

村山総合支庁プロジェクト事業「スーパーアドベンチャー」体験活動

近くのスーパーと連携し、栄養についての講義、買い物ゲーム、調理実習と試食の活動を体験することにより、適切な食習慣を身につけようとする意識を育てる。

1 ねらい（活動のねらい、目標等）

スーパーとの連携により、食育体験学習を行うことを通し、小学生から適切な食習慣を身につけ、自らの健康管理を将来にわたって実践していこうとする態度を育てる。

2 内容

・期日、クラス

3年4組32名…7月 5日（木）

3組32名… 6日（金）

2組32名…7月19日（木）

1組32名…20日（金）

・場所・・・市内スーパーマーケット

・活動の流れ

10:00～10:20

栄養についての講義

村山保健所地域保健予防課 講師 3名

・3色食品群の栄養について

・食事バランスガイドについて

10:20～10:50

買い物ゲーム（指定書に基づく買い物、レジでの精算、ゲームの答え合わせ）

10:50～11:30

調理実習と試食 「小松菜とわさびのしょう油あえ」

包丁を使わずに、簡単にできる料理

3 成果と課題

〈成果〉

- ・詳しい具体的な指導だったので、3年生の児童にも分かりやすく、栄養について学習することができた。
- ・子どもたちが自分達で、栄養を考えながら絵カードを分類してはるなど、資料など多く活用しての内容だったので、興味をもって楽しく活動していた。
- ・実際のスーパーでの買い物ゲームでは、緑色の濃い野菜、表と中身が違う色の野菜、山形県産の野菜という3つの使命を持つゲームであり、実際にレジでの精算もしてくれるので、子どもたちだけの本当の買い物体験ができた。
- ・小松菜を使った調理では、3年生でもできる程度まで準備してくれたので、自分達で作ることができ、普段野菜嫌いの子どものも食べることもできたようである。

〈課題〉

- ・1クラス（30名）ずつの活動だったので、4日間に分けて行ったが、2回ぐらいだとさらによかった。
- ・往復の道のりが遠くて（片道40分）大変だったようである。