

Ⅲ - 8

「いただきます」「ごちそうさま」  
～食事への感謝、食事のマナー～

対象：幼児～学童期の子どもをもつ保護者  
時間：60分程度

ねらい	食事への感謝の気持ちやマナーを身につけることの重要性について考える。		
実施のポイント (評価など)	○ 食事への感謝の気持ちをもつことの大切さを認識する。 ○ 「いただきます」「ごちそうさま」をはじめとした食事のマナーや態度等について話し合い、実践へ向けての意欲を高めることができる。		
事前準備	○ 名札カード                      ○ ワークシート (ワーク1, 2, 3を別々に人数分用意) ○ 付せん紙 (人数分)              ○ 模造紙 (グループ数分)              ○ 資料              ○ 筆記用具		
時間	学習活動	学習活動のねらいとポイント	準備物
導入 10分	ワークの趣旨説明 ○アイスブレイク (自己紹介) ・グループ分け	・学習のねらいや約束事項を確認する。 ・仲よし同士ばかりが一緒にならないようにアイスブレイクを行い、4人グループをつくる。	筆記用具 名札
展開 12分	<b>ワーク1</b> ・エピソードを読む。(全体) ・ワークシートに記入し、グループ内で発表する。 ・グループで話し合い、全体に発表する。	◎エピソードを読み、各家庭での食事のマナー等の状況について話し合うことで、日頃の食生活を振り返ることをねらいとする。 ・自分がエピソードの母親だったら何と答えるかを考え、ワークシートに記入し発表する。 ・よりよい答えを話し合い、全体に発表する。	エピソード ワーク1のシート
3分	<b>資料説明</b> ・全体で資料を読んで「いただきます」「ごちそうさま」の意味について知る。	◎資料①を読み、食事のあいさつは、食事への感謝の気持ちを表現する大切な言葉であることを再認識することをねらいとする。 ・食事への感謝の気持ちは食事を大切にすることにつながり、食事のマナーや態度にも表れることを伝える。	資料①
10分	<b>ワーク2</b> ・食事のあいさつ以外で気になることを付せん紙に記入する。 ・グループ内で発表し、話し合う。	◎食事中のマナーや態度等で気になることを話し合うことで、食事の際に大切にしたいことを共有することをねらいとする。 ・付せん紙に各自が記入し、紹介しながら模造紙に貼り、簡単に分類し、話し合う。	ワーク2のシート 模造紙 付せん紙
10分	<b>ワーク3</b> ・食事に関わるルールを付せん紙に記入する ・ワーク2の意見と関連させて発表し、模造紙に貼る。 ・グループで話し合い、いくつかを全体で発表する。	◎食事に関わる家庭でのルールについて話し合うことで、楽しく食生活を送るためのヒントを共有することをねらいとする。 ・食事中や食事の前後にそれぞれの家庭で気をつけていることを出し合う。意見が出にくい場合は、自身の子どもの頃のことでも良いこととする。 ・ワーク2と関連させて分類しながら模造紙に貼り、いくつかを全体で発表し共有する。 ・ファシリテーターは、いろいろなルールを考えておき、状況に応じて参考例として紹介する。 ・食事のマナーや態度について、保護者自身がどのように教わったかを思い出させ、今度は自分が教え伝えていく立場であることに気づかせる。	ワーク3のシート 付せん紙
まとめ 10分	<b>ふりかえり</b> ・感想を記入する。 ・グループで感想を発表する。  <b>ま と め</b>	◎学習についての感想を記入し、グループ内で発表し、実践への意欲を高める。 ・食事への感謝の気持ちを表すためにできそうなことを考え、これまでの食生活を見直すきっかけとする。 ・資料を提示し、子どもの食生活で大切にしていきたいことの参考とする。	ふりかえりのシート  資料 ②～④