

開発した『食育ランチョンマット』の小学校給食時における利用効果

鈴木洋子

(奈良教育大学生生活科学教育講座)

阪口美香・田中志穂・谷口明子

(奈良教育大学附属小学校)

Effect of use of the developed "Food and nutrition education place mat" in school lunch time in elementary school

Yoko SUZUKI

(Development of Home Economics Education, Nara University of Education)

Mika SAKAGUCHI, Shiho TANAKA, Akiko TANIGUCHI

(Elementary School Attached to Nara University of Education)

要旨：近年、主食・主菜・副菜を基本とする日本の伝統的な食事形態や、配膳に関する意識が薄れてきている。そこで、給食時に児童たちが意識して配膳できることを目標に、著者らが開発した配膳を図示した家庭科のミシン教材でもある「食育ランチョンマット」の利用効果を検討した。

キーワード：食育 food and nutrition education 配膳 setting on the table ランチョンマット place mat
給食 school lunch 小学校 elementary school

1. 目的

2005年に「食育基本法」が制定され、各学校は文部科学省の「食に関する指導の手引き」を参考に、食育プログラムを作成している。本学附属小学校においても家庭科部会に栄養教諭が新たに加わり、子どもたちに健康で豊かな食生活を考えさせることを目標にした「食に関する指導」¹⁾を作成した。家庭科における食生活学習との系統性を踏まえつつ、給食はもとより、各教科や学級活動・児童会活動などで食育の指導を行っている。文部科学省の「食に関する指導の手引き」²⁾の指導内容である「社会性」に、「箸の使い方、食器の並べ方、話題の選び方などの食事のマナーを身に付けること」が明記されていることに倣い、本学附属小学校の「食に関する指導」においても、全学年を対象にした内容に食事マナーを設定している。実際、子どもたちの給食時の様子に目を向けると、法則もなく置いただけの食器や、「にぎり箸」や食器に口を近づけて食べるいわゆる「犬食い」など、マナーの乱れが以前にも増して多く見られようになった。食事マナーを身につけることにより、集団で食事をする際に他者に不快感を与えることなく、共食を楽しむことができる。

今回、食事マナーの向上の一環として、給食時の配膳の乱れを正すことを目的に、主食、汁物、おかず、

牛乳、箸(スプーン)の配膳を示した「食育ランチョンマット」を開発した(図1)。和食の基本的な配膳パターンは、室町時代に完成した本膳料理に由来している³⁾。主食、汁物、主菜と副菜からなる一汁二菜や、副菜をもう一皿加えた一汁三菜の配膳が中学校や高等学校の家庭科において指導されている⁴⁾⁵⁾。一般的な配膳は、箸を右手に茶碗を左手に持つことを基本としており、この場合、右手前に汁椀を置くことにより汁をこぼし難くするなどの理がある。古来よりの習わしや風習を全て正しいと受け止めるわけではないが、長年の生活習慣から培われてきた習わしの中には作法となり、生活文化として受け継がれているものがある。このような文化を次世代に伝承していくことは、現代に生きる者の使命である。日本特有の配膳もそのひとつと捉えている。給食の献立には牛乳が加わる点や、主菜と副菜が「おかず」の皿と一緒に盛られる点において、一汁三菜や二菜の配膳パターンとは異なるが、主食、汁物、箸の基本的な配膳を給食時に指導することを切り口に、日本の伝統的な食事形態や食事マナーを身につけさせたいと考えている。小学校における配膳の扱いは、学習指導要領に「配膳及び後片付けが適切にできること」⁶⁾と明記されているが、1回の調理実習で調理する品数は1品もしくは2品と少なく、正しい配膳の習慣の定着は期待できない。配膳につい



図1 開発した「食育ランチョンマット」

ては、むしろ低学年から給食を通して指導したい内容である。

開発した「食育ランチョンマット」の特徴は給食の配膳に合致した絵をプリントしたことにとどまらず、布の周囲の処理を、家庭科のミシン縫いの学習として行わせる点にある。製作にかかわらせることにより、配膳への関心を促すことがねらいである。ランチョンマットは小学校家庭科教科書にミシン縫い学習として取り上げられているが、配膳とリンクした学習にはなっていない⁷⁾。開発した「食育ランチョンマット」には配膳した食器の絵のほかに、縫製の際のぬいしろの印をプリントし、印つけの時間が節約できるようになっている。

児童らは、第5年3学期に1枚目の自分用の「食育ランチョンマット」製作し、給食で使用した。2枚目は、1年生の「あいぼう」にプレゼントするために第6学年に進級した直後に製作させた。したがってひとりの児童が、2枚の「食育ランチョンマット」を製作したことになる。

本研究においては、著者らが開発した配膳をプリントした家庭科のミシン教材でもある「食育ランチョンマット」の利用効果を検討した。

なお、児童らには「食育ランチョンマット」ではなく「食育ナブキン」の呼称で紹介した。奈良県の小学校においては、給食時に机に敷く布をナブキンと称しているためである。しかし、前掲の小学校教科書にはランチョンマットの用語が使用されていることから、本論においては「食育ランチョンマット」とした。

2. 方法

「食育ランチョンマット」の利用効果を、ランチョンマットを製作する事前と事後の調査を比較すること

により検討した。

2.1. 調査対象

調査対象は、本学附属小学校第5年児童106名（事前調査時）である。有効回答数は事後調査を無回答で提出した1名を除く105名である。

2.2. 調査時期

事前調査は、「食育ランチョンマット」の製作学習に入る以前の2009年2月に実施した。事後調査は、2枚目の「食育ランチョンマット」の製作を終えた2009年6月に実施した。

2.3. 調査内容

2.3.1. 配膳図

ある日の給食の献立（牛乳・ごはん「主食」・みそ汁物」・おかず・はし「箸」）を示し、置く場所を描かせた。評価方法は、主食・汁物・おかず・牛乳・箸の位置を正しく配膳できた場合を各2点、間違った場合は1点、図示なしを0点とし、10点満点として得点を算出した。箸が手前、右利きの人を前提に、左にごはん（主食） 右に味噌汁（汁物） 左奥におかず、右奥に牛乳が置いたのを正解とした（図2）。得点が高いほど、配膳を意識していると評価した。事前と事後調査の得点は、対応のあるt検定により有意差を検定した。

② ある日の給食のこんだてです。並べてみましょう。



図2 配膳に関する意識調査用紙の正解例（満点）

2.3.2. 配膳に関する児童の感想

事前調査において、児童らには配膳の図を描かせた後に正解を知らせ、配膳には理由があること、食器を持って食べることは、日本の伝統的な文化の1つであることを伝え、配膳に関する感想の記述を課した。事後調査時にも、配膳に関する感想の記述を課した。

3. 結果及び考察

子どもが描いた配膳図例を図3、図4に示した。図3は、多くの児童に見られた図である。「おかず」を右手前に置いている。左図は、「箸」・「主食」・「牛乳」が正解で6点となる。右図は、理由も書いているが、「箸」・「主食」が正解で4点となる。図4の左図

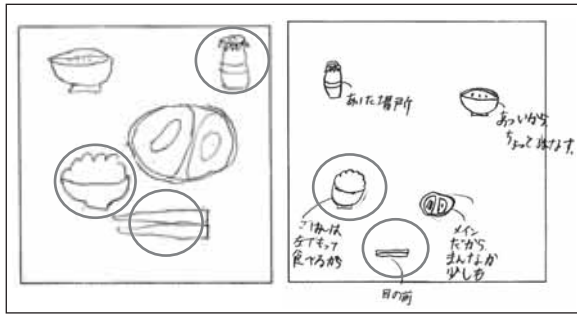


図3 児童が書いた配膳図

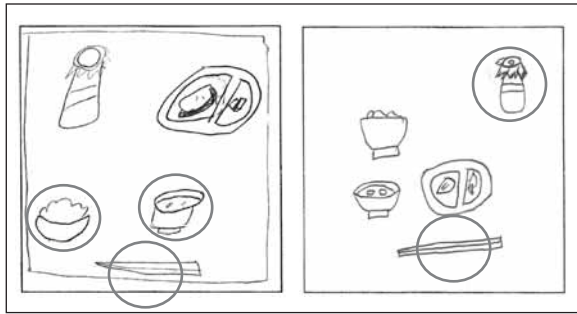


図4 児童が書いた配膳図

は、「箸」・「主食」・「汁物」が正解で6点となる。右図は、「箸」・「牛乳」が正解で4点になる。

図5に、事前調査の配膳図の得点の人数分布を示した。得点の平均点±標準偏差は7.5±1.1で、事前調査で相対度数が最も高かったのは得点「7」の43.8%であった。

図6に、事前調査と事後調査の配膳図の総合得点の平均値の比較を示した。事前調査の平均点±標準偏差は7.4±1.1、事後調査の平均点±標準偏差は8.6±1.3で、事後の得点が1.2点上がった。検定の結果1%の有意水準で差が認められ、「食育ランチョンマット」を使用することにより、正しく配膳できるようになったことがわかる。

図7は、事前調査と事後調査の得点差の人数分布である。学習効果が認められなかった「-3」から

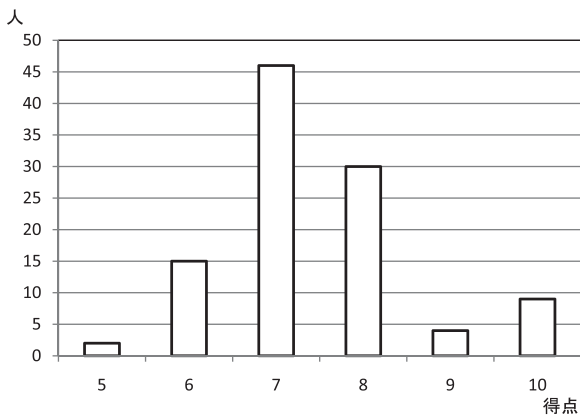
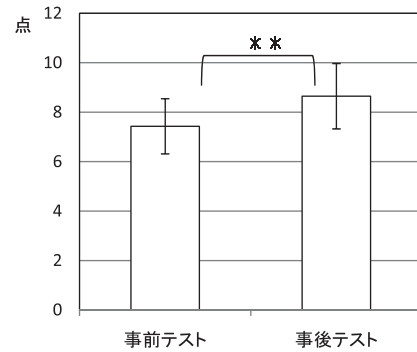


図5 事前調査の配膳図の得点の人数分布



** : $p < .01$

図6 事前調査と事後調査の配膳図の総合得点の平均値の比較

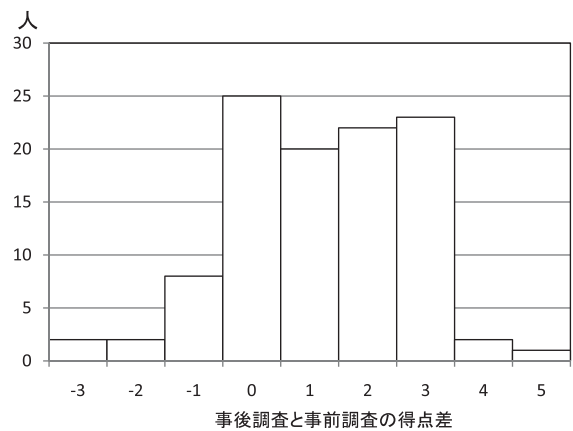


図7 配膳図の事前調査と事後調査の得点差の人数分布

「-1」までの人数は12人、「0」は25人で「0」までの累積相対度数は35.2%であった。学習の効果が認められた「1」から「5」までの合計人数は68人64.8%であったことから、学習者のおよそ2/3に学習の効果を認めることができた。

図8に示した配膳図の料理別の得点平均値では、「主食」「汁物」「おかず」「牛乳」の項目に、事前と事後の間で有意差が認められた。しかし、「汁物」と「おかず」は事前・事後調査ともに他に比べて正解率が低く、位置がわかりにくいことが分かった。「箸」の配膳は、事前・事後ともに正解率が高かった。

今回は3つのクラスで実践をことから、クラス別の得点の平均を図9に示した。全てのクラスにおいて有意差が認められ、「食育ランチョンマット」を使用することにより、正しく配膳できるようになることが全てのクラスにおいて確認できた。中でもB組での効果が大きかった理由には、担任（家庭科担当教員）が、給食時に意識的に配膳の指導を行ったためことが影響を及ぼしたと推察した。給食時の担任の指導の有無が、子どもたちの食事マナーの向上に大きく影響することがわかった。

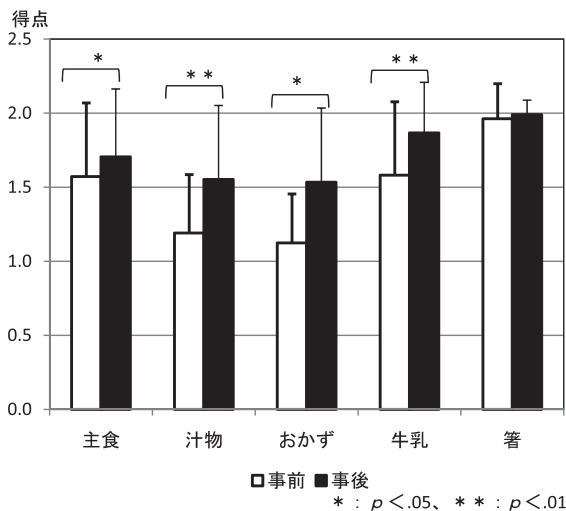


図8 配膳図の料理別の得点平均値と標準偏差

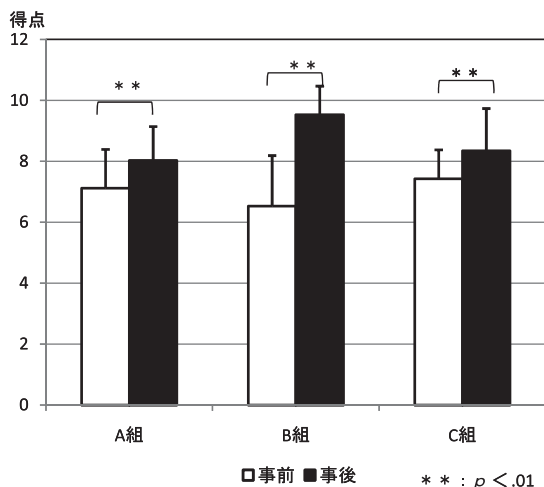


図9 配膳図のクラス別の得点平均値と標準偏差

配膳及び「食育ランチョンマット」の製作に関する児童の感想を表1に示した。事前調査時の感想は、児童らには図を描かせた後に正解を知らせ、配膳には理由があること、食器を持って食べることは、日本の伝統的な文化の1つであることを伝えた後に記させたものである。配膳の知識を得た喜びが綴られている。事後調査時の感想は、6学年になり2枚目の「食育ランチョンマット」を製作し、1年生の「あいぼう」にプレゼントした後に記述させた感想である。表に掲載した感想は一部の児童の感想ではあるが、多くの児童が自分自身の配膳に対する意識の変化に気付き、また、「あいぼう」の1年生を気遣う姿をうかがうことができる。特に、事後調査時のNo10からNo15の感想からは、「食育ランチョンマット」の製作にかかわったことの効果が認められる。また、No20の児童は、「牛乳」を右上に指定した利点を確認している。

以上の、事前および事後の配膳図調査と児童らの感想より、家庭科のミシン縫い学習で製作した配膳が図示された「食育ランチョンマット」を、給食で利用す

表1 配膳及び「食育ランチョンマット」の製作に関する児童の感想

No	事前調査時
1	並べ方が僕と全然違って驚いた。次の給食の時間は正しい位置で置きたい。
2	食べ方のおきかたによって、ぶつからずに食べられることがわかった。
3	日本料理は手で持つことがわかった。
4	今まで違う配膳の仕方をしていたので、本当の仕方がわかってよかった。
5	日本は、日本のマナーを守るため、色々な工夫をしていることがわかった。
6	今まであまり配膳のことなんて考えてなかったけど、よくわかった。
7	お母さんがいつもそろえなさいという意味がわかった。
8	ご飯の並べ方は自由と思っていたけど、並び方が決まっていることがわかった。
9	私は一度お母さんに並べ方が間違っているといわれました。日本の食事のマナーを守りたいです。
No	事後調査時
10	ナプキンを作れて何をどこに置いたらいいかわかることができた。
11	ナプキンを作って、自分も給食を置く位置に気をつけるようになった。
12	ナプキンは1年生にちゃんと配膳してほしいという気持ちこめて作った。
13	作った時はあまり配膳にきをつけていなかったけど、ナプキンを使ったら気をつけるようになった。
14	ナプキンを作る前は、配膳の仕方を知らなかったけど、作ってから仕方を覚えることができた。
15	ナプキンを作ったことで、食べ物の配置も置きやすくなった。
16	あいぼうの通りに本当に置いてくれたらうれしいです。
17	配膳に気をつけるようになった。
18	このナプキンを使うことで、置く場所をあまり変えないで食べられる。
19	1年生もわかりやすいし、ちゃんとおけるようになった。
20	さっき先生が1年生が牛乳をこぼさなくなったと聞いて作ってよかったと思った。
21	あいぼうにおかずの置き方を覚えてもらいたいと思った。
22	1年生のうちから、ちゃんとした配膳で並べてほしいと思った。
23	あのナプキンを見ると配膳の仕方がよくなった。でも仕方はまだ覚えていない。

る効果を確認することができた。配膳をはじめとする食事マナーの向上には、給食時の担任等による細やかな指導が大切であることが、調査を通して判明したことから、給食指導の重要性を全ての教師が認識する必要があることを再確認した。

4. まとめと今後の課題

配膳を図示した「食育ランチョンマット」の製作を、家庭科のミシン学習として行い、製作から関わりを持たせた「食育ランチョンマット」を日々の給食に利用させることにより、正しい配膳の仕方が身に着いたかどうかを検討した結果、以下のことがわかった。

- 学習者の2/3に「食育ランチョンマット」の効果を認めることができた。
- 箸を置く位置と向きについての認識は、「食育ランチョンマット」を使用する以前より高いことがわかった。
- 「食育ランチョンマット」の使用により、「主食」「汁物」「おかず」「牛乳」が正しく置かれるようになることが確認できた。
- 「主食」や「牛乳」の位置に比べて、「汁物」と「おかず」の位置が分かりにくいことがわかった。
- 配膳の意識を高め、さらに食事マナーの向上に結びつけるには、給食時間の担任の指導や働きかけが必要であることがわかった。
- 「食育ランチョンマット」の製作にかかわることにより、配膳への意識がより高まることが確認できた。

本学では、文部科学省の質の高い大学教育プログラ

ム(2008年度)に採択された「教員養成大学による地域食育推進プログラム」の食育リーダー育成プログラムに「給食指導」の科目を新設し、給食の果たす役割や指導の重要性を講述している。給食指導に関する内容を「特別活動論」や「初等家庭科教育法」の中で扱っている大学もあるが⁸⁾、科目として取り上げている大学は本学の他にはない。「給食指導」は全学生を対象にした科目ではあるが、開講した1年目の2009年度は、食育リーダーを目指す学生のみ履修であった。2年目からは、本科目が開設されていることを全学生に周知したい。道徳教育や特別活動に関する科目と同様に、給食に関する科目も、教員を目指す学生には必須であると考えている。

一方、開発した「食育ランチョンマット」の他学校への家庭科の衣食横断型学習教材としての利用を促し、教材費の低価格化に努めていきたい。

*「食育ランチョンマット」の教材開発に必要な経費は、「教員養成大学による地域食育推進プログラム」補助金より賅った。

引用・参考文献

- 1) 奈良教育大学附属小学校2008年度年報(2009)
- 2) 文部科学省、食に関する指導の手引き、p8(2007)
- 3) 日本フードスペシャリスト協会、フードコーディネーター論、pp109-110、建帛社(2002)
- 4) 佐藤文子他、新編新しい技術・家庭 家庭分野、p33、東京書籍(2008)
- 5) 宮本みち子他、新家庭総合、p138、実教出版(2007)
- 6) 文部科学省、小学校学習指導要領解説家庭編、P33(2008)
- 7) 櫻井純子他、わたしたちの家庭科5・6、p33、開隆堂出版(2006)
- 8) 日本教育大学協会全国家庭科部門特別委員会、「家庭科における食育を考える」報告書、pp27-30(2009)