

2. 総務省「『域学連携』地域づくり活動」事業

生坂村通学合宿における食育活動～人間健康学部健康栄養学科学生の学習～

人間健康学部健康栄養学科 廣田 直子

はじめに

長野県では、異年齢の子どもたちが共同生活を行いながら通学する「通学合宿」を、県内に広く普及させようとしている。通学合宿の目的として、共同生活における生活体験を通じてお互いの立場を理解し、自らの役割を認識して協力し合う心の育成、基本的生活習慣の確立や日常生活に必要な生活技能の習得、子どもの社会力や生きる力の向上などが挙げられている。

生坂村の通学合宿は、生坂公民館が総務省「『域学連携』地域づくり活動」事業として、小学校4-6年生を対象に、松本大学、生坂小学校が協力するという形で実施されている。

生坂村通学合宿のねらいとして、以下の項目が挙げられている。

①家族と離れることで、家族が担っている日常の生活を体験し、その苦勞の一端と自立していくためのきっかけをつくり、家族への感謝の気持ちと心を育む。

②学年の違う子どもたちと団体生活することにより、「自主」、「協調」、「責任」、「おもいやり」などの資質を養い、社会性を身につける一助とする。

③各公共施設等の利用を通じて、規則やマナーを学び公衆道徳を身につける。

2013年度からこの事業に関わっている松本大学健康栄養学科の学生も、この通学合宿を通して子どもたちに対する食育などを実践する場を得ている。その活動に参加することで学ぶことも多い。

本報告では、松本大学人間健康学部健康栄養学科廣田（栄養教育）ゼミナールの学生が取り組んだ生坂村通学合宿における食育に関する活動と、学生の学びを中心にまとめる。

(1) 参加学生

松本大学人間健康学部健康栄養学科廣田（栄養教育）ゼミナール 2014年度3年生8名

(2) 通学合宿における大学の関わりと活動内容

松本大学の学生が2014年に実施した通学合宿時の食育活動は以下のとおりである。

- ① 夕食3回分、朝食3回分の献立を立案（立案した献立内容は、表1のとおり）
- ② 食材発注表の作成と、購入時のサポート
- ③ 当日の調理サポート
- ③ 夕食後に実施する子どもたちを対象とした食育

表1. 通学合宿時の献立内容

食 事	献立内容
1日目の夕食	カレーライス・果物
2日目の朝食	ご飯・みそ汁・納豆・焼き魚・炒め野菜
2日目の夕食	手巻き寿司・お茶
3日目の朝食	おにぎり・豚汁
3日目の夕食	ご飯・中華スープ・ぎょうざ・ゆで野菜
4日目の朝食	サンドイッチ・スティック野菜

献立作成時の留意点

- 事前ミーティング時の児童の希望をとり入れる
挙げられたメニュー：サンドイッチ、コーンポタージュ、ぎょうざ、カレーライス、手巻き寿司、チャーハン、豚汁
- 複雑な操作が少なく、児童が調理できるもの
- 児童の食物アレルギーに配慮する
- できるだけ調理時間が短いもの

併せて、合宿時には、子どもたちが安曇野市明科のスーパーマーケットで買い物をすることになっていたので、そこで購入するものと農協に頼んでおくものに分類して、発注表を作成した。

また、事前の活動として、合宿当日までに、小学生との事前ミーティングと事前説明会が1回ずつ開催され、参加した。

(3) 通学合宿の食育実践に向けての準備

9月14日(日)～15日(月)

通学合宿時の夜の学習時間に食育講座を組み入れていただいた。通学合宿直前、ゼミナール生は、その実践に向けて、互いにディスカッションを重ねて、教育活動内容の検討と教材作成を行った。

昨年度に引き続き、「野菜と友だちになろう！」をテーマとし、楽しく参加できるプログラムになるよう工夫した。



学生たちは子どもたちの意見を尊重して、適切にアドバイスをを行うことができた。



○夕食の準備

9月17日(水)

○朝食準備

○夕食の準備

○特別学習(松本大学学生による食育)

夕食の片づけを終えた後、事前に検討した内容にそって、食育活動を行った。子どもたちはグループごとにクイズの答えを考え、楽しく熱心に取り組んでいた。

(4) 通学合宿への参加

9月16日(火)～19日(金)

生坂小学生の通学合宿のサポートのために、アウトキャンパススタディとして廣田ゼミナール3年生8名と廣田が参加した。

なお、体調が悪く欠席した児童がいたことから、当日参加した小学生は、申し込み者10名のうち9名(6年生女子4名、5年生男子2名、4年生女子3名)であった。

※途中で、4年生の女子児童1名が体調不良で、帰宅した。

以下に、当日の様子を紹介する。

9月16日(火)

○開講式

○ラフティング：子どもたちとともに村内の犀川に行き、ラフティングを行った。子どもたちとの交流を深める上で有意義な活動であった。

○スーパーマーケットでの食材購入：子どもたちとともに食材の買い出しに出かけた。子どもたちは購入リストを確認しながら、品物を選び、無駄な買い物をしないように心がけていた。普段、家族といっしょに買い物をすることで、日常の中で知識を得ているように感じた。





野菜に関するクイズ対抗戦では、子どもたちはいきいきと楽しそうにクイズにチャレンジしていた。クイズだけではなく、最後に野菜摂取に関するまとめを入れているところが、よく考えられていた。子どもたちは熱心にメモをとっていたが、これは、しっかり準備してきた学生たちの苦勞の賜物といえる。



(5) 通学合宿に関する総括的評価

通学合宿終了後に、今回参加した子どもたちを対象としてアンケート（生坂村公民館作成）を行った。また、今回参加した廣田ゼミナール3年生を対象として、アンケート調査を行い、成果と課題をまとめた。

以下に事後アンケートの結果を示す。

表2. 事後アンケート結果：児童

	はい	いいえ
通学合宿参加による意識や習慣生活などの変化があったか	7人(87.5%)	1人(12.5%)
合宿中の調理は楽しかったか	8人(100%)	0人

変化があったと答えた内容（保護者のコメントも含む）

- ご飯づくりなど、大変だったから、積極的に手伝おうと思った
- 早起きが習慣づいた
- 親がいないと自分で考え行動するような自律心が芽生えた気がする
- 食事についても、作り方など気にかけて聞いてくるようになった
- お手伝いを自分から進んですることが多くなった

調理をする中でできるようになったこと

- 包丁の持ち方
- 献立に入っていた料理をつくれるようになった
- サンドイッチをつくれるようになった
- リンゴの切り方を覚えた



9月18日（木）

- 朝食準備
- 学生とのお別れ会：サポートする学生が入れ替わるため、夕食後に、子どもたちとのお別れ会が開催された。
- 夕食の準備
- 特別学習（生坂中学校 前教頭 北野先生による「星空観察」）

9月19日（金）

- 朝食の準備
- お見送りと終わりの挨拶
- 最後の片づけ

- みそ汁をつくれるようになった
- 手巻きずしの、たまごをうすくやいて、お皿にもるのが楽しかった

食育講座

- 知らないことを学ぶことができた
- 食育学習はクイズでいろいろ楽しく覚えられてよかった
- クイズのような問題をといたことが楽しかった
- 食育のことを楽しく学べてよかった

事後アンケート結果：学生

成果、学修できたこと

- 事前準備を十分行っておく必要性を学んだ（5人/8人）
- 調理作業での児童に対する支援方法について考えることができた（6人/8人）
- 児童との接し方等について考える場となった（5人/8人）
- 栄養教育に関する学びを深めることができた（6人/8人）
- 食事の楽しさを伝えることができた
- 子どもたちの成長を感じることもできた

今後の課題

- その場に合った献立を考える力をつけたい
- 親のありがたみがわかった子は少ないのではないかと思う、最終目標は何かを考える必要がある

まとめにかえて

日常生活の営みの中で、食事は欠くことができないものである。通学合宿は、学生が児童と生活を共にし、食事づくりについて実践的に教えることができる場である。食事づくりの楽しさを伝えることと、普段、家族が行っている日常生活の作業を体験し家族への感謝の気持ちを育むというねらいをどう融合させていくかが課題である。

2年間の実践により、通学合宿において展開する食育プログラムの検討を進めることができた。今後は、保護者との連携を図りながら、通学合宿での食育学習の成果を日常生活での定着につなげられるよう、ブラッシュアップを図っていきたい。