

# 歴食給食の家庭科の授業への展開

## 参勤交代弁当

森永 八江<sup>\*1</sup>・坂本真友香<sup>\*2</sup>・野村 祥史<sup>\*3</sup>・瓦屋 大志<sup>\*4</sup>・千々松哲大<sup>\*3</sup>・西 敦子<sup>\*5</sup>

Use of school lunches with the motif of Reki-Shoku (Historical Meals) in home economics classes:  
the Sankin-kōtai Lunchbox

MORINAGA Yae<sup>\*1</sup>, SAKAMOTO Mayuka<sup>\*2</sup>, NOMURA Yoshifumi<sup>\*3</sup>,  
KAWARAYA Hiroshi<sup>\*4</sup>, CHIJIMATSU Tetsuhiro<sup>\*3</sup>, NISHI Atsuko<sup>\*5</sup>

(Received August 3, 2023)

キーワード：歴食給食、家庭科、参勤交代弁当

## はじめに

歴食とは、日本全国の「歴史的なストーリーを有した、価値ある食」のことで、山口商工会議所が定義したものである（歴食 JAPAN, 2015）。山口県防府市では2018年に、防府市明治維新150年推進協議会の事業のひとつとして、「日英饗応料理」を再現する取り組みが行われた。日英饗応料理は幕末に長州藩（山口県）で、イギリス海軍司令官キング提督と長州藩主毛利敬親が会談した際に、日本とイギリスが提供し合ったおもてなし料理である（五島ら, 2021、Senneckら, 2020）。「参勤交代弁当」は、明治維新150年に当たる2018年に山口県立美術館で行われた毛利敬親展のイベント用に、やまぐち歴食研究会が開発したもので、毛利敬親が参勤交代の時に食べた弁当を再現し、さらに彩と栄養バランスを施した弁当である（山田ら, 2019）。

令和3年度に山口大学教育学部附属光小学校・中学校で、日英饗応料理と参勤交代弁当を基にした歴食給食と食育を実施した（森永ら, 2022a）。本研究では、この忠実再現した参勤交代弁当とその歴食給食を教材に1食分の献立を考える小学校の家庭科の授業を開発、実践したので報告する。

## 1. 参勤交代弁当について

毛利敬親が参勤交代の際に食べた弁当は長州藩士であった人物が「江戸御参勤の御道中などは御供致しましたが、御道中の御辨當などは誠に小さな入子重でござりました、其の重の中に眞の桃位の御握飯が五ツ入れて一段は何時も椎茸、凍菟蓴蒲鉾と云ふ位な物で、今一段は奈良漬けて此はおきまりの様に思ひます、御晝宿で召上つて終御立なされると云ふ様な事とござりました」と記録している（兼重, 1912）。弁当の内容は、当時のももはすも程の大きさであったことから、すももくらいの大きさのおにぎりが5つと、しいたけの煮物、凍みこんにやくの煮物、かまぼこおよび奈良漬けであった。毛利敬親が家督を継いだ当時、長州藩は財政難であったため、毛利敬親は質素儉約を自らも実践した（石永, 2018）。そのため、この参勤交代の際に食べた弁当も、品数が少なく質素であった（園田, 2018）。しかし、当時はしいたけが貴重であり、現在と違いまつたけの方がしいたけよりも収穫量が多かった（五島, 2015）。前述の記録を基に、やまぐち歴食研究会が忠実に再現し、さらに毛利敬親展のイベント用に彩と栄養バランスを考えた弁当を開発した。

### 1-1 参勤交代弁当のエネルギーおよび栄養価

参勤交代弁当のエネルギーは忠実再現弁当 798 kcal、イベント用弁当 647 kcalであった。脂質はどちら

\*1 山口大学教育学部家政教育選修 \*2 上海日本人学校（前 山口大学教育学部附属光小学校）

\*3 山口大学教育学部附属光小学校 \*4 山口大学教育学部附属山口小学校 \*5 前 山口大学教育学部家政教育選修

も極端に少なく、ビタミンB<sub>1</sub>もどちらも少なかった。ビタミンCは忠実再現弁当で極端に少なかった。食物繊維総量は十分な量含まれていた。食塩相当量はどちらも多かったが、特に忠実再現弁当で多かった（森永ら、2022b）。

## 2. 授業の構想

授業は、2023年1月下旬から2月上旬にかけて、山口大学教育学部附属光小学校6年生で実施した。題材名は「自分も家族も地球もうれしい1食分の献立～まかせてね今日の食事～」である。全8時間の構想と展開について以下に示す。

### 2-1 ねらい

題材の目標は、「(1) 1食分の献立作成の方法や、環境に配慮した調理の仕方、材料に適した調理法を理解し、適切にできる。(知識及び技能)、(2) 1食分の献立作成の方法や、環境に配慮した調理の仕方について問題を見いだして課題を設定し、さまざまな解決方法を考え、実践を評価・改善し、考えたことを表現するなどして課題を解決する力を身に付ける。(思考力、判断力、表現力等)、(3) 家族や地域の一員として、生活をよりよくしようと、栄養や伝統を考えた食事や、環境に配慮した生活について、課題の解決に向けて主体的に取り組んだり、振り返って改善したりして、生活を工夫し、実践しようとする。(学びに向かう力、人間性等)」とした。

### 2-2 題材構想の視点

#### 2-2-1 児童の実態

児童は、家庭科の学習において、「自分も家族も地球もうれしい」を合言葉に、家庭生活をよりよく工夫していく実践を積み重ねている。第6学年の「朝食のいためもの」の学習においては、栄養バランス、調理や洗い物にかかる時間、環境に配慮した材料の入手方法や調理方法等に考慮しながら計画、実習し、自分の家庭においても実践した。このような児童が、1食分の献立作成においても、課題を設定し、様々な視点からよりよい献立を計画していくことができれば、家庭における幅広い実践につながると考えた。

#### 2-2-2 教材観

本題材は、よりよい1食分の献立作成を通して、バランスがよくなるよう食品を組み合わせること、作り手の気持ちや環境への配慮を考えることなど、小学校の調理実践のまとめといえるものである。ここでは、単に理想的な献立を作成するのではなく、実際の家庭での食生活に寄り添い、自分の力で食生活をよりよくすることができるようにしたいと考えた。

#### 2-2-3 指導上の留意点

指導に当たっては、第一次で、江戸時代の実際の参勤交代弁当と、給食で提供された歴食献立とを比較し、栄養教諭が食品の組み合わせを変更した意図を話し合う活動を設定することで、1食分の献立を作成する際に大切にしたい視点到に気付くことができるようにする。第二次では、児童の振り返りから、困り感や自己評価のばらつきが大きい視点をとり上げ、具体的な工夫点やその評価を話し合う活動を設定することで、自己評価の妥当性を高めるとともに、自分の献立作成に生かすことができるようにする。献立作成を、一から考えるのではなく、家庭での献立を自分の力で改善する「プラスワン」(料理を加えたり、食材を変えたりするひと手間)の活動に取り組みせることで、日常の継続的な実践につながるようにする。

#### 2-2-4 学校給食および食育との関連

学習指導要領解説には、「学校給食との関連を考慮する」とあり、さらに内容の取扱いとして、「エ 食に関する指導については、家庭科の特質に応じて、食育の充実に資するよう配慮すること。」「これらの指導に当たっては、食生活を家庭生活の中で総合的に捉えるという家庭科の特質を生かし、家庭や地域との連携を図りながら健康で安全な食生活を実践するための基礎が培われるよう配慮するとともに、必要に応じて、栄養教諭や地域の人々等の協力を得るなど、食育の充実に資するようすることが大切である。」とあり、2

時で栄養教諭が学校給食の献立を作成する時に気を付けていることを聞く学習活動は非常に有効であると考えた（文部科学省，2017）。しかも、児童が事前に参勤交代弁当の歴食給食についての食育と参勤交代と称し、学校近くの海まで歩き、海岸で歴食給食の参勤交代弁当を食べるという体験をした上で、この家庭科の授業を受講しているため、学習効果は極めて高いと考えた。

## 2-3 授業実践

### 2-3-1 学習指導計画

表1 学習指導計画（全8時）

次	時	ねらい	学習活動・内容
1	1 ・ 2	○1 食分の献立を作成する方法や、環境に配慮した調理の仕方、材料に適した調理法を理解する ○1 食分の献立の作成について問題を見いだして課題を設定する	○歴食と、給食の歴食献立とを比較して、献立作成の際に大切な視点をレーダーチャートにまとめ、自分なりの改善方法について話し合う ○自分の食生活を振り返り、課題を設定する
2	3 ・ 4	○目標とする1食分の献立となるように、材料の選定や調理方法を工夫する ○家族に途中経過を見てもらい、助言をもらう〔課外〕	○1 食分の献立を改善する方法を検討する
	5 ・ 6	○調理実習を評価し、改善する ○環境に配慮した調理の仕方、材料に適した調理法が適切にできる ○家庭で1食分の献立の調理を行う〔課外〕	○献立作成に必要な視点について全体で共有し、自分の献立を修正する
3	7 ・ 8	○よりよい食生活にむけた自分のめあてを設定できる	○レシピブックを仕上げ、題材を通じた自分の学びや今後の食生活についてまとめる

### 2-3-2 学習過程

表2に1時の学習過程、表3に2時の学習過程を示す。

表2 1時の学習過程

学習活動・内容（発問）	予想される子どもの反応	指導上の留意点	分
1 歴食の参勤交代弁当（忠実再現）を判定するための献立チャートの視点を決める 献立チャートに必要な視点は何か。 ・1食分の献立を作成する方法 ・環境に配慮した調理の仕方 ・材料に適した調理法	・安くできるのがよいな。 ・早くできるのがよいよ。 ・地球環境のために、旬のものが入っているのがよいよ。 ・地球環境のために、地産地消のお弁当がよいな。 ・地球環境のために、洗い物の量が少ないのがよいよ。 ・食べやすいのがよいよ。 ・人気があるものが入っているのがよいよ。	・献立チャートの4つの視点（栄養バランス、味付けバランス、彩、地球環境）は指定することで、残りの1つの視点を児童が考えられるようにする。	20
2 歴食の参勤交代弁当（忠実再現）を献立チャートを使って判定する 5つの視点をどうやっ	・彩バランスや味付けバランスはどうなったら満点になるのかな。 ・おにぎりは主食で黄色のはたらき、こんにゃくとしいたけの煮物は副菜で緑のはたらき、かまぼこは主菜で赤のはたらきだ	・評価する際、和食の五色や五味という考えがあることを伝えることで、思考できるようにする。	

て評価するか。	よ。		
・1食分の献立の作成について問題を見だし、課題を設定	・おにぎりは塩味、こんにゃくは甘味、かまぼこは塩味、しいたけは甘味、奈良漬は塩味だよ。		35
3 本時の学習を振り返る	・歴食の参勤交代弁当（忠実再現）は献立チャートの視点はどれも点数が低かったな。	・Google スプレッドシートにポートフォリオの形式で振り返りを蓄積させることで、自身の成果を実感したり、友達の振り返りから学んだりできるようにする。	45
学習の成果と課題は何か。	・献立を作る時には、こういう視点到気を付ければいいのだな。		
・学習の成果と課題			

表3 2時の学習過程

学習活動・内容(発問)	予想される子どもの反応	指導上の留意点	分
1 歴食の参勤交代弁当（忠実再現）をアップデートしよう	・筋肉をつけるため、しいたけを肉に変えるよ。	・栄養教諭が参勤交代弁当を給食にする際の工夫を聞くことで、児童が自分だったらどう工夫するかを考えられるようにする。	10
参勤交代弁当をどうすれば、5つの視点の評価が改善するか。	・ビタミンが増えて、栄養バランスがとれるから、にんじんを入れるよ。	・工夫の理由も説明できるようにする。	
・献立作成の際に大切な視点	・にんじんを入れたら彩もよくなるね。		35
・献立改善の方法	・手で持ちやすくするため、おにぎりを三角にして、のりで巻くよ。味変もできるよ。		
2 我が家の食生活もアップデートしてみよう	・卵焼きを入れて、タンパク質をとるよ。	・児童によって食生活の状況が異なることから、各家庭や児童のプライバシーを尊重し、十分配慮しながら取り扱う。	45
自分の食生活の問題点は何か。	・主食、主菜、副菜がそろっているよ。		
・自分の食生活の問題点	・副菜が足りないかな。		35
3 本時の学習を振り返る	・ステーキを食べたよ。		
学習の成果と課題は何か。	・主食ばかり食べているな。	・Google スプレッドシートにポートフォリオの形式で振り返りを蓄積させることで、自身の成果を実感したり、友達の振り返りから学んだりできるようにする。	45
・学習の成果と課題	・冷凍食品を使っているよ。		
	・おうちの人が考えて献立を作ってくれていることが、わかったよ。		
	・おうちの人が忙しい時は、家庭科で習った料理を作ってみよう。		
	・苦手な献立でも食べよう。		
	・自分が作った献立を調理して、おうちの人に食べてもらいたいな。		

## 2-4 授業の実際

1時では、歴食の参勤交代弁当（忠実再現）を問題のある献立として示し、献立作成の視点と献立を評価する授業を行った。献立を評価するために献立チャートの3つの視点（栄養バランス、味付けバランス、彩）は指定し、もう1つの視点をクラスで考え、残りの1つの視点は児童に考えさせた。もう1つの視点では、安さを重視している児童が最も多く、次に地産地消や旬、洗い物の量など地球環境、その次が早くできることであった。今回は、2次につなげるためにも、地球環境をもう1つの視点とした。

歴食の参勤交代弁当（忠実再現）を献立チャートを用いて判定する学習活動では、栄養バランスは主食、主菜、副菜、汁物を揃えることで栄養バランスがよくなることを確認し、点数を付けた。その中で、児童から「彩バランスや味付けバランスはどうなったら満点になるのか。」という疑問が生まれたため、評価する際、和食の五色や五味という考えがあることを伝えることで、思考できるようにした。その結果、児童の評価は、



図1 1時の板書

どの項目も1～2点にとどまった。図1は1時の板書である。

2時では、歴食の参勤交代弁当（忠実再現）をアップデートするために、栄養教諭から給食の献立を作成するときに気を付けていることを聞いた。具体的には、①主食を決める（おもにエネルギーのもとになる）、②主菜を決める（おもに体をつくるもとになる）、③副菜を決める（おもに体の調子を整えるもとになる）、④汁物や飲み物を決める、⑤彩、⑥味のバランス、⑦組み合わせの相性、⑧和食か洋食か中華風か、⑨食材が重ならないようにする、⑩費用、⑪旬・行事（文化）、⑫アレルギーや安全、⑬作る人の人数や時間、⑭地産地消、⑮食べる人の時間、⑯組み合わせの基本、⑰栄養素を考える時の優先順位、についてスライドを示しながら栄養教諭が話した。その話を聞いた上で、児童に「栄養教諭は、給食で歴食を出すときに少し変更していたよね。みんなだったら何を考えてどのように変更する？」と問うた。すると、ある児童が「おにぎりの横の2つ（こんにやく、かまぼこ）は一緒に、しいたけを肉に変える。」、授業者「それはなぜ?」、児童「筋肉がプラスされるから。そして、少しにんじんを少し入れる。」、授業者「にんじんを入れることでどうなる?」、児童「ビタミンが増えて、栄養バランスがよくなる。」、授業者「しいたけでビタミンを抜いたから、それでまたビタミンを入れたんだね。にんじんを入れるよさがもう1個あると思うんだけど?」、別の児童「彩もよくなる。」と発言した。また、別の児童が「おにぎりをのりで巻いて三角形にする。」、授業者「それは何のため?」、児童「のりが無機質で骨を作るので。」、授業者「わかめむすびのままでも、同じ無機質だけど、なぜのりで巻いたの?」、児童「のりは持ちやすかったり、味変できるから。おにぎりの横をにんじんにしてビタミンを摂って、にんじんの下を卵焼きにして、タンパク質を摂ります。横はかまぼこ、しいたけのまま。」、授業者「大幅な変更なくしてアップデートしてますよね。」と返した。児童の発言に質問を重ねることで、児童自身が理由を説明できるように促し、さらに児童が気付いていない視点を気付かせた。次に、我が家で作りたいオリジナル献立計画書のBeforeの献立を記入させ、献立チャートの点数を付けさせ、自分の食生活の問題点を自覚させた。図2は2時の板書、図3-1、3-2はオリジナル献立計画書である。

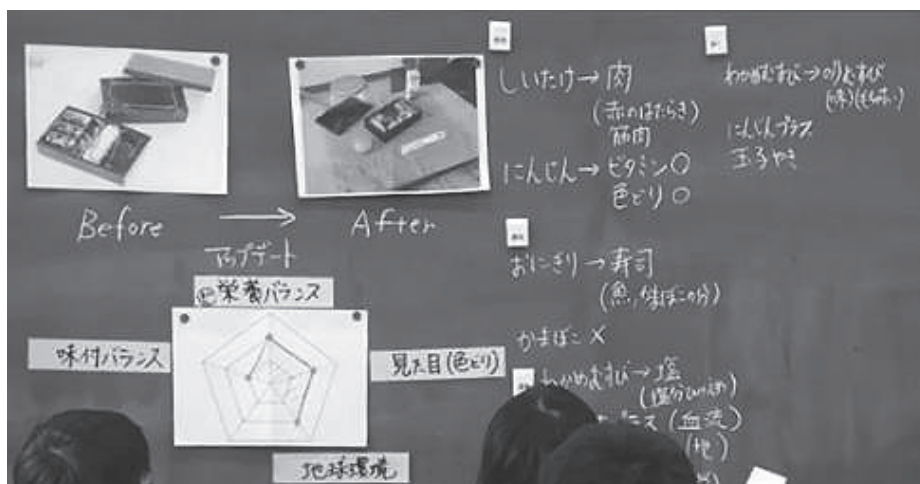
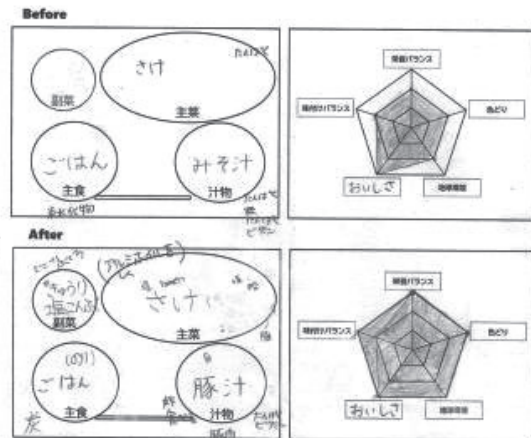


図2 2時の板書

我が家で作りたいオリジナル献立計画書

6年(



メニュー	主食	主菜	副菜	汁物
所要時間	ごはん ○ 30分	豚汁 ○ 15分	きゅうり塩こんぶ ○ 15分	豚汁 ○ 20分
材料	米		きゅうり、塩こんぶ ごま油	コンニャク、大根 こんにゃく、ごぼう 豚肉、みそ、 だし、ごま油 白米 2杯分 ①半円 ②ごま油 ③ごま油 ④系 ⑤月
分量 (3人分)	3合		3本	
切り方			半月切、輪切	

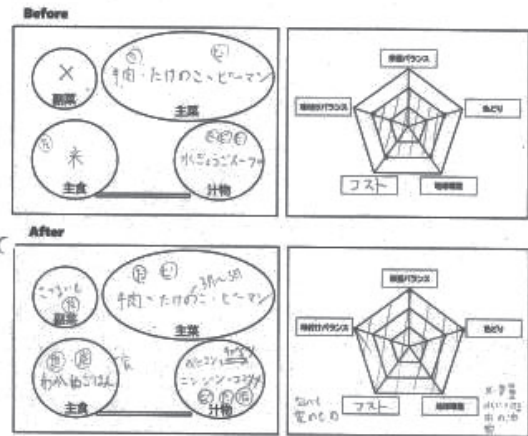
【献立作成の条件】  
 ・主食/主菜/副菜/汁物の4品を基本とする。・家庭実践の時期は、2月を想定している。  
 ・電子レンジ調理や、レトルトのものは選ばず、食材を調理してできるものとする。  
 ・生肉、生魚を使用してもよいが、加熱が不十分だと、食中毒等の可能性があるため、注意すること。  
 ・決めた献立は、家庭で実践する。材料が手に入り、難易度がちょうどよいものを選ぶ。  
 ・作るものが全員違うため、調理実習は行わない。今まで習った調理方法を活用できるようにする。  
 ・家庭では、家族に調理を協力してもらってもよいが、「アップデート」の部分は自分の手で行えるようにする。

	0	5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80
主食	スウィッチ ON																
主菜										豚汁 焼く							
副菜	きゅうり 洗う	切る	塩こんぶ ごま油を 入れて もむ														
汁物	コンニャク こんにゃく ごぼう 大根	切る			豚肉 切る	アツタ 肉焼く				①他の具材を炒める ②水、だし ③みそ							

図3-1 A児の我が家で作りたいオリジナル献立計画書

我が家で作りたいオリジナル献立計画書

6年(



メニュー	主食	主菜	副菜	汁物
所要時間	わかめごはん ○ 45分	牛肉・ピーマン ○ 5分	わかめごはん ○ 25分	コンニャク・ごぼう ○ 20分
材料	米、わかめ	牛肉・ピーマン タケノコ・ピーマン ごま油	わかめ ごま油	コンニャク、ごぼう ごま油
分量 (3人分)	3合・適量	300g・60g 200g	適量	適量
切り方	X	ピーマン=37cm/1 タケノコ=37cm/1	わかめ	コンニャク、ごぼう ごま油

【献立作成の条件】  
 ・主食/主菜/副菜/汁物の4品を基本とする。・家庭実践の時期は、2月を想定している。  
 ・電子レンジ調理や、レトルトのものは選ばず、食材を調理してできるものとする。  
 ・生肉、生魚を使用してもよいが、加熱が不十分だと、食中毒等の可能性があるため、注意すること。  
 ・決めた献立は、家庭で実践する。材料が手に入り、難易度がちょうどよいものを選ぶ。  
 ・作るものが全員違うため、調理実習は行わない。今まで習った調理方法を活用できるようにする。  
 ・家庭では、家族に調理を協力してもらってもよいが、「アップデート」の部分は自分の手で行えるようにする。

	0	5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80
主食	まきとく わかめごはん																
主菜																	
副菜																	
汁物																	

図3-2 B児の我が家で作りたいオリジナル献立計画書

### 3. 授業の効果

授業実施から1か月後の2023年3月に、Google formによるアンケートを実施した。アンケートの項目は、①家庭科の授業で歴食をアップデートしたときに考えていたこと、②歴食と授業のコラボレーションについてのアイデアである。回答者は、本授業を行った6年2組 29人である。表4と表5にアンケートの結果を示す。

表4 家庭科の授業で歴食をアップデートしたときに考えていたこと

- ・昔の人はこんなものを食べていたのか。
- ・食べる時美味しく、栄養バランスを考えたいものをつくりたい。
- ・色あいや栄養、旬を考えてアップデートしました。
- ・栄養バランスや、色合い、コストを考えました。
- ・おいしくすることを考えて、アップデートした。
- ・昔の人たちがどんな気持ちだったかを考え、大変だったか、楽しかったか、など色々思いながら歴食を作りました！
- ・栄養バランスや、彩りを気にして行った。
- ・栄養バランス、人気、コスト、地球環境を考えた。
- ・彩や、味、五大栄養素、に気をつけてアップデートしました。
- ・アップデートはしているけど、昔の歴食っぽさもあるようにしたこと。
- ・どんなことを思って食べていたのか。
- ・どんなものがあるのか、そして今とどんな違いがあるのか。
- ・5大栄養素を意識して、見た目、味付けを考えました。
- ・和食にすること。栄養バランスを考えること。
- ・栄養バランス、特に漬け物が多かったからから、少なくした。

表4より家庭科の授業で歴食をアップデートしたときに考えていたことは、栄養バランスについて、言及している児童が多かった。家庭科の学習内容を網羅していることに加え、和食や歴食のよさを生かしたり、当時の生活に思いを馳せたりする児童もいることがわかった。

表5 歴食と授業のコラボレーションについてのアイデア

- ・社会で山口県の昔のことについて学ぶ。
- ・社会科などで取り上げて、家庭科で実際に食べてみたら面白いと思います。
- ・社会科（歴史）、体育（食べた後に運動をして参勤交代を再現！とか？）
- ・社会でその自分の県（他の県でも面白いかも）の歴食に関する人物やどうしてそんなものが生まれたのか。
- ・歴史に関係するので社会科。
- ・社会の歴史の勉強と合わせて。
- ・社会科で取り上げてみる。（参勤交代などをやる時に）、体育科で参勤交代風に体験してみる。
- ・社会科の教科書のコラムなどに載せる、理科の教科書に、「こういう食品をたくさん食べすぎると内臓にこのような影響がでる」などのかたちで載せる。
- ・家庭科&社会 歴史を学びながら食のことも学べて一石二鳥でとてもいい！
- ・社会と家庭科を同じにすれば良いと思います。
- ・家庭科と社会コラボさせてクイズを出していたので、歴食についてのクイズも出したらい。
- ・3～4時間目に自分で歴食の具を作る。
- ・家庭科+算数、算数でどのくらい歩くからこのくらいの量、このくらいのカロリーに収めたいから食材を選んでみるなど。
- ・しおさい（総合的な学習の時間）などで歴食のことを各自、自由に調べる。
- ・しおさいで昔の服装を実際に着てみるといいと思いました。
- ・しおさいの授業に、日本との関わりがある国の有名な食べ物を知りたい。

表5より、歴食と授業のコラボレーションについてのアイデアで一番多かったのは、社会科での学習であり、また、社会科と体育科、社会科と家庭科、家庭科と算数科など、教科横断的な学習展開を考えた児童もいた。さらに、総合的な学習の時間「しおさい」でじっくりと探究してみたいという声もあった。

## 4. 考察

1 時では、献立を評価するための献立チャートの視点を考えた。児童は様々な視点から、クラスで考える視点と自分で決める視点を考えることができていた。特に地産地消や旬、洗い物の量など地球環境につながる視点で多様な発言があり、これまでの学習との関連が見られた。献立を評価する活動では、児童から生じた疑問が、学習を深めるきっかけとなったと考えた。

2 時では、栄養教諭から給食の献立を作成するときに気を付けていることを聞くことで、献立作成の視点と大変さを知ることができ、日々の給食や家庭での食事に対するありがたみを感じることができたと考えた。また、献立をアップデートする活動では、児童の発言に質問を重ねることで、思考を深めたと考えた。

学習指導要領(平成 29 年告示)には「(3)栄養を考えた食事 ア 次のような知識を身に付けること。(ウ) 献立を構成する要素が分かり、1 食分の献立作成の方法について理解すること。イ 1 食分の献立について栄養のバランスを考え、工夫すること」とある(文部科学省, 2017)。児童の姿やアンケートの結果より、今回の実践は、上記の事項を十分に達成できたと考えた。また、これらは改訂前より引き継がれた事項であり、小学校家庭科の 1 食分の献立を考える授業で、問題のある献立を提示し、その献立を改善することで、献立作成や献立の栄養バランスについて学んでいく方法はこれまでも実践されてきた(西, 2002)。乳幼児栄養調査の社会経済的要因別の主要な食物の摂取頻度をみると、栄養バランスを整える魚、大豆・大豆製品、野菜、果物は、経済的な暮らし向きが「ゆとりあり」で摂取頻度が高い傾向がみられ、栄養価の低い菓子(菓子パン含む)、インスタントラーメンやカップ麺は、経済的な暮らし向きが「ゆとりなし」で摂取頻度が高い傾向がみられた(厚生労働省, 2016)。家庭の経済格差が拡大する現在、問題のある献立として児童の家庭の食事を取り上げることは、学習指導要領解説にも「食事調べなど児童の家庭の食事を取り上げる場合は、プライバシーに十分配慮する」とあるように、難しい(中浜, 2022)。前掲の西の実践も紙芝居を用いて問題のある献立を提示している。その点、本研究では、幕末に長州藩主が参勤交代の時に食べた弁当を再現した参勤交代弁当(忠実再現)を問題のある献立として提示することで、前述のプライバシーの問題を解決している。

さらに、今回の学習指導要領改訂では、「小学校においては、米飯とみそ汁の調理やだしの役割など、日本の伝統的な食文化の大切さに気付くことができるようにすることを重視している。」とあり、歴食給食を小学校家庭科の食生活で教材として取り上げることは相応しいと考えた(文部科学省, 2017)。アンケートの歴食と授業のコラボレーションについてのアイデアの結果より、歴食給食は児童自ら学びたいと思える魅力ある教材となり得ることがわかった。

## おわりに

本題材は、学習指導要領の「B 衣食住の生活の食生活の項目(1) 食事の役割、(2) 調理の基礎、(3) 栄養を考えた食事」を網羅しており、さらに、課外で「A 家族・家庭生活の(4) 家族・家庭生活についての課題と実践 ア 日常生活についての課題と計画、実践、評価」にも該当する(文部科学省, 2017)。

さらに、本プロジェクトの取り組みが文化庁の食文化「知の活用」振興事例の優良事例に認定され、2023 年 3 月 18 日に東京で行われた表彰式で顕彰された。また、同日に行われたシンポジウムのシンポジストにも選ばれ、本プロジェクトの取り組みを紹介した。このことは、本プロジェクトを広く知ってもらえる良い機会になったと考える。今後も、歴食給食とその食育を様々な教科に展開する取り組みや、新しい歴食給食とその食育の開発、附属学校だけでなく山口県内の他の学校での歴食給食とその食育の実施、また、県外の歴食をその地域で給食や教科に展開できるような活動を行っていきたい。

## 引用・参考文献

- 石永雅子(2018): 毛利敬親と参勤交代の弁当(特集 長州ゆかりの幕末の「食」), 山口県立美術館 明治 150 年記念特別展「激動の幕末長州藩主毛利敬親」展図録, 156.
- 兼重慎一(1912): 長州藩財政史談, 防長史談会雑誌, 4, 32, 41.



- 厚生労働省 (2016) : 平成 27 年度乳幼児栄養調査結果の概要, 31-37.
- 五島淑子 (2015) : 江戸の食に学ぶ, 臨川書店, 28.
- 五島淑子・柴田勝・森永八江・セネック・アンドリュウ (2021) : 幕末における日英饗応料理からみる食文化の変遷, 食生活科学・文化, 環境に関する研究助成研究紀要, 公益財団法人アサヒグループ学術振興財団, 34, 89-98.
- Senneck A., Goto Y. (2020) : Food Served to Guests from Other Cultures in Bakumatsu Japan: Analysis of Three Examples of Anglo-Japanese Culinary Cultural Exchange in the Chōshū Domain in the Mid-19th Century, 和食文化研究, 3, 150-169.
- 園田純子 (2018) : 参勤交代弁当の再現 (特集 長州ゆかりの幕末の「食」), 山口県立美術館 明治 150 年記念特別展「激動の幕末長州藩主毛利敬親」展図録, 157.
- 中浜萌 (2022) : 日本の所得格差は 2017 年以降拡大 女性の正社員化が進むも、未だ不十分, Economic Monitor, 伊藤忠総研, 7, 2.
- 西敦子 (2002) : 生活実践知を形成する家庭科の授業づくり—「一食分の食事をととのえよう」の実践を通して—, 学校教育, 1016, 30-37.
- 森永八江・野村祥史・瓦屋大志・坂本真友香・中村裕司・千々松哲大・吉岡友子・原田圭介・西敦子 (2022a) : 歴食を活用した給食の開発と食育 日英饗応料理を題材として, 山口大学教育学部附属教育実践総合センター研究紀要, 54, 13-21.
- 森永八江・五島淑子 (2022b) : 山口県における明治 150 年を記念した再現料理の栄養評価 日英饗応料理と参勤交代弁当, 山口大学教育学部研究論叢, 71, 269-280.
- 文部科学省 (2017) : 家庭編, 小学校学習指導要領 (平成 29 年告示) 解説, 20-31, 34-48.
- 歴食 JAPAN 公式サイト (2015) : <https://reki-shoku.jp/category/reki-syoku/> (最終閲覧日:2023年5月23日)