

<指導事例案>

第5学年 学級活動（2）指導案（食に関する指導）

指導者

T1

T2 栄養教諭

- 1 日 時 1 時間目 令和4年9月14日（水）～9月21日（水）
2 時間目 令和4年9月26日（月）～10月1日（金）

- 2 学年・組 第5学年1組（32名）
第5学年2組（32名）
第5学年3組（33名）
第5学年4組（33名）
第5学年5組（32名）

- 3 題 材 見つめる食防災 ～災害時に必要な備蓄食品リストを作ろう～

4 題材について

日本は海に囲まれた島国であり、くり返し地震や津波、大雨による水害や火山の噴火等の自然災害に襲われてきた。児童は4年生の社会科にて地域の防災について学習し、5年生ではさらに視野を広げて自然災害と地形や気候との関わりや、国や都道府県などの防災の取り組みについて学んでいる。

大きな災害が発生した場合、スーパーマーケットやコンビニエンスストア等の店頭で食品が手に入りにくくなる。また、電気・水道・ガスなどのライフラインが停止した場合、日常生活とはかけ離れた環境で生活しなければならない。このため、災害時に備えて日常から家族で話し合ったり、家庭内で3日から1週間分の備蓄食品を準備したりしておくことは大変重要である。国内では、この幾度となく直面してきた災害時の食の問題や教訓を国内外に発信するために、2018年に国際災害栄養研究室が開設された。東日本大震災があった2011年、厚生労働省が国民健康・栄養調査により家庭の備蓄について調査したところ、災害用に食料を備蓄している家庭は47.3%と半数以下だった。また2013年の調査によると、地域防災計画通りに備蓄している自治体は約19%であり、その内容もほとんどがアルファ化米やクラッカーなど炭水化物を主とする缶詰が多く、栄養の偏りがみられた。これまで災害時の栄養はあまり重視されてこなかったが、災害時に起こりやすいエコノミークラス症候群、下痢・便秘、口内炎などは食事を改善することで防ぐことができる。

そこで本題材「見つめる食防災」を設定し、災害時の備えについて特に食料備蓄に焦点を当てることにした。まず1時間目は災害時に備えて必要な備蓄食品リストを作成する。学校給食の台風献立を通して、備蓄食品の大切さについて知ったところで、「わが家の備蓄食品リスト」を作成することで、家族のことを思い浮かべながら、災害時に必要な備蓄食品の多さを実感できるようにする。次に2時間目は、給食と配給の食事を比較することで栄養バランスの偏りに気がつき、前時で考えた備蓄食品を栄養バランスの視点から再考する。市販されている備蓄食品を赤黄緑の栄養に分類し、さらに自分たちの考えた「わが家の備蓄食品リスト」の栄養についてもふり返ることで、量だけでなく栄養バランスも意識した備蓄食品の選択ができるようにして家庭での実践につなげたい。

5 第5学年の評価規準

観 点	よりよい生活を 築くための知識・技能	集団や社会の形成者としての思考・判断・表現	主体的に生活や人間関係を よりよくしようとする態度
評 価 規 準	日常生活への自己の適応に関する諸課題の改善に向けて取り組むことの意義を理解し、健全な生活を送るための知識や行動の仕方を身に付けている。	日常生活への自己の適応に関する諸課題を認識し、解決方法などについて話し合い、自分に合ったよりよい解決方法を意思決定して実践している。	自己の生活をよりよくするために、見通しをもったり振り返ったりしながら、自主的に課題解決に取り組み、他者と信頼し合ってよりよい人間関係を形成しようとしている。

6 学習のねらい（食育の視点）

災害時に必要な水や食品に関心をもち、家庭で備蓄する食品の量や組合せを考える。
 ＜食品を選択する能力＞

7 事前の活動

児童の活動	・指導上の留意点	◎目指す児童の姿 【観点】（評価方法）
・備蓄食品アンケート （種類や量について）	・備蓄食品の例を提示することで、具体的なイメージを持ちながらアンケートに答えられるようにする。	◎家庭の様子を思い出してアンケートに答えている。 【主体的な態度】（アンケート）

8-1 本時のねらい

災害時に必要な備蓄食品について理解し、家庭内で用意しておく水や食品の組み合わせを考えることができるようにする。【思考・判断・表現】

9-1 本時の展開（1／2 時間目）

	児 童 の 活 動	指導上の支援（●）留意点（○）		資 料	◎目指す児童の姿 【観点】（評価方法）
		T1（学級担任）	T2（栄養教諭）		
導入 つかむ	1 事前に行ったアンケートの結果を見る。 ・1日当たり必要な水の量 ・家庭での備蓄食品について	○アンケート結果から、子どもたちの備蓄食品への意識が高まるようにする。	●アンケート結果が見やすいように大型テレビ画面に映す。	アンケート結果の集計	
	【めあて】 災害時に必要な備蓄食品リストをつくろう				
展開 さぐる	2 災害時に備えておく必要な水や食品の量を知る。		○事前アンケートでの予想と、実際の量の違いについて考えることができるようにする。	1日に必要な水や食品の量の表	
	3 学校給食の防災メニューを知る。 ・たきこみご飯 ・みそ汁	●備蓄されている食品のイメージがわくように、給食室倉庫の写真を大型テレビ画面に映す。	○学校給食でも防災メニューのひとつとして、台風献立があることがわかるようにする。 ○全校分の食品を備蓄するための工夫に気付くことができるようにする。	給食室倉庫の写真	
見付ける	4 「わが家の備蓄食品リスト」を作る。	○板書に書いてある1人分の必要量をもとに、家族分の必要量をイメージしやすくする。	○ロイロノートに家族の人数分の水やご飯をまとめることで、3日分の備蓄食品の多さを視覚的に感じることができるようにする。	水やご飯、その他の缶詰の写真（ロイロノート）	

			●おかずや果物、パンやビスケットの缶詰は各自が自由に選べるように資料を用意しておく。		
終末 決める	5 本時の学習をふり返る。	○どのような視点で備蓄食品を選んだかを発表できるようにする。	○児童の発言から、栄養バランスの視点をもつことが大切だと気がつけるようにする。		災害時に必要な備蓄食品について理解し、家庭内で用意しておく水や食品の組み合わせを考えている。【思考・判断・表現】（ワークシート）

10-1 板書計画

【めあて】 災害時に必要な備蓄食品リストをつくろう

1日に必要な備蓄食品（1人分）

4人家族に必要な備蓄食品

ふり返り

栄養バランスも考える

8-2 本時のねらい

災害時に必要な備蓄食品について、量や好みだけでなく、栄養バランスや家族の体調も意識しながら組み合わせを考えられるようにする。【思考・判断・表現】

9-2 本時の展開（2/2 時間目）

	児 童 の 活 動	指導上の支援（●）留意点（○）		資 料	◎目指す児童の姿 【観点】（評価方法）
		T1（学級担任）	T2（栄養教諭）		
導入 つかむ	1 学校給食と災害時に配給された 1 食分の写真から、感じたことを発表する。	●ただお腹を満たすだけではいけないのか、T1 と T2 が掛け合いをする。 (T1) 菓子パンだけの方が苦手な野菜もないうれしい。 (T2) 毎食菓子パンだけで本当にいいのか？	○2 枚の写真から、量や栄養バランスの違いについて目を向けられるようにする。	学校給食と配給の写真	
【めあて】 災害時の食事の栄養バランスを考えよう					
展開 さぐる	2 備蓄食品の栄養バランスを整える。	○備蓄食品を赤黄緑の栄養に分けた、三色分類表をもとに考えられるようにする。 ○前時に自分で選んだ食品から変更した点とその理由を書いてロイロノートで提出するようにする。	○東日本大震災では長期間にわたる食事の栄養管理が大きな課題であったことに気付くことができるようにする。 ○備蓄食品の栄養は黄（炭水化物）に偏りがちなので、赤（たんぱく質）や緑（ビタミン、食物せんい）を組み合わせられるようにする。	被災地での食事における栄養価グラフ 三色分類表 ロイロノート 備蓄食品リスト（紙）	災害時に必要な備蓄食品について、量や好みだけでなく、栄養バランスや家族の体調も意識しながら組み合わせを考えている。 【思考・判断・表現】（ワークシート）
見付ける	3 「わが家の備蓄食品リ	●家庭で準備しやすいように、ワークシート			

	スト」を完成させる。	にまとめるようにする。			
終末 決める	4 本時の学習をふり返る。	○作成した備蓄食品リストをもとに、家庭で準備する意欲につなげるようにする。	○高齢者や乳幼児、食物アレルギーをもつ人は、より食品の備蓄に配慮が必要だと気付くことができるようにする。		

10-2 板書計画

【めあて】 災害時の食事の栄養バランスを考えよう

給食の写真と被災地での配給食の写真

被災地での食事の栄養価グラフ

備蓄食品の三色分類表

ふり返り

11 事後の取組

児童の活動	・指導上の留意点	◎目指す児童の姿 【観点】（評価方法）
家庭で防災について話し合ったことや、実際に行動に移したことを交流する。	・ 事後に振り替える機会を設定し、継続した取組になるように助言をする。 ・ 授業内容についての学級だよりを配布することで家庭においても協力を得られるようにする。	◎今後の生活において、自分の成長のために決めた目標を実践しようとしている。【主体的態度】（ワークシート）