

食育指導者養成研修から学んだこと

独立行政法人 教職員支援機構
教職員の学び協働開発部
研修推進課
特別研修員 山地 政弘

目次

第1章 概要

1-1 研修の概要

第2章 主担当として学んだこと

2-1 運営面

2-2 コンテンツ面

2-3 参加者の反応からの示唆

第3章 今後に向けて

3-1 課題点

3-2 改善点

第4章 感想

4-1 食育はなぜ必要か

第1章 概要

1-1 研修の概要

本研修は、食育指導者として学校や地域で食育を推進するための専門的知見と計画的な取り組みを身につけることを目的に実施された。背景として、食生活の乱れや肥満・痩身傾向等、子どもの食に関する課題を解決するためには、学校、家庭、地域が連携して効果的に子どもの食に関する自己管理能力の向上を目指すことの重要性が高まっていることが挙げられる。

研修は3日間にわたり、オンライン形式で行われ、講義・演習・グループ協議を通じて、理論と実践の両面から学びを深め、それらを基に最終日には、それぞれの地域で食育を推進するための具体的な研修計画（学びの活用計画）を作成した。

第2章 主担当として学んだこと

2-1 運営面

オンライン研修の運営では、事前準備の重要性を強く感じた。

Zoomの操作スキルに差があったため、不安を抱える参加者には接続テスト時に画面共有

やチャット機能の練習の場を設けた。その結果、当日は多くの参加者がスムーズに操作できていた。

ブレイクアウトルームを活用したグループワークは、参加者同士の交流を促進し、新たな視点や考え方を得るなど、学びを深める効果があった。同校種と異校種の二つのグループを設けたことも有効だった。

さらに、事前課題として「研修成果活用計画書」を設定したことで、研修中の議論や方向性が具体化し、参加者の主体性が高まった。

一方で、日程設計では総論から各論への流れはスムーズだったものの、事後のアンケートからは情報量が多く整理できなかったとの声があり、イントロダクション・講義・演習・リフレクションのバランスを取るものが不可欠であると感じた。

2-2 コンテンツ面

今回の研修を通じて、食育の推進は個人の授業改善にとどまらず、学校全体の教育計画策定や地域との連携、さらに管理職との協働が不可欠であることを再認識した。さらに食育は一部の教科だけで扱うものではなく、教育全体に関わるテーマであり、組織的な視点が求められる。

特に重要なのは、各教科における食育の位置づけを整理し、教科横断的な視点を持つことである。教科ごとの特徴を生かしながら共通の目標に向けて連携することが求められる。そのため、本研修では学習指導要領にも挙げられている『総合的な学習（探究）の時間』『特別活動』『保健・保健体育』『家庭・技術家庭』の4教科の講座を設定した。

また、個別の支援計画を立てる際には、喫緊の課題を抱える児童・生徒を対象とし、迅速かつ的確な対応が必要となる。そのためには、学校内外の関係者が情報を共有し、協力体制を整えることが欠かせない。

さらに、食育の取り組みを検証するためには、評価の仕組みを明確にすることが重要である。具体的には、活動指標（例：研修会開催数や教材作成数）と成果指標（例：児童の食習慣改善や朝食摂取率の向上）を組み合わせ設定し、PDCAサイクルを回すことで、取り組みの質を継続的に高めることができる。このような仕組みを導入すること

で、食育の効果を客観的に把握し、次の改善につなげることが可能となると考え、3日目の学びの活用計画作成時にも評価について考えられるよう枠を設けた。

2-3 参加者の反応からの示唆

参加者の声

「新しい知識を得たことはもちろん、自分自身を振り返り、これから取り組むべきことをじっくり考えることができた」

「自分自身の問いを立てて研修に参加したことで、より深く学ぶことができた」

「グループで意見交流ができたことが、自分の深い学びにつながった」

「同職種や異職種とも意見を交流できる機会があり、学びが深まったと感じている」

研修初日のイントロダクションでは、「なぜこの職を選んだのか」「これまで食育に関してどのようなことを大切にしてきたのか」といった自身の価値観を捉え直す時間を設けた。そのうえで「どんな食育指導者になりたいか」という問いを設定し、学びを個人化することを意図した。この問いの設定によって、参加者は自分自身の課題意識を明確にし、研修全体を通じて主体的に学ぶ姿勢を強めることができた。

さらに、指導者という立場を意識しながら三日間の研修に臨むことで、共通の土台を持ち、リフレクションが深まることを確認した。単なる知識の獲得にとどまらず、新たな知見を一つの視点として、自分の実践と絡めながら内省し、指導者として今後の方向性を考える場となっていたように感じる。

また、同職種・異職種のグループ交流は、視野を広げる重要な機会となった。異なる立場や地域の現場での課題や工夫を共有することで、自分の実践を相対化し、学びの活用計画を作成する上での新たなアイデアを具体化するきっかけとなった。

第3章 今後の改善点

3-1 課題点

参加者の講座アンケート、総括アンケートを読んだ率直な感想としては、概ね新たな学びや気づきを得られているようであった。特に参加者の受講前後における思考の変容がみられたことはいわゆる「新たな視座」の発見につながったと思う。

一方で、今回任意で「学びの活用計画」を提出していただき、中身に関して調査官からも意見をいただいた。そこから次年度へ向けての改善点が見えてきた。

- ① 評価に対する知識理解の不足。活動指標と成果指標の違いや関係性及び設定方法などがきちんと理解されておらず、不明確なものがある。

- ② 課題と取組の整合性。教育委員会（指導主事）の参加者で、事前課題では管理職への認識不足に対する取り組みとしていたが、活用計画では栄養教諭を対象とした研修を想定しているなど、課題に対する取り組み方法があっていない。
- ③ ビジョンの明確性（展開論）。新たな学びや気づきからの展開というよりは前例踏襲となっており、今後に向けてこの研修での学びをどう生かすべきなのか、視野の広がりなどがみられない。

3-2 改善点

今回の課題は、運営側の説明不足に起因していると考えられる。特に、研修評価における活動指標と成果指標の意味や重要性について、参加者が十分に理解できていなかった点が問題である。さらに、事前課題と照らし合わせながら学びをどのように活用するかという計画づくりや、本研修で得た知識やスキルを今後どのように生かすかという視点も、より明確に伝える必要がある。

こうした情報は、初日のイントロダクションや三日目の説明の場面で、より丁寧に参加者へ共有することが重要である。今後は、これらのポイントをしっかりと整理し、研修全体の流れの中で自然に理解できるような説明方法を工夫し、改善を図っていきたい。

第4章 研修を通して学んだこと

4-1 食育はなぜ必要か

『食育はなぜ必要なのか』——これは今回の研修を担当するにあたり、自分自身に立てた問いである。

学習指導要領には「子供たちが豊かな人間性をはぐくみ、生きる力を身に付けていくための基礎を培うこと」と目的が記されている。しかし、その言葉を読んでも、どこか腑に落ちない感覚が残っていた。形式的な目的は理解できても、心から納得できる理由ではなかった。

でも今回の研修を通して、講師の先生方の話や参加者の姿に触れる中で、現時点での自分なりの答えが見えてきた。

その答えは二つある。

一つ目は『子どもたちの幸せのため』である。これは公教育のすべてに共通する根本的な目的であり、食育も例外ではない。食は生きることの基本であり、健やかな心身を育むために欠かせないものだ。子どもたちが食を通じて健康で豊かな生活を送れるようにすることは、幸せそのものだと感じる。

二つ目は『次の親への教育のため』である。今、目の前にいる子どもたちに食の大切さを伝えることは、彼らがやがて大人になり、親となったときに、自分の子どもに何を伝えられるかにつながる。そう考えると、今取り組んでいることは、いつかだれかの家庭の食卓を笑顔で満たすことにつながっているのかもしれない。

今回の食育指導者養成研修を通して、自分自身の価値観を改めて問い直すことができた。食育は単なる知識の伝達ではなく、子どもたちの幸せと未来を支える大切な営みである。そのことを強く実感している。