

学校における「食育」に家庭科教育が果たす役割

渡部 佳美, 久山 明生^{*1}, 三浦 芳助, 瀬山 一正,
一ノ瀬孝恵^{*2}, 小林 京子^{*3}

(2010年10月12日 受理)

Role of Home Economics Education as in “Shokuiku (Education of Eating Habits)” in the Schools

Yoshimi WATANABE, Akio KUYAMA^{*1}, Yoshisuke MIURA, Issei SEYAMA,
Takae ICHINOSE^{*2} and Kyoko KOBAYASHI^{*3}

Abstract

Recently, our country has been having various types of problems for “food”. Therefore, in 2005 (Heisei 17 Year), the fundamental law of dietary education was established. Especially, the importance and necessity of Shokuiku (Education of eating habits) has been emphasized, because the health of children will be affected during their lifetime. In the same year, the system for teachers to give the lesson of nutrition has started at Primary School and Junior High School. The “Dietary Education” has started being provided for those students by using every opportunity and place.

However, those teachers, who have been providing the lesson of nutrition for students, have not been given any time for technical teaching, and have been extremely busy performing their primary food service. Therefore, it has been estimated that those teachers of nutrition are not able to have enough time to give a lesson to students in the classroom. That is why it has been considered that the cooperation with “home economics”, which is the subject to give a lesson to students in relation to food, will be highly significant in this case. However, the content of “home economics” has been gradually reduced, as the proposal of the school curriculum guideline has been amended and the teaching hours of such domestic science has been shortened. At present, it has been considered that the teaching hours and content of “home economics” shall need to be reviewed, as the nature of “Shokuiku (Education of eating habits)” has become significant.

^{*1} 広島女学院大学大学院人間生活学研究科研究生

^{*2} 広島大学附属中学・高等学校, 広島女学院大学生生活科学部講師

^{*3} 元広島女学院大学生生活科学部講師

はじめに

現在我が国で健康上最も問題とされているのは、死因の約28%を占める心疾患や脳血管疾患の要因となる糖尿病や脂質異常症、高血圧などの生活習慣病である。そのため、国民自らが食習慣の改善を行うことを目的として「食育」が重要視されはじめた。特に、子どもに対する「食育」は生涯の健康に与える影響が強い。このため、政府は「食育」に関する施策を総合的かつ計画的に推進すること等を目的に2005（平成17）年度に「食育基本法」を制定し、小学生・中学生に対する栄養教諭を中心とした「食育」を開始した。

学校教育の中で最も食生活と関連が深く、食に関する基礎的な知識と技術の習得をねらいとしている教科は「家庭科」であり、これまで、子どもたちの食生活に重要な役割を担ってきた。そのため、「家庭科」は「食育」に対し不可欠な教科であるといえる。しかし、「家庭科」は他教科に比べ授業時間数は少なく、指導内容も多領域にわたり、十分な「食育」を行いがたい。

学校教育に「食育」を取り入れることが必要であるといわれはじめた現代の社会において、最も食生活との関わりの深い「家庭科」教育が見直されるべきであると考えられる。

本研究では、我が国の食育の取組み、及び学校における推進状況を精査した。さらに、食育の中心となる教科である「家庭科」の食に関する指導領域の変遷を授業時間数との関連で考察した。

我が国における「食育」に関する施策

食育基本法

これまで厚生労働省、農林水産省及び文部科学省各々が食に関する問題に取り組んできた。それらを総合的かつ計画的に行うことを目的とし、2005（平成17）年度、内閣府が食育基本法を制定した。食育基本法において、あらゆる角度からみた我が国の現在の「食」の問題が取り上げられ、それらの解決に向けた国民の責務等が定められている。前文において食育を「生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきもの」と位置付け、「特に子どもに対する食育は心身の成長及び人格の形成に大きな影響を及ぼし、生涯にわたる健全な心身と豊かな人間性をはぐくむ基礎となる」とし、重要視している。

また、保護者と同様に子どもに対する影響が強い教育関係者の役割として、食育の重要性を十分自覚し、積極的に子どもの食育の推進に関する活動に取り組むこととされている。また第

十一条では責務として、「あらゆる機会とあらゆる場所を利用して他の者の行う食育の推進に関する活動に対しても協力するよう努めるもの」とされている。そして第二十条で、学校における食育の推進の施策例を挙げている。

このように、食育基本法において学校教育機関における食育は重要視され、細部にわたる内容が定められている。

次に食育基本法に基づく施策の流れをまとめた(図1)。

食育基本法第十六条に基づき食育推進会議は、2006(平成18)～2010(平成22)年度を対象とした食育推進基本計画を作成した。その食育推進基本計画では、教育機関における指導体制の充実として、指導の手引きを作成することが示されており、2007(平成19)年度、文部科学省は「食に関する指導の手引き」を作成した。また、これら食育推進基本計画に基づき行われた食育推進施策は、食育基本法第十五条に規定する「食育の推進に関して講じた施策に関する報告書(以下、「食育白書」とする。))として政府が毎年国会に提出しなければならない」とされている。

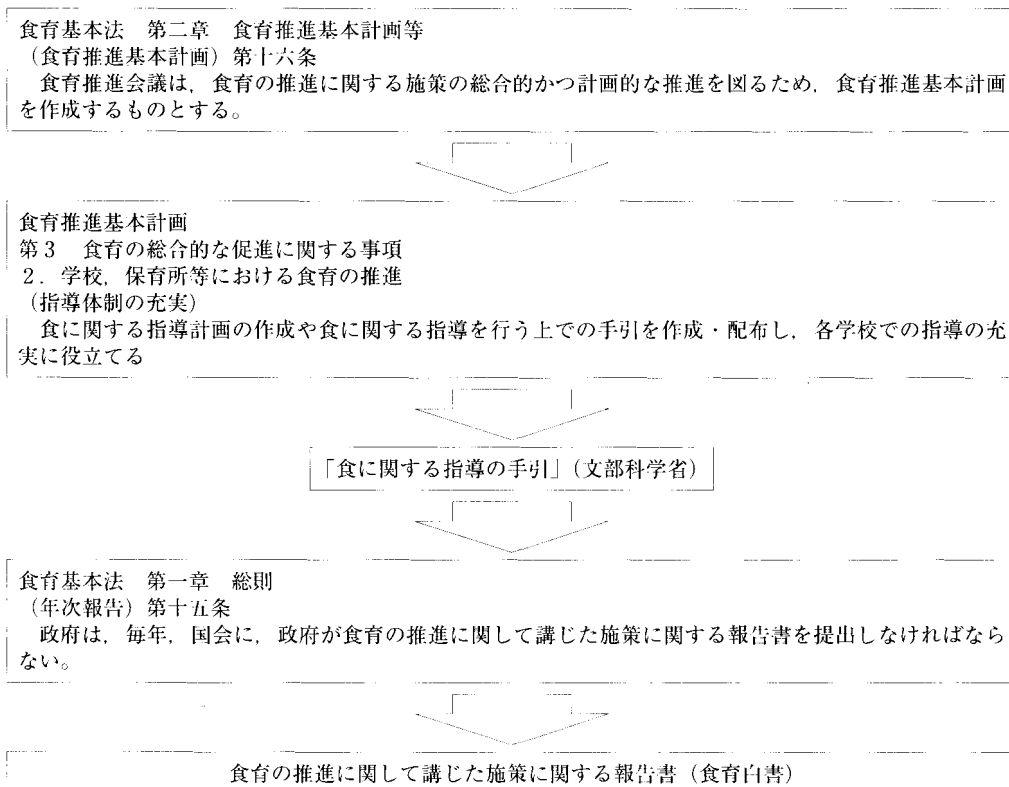


図1 食育基本法に基づく施策

食育推進基本計画¹⁾

食育推進基本計画は食育基本法に基づき、2006（平成18）～2010（平成22）年度の5年間を対象として、食育の推進に関する施策の総合的かつ計画的な推進を図るために必要な基本的事項を定めるとともに、都道府県や市町村が作成する基本計画の基本となるものとして作成された。

子どもの食生活の問題が大きくなる中で、学校、保育所等が果たす役割は大きい。そのため、学校や保育所等の関係者にはあらゆる機会とあらゆる場所を利用し、積極的に食育を推進することが求められている。また、子どもから家庭への波及効果も期待できるため、教育現場における食育が重要視されている。指導体制の充実においては、栄養教諭の役割や業務について主に記されている。更に、栄養教諭は食育を推進していく上で不可欠な教員であると、その必要性を強く表している。しかし、栄養教諭が中核であり、必要不可欠であるとする根拠は明確ではない。また、教育機関に対する栄養教諭の早期の配置を促しているが、指導時間の確保や学校全体における取組みが必要であり、栄養教諭の配置が整う事のみで食育の指導体制が充足できるとは考えにくい。また、これまで食に関する内容を指導していた主な教科である家庭科は、栄養教諭と連携して指導を行う教科の1つとされている。児童や生徒の実態を把握し、そのため、効果的な指導を行うためには担任教諭や教科担当教諭と十分な連携を行う必要があると考える。また、栄養教諭は指導を行う特定の教科などを持たないうえ、担任教諭や教科担当教諭が年間授業計画を作成するため、全ての教員との連携を個々に取り、計画に指導時間を組み込むよう努めなければならない、時間的・労力的に困難である²⁾。栄養教諭が食の専門家として中心となり食育を推進することは好ましいが、各学級を全て指導する立場に立つのではなく、担任教諭や家庭科、体育科といった各教科担当教諭が食に関する指導ができるよう、各教諭に対し、専門的な知識・技術を助言する立場として活躍すべきであると考えられる。

食育白書（学校における食育の推進）³⁾

2006（平成18）年度版から2009（平成21）年度版までの「食育白書」での学校における食育の推進報告をまとめると以下の9点である。

1. 栄養教諭の配置が増加した。
2. 学校給食法の改正により、学校給食の目標が充実し、栄養教諭の職務が法的に整備さ

れた。

3. 小学校、中学校、高等学校、特別支援学校の学習指導要領で「学校における食育の推進」が明確に位置付けられた。
4. 小学校低・中・高学年、中学校に対する食生活学習教材を配布した。
5. 子どもの生活習慣が健康や意欲に及ぼす影響等の調査研究を実施した。
6. 学校給食の実施率が増加した。
7. 学校給食における地場産物の活用が推進された。
8. 米飯給食の実施回数が増加した。
9. 食文化伝承の観点より、学校給食への郷土料理や伝統料理等が取り入れられた。

また、実際の取り組みから、学校教育において栄養教諭が中心となり食育を行うことの利点は次の3点である。①食の専門家である栄養教諭が中心となり各教科や特別活動等で実施される食に関する指導に関わることで、総合的な指導を行うことが可能である。②栄養教諭は学校給食の管理業務を行っているため、授業内容と関連させた給食の実施による効果的な指導が可能である。③一次予防の観点から、児童・生徒に対する個別指導や助言を行うことができる。

以上のことから、食の専門家である栄養教諭が中心となり学校教育における食育を推進することは有効であると考えられる。

このように、栄養教諭の配置数が増加し、学校給食の内容が充実したため、学校における食育の体制は整備されてきたといえる。しかし、給食の時間は短く、栄養教諭は指導を行う専門的な授業時間がないため、食に関する指導の体制が事実上整備されたとは考えにくい。そのため、食に関する指導を行うための直接的教科の授業時間数及び内容、給食の時間の充実が必要であると考ええる。

栄養教諭の現状と問題点

鈴木は栄養教諭および学校栄養職員（以下、「栄養教諭等」という。）の食育の実態調査を行い、栄養教諭制度における次の問題点を明確にした²⁾。

- 栄養教諭等が指導を行うためには、教員や学校の理解や受け入れが鍵となっている。
- 栄養教諭等は給食管理業務が多忙のため、指導の時間がとれない。

○栄養教諭等が指導を行うためには、教員や学校の理解や受け入れが鍵となっている。栄養教諭等が食育の実践をしやすい要因として、約70%が教員からの依頼や受け入れに対す

る理解と回答している。これは、栄養教諭等が専門の指導時間を持たず、担任や各教科担当教諭の指導時間を譲ってもらわなければならないためであり、教育現場における食育は人間関係に左右されているといえる。これにより、児童生徒に対する指導には学校毎だけでなく、学内においても差が生じると推察される。

○栄養教諭等は給食管理業務が多忙のため、指導の時間がとれない

栄養教諭等が食育の実践をしていない理由の過半数を給食管理業務が多忙であることが占めている。栄養教諭制度発足以前、学校栄養職員の主とする業務は給食管理業務であった。この業務が軽減されることなく新たな業務が追加された状態であるため、こういった結果が得られたものと考えられる。

これらのように、栄養教諭が配置されている学校においても、解決しなければならない課題があり、現在の児童生徒に対する食育には学校や学年・学級における差が生じていることが推察される。

また、小学校における食育実践の教科等及び学年の調査結果では、第5、6学年にのみである家庭科での実践率が全体の31.6%を占めており、給食の時間等の特別活動の43.6%に次いで多い状況にある。指導時間数でみた場合、家庭科の平均指導時間は2時間程度であるのに対し、他の教科等は1時間程度であり、家庭科が最も多くを占めていることが分かる。また、「調理」や「献立」に関する指導は家庭科のみで扱われている内容であった。この結果より、食に関する指導領域を持たない他の教科等よりも、家庭科は食育を実践するために有効な教科であり、第1学年から家庭科を設置することにより、より食育実践が可能であることが推察される。

食に関する指導の手引⁴⁾

「食に関する指導の手引」は、食育推進基本計画に基づき、学校における食育推進のための手引として2006（平成18）年度に文部科学省が作成したものである。「食に関する指導の手引」では、栄養教諭に期待される役割や、学校における食に直接関連する教科における「食に関する指導の進め方の例」等が示されている。特に家庭科で示されている指導の進め方の例は他の教科に比べ非常に多い。このことより、家庭科が食育推進において重要な教科とされていることが分かる。

家庭科の授業時間の変遷

家庭科は1947（昭和22）年度以前に行われてきた裁縫を中心とした女子に対する教育が元と

なり、男女が共に学ぶものとして作成された教科である⁵⁾。家庭科発足以来の小・中・高等学校における授業時間数の変遷を表にまとめた(表1～3)。小学校においては当初から男女共修科目とされていたが、中学校や高等学校において男女共修とされたのは1989(平成元)年度からである。学校における食に関する指導を中心となり行ってきた教科である家庭科は、授業時間数の減少とともに、内容が削除されてきた。特に大幅な授業時間数減少は、中学校における1989(平成元)年度の学習指導要領の改訂時である。1977(昭和52)年より技術・家庭科の

表1 小学校 家庭科の授業時間と特徴⁶⁾

作成・改訂年度	第5学年	第6学年	特 徴
1947(昭和22)年度	105	105	指導内容は部分的に男女別
1951(昭和26)年度	87.5～70*	87.5～70*	男女共通の学習経験・初歩的な技術や経験
1956(昭和31)年度	70	70	〃
1970(昭和45)年度	70	70	〃
1977(昭和52)年度	70	70	〃
1989(平成元)年度	70	70	〃
1998(平成10)年度	60	55	〃
2008(平成20)年度	60	55	〃

* 1951(昭和26)年度版では明確な授業時間が提示されておらず、年間1,050時間のうち25～20%を「音楽」「図画工作」「家庭」で配分された。表に示した数字は1,050時間の25～20%の授業時間数262.5～210時間をさらに3教科で均等に分配したと想定した時間数である。

表2 中学校 家庭科の授業時間と特徴⁶⁾

作成・改訂年度	第1学年	第2学年	第3学年	特 徴
1947(昭和22)年度	140	140	140	職業科の選択科目の1つ
1951(昭和26)年度	105～140	105～140	105～140	男女別
1958(昭和33)年度	105	105	105	男子向き、女子向き
1969(昭和44)年度	105	105	105	〃
1977(昭和52)年度	70	70	105	男子：技術系列から5領域以上 家庭系列から1領域以上 女子：家庭系列から5領域以上 技術系列から1領域以上 合計7領域以上
1989(平成元)年度	70	70	70～105	男女共修 (家庭分野の授業配当時間数は1/2)
1998(平成10)年度	70	70	35	〃
2008(平成20)年度	70	70	35	〃

表3 高等学校 家庭科の授業時間と特徴⁶⁾

作成・改訂年度	
1947（昭和22）年度	「家庭」は実業科の1つ 男女にひとしく必要だが、女子の一般家庭14単位履修（うち4単位は家庭学習） がのぞましい
1951（昭和26）年度	〃
1956（昭和31）年度	女子は4単位履修がのぞましい
1960（昭和35）年度	女子に「家庭一般（4単位）」必修
1970（昭和45）年度	〃
1978（昭和53）年度	〃
1989（平成元）年度	男女共修 「家庭一般（4単位）」「生活技術（4単位）」「生活一般（4単位）」から選択履修
1998（平成10）年度	男女共修 「家庭基礎（2単位）」「家庭総合4単位）」「生活技術（4単位）」から選択履修
2008（平成20）年度	男女共修 「家庭基礎（2単位）」「家庭総合4単位）」「生活デザイン（4単位）」から選択履修

履修方法が変わり、女子は5/7（70時間のうち60時間）以上、男子は1/6（70時間のうち10時間）以上の授業時間を家庭領域の履修を行うこととなった。しかし1989（平成元）年、技術・家庭科は男女共修となったものの授業時間数は増加しなかったため、男女共に家庭領域の履修は授業時間数の1/2（70時間のうち35時間）と減少したのである。

食に関する指導領域の変遷の考察

家庭科の小・中学校学習指導要領の食に関する指導領域においてこれまで削除されてきた内容より、特に現在の食の問題に対し再び必要であると考える内容を以下に示し、考察する。

- 食品の消化吸収率と、病人に対する消化によい食事の理解
- 食事の時間や分量、偏食による問題についての理解
- 幼児、成人、老人等の栄養管理の特徴の理解と献立作成能力
- 間食についての理解と調理技術
- 調味料の調理特性についての理解
- 台所の施設設備の合理的な利用方法の理解
- 廃棄物やごみの処理についての理解
- 食事作法（マナー）等の食事の社会的意義の理解

○行事食についての理解と調理技術

○食品の消化吸収率と、病人に対する消化によい食事の理解

食品を栄養価や鮮度、品質といった視点でみるだけでなく、それを食した際の消化吸収率について理解することは、健康を保持増進するための食生活で重要である。他の教科で学習した栄養素に関する知識と、体内での食品の消化吸収機構を、日常の健康状態と食生活に結びつけ指導することが「家庭科」では可能である。しかし、現在の小・中学校における指導内容には健康によい食習慣については取り入れられているが、疾病時の消化によい食事についての内容は取り入れられてはいない。食生活で疾病予防が可能であることだけでなく、疾病の回復にも食生活が重要である。食品には消化しやすいものとしにくいものがあること、並びに流動食等の消化しやすい調理の仕方があることについての理解は健康保持に重要であると考ええる。

○食事の時間や分量、偏食による問題についての理解

現在の食生活により引き起こされている心身の健康問題は、すべてが食事に適した時間や適切な分量を理解していない、もしくは理解はしているが実行されていないために引き起こされているものであると考ええる。そのため、食習慣が定着していない小・中学生に対し正しい知識を指導することは重要であると考ええる。

○幼児、成人、老人等の栄養管理の特徴の理解と献立作成能力

家族は様々な年齢や身体的特徴を持つもので構成されている。そのため、家族の食生活を管理していくためには、自らの栄養管理の特徴を理解するだけでなく、幼児や成人、老人等の栄養管理の特徴の理解が必要である。また、献立作成は栄養素の特徴だけでなく、嗜好や咀嚼・嚥下能力などを理解することも必要となる。家族を理解するうえでも、幼児、成人及び老人等の栄養管理の特徴を理解し、献立作成の能力を習得することは必要であると考ええる。

○間食についての理解と調理技術

現在、菓子類やジュース類が多種類流通しており、子どもたちの間食についての意識は、1日で不足する栄養素を補う目的から、空腹や嗜好を満たす目的のみに変化してきていると考ええる。あらためて子どもに対する間食についての理解や、自分で整える能力をつけるための指導が必要であると考ええる。

○調味料の調理特性についての理解

日常的に使用する調味料の調理特性を理解することで、調理に対する関心を持ち、応用力をつけることにつながると考える。

○台所の施設設備の合理的な利用方法の理解

調理の技術だけでなく、調理を行う台所の施設設備を衛生的に保つことができ、能率を考

えた流しや調理台の高さ・広さ・配置を理解することは必要であると考ええる。

○廃棄物やごみの処理についての理解

現在の様々な環境問題を改善するためには、各家庭における廃棄物やごみの処理が非常に重要である。ごみの分別方法等は地域によって異なり、その方法や必要性を理解しなければならない。また、廃棄物やごみの再利用といった観点の指導も必要であると考ええる。

○食事作法（マナー）等の食事の社会的意義の理解

来客時のもてなしとして、お茶の入れ方等や、招かれた場合の望ましい態度等の内容が示されていた。これらの内容は我が国で受け継がれてきた食文化である。また、現在家庭生活において「孤食」やテレビを見ながらの食事等が増加しており、食事が家庭生活の団らんにも大切であることが実感できない状況にある。子どもたちが自らの食事の環境を見直し、改善していくためには必要な内容であると考ええる。

○行事食についての理解と調理技術

地域の食文化と同様に、子どもに対し、我が国の伝統的行事食について指導することは、食文化の継承の面でも非常に重要であると考ええる。2008（平成20）年度の改定により、食文化に関する内容が再び示されたことは評価できる。

このように現在の食の問題に対応する内容が削除されているだけでなく、授業時間数が少ないことにより、提示されている内容に関しても児童生徒への知識や技術の定着が困難な状況にある。又、献立作成や調理実習を繰り返し指導することは困難な状況にあり、体験を目的とした指導となっている傾向がある。調理に関する指導や、調理実習を行うことが可能である教科は家庭科のみであり、児童生徒に十分な知識や技術を定着するためには、家庭科の授業時間数や内容を見直す必要があると考ええる。

お わ り に

2007（平成19）年度、厚生労働省は『「健康日本21」中間評価報告書⁷⁾』を作成した。ここで、バランスのとれた食生活の具体的な例である「食生活指針」や「食事バランスガイド」等が作成されているにも関わらず、2000（平成12）年度の「健康日本21」開始時よりも悪化している項目が多くみられた。特に、成人男性の肥満者増加、野菜の摂取量減少、及び20～30歳代男性の朝食欠食率増加といった、成人になってからの生活習慣の改善が非常に困難であり、子どもの頃からの教育が必要である事が分かる。

食育基本法では、子どもに対する食育を、心身の成長及び人格の形成に大きな影響を及ぼし、

生涯にわたる健全な心身と豊かな人間性をはぐくむ基礎とし、重要視している。食育推進基本計画では、子どもが日常生活の1/3を過ごす学校や保育所等における食育は、子どもだけでなく、家庭への良き波及効果をもたらすことも期待されている。そして、食育基本法や、それに基づき作成された計画書や指導書において、学校における食育は栄養教諭を中心とし実施されることが示されている。食育の年次報告である「食育白書」においても、学校における指導体制の充実として栄養教諭の配置状況が、指導内容の充実では、栄養教諭による取り組みが示されている。「食育白書」では、学校における食育推進は栄養教諭の配置や学校完全給食の充足のみが重要であるようにみえる。

栄養教諭の配置状況は増加してはいるものの、2009（平成21）年度においても、全小・中学校数の約8%であり、十分とはいえない。また、栄養教諭が配置されるためには完全給食の実施が条件となるが、中学校では実施率は75%であり、学校給食の実施率の面においても十分ではない。

また、栄養教諭等の実態調査において明確となった、専門の指導時間や指導書を持たないことや、主とする給食経營業務が多忙であること等を考慮すると、学校における食育は家庭科を中心に実践することにより、児童生徒に対する差のない知識・技術を習得させることが可能であると考えられる。しかし、家庭科の授業時間数は学習指導要領の改訂毎に減少しており、現在十分な授業時間数があるとはいえない。そのため、内容も過去の学習指導要領と比較すると不十分である。過去の学習指導要領の内容のうち、授業時間数の減少に伴い削除されたものには現在の我が国の食の問題に対応するため、必要であると考えられるものが多くある。特に、小学校における食品の消化吸収率の理解や食事の時間や分量、偏食による問題についての理解は、健康の保持増進に必要であり、再び取り入れられるべき内容であると考えられる。また、現在取り入れられている内容においても授業時間数が十分ではないため、児童生徒に知識や技術の定着が行えていない状況にある。家庭科では「家族・家庭生活」「保育・福祉」「資源・環境」「衣食住生活」と多分野にわたり、それぞれの関連をもたせた指導が行われている。すなわち、家庭科は他教科や給食の時間といった特別活動において実施された食育の内容を総合的に日常生活に結びつけることが可能である唯一の教科といえる。そのため、食育を効率良く推進するためには家庭科の授業時間や内容を見直す必要があると考えられる。

家庭科教員は栄養教諭制度以前に児童生徒の実態に応じた食の指導を実践してきた専門家であり、栄養教諭との連携により、より効果的な指導を行うことができる。そのため、学校における食育の指導は家庭科教員を中心として実践し、栄養教諭は学校全体の食育推進計画の中心となり、各学級を全て指導する立場に立つのではなく、担任教諭や家庭科、体育科といった各教科担当教諭が食に関する指導ができるよう、各教諭に対し、専門的な知識・技術を助言する

立場として活躍することが効果的であると考え。また、一次予防の観点から児童生徒の実態に応じた個別指導を中心として活動すべきである。

現在小学校における食育に非常に重要視されているが、小学校で習得した基礎的な知識や技術を定着し、応用力を身に付けるためには中・高等学校の青少年期における食育も重要視されるべきである。また、次世代の家庭経営の中心となる現在の中・高生は小学校の際に十分な食育を受けているとはいえ、急務であると考え。

これらより、我が国の近年の様々な問題な問題の解決に対し、子どもに対する食育の必要性が高まっている状況で、学校教育現場における全ての児童生徒に差のない食育の実践を行うためには、家庭科の内容の充実、及び授業時間数の増加（復元）が不可欠であると考え。

参 考 文 献

- 1) 内閣府, 「食育推進基本計画」, <<http://www8.8.cao.go.jp/syokuiku/about/plan/pdf/kihonkeikaku.pdf#page=1>>, (2010/8/7アクセス)
- 2) 鈴木洋子 (2007), 小学校における家庭科担当教員と栄養職員 (教諭) の連携による食育の実態と課題, 日本教科教育学会誌 30(2), p. 9-15
- 3) 内閣府, 「食育白書」, <<http://www8.cao.go.jp/syokuiku/data/whitepaper/index.html>>, (2010/8/7アクセス)
- 4) 文部科学省 (2008), 「食に関する指導の手引き」, p. 72-85
- 5) 筑紫恒男 (2000), 「家庭科教育50年—新たなる軌跡に向けて—」, 建帛社, p. 3-4
- 6) 文部科学省, 「過去の学習指導要領」, <<http://www.nicer.go.jp/guideline/old/>>, (2010/8/7アクセス)
- 7) 厚生労働省, 「『健康日本21』中間評価報告書」, <http://www.kenkounippon21.gr.jp/kenkounippon21/ugoki/kaigi/pdf/0704hyouka_tyukan.pdf>, (2010/8/7アクセス)