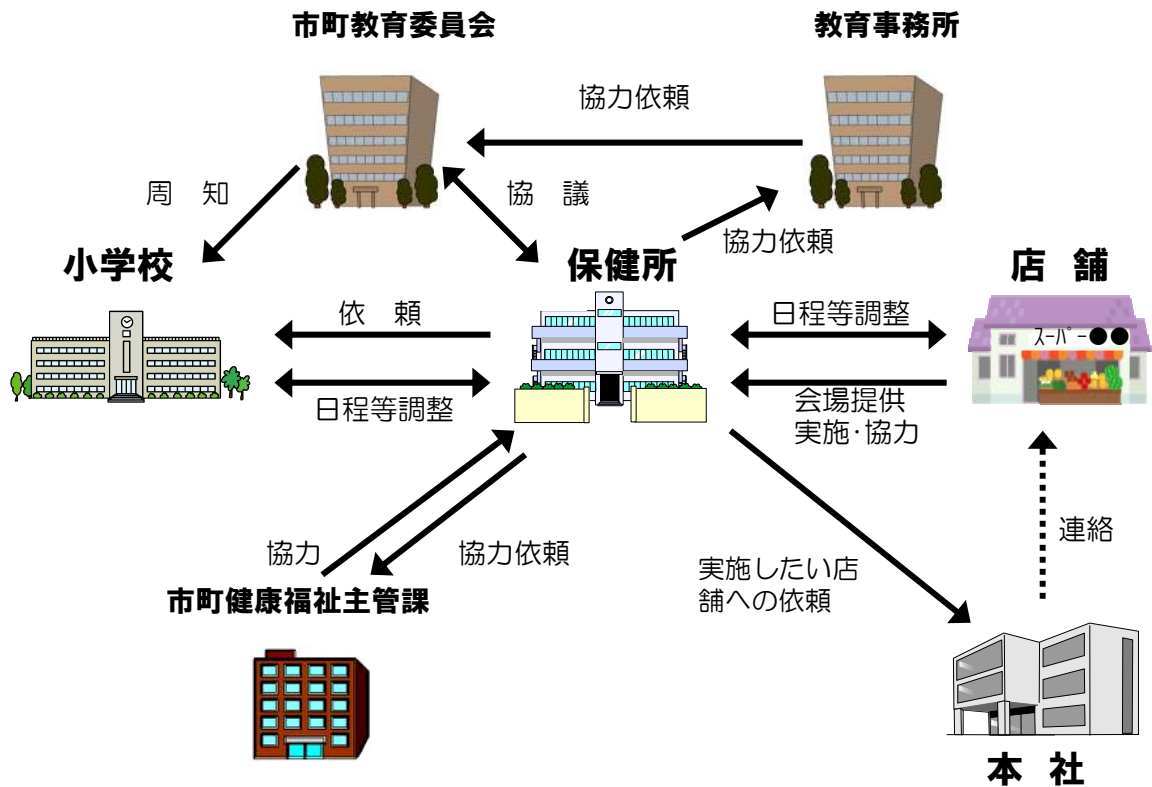


【村山保健所】

○ 事業の進め方



○ 概要

体験学習名	小学校等とスーパーとの連携による食育推進事業 ～スーパーアドベンチャー～
実施時期	実施期間：平成19年～平成21年度 実施時期：通年
協力機関等	教育事務所、市町教育委員会、市町健康福祉主管課、小学校、スーパーマーケット
実施会場	社員食堂など、児童が座って学習できるスペースを有するスーパーマーケット
対象学年	第3学年 ～30人程度/回
指導者等	①学級担任 ②保健所管理栄養士 ③スーパー担当者
教科・単元名	社会科、総合学習等
事業のねらい	児童の「食」への関心を醸成するとともに、児童を通し保護者への食育の動機付けを行う。
特記事項	年度当初に各小学校に希望調査を行い、参加希望のあった小学校について事業を実施した。

○ 指導の流れ

時間	学習活動	担当		準備物
		保健所	スーパー	
9:00～ 9:50～	会場準備、教室準備 児童到着 出迎え	担当職員 管理栄養士		ホワイトボード、垂れ幕、配布資料※、調理器具
10:00～ (会場)	開会、あいさつ 事業説明	管理栄養士	店長等担当者	
10:05～ (会場)	講義(授業) 三色食品群について 食事バランスガイドについて お買い物ゲームについて	管理栄養士		三色食品群(台紙、食品マグネット)、食事バランスガイド(台紙、料理マグネット) ミッションペーパー ¹⁾ 、パンダ、鉛筆(各班1つ)
10:20～ (野菜売場)	お買い物ゲーム(班ごと) 売り場の説明 (プライスカード、産地表示の見方等) 指定書に基づき、売り場でお買い物 専用レジで清算	管理栄養士	店長等担当者	
10:50～ (会場)	お買い物ゲームの答え合わせ	管理栄養士		お買い物ゲーム答え合わせ表 ²⁾ 、マジック
11:00～ 11:30	調理実習と試食 包丁を使わずに簡単にできる料理の実習と試食 (こまつなとチーズのわさび醤油和え) 三色食品群ミニテスト まとめ、終了 児童見送り	管理栄養士	店長等担当者	調理器具、レシピ ^(図1) ミニテスト用紙 ³⁾ 、鉛筆 アンケート用紙(帰校後記入)
～11:50	後片付け 撤収	担当職員		

※配布資料…げんきのひみつ、食事バランスガイド、小松菜とチーズのわさびしょうゆ和えレシピ(レシピ例)

1) お買い物ゲームミッションペーパー(例)

お買い物ゲーム ミッションペーパー

次に書いてあるものに当てはまる野菜を、お店の売り場で探して
買い物してみよう。

全部で、600円以内になるようにしましょう。

買ってくるものは、それぞれ1種類ずつにしましょう。

班

ミッション(買うもの)	買ったもの	正解
ミッション1 緑色の濃い野菜		
ミッション2 外側と内側の色の違う野菜		
ミッション3 山形県でとれる野菜		

2) お買い物ゲーム答え合わせ表(例)

お買い物ゲーム答え合わせ表

	ミッション①	ミッション②	ミッション③	合計金額
1班				
2班				
3班				
4班				
5班				

3) 三色食品群ミニテスト(例)

「黄色」・「赤色」・「緑色」のグループに入る食べ物
の名前を、1つずつ書いてみましょう。

班

	食べ物の名前
黄色	
赤色	
緑色	

図 1 調理実習 レシピ例、準備物品例

<レシピ例>

こまつな と チーズのわさびしょうゆあえ

材料(6人分)

こまつな(1箱)	250~300g
プロセスチーズ(4枚)	40g
かにまぼこ(4本)	40g
だし汁(小さじ2)	10g
しょうゆ(小さじ1と1/2)	9g
わさび(少々)	20g
さとう(少々)	
のり	1/2枚

1人分栄養価 エネルギー 30kcal
たんぱく質 3.2g カルシウム 135mg
脂 質 1.9g 食塩相当量 0.9g

作り方

- 1 かつおぶしでだしをとる。
- 2 こまつなは洗って、塩を入れたお湯でゆで、水にとる。
- 3 プロセスチーズ4枚を8等分に切る。
- 4 かにまぼこ4本を縦にさく。
- 5 湯のボールにさとうを入れ、だし汁、小さじ2としょうゆ小さじ1と1/2、わさびを入れ混ぜ合わせる。
- 6 こまつなを入れたボールに、チーズ、かにまぼこを入れて、軽く混ぜ、お湯を捨て、水で洗う。
- 7 のりを細かくちぎる。
- 8 お湯をきり、ちぎったのりをかける。

山形県村山保健所

<調理実習準備物品(1班6人分)>



- ・ボウル大
小松菜1袋分を茹で3cm長さに切っておく。
- ・小皿
かにかまぼこ4本、切れてるチーズ4枚分を横8等分に切ったもの。
- ・のり(半型1枚)
- ・角バット
ボウル小(砂糖1つまみ)、計量カップ(しょうゆ、だし汁各50cc)、チューブわさび(1本)、計量スプーン(小さじ2本)、菜ばし(1膳)

レシピ(1枚)、盛付け用カップ(6つ)、試食用箸(6膳)、アルコール消毒スプレー(1)、ビニール手袋(6組)、台ふきん(1)、

他)麦茶用のジャグ、麦茶、紙コップを準備する。

○ 成果と課題

(1) 実績

年度	学校数(校)	クラス数(クラス)	班編成(班)	児童数(名)
19年度	8	16	89	480
20年度	14	33	170	925
21年度	13	25	119	644
合計	35	64	378	2,049

参考)

19年度 山形市のみ実施。
20年度～山形市、寒河江市、東根市の3市に拡大。

(2) 内容

ア 平成21年度お買物ゲームの状況(全119班分集計)と課題

①金額(600円以内)

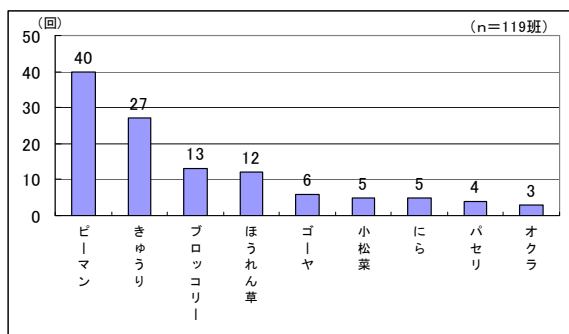
平均金額	最高金額	最小金額
359円	597円	154円

②ミッション別野菜購入状況

お買物ゲームの各ミッションで購入された野菜の回数を集計した。

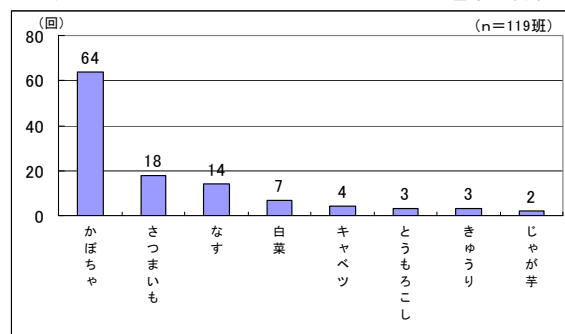
答え合せの際「緑色の濃い野菜」は緑黄色野菜を正解としているが、きゅうりを購入する班が多くみられるため、解説が必要となる。また、栄養講話の三色食品群では、いも類はごはん等と同じ黄色に分類している。買物ゲームでは野菜を指定したが、いも類を購入しても正解とした。いも類を購入する児童も多くみられるため、三色食品群の黄色と緑色の理解が混乱しないように説明が必要である。

ミッション1 緑色の濃い野菜



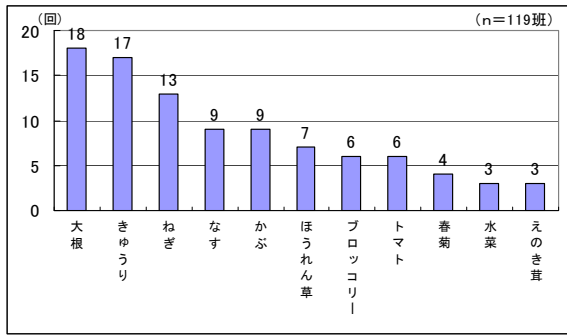
1回: つるむらさき、アスパラ菜、三つ葉、パピローフ

ミッション2 内側と外側の色の違う野菜



1回: ゴーヤ、つるむらさき、玉ねぎ、長いも

ミッション3 山形県でとれた野菜



1回

ウラ、キャベツ、白菜、いんげん、おかひじき、みょうが、生しいたけ、小松菜、なめこ、ししとう、にんじん、まいたけ、甘とうがらし、さといも

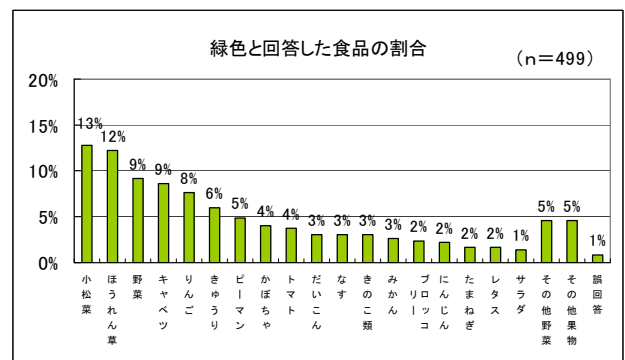
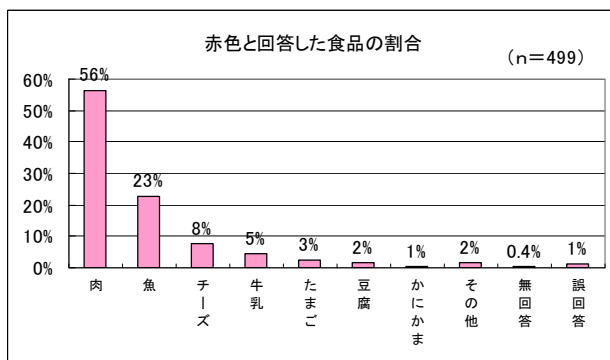
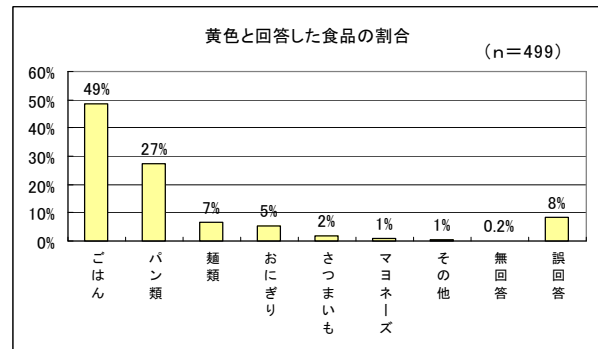
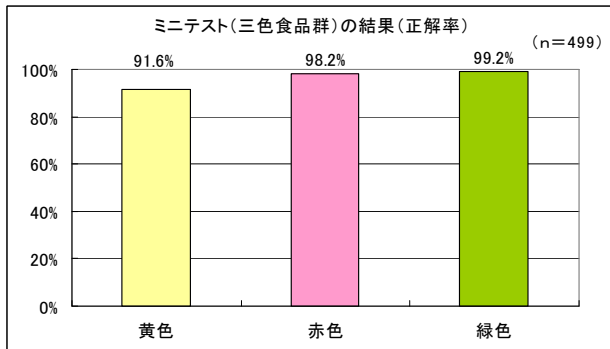
2回

パセリ、つるむらさき、えだまめ、ひらたけ、ブリークス

イ 平成21年度 三色食品群ミニテスト集計状況と課題

栄養講話で説明する三色食品群の理解度を測り、評価資料の一つとするため、調理実習終了後、黄・赤・緑色に分類される食品を1つずつ記入してもらいミニテストを実施した。(21年度は6校、13クラス、延べ499名に実施。5クラス145名については時間の都合上実施せず。)

三色とも正解率は9割を超え、三色食品群については概ね理解が得られている。しかし、赤色、緑色に比べ、黄色の正解率が低い傾向にある。黄色の誤回答の例としては、チーズ、バナナ等があり、食品の色と混同する児童もみられる。また、買物ゲームや調理実習で使用した食品を回答する児童がみられるため、それぞれの場面において、児童が混同しないように説明が必要である。



ウ 事業後の感想

事業終了後、「楽しかったこと」「わかったこと」の2項目を記入してもらうため、アンケート用紙⁴⁾を配布。学校に戻ってから記入してもらい、後日回収した。

アンケートからは食事バランスの大切さに気付いたり、食事や調理に興味をもつなど、食生活への関心の向上がみられた。また、家族にも教えてあげたい、家でも料理を作ってみたなど家庭への波及効果があったと思われる。

【児童の感想より抜粋】

楽しかったこと

- ・お買物ゲームは難しいけどみんなで一緒に探すと楽しかった。
- ・小松菜とチーズのわさびじょうゆ和えはわさびのかおりがきいていておいしかったので、家でもつくってみたい。

わかったこと

- ・わたしはちょっと食べ物のバランスがくずれていると思うので野菜もたくさん食べて、えいようを整えていきたいと思います。
- ・お店にはってある「こま」には、なんにも意味がないと思ったけど、みんなが食事をバランスよく食べてもらうためにはってあることがわかった。わたしもバランスよくいい体にしていきたいと思った。
- ・山形県でとれた野菜がいっぱいあった。こんどから野菜を楽しく笑顔でいっぱい食べます。

【担任の先生より】

- ・栄養のことや自分の体をつくる食品など、いろいろ関心が広がったようです。
- ・食に関してとても興味をもち、給食の見方も変わったようです。
- ・野菜や栄養バランスについて興味をもったようです。調理実習もかんたんでおいしかったそうで、さっそく家で作ってみた子もたくさんいました。

【参加してくださった先生からご意見】

- ・指示を出したり話を聞かせる場面では集中させるとよい。
- ・買物ゲームでは、間違いは適確に指摘していただきたい。
- ・野菜にしぼった買物ゲームや調理は、子どもたちにも取り組みやすい内容であったし、今後の生活、食事場面に生きていくと思うので大変良かった。

4)アンケート用紙(例)

○ 経費 1回あたり 約3,000円

内訳	食材料費	2,000	小松菜、チーズ、かにかま、わさび、調味料等
	消耗品	200	試食用カップ、ラップ、ビニール袋等
	参加賞	800	消しゴム等