

# 給食指導に関する重要性の再確認

—— 本校の給食指導改善をとおして ——

足利市立小俣小学校

## I はじめに

学校給食が本校で実施されてから33年。その間、内容・形態ともさまざまな変遷を重ね今日に至ったが、本校の給食指導は必ずしも十分とは言えないものがあつた。

そこで、今年度栃木県学校給食研究会より研究を委嘱されたことを契機に、教育活動の1分野である給食指導のあり方を見直し、充実を図ることにした。

早速、全職員合議のもとに本校の給食指導の実態を見直して、問題点と思われるところを整理し、その改善にあたることにした。

ここにその一端を発表して皆さんのご批判をいただきたいと思う。

## II 小俣小学校給食指導計画

### 1. 指導目標

食事の正しいあり方を体得させるとともに、その実践をとおして互いに協力し楽しく豊かな生活を築こうとする態度を身につけさせる。

### 2. 指導方針

- (1) 学校給食の意義を理解しその効果を高めるために、適切な指導計画をたてて指導にあたる。
- (2) 食事について望ましい習慣形成を図るため、清潔を保ち正しい食事作法を身につけさせるとともに、偏食の矯正に努める。
- (3) 食事をおとして明るい社会性を育てるために、児童の活動に、より楽しい給食ができるようにする。
- (4) 食生活について正しい理解を深めるために、栄養や衛生について指導をする。

### 3. 給食の重点目標

#### (1) 給食指導のねらい

- 食事について正しい習慣を身につける。
- 友だちと協力して楽しい給食にする。
- 給食活動をおとして自主性を高める。
- 栄養について理解を深める。

#### (2) 努力点

- 食事の場所にふさわしい環境を整えることができるようにする。
- 友だちと協力して、楽しい雰囲気の中で食事ができるようにする。
- 食事の準備や後片付けなど進んで手ぎわよくできるようにする。

- 偏食矯正に努める。

(3) 留意点

- 重点目標を達成するために、職員の共通理解の上に立つてくふうし、実践していくようにする。
- 決められた時間内での効率のよい給食指導をくふうし、楽しい食事ができるようにする。
- 食事の時間を利用して、校外ニュース、校内ニュース、音楽、童話など聞かせる。
- パン箱調べ・身じたく調べをする。
- 食前の手洗い調べをする。

(4) 各ブロックごとの努力点

低学年………手洗いなどの清潔保持，食器の扱い方，食事の仕方など基本的な望ましい習慣を育てる。

中学年………給食の係りの仕事をお互いに協力して行いようとする。

高学年………栄養についての関心と理解を深め，進んで楽しい雰囲気をつくり出すことができるようにする。

(5) 給食指導の留意事項

- 食前の手洗いは石けんを使用して，水道（流水）で洗う。
- エブロン，帽子を学級 8～10 名分用意するが，マスクは当番児童の個人持ちとする。
- 給食室からの運搬は衛生に注意し，清潔保持に努める。
- 当番の児童は身じたくを整えて運搬する。ただし後片付けの際は給食着をつけなくてもよい。
- 配膳台を利用し，時間の短縮を図るとともに，分担などをきめたりして能率化を図る。
- 給食当番は 1 か月交代とする。
- 食事グループは 4～5 名を 1 グループとし仲よく食べる。
- 食事グループは固定されることなく場合によってはメンバーをチェンジし，幅広く友達に接する機会が持てるよう配慮する。

————— 学年別給食指導計画・略 —————

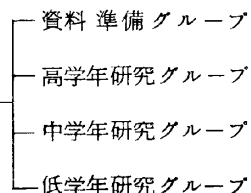
III 給食指導の改善した事項

今までの給食指導について反省してみると，当番や係の活動，配膳や食事のマナー，楽しい食事にするためのくふう等についての指導の多くは担任教師の姿勢にまかせていたところが多く，まちまちであった。

そこでまず，次表のような研究組織で改善へ着手した。

1. 研究の組織

校長 —— 教頭 —— 研究推進委員会 —— 全体会

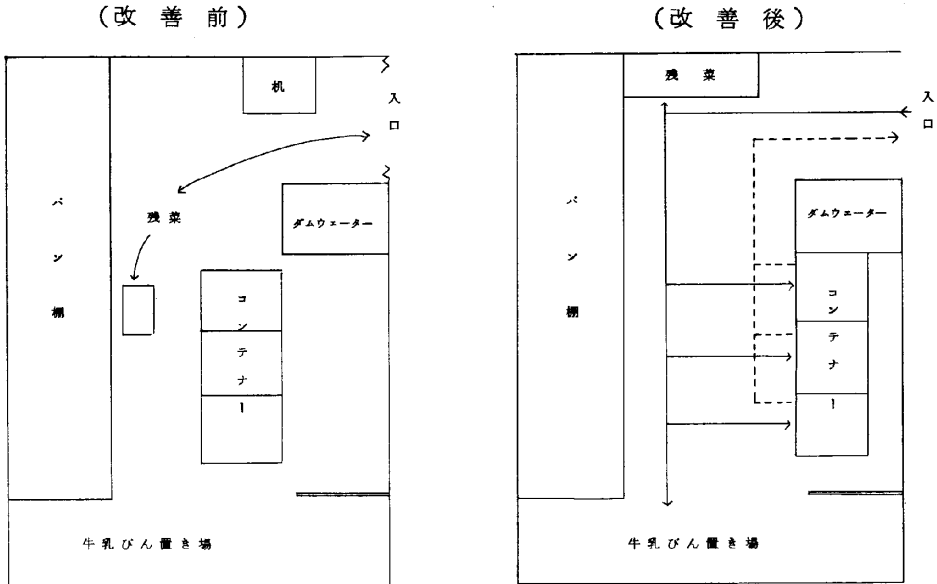


## 2. 給食の実態と改善した事項

各学年グループの給食指導の実態調査の結果、「全体的に『遅い配膳、さわがしい給食』といえるのではないだろうか」と評価された。

「遅い配膳で、さわがしい給食」といえば、それは学校給食の本来の姿であるねらいから離れた現状である。そこで本校としては、学校給食指導のあり方を次のように改善することにした。

### (1) 給食室の模様がえ



給食開始と同時に、全校の当番児童だけで178人が殺到する給食室。上記のように設計上一方だけの児童の出入りは、それだけでも混雑するので給食推進委員会のメンバーによる改善の話し合いの結果、右図のように改められた。

即ち給食を受け取りにきた当番児童は、矢印の方向に進んで食器類を受けとったり、片付けたりすることにした。これにより今までひどい混雑のため、作業に手間どっていたのが約半分の時間ですますことができるようになった。いま、長い間ただ漫然と同じ方法で作業させて児童や担当教師に負担をかけていたのが悔まれてならない。

教育は創造であり日々新たなものである。いつも、よりよい方策を考え、向上するための努力をすることが大切なことが証明されたわけである。

### 3. 手洗いと当番児による配膳の準備

授業終了とともに児童は蛇口に集まる。そのため給食当番児童と他の児童が一緒になり、一時的に混雑してかなり騒しくなる。また、混雑する蛇口では手洗いも当然おろそかになりがちで、係や当番の活動も遅れる原因になった。

#### 改善したこと

- 給食当番優先の手洗いにした。
- 一般児童は給食当番が来たら順番をゆずるようにきまりを作った。

- 一般児童で手洗いのすんだ者は自席にもどり，合掌して静かに待つことを義務づけた。

#### 4. 配膳準備（運搬・交通安全も含めて）

給食開始と同時に全児童が当番活動や，手洗い等の移動で教室はもとより廊下の往来も激しくなる。このことは当然，階段や廊下の右左折，狭い渡り廊下など，給食活動を阻害する問題でもある。そこで，本校では次のような改善を図った。

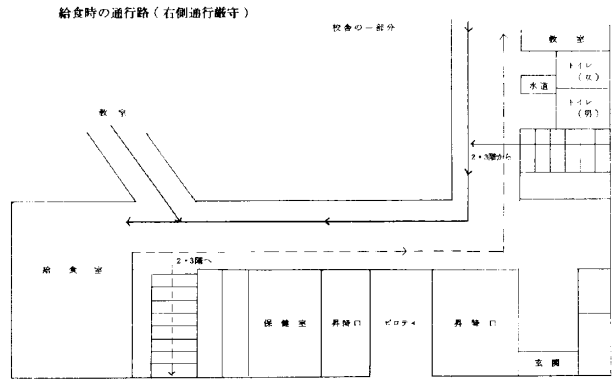
改善したこと

- 一列右側歩行，一方通行制を採用した。
- 低学年優先のきまりをつくった。

ややもすると，力があり大きな児童がわれ先に給食活動を進めるのが現状である。しかしそれは，教育の本来の姿ではない。

幼少者や力のない子に強健な者や大きな児童が力を貸してやったり，手伝ってやるのが自然の姿である。

本校では，この一方通行を初め，給食室における作業では幼少者や力の無い者には進んで手伝うように指導している。



#### 5. 配膳方法

給食に時間がかかるとすれば，配膳するまでと配膳に手間がかかるためである。給食活動について学級内の意思の統一がなされ，方法が理解され，順序が確立されている場合と，まったく放任のクラスでは，配膳時間に差が出てくるのは当然である。前者が静かで気持ちのよい食事が約束されるのに反して，後者のクラスは常に雑然として穏やかさを欠いている。給食当番が行う仕事は前者も後者もまったく同じであるが，その方法手順が指導され訓練されたものであるか否かは，児童の活動や姿に歴然としてあらわれている。

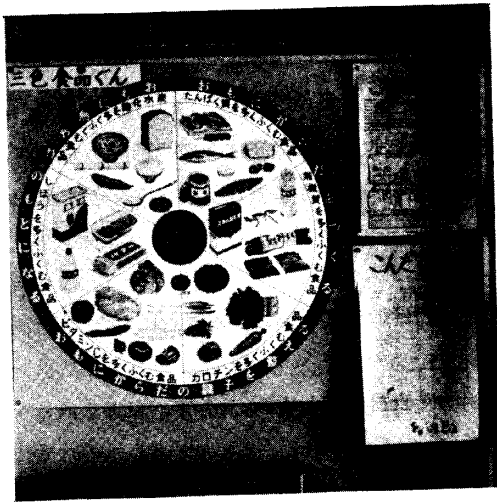
改善したこと

- 給食グループを作る。（手洗いにいく前全員で）
- 自分の机（食卓）にナフキンを置く。（欠席か出席かわかる）
- 給食の食器係がおぼん・食器を配る。
- ほかの係が，牛乳・添加物などを配る。
- おかず係が盛りつけ配膳していく。

#### 6. 栄養指導

後述するが，食物の栄養の理解は偏食の矯正につながるものであり，正しい食事への知的援助である。

- 本校では下記の2つの表をもとに栄養指導をすすめることにした。

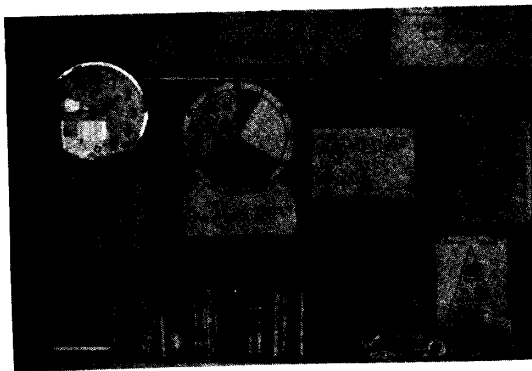


※ 給食係やその日の当番（日直）が献立表より転記し説明することになっている。

## 7. 放送

いままで、食事時の放送を配膳時から、給食終了まで実施していた。しかし、それでは準備中のところは当然聴取できないし、また、放送される内容によっては、給食をより騒しくする原因にもなっていた。そこで種々検討を加えた結果、放送時間を5分間に限定して放送の効果と給食指導の効果を共に高めるようにした。（1時45分から放送が開始になる）

## 8. 給食時計



給食時程について従来は大々くを決めたものであったが、学校全体を左の時計のように統一して給食をすすめることにした。この給食時計は各クラスの時計の下にあり、給食のスムーズな運営に役立っている。

## 9. 高学年児の積極的活動

- 1・2年生への手伝い

給食の作業は1・2年には無理と見られるところもある。本校としては1・2年生が自分達で給食作業をすることと、高学年による応援で給食活動の能率化を検討した。その結果、上学年児が下学年児にしてやる教育効果を重視し、各クラスに2名の応援をすることに決めた。

もち論、1・2年生の自主的活動は他の部面でも可能であると判断したのである。これにより、今までは教師不在時だけ高学年児の応援活動だったが、毎日の応援活動で低学年各クラスの安全化と給食配膳・後片付け時間が大幅に短縮され、食事の時間のかかる1・2年生に感謝されることになった。

#### 10. 片付け

今までは給食終了と同時に、給食当番の整理活動と他の児童の昼休みの行動がかち合い、一方階段の本校では一時的な混雑が生じ、給食当番がその中にまきこまれる現象で安全性も欠く面もみられた。

##### 改善したこと

そこで、給食時計にもあるように、5分前に片付けの作業を開始することにした。

チャイムがなる。(食事終了)

- 各グループ毎に、グループの決められた場所に食器をまとめる。
- 自分の片付けの食器を所定のところに運ぶ。
- 給食当番はそのまま給食配膳室へ運ぶ作業に入る。
- 他の児童は席について、次の給食終了のチャイムをまつ。

チャイムがなる。(給食終了)

- 他の児童は清掃の準備をし、昼休みに入る。

#### IV 食事のマナー

食事における悪いマナー(よくない行儀)とはどんなものか、児童の発表を聞いたり話し合ったりした結果、次のようなことになった。

##### 1. 悪いマナーとは

- 机の下に足がきちんと入っていない。
- 足を椅子のところに立てて食べている。
- 立ち食い。
- 出歩く。
- 犬ぐいをする。
- 肘をついて食べている。
- 口の中に食べ物が入ったまましゃべる。
- きたない話をする。
- こぼしながら食べる。
- 机(食卓)の上が散らかっている。
- 食器の音をたてながら食べる。
- 食べ物が口の中に入っているのに口をあけたままかんでいる。
- パンをまん中から食べる。
- パンに穴をあけて遊びながら食べる。

- 一品を一度に食べる。
- 牛乳の早飲み競争をする。
- 早ぐい。
- 遅ぐい。
- 盛りかえのとき、走る。
- 両方の手に持って交互に食べる。

これらのことは、確かに悪いマナーといえることである。多くの児童は良いマナーを心がけて正しい作法で食事をしているが、児童の中には、人の迷惑を省みずいつも同じことで友達のひんしゅくを買っている児童もいる。

※ 味わうこと=考えること

これらのほかに、何か食べると、すぐ「これ、まずいなっ」という児童もいる。本人にとってはごく自然な表現かも知れないが、その場に居合わせた児童には、少なからぬ影響を及ぼすことになる。だれかに「まずいな。」と言われると、そんな気もするあやふやなものが味覚であって、個人差は微妙である。しかし「まずいな。」と言われた食べものをよく味わってみると、すっぱ味の中になんとも言えない甘さがひそんでいたりする。それを、「すっぱい、まずい。」と断定してしまつては、調理者がせつかく手をつくし心をつくしても台無しである。食事の習慣の中で最近深く味わうという態度がおろそかにされているといわれている。深く吟味する心は、物事を深く考える態度につながると考えるのである。

※ もりつけのこと=思いやり

もりつける時、汁の実が食器のへりについていても平気な児童がいる。どうして平気なんだろうと、その無神経さにかえってこちらが当惑してしまふ。きれいにもりつけることをしない児童は、ていねいに仕事をする細心さが欠けている。また、その食べ物は何れかほかの人にあげるものであり、受けとった人が食器に汁の実が付いていたら気持ちが悪いだらうと思ひやる心がないのではないだろうか。

マナーは、その時、その場の適切な指導で身につくものであると考える。

## V 偏食の原因と矯正

児童のすききらいの本校児童の様子を調べてみると右表のとおりである。

ところで、なぜきらいになったのか、その理由を聞いてみますと次のようなことがわかつた。

### 1. 食べ物がきらいになった原因

- 学校の牛乳と家の牛乳の味が違うので飲みにくい。
- にんじんは切り方が大きすぎる。
- 甘すぎる。
- ゆるゆるする。
- すっぱい。
- 味が、しつこい。

給食きらいなもの調査	
1. なし	12.4%
2. 少し(1~2)	54.7%
3. 多い(3以上)	32.9%

※ 調査3年以上 161名 抽出

- ドロドロしている。
- 油がギタギタしている。
- 食べると気持ちが悪くなる。

ここに言われているように、すききらいの原因は調理のしかたや味つけにあるようだ。けれども、すきずきとはおもしろいもので、ある人が「ぬるぬるしてまずい。」と、いうのに別の人は「ぬるぬるしているところがおいしい。」と、まったく正反対の反応を示すのが、しこうの特徴でもあるようだ。それだけに材質の特徴や調理の上で、どうにもならない点もある。

しかし、共に食事する教師が偏食をなくすための努力をするのなら、いつの日かきらいな食べ物をなくすこともできると思う。偏食指導と食生活の改善は同時にすすめる性質のものである。

## 2. 食べられるようになったわけ

- 栄養の話を聞いたら食べられるようになった。
- 背が高くなるといわれたので食べたら。
- スプーンで少しなめてみて、おいしさがわかった。
- がまんして食べたら食べられた。
- 動物のかたちにしてもらった。
- 少しずつ食べた。1年かかって食べられた。

これは予想したとおり3つの型になりました。

A 調理のしかたをかえて食べられるようになった。

B 食べ物の栄養と健康についての知識が深まり食べられるようになった。

C なめ味わってみたり、がまんして食べたりして積極的に食べたら、食べられるようになった。

上記のABCの3つの型の中でも、Cのなめたり、がまんしたりして食べたら食べられたの例に見られるように、食べずきらいの児童も多くいることが考えられる。

人前では食べなくても、そっと放っておいたらいつのまにか食べてしまったということもある。ともかく、当人のきらいになった原因をはっきり知ることが先決である。

また、きらいな牛乳をすきにさせたクラスがある。毎日少しずつ飲ませるようにしたのだが、いっぱい入っている牛乳を少し飲ませるより、少しにした牛乳を飲ませる方がよいことがわかった。この時、グループの友人の声援や助けも力があつたことを付記しておきたい。

## VI 食事をする事＝感謝する心を育てる

給食の残量調査をしてみると、日によっては大へんな量が残る。かつては食べ残すことは罪であるかのようにきびしく注意された。食べ物がもったいない(物をそまつにする)というのと、作った人に対して残してはすまないというのがその理由のようであった。

食べ物を育ててくれた自然、食べ物を生産してくださった人々への感謝、調理してくださった方々への心づかいが「もったいない、残すな、目がつぶれる。」という心づかいにこめられていたのではないのだろうか。



現在はまず本人の体の調子やしこうが重んじられ、「いやなら食べなくてもいいよ。無理をして食べて体をこわすより残しなさい。」と言って残ることについて細かな神経を使わなくなったのも一般的な傾向のようである。

しかし、物を大切にするという意識を育てるのは、やはり、食べ物からだと思う。人間が生きるために欠かすことのできないものを大切にすることから、物を大切にすることが芽生え、感謝する心が培われると思うのである。

## VII 家庭の協力

学校給食指導の中で、家庭に協力していただかなければならないことは、食生活の改善と偏食矯正である。

健康な体は偏食のない食事から生まれるといわれている。また、幼少期の食事は成人後の健康生活にも大きく影響するともいわれている。食事の重要性はここにもある。調理法を考え、栄養のバランスを考え、その量を考えた食事ができるよう、学校新聞や学年だより、学年部会などを通じて家庭にお願いしている。

## VIII おわりに

### ※ 学校給食の教育的価値

学校給食は戦後一時期の補食のねらいから特別活動の分野の教育、人間性の教育に位置づけられてきた。

給食指導には、事前の指導・準備・配膳・食事・食後の後始末などの一連の活動の中に多くの教育的要素が含まれている。それだけに、給食指導のようすをみれば学級経営の実態も伺い知れるといわれている。

この研究をとおして、給食指導が人間性を育てる実践的な教育方法であることを確認し、今後も更に指導の充実をはかるため全職員で努力したいと考えている。