

第2学年 家庭科
「よりよい食生活を目指して」

1 学校名・職氏名

周南市立岐陽中学校 教諭 河原 咲子

2 生徒

2学年 30名

3 学習指導案

(1) 題材名

よりよい食生活を目指して

(2) 題材設定の意図

① 生徒観

本生徒は、食に関する興味・関心が高く、授業にも意欲的に取り組もうとしている。しかし、多くの生徒が家庭での家事経験が乏しく、食事の準備や食品の購入への関わりが少ない。また、生徒は、食品選択において、体や環境に良いものを選ぶべきであるということは知っているが、それが実生活に十分に生かされておらず、食に関する消費行動が社会へ与える影響まで意識している者はほとんどいない。

② 教材観

本単元「よりよい食生活を目指して」では、食生活を取り巻く課題について考え、解決策を工夫していくことを主なねらいとしている。

生徒の食生活を取り巻く環境は、近年大きく変化し、食品や食材は作るものから買うものへと認識が変わってきている。また、食品の安全において、異物混入や食品偽装、食中毒など様々な問題が発生している。さらに、日本の食料自給率は39%と先進国の中でも極めて低く、食品ロスは年間500万～800万トンもあり、食品が経済、環境に与える影響も大きい。そのため、消費者は様々な視点から食品を見極め、自分にあったものを選択する必要がある。

③ 指導・支援観

本時では、ジャッジゲームを活用し、生徒の中で葛藤したり、自分の選択を話し合わせたりすることで、多様な視点や価値観に気付かせたいと考える。また生徒は、あいまいな情報や安直な考えで選択することも考えられるため、情報カードを用意することで、正しい情報を得るとともに、根拠をもとに話し合うことにつながられるようにした。

(3) 学習指導計画（全2時間）

| 次 | 小題材名 | 時数 | 主 眼 |
|---|------------|-----|---------------------------------------|
| 1 | 食生活を取り巻く課題 | 1時間 | 日本の食生活に関する課題を理解し、解決に向けての工夫を考えることができる。 |

| | | | |
|---|--------------|-------------|---|
| 2 | よりよい食生活を目指して | 1時間 (本時) | ジャッジゲームを通して、安全や環境にも配慮した食生活に関する消費行動を考えることができる。 |
|---|--------------|-------------|---|

(4) 本時案


① 主眼

ジャッジゲームを通して、安全や環境にも配慮した食生活に関する消費行動を考えることができる。

② 評価の観点

ジャッジゲームの食に関するそれぞれの課題について、相手が納得できるように、自分の考えとその根拠を明確にして、伝えることができる。

③ 学習過程

| 学習活動 | 予想される生徒の反応 | 教師の支援 |
|-------------------------------|--|---|
| 食品を選ぶときはどのようなことを気にしているか。 | | |
| 1 食品を購入する時に何を気にするかを考える。 | ア 商品の製品情報に関する項目 (価格、内容量、消費・賞味期限、エネルギー量など) イ 安全性・環境に関する項目 (安全性、農薬の有無、食品添加物、生産地、旬、簡易包装、マークなど) ウ 販売広告に関する項目 (CM放送、新発売など) | <ul style="list-style-type: none"> 自分だけでなく、家族が気にしていることなども問いかける。 生徒から出された視点を3つ程度の項目にまとめて、明確化していく。 「選ぶ理由は、人それぞれであり、同じ人でも時と場合によっても異なることがあるが、自分の消費行動に責任をもち、納得した食行動を取るために考えていこう。」 |
| 食生活のさまざまな場面で、どのような判断をするか考えよう。 | | |
| 2 グループを作り、ジャッジゲームのルールを確認する。 | グループ・・・5人組 ゲームの進め方 ①問題カードを読み上げる。問題の答えは「A」「B」のどちらかにする。 ②問題に対し、自分ならどう判断するかを考え、決まったカードを裏返しにして出す。 ③グループ全員が出し終わったら、一斉にカードを表にする。 ④多数派になった場合は「青色座布団」を1枚もらえる。一人だけ違うカードを出した場合は「金色座布団」をもらえる。 ⑤多数派もしくは「金色座布団」をもらった人から、その理由を順に話す。 ⑥全員を納得させる判断とその理由を言った人は「説得力あり」のカードをもらう。 ⑦他者の意見は絶対否定しないこと。 |  |

| | | |
|---|--|---|
| <p>3 ジャッジゲームを通して、食行動について考え、どちらかを選んだ場合のメリット、デメリットを確認し、情報を共有する。</p> | <p>ア 自分の考えを伝え、他者の意見を聞き、一つの判断でも、多様な視点があることに気付くことができる。</p> <p>イ メリット、デメリットを考えた上で、自分の判断を理由も含めて述べることができる。</p> <p>ウ 他者の意見を聞き、自分が納得できる答えを見つけることができる。</p> | <ul style="list-style-type: none"> 消費行動に責任感を持たせるために、自分の判断基準で決定させる。 生徒がもっているあいまいな知識や誤った情報を全て鵜呑みにしないために、情報カードを用意し、選択理由の根拠を示しやすくする。 他者の意見を聞く場を設けることにより、自分の考えを深化することにつなげる。 |
|---|--|---|

問題 1
 あなたは子育て中の親。子どものおやつに出すプリン 選ぶならどっち？
 A：3 個 150 円（原材料：ぶどう糖果糖液糖、砂糖、乳製品、食用油脂、水あめ、デキストリン、デンプン、卵黄粉末、食塩、寒天、ゲル化剤（増粘多糖類）、香料、Ph 調整剤、カラメル色素、カロチン色素）
 B：1 個 150 円（原材料：生乳、卵、砂糖、バニラビーンズ）

問題 2
 お客さんを招いてのホームパーティー。サラダで使うきゅうり 選ぶならどっち？
 A：佐賀県産無農薬曲がったきゅうり
 B：周南市産無農薬ではないがまっすぐきゅうり

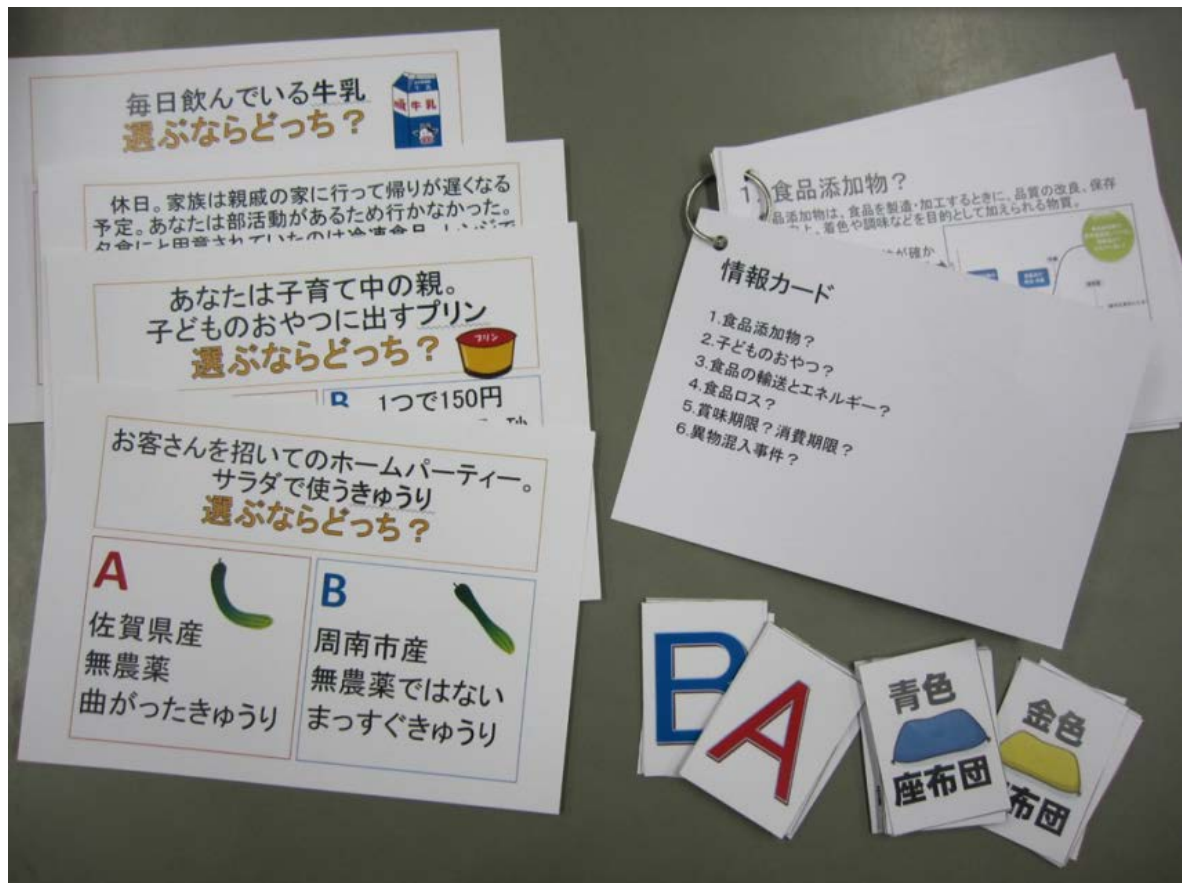
問題 3
 毎日飲んでいる牛乳 選ぶならどっち？
 A：新鮮な 1 週間後賞味期限の牛乳
 B：2 割引きのシールの貼られた 2 日後賞味期限の牛乳

問題 4
 休日。家族は親戚の家に行って帰りが遅くなる予定。あなたは部活動があるため行かなかった。夕食にと用意されていたのは冷凍食品。レンジで温め、いざ食べようとした時、たまたま付けたテレビに、東北地方で同じ冷凍食品に異物（ビニールの破片）が混入していたとニュースが流れた。部活が終わり腹ペコで帰ってきたあなた 選ぶならどっち？
 A：そのまま冷凍食品を食べる。
 B：不安なので食べずにがまんする。



| | | |
|-------------------|---|---|
| <p>4 振り返りを行う。</p> |  <p>ア 商品を選択することによるメリット、デメリットを考えて、納得して商品を選んで行きたい。</p> <p>イ 同じものを買うのにも、状況によって選ぶものが違うことが分かった。買うときはいろんな視点で商品を選びたい。</p> <p>ウ 安さや量ばかり見て買っていたが、安全性などにも気をつけて選んでいきたい。</p> |  <ul style="list-style-type: none"> • 食品の安全性についての情報の共有や意見交換をすることを「リスクコミュニケーション」と言う。 • 「私たちは消費者であり、消費を通して社会や環境に影響を与えている。責任ある消費者として、よく考え納得して選択することが、社会を変えていくことにも繋がる。」  |
|-------------------|---|---|

《資料》
【ジャッジゲーム】



【生徒のワークシート】

家庭科

No.18

よりよい食生活をめざして

めあて ジャッジゲームを通して、食生活に関する消費行動を考えることができる。

1. 商品を選ぶときに気をつけていることは？

消費期限がなるべく先のものを選ぶ、鮮度が高いもの、CM、産地を見る、量、値段、今家にあるもの、新発売

2. ジャッジゲームをしよう

| 選ぶ食品 | 人数 | メリット | デメリット | |
|------|----|------|-----------------------------------|----------------|
| 冷凍食品 | A | 3 | お腹がすいているので食べる。入っているから自分で分れるから。 | 危険が高い |
| | B | 2 | 入っている時、味をこからたべたくなくなるから。 | 食べられない |
| 牛乳 | A | 1 | 新鮮な方が良いから。 | 2割引きではない。 |
| | B | 4 | 2日以内のものから。賞味期限がから大丈夫。(消費期限ではないから) | はやくの手付けはけはならない |
| プリン | A | 2 | 安い。食品添加物の入ったものを1日1個食べるくらいなら大丈夫。 | 食品添加物が入っている。 |
| | B | 3 | 自分で食べる側から、150円のプリンの味が安いから。 | 高い。 |
| キャウリ | A | 5 | ラダラらキャウリを切るから曲がっているも同じ。無農薬の安心。 | 地産地消ではない。 |
| | B | 0 | 地産地消になる。鮮度が高い | 無農薬ではない |

家庭科

No.18

よりよい食生活をめざして

めあて ジャッジゲームを通して、食生活に関する消費行動を考えることができる。

1. 商品を選ぶときに気をつけていることは？

消費期限、産地、今家に何があるか、CM、見た目、量、値段、鮮度、新発売

2. ジャッジゲームをしよう

| 選ぶ食品 | 人数 | メリット | デメリット | |
|------|----|------|------------------------------|----------------------|
| キャウリ | A | 4 | 無農薬の安心、曲がったキャウリの色がおいし。 | 調理はいい。 |
| | B | 1 | 同梱中産、手早く使えやすい、もって、あふらなければいい。 | 絶対に安全とはいえない。 |
| プリン | A | 4 | 安い | 安全かはわからない(食品添加物が多い) |
| | B | 1 | 安全 | 高い。 |
| 冷凍食品 | A | 3 | 食べたいから食べるからいい | おかしら、異物が入っているかもしれない。 |
| | B | 2 | 健康が不安、心配 | 食べられるものも食べられない。 |
| 牛乳 | A | 3 | おいし、安心してのれる | 少しBに比べて高い。 |
| | B | 2 | 安い。 | 賞味期限が短い。 |

4 指導上の工夫

商品を選ぶ理由は、人それぞれであり、同じ人でも時と場合によっても異なることがあるが、自分の消費行動に責任をもつことが必要であることを伝えることで、多様な意見を引き出すことや消費者として自覚をもつことを意識して行った。

生徒同士だけでは、メリット、デメリットを出し合うだけに終わり話し合いが深まっていかなかったため、ゲーム中は机間指導を行いながら、生徒に切り返しの問いかけを何度も行い、生徒の考えに揺さぶりをかけるようにした。また同じ選択肢でも、視点の違いや判断の線引きをさせることで、人によって価値観が違うことを感じさせた。

5 成果と課題

(1) 成果

生徒の感想より

○何か1つだけで、どの食品を買うのかを決めず、いろいろな面を見てよく考えてから買うようにしていこうと思った。それぞれの食品にはメリットもデメリットも必ずどちらもあると思うので、適当に決めず、健康や環境のことも考えていきたいと思う。

○食品を選ぶのにたくさん意見がでた。人それぞれ食品を選ぶ視点が違うことが分かった。自分とは違う意見でも納得することができた。

- 今までは食品を選ぶときあまり深く考えていなかったが、やはり口にするものだから安全な物を選んで、自分が安心できるものを食べたいと思った。よく考えて無駄にならない選び方をしたい。
- 期限や鮮度のことは、口ではああだこうだ言っているけど、基本気にせずに選ぶことがほとんどなので、いろいろな人の意見を聞けて良かった。これからは安全性にも配慮して選んで食べるのもいいなと思った。
- 今後は、メリット、デメリットを考え、自分の理由に一番合ったものを選ぶようにしたい。家族や周りの人にも教えたり、伝えたりしたいと思った。
- 私たちが買っている物は、リスクを減らせるようにいろいろな人の意見を重ねて安全性を高めているんだなと感じた。

ジャッジゲームをすることで、自分ならどうするかを真剣に考えながら、活発に意見を交換する姿が見られ、意思決定能力の育成につながられた。授業を通して、生徒の商品選択の視点を広げることができたと感じる。さらに、授業終了後も違う班の生徒とどちらを選んだのかを話し合う姿が見られた。家でも保護者と話したと翌日報告してくる生徒もおり、学習内容が授業内だけでなく、生活や家庭ともつなげることができたと考える。

(2) 課題

生徒の考えの変化がわかるようにするために、ワークシートに自分の選択がわかるようにしたり、人の考えを変えるような説明ができた人に説得力ありのカードを渡したりするなど、ワークシートやルールの見直しが必要である。また、生徒同士だけでは、話し合いを深めることができていないグループもあり、話し合いを深めるための支援や工夫も今後の課題である。

6 授業検討会での主な意見

(1) 授業実施前に学習指導案の検討を行った際の主な意見

- 生徒が食べたり、買い物をした際に、自分たちの選択が社会にどのような影響を与えるのかを考えさせるような授業がよい。例えば、外食の際に食品ロスをなくすために、ご飯少な目で注文するとか、実際に行動につながるような授業がよい。
- ジャッジゲームについて、中学生が実際に遭遇しそうな問題を出題することが大事。
- 主眼の所が「考える」だけになっているが、行動し実践できるような授業にしてほしい。
- あまり盛り込み過ぎると大変だが、一つのものに対する深い見方を学んでほしい。エコを考えた消費行動など、家で親などに話せるような知識を得てほしい。

(2) 授業実施後の主な意見

- ジャッジゲームの内容は、家庭科は生活に密着した内容になるので、生徒の家庭環境などに配慮が必要。この授業のゲームの事例はよく考えられている。
- ジャッジゲームを行うことが目的でなく、ゲームを通じて意思決定能力をつけることが大切。時と場合によって選択が異なるということにつなげてほしい。
- ジャッジゲームで、情報カード（ジャッジゲームの問題に関連した情報を提供するカード）を配ったのはよかった。情報カードを見て意見を変える生徒もいたし、判断の科学的な根拠につながっていた。ただ、このカードをうまく使っていた班

とそうでなかった班があった。

- 商品を購入することは、その商品に一票を入れることと同じということ、そして、生産者を動かすということに触れていたことが素晴らしかった。
- ジャッジゲームのルールがやや複雑だった。ゲームのルールが徹底できていない班もあった。

7 消費者教育アドバイザーの総評

(1) 消費者教育アドバイザー

(公財) 消費者教育支援センター客員研究員
元埼玉県東松山市立大岡小学校校長
横山 和子

(2) 総評

① エコロジカルで総合的な観点をもつ質の高い授業

本授業は、食生活の分野での消費者の意思決定を取り上げ、消費者市民としての育成を図ることを試みた先進的な授業の一つと言える。中学生により良い意思決定、より良い消費者市民としてのあり方を考えさせるために、座学で理論的に教えるだけではなく、より実践的な態度を身に付けさせるための工夫として、生徒に身近な食品を扱ったゲームの活用を図っている。

授業の内容は、食品を購入する際にどのようなことに気を付けるか、その意思決定について生徒が話し合うものである。具体的には、生徒に身近な4つの食品について、それぞれ2つの選択肢から選び、その理由や判断基準を話し合う。その際、教員は生徒の何気ない言葉を見逃さず、発言を的確に受け止め、生徒の話し合いを深めたり、幅をもたせたりする工夫を図っていた。

また、「商品を買うことは、生徒会の選挙と同じで、消費者が商品を買うことは、その商品や企業に投票することである」という授業者の言葉に消費者・社会の一員を育てていこうとする強い意思を感じた。消費行動を行う際には、安全や環境に配慮するのはもちろんであるが、同じ人でも、その時の状況で、判断基準が異なることも見据えており、心や家族関係も大事にする家庭科の授業として、きわめて質が高く充実した授業であった。

② 生徒に身近な食材を扱った教材研究

当初、市販のゲームを使う予定であった。しかし、ゲームとしてはクオリティが高いが、授業では少しそぐわない面を感じ、検討会で考えることにした。どんな視点で、どのような食品を選択するか等を検討した結果、最終的に、おやつプリン、ホームパーティのサラダのきゅうり、牛乳、冷凍食品といった生徒に身近でしかも手に入りやすい食材を選び、それぞれ条件を付けて選ばせる形になった。教えるべき内容、教えたい対象、教える立場の思いの3つを踏まえた教材開発となった。

授業では、教員が自作した教材として、思考のヒントとなる「情報カード」や学習の蓄積の「振り返りノート」を準備し、さらに、班活動の経過時間がわかるように大きな時計をマグネットで黒板に取り付ける等、生徒の実態に配慮した工夫もされていた。

③ 学校・行政・地域の専門家との連携と授業者の思い

検討会には、周南市中学校の家庭科主任会の先生方、周南市消費生活センター、山口県地域消費者団体連絡協議会、山口県消費生活センター職員がメンバーとして

参加した。消費生活の専門家と県の行政担当者が、専門的な立場からアドバイスを
行い、教員側は、学習指導要領の内容や授業者の思いを伝えることで、両者の観
点をうまく融合させた授業であった。

アクティブラーニングが注目されているが、本授業においても生徒の話し合
いや思考を深める班活動が積極的に行われ、実践的な意思決定の学習が行われ
た。「生徒が現在や将来において、購入の際、メリット・デメリットを理解し
て判断できる力を付けたい。生産者・企業に知らせるのも重要である。これら
を理解させ、消費者・社会の一員としての消費者市民の素地を作っていきたい。」
という教員の想いを大事に育てていきたい。

今回のような意思決定の学習を積んだ生徒は、近い将来大人になり、良識の
ある市民となることが期待でき、家庭での役割や消費生活の幅も広がると思
われる。学校教育における消費者教育の果たす役割が期待されている今、地
域や家庭との連携にもつながるこの授業の取組は、非常に意義があるもの
と言える。