

# 高等学校における豊かな人間形成に関わる食の教育

## －食育を通しての道德教育－

発表者：會田友紀  
指導教員：押谷由夫先生

### I. 問題の所在

高等学校における様々な問題の中で、特に家庭環境が与える生徒への心理的影響は大きい。家族や友達とコミュニケーションがうまくとれない生徒、自分に自信が持てない生徒、困難に挑戦していく逞しさが乏しい生徒などが増えていると感じる。

私が担当する食物科※1は、週1回の調理実習の授業がある。そこで1班4～5名のグループで、準備、料理、試食、片付け、清掃までの一連の作業を行っている。また、文化祭などでは外部の人々を招き、普段の一連の作業にサービスをプラスして、おもてなしの心を養う授業を展開している。調理実習というチームワークで行う作業によって、食物科の生徒達は、他科の生徒と比べ自ら考え行動する生徒が多いのではないかと考えた。そして、3年間の生徒の成長を考察すると、思いやりの心や生命を大切に作る心などの道德的価値には、「食」が深く関係していることを感じる。

滝村氏<sup>ii)</sup>は、料理を作ることを通じチームワークや段取り力(=仕事力)のアップ、加えて「誰かのために作る料理、作ったごはんを食べてもらおう幸せ」等をアピールした。その上で、こうした思いを感じることで、幸せな人生・豊かな人生についての共有を提起した。

食育基本法が制定されて、「食」への関心が高まる中で、問題点が数多く挙げられている。ある新聞の諸説<sup>iii)</sup>に次のような記事が掲載された。「現代っ子の食生活を『ニワトリ症候群』と呼ぶ。独りで食べる『孤食』、朝食を抜く『欠食』、家族がばらばらなものを食べる『個食』、好きなものばかり食べる『固食』。この頭文字を取ればコケコッコとなるからだ。」という内容である。また、足立氏<sup>iii)</sup>は、「孤食」の増加とそれに伴う心身両面の問題の深刻化を指摘し、ひとり食べをしている子どもは家族と一緒に食事を摂る子どもと比較して、食態度、

食事内容、食行動、健康に関して問題点が多い、または深刻であるという実態を報告している。

国民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育むための食育を推進することは、極めて重要であり、高等学校における役割も大きい。そこで、豊かな人間性や創造性を備えた人格の完成を目指すには、道德教育は必須である。学習指導要領には、「学校における道德教育は、道德の時間を要として学校教育活動全体と通じて行うもの」と明記されている。<sup>iv)</sup> 食育を通して道德的な心情、判断力、実践意欲および態度などを養うことができることを考察し、高等学校における新たな食育の在り方を提案したい。

※1 埼玉県の私立高等学校の食物科。各学年80名在籍。卒業時、調理師免許取得。

### II. 研究の目的

1. 食育を通して、感謝の心や思いやりの心が育まれ、他者への理解も深まることの検証をする。
2. 食育を通して、コミュニケーション力の向上に繋がることの検証をする。
3. 「食」に対する欲求が満たされると人間形成や道德心にどのように影響を及ぼすのか検証する。
4. 高校生の食事に対する実態調査を通じて友人、家族、地域との望ましい在り方を考察する。
5. 高等学校における新たな食育の在り方を提案し、道德教育に効果的な指導プランの作成を行う。

### III. 研究方法

1. 先行研究(文献研究)の分析
2. アンケート調査による実態把握と考察

## IV. 章の構成

### 第1章 高等学校における豊かな人間形成と課題

- 第1節 高校生の発達特性と発達課題
- 第2節 高等学校における道徳教育
- 第3節 高等学校における道徳教育の課題

### 第2章 高等学校における食の教育

- 第1節 豊かな人間形成と食の教育
- 第2節 家庭科における食の教育
- 第3節 高等学校における食に関する課題と展望

### 第3章 高校生の食に対する意識と食生活の実態

- 第1節 食物科生徒の調査
  - 第2節 既存の調査データの分析
    - (1) 農林中央金庫のアンケート調査結果
    - (2) 食育白書のデータ
  - 第3節 高校生の食生活指導に対する課題
- ### 第4章 高等学校における食教育の実践事例
- ### 第5章 具体的提案
- ### 第6章 まとめ・今後の課題

## V. 研究内容

本発表では、以下の部分を取り上げる。

### 第3章 高校生の食に対する意識と食生活の実態

- 第1節 食物科生徒の調査
- 第2節 既存の調査データの分析
  - (1) 農林中央金庫のアンケート調査結果
  - (2) 食育白書のデータ

#### 《食物科3年生のアンケート調査》

【調査内容】学習指導要領の「道徳の内容」4項目（12問）と家族との食事状況に関連した4問の質問をした。（以下の通り）

- 問1 規則正しい生活習慣を心がけ、自分の健康の増進に努めるようになった
- 問2 目標に対して意欲的に取り組むようになった
- 問3 何事にも自主的に考え、取り組むようになった
- 問4 他の人々に対し思いやりの心がもてるようになった
- 問5 信頼できる友達ができ、互いに励まし合うことができた

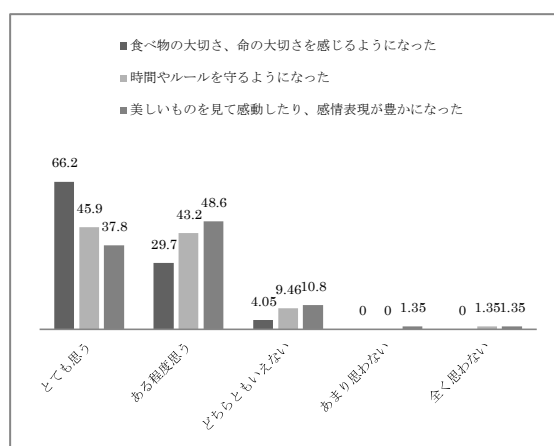
- 問6 礼儀の意義を理解し、適切な言動がとれるようになった
- 問7 食べ物の大切さ、命の大切さを感じるようになった
- 問8 自然の大切さを感じたり、自然環境について考えるようになった
- 問9 美しいものを見て感動したり、感情表現が豊かになった
- 問10 クラスの一員としての自覚や、物事に対しての責任感が強くなった
- 問11 協調性（協力することの大切さ）が身に付いた
- 問12 時間やルールを守るようになった
- 問13 家の手伝いをするようになった
- 問14 自分が家族の為に料理を作ることが増えた
- 問15 家族と一緒に食事をする機会が増えた
- 問16 家族との会話（コミュニケーション）が増えた

【調査対象】食物科3年生 74名（男子 28名・女子 46名）

【調査期日】平成25年1月

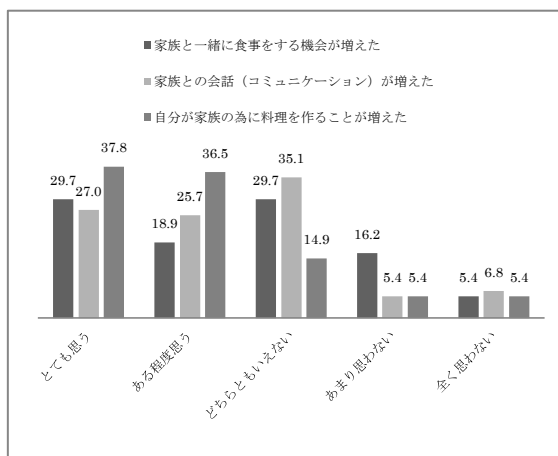
#### 【アンケート結果】

- ① 「とても思う」「ある程度思う」の男女合計の上位3項目は次の通りである。
  - ・「食べ物の大切さ、命の大切さを感じるようになった」…95.9%
  - ・「時間やルールを守るようになった」…89.1%
  - ・「美しいものを見て感動したり、感情表現が豊かになった」…86.4%



- ② 「あまり思わない」「全く思わない」の男女合計の上位3項目は次の通りである。
  - ・「家族と一緒に食事をする機会が増えた」…21.6%
  - ・「家族との会話（コミュニケーション）が増えた」…12.2%

・「自分が家族の為に料理を作ることが増えた」  
…10.8%



### 【考察】

質問項目は道德の4つの視点を基に、内容項目に添うようなものとした。今回は食物科3年生のみ実施したもので比較となる対象はないが、アンケート結果から、3年間の食育を通した学びによって、高い道德性が身に付いたと推測される。授業における調理実習では、挨拶や返事の徹底、料理や清掃の時間厳守、実習班でコミュニケーションをとって協力する事や、テーブルマナー等を身に付けさせると共に食文化、栄養学や食品衛生学等の授業が展開されている。

実際、被験者の集団においても②の結果、家族とのコミュニケーションや一緒に食事をする機会が増えていない生徒もいるが、①の時間やルールの遵守や食べ物や命の大切さが身に付いている生徒が多く散見される。

今後、このデータを分析し、食育と道德教育の研究を深め、孤食の改善に繋がる解決方法を探っていきたい。

### 《農林中央金庫のアンケート調査》<sup>7)</sup>

このアンケートは農林中央金庫が東京近郊の高校生400人を対象に、現代高校生の「食」に関する意識と実態を探ることを目的に「現代高校生の食生活、意識と実態調査」を実施したものである。また、2006年と2012年を

比較し、高校生の意識の変化を探っている。

#### 1) 食生活の実態

① 1週間に家で「朝ごはん」を食べる回数は？  
食べる相手は誰？

「毎日」食べている割合は前回68.8%→今回72.5%と増加している。また、一緒に食べる相手は「きょうだい」(47.9%)が最多であり、「ひとりで」(37.8%→44.7%)の割合も半数近くとなった。ひとりで食べる理由は、家族と生活時間が違うことが主な理由だった。

② 1週間に家で「夕ごはん」を食べる回数は？  
食べる相手は誰？

「毎日食べる割合は(81.0%→77.8%)とわずかに減り、週平均の回数も(6.5回→6.4回)とわずかに減少した。一緒に食べる相手は、「母親」(82.5%)、以下「きょうだい」(68.0%)、「父親」(45.8%)と続く。注目すべきは、「ひとりで」(20.3%)にも達することである。

#### 2) 食事の時の行動・習慣

①家で食事の時にしていることは？家族と何を話す？

「家族と話をする」(70.3%→85.0%)、「テレビを見る」(65.3%→84.3%)が8割と多く、食事中は家族団欒の時間としている人が多いことが伺える。一方、「携帯電話でメールをする」(15.3%)や「だまって食べているだけ」(10.0%)も1割以上見られた。家族と話す内容でも、「友達のこと」(35.0%→56.5%)、「学校で起きた出来事」(48.5%→62.5%)と食事の時の会話が以前に比べて活発になっている様子が伺える。

②食事を残すことがある？残してしまったらどう思う？

残すことについて、「もったいない」(37.0%→73.5%)、「作ってくれた人に悪い」(34.3%→59.0%)と罪悪感を抱く割合が非常に高くなっている。

### 3) 食との関わり方

①料理や食べ物、食べ方について、誰から学んできた？

「母親」(91.5%)、「父親」(55.0%)と両親が多く、食育における家庭の重要性が伺える。次に「学校の授業(調理実習)」(21.8%→40.0%)の影響も大きい。

②家で手伝いはする？何をしています？

食事の支度を手伝う頻度について、前回は「全く行わない」が約4割(39.5%)だったが、今回(20.8%)と半減した。とりわけ、男子(62.0%→29.5%)で大幅減となった。手伝いの内容としては、「食器を並べる、料理を運ぶ」(80.1%)が突出してるなか、「食事の支度」(37.2%)にも注目したい。

### 4) 食に関する意識

①食について、関心があることは何？

男女ともトップは「料理の作り方」(61.8%)で、前回調査から大幅に増加した。その他、「おいしい食品・店」、「からだに良い食べ物」、「栄養」、「食の安全」などこの6年ほどで高校生の食への意識が劇的に変化した。

#### 【考察】

食育基本法が制定されてから、家庭や地域、教育現場で食育に関する様々な取り組みが行われてきた結果が伺える。前回(2006年)と今回(2012年)の調査を比較すると、大きく数値が増えて、食に関する関心や食生活の改善が見られている部分も多い。そして、高校生の食生活、意識に対する変化や問題点が浮き彫りになってきた。ここでは注目すべき点を2つ挙げる。

1つめは、料理の作り方に興味がある生徒、家で食事の支度(料理)をする生徒が増えていいる。そして、食べ物を残すことについて、「もったいない」「作ってくれた人に悪い」という罪悪感を抱く生徒が増えていることである。料理に興味を持ち、自分で作るようにな

ると、今まで作ってもらっていた側から立場が変わることで、相手の立場にたって物事を考えることができるようになったからではないかと考える。

2つめは、ひとりで食べる「孤食」の現状である。家族で食を共にすること(共食)が家族団欒の時間と考え、それを望んでいる高校生も多い。しかし、高校生になると、部活や塾などで家族との生活時間が違うことや、共働きの両親という家庭環境によって家族で食を共にすることが難しい現状である。

食育白書によると、家族と食事をするについて、「重要である」と思っている人は約9割と多いが、「スケジュール調整をしよう」と思う人は約4割にとどまっている。ライフスタイルや家庭の様態が多様化している中、孤食を無くすことは難しい問題だが、改善の方向へと目指していくことが課題である。高等学校における新たな食育の在り方の提案により、生徒の道徳的価値の自覚を深め道徳的実践力の育成に繋がれたらと考える。

## VI. 今後の課題

今回の勤務校でのアンケート結果を踏まえ、食育を通しての道徳教育を検証していく。その為に、文献研究などで高校生の発達特性と発達課題を考察するとともに、多くの事例研究を進めていきたい。そして、高校生自身が道徳的価値を深く自覚できるような指導を目指していきたい。

## VII. 主な参考・引用文献

- i) 平成24年版 食育白書
- ii) 朝日新聞 2008年1月6日「天声人語」
- iii) 足立己幸・NHK「子どもたちの食卓」プロジェクト (2000) 知っていますか子どもたちの食卓  
食生活からからだと心がみえる 日本放送出版協会
- iv) 押谷由夫編著(2011)「自ら学ぶ道徳教育」保育出版社
- v) 第2回 現代高校生の食生活、意識と実態調査  
農林中央金庫 2012年5月9日

