

題材 「おやつのとりに方について考えよう」(おやつ食品添加物)

対象：小学校高学年

題材設定の背景

今日様々な食品添加物が食品に添加されるようになり、味、色、香りなど外観の良い食品、保存性の高い食品が数多く見られるようになってきた。食品添加物を多量に複合してとった場合の危険性などについては、まだ分かっていないことも多く、人体への影響は不透明な部分もある。このような中、食品の安全性を考え、食品を選ぶ力を身に付けることは、健康な体を維持していくために大切なことである。子どものときから、自分が口にしているものにはどのようなものが含まれているのか、関心をもち、自ら考えて食品を選ぶという意識を育てたい。本時では、子どもの身近なおやつを取り上げ、どのような食品添加物が含まれているかを全体で調べさせ、自分のおやつ選び方について振り返らせたい。

ねらい

食品添加物について知り、品質表示に注意して安全なおやつを選ぼうとする態度を養う。

小学校の中学年では、おやつのとりに方として、食べる量や時間を中心に学習する。

|  | 活動の内容   | 主な指導・支援  |  |
|--|---|--|--|
|  |   | T 1 (担任)   | T 2 (栄養士など)  |
| 活動の開始  | <p>おやつを選び方を振り返る。(おやつを選ぶ理由)<br/>例：おいしい、安い<br/>パッケージがいい<br/>キャラクター、おまけ<br/>CMが好き など</p> <p>本時のめあてを知る。</p>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>事前アンケートの結果(理由が多かったもの)を示し、どのような基準でおやつを選んでいるか確認する。</li> <li>他におやつを選び方で気を付けることがないかを考えさせ、本時のめあてを提示する。</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>食べ方によっては、楽しいおやつも体をこわす原因になることがあることを知らせる。</li> <li>表示の1例を示し、食べ物以外に食品の中に入っている物があつことを気付かせる。</li> </ul>  |
| <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">安全なおやつを選び方を知り、自分のおやつを選び方を見直そう。(食品添加物について)</div> |   |  |  |
| 活動の展開  | <p>普段食べているおやつ(お菓子など)に含まれている食品添加物を調べる。<br/>○おやつ空き袋の表示から添加物の数を調べる。<br/>○添加物の数ごとに調べたおやつ(空き袋・箱)を黒板で5つに分類する。<br/>*含まれる食品添加物が<br/>0 1~2 3~4<br/>5~6 それ以上</p> <p>食品添加物の安全性について知る。</p> <p>自分のこれまでのおやつを選び方を振り返る。</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>食品添加物の役割について簡単に説明する。(食品の味、色、香り、保存性を高める)</li> <li>グループで付せん紙(袋に貼る)に記入させておく。</li> <li>黒板に空き袋を貼らせて結果を全員で確認させ、おやつによって含まれ方が異なることに気付かせる。</li> <li>栄養士の話で難しかったところなどを補足する。</li> <li>これまでのおやつ選び方でどんなことが足りなかったかを発表をさせる。(活動 と関連)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>導入で示した表示を基に、食品添加物の見分け方を簡単に示す。( 料, 剤など)</li> <li>グループごとに、見分けが難しい原材料については教える。</li> <li>食品添加物の使用法については食品衛生法で定められているが、食品添加物を多量に摂取した場合や、複合された場合の危険性は、不透明であることを知らせる。</li> <li>安全は自分で守ることは食生活でも大切であることを確認する。</li> <li>手作りおやつや自然の食品のよさにも触れる。</li> </ul> |
| まとめ  | <p>これからのおやつ選びで心掛けたいことを考える。</p>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>今日の授業で、考えたことなどをワークシートに書かせる。</li> </ul>  |  |

|                |  |
|----------------|--|
| <p>備<br/>考</p> | <p>事前の活動</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・子どもの日ごろのおやつを選ぶ基準（買う理由）についてまとめておく。（クラス全体を集計すると子どもの傾向がよく分かる。または、遠足や旅行などで選んだおやつについて理由を調べる。）</li> <li>・事前におやつ空き袋や空き箱を収集させておく。全体で集めるようにしてもよい。</li> </ul> <hr/> <ul style="list-style-type: none"> <li>・遠足や修学旅行など行事など、子どもたちがおやつを購入する機会に合わせて授業を実施すれば、効果的である。（実際どれくらい気を付けることができたか、実践の様子をみることができる。）</li> <li>・この活動から「手作りのおやつ」を見直す活動として、「おすすめおやつ発表会」や「おやつ作りと会食」へと発展させることができる。</li> <li>・家族との触れ合いを意図した「健康的なおやつ作り」を授業参観や保護者会などで開催し、家庭啓発もできる。</li> </ul> |
| <p>授業を終えて</p>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・事前に、T1、T2の話し合い（役割についての確認）をしっかりとっておく必要がある。</li> <li>・食品添加物の危険性のみが強調されないように注意する必要があるが、簡単なデモ実験をして見せると、印象が強いようで、子どもの感想には「これからは、お菓子の袋の表示をよく見て買おうと思った」「食べ物の中に、こんなに知らないものが入っているとは思わなかった」「こわいと思った」「家の人にも教えてあげたいと思います。裏を見ながら、注意して買いたいです」「食品添加物がたくさんあるものではなく、なるべく無添加のものをとりたかった」となどの感想がみられた。</li> </ul>   |