

**「みんなどうしてる?? 給食のあれこれ」PART2**

子どもが変容する効果があったと感じる食育活動を教えてほしいです。

<みんなの声（全国の栄養教諭等の有志の皆さん）>

- 変容を求めたいのですが、まずは計画的そして継続していくことが大事です。
- 事前アンケートで実態を把握し、児童の実態に合った授業により知識を向上させ、事後に家庭での頑張りカードに取り組みせることにより、意識と行動が大きく変容します。
- 事後指導が大切だと思います。（学んだことについて家庭にお知らせする、家庭でも自己決定したことについて取り組むなど）
- 内容も大切ですが、担任との連携が重要だと思います。担任に継続して指導してもらえると、変容があるように感じます。
- 子どもが今抱えている問題を確実につかみ、発達段階、能力に適した指導をすれば、子どもは自分を变えたいと思い、効果が出ます。
- 全体計画に食育活動を位置付けて関連性をもたせ、継続した内容にすること。そして子どもたちに切実感を持たせて、体験や体感、考える活動を入れたり、栄養士として科学的根拠を発達段階に応じてわかりやすく解説をしたりすると、説得力が増して行動変容につながりやすいです。
- 授業参観で朝食内容についての指導（親子で朝食内容を考える指導）
- 家庭での朝ごはんや晩ごはん、郷土料理作りを課題として預ける。
- 世界と日本の料理。食文化や郷土料理について教科と連携でき、生徒が他の授業とリンクして話すようになったと聞きます。
- 三色（黄・赤・緑）の食品についての話や、朝食や生活リズムの指導（家庭科や保健など）。日々の給食時間の励まし。
- 理科の消化と吸収の学習で、ごはんを食べて甘く感じるのが消化の第一歩というのを実際に食べて学んだら、よく理解してもらうことができました。以降、給食でもよく噛んで食べています。
- 掲示などで啓発しました。（以前は手に触れられるように工夫しましたが、コロナ禍では触れないようにしました。）今後はICTを活用していきたいです。
- 給食献立作成。生徒が考えて献立を実際に給食に登場させる。食品群の学習に合わせると効果的。近隣生産者（農家）の方を招いての講話。残菜がかなり減ります。
- 子どもたちに企画させる。自分で作る「弁当の日」
- 生活科で自分の育てた野菜を調理して食べてみる。

（「学校の食事 2月号」より一部抜粋）