

フードデザインにおけるレシピ絵本（朝食編）の製作

～ホームプロジェクトと関連させた食育の推進～

1 実践事例について

専門教科「家庭」の科目である「フードデザイン」において、ホームプロジェクトと関連させてレシピ絵本を製作する。製作に当たっては、平成24年に愛知県総合教育センターが実施した「食」に関する実態調査結果（愛知県の高等学校4校合計993人）から、栄養バランスのとれた朝食献立の作成と調理技能の習得を目標に、食育推進を考慮した朝食についてのレシピ絵本を製作することにした。レシピ絵本については、これまで「休日のランチ編」などの製作を実践してきたが、今回は「朝食編」として、テーマを「読んだ人が作って食べてみたいくなるような朝食を絵本にしてみよう」と設定した。レシピ絵本を製作する前には、朝食についての考えや課題を発表し合い、食生活における朝食についての思考を深め、その内容を各自でアレンジし、レシピ絵本として作品に投影させることにした。また、製作後は、作品及び発表内容についてのコメントを生徒同士で出し合い、更に校内展示も行う。レシピ絵本は、各自で実践した内容とそれに関連した内容をまとめた記述並びに各自で調理した料理の写真を載せるだけでなく、絵本としての要素を含むことによって、読者の食に関する関心を、より引きつけるよう心がけるものとする。この学習を通して、食育の推進に寄与するとともに、言語活動を通して思考力・判断力・表現力を育成することをねらいとした。

2 学習活動の概要について

(1) 単元名

食育と食育推進活動

(2) 単元の学習目標

ア 食育基本法及び食育推進基本計画の趣旨を理解する。

イ 食生活を総合的にデザインするとともに、食育への寄与の方法について考えを深める。

ウ ホームプロジェクト「レシピ絵本の製作」の実践を活用して、食への関心を高める。

(3) 評価規準

〈関心・意欲・態度〉 家庭や地域における食生活上の問題点や課題を把握し、それらの課題の解決に向けて、食生活に関する実践活動に積極的に取り組もうとしている。

〈思考・判断・表現〉 栄養や調理等の習得した知識を生かして、食生活に関する課題を見つけ、課題解決を目指して、考えを深めようとしている。

〈技能〉 ホームプロジェクトの実践から発展させて、主体的に食生活を営むために必要な情報を収集・整理し、発表することができる。

〈知識・理解〉 食育基本法の趣旨を理解し、食育の重要性を認識する。

(4) 単元の工夫

ア 食育に関する実践活動に積極的に取り組むことができるように、レシピを絵本にすることで、食育への興味・関心を向上できるようにする。

イ ホームプロジェクトと関連させて、生徒が主体的に活動できるように、適切な課題を設定して、言語活動の充実を図る。

(5) 主な学習活動

ア 題材の指導計画（全12時間，授業は2コマ連続で実施）

学習項目（時）	学習活動（時）	言語活動に関する指導上の留意点
食育の意義（2）	食育基本法（1） 地域の食育活動について（1）	<ul style="list-style-type: none"> 地域の食育活動の在り方について，情報を収集・整理し，食育に関する活動について具体的に考えをまとめさせる。
家庭における食育推進活動（10）	【グループ発表】 朝食について考えてみよう（1） （別添資料1） ホームプロジェクトについて 【事前指導】 （別添資料2） （別添資料3） レシピ絵本の製作について（1）	<ul style="list-style-type: none"> 朝食を摂らない理由，朝食の効果，理想的な朝食についてグループで活発な意見交換ができるよう，言葉かけをしていく。 グループ発表で挙げた内容を基に，どのような朝食が適切か，またレシピ絵本にどのようにまとめるとよいのかを各自で考える。 一枚の画用紙で作るレシピ絵本の作り方を示し，提出日と評価の観点について説明する。 画用紙を絵本の形に整え，レシピ絵本をどのように仕上げるとよいか，絵本の美点にも着目し，試案を提示する。
	【調理・絵本製作】＊課題 調理（4） 「レシピ絵本の製作」（2）	<ul style="list-style-type: none"> 各家庭において調理を行い，調理記録や栄養・食品について絵本としてまとめる。
	【発表】 （別添資料4） 作品の発表（1本時）	<ul style="list-style-type: none"> グループ内で，製作した絵本を発表し，ワークシートを用いて，自分の作品の成果と課題及び発表者の作品についてコメントを記入していく。 コメントが批判的な内容にならないように留意し，肯定的なコメントを伝えることができるようにする。
	【展示の見学・まとめ】 作品展示の見学とまとめ（1）	<ul style="list-style-type: none"> 図書室で展示されたレシピ絵本の様子を見学することにより，多くの作品に触れ，視野を広げる機会とする。 レシピ絵本の学習，またフードデザインの授業全般を通して学んだことを自由に発言し，まとめの時間とする。 （図書室での展示方法については図書部教諭と生徒図書委員会に一任する）

イ 朝食について考えてみよう【グループ発表の様子】



朝食についてグループで意見交換



意見をホワイトボードにまとめる



朝食についての意見発表

〈グループから挙げた意見〉

○ 朝食を摂らない理由は何だろう

時間がない お腹がすいていない めんどく 食べるとお腹が痛くなる 家族が食べない
食べるより寝ていたい 食べたいものじゃない (パン派, ご飯派など) など

○ 朝食を摂るとどんなよいことがあるのだろう

目が覚める 脳が働く 集中力が高まる エネルギーになる 元気になる 意欲が湧く
お昼前にお腹がすかない 健康によい など

○ どんな朝食が理想だろうか

家族で食べられるもの 消化のよいもの フルーツ 和食 パンにもご飯にも合うもの
起きた瞬間に温かいものが食べられる 片手で食べられる 栄養満点 ボリュームのあるもの
など

ウ 本時の学習 (11/12時間)

(ア) 学習目標

- ① 自分の作品について、的確に説明できるようにする。
- ② 他者の作品に対する自分の意見を肯定的に伝えることができるようにする。

(イ) 本時の展開

製作したレシピ絵本の工夫した点や苦労した点・改善する点などをまとめ、6人グループになり、各自のレシピ絵本について発表する。発表後は、他者から絵本及び発表内容についてのコメントを聞く。

(ウ) 言語活動を通して、思考力・判断力・表現力を育成するための手だて

① レシピ絵本の製作

ホームプロジェクトの課題で朝食づくりに取り組ませ、調理法や食品・栄養についてレシピ絵本にまとめ、作成させる。自身の作品のよい点と課題や改善点について記述させる。

② 作品の発表

各自の作品を互いに発表させる。また、他者の作品や発表の様子について論評させる。

(エ) 評価の観点 (思考力・判断力・表現力)

- ① 自身の作品についてよい点を挙げ、新たな課題や改善点に気付いている。

② 他者の作品に触れ、互いの考えを伝え合うことによって、作品の見方や食生活の在り方についての考えを深めている。

(オ) ワークシートにおける評価

別添資料5のように評価基準例を定めた。

エ 授業実践を終えて

(ア) ワークシートの記述内容より (抜粋)

○ 自分の作品について

- ・ポイントや実践してみても分かったことも書き添えた。家族からコメントをもらい、次につながるようにした。
- ・トマトスープ一つでパン派、ご飯派、麺派など、どの主食にも対応ができるよう工夫した。栄養バランスも考えた。
- ・夏だったので夏野菜をたくさん使い、和食と洋食の2種類を考え満足いくものになった。
- ・カラフルにして小さな子どもにも読みやすいようにした。

○ 他者の作品について

- ・写真の使い方や豆知識が分かりやすかった。
- ・付箋などを使って分かりやすくなっていた。
- ・簡単に作られているが手抜きではなく、よく考えられていた。
- ・思わず触ってみたいくなるふわふわデコレーションが絵本に施されていた。

○ 他者の発表の仕方について

- ・声が大きく分かりやすい。ゆっくり話していたので聞きやすかった。笑顔がよかった。
- ・1ページ1ページ丁寧に発表し、作っている時のエピソードも話してくれて読みやすかった。
- ・反省をしっかりとっていて偉いと思った。今後に生かしていこうという気持ちを感じられた。
- ・苦労した点を上手に話していた。失敗例がおもしろかった。失敗は成功のもと！

○ 発表全体を通して

- ・いろいろ工夫がされていて朝でも食べてみたいと思うような作品ばかりだった。
- ・朝食はなかなか思いつかないが、みんなの作品を見ていたら、いろいろあるのだなと実感した。
- ・他者の意外な面がよく見えた。
- ・どの朝食も話を聞くと作ってみたいと感じた。
- ・表紙は最初に見るところなので、みんなレイアウトは大変凝っていた。
- ・お互いの工夫点や苦労点など見るだけでなく直接聞いたのがよかった。
- ・自分が思い浮かばなかった案や考えがたくさんあっておもしろかった。



発表の様子1



発表の様子2



レシピ絵本

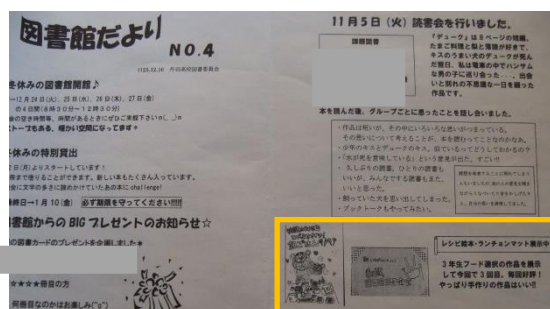
(イ) 生徒の変容

授業でレシピ絵本の作品についての発表を行うこと告げると、生徒は恥ずかしそうな一方で、自分の作った作品に自信を持っており、自分の作品を発表して見てもらいたい、という誇らしげな様子であった。また、他者の作品についても興味津々であり、見てみたいという様子だった。ワークシートの記述内容より、「自分の作品について」では、朝食ならではのポイントを押さえた点や工夫した点を明らかにし、絵本としての工夫点についても考えていた。「他者の作品について」では、自分の発想にないレシピ絵本の製作方法について挙げている生徒が多かった。また、「他者の発表の仕方について」では、発表の方法だけでなく、発表者の表情にも目が行き届き、どのように発表すると聞きやすくなるのかという点についてもよく考えていた。「発表全体を通して」では、「普段の授業と違って恥ずかしいけれど楽しい」という意見があったり、身を乗り出すようにして相手の作品を眺めたり、上手に読み聞かせをして「保育士さんのよう」という声も聞こえてきた。友達同士で言葉にして褒め合うという体験が少ない生徒もおり、作品や発表態度を褒められると顔を赤らめて嬉しそうにする様子も見られた。発表し、他者のコメントを聞くことで自己や他者への理解が深まり、作品への愛着も湧くようであった。

3 授業実践のまとめ

今回の実践では、「朝食とはこうあるべきだ」という内容を教師側が限定せず、「どんな朝食が理想なのだろう」と生徒に考えさせた。心身の健康を保つために朝食が大切であることは理解しているが、時間がない、めんどろ、食べるより寝ていたい、食べたいものではない、などの理由から、朝食は作ることも食べることも敬遠されがちである。しかし、これらのことを踏まえた上で、どんな朝食だったら食べてみたいかと実際に考え、調理し、レシピ絵本という形にまとめ、表現することとした。さらに完成したレシピ絵本を発表し、グループ内で情報や学びを共有することにより、朝食についての理解を深めることができた。そして多くの作品に出会い、他者の意外な一面も知ることができた。

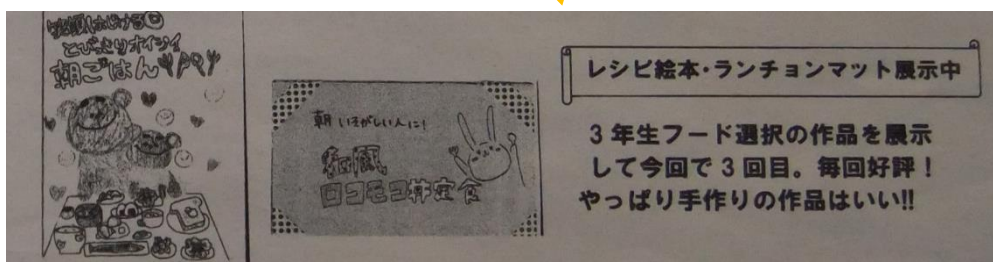
また、本校図書館で作品を展示し、多くの生徒の目に触れる機会ができたことにより、生徒の自信につなげることが可能となり、授業内容の定着がより深まったものと考えられる。



図書館だよりへの掲載



図書館での展示の様子



4 授業実践の成果と今後の課題

朝食作りは、その目的をどこに定めるかにより、調理のねらい（調理時間・手軽さ・栄養面・共食など）が異なる。今回は、その目的を生徒自身が考え、自分だったらこんな朝食を食べてみたい、またみんなに食べてもらいたいという献立をレシピ絵本に仕立てた。そして、完成したレシピ絵本を発表することによって、さらにより多くの朝食作りについての技能や考え方を学ぶ機会となった。今後は、科目「家庭基礎」においても、体験的な学習への言語活動の効果的な取り入れ方について検討していきたい。

〈参考・引用文献〉

『高等学校学習指導要領解説家庭編』 文部科学省 平成 22 年 1 月