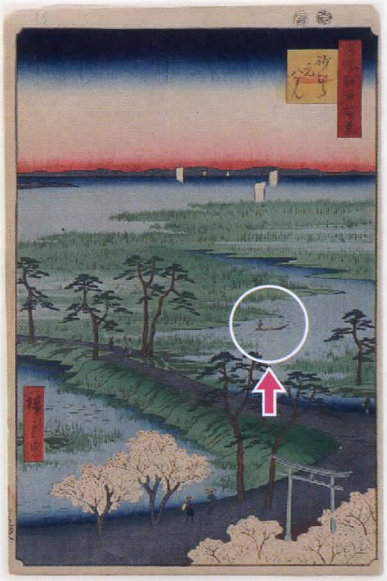
江東区立第五砂町小学校

体験型食育で伸びる五砂っ子

栄養教諭　銭元　真規江

本校の歴史と食育 ～江戸から平成～

本校は昭和30年に開校して63年目となります。この地区は江戸時代「砂村新田」と呼ばれ郊外の名所として、特に桜並木の参詣道は歌川広重の「名所江戸百景」にも描かれました。また、砂村は江戸の野菜の促成栽培発祥の地でもあります。野菜の促成栽培は寛文年間（1661～1673年）の頃、中田新田の農民、松本久四郎が考案したと言われています。ねぎは天正年間（1573～1592年）に摂津（大阪）から持込まれ栽培されましたが、江戸では葉が枯れうまく育ちません。そこで土の中の白い部分を食べたら非常においしいので、以後、三寸ほどの白い部分を食べるようになったとの逸話が残されています。



名所江戸百景
砂むら元八まん　歌川広重
真ん中の船の場所が本校付近

明治時代は海苔やカキ、金魚の養殖が行われるようになりました。昭和に入りその後工場や町工場が立地するようになり、工業地としての性格が強くなり畑は姿を消しました。

現在本校周辺は東京メトロ東西線「南砂町駅」周辺の湾岸地域の再開発により、工場跡地には大型ショッピングセンターや高層住宅が立ち並び、都心に近く、児童数は700名を超えて学校規模が大きく増加しています。

8年前、江東区が東京都より「食育研究指定地区」の指定を受け、本校の食育の推進が本格化しました。

各学年の食育に関する主要な授業

●1年生（実物に触れる体験）

最初にグリンピースのさやむき、とうもろこしの皮むき、エリンギの収穫、数十種類の魚との触れ合いを実施しています。とうもろこし以外は、一般的に児童の苦手食材ですが、食べ物本来の姿を見る・さわる・匂いをかぐなど、観察から興味関心を高めることで、食べる意欲に繋げていきます。当日の給食にはその食材が入り、苦手でも食べられる自立心と好奇心の意欲を高めています。

●2年生（給食室の秘密を見つけよう）

伝統野菜の小松菜と現在の小松菜を育て、両者の違いを観察します。種まきには農家の方に来ていただき栽培時の様子を学習します。

給食室については給食室の映像で、調理員の仕事の内容を疑似体験することで、残さず食べることの大事さを学びます。

●3年生（大豆に関する授業）

最近の家庭では体験することが少ない内容に取り組んでいます。大豆栽培・枝豆のさや取り・大豆博士になろう・しょうゆ塾・きなこ作りを学習します。きなこ作りは学年活動での実施のため、保護者も大豆を身近に感じ、家庭での話題にもつながっています。

教職員だけでは教えられない歴史のことを、ボランティアとして地域の方にお手伝いしていただき「七輪」や「のりすき」の体験を実施しています。

地域の方のご協力での食育

3年生　のりすき体験

3年生　七輪体験

●4年生（給食室のごみや水について知る）

自分でも出来るごみの削減の仕方や、水の大切さを意識的に学んでいます。

地場産の活用から復活した「砂村一本ねぎ」は、種をとり、次の学年につなげるという「命のつながり」も意識するようになっています。児童は伝統野菜を復活させる手立てから、野菜への関心も深まり、進んで野菜を食べる意欲も高まりました。

地場産の活用

4年生　江戸東京野菜の砂村一本ねぎの収穫
（4年生で育てて5年生で収穫）

●5年生（米作りに関わる全て）

江東区の「田んぼの学校」のボランティアの方のご協力を得て、田んぼを耕すことから、最後のわらを使った「縄ない」まで手作業で行います。児童は米作りの大変さを実感し、せっかく実った稲が台風で倒れたり、スズメに食べられたりするなど、自然が収穫に大きく影響することも学びます。江東区に工場のある「酢」について、工場の方に来ていただく学習もしています。

5年生　縄ない

地場産の活用

5年生　江東区内で作られている酢の授業
飲むお酢を保護者と一緒に

●6年生（和食器体験の実施）

5年生で和食の基本のだしを学び、和食を考えた経験から、うつわなど様々な場所に潜む自然に関する伝統文様を学習します。実際に見ることで、日本の食文化に込められた相手を思う気持ちを学びます。自然からテーマを選び文様と漢字の創作・表現を考えます。給食時間には、実際に和食器を使用し給食を食べます。児童が和食器の文様を認識することで、給食がより一層おいしくなることを経験し、感じ取ることで日本食文化の理解を深めていきます。

アレルギーの授業

5年前食物アレルギーの児童が入学したことを機に本校でも本格的なアレルギー対応の取組を始めました。まずはアレルギーに対する理解を全校児童に学んでもらうようにしました。それには早い時期が効果的と考え、1年生の本の読み聞かせから始まり、アレルギーを起こす食べ物や症状を教え、児童が気を付けることを話します。その後お菓子に含まれるアレルギー食品についてクイズ形式で教えます。児童は難しい内容であるにもかかわらず、理解してくれました。このように教育の中で児童が互いに思いやりの気持ちをもって学校生活を過ごすことの大切さを身に付けていきました。

アレルギーの授業

1年生　学校公開の際に

成果と課題

本校では体験型の食育を多く取り入れることで、児童の食に関する意識も高まり、残食も減少しました。また保護者からも厚い信頼をいただいています。これは教職員の連携は元より、調理員・保護者や地域の方々の強い協力体制があったからです。

おいしい給食を生きた教材として活用することが、食育を行う大前提ですが、問題点もあります。給食での野菜はよく食べるのに、家庭での野菜の摂取量は少ないこと等です。今後は家庭で野菜を食べる工夫や手軽な調理法など、保護者と共に考え提案していきたいと考えています。