

家庭科における食情報に関する学習内容 と指導方法の検討（Ⅲ）

— 家族への伝言をイメージする授業 —

萱島 知子 鈴木 明子 高橋美与子 井川 佳子
木下 瑞穂 松原 主典 佐藤 敦子
(協力者) 一色 玲子

1. はじめに

生活者の食品の機能性に対する関心は高く、テレビや雑誌といったマスメディアから多くの情報が提供されている。国民栄養調査に付随されて行われた調査によると、生活者の6割程度がこれらのマスメディアから情報を得ている¹⁾。一方で、食品が健康に与える影響を過大に評価し盲信するフードファディズム (food faddism)²⁾ のように、食情報が原因となり健康被害³⁾ や混乱⁴⁾ が生じた事例が報告され、問題視されている。

平成17年に施行された食育基本法の附記では、制定の理由として「食」に関する情報の氾濫を挙げ、さらに『「食」に関して信頼できる情報に基づく適切な判断を行う能力を身に付けることによって、心身の健康を増進する健全な食生活を実践する』ことを食育推進の目的としている。

家庭科は、生活課題を見出し、よりよく改善するための方法を考え実践する教科であり、学校教育において前述のような食情報の問題に対応できる。高橋(2001)はフードファディズムのような状況に陥らないための学習を家庭科で提供する必要があることを指摘している⁵⁾。また、著者らは平成19年度および平成20年度の学部・附属学校共同研究において、食情報について考える授業の設計・実践を行った。その結果、学習者が食情報を主体的に判断することを促すためには、学習者自身が出した意見から食情報を読み取る観点を整理して示し、改めて食情報に自分はどのように向き合うかを考える場面をつくること、食情報の問題を食情報側と生活者側の観点から整理することが重要であると考えられた^{6, 7)}。

消費者雑誌において同一の食品についての記事を見

ると、近年のものは特定の機能性成分に関する記述が目立っている⁸⁾。また、高校生を対象とした調査より、テレビや家族を情報源とする食情報では生体調節機能に関連するものが多いにも関わらず、家庭科ではこれに対する学習が十分に行われていない可能性が指摘されている⁹⁾。しかしながら、家庭科の授業時間数が限られている中、このような食品の機能性について詳細を取り上げることは難しい。

そこで本研究では、平成20年度の授業設計に基づき、食品の機能性に関する情報について信頼性を判断する活動を取り入れた授業を設計・実践し、その効果を検討した。

ところで児童・生徒の食生活は、親などの同居家族の影響を受けている可能性が高い。食情報についても、高校生を対象とした調査から、3割程度が家族から食品の機能性に関する情報を得ており、家族から得られる情報はテレビから得られる情報と内容が似ていることも指摘されている⁹⁾。家庭科の内容を実践するためには家族の協力が必要である。

平成20年度の学部・附属共同研究における課題として、食情報を主体的に判断することに対する実践力を高める工夫を行うことが考えられた⁷⁾。そのために家庭科で学んだ内容を家族に伝える活動が効果的なのではないかと考えた。それによって、親自身も知識の再確認や新たな情報を得るなど学習の機会をもつことができ、家庭科の意義を認識できる可能性がある。近年、子どもの生活体験の不足が問題視されているが、親と食生活について情報交換することが擬似的な体験となり、生活体験をイメージしやすくなるという効果も期待できる。

本研究では、家庭科で学んだ内容を家庭に持ち帰り家族との交流を通し活用することを想定し、家族へ食情報の伝言をイメージする授業を設計することにした。

2. 授業の概要

(1) 授業設定の意図

本時が位置づけられている題材の設定理由、全20時間の計画は平成20年度の授業と同様である。本時「食情報について考える」のねらいと学習過程を学習指導案として示す(資料1)。「家庭基礎」を選択している広島大学附属福山高等学校の年間カリキュラムにおいて食情報の授業を効果的に位置づけた。食生活についての最終授業に本時を設定することは、これまでの学習を振りかえり、家族の健康的な食生活を営むことの大切さを再確認する機会になる。

前年度と本時の違いは、1)食品の機能性に関する情報の信頼性を確認する活動、2)学習内容を家族に伝えることを強調する活動を取り入れたことである。

1)については、食品の機能性を調べて、情報がどこまで本当であるかを検証してから信頼性について考えるという活動を追加した。具体的にはクルミの機能性について食品成分表や効果を説明した補助資料を示し、例示した新聞記事の内容を考えさせた。

2)については家族との関連を強調するために、食情報を家族から得ていることに気付く、家族への影響を考える、家族との会話を思い出すといった活動を取り入れた。また、実際の授業では、「導入」と「展開」を一時限で行い、授業の内容を家族に伝え、家族の反応を聞いてくることを課題とし、数日後の授業で「まとめ」を行った。

(2) 授業の概要

授業は、高橋美与子によって、2009年11月に附属福山高等学校1年生を対象に実施された。今回の対象クラスは1クラス(35名:男子17名、女子18名)であった。

3. 成果と課題

事前に行ったアンケートによると、対象クラスの生徒のうち約30%が家族を直接の情報源として食品の機能性に関する情報を得ていた。

表1に授業プリントにおける問い「自分や家族の生活を振り返って、今日の学習内容をどのように生活に生かしていきますか。家族にはどのように伝えますか」に対する生徒の意見の一部を示した。生徒の記述から「1)食品の機能性に関する情報を判断することの重

要性を認識」、「2)食品の機能性に関する情報を判断するための読み方を説明」に関わる内容を読みとった。その結果、全体の8割以上にこれらの食情報の信頼性に関連した記述がみられた。食情報の信頼性を確認する活動を通じて、自分で情報の内容を確認することの重要性に多くの生徒が気付いたと考えられる。特に女子の方が、食品の機能性に関する情報を判断することの重要性を理解し、具体的な読み方を説明する者がみられた。

生徒の記述をさらに家族との関連について、「積極的」、「消極的」、「その他(記述なし)」に分類した。授業の内容を家族に積極的に伝える記述は全体の半数以上であった。「親はテレビでしていたことを鵜呑みにして、翌日その食品をたくさん買ってくる…」のように家族の問題点を指摘し、授業を通じて改善を促そうとする記述もみられた。一方で、「うちの家族は大丈夫」などの記述から授業の内容を家族に伝えることに対して消極的な意見も5名程度みられた。そのうち4名が男子であった。これらの中には、事前のアンケートで家族が食情報に影響され実行していることがあると回答している者もあり、実生活での課題が問題意識につながっていないことが伺えた。このような生徒に対して学習効果を高めるための指導の工夫が必要である。

「展開」までの授業を終えて、家族で話しあうことを指示していたが、実際に話ができた生徒は少数であった。本時では教師が家族と関わらせて考えることを促す指示を頻繁に出していたため、家族のことをイメージしながら「まとめ」の学習を行うことが出来たが、家族の反応を記入するためのプリントを別に用意するなどの工夫が必要であった。また日常的に家族との交流が希薄である家庭の場合、本時のように家族への伝言をイメージする授業は成立しにくい。したがって、本時は食卓での家族とのコミュニケーションを考えさせる授業と組み合わせて行うとより効果的であると考えられる。

本授業においても平成20年度の実践と同様に、他教科と連動した授業設計が可能であると考えられた。授業プリントの記述として「国語でも似たような内容を学習したので関連づけて生活に生かしていけたらと思います。」という意見があり、生徒が自ら家庭科と他教科で学んだ内容を連動させている例もみられた。

資料 1. 本時の目標と学習過程

本時の題材「食情報について考える」

本時の目標

1. 日々テレビや新聞など身近なメディアから流されている食情報には、どんなことが示してあるのかを理解し、家族も影響を受けていること、家族から情報を得ていることに気づく。(知識・理解)
2. 食情報で取り上げられている内容の信頼性を考え、主体的に判断する。(思考・判断)
3. 食情報を判断するときに大切なことは何かを話し合う。(技能・表現)
4. 食情報を判断し活用するときの観点を理解し、家族に伝え、積極的に食生活に生かそうとする。(関心・意欲・態度)

学習過程

過程	学習内容	生徒の活動	指導上の留意点・評価	分
導入	1. 食情報の現状	(1)「〇〇が△△に効く・効果がある。」 というような食品の機能性に関わる 情報についての経験を発表する。 ・知っているものにはどんなものがある のか。 ・その情報源は何で、実行したことが あるのか。	・身近に多くの情報があること、家族 からの情報も多いこと、家族も影響 されていることに気づかせる。 ・学習内容に興味や課題意識をもって 授業に参加させる。	5
展開	1. 食情報と何か	(2)「クルミの健康への効果」を説明 している新聞記事を読んで、食情報 には何が書いてあるのかを確認する。	・食情報には、その食品の魅力ととも に、そう考えられる要因の2点が必 ず示してあることを押さえる。	10
	2. 食情報の問題点	(3) 今までに身近に起こった食情報の 問題点を確認する。	・様々な問題点が起きた背景には、情 報を流す側と受け取る側の両者に原 因があることを確認する。	5
	3. 食情報の読み方	(4) フードファディズムの意味とその 発生条件から、消費者（情報を受け 取る立場）の問題点を理解する。	・食情報を主体的に判断するための読 み取り方を身に付けておくことの大切 さに気づかせる。	10
		(5)「クルミの健康への効果」を説明 している新聞記事を読んで、記事の 内容を信じて実行しようとしている 家族へのアドバイスの内容を話し合 う。	・話し合いに積極的に参加させる。	
	(6) クルミの機能性について、成分な どを調べ、記事の内容の信頼性につ いて考える。	・クルミの健康への効果は特に新しい 情報ではなく、以前から知られてい る内容であることに気づかせる。	10	
	(7) どんなことに気をつけて食情報を 判断するといいいのかを話し合う。	・色々な食品を毎日食べることが一番 大切なことであるということを確認 する。 ・食卓などでの家族との情報交換の大 切さに気づかせる。		
まとめ	4. 日常生活への生 かし方	(8) 自分の家族の生活をイメージして 食情報を見たり読んだりするときに 大切なことは何かをまとめ、これか らの生活にどのように生かしてい くとよいのかを考える。	・家族へ伝える内容として、具体的 に考えさせる。 ・これからの生活に生かしていこうと しているのかを、記入内容によって 評価する。	10

表 1. 授業プリントの記述内容の分類

家族との関連	性別 (人数)	問い「自分や家族の生活を振り返って、今日の学習内容をどのように生活に生かしていきますか。家族にはどのように伝えますか。」に関する記述（一部）
1) 食品の機能性に関する情報を判断することの重要性を認識		
積極的	男子 (2)	<ul style="list-style-type: none"> ・全ての物を疑ってかかる。しっかり伝える。 ・一緒に商品について食情報を吟味していこうと思いました。一時期、マシュマロとかでまちがった食情報？かもしれないものにだまされたので、もうだまされないようにしたいです。
	女子 (5)	<ul style="list-style-type: none"> ・疑って見ていこうね！といたい。すべてを鵜呑みにしないようにしていこう！と思う。上手い話には裏があるっていう感じで ・親はテレビでしていたことを鵜呑みにして、翌日その食品をたくさん買ってこるので、その情報が正しいわけではないことを伝え、まちがえた情報にかからないよう気をつけていくようにしたい。
消極的	男子 (3)	<ul style="list-style-type: none"> ・このプリントを見せる。家族はこういうことに気をつけていたりするので、特に心配はないと思う。 ・否定的にとらえる。家の人はだまされにくいので大丈夫だと思う。
その他	男子 (3)	<ul style="list-style-type: none"> ・やせるとか甘い表現に騙されるな！
2) 食品の機能性に関する情報を判断するための読み方を説明		
積極的	男子 (5)	<ul style="list-style-type: none"> ・本当に正しいのかよく考える必要があると思う。その情報のせいでむしろ不健康になることもある。決して遠い世界の話ではなく、身近にある…ということを具体例をまじえながら言う。 ・参考程度にして食情報を利用したい。栄養のバランスを考えていきたい。むやみに信じない方がいいと伝える。
	女子 (7)	<ul style="list-style-type: none"> ・“〇〇ダイエット”などと書かれると、効くのかな～っと思って信じてしまうことがあるので、まず疑ってかかろうと思う。親がそのようなことを信じているところをみたことはないけど、自分に有益と思われるもの（食情報）になると、引かかる(?)ことがあるかもしれないので、授業の内容を例えに気を付けるように言えたら良いと思う。 ・食情報にはたくさん注意することがあるということを伝える。もし家族が信じていたりすぐに実行しようとしていたら、もっと考えるように促したい。また自分では興味をひくような情報を知った時、冷静になって判断していきたい。
消極的	男子 (1)	<ul style="list-style-type: none"> ・母は大学で栄養学(?)みたいなのをやっていたらしいので、うちはそんなに食情報には惑わされないとはいえませんが、一応注意してテレビなどの食情報は軽く聞き流すくらいにしようと思った。あとは毎日ちゃんと栄養バランスを考えて3食たべてたら大丈夫だと思う。
	女子 (1)	<ul style="list-style-type: none"> ・「何を今更」と返事がありました。うちの家族は大丈夫みたいです。食情報に関しては、実行したものがあつたら自分で調べてからにしようと思います。うまい情報には必ず逆もあるということを忘れないようにしたいです。国語でも似たような内容を学習したので関連づけて生活に生かしていけたらと思います。
その他	女子 (5)	<ul style="list-style-type: none"> ・情報をすぐに信じない、「情報を吟味する能力」を身につける ・食情報は正しくないこともあるということを知っておかなくてはいけない。健康に良くても、やりすぎること基本の食生活をくずさず、たくさんの種類の食べ物をバランス良く食べることが大切だ。 ・食情報には信用ならないものが多い、なんでもかんでも鵜呑みにするな。がだからといって全てが嘘だと決めつけるのではなくて自分なりに真実かどうか確かめてみる。無理せず、自分の生活に合った情報の使い方を考える。情報をうまく活用できるとGOOD!

4. まとめ

本研究では、食情報について考える授業を設計するにあたり、食品の機能性に関する情報の信頼性を考える活動と、家庭科の学習内容を家族に伝えることをイメージさせる活動を取り入れた。授業を通じて、生徒に食情報の信頼性を判断する意識が生まれていた。学習内容を家族に伝達することをイメージする活動については、多くの生徒が積極的な意見を持ち、家族の一員として生活課題に気付き改善を促すものもみられた。しかしながら実際、家族に伝え交流を行うためには、家族対象の補助プリント作成をするなど活動を促す工夫が必要である。一方、授業の内容を家族の生活課題と結び付けることのできない場合もみられ、今後の課題として、学習者に家族の食生活の問題を気付かせるための指導の工夫が必要であると考えられた。以上を踏まえ、今後は食情報を対象として、他分野や他教科との連携、家族との連携を意図した授業の設計・実践をめざしたい。

引用（参考）文献

- 1) 健康・栄養情報研究会（編）『平成14年版 国民栄養の現状（平成12年厚生労働省国民栄養調査結果）』、第一出版、pp.123-125（2002）
- 2) Robin, B.K., Robin, M.K.（著）、高橋久仁子、高橋勇二（訳）『栄養と行動（Nutrition and behavior）』、アイピーシー、pp.1-9（1994）
- 3) 厚生労働省食品安全部監視安全課「白インゲン豆の摂取による健康被害事例について」（2006）、<http://www.mhlw.go.jp/houdou/2006/05/h0522-4.html>（2010年1月10日現在）
- 4) Cyranoski, D. “Japanese TV show admits faking science”, *Nature*, 445, 804-805（2007）
- 5) 高橋久仁子「フードファディズムと食生活教育」, *教育と医学*, 49, 226-233（2001）
- 6) 萱島知子, 高橋美与子, 井川佳子, 木下瑞穂, 鈴木明子, 松原主典, 佐藤敦子『家庭科における食情報に関する学習内容と指導方法の検討—高等学校「家庭基礎」における授業の設計—』, 広島大学学部・附属学校共同研究機構研究紀要, 36, 397-404（2008）
- 7) 萱島知子, 鈴木明子, 高橋美与子, 井川佳子, 木下瑞穂, 松原主典, 佐藤敦子, 一色玲子「家庭科における食情報に関する学習内容と指導方法の検討（Ⅱ）—主体的な判断を促す授業—」, 広島大学学部・附属学校共同研究機構研究紀要, 37, 247-252（2009）
- 8) 萱島知子, 井川佳子「消費者雑誌にみる食品の機能性の記事に関する研究」, *日本食生活学会誌*, 19, 124-131（2008）
- 9) 武田紀久子, 川嶋かほる, 川村美穂, 武藤八重子, 石井克枝「高校生の食べものに対する健康認識（第2報）—認識状況からみる問題点—」, *日本家庭科教育学会誌*, 48, 198 - 205（2005）