに、児童の薬物乱用防止の考えを深め、行動選択肢の幅を広げさせるためにアドバイス・スタディという学習方法を考えて、活用した。薬物乱用に誘われた友達に自分たちが最良と思うアドバイスをしたが、そのアドバイスを受けた友達が自分たちとは違う行動を選択したという場面を設定し、投げかけた。児童は、他のグループの意見も取り入れながら「なぜ友達は自分たちと違う行動選

択をしたのか。」を考えることにより、薬物乱用防止を今までとは異なる視点から見ることができ、様々な状況や理由を想定しながら、いくつもの行動選択肢を考えることができた。

研究の概要

薬物乱用防止の意識を高めるためには、小さい頃からの学習の積み重ねが重要だと考え、薬の正しい使用方法に関する知識や薬物乱用の入口にもなりうる喫煙や飲酒の害から身を守る方法など、年間指導計画を立てて学習させたいと考えた。また、「だんくん、めいちゃん」という薬物乱用防止を呼びかけるキャラクターを作り、6年間を通して児童への課題提示や解決の手助けに活用した。

まず、低学年では、薬の飲み方（量・時間・扱い方など）についてキャラクターのペープサートで課題意識をもたせ、クイズ形式の問題を解きながら知識に対する理解を深めさせた。導入やクイズの場面では、キャラクターを使って問題を出したり答え合わせをしたりして、児童が親しみをもって取り組めるように工夫した。グループでの話し合いの場や調べコーナー・質問コーナー等の場を設定し、チームティーチングを組んで支援を行った。薬には作用（効用）・副作用（害）があることを知り、必要な物を正しく使（服）用することが大切であるということを理解させ、薬に対する意識を高めることにつながった。

次に、中学年では、キャラクターのペープサートを活用し、二人の会話から飲酒に関する質問を投げかけ、自分にも起こりうる身近な問題として考えられるようにした。アルコールが全身に及ぼす害についての図やグラフ、法律で禁止されていることなどを学習した後、まとめて簡単なクイズを取り入れ、知識の定着を図った。意志決定・行動選択の能力を高める学習では、簡単なスゴロールを作成して活用し、児童一人一人が自分自身の意志決定の軌跡をたどって、いろいろな断り方を知ったり自分にとって一番よい断り方を見付けたりする学習を展開した。

そして、高学年では、スゴロールやアドバイス・スタディを活用して、一人一人に応じた課題を解決し、意志決定・行動選択の能力を高める学習を展開した。

成果

- ・知識コーナー・ヒントコーナーの設置、クイズやアンケート等を活用しての学習を行うことにより、薬物に関する正しい知識の定着を図ることができた。
- ・児童の意識や考え・理解の程度に応じた課題を解決できる学習カード（仮称スゴロール）を活用したことにより、一人一人に応じた学習を行うことができた。
- ・アドバイス・スタディを行うことにより、薬物乱用防止に関する考えを深め、多くの行動選択肢の中から、一人一人が最良ものを選ぶ方法を学習させることができた。
- ・薬物乱用防止を呼びかけるキャラクターを作り、課題提示や解決の手助けに活用したことにより、児童の関心・意欲を高め、学習内容の理解を深めることができた。

課題

- ・小学校での薬物乱用防止の意識の高まりを維持させて、中学校・高等学校へとつなげていくための工夫。
- ・個に応じるために必要な支援者や専門的な知識をもつゲストティーチャー等の人材の確保。

(2) 中学校

研究の視点との関連

ア 一人一人が薬物に関する正しい知識を習得するための指導

薬物乱用が健康に与える影響など基礎的な知識について、視聴覚教材（ビデオなど）を利用し、関心を高めさせた。また、薬物乱用防止について学習しようとする意欲を喚起させるため、薬物について興味・関心のある課題を個別に設定させ、インターネットや図書室を利用した調べ学習を行い、学習発表会を行った。

イ 一人一人が意志決定・行動選択の能力を身に付けるための指導

意識調査の結果、『薬物に関する知識がある生徒は、正しい意志決定・行動選択の能力が高い。しかし、薬物を「友達・先輩に誘われたとき」は知識の有無に関係なく「その場にならないとわからない」と答える生徒が見られた。これにより、知識や経験不足から不適切な判断と行動を起こす危険性があること、仲間の言動に左右されやすいことがわかった。

そこで、自分の置かれた状況を正しく把握し、可能な行動を考え、結果を予測し、自分自身で自分の健康を保持増進させるための行動を選択できるワークシートを活用し、行動を具体的にイメージできるような学習活動を行った。さらに、生徒が自ら考え、判断する場面を取り入れることで、問題を解決する能力を高められるような指導を工夫した。また、事前に授業内で扱うケースについて簡単に触れ、実際に薬物を誘われたらどのような行動を取るか、グループ編成のための調査を行った。そして、同様の意見をもつ生徒同士でグループを編成し、グループワークを行うことで個人の意見を出しやすいようにした。

このように、グループ発表を踏まえ、最終的に一人一人が意志決定と行動選択を実際に行えるワークシートを活用しながら、自分の責任において、意志決定や行動選択することの重要性に気付かせるような授業を展開した。

研究の概要

第1学年

中学校3年間で薬物に関する学習をするにあたり、まず第1学年では保健体育において基礎的な知識を習得する指導を行った。そして、特別活動（学級活動）において、3年間を通した学習計画の導入として、小学校で学習した薬物に関する知識も踏まえ、個別に課題を設定させ、インターネットを活用した調べ学習「薬物に関する新聞作り」に取り組みせ、薬物に関する学習に興味・関心をもたせる指導を行った。

第2学年

第1学年の学習を踏まえ、第2学年ではより一層薬物の専門的な知識と現代社会における問題について理解させる必要があると考えた。そこで、学校医や学校薬剤師、警察や保健所など外部講師を活用し、薬物が健康に及ぼす影響について興味・関心をもたせる指導を行った。

第3学年

ア 保健体育（保健分野）

まず、薬物に関する基礎的な知識の習得を主な目的とし、保健体育（保健分野）で指

導を行った。単元全体の導入部分として視聴覚教材を使用したガイダンスを行い、生徒が薬物乱用について興味・関心をもつようにした。また、個別に課題を設定させ、インターネットや図書館を利用し、学習発表会を行うことで、薬物乱用を防止しようとする意欲を喚起させるようにした。

イ 特別活動（学級活動）

特別活動（学級活動）では、意志決定・行動選択の能力を身に付けることを主な目的として指導を行った。担任と養護教諭のチームティーチングで行い、意志決定・行動選択の能力を身に付けさせるために、意志決定までの流れを具体的にワークシートに示し、実際に行動を選択する作業を行えるよう工夫した。また、学習を進める際のグループは、薬物乱用の誘いに対し、意見が活発に出せるよう同様の行動をとる生徒同士で編成した。そして、自分の選択した行動について、メリット・デメリットをグループで話し合わせ、意見の広がりや考えに深さをもたせるようにした。それらをもとに、ワークシートを活用し、個別に最終的な意志決定をさせ、自分の責任において、意志決定・行動選択することの重要性にも気付かせる指導を行った。

成果

- ・具体的で身近なケースを取り上げ自分の日常生活に当てはめて学習を進めたことが、保健体育で学習した薬物に関する正しい知識をさらに定着させるのに有効であった。
- ・意志決定の流れについて、ワークシートを活用し、具体的な思考・判断の流れを説明し、メリット・デメリットを考え、検討させたことにより、意志決定のプロセスを効果的に理解させることができた。
- ・ワークシートを活用し、グループワークで学習した内容を踏まえ、最終的に一人一人が意志決定と行動選択を実際に行うことで、生徒の薬物乱用を防止しようとする意識の高まりを確認することができた。
- ・同様の行動パターンをとると答えた生徒同士でグループを編成したことで、考えや意見の同意を得やすく、活発なグループ活動が展開できた。
- ・授業の展開において、学習形態を個グループ個別にしたことで、個の学習形態だけでは自分の考えをまとめることができない生徒が、仲間と協力し、考えや意見を深めることができた。



【選択した行動を黒板に表示する】

課題

- ・一人一人への指導を深めるためには、生徒に選択させる行動パターンを限定しないことが必要である。最終的な意志決定・行動選択については、その行動を選択した理由をワークシートに記入させ、生徒の考える行動選択の幅を広げる工夫が必要である。
- ・行動パターンが同様の生徒同士でグループを編成することに加え、さらに個に応じた指導を深めるために、保健体育（保健分野）の知識・理解の程度に応じたグループ編成を行うことも必要である。
- ・養護教諭とのチームティーチングについて、学級の様子や生徒の実態を最も把握している担任による効果的な学習支援を、さらに工夫する必要がある。

(3) 高等学校

研究の視点との関連

ア 一人一人が薬物に関する正しい知識を習得するための指導

新学習指導要領に基づき、小学校・中学校で実践している薬物乱用防止教育を継続的に進め、基本的知識・理解を深めていくことが望ましい。調査の結果から、60%～80%の高校生が薬物の心身への影響について認識している。しかし、中には誤った情報を得たり規範意識が変化したりと、それぞれの知識の習熟の程度に差が見られる。このため、薬物乱用の健康への影響については、教科書や資料をもとにワークシートを活用しながら自分で調べ正しい知識を習得した。また、薬物が引き起こす社会問題については、新聞記事を取り上げ、薬物乱用の個人的・社会的要因について一人一人が考え意見をまとめ、意見交換をしたり発表したりした。そして今まで習得した知識を基に、薬物に対する対策について「薬物乱用防止の標語づくり」を行い、それぞれの薬物乱用を防止する考えや決意を明らかにする授業を展開した。

イ 一人一人が意志決定・行動選択の能力を身に付けるための指導

調査結果から、正しい知識の習得とともに意志決定能力を身に付ける必要があると確認した。このことから、生徒一人一人が意志決定のステップを正しく理解し、自分自身の意見を作り上げる指導内容とした。また、授業の進め方によって、グループワーク・個別活動など様々な指導形態を取り入れた。この小集団におけるグループワークでは、自分と周りの人の意見を比較したり、調整したりする力を養うトレーニングを取り入れた。また、それぞれの意見を交換する「ブレインストーミング」や場面を想定する「ケーススタディ」などの指導方法も組み込んだ。グループワークのような生徒主体の活動を中心とする授業の場合、生徒一人一人の考えや行動を把握できるよう担任と養護教諭のチームティーチングで指導を進めた。またプレゼンテーションソフトを活用し、ステップの進み方や具体的な例を挙げてわかりやすく示した。また、ワークシートについても矢印や図説を入れ、取り組みやすいような形式にした。

研究の概要

事前のアンケート調査の結果から、「薬物乱用の害についての知識と高い意志決定・行動選択の能力が身に付いている児童・生徒は薬物乱用防止の意識も高い」ということがわかった。しかし、薬物に関する知識の有無にかかわらず、友人や先輩などの身近な人から誘われたとき、「その場にならないとわからない」と回答する生徒が知らない人から誘われた場合より多く、薬物に関する知識の有無にかかわらず、状況



【プレゼンテーションソフトを使用した授業展開】

や対人関係によってその意志や行動が左右されるといった傾向が見られた。以上のことから、正しい知識の習得とともに意志決定能力を身に付ける必要があると考えた。このため、今回は保健体育科の科目保健（保健学習）で扱う「現代社会と健康」において、一年生を

対象とする薬物に関する正しい知識を習得する指導計画を作成した。この保健学習と特別活動（ホームルーム活動）と併せて5時間扱いで取り組んだ。まず保健体育科の科目保健の授業で3時間扱い、薬物に関する正しい知識の習得を確認した。次に特別活動のホームルーム活動の2時間扱いの中で1時間は、問題状況においていくつかの選択肢の中から最善と思われるものを選択し、それに基づいて行動する能力を養った。そしてもう1時間は今までの学習のまとめをした。薬物乱用を防止する意見を学級で発表し、意見交換をするといった内容で進めた。

成果

- ・ワークシートを活用することで、生徒一人一人の知識に応じた指導を行うことができた。また、ワークシートから授業を受けた生徒の反応やニーズを把握することができた。
- ・意志決定の能力を身に付ける授業後の生徒の感想から「自分の意見をしっかりともちたい」「誘惑に負けない」「薬物を許さない社会づくりが必要」といった考えや決意が挙げられ、薬物の知識と正しい意志決定・行動選択の能力が身に付いたことで、薬物乱用を防止する意識を高めることへつながるということを確認できた。
- ・担任と養護教諭のチームティーチングによる指導では、役割分担を明確にすることでそれぞれの立場で専門的な内容が指導でき、きめ細やかで適切な指導・支援をすることができた。
- ・個別活動やグループワークといった学習形態を取り入れたことで、生徒それぞれが問題意識をもち意見を交換しながら主体的に授業に参加することができた。また、学習形態の工夫が、生徒一人一人の立場や状況等を踏まえた個に応じた指導方法に生かされた。

課題

- ・生徒の知識や意識・関心等を詳細に把握するため、授業評価表の作成を工夫する。
- ・授業を通して、生徒の反応やニーズに応じた柔軟な指導計画の作成について検討する。
- ・授業展開を工夫し、一人一人がしっかりと考え、自分の意見をまとめることができる授業を継続的に進める。

(4) ろう学校

研究の視点との関連

ア 一人一人が薬物に関する正しい知識を習得するための指導

事前に調査したアンケート結果から、本校の生徒は薬物に関する知識が少ないという実態を把握した。そこで、正しい知識を習得させるために、ホームルームの時間等を利用して薬物乱用の心身への悪影響について予想させ、インターネットや文献を活用し確かめさせた。

イ 一人一人が意志決定・行動選択の能力を身に付けるための指導

ろう学校では、生徒の一人一人のコミュニケーション方法は様々である。状況に応じたコミュニケーションが取れるよう日常的に指導している実態と併せて、プレゼンテーションソフトやワークシートを活用することにより、生徒が自ら考え、自分のコミュニ

ケーション方法で相手に気持ちを伝え、どんなときでも薬物乱用の誘いを断ることができるようにしたいと思えるような授業の内容にした。

研究の概要

未成年者の覚せい剤における検挙率が減少していない社会的現象を考慮し、本校においても薬物に関する正しい知識を習得させ、その知識を生かして、問題を解決していくための意志決定・行動選択の能力を身に付けさせることが必要であると考えた。さらに「薬物乱用が犯罪につながる」ということを理解させ、薬物を乱用するきっかけとなる要因を知り、「自分なら、こんなとき、どうする」など具体的な例を挙げ、生徒がイメージしやすく、考えられるように指導を行った。

単元名を「薬物乱用をしないための知識と行動する力」として、中学部3年生を対象に指導計画を立てた。中学部3年生は3名と小集団であるが、個人の発達・読解力等の認識面の差は大きい。また言語力だけではなく、読解力にも課題があるため、言葉や文章を正しく理解し、イメージさせ、薬物に関する知識を身に付けるための指導を工夫する必要があると考えた。

同学年において認識面に差があるので、内容だけではなく、評価においても到達度は個に応じた配慮しなければならない。知識や説明を理解するためにプレゼンテーションソフトとワークシートを活用する指導を工夫し、チームティーチングの教諭は文章や説明の理解をうながすための補足を中心に指導を行った。



【手話による授業展開】

成果

- ・プレゼンテーションソフトを使用したこと、3名という小集団で実施したことにより、一人一人に即した薬物に関する正しい知識を身に付けることができ、また、薬物による被害について理解することができた。
- ・友人や知人に薬物乱用を誘われたときの断り方について、自分たちで場面を想定し、様々な断り方を考えることができた。
- ・薬物乱用防止の授業を受けた生徒たちが薬物乱用防止に関する掲示物を見て、下級生たちに授業で学んだ薬物乱用防止の知識を説明していた。

課題

- ・教材に写真等の資料を多く取り入れることにより、理解をさらに深める工夫・改善の必要があった。
- ・断り方のスキルを身に付ける指導では、「友人と会っているときに薬物を誘われたら」という場面を想定したが、生徒の実態から携帯でのメールでコミュニケーションをとっていることもあるので、「メールでの断り方について」の指導を含める必要があった。

研究の成果と今後の課題

1 研究の成果

健康教育部会の「薬物乱用防止に関する指導」分科会では、研究主題「個に応じた薬物乱用防止に関する指導の工夫」を受け、児童・生徒の発達段階の特性や、それぞれを取り巻く状況に応じた意志決定・行動選択の能力を身に付け、薬物乱用防止の意識を高めることができるような指導方法、指導形態の工夫に取り組んだ。

(1) 一人一人が薬物に関する正しい知識を習得するための指導

指導の方法としては、実験活動や調べ学習を取り入れ、児童・生徒が興味・関心をもちながら体感したり自ら課題をもって学んだりすることで、一人一人に正しい知識が身に付いた。また、教材として活用したワークシートやプレゼンテーションソフトについては、それぞれの習熟の程度や学習のペースに即した内容にしたことで、正しい知識の定着化が図れ、個に応じた指導として効果が見られた。これらの指導による知識の習得が、その後の「個に応じた意志決定・行動選択の能力を身に付けさせるための指導」に生かされた。

(2) 一人一人が意志決定・行動選択能力を身に付けるための指導

指導の方法としては、実際に薬物を誘われた場面の想定、意志決定について理解するといった内容からケーススタディやロールプレイング、ブレインストーミングなどを取り入れた。身近でわかりやすい内容を取り上げ自分自身の問題として意識し、一人一人が深く考えることができた。また、正しい知識を基にして考え行動する等、薬物乱用防止の意識を高めることができた。

指導形態としては、指導の内容・進め方によってグループワークによるディスカッションや個別学習を取り入れることにより、児童・生徒それぞれが主体的に周りの者と協力して学習に取り組むことができた。また、チームティーチングでは指導者が児童・生徒一人一人の考えや行動を把握し、きめ細やかで個に応じた適切な指導・支援をすることができた。

スゴロールやワークシート、プレゼンテーションソフトなど、使用した教材はその指導内容・方法と併せて、児童・生徒の実態やニーズに応じたものとして開発・作成した。この教材を活用することで、より個に応じた指導の充実を図ることができた。

以上のような「個に応じた指導」を通して、授業後の感想やその後の学習への取り組みの様子から、児童・生徒一人一人が薬物に手を出さないという自分自身の問題だけではなく薬物を許さない社会づくりへとつながるような意識の高まりを確認できた。

2 今後の課題

- ・今回の研究では、それぞれの発達段階の特徴を踏まえた上での指導を実践してきた。今後はさらに校種間の連携などを深め系統的な指導に重点を置いた指導を行う。
- ・薬物乱用の防止も含め、自分の健康を自分で守ることのできる児童・生徒を育てることを目指し、今回実践した指導方法、指導形態をさらに充実させる。

「食に関する指導」分科会

研究主題

望ましい食習慣をはぐくむための指導の工夫

研究の概要

1 主題設定の理由

近年、児童・生徒を取り巻く社会環境や生活様式はめまぐるしく変化し、子どもたちの健康にも少なからず影響を与えている。その中で、食に関する環境の変化の影響は、体の面においては、欠食・偏食などの食事の乱れによる生活習慣病の低年齢化として、心の面においては、摂食障害や人とのかかわりをもたない孤食等として現われてきている。具体的には、児童・生徒の生活が不規則であるため、朝食をとらずに登校したり、食事をおかしですませたりする姿が見られる。また、周囲の人との関係がうまくつくれずに一人で食事をとる姿も見られる。学校においては、給食指導をはじめ様々な教科等を通して食に関する指導に取り組んできているが、望ましい食習慣の十分な形成にまでは至っていない。

本研究はこれらの課題に対応するためには、一人一人の食に関する環境を把握し、食に関する正しい知識を身に付けること、食に関する興味・関心をもつこと、食を楽しむための人とのかかわり方を考えることに視点をあてた、個に応じた指導方法の工夫を行うことが必要だと考えた。そして、そこで培われた適切な判断や選択、行動する力すなわち実践力により、望ましい食習慣をはぐくむことができると考える。

以上の点を踏まえ、本分科会では研究主題を上記のように設定した。

2 研究のねらい

- (1) 食に関する指導について、学年に応じた系統性のある指導内容を明らかにする。
- (2) 望ましい食習慣をはぐくむために必要な内容に視点をあてた、個に応じた指導方法を工夫する。

3 研究仮説の設定

食に関する指導に3点の柱を設定し、個に応じた指導方法を工夫しながら、自ら判断・選択・行動していくことの積み重ねを通して、望ましい食習慣を身に付けていけるのではないかと考え、次の研究仮説を立てて研究を深めることとした。

研究仮説

食に関する正しい知識を身に付け、食に対する興味・関心をもち、食を楽しもうとする心を高めるような個に応じた指導方法を工夫することにより、望ましい食習慣をはぐくむことができるであろう。

4 研究の方法

- (1) 基礎研究 先行研究の分析と参考文献の収集を行う。
- (2) 調査研究 児童・生徒一人一人の食に関する環境を把握するために、食に対する実態調査を行い、その結果についての分析・考察を行う。
- (3) 授業研究 指導計画例と評価計画例を作成し、研究仮説・調査研究の考察を基に、実証授業の計画・指導案の作成及び実践・評価を行う。

5 研究の視点

右の図は、本研究で望ましい食習慣を身に付けるための考え方を表したものである。

「食に関する正しい知識」、「食に関する興味・関心」、「人とかかわりの中で食を楽しもうとする心」の3点を研究の視点として、個に応じた指導により自ら判断・選択・行動していくことの積み重ねを通して、望ましい食習慣を身に付けていけるのではないかと考える。本分科会での「望ましい食習慣」とは、小学校学習指導要領特別活動編（学級活動）にある、「楽しく食事をする事、健康によい食事のとり方、給食時の清潔、食事環境の整備など」の一文に基づくこととした。これは研究員が食に関して子どもを取り巻く社会の現状や学校での子ども

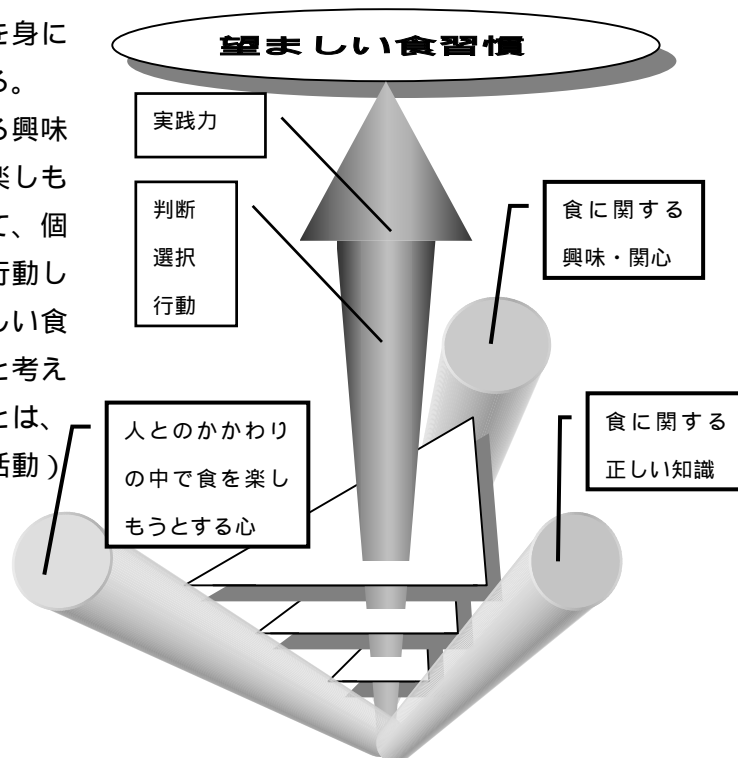
の様子を考えたとき、必要と思われる内容であると考えたからである。また中学校、高等学校においても、継続的に取り組むことの必要性という点も含め、同様にとらえた。

(1) 「食に関する正しい知識」 食事は人間の体をつくるものである。また、肥満などの生活習慣病は食事と密接な関係がある点からも、個に応じた指導を通して、食に関する正しい知識を身に付けさせなければならない。また、食に関する指導は、発達段階を考慮する必要があり、小学校では、食材への知識や規則正しい食生活、バランスのとれた食事などについて理解させる。中学校、高等学校では、健康の保持増進のために必要な知識を習得させ、健康と食事との関係の理解を深める。児童・生徒が食に関する正しい知識を身に付けることは、健康な生活を送るための基盤づくりにつながると考え、指導方法の工夫を行う。

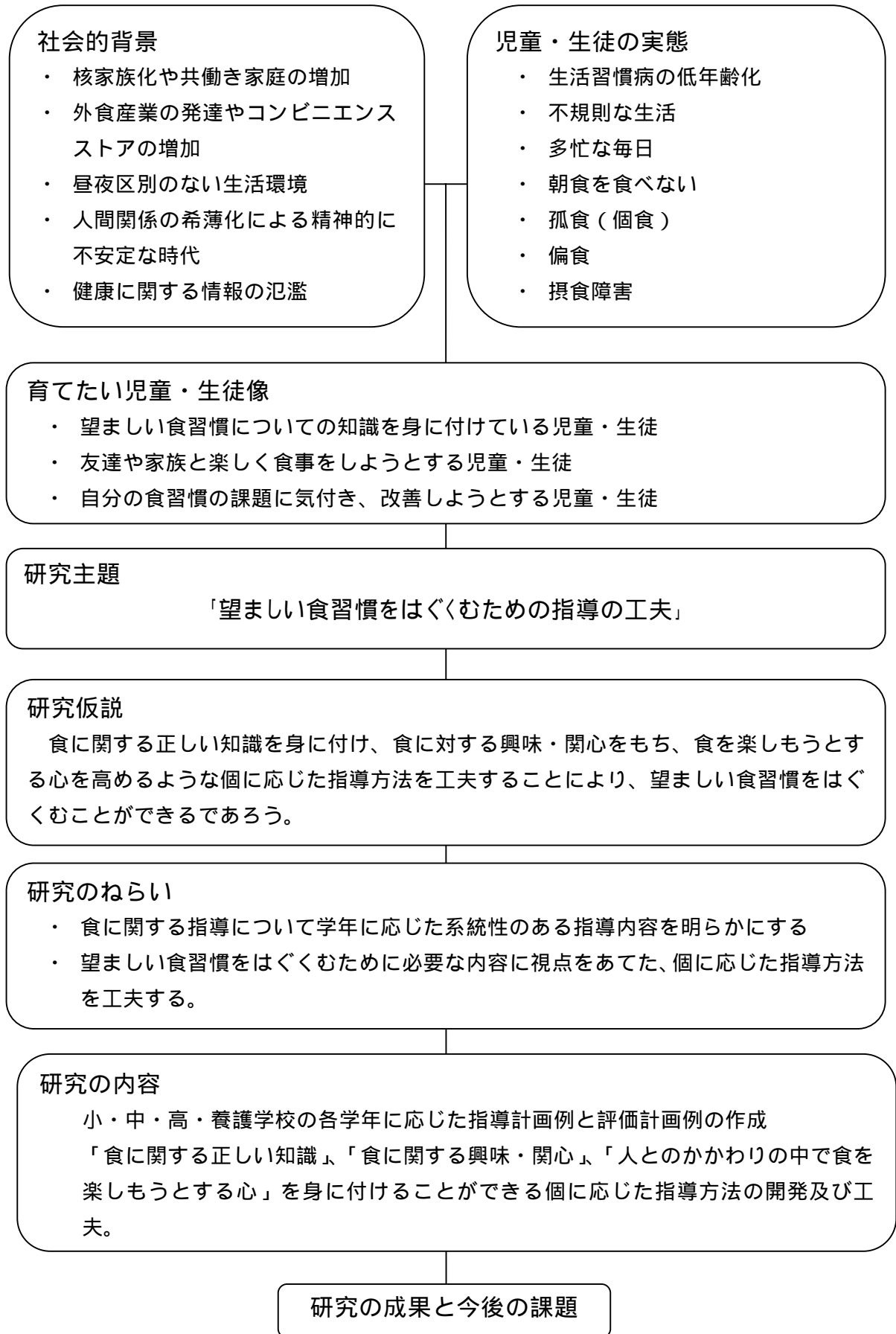
(2) 「食に関する興味・関心」 最近、食べることに興味が無い児童・生徒がいると言われている。また、偏食やおかし中心の食事など、食事の大切さを十分に考えられない児童・生徒もいると聞く。そこで、小学校では食材や味覚、食文化について取り上げ、中学校、高等学校でさらにそれを広げ、食への興味・関心を高める指導内容を工夫することにより、一人一人が食に対して積極的にかかわろうとする態度や心を育てていく。

(3) 「人とかかわりの中で食を楽しもうとする心」 ほとんどの児童・生徒は小学校で給食と出会い、友達と一緒に食べる楽しさを体験する時間をもつようになる。中学校、高等学校では進学するごとに行動範囲や人間関係の幅が広がり、家庭や日常生活の様々な場面で食を通して人とかわる場面が増えていく。食べる楽しさは人とかかわりの中で食べることにより充実し、それが生涯にわたり食に対するプラスのイメージをもつための基礎となると考える。そこで、食事のマナーを身に付けること、楽しい会話や雰囲気づくりを心がけること、コミュニケーションを楽しみながら食事することができるように、一人一人に応じた指導方法を工夫する。

【研究の視点の図式】



6 研究構想図



研究の内容

1 指導計画例（重点はゴシック体）

	小学校1年生	小学校2年生	小学校3年生	小学校4年生	小学校5年生	小学校6年生	
食に関する指導の目標	友達と仲良く給食を食べることができる。 食べ物の名前や成長に興味をもつ。 好き嫌いせずに何でも食べることができる。 一日3度の食事をよくかんで食べることの大切さを理解する。	グループで協力し、楽しい雰囲気の中で給食を食べることができる。 食べ物とくらしの関係や食べ物の成育に興味をもつ。 食べ物は働きによって3つに分けられ、バランスよく食べることの大切さを理解する。 自分の食生活を見つめ直し、よりよい食習慣を身に付けようとする。	楽しい食事について考え、会話やマナーに気を付けながら気持ちよく食事をするることができる。 地域に伝わる食文化や外国の食文化、産業などに関心をもつ。 自分の健康を生活習慣からとらえ、バランスのとれた規則正しい食事が大切なことを理解する。 自分の食生活を振り返り、改善していこうとすることができる。				
食を楽しむ心	生活科「ともだちつくろう」 特別活動「たべもの、ともだちになろう」 食べることの楽しさを知る。 食べ物に興味をもつ。		特別活動「楽しく食べよう」 友達と仲良く食べることの大切さを理解する。 食事を作ってくださる方々に感謝の気持ちをもつ。		保健「心の健康」 特別活動「楽しいおいしい食事」 楽しいおいしい食事とは何か理解する。 自分たちの給食の様子を振り返り自分でできることを考える。 特別活動「Let's try楽しいおいしい食事」 普段の家庭での食事の様子を振り返る。 自分でできることを考え企画書を作り実践しようとする。		
給食指導：給食のきまりを守ろう・感謝して食べよう・食後の過ごし方を考えよう・心をこめてあいさつをしよう・協力して楽しく食事をしよう							
食に関する興味・関心	生活科「やさいをそだてよう」	生活科「やさいをうえよう」	理科「植物を育てよう」 社会「わたしたちのくらしと商店街の仕事」	理科「季節と生き物」 社会「住みよいくらし」	理科「生命のつながり」 社会「食糧生産を支える人々」	理科「植物のつくりと働き」 社会「日本とつながりの深い国々」	
	特別活動「食べ物の名前クイズをしよう」 日常食べている食品の名前や形を知る。	特別活動「やさいはかせになろう」 様々な野菜の食べる部分がどこかについて野菜ができるまでを知る。	特別活動「この味、なァーに」 5つの味覚について知る。 身近な素材（味噌等）の味の違いに気付く。	特別活動「素材を活かそう」 豆腐は何からできているのか等、食材と食品の関係について知る。	特別活動「地域に伝わる料理を大切にしよう」 地域の産物や郷土料理を知る。	特別活動「外国の食文化を知ろう」 インドの料理等外国の食文化について知る。	
給食指導：食べ物の名前を知ろう・食べ物は何からできているか知ろう・献立に使われている食材を知ろう							
食に関する正しい知識			体育「毎日の生活と健康」 ・食生活と健康について理解する。	体育「育ちゆくからだわたし」 ・食生活と体の成長について理解する。	家庭科「見直そう食品のとおり方」「見つけよう、わたしの食生活」 ・調和のよい食事の取り方が分かる	体育「病気の予防」 ・生活習慣病について理解する。	
栄養のバランス	特別活動「やさいだいすき」 給食の中の野菜調べを通して野菜に興味をもつ。 好き嫌いせずに食べようとする意欲をもつ。	特別活動「なんでもたべよう」 食べ物の3つの働きについて知る。 好き嫌いをしないと体の健康に良い事が分かる。	特別活動「食べ物の働きを知ろう」 食べ物には3つの働きがあることが分かる。 食べ物の仲間分けができる。	特別活動「望ましいおやつのとおり方をしよう」 望ましいおやつや内容、時間を知る。 望ましいおやつを考えて選ぶ。	特別活動「1日のスタートは朝ごはんから」 朝ごはんの大切さを知る。 バランスのよい朝食の献立を考える。	特別活動「バイキング給食にチャレンジしよう」 主食、主菜、副菜と栄養のバランスについて知る。 栄養のバランスを考えながら選ぶ。	
食生活と健康	特別活動「たべものたび」 食べ物は体の中のかを知る。	特別活動「朝ごはん、たべた？」 朝ごはんの大切さを知る。 朝ごはんを食べようとする意欲をもつ。	特別活動「ピカピカ大作戦」 手指の清潔の大切さを知る。 食事中の衛生について考える。	特別活動「望ましいおやつのとおり方をしよう」 自分のおやつを調べる。 よりよい食べ方を考える。	特別活動「1日のスタートは朝ごはんから」 前日からの生活を振り返る。 おいしく食べる工夫を考える。	特別活動「生活習慣チャレンジ目標を立てよう」 自分の食生活を振り返る。 目標を立て、改善する意欲をもつ。	
給食指導：よくかんで食べよう・好き嫌いせずに食べよう・残さず食べてじょうぶな体をつくらう・寒さに負けない食事をしよう							

	中学校1年生	中学校2年生	中学校3年生	高等学校	盲・ろう・養護学校
食に関する指導の目標	<p>食事の場面を考え、自分のかかわり方を振り返り、食事を楽しもうとする。</p> <p>食料の生産・流通から食卓までのプロセスに興味をもつ。</p> <p>バランスの取れた食生活や規則正しい食生活について理解する。</p> <p>食事に関する心身のメカニズムを理解し、生活に生かすことができる。</p>	<p>共に食事をする人を気遣い楽しく食べることができる。</p> <p>現代日本の食事状況や日本の食に関する歴史に関心をもつ。</p> <p>食生活と健康の関係を考え、バランスの取れた規則正しい食事について更に理解を深める。</p> <p>自分の身体の成長や体調の変化を知り、それらに合わせた食生活ができる。</p>	<p>食事の場がよりよくなるよう工夫し、食事を楽しむことができる。</p> <p>諸外国の食習慣や食文化を知り、日本との違いに関心をもつ。</p> <p>自分の食生活に関する課題を理解し、栄養バランスがとれ、規則正しい食生活を努力することができる。</p> <p>食や健康に関する知識を活用し健康を保持増進することができる。</p>	<p>食事マナーについて考え、コミュニケーションを楽しみながら食事をする事ができる。</p> <p>食文化や産業、食品の安全性と衛生管理などに関心をもつ。</p> <p>自分の食生活を振り返り、バランスの取れた規則正しい食生活を営むことができる。</p> <p>食や健康に関する情報を活用し、健康を保持増進することができる。</p>	<p>基本的には障害のない児童・生徒の目標と同じであるが、障害や疾病の状況や発達の様子に応じて個々に目標を設定することが多い。</p>
食を楽しもうとする心	<p>家庭科「健康に食べる」(食生活を自分の手で)</p>	<p>家庭科「地域(世代を超えた人たち)との交流」(おやつや郷土料理を作ろう)</p>	<p>家庭科「楽しく豊かに食べる」(会食を楽しもう)</p>	<p>家庭科「家族の生活と健康」(家族の栄養と食事)</p> <p>保健体育「現代社会と健康」(健康の増進保持と疾病の予防)</p>	<p>盲・ろう・養護学校では、12年間を見通した上で児童・生徒の年齢や発達の様子等に応じて、指導する時期や指導内容・方法を創意工夫していく。</p> <p>主な指導内容</p> <p>[小学部・中学部]</p> <ul style="list-style-type: none"> 図工(粘土工作等) グループ学習(マッチング、見立て遊び等) 作業学習(土作り、野菜作り等) 総合的な学習 余暇活動(おやつ作り、お茶会等) 心と体の学習(清潔等)生活・学級学年活動 生活習慣(生活リズム、身辺処理、手伝い等) 学校及び社会生活への参加(配膳、レストランや公共施設利用等) 集団生活に必要な人間関係育成(買い物、調理等) 自立活動
食に関する興味・関心	<p>特別活動「食べ物と感覚」</p> <p>食材と体の関係を知り、食材に対して関心をもたせる。</p> <p>食事をとる雰囲気を楽ししさやおいしさを左右する事を知り、自分の行動を振り返る。</p>	<p>特別活動「望ましい食事」</p> <p>自分の体調に合わせた食事について関心をもたせる。</p> <p>望ましい食習慣について考え、現在の自分の食習慣を見直すことができる。</p>	<p>特別活動「食を通して人とかかわる」</p> <p>コミュニケーションを大切にする事により、食事の楽しさを実感する。</p> <p>自分に合った健康的な食生活のスタイルをイメージすることができる。</p>	<p>特別活動「食を楽しむ」</p> <p>食事の役割が栄養面だけでなく、心理的、社会的な面もあることを理解する。</p> <p>楽しいおいしい食事について理解する。</p> <p>保健体育「社会生活と健康」(食品衛生活動)</p>	
食に関する正しい知識	<p>家庭科「健康的に食べる」(食材にこだわる)</p> <p>給食指導 食への関心を育てる</p>	<p>社会「日本・世界の生活の歴史」(食文化)</p>	<p>保健体育「心身の機能の発達と心の健康」</p> <p>家庭科「私たちの消費生活」</p> <p>理科「身の回りの物質」(食品を扱ったもの)</p> <p>理科「動物の生活と種類」(生命を維持する働き、消化・吸収)</p> <p>理科「自然と人間」(生物の生活とつながり)</p>	<p>家庭科「生活の科学と文化」(生活文化の伝承と創造)</p> <p>家庭科「生活の設計と調理」(食生活の安全と衛生)</p> <p>保健体育「現代社会と健康」(健康の増進保持と疾病の予防)</p> <p>家庭科「家族の生活と健康」(家族の栄養と食事)</p> <p>地理「地域性を踏まえてとらえる現代世界の課題」(食料問題)</p>	<p>[高等部]</p> <ul style="list-style-type: none"> 家庭科 調理(おやつ作り・お弁当作り、一人調理、宿泊行事に向けた郷土料理学習、文化祭模擬店等) 栄養素の学習 テーブルマナー 保健体育(体のしくみと働き、健康な生活) 作業学習(園芸等) 職業学習(健康管理、身だしなみ、人との付き合い方、職業訓練) 学級学年活動(お楽しみ調理、お茶会等)
	<p>家庭科「健康的に食べる」(栄養と健康)</p> <p>家庭科「楽しく豊かに食べる」(日常食をよりよくしよう)</p>				
	<p>給食指導 望ましい食習慣の向上に努める</p>				

2 評価計画例

	小学校1年生	小学校2年生	小学校3年生	小学校4年生	小学校5年生	小学校6年生
目標に対する評価規準	<p>友達と仲良く給食を食べることができる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・食べ物の名前に興味をもち学習に取り組もうとしている。 ・野菜の生長に興味をもち調べようとしている。 ・自分の食べ物の好き嫌いを把握している。 ・嫌いなものも食べることができる。 <p>食事をよくかんで食べることの大切さについて理解することができる。</p>	<p>グループで協力し、楽しい雰囲気の中で給食を食べることができる。</p> <p>食べ物とくらしの関係や食べ物の生長について興味や関心もち学習を進めようとしている。</p> <p>食べ物を3つの働きに分けられ、バランスよく食べることの大切さを理解することができる。</p> <p>自分の食生活を見つめ直し、よりよい食習慣を身に付けようとしている</p>	<p>楽しい食事について考え、会話やマナーに気を付けながら気持ちよく食事をするすることができる。</p> <p>地域に伝わる食文化や外国の食文化、産業などに関心をもとうとしている。</p> <p>自分の健康を生活習慣からとらえバランスのとれた規則正しい食事が大切なことを理解することができる。</p> <p>自分の食生活を振り返り、改善しようとしている。</p>			
食を楽しもうとする心	<p>「たべものと、ともだちになろう」</p> <p>食べることを楽しんでいる。</p> <p>食べ物に興味をもって学習に取り組もうとしている。</p>	<p>「楽しく食べよう」</p> <p>友達と仲良く食べることの大切さを理解することができる。</p> <p>食事を作ってくださいる方々に感謝の気持ちをもつことができる。</p>	<p>「たのしい おいしい 食事」</p> <p>たのしい おいしい食事とはなにかについて理解することができる。</p> <p>自分たちの食事の様子を振り返り、自分で出来ることを考えることができる。</p> <p>「Let's try たのしいおいしい食事」</p> <p>普段の家庭での食事の様子を振り返ることができる。</p> <p>自分でできることを考え、企画書を作り実践しようとしている。</p>			
食に関する興味・関心	<p>「食べ物の名前クイズをしよう」</p> <p>日常食べている食品の名前や形を知り、食に関する興味や関心をもとうとしている</p>	<p>「やさいはかせになろう」</p> <p>さまざまな野菜の食べる部分はどこであるかや野菜ができるまでを知ることによって食に関する興味や関心をもとうとしている</p>	<p>「この味、なあ～に」</p> <p>5つの味覚について知ることによって食に関する興味や関心をもち、学習を進めようとしている。</p>	<p>「素材を活かそう」</p> <p>豆腐などから、食材と食品の関係について知り食に関する興味・関心をもち学習を進めようとしている。</p>	<p>「地域に伝わる料理を大切にしよう」</p> <p>地域の産物や郷土料理を知ることによって、食に関する興味・関心をもとうとしている。</p>	<p>「外国の食文化を知ろう」</p> <p>インドなど外国の食文化について知ることによって、食に関する興味や関心をもとうとしている。</p>
食に関する正しい知識	<p>「やさいだいすき」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・給食の中に入っている野菜調べを通して野菜に興味をもとうとしている。 ・好き嫌いせずに食べようとしている。 	<p>「なんでも食べよう」</p> <p>食べ物の3つの働きについて理解することができる。</p> <p>好き嫌いせずに食べることが体の健康に大切なことが理解できる。</p>	<p>「食べ物の働きを知ろう」</p> <p>食べ物に3つの働きがあることを理解できる。</p> <p>食べ物の仲間わけができる。</p>	<p>「望ましいおやつとり方をしよう」</p> <p>望ましいおやつ量、内容・時間について理解できる。</p> <p>望ましいおやつバランスについて理解することができる。</p>	<p>「1日のスタートは朝ごはんから」</p> <p>朝ごはんの大切さが理解できる。</p> <p>栄養バランスの良い朝食の献立の立て方を理解できる。</p>	<p>「バイキング給食にチャレンジしよう」</p> <p>主食・主菜・副菜がそろって栄養バランスが良くなることがわかる。</p> <p>バイキング給食で、栄養のバランスを考えて選ぶことができる</p>
	<p>「たべもののたび」</p> <p>食べ物が体内でどのようなようになるのかが理解できる。</p>	<p>「朝ごはん、食べた？」</p> <p>一日の生活リズムと朝ごはんの大切さを理解できる。</p> <p>朝ごはんを食べようとする意欲をもとうとしている</p>	<p>「ピカピカ大作戦」</p> <p>手指の清潔の大切さを理解できる。</p> <p>食事中の衛生について考えることができる。</p>	<p>「望ましいおやつとり方をしよう」</p> <p>自分のおやつを調べることができる。</p> <p>よりよいおやつ食べ方を理解できる。</p>	<p>「一日のスタートは朝ごはんから」</p> <p>前日からの生活を振り返ることができる。</p> <p>朝ごはんをおいしく食べる工夫の仕方を理解することができる。</p>	<p>「生活習慣チャレンジ目標をたてよう」</p> <p>自分の食生活を振り返ることができる。</p> <p>チャレンジ目標を立て、改善していこうとする意欲をもとうとしている。</p>

	中学校1年生	中学校2年生	中学校3年生	高等学校	盲・ろう・養護学校
目標に対する評価規準	<ul style="list-style-type: none"> ・食事の場面ごとに自分の関り方を振り返ることができる。 ・食事を楽しもうとしている。 ・食料の生産・流通から食卓までの過程に関心をもとうとしている。 ・バランスのとれた食事を理解することができる。 ・規則正しい食生活について理解することができる。 ・食事に関する心身のメカニズムを理解し、生活に生かすことができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・共に食事をする人を気遣うことができる。 ・食事を楽しむことができる。 ・現在の日本の食事状況に関心をもてる。 ・日本の食に関する歴史に関心をもとうとしている。 ・食生活と健康の関係を考えられる。 ・バランスのとれた規則正しい生活についてより理解を深められる。 ・自分の身体の成長や体調の変化を自覚できる。 ・体調の変化に合わせた食生活ができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・食事の場がよりよくなるよう工夫し、食事を楽しむことができる。 ・諸外国の食生活や食文化を1つ以上知り、日本との違いに関心をもとうとしている。 ・自分の食生活に関する課題を理解できる。 ・栄養バランスがとれた規則正しい食生活を努力することができる。 ・これまでに学習した食や健康に関する知識を活用し健康を保持増進することができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・食事マナーについて考えることができる。 ・コミュニケーションを楽しみながら食事をするすることができる。 ・食文化や産業、食品の安全性と衛生管理などに関心をもとうとしている。 ・自分の食生活を振り返ることができる。 ・改善を目指し、バランスのとれた規則正しい食生活ができる。 ・食や健康に関する情報を得ることができる。 ・情報を生かし、健康を保持増進することができる。 	
食を楽しもうとする心	<ul style="list-style-type: none"> ・食材とからだの関係を理解できる。 ・食材に対して関心をもとうとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・自分の体調に関心をもつことができる。 ・自分の体調にあわせた食事について関心をもとうとしている。 ・望ましい食生活について考えることができる。 ・現在の自分の食習慣を見直し改善しようとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・コミュニケーションを大切にすることができる。 ・コミュニケーションをとる中で、食事の楽しさを実感できる。 ・自分に合った健康的な食生活のスタイルをイメージしようとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・食事の役割が栄養面だけでなく、心理的・社会的な面もあることを理解することができる。 ・楽しいおいしい食事について理解することができる。 	児童・生徒の年齢や発達の様子等に応じた目標を設定し、達成するため、個々の変容と次への意欲につなげるよう、個別に評価を行う。
食に関する興味・関心	<ul style="list-style-type: none"> ・食事をとる雰囲気を楽しさやおいしさを左右する事を理解することができる。 ・食事時の自分の行動を振り返ることができる。 			保健、家庭科の評価規準に準ずる	
食に関する正しい知識	理科、社会科、保健体育科、家庭科等各教科の評価規準に準ずる (知識・理解の部分のみ)			保健体育・家庭科・地理の評価規準に準ずる	

3 調査研究

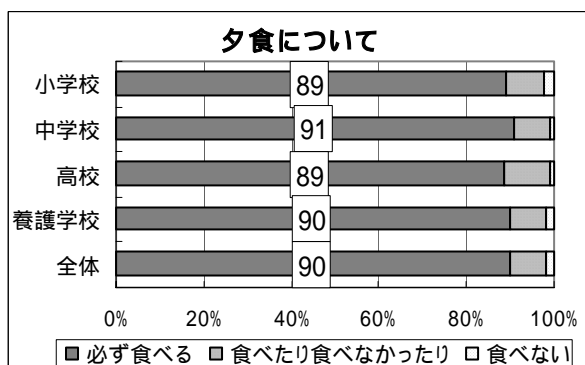
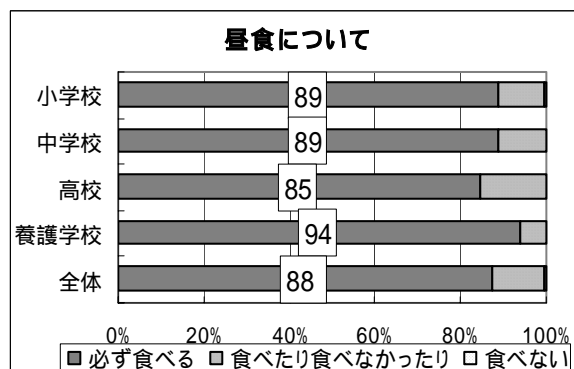
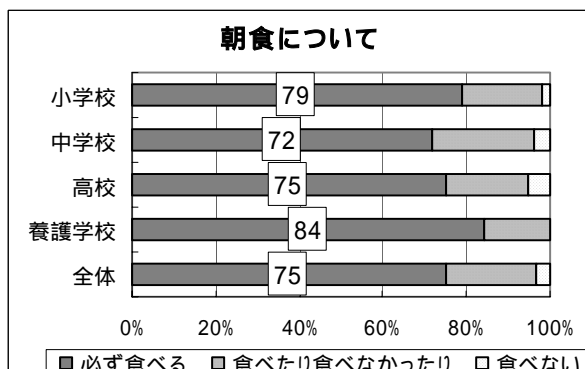
- (1) 目的：児童・生徒の食事の様子と食への意識について、実態と関連性を把握する。
- (2) 方法：質問紙法（選択肢記入）による。
- (3) 対象：「食に関する指導」分科会研究員所属校

小学校4年生から高等学校3年生まで及び養護学校高等部の児童・生徒

	小学校	中学校	高等学校	養護学校(高等部)	合計(人)
人数	708	668	639	50	2,065

- (4) 実施時期：平成16年7月12日(月)～7月16日(金)
- (5) 調査仮説：健康を意識している児童・生徒ほど食への関心が高い。また、食を楽しむ意識が高い児童・生徒ほど積極的に食事にかかわっている。
- (6) 調査の結果

一日の食事摂取状況について

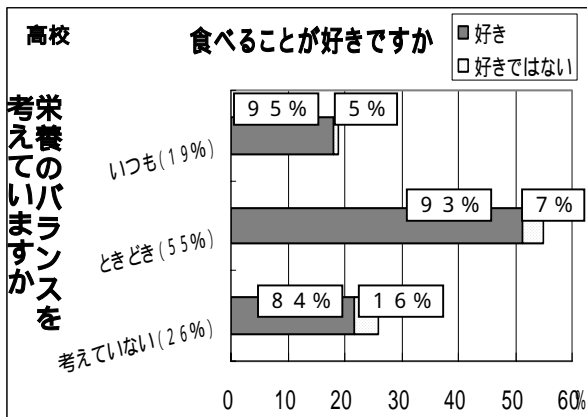
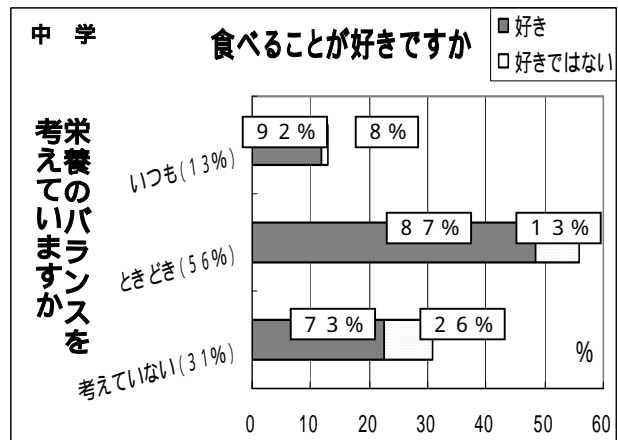
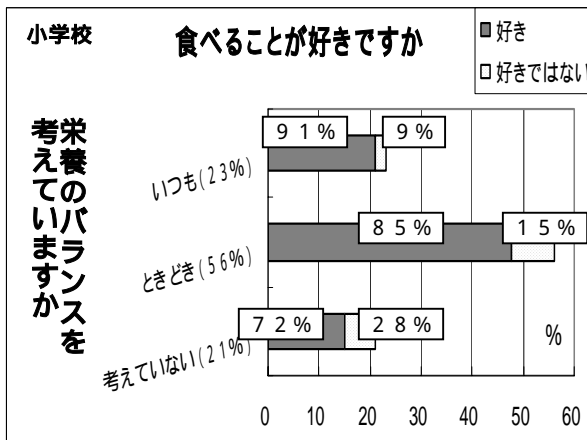


分析・考察

朝食を『必ず食べる』と回答した割合は、全体では75%で養護学校の割合が84%で特に高かった。昼食を『食べたり食べなかったり』と回答した割合は、小学校、中学校の11%と比べて高校は15%と高かった。夕食を『食べない』と回答した割合は、全体では2%であった。

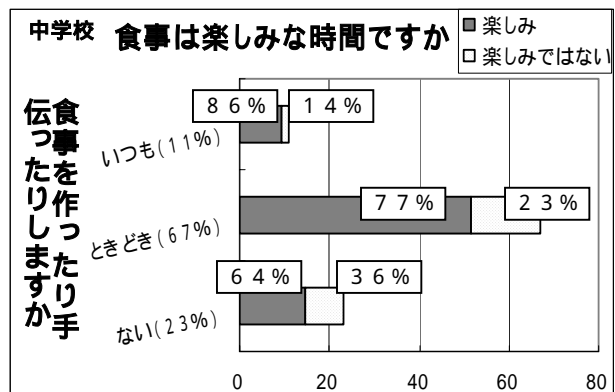
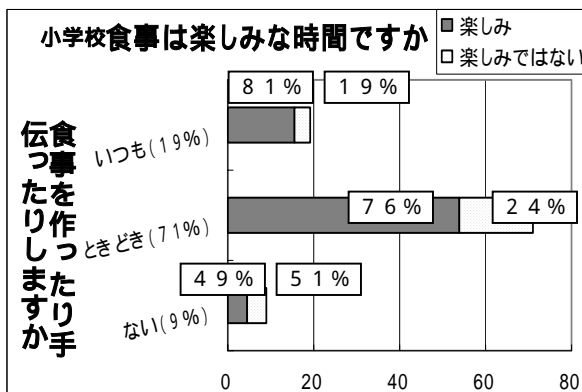
また、『食べない』と回答した割合は、朝食、昼食、夕食の中では朝食が最も高かった。食事の摂取状況は予想していたほど、校種によって顕著な差が見られなかった。望ましい食習慣を身に付けるためには、知識だけでなくそれぞれの発達段階にあった個に応じた指導を工夫し、身に付いた食習慣を継続できる力を育てることが必要である。

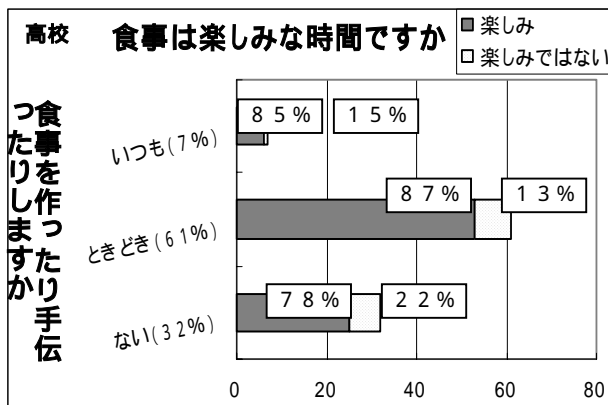
食事摂取状況「栄養のバランスを考えて食べていますか」と食への関心「食べるのが好きですか」とのクロス集計



栄養のバランスをいつも考えて食べている割合は小学校の23%が最も高く、中学校の13%が最も低かった。小学校、中学校、高等学校ともに栄養のバランスをいつも考えていると回答した児童・生徒の90%以上は食べるのが好きであった。栄養のバランスを考え食事を取るといふ望ましい食習慣を送っている児童・生徒ほど食を好きだとプラスのイメージにとらえている割合が高く、食への関心が高い傾向が見られる。

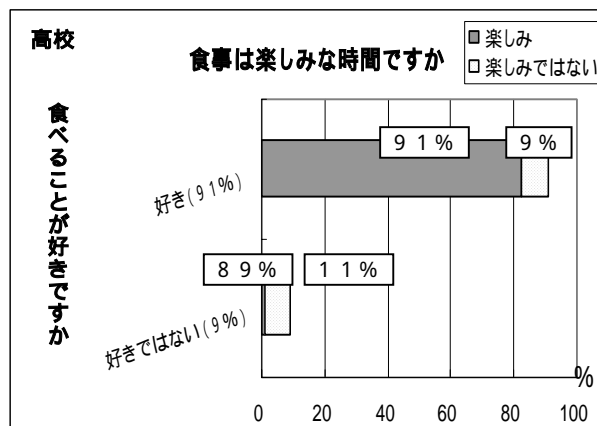
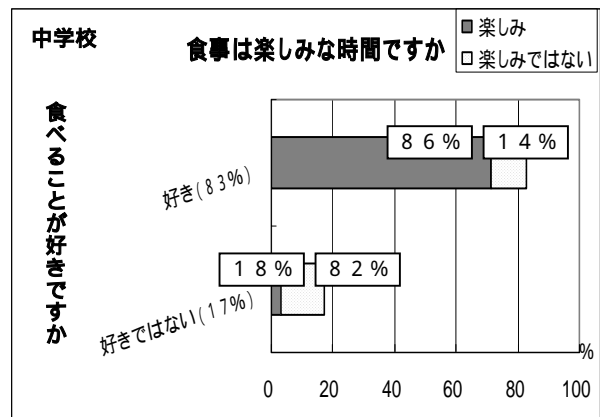
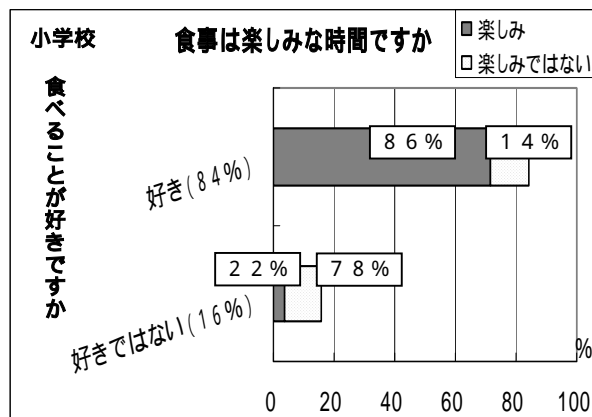
食事作りへのかわり「食事を作ったり手伝ったりしますか」と食に対する意識「食事は楽しい時間ですか」のクロス集計





食事作りへのかかわりが多いほど、『食事が楽しみである』という意識が高かった。いつもかかわっている割合は、小学校の19%が最も高く、校種が上がるにつれ減少した。『食事を作ったり手伝ったりしていない』と回答した割合は、校種が上がるごとに増加したが、『食事が楽しみである』と回答した割合は、下の から高校の91%が最も高くきっかけがあれば積極的に食べかかわる可能性があると考えられる。

食への関心「食べることが好きですか」と食に対する意識「食事は楽しい時間ですか」のクロス集計



『食べることが好き』と回答した割合は91%の高校が最も高かった。『食べることが好き』なのに『楽しみではない』と回答した割合は14%と小、中学校が高かった。中学校では17%が『食べることが好きではない』と回答し、その中の82%が『楽しみではない』と回答した。校種が上がるにつれて「食事の時間が楽しみである」の回答率が上がるということは、年齢が上がるとともに、自分で食事を作ったり買ったりと、積極的に食事にかかわる機会が増えるため、食に対する意欲も高くなっていると思われる。

(7) 調査結果のまとめ

調査の結果、健康を意識している児童・生徒ほど食への関心が高いこと、食を楽しむ意識が高い児童・生徒ほど積極的に食事へかかわっていることがわかった。これらのことから、望ましい食習慣を身に付けるためには、食に関する知識だけでなく、食べることが好きだという食への興味・関心、楽しみだという意識をもたせるような指導を行うことが必要であると考えた。この調査結果を実証授業に生かし、個に応じた指導を行っていく。

4 実証授業

(1) 小学校

研究の視点との関連

ア 食に関する正しい知識

知識については、家庭科や体育（保健領域）の時間で学習するが、正しい食生活が健康な心と体をつくることや偏った食事が生活習慣病につながるということの理解をさらに深めさせたいと考えた。

そこで学級活動の時間を使い、給食の様子をビデオ見ることやワークシートを活用し、自分の食生活を振り返る活動の中で個に応じた指導の場面を設定したり、食材など具体物を提示したりして一人一人に正しい知識を深められるようにした。また、活動のまとめとして行った校内のバイキング給食を、知識を生かす実践の場とした。

イ 食に関する興味・関心

食に関する興味・関心をもたせるために、ビデオや食材に関するクイズを取り入れた。また、身近な素材の味比べをしたり素材を調べたりするなどの体験的な活動を多く取り入れるようにすることで、一人一人が食について興味をもち、関心を高めていけるようにした。

ウ 人とかかわりの中で食を楽しもうとする心

学校や日常生活で、一人ではなくみんなと会話を交わしながら楽しい雰囲気でする経験は、食を楽しもうとする心や、相手を思いやる気持ちを育てるとともに、食事を作ってくれた人への感謝の気持ちを育てることができる。そして、豊かな心の育成につながるのとらえた。

そこで、学習活動の中に、自分の考えを出しやすく一人一人の考えをみんなで共有できるブレインストーミングを取り入れた。グループ内で、楽しい雰囲気を作り出すこと、食を楽しむために必要なことを互いに出し合い、一人一人の考えを尊重し共有する場を設定することで、友達の考えからさらに自分の考えを深めるようにした。そして、ブレインストーミングの成果を、活動のまとめとして行った校内のバイキング給食で、楽しく食事をする実践の場として生かせるようにした。



【ブレインストーミングのまとめ】

基本的な生活習慣と心の健康が育成され、いろいろなことを素直に吸収していける重要な時期に、以上のようなことを積み重ねていく指導を行うことにより、望ましい食習慣の基盤を形成できると考えた。

研究の概要

本研究会の分科会で実施した「食に対するアンケート」の結果から、小学校部会では、「食べることは好き」だが「食事が楽しみな時間ではない」と回答している児童が14%いることに着目した。その背景には、みんなと食べると楽しいなどのプラスの経験が少ないからではないかと考えた。そして、もし食事の時間が楽しくなければ食への興味や関心が失われ、食べること自体も好きではなくなるのではないかと考えた。

このことから、食事の時間が楽しいと感じることができれば、食を楽しもうとする心が

はぐくめると考え、この視点に指導の重点を置いた。

まず低学年では、クイズなどを通して、日ごろ食べている食品について知ったり野菜について知ったりして食に対する興味・関心を高めるような指導を行った。

中学年では、体験活動を取り入れながら友達と仲良く食べることの大切さに気付かせることや食べ物の働きについて理解する指導を行った。

高学年では、ブレインストーミングや栄養のバランスについて考えられる教材を取り入れながら、人とのかかわりの中で楽しく食事をする大切さに気づき、自分の食事の仕方を振り返り、これから楽しくおいしく食事をしようとする意欲をもたせる指導を行った。

【実証授業例 特別活動（学級活動）】

題材名 第5学年「楽しい！おいしい！食事」

ねらい

- ・「楽しい！おいしい！食事」にするにはどうすればよいのか理解する。
- ・自分たちの給食の様子から、楽しくおいしく食事をするための方法を見いだす。

学習計画

時	教科等	単元名・題材名及び学習活動	評 価
1	体育 (保健領域) 注) 4時間扱 いの1時間	単元名「心の健康」 ・心は年齢とともに発達することを知り、 今の心を発達させる方法を考える。	・心を発達させるために、自分の生活をどのように改善すればよいが見付けることができる。
2 3	家庭科	単元名「見つめようわたしたちの食生活」 ・調和のとれた食事の取り方が分かる。	・健康のことを考えて、いろいろな食品を組み合わせることで食べることの大切さを理解している。
4 5	特別活動 (学級活動)	題材名 ・楽しい！おいしい！食事(本時) ・楽しいおいしい給食会を開こう(話し合い)	・楽しくおいしい食事の方法を理解する。 ・進んで話し合いに参加できる。 ・自分ができることを発表できる。
6	給食指導	バイキング給食会	

成果

- ・ワークシートの記述や児童の変容から、児童の望ましい食習慣に関する意識が高まったことを確認できた。
- ・友達とかかわる場面を取り入れたことで、児童の様子や発言から友達の意見を共有するとともに自分の考えを深めることができた。
- ・ワークシートに児童が自分の考えや思いを具体的に記述することで、教師がその内容を基にして個に応じた指導を行うことができた。また、児童自身も今までの食生活を振り返り、食の大切さに気付くことができた。

課題

- ・1時間の授業の内容をさらに考え、学習計画の工夫をする必要がある。
- ・児童の実践力を高めるには、単元にとどまらず他教科等との関連をさらに図り、また学習の様々な場面や日常生活において継続的に指導していく必要がある。

(2) 中学校

研究の視点との関連

ア 食に関する正しい知識

中学校では、小学校時に身に付けた知識に加え、家庭科では食材や栄養、バランスの良い食事の大切さを学び、保健体育では体と心の発達を、その他にも理科や社会などの教科において食に関する知識の積み重ねを行う。そして、それらの知識を生かす場として、特別活動の学級活動においてリフレーミングを取り入れ、その中で個に応じた指導を行った。また、班員同士の意見交換や、全体の発表などを通してその知識の定着を図った。

イ 食に関する興味・関心

本研究の調査から、食べることに興味がない生徒、食事を大切に考えられない生徒がいる現状からも、個に応じた指導を通して食に関する興味・関心をもたせることは、重要なことである。一方、給食指導や各教科だけでは網羅しにくい面もある。そこで本分科会では、食材に焦点を絞り、食材に様々な感覚で触れさせることで、その食材への興味・関心を高められるのではないかと考え、学級活動の時間に数多くの食材を使い諸感覚で触れた感じを言葉で表現しあう活動を行った。それにより、これまであまり意識しないで食べていた食事に生徒の意識を向けさせ、互いに異なる食習慣をもつ生徒が、実生活の中で望ましい食生活を実践できる力へとつながるのではないかと考えた。

ウ 人とのかかわりの中で食を楽しもうとする心

中学生の発達段階の特徴として、身体的、精神的成熟が促進し、家族、友人、仲間、社会などの様々な人との人間関係を深め、自律的に自己形成が行われる時期である。そのため、中学生はこの時期に人とのかかわりの中で食が楽しくなるような体験を重ねることが、今後の人生の中で、食を楽しもうとする心をもち続ける基礎につながると考え、リフレーミングを取り入れるなど指導方法の工夫を行った。

リフレーミングとは・・・

物ごとの意味を変えるために、その人が持っているフレーム（枠組）を変えることである。また、それによりその人の反応や行動も変わり、その人のリソース（資質）自体を変えるための働きかけでもある。今回の実証授業では、班員が食べる役の人に対して食事が楽しくなるような雰囲気と、そうでない雰囲気を作り、それぞれの立場や状況によって、食事のおいしさや楽しさに変化がありそうかについて話し合せた。

研究の概要

本分科会の実施した「食に対するアンケート」の結果によると、中学校全体の4分の1の生徒が「食が楽しみではない」と回答している。この背景としては、食事の時間を通じた人とのコミュニケーションがとれないことや、多忙な生活によって食にかかわろうとするだけの心のゆとりが減少していることが上げられるのではないかと予測され、それらが食への関心の低下を招いているのではないかと考えた。これらの課題に対し、今までの給食指導や他教科での指導とともに、特別活動の学級活動でそれぞれの食習慣の中で対応できるような個に応じた指導を行うことに重点を置いた。そして、小学校で培ってきた食に

関する正しい知識を実践する力をさらに育てることも目指した。活動では、まずは、学習カードを使い自分自身の休日の食習慣について実態を把握し、好みや食材の偏りなどの課題を発見させた。次に食材への興味をもたせるために諸感覚を使い食材の表現を試みたり、その内容を他者の意見と交換させたりした。加えて、自らが進んでより良い食事の場の雰囲気を作ることができること、一緒に食事をする人を気遣い楽しく食べることができることをねらいに、リフレーミングを取り入れた。また、これまでに習得した食や健康に関する知識を個に応じて応用できるようなワークシートを使った指導を取り入れた。

【実証授業例 特別活動（学級活動）】

題材名 第1学年「食べ物と感覚」

ねらい

- ・食材と体の感覚のかかわりを知り、食材に対して関心をもつ。
- ・食事をとる雰囲気が楽しさやおいしさを左右することを知り、自分の行動を振り返る。

学習計画

時	教科等	単元名・題材名及び学習活動	評価
1	特別活動 (学級活動)	題材名「食べ物と感覚」 ・食材を諸感覚で感じる実験を行う ・食事には感覚を生かすことが大切であることを知る ・食事の雰囲気をリフレーミング体験する ・食事には雰囲気が大切であることを知る	・食材に興味をもつことができる。 ・食事には感覚の活用が必要だということを理解できる。
2			・より良い食事には雰囲気が必要であることを理解できる。

成果

- ・ワークシートを活用した個に応じた指導を通して、食に関する正しい知識の定着させることができた。また、一人一人が自分にあった望ましい食習慣についての現状を見直し、改善の必要性を考えられるようになった。
- ・諸感覚を使って食材を表現することで、これまでよりも食材に対する感覚が身近になり興味・関心を高めることができた。
- ・体験を通してリフレーミングを行うことにより、楽しい食事の雰囲気をつくるためには人とのかかわりが大切であるということを理解できた。
- ・意見を交流したり発表したりすることで、知識の定着や相互理解を深めることができ、互いの感覚を尊重しあうことの大切さが理解できた。

課題

- ・各学年で、適切な時期に定期的に食に関する指導をすることが大切である。
- ・生徒が興味・関心をもてるような教材作成をさらに考慮や工夫する必要がある。
- ・生徒が素直な思いを記述できるようなワークシートの内容をさらに検討し、個に応じた指導をより一層充実させる。

(3) 高等学校

研究の視点との関連

ア 食に関する正しい知識

望ましい食習慣を身に付けるためには、正しい知識が基盤となる。食事と健康や病気との関係など、食に関する知識は家庭科や保健体育科の科目保健の授業を通して学習している。その知識を自分の体や生活に合わせて活用し、一人一人が自分の食習慣を振り返り改善するための方法を学べるソフトを作成した。

イ 食に関する興味・関心

毎日の生活の中で、特に意識することもなく繰り返す食事を普段と違った視点でとらえさせることで、食への興味・関心を高めさせることができると考えた。そのために、「味」以外の感覚や環境の工夫からおいしさの感じ方が変わることで、その感じ方は個人差があることを体験させるために、視聴覚機材を活用した個に応じた指導の工夫をした。

ウ 人とのかかわりの中で食を楽しもうとする心

高校生は自分の生活や好みに合わせた食事をする機会が増えるが、時間や心にゆとりがなく、空腹を満たすためのみに食事をとっているという生徒も見られる。そこで、食べることは体だけでなく心にとっても重要であるということを理解させ、人とコミュニケーションを深め、楽しんで食事をする力を付けさせたいと考えた。そのために、ブレインストーミングを取り入れたグループ活動を行い、その中で個に応じた指導を充実させることで、コミュニケーションを図りながら楽しい食事について考えることができるような工夫をした。

研究の概要

本調査の結果によると、高校生の16%が「食事は楽しみな時間ではない」と答えている。これは、食に対する関心の低さや、食事におけるコミュニケーション不足、食事に関する時間や心にゆとりがないことなどが背景として考えられる。これらのことを踏まえ、生徒一人一人に望ましい食習慣を身に付けさせるためには、小・中学校や教科で培ってきた食に関する知識や技能を基に、食に関する興味・関心、食を楽しもうとする心をはぐくませることに視点をあてた指導が必要であると考えた。

【CD-ROMの作成】

どのクラスの授業でも繰り返し使用できるように、作成した教材はCD-ROMに収めた。CD-ROMは保健室に来室した生徒の個別指導用のソフトとしても活用できるようにした。

このCD-ROMは、テーマを「楽しい！おいしい！食事」とし、「味」以外の感覚を使っておいしさを感じさせることにより食事の時間を楽しめるような内容のものと、自分の食習慣を振り返る「食習慣チェック」の2つの構成とした。例えば、色によるおいしさの感じ方の違いについては、同じ2枚の食べ物の写真がカラーと白黒とでは受けるイメージが異なるという体験をさせ、音を使った感じ方の違いについては、クラシック音楽が流れているとき、鳥の鳴き声が聞こえているとき、騒がしい騒音が聞こえているときなどで食事の雰囲気がどう変わるか体験できるようにした。

「食習慣チェック」は10項目の質問からなり、思春期に大切な栄養の取り方について確認ができる。質問やアドバイスの内容は簡潔にし、最後に結果を点数化して生徒自身が自分の食

習慣の評価を客観的に知ることができるようにした。体調不良を訴えて来室した生徒のうち、食習慣の乱れが背景にあると思われる生徒にパソコンを操作させ、結果をプリントアウトし個別に保健指導を行うことで生活改善のきっかけとした。

【実証授業 特別活動（ホームルーム活動）】

題材名 第1学年「食を楽しむ心」

ねらい

- ・食事を体の感覚でとらえ、楽しみながら食事をしようとする意欲をもつことができる。
- ・自らの食生活を振り返り、楽しくおいしい食事をするための方法を考えることができる。
- ・楽しくおいしく食事をするということについて理解できる。

学習計画

時	教科等	題材名及び学習活動	評価
1	特別活動 (ホームルーム活動)	題材名「食を楽しむ心」 ・パソコンを使用し、食事のおいしさを諸感覚でとらえる体験をする。 ・自分の食習慣の振り返りや、ブレインストーミングを通して、楽しくおいしい食事について理解する。	・パソコンを使用し、食事のおいしさを諸感覚でとらえることができる。 ・楽しくおいしく食事をすることの大切さを理解する。 ・自分で改善できることを考えることができる
2			



【楽しい!おいしい!食事(色)】



【楽しい!おいしい!食事(音)】



【食習慣チェック】

成果

- ・チェックシートや授業を通して、一人一人が食器の色や場の雰囲気など環境にも気を配るなど自分で工夫できることを考えさせることができた。
- ・CD-ROMを作成したことで、一人一人が食に関する正しい知識を定着させるとともに、興味をもって積極的に授業に取り組むことができた。
- ・養護教諭がチームティーチングで授業を行ったことで、食を通じた健康づくりを働きかけるきっかけとなった。また、授業後には保健室に食や健康に関する相談で来室する生徒が増え、CD-ROMを活用した個別の指導につなげることができた。

課題

- ・CD-ROMは、他校種の授業や個別指導に広く活用できる内容の検討が必要である。
- ・食に関する指導は、家庭環境による個人差があるために、相談活動など個別指導の更なる充実が必要である。
- ・学んだことを実践し継続することで進んで健康づくりに取り組めるよう、3年間を通して指導していく必要がある。

(4) 養護学校

研究の視点との関連

ア 食に関する正しい知識

家庭科や保健体育、職業などの授業で栄養バランスや健康管理、マナーなどについて学習していることを踏まえ、自分に適した昼食選びを行えるように指導し、一人一人がより適切に選択・行動することができるように取り組んだ。

イ 食に関する興味・関心

体験活動を通して食事内容や食事の場の雰囲気の大切さを明確に伝え、ワークシートで個々の意見を確認しながら指導を行うことで、よりよい食事の仕方を明確化し、興味・関心が高められると考えた。

ウ 人とかかわりの中で食を楽しもうとする心

養護学校の児童・生徒は、自分の意志を的確に相手へ伝えたり、相手の思いを理解して行動したりすることが難しい場合がある。そこで、食事をする場面のロールプレイングを取り入れ、気分よく食事をする雰囲気を体験することで、一人一人が一緒に食事をする楽しみを見出せるように授業を工夫した。

研究の概要

「食に対するアンケート」の結果から、食事の時間が楽しみでないという生徒が10%程度いることがわかった。食事内容にも偏りがあり、人とかかわりながら楽しんで食事しようという意識は必ずしも高いとは言えない。この結果を具体的に提示することで、食を通して心身ともに健康的に生活しようとする意識が高まると考えた。生徒がよりよい食事の仕方をイメージしやすいように、栄養バランスや体の健康をねらいとした「からだ」と、食事をする場の雰囲気や態度、人と楽しく食事をした時の充実感を味わうことをねらいとした「こころ」の2つに分けて、高等部3年生に卒業後の食事について授業を行った。

「からだ」では、一人一人が昼食をコンビニエンスストアで購入することを想定して資料から食品を選び、バランスのよい組み合わせになるよう全員で考え理解を深めた。また「こころ」では、食を通して人との望ましいかかわり方を身に付けさせるために「職場の人と気分よく昼食を食べる」という題でロールプレイングを行った。自分の食事の仕方を振り返り、どのように感じたかを考えることで各自の課題に気付かせ、改善するための目標を設定し、よりよい食事の仕方を意識付けるとともに、体験する時間を設け、実践力を養った。個に応じて指導を行いながら全体でも思いを共有し、それぞれが生活の中で生かしていこうとする意欲を高めることに重点を置いて指導を行った。

成果

- ・体験活動を取り入れ個に応じた指導を行うことで、理解が不十分な部分を補うことができ、日常生活を振り返りながら自分で考え、選択・行動することができた。
- ・全員で確認しながら進めることで、自分だけでなく、他の生徒の意見や行動も客観的に捉えることができた。

課題

- ・考える時間は十分であったが、発表する時間をもっと増やし、深める必要がある。
- ・今後も生徒が意欲的に取り組める授業内容の検討や、教材の研究が必要である。

研究の成果と今後の課題

1 研究の成果

健康教育部会の「食に関する指導」分科会では、研究主題『望ましい食習慣をはぐくむための指導の工夫』を受け、児童・生徒が食に関して自ら判断、選択、行動していく活動の積み重ねを通して、望ましい食習慣をはぐくむことができると考え、研究を進めてきた。また、児童・生徒が自分自身の食生活を振り返り改善していけるような指導内容、個の考えをグループで深め、また個に返し応用できるような指導方法を工夫するなど、個に応じた指導の一層の充実を図る研究に取り組んできた。

(1) 調査研究を通して

食への関心が高い児童・生徒ほど望ましい食習慣をもっており、食を楽しむ意識が高い児童・生徒ほど積極的に食にかかわっていることが明らかになり、食に関する興味・関心を高め、食を楽しもうとする心をはぐくむことが、望ましい食習慣の育成につながることを確認することができた。

(2) 研究の視点を通して

「食に関する正しい知識」

ブレインストーミングを取り入れたり、CD-ROMなどの教材を作成したりすることにより、児童・生徒が自分で正しい知識を導き出せるようにした。また、振り返りの活動を入れたり、自己評価できるようなワークシートを工夫したりして、自分の食生活を振り返り、改善する意欲をもたせるようにしたことは、児童・生徒が望ましい食習慣を送るための実践力を身に付けさせるために有効であり、個に応じた指導の一層の充実につながるものとなった。

「食に関する興味・関心」

諸感覚などを使っての活動を取り入れたり、ビデオなどの学習教材を工夫してイメージをもたせやすくしたりすることにより、今まで食材や食事に対してあまり興味・関心をもたなかった児童・生徒に変容が見られた。また、自分のもつ感覚で楽しみながら食事をとろうとする意欲が高まってきた。

「人とのかかわりの中で食を楽しもうとする心」

友達とのかかわりの中で食べることは楽しいと感じられるようなグループ活動を取り入れ、参加型・体験型の活動を行うことにより、児童・生徒に食に対するプラスのイメージをもたせ高めることができた。また、食を積極的に楽しもうとするには人とのかかわりが大切であることを実感させるのに有効であった。

以上のような取り組みが、児童・生徒が生涯望ましい食習慣を実践していくための基盤作りにつながったと考える。

2 今後の課題

- ・望ましい食習慣の形成には、学校における指導のみならず、家庭との連携が大切であり、家庭への啓発を推進していかなければならない。
- ・健康な生活を送るためには、健全な食習慣が不可欠である。学校においては、学習の様々な機会や日常生活の中で継続的に指導していく必要がある。
- ・食に関する指導の大切さを学校から発信し、家庭や地域に広げていきたい。

