

紀州っ子の

こころとからだをつくる
食育の手引

— 第一次改訂版 —



和歌山県教育委員会

本手引の活用にあたって

食を取り巻く社会環境が大きく変化する中で、食に関する価値観やライフスタイル等の多様化が進み、食に対する意識も変化し、健全な食生活を実践することが困難な場面も増えてきています。これらは、子供たちの食生活にも影響を及ぼし、偏った栄養摂取や不規則な食事などの食における様々な課題が生じています。

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には、何よりも「食」が重要であり、子供たちがどのような状況においても望ましい食習慣を維持することができるようにするために、学校における食育の推進が必要です。

しかしながら、今般の新型コロナウイルス感染症の影響により、学校においては、給食の時間の過ごし方が大きく変化するとともに、食にまつわる様々な教育活動が制限されるなど、食育の取組が行われにくい状況となっています。

そのような中、県教育委員会としましては、コロナ禍においても継続した食育の取組が必要であると考え、県内すべての学校で食に関する指導が行われるよう、県内の栄養教諭及び学級担任等の協力を得て、本手引を改訂しました。

本手引は、学校における食育推進の重要性や食育を推進する上で重要な食に関する指導の全体計画の作成について記載するとともに、すべての学校において、また、すべての学年において食に関する指導が実施できるよう、文部科学省の食育教材を活用した指導展開例を掲載しています。

県内のすべての子供たちが、食の大切さを理解し、生涯にわたって心身ともに健康な生活を送ることができるよう、学校において食育推進体制を整備の上、全教職員が連携して食育を推進・充実するために、効果的に活用いただけることを期待します。



子供たちに食に関する自己管理能力の育成を

「紀州っ子のこころとからだをつくる食育の手引（改訂版）」が作成されたことに、心よりお祝い申し上げます。この手引は、平成26年3月に和歌山県内の学校における食育の推進を図る上での参考となるよう、和歌山県教育委員会の強い願いを込めて作られたとお聞きしております。また、文部科学省が平成31年3月に改訂した「食に関する指導の手引－第二次改訂版－」の内容も踏まえて作成いただいていることに感謝申し上げます。

私は、全国各地で必ずお伝えしていることが二つあります。一つは、子供たちに食に関する自己管理能力の育成を図るために、「食は楽しい」「食は大切」ということを様々な場面で伝えてほしいということです。もう一つは、学校の職員や関係者全員が力を合わせて地道に食育を推進していくという「1人の100歩より100人の1歩」を目指してほしいということです。和歌山県においてもそのことを何度もお話する機会をいただき、両方のことを意識した実践が数多く行われていることに重ねて感謝申し上げます。

さて、食は、人間が生きていく上で欠かすことのできない大切なものであり、健康な生活を送るためには健全な食生活は欠かせないものです。

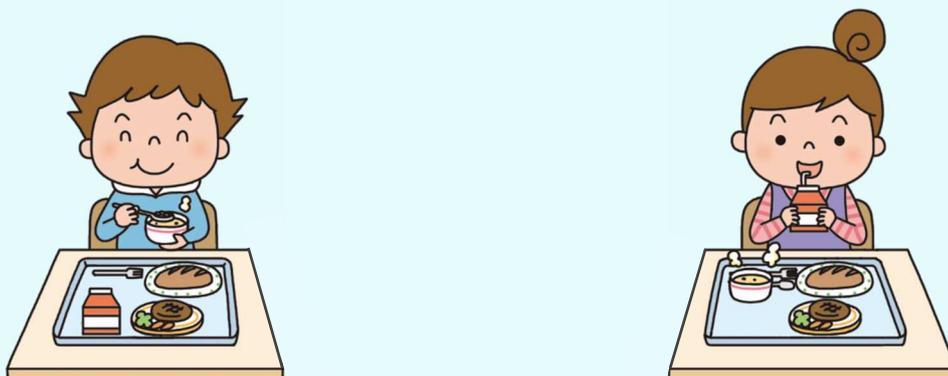
しかし、我が国では、食を取り巻く社会環境が大きく変化する中で、食に関する国民の価値観やライフスタイル等の多様化が進んできています。国民の意識の変化とともに、世帯構造の変化や様々な生活状況により、健全な食生活を実践することが困難な場面も増えてきています。また、令和3年3月に示された第4次食育推進基本計画では、新型コロナによる「新たな日常」への対応、社会のデジタル化、持続可能な開発目標(SDGs)へのコミットメントなどが課題等として新たに指摘されました。

特に子供たちについては、引き続き、食生活の乱れや健康に関して懸念される事項、例えば、偏った栄養摂取や不規則な食事などの食生活の乱れ、肥満や過度のやせ、アレルギー等の疾患への対応などが見られ、増加しつつある生活習慣病と食生活の関係も指摘されています。また、新型コロナウイルス感染症の拡大に伴う食生活の変化など子供たちの食をめぐる状況が変化する中で、バランスのとれた食生活を実践することが困難になることも懸念されています。

こうした中、和歌山県では、学習指導要領の改訂を踏まえ、社会の大きな変化に伴う子供たちの食を取り巻く状況の変化に対応するとともに、コロナ禍においても県内すべての子供たちのために継続した食育の取組が学校で行われるよう、「紀州っ子のこころとからだをつくる食育の手引（改訂版）」が作成されました。本手引では、学校における食育推進の考え方を示し、実態把握を踏まえた食に関する指導の全体計画作成や食に関する指導の展開例などの食育の進め方、食育推進の評価の進め方が明記されています。特に子供たちが健全な食生活を営み、健康で豊かな人間性をはぐくんでいけるよう、正しい知識に基づき自ら判断し実践していく「食」の自己管理能力や、望ましい食習慣を身に付けさせることが必要であると記載されています。子供たちが将来自立したときに健全で健康に生きるための基礎を培うのだという決意が感じられました。さらに、幼児教育から高等学校まで切れ目のない食育実践や学校・家庭・地域が連携した食育推進の重要性にも触れられており、子供たちに携わるすべての人々が力を合わせて食育を推進するのだという思いも伝わってきました。

今後も、作成された「紀州っ子のこころとからだをつくる食育の手引（改訂版）」を活用して、県内の子供たちが様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができるよう、各学校における学校給食の充実と、家庭や地域を巻き込んだ食育の推進が図られますことを祈念しております。

文部科学省初等中等教育局健康教育・食育課
食育調査官 清久 利和



本手引の活用にあたって	1
寄稿	2
第1章 学校における食育推進の考え方	
1 食育の意義	5
(1) 食育基本法の施行	5
(2) 学校給食法の改正	5
(3) 学習指導要領の改訂	6
① 中央教育審議会の提言	6
② 学習指導要領における食育の位置付け	6
2 栄養教諭について	11
3 学校における食育の推進	12
4 学校・家庭・地域が連携した食育の推進	17
第2章 学校における食育の進め方	
1 食に関する指導に係る全体計画の作成の必要性	20
2 全体計画作成の手順及び内容	22
3 特別支援学校における食に関する指導に係る全体計画の作成の留意点	25
4 具体的な全体計画のイメージ	29
(1) 小学校例	29
(2) 中学校例	33
(3) 特別支援学校例	37
5 各教科等における食に関する指導の展開	48
【小学校】	
食育を推進される先生方へ	51
① 1年 食事をおいしくするまほうの言葉	52
② 2年 元気のもと朝ごはん	56
③ 3年 マナーのもつ意味	60
④ 4年 行事食や郷土料理を味わおう	64
⑤ 5年 バイキング給食にチャレンジ	68
⑥ 6年 食事と健康について考えてみよう	72
【中学校】	
食育を推進される先生方へ	77
① 全学年 生きるため、健全な成長のための食事	78
② 保健分野 健康な生活と疾病の予防	84
③ 家庭分野 食品の安全や衛生について考えよう	88
④ 公民的分野 現在社会の文化と私たち	94
⑤ 全学年 世界の食料問題を考えよう	98
6 学校における食育推進の評価	104
参考資料	111

第1章 学校における食育推進の考え方

1 食育の意義

「食」は人間が生きていく上で欠かすことのできない大切なものであり、健康な生活を送るためには健全な食生活は欠かせないものです。また、健全な食生活を実践し、おいしく楽しく食べることは、人に生きる喜びや楽しみを与え、健康で心豊かな暮らしの実現につながることから、心の健康と身体の健康へと導きます。

しかしながら、近年のライフスタイルの多様化や食を取り巻く社会環境の変化などに伴い、偏った栄養摂取や不規則な食事による食生活の乱れ、肥満や過度のやせなどが見られ、増加しつつある生活習慣病と食生活の関係も指摘されています。

特に、成長期にある子供への食育は、生涯にわたって健やかに生きるための基礎を培う上で重要なものであり、子供が健全な食生活を営み、健康で豊かな人間性をはぐくんでいけるよう、正しい知識に基づき自ら判断し実践していく「食」の自己管理能力や望ましい食習慣を身に付けさせることが必要となっています。また、食を通じて地域等を理解することや失われつつある食文化の継承を図ること、共食等団らんを通じて社会性を身に付けること、食品ロスの視点を持ち、命の大切さや感謝の気持ちを養うことが重要となってきています。

(1) 食育基本法の施行

食育の基本理念と方向性を明らかにするとともに、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進するために、食育基本法が平成17年6月10日に成立し、同年7月15日に施行されました。

<法律前文より抜粋>

「子ども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には何よりも「食」が重要である」

「食育を、生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきものと位置付ける」

「様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てる食育を推進することが求められている」

「子どもたちに対する食育は、心身の成長及び人格の形成に大きな影響を及ぼし、生涯にわたって健全な心と身体を培い豊かな人間性をはぐくんでいく基礎となるものである」

(2) 学校給食法の改正

学校教育における食に関する指導の一層の充実を図る観点から、平成20年6月に学校給食法の大幅な改正（平成21年4月1日施行）が行われました。この改正により、学校給食が単なる栄養補給のための食事という意味だけでなく、学校教育の教育的効果を引き出し、学校における食育を推進するという趣旨がより明確になりました。

<学校給食法の目的（第1条）>

「学校給食が児童及び生徒の心身の健全な発達に資するものであり、かつ、児童及び生徒の食に関する正しい理解と適切な判断力を養う上で重要な役割を果たすものであることにかんがみ、学校給食及び学校給食を活用した食に関する指導の実施に関し必要な事項を定め、もって学校給食の普及充実及び学校における食育の推進を図ることを目的とする。」

<学校給食法の目標（第2条）>

- ① 適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。
- ② 日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。
- ③ 学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。
- ④ 食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。
- ⑤ 食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。
- ⑥ 我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。
- ⑦ 食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。

（3）学習指導要領の改訂

① 中央教育審議会の提言

中央教育審議会では、平成28年12月の答申「幼稚園、小学校、中学校、高等学校及び特別支援学校の学習指導要領等の改善及び必要な方策について」（以下「答申」という。）の中で、「現代的な諸課題に対応し求められる資質・能力」の中の「健康・安全・食に関する資質・能力」として食に関する資質・能力の考え方が示されました。

健康・安全・食に関する資質・能力（答申 別紙4）

○健康・安全・食に関する資質・能力を、「知識・技能」、「思考力・判断力・表現力等」、「学びに向かう力・人間性等」の三つの柱に沿って整理すると、「以下のように」と考えられる。

（知識・技能）

様々な健康課題、自然災害や事件・事故等の危険性、健康・安全で安心な社会づくりの意義を理解し、健康で安全な生活や健全な食生活を実現するために必要な知識や技能を身に付けていること。

（思考力・判断力・表現力等）

自らの健康や食、安全の状況を適切に評価するとともに、必要な情報を収集し、健康で安全な生活や健全な食生活を実現するために何が必要かを考え、適切に意思決定し、行動するために必要な力を身に付けていること。

（学びに向かう力・人間性等）

健康や食、安全に関する様々な課題に関心を持ち、主体的に、自他の健康で安全な生活や健全な食生活を実現しようとしたり、健康・安全で安心な社会づくりに貢献しようとしたりする態度を身に付けていること。

② 学習指導要領等における食育の位置付け

平成20年3月告示の小学校と中学校及び平成21年3月告示の高等学校と特別支援学校の学習指導要領総則に、「学校における食育の推進」が初めて位置付けられました。そして、前述の答申も踏まえ、平成29年告示の小学校、中学校、特別支援学校小・中学部、平成30年告示の高等学校、平成31年告示の特別支援学校高等部の学習指導要領総則に、「学校における食育の推進」がこれまで以上に明確に位置付けられ、小学校、中学校では、各教科、道徳科、外国語活動及び総合的な学習の時間等が加えられました。

ア 学校における体育・健康に関する指導

第1章 総則 第1 小学校（中学校）教育の基本と教育課程の役割

2（3）学校における体育・健康に関する指導を、児童（生徒）の発達の段階を考慮して、学校の教育活動全体を通じて適切に行うことにより、健康で安全な生活と豊かなスポーツライフの実現を目指した教育の充実に努めること。特に、学校における食育の推進並びに体力の向上に関する指導、安全に関する指導及び心身の健康の保持増進に関する指導については、体育科（保健体育科）、家庭科（技術・家庭科）及び特別活動の時間はもとより、各教科、道徳科、外国語活動及び総合的な学習の時間などにおいてもそれぞれの特質に応じて適切に行うよう努めること。また、それらの指導を通して、家庭や地域社会との連携を図りながら、日常生活においても適切な体育・健康に関する活動の実践を促し、生涯を通じて健康・安全で活力ある生活を送るための基礎が培われるよう配慮すること。

< >内は小学校のみ記載。（ ）内は中学校において記載。

食に関する指導に当たっては、給食の時間を中心としながら、体育科（保健体育科）における望ましい生活習慣の育成や、家庭科（技術・家庭科）における食生活に関する指導、特別活動における学級活動はもとより各教科、道徳科、外国語活動及び総合的な学習の時間での指導などを相互に関連させながら、学校教育活動全体として効果的に取り組むことが重要であり、栄養教諭等の専門性を生かすなど教師間の連携に努めるとともに、地域の産物を学校給食に使用するなどの創意工夫を行い、学校給食の教育的効果を引き出すよう取り組むことが重要であるとしています。

イ 教育課程の編成及び実施

第1章 総則 第5 学校運営上の留意事項

1イ 教育課程の編成及び実施に当たっては、学校保健計画、学校安全計画、食に関する指導の全体計画、いじめの防止等のための対策に関する基本的な方針など、各分野における学校の全体計画等と関連付けながら効果的な指導が行われるように留意するものとする。

これは、教育課程の編成及び実施に当たり、法令等の定めにより学校が策定すべき各分野の全体計画等と関連付けて、当該全体計画等に示す教育活動が効果的に実施されるようにすることを示しています。これらの全体計画等には、児童生徒への指導に関する事項や学校運営に関する事項を位置付けることとなるため、教育課程の編成及び実施に当たっては、これらの全体計画等との関連付けを十分に行うことで、カリキュラム・マネジメントの充実が図られ、より効果的な指導を実現することにつながります。

カリキュラム・マネジメントとは、教育課程に基づき組織的かつ計画的に各学校の教育活動の質の向上を図っていくことで、学習指導要領解説総則編で以下の三つの側面から整理されています。

- 児童（生徒）や学校、地域の実態を適切に把握し、教育の目的や目標の実現に必要な教育の内容等を教科等横断的な視点で組み立てていくこと。
- 教育課程の実施状況を評価してその改善を図っていくこと。
- 教育課程の実施に実用な人的又は物的に体制を確保するとともにその改善を図っていくこと。

「食育」が教科でないことから、食に関する内容は教科等横断的な視点に立った学習が求められます。そのため、食に関する指導の全体計画を作成する段階では、地域の実情や子供たちの姿を踏まえ、各教科等や学級活動の関連を明らかにします。その上で、各教科等の具体的内容を関連付けながら効果的な年間指導計画などについて校内研修等を通じて研究していくことが重要です。

そして、食に関する内容について給食の時間を含む必要な教育内容を意図的に配列した教育課程を全教職員で組織的に実施できる体制を構築し、PDCA サイクルに基づき進めていくことが必要となります。

ウ 幼児教育における食に関する指導

幼児教育における食に関する指導では、食べる喜びや楽しさ、食べ物への興味や関心を通じて自ら進んで食べようとする気持ちが育つようにすることが大切であり、これらのことが小学校以降の食育の充実につながります。

幼稚園教育要領では、指導する内容として以下のように示されています。

第2章 ねらい及び内容「健康」

2 内容

(5) 先生や友達と食べることを楽しみ、食べ物への興味や関心をもつ。

3 内容の取扱い

(4) 健康な心と体を育てるためには食育を通じた望ましい食習慣の形成が大切であることを踏まえ、幼児の食生活の実情に配慮し、和やかな雰囲気の中で教師や他の幼児と食べる喜びや楽しさを味わったり、様々な食べ物への興味や関心をもったりするなどし、食の大切さに気付き、進んで食べようとする気持ちが育つようにすること。

幼保連携型認定こども園教育・保育要領では、以下のように示されています。

第2章 ねらい及び内容並びに配慮事項

第2節2 (1) 身体的発達に関する視点「健やかに伸び伸びと育つ」

・乳児期の園児

(3) 個人差に応じて授乳を行い、離乳を進めていく中で、様々な食品に少しずつ慣れ、食べることを楽しむ。

第3節2 (1) 心身の健康に関する領域「健康」

・満1歳以上満3歳未満の園児

(4) 様々な食品や調理形態に慣れ、ゆったりとした雰囲気の中で食事や間食を楽しむ。

・満3歳以上の園児

(5) 保育教諭等や友達と食べることを楽しみ、食べ物への興味や関心をもつ。

併せて、「第3章健康及び安全 第3節食育の推進」において、「食育の目標」「食育の基本」「食育の計画」「食育のための環境」「保護者や関係者等との連携した食育の取組」「一人一人の対応」が示され、「全職員が相互に連携し、組織的かつ適切な対応を行うことができるような体制整備や研修を行うことが必要である」とされています。

保育所保育指針では、以下のように示されています。

第2章 保育の内容

1 乳児保育に関わるねらい及び内容（2）

ア 健やかに伸び伸びと育つ（イ）内容

③ 個人差に応じて授乳を行い、離乳を進めていく中で、様々な食品に少しずつ慣れ、食べることを楽しむ。

2 1歳以上3歳未満児の保育に関わるねらい及び内容（2）

ア 健康（イ）内容

④ 様々な食品や調理形態に慣れ、ゆったりとした雰囲気の中で食事や間食を楽しむ。

3 3歳以上児の保育に関するねらい及び内容（2）

ア 健康（イ）内容

⑤ 保育士等や友達と食べることを楽しみ、食べ物への興味や関心をもつ。

併せて、「第3章健康及び安全 2 食育の推進」において、「食育の目標」「食育の計画」「食に関わる保育環境」「保護者や地域の関係者等との連携及び協同の下での食育の取組」「一人一人の子供の心身の状態に応じた対応等」が示され、保育所の特性を生かした食育は、「子供が生活と遊びの中で、意欲をもって食に関わる体験を積み重ね、食べることを楽しみ、食事を楽しみあう子供に成長していくことを期待するものであること」とされています。

Ⅱ 高等学校における体育・健康に関する指導

第1章 総則 第1款 高等学校教育の基本と教育課程の役割

2(3)学校における体育・健康に関する指導を、生徒の発達の段階を考慮して、学校の教育活動全体を通じて適切に行うことにより、健康で安全な生活と豊かなスポーツライフの実現を目指した教育の充実に努めること。特に、学校における食育の推進並びに体力の向上に関する指導、安全に関する指導及び心身の健康の保持増進に関する指導については、保健体育科、家庭科及び特別活動の時間はもとより、各教科・科目及び総合的な探究の時間などにおいてもそれぞれの特質に応じて適切に行うよう努めること。また、それらの指導を通して、家庭や地域社会との連携を図りながら、日常生活において適切な体育・健康に関する活動の実践を促し、生涯を通じて健康・安全で活力ある生活を送るための基礎が培われるよう配慮すること。

高等学校の学習指導要領総則でも、学校における食育の推進が位置付けられており、生徒の発達の段階を考慮して、学校教育活動全体として取り組むことが必要であると強調しています。

高校生を含む若い世代は、食に関する知識や意識、実践状況等の面で他の世代より課題が多く、こうした若い世代が食育に関する知識を深め、意識を高め、心身の健康

を増進する健全な食生活を実践することができるように食育を推進することが必要です。特に、本県は、県外の大学及び短期大学への進学率が全国1位となっていることから、高等学校を卒業するまでに望ましい食習慣を身に付ける必要があります。食に関する指導に当たっては、保健体育科における望ましい生活習慣の育成や、家庭科における食生活に関する指導、特別活動における生涯にわたって心身の健康を保持増進するための指導はもとより各教科・科目及び総合的な探究の時間での指導などを相互に関連させながら、学校教育活動全体として効果的に取り組むことが重要です。その際、教師間の連携に努めるとともに、学校や地域の実情に応じて、その地域の小学校、中学校等に配置されている栄養教諭等の専門性を有する教職員や、地域の有識者等との連携に努めることにも配慮することが大切であるとしています。

幼児教育から高等学校まで、切れ目のない食育を推進していくことで、子供の健康な食習慣、運動習慣の定着を図っていくことが大変重要です。そのために、幼児教育と小学校及び中学校、小学校及び中学校と高等学校の接続を意識し、教科等横断的な視点で教育課程を編成していく必要があります。



2 栄養教諭について

児童生徒の食生活の乱れが深刻化する中で、学校における食に関する指導を充実し、児童生徒が望ましい食習慣を身に付けることができるよう、平成17年4月から新たに栄養教諭制度が開始されました。栄養教諭は、管理栄養士又は栄養士の免許を有しており、栄養に関する専門性と教育に関する資質を併せ有する教師です。その専門性を十分に発揮し、特に学校給食を生きた教材として有効に活用することなどによって、食に関する指導を充実していくことが期待されています。

学校教育法に栄養教諭の職務として、「児童の栄養に関する指導及び管理をつかさどる」ことが規定されています。

【栄養に関する指導及び管理】

「栄養教諭制度の創設に係る学校教育法等の一部を改正する法律等の施行について」
(平成16年6月30日付通知)

《指導》

- ① 児童生徒に対する栄養に関する個別的な相談指導
- ② 学級担任、教科担任等と連携して関連教科や特別活動等における食に関する指導
- ③ 食に関する指導に係る全体的な計画の策定等への参画 など

《管理》

- ① 学校給食を教材として活用することを前提とした給食管理
- ② 児童生徒の栄養状態等の把握
- ③ 食に関する社会的問題等に関する情報の把握 など

栄養教諭の職務

教育に関する資質と栄養に関する専門性を生かして、教職員や家庭・地域との連携を図りながら、食に関する指導と学校給食の管理を一体のものとして行うことにより、教育上の高い相乗効果をもたらします。

(1) 食に関する指導

- ① 給食の時間の指導
給食の時間における食に関する指導
- ② 教科等の指導
教科等における食に関する指導
- ③ 個別的な相談指導
食に関する健康課題を有する児童生徒に対する個別的な指導

一体として推進

(2) 学校給食の管理

- ① 栄養管理（献立作成）
学校給食実施基準に基づく、適切な栄養管理
- ② 衛生管理
学校給食衛生管理基準に基づく危機管理、検食、保存食、調理指導 調理・配食 等

教職員、家庭や地域との連携・調整

出典「栄養教諭を中核としたこれからの学校の食育」(文部科学省平成29年3月)

3 学校における食育の推進

学校における食育は、決して一から始める教育活動ではありません。児童生徒が食に関する知識や能力等を発達段階に応じて総合的に身に付けることができるよう、これまで体育科（保健体育科）や家庭科（技術・家庭科）等の各教科及び特別活動等において個々に行っていた指導を継続性に配慮しつつ、教科等横断的な指導として関連付け、学校教育活動全体で進めていくことが必要です。

【食に関する指導の目標】

学校教育活動全体を通して、学校における食育の推進を図り、食に関わる資質・能力を次のとおり育成することを目指します。

（知識・技能）

食事の重要性や栄養バランス、食文化等についての理解を図り、健康で健全な食生活に関する知識や技能を身に付けるようにする。

（思考力・判断力・表現力等）

食生活や食の選択について、正しい知識・情報に基づき、自ら管理したり判断したりできる能力を養う。

（学びに向かう力・人間性等）

主体的に、自他の健康な食生活を実現しようとし、食や食文化、食料の生産等に関わる人々に対して感謝する心を育み、食事のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を養う。

【食育の視点】

下記の六つは、今まで「食に関する指導の目標」として示してきましたが、「教科等における指導の目標」が曖昧になることがありました。そこで、これらの六つを「食育の視点」とし、食に関する指導がさらに、実践しやすいように再整理します。

- ◇ 食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。【食事の重要性】
- ◇ 心身の成長や健康の保持増進の上で望ましい栄養や食事のとり方を理解し、自ら管理していく能力を身に付ける。【心身の健康】
- ◇ 正しい知識・情報に基づいて、食品の品質及び安全性等について自ら判断できる能力を身に付ける。【食品を選択する能力】
- ◇ 食べ物を大事にし、食料の生産等に関わる人々へ感謝する心をもつ。【感謝の心】
- ◇ 食事のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を身に付ける。【社会性】
- ◇ 各地域の産物、食文化や食に関わる歴史等を理解し、尊重する心をもつ。【食文化】

次に、それぞれの視点を解説し、視点に関わる資質・能力の三つの柱を例示します。

◇**食事の重要性**（食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。）

子供たちが豊かな人間性を育み、生きる力を身に付けていくためには何よりも食が大切であるという視点である。

食は人間が生きていく上での基本的な営みの一つであり、健康な生活を送るためには、健全な食生活や食環境が欠かせないものであり、その営みを大切にすることが重要である。

（知識・技能）

- ・食事は人間が生きていく上で欠かすことのできないものであること、食事には空腹感を満たしたり気持ちを鎮めたりする働きがあること、仲間との食事や食味のよさは心を豊かにすること、朝食をとるなど食事は規則正しくとることが大切であり、心と体を活動できる状態にし、持てる力を十分に発揮できるようになることなど、食事の重要性や食事の喜び、楽しさを理解できるようにする。

（思考力・判断力・表現力等）

- ・食環境と自分の食生活との関わりなどを見つめ、必要な情報を収集し、健康な生活や健全な食生活を実現するために何が必要かを考え、適切に意思決定して行動できるようにする。

（学びに向かう力・人間性等）

- ・食事に興味・関心をもち、健全な日常生活の基盤を支えるために、自ら調理して食事の準備をしたり栄養バランスに配慮した食生活を実践したりしようとする態度を養う。

◇**心身の健康**（心身の成長や健康の保持増進の上で望ましい栄養や食事のとり方を理解し、自ら管理していく能力を身に付ける。）

生涯にわたって健全な食生活を実現することが、心身の健康の増進と豊かな人間形成に資するという視点である。そのために、望ましい栄養や食事のとり方を理解する必要がある。

また、食事を規則正しく3食とるなど望ましい生活習慣を形成し、食の自己管理能力を身に付けることが、心身の健康にとって重要である。

（知識・技能）

- ・望ましい栄養や食事のとり方とともに、手洗いやよく噛むこと、よい姿勢や和やかな雰囲気づくりは、食事の基本であることを理解し、健全な食生活に必要な技能を身に付ける。
- ・心身の成長や健康の保持増進には、朝食を含む1日3度の栄養バランスのよい食事摂取、適切な運動、休養及び睡眠が必要であることや、様々な食品にはそれぞれ栄養的な特徴があることを理解できるようにする。

（思考力・判断力・表現力等）

- ・1日分の献立を踏まえ、栄養のバランスをよくするために、簡単な日常食の調理を考えることができるようにする。
- ・栄養や食事のとり方などについて、正しい知識・情報に基づいて自ら判断できるようにする。

（学びに向かう力・人間性等）

- ・自分の食生活を見つめ直して、主体的によりよい食習慣を形成しようとする態度を養う。

◇**食品を選択する能力**（正しい知識・情報に基づいて、食品の品質及び安全性等について自ら判断できる能力を身に付ける。）

知識・情報に基づいて食品の品質及び安全等について自ら判断し、食品に含まれる栄養素や衛生に気を付けていくことが重要であるという視点である。

正しい知識・情報とは、食品や料理の名前、形、品質や栄養素及び安全面、衛生面等に関する事項である。それらの情報について関心を持ち、得た情報を整理・分析した上で、食品の適切な選択ができる能力が求められている。

（知識・技能）

- ・学校給食にはいろいろな食品が使われていること、日常食べている食品、料理の名前、形、品質や栄養素及び安全面、衛生面等について理解し、これらを踏まえて簡単な調理を行うために必要な技術を身に付ける。

（思考力・判断力・表現力等）

- ・食事の準備や調理、後片付けを行う際に、安全や衛生についてどういった点に気を付けることが必要かを考えることができるようにする。
- ・食品の品質の良否を見分け、食品に含まれる栄養素やその働きを考え、適切な選択ができるようにする。

（学びに向かう力・人間性等）

- ・食品表示など食品の品質や安全性等の情報を進んで得ようとする態度を養う。

◇**感謝の心**（食べ物を大事にし、食料の生産等に関わる人々へ感謝する心をもつ。）

人の食生活が自然の恩恵の上に成り立っていること、また、食に関わる人々の様々な活動に支えられていることに対して感謝する心が大切であるという視点である。

人々の生活は昔から動植物などの自然の恩恵に支えられて成り立っていることや生産・流通・消費など食に関わる人々の様々な活動に支えられていることに気付き、環境保全や食品ロスの視点も含めて、感謝の気持ちや食べ物を大事にする心を育むことが求められている。

（知識・技能）

- ・食料の生産は、すべて自然の恩恵の上に成り立っていることを理解できるようにする。
- ・食生活は、生産者を始め多くの人々の苦労や努力に支えられていることや食という行為は、動植物の命を受け継ぐことであることを理解し、食品を無駄なく使って調理するために必要な技能を身に付ける。

（思考力・判断力・表現力等）

- ・自然界の中で動植物と共に生きている自分の存在について考え、食品ロスの視点も含めて環境や資源に配慮した食生活を実践するために何が必要かを考えることができるようにする。

（学びに向かう力・人間性等）

- ・食事のあいさつで、食に関しての感謝の気持ちを表現しようとする態度を養う。

◇**社会性**（食事のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を身に付ける。）

協力して食事の準備から後片付けをしたり食事のマナーを身に付けたりすることで、人間関係形成能力を身に付けることが大切であるという視点である。

食器の使い方や食事の時の話題選びなどの食事のマナーを身に付けることが、楽しい共食につながることや、一緒に調理したり食事をしたりすることを通してコミュニケーションを図り、心を豊かにすることが大切である。

(知識・技能)

- ・はしの使い方、食器の並べ方、話題の選び方などの食事のマナーを身に付け、協力して食事の準備や後片付けをするために必要な技能を身に付ける。

(思考力・判断力・表現力等)

- ・相手を思いやることや、楽しい食事につながるために何が必要かを考えることができるようにする。

(学びに向かう力・人間性等)

- ・食事が大切なコミュニケーションの場であるということを理解し、コミュニケーションを図ろうとする態度を養う。
- ・健康で安心な社会づくりに貢献しようとする態度を養う。

◇**食文化** (各地域の産物、食文化や食に関わる歴史等を理解し、尊重する心をもつ。)

日本の伝統ある優れた食文化や食に関わる歴史、地域の特性を生かした食生活 (地場産物の活用)、食料自給率等を理解し尊重しようとする視点である。

地域の特性を生かした食生活や食料自給率を考えることは、地域や日本を知り、大切にすることを育むとともに、他の国々の食文化を理解することにもつながっていく。また、食料の生産はそれぞれの国や地域の気候風土と深く結びついており、それらの特質を理解し継承・発展させていくことが求められている。

(知識・技能)

- ・自分たちの住む地域には、昔から伝わる料理や季節、行事にちなんだ料理があることや、日常の食事は、地域の農林水産物と関連していることを理解できるようにする。
- ・自分たちの食生活は、他の地域や諸外国とも深い関わりがあることを理解できるようにする。

(思考力・判断力・表現力等)

- ・日本の食文化や食に関わる歴史にふれたり、諸外国の食事の様子を知ったりすることで、日本や諸外国の伝統や食文化を大切にするためには、何が必要かを考えることができるようにする。

(学びに向かう力・人間性等)

- ・各地域の伝統や気候風土と深く結び付き、先人によって培われてきた多様な食文化を尊重しようとする態度を養う。

各学校における食に関する指導の目標は、学校教育目標に基づき児童生徒や学校・家庭・地域の実態、国・都道府県・市町村の食に関する指導の目標や食育推進計画を考慮した上で独自に設定し、各教科等において指導を行います。その際、「食事の重要性」「心身の健康」「食品を選択する能力」「感謝の心」「社会性」「食文化」の六つの視点に基づいて具体的な目標を設定することが重要です。児童生徒等の実態に応じて軽重を付けることは必要ですが、六つの視点はどれも大切なものですので、それぞれの視点を目標の中に位置付けることが望ましいと考えられます。

発達の段階に応じた食に関する指導の目標 (例) について、次のとおり例示します。

学年段階別に整理した資質・能力（例）

学年	①食事の重要性	②心身の健康	③食品を選択する能力	④感謝の心	⑤社会性	⑥食文化	
小学校	低学年	○食べ物に興味・関心を持ち、楽しく食事ができる。	○好き嫌いせずに食べることの大切さを考えることができる。 ○正しい手洗いや、良い姿勢でよく噛んで食べることができる。	○衛生面に気を付けて食事の準備や後片付けができる。 ○いろいろな食べ物や料理の名前が分かる。	○動物や植物を食べて生きていることが分かる。 ○食事のあいさつの大切さが分かる。	○正しいはしの使い方や食器の並べ方が分かる。 ○協力して食事準備や後片付けができる。	○自分の住んでいる身近な土地でとれた食べ物や、季節や行事にちなんだ料理があることが分かる。
	中学年	○日常の食事に興味・関心を持ち、楽しく食事をすることが心身の健康に大切なことが分かる。	○健康に過ごすことを意識して、様々な食べ物を好き嫌いせずに3食規則正しく食べようとすることができる。	○食品の安全・衛生の大切さが分かる。 ○衛生的に食事の準備や後片付けができる。	○食事が多くの人々の苦労や努力に支えられていることや自然の恩恵の上に成り立っていることが理解できる。 ○資源の有効利用について考える。	○協力したりマナーを考えたりすることが相手を思いやり楽しい食事につながることを理解し、実践することができる。	○日常の食事が地域の農林水産物と関連していることが理解できる。 ○地域の伝統や気候風土と深く結び付き、先人によって培われてきた多様な食文化があることが分かる。
	高学年	○日常の食事に興味・関心を持ち、朝食を含め3食規則正しく食事をとることの大切さが分かる。	○栄養のバランスのとれた食事の大切さが理解できる。 ○食品をバランスよく組み合わせて簡単な献立をたてることができる。	○食品の安全に関心を持ち、衛生面に気を付けて、簡単な調理をすることができる。 ○体に必要な栄養素の種類と働きが分かる。	○食事にかかわる多くの人々や自然の恵みに感謝し、残さず食べようとするすることができる。 ○残さず食べた、無駄なく調理したりしようとするすることができる。	○マナーを考え、会話を楽しみながら気持ちよく会食をすることができる。	○食料の生産、流通、消費について理解できる。 ○日本の伝統的な食文化や食に関わる歴史等に興味・関心をもつことができる。
中学校	○日常の食事に興味・関心を持ち、食環境と自分の食生活との関わりを理解できる。	○自らの健康を保持増進しようとし、自ら献立をたて調理することができる。 ○自分の食生活を見つめ直し、望ましい食事の仕方や生活習慣を理解できる。	○食品に含まれている栄養素や働きが分かり、品質を見分け、適切な選択ができる。	○生産者や自然の恵みに感謝し、食品を無駄なく使って調理することができる。 ○環境や資源に配慮した食生活を実践しようとするすることができる。	○食事を通してより良い人間関係を構築できるよう工夫することができる。	○諸外国や日本の風土、食文化を理解し、自分の食生活は他の地域や諸外国とも深く結びついていることが分かる。	

4 学校・家庭・地域が連携した食育の推進

食育を推進するに当たり、第一義的な役割が家庭にあることには変わりありませんが、学校においても、校内食育推進体制を整備するとともに、学校が家庭や地域社会と連携、協働し、食育を一層推進していくことが求められています。そして、児童生徒が食に関する理解を深め、日常生活で実践していくことができるようになるためには、学校と家庭との連携を密にし、学校で学んだことを家庭の食事で実践するなど家庭において食に関する取組を充実する必要があります。

また、児童生徒に地域のよさを理解させたり、愛着をもたせたりする上では、地域の生産物を学校給食に取り入れたり、食に関する知識や経験を有する人材や教材を有効に活用したりして食に関する指導を進めることが、大変有意義だと考えられます。

さらに、学校相互間の連携や地域との連携を深めながら、学校における食育を進め、地域にも広めることで、児童生徒とその家庭の食生活が向上したり、地域の人々の食や健康課題への関心を高めたりすることが期待できます。

このように、学校において食育を進めるに当たっては、広く家庭や地域、学校相互間との連携を図りつつ食に関する指導を行うことが必要であり、学校から積極的に働きかけや啓発を行うとともに、地域と協働して進める体制整備を充実していくことが大切です。また、学習指導要領前文では「社会に開かれた教育課程の実現が重要となる」と述べられており、それぞれの学校において、必要な学習内容をどのように学び、どのような資質・能力を身に付けられるようにするのかを教育課程において明確にしながら、社会との連携及び協働によりその実現を図っていくことが求められています。

<家庭との連携の進め方>

学校における食に関する指導の充実と合わせて、家庭での食に関する取組がなされることにより、児童生徒の食に関する理解が深まり、望ましい食習慣の形成が図られることから、学校から家庭への働きかけや啓発活動等を積極的に行うことが大切です。

○家庭への働きかけ

児童生徒が、食に関する学習の課題を探究する過程で、自分の考えを深めたり、まとめたりするためには、学習の課題を家庭で調べる、振り返る、実践できるような具体的な手立てを講じる必要があります。家庭の協力を得る方法として、授業で学んだことをまとめた学習ノートやワークシートを活用し、学習内容を家庭に伝えるとともに、家庭で実践したことを学校で確認できるようにします。

(例)

- ・【小学校低学年 学級活動(2)】「食事のマナーをよりよくする」ことを目標にした「はしの使い方を練習する学習」において、学習後、練習キット・振り返り表を家庭に持ち帰り、自己目標に基づいた練習を行う。家庭では、親子で練習に取り組み、親は励ましのコメントを振り返り表に記載する。
- ・【小学校高学年 家庭科】「いたため朝食のおかずを作ろう」の学習後に、夏休みに「オリジナル朝食レシピ作り」の課題を設け、親子で一緒に試作し、レシピを完成させる。

○家庭への啓発活動

家庭では、食に関する情報に基づいて判断したり、振り返ったりすることにより、家庭の食生活をよりよくしようとする意識を高めることが大切です。

そのため、参観日に食に関する指導の授業を行ったり、学校と地域が連携して講習会や研修会等を企画し、「実際に食べる」「調理を体験する」など親子で取り組める機会を設けたりして、学校給食の献立や栄養のバランス、望ましい食習慣や生活習慣、食文化や郷土食・行事食、自然や季節と食事との関わりなどについて理解できるようにします。

企画の際には、学校の食育のねらいや児童生徒、保護者の到達目標とも関連させた計画や内容にすることが大切です。講習会等を開催するに当たっては、アンケート等を実施するなどして、参加者の感想や意識の変化等を把握し、次の講習会等の内容に反映させるようにします。

(例)

- ・【参観日】食に関する指導の授業を実施
- ・親子に正しい食事の在り方などを啓発し、親子のコミュニケーションが図れるように計画した親子料理教室の開催
- ・家庭において食に関する話題を促進するため、食育参観日を実施
- ・【参観日 学校行事】家庭で課題意識を高めるための「食生活習慣の見直し」に関する親子参加の講演会の実施

<地域との連携の進め方>

学校における食に関する指導を充実するためには、校区や近隣の人材や機関にとどまらず、広く地域と連携していくことが必要です。連携先は、学校独自で人材や機関を開発するだけでなく、学校運営協議会や地域学校協働本部のネットワークとも関連させて充実していくことが大切です。

○地域で行われる食育の取組との連携

地域の方々を学校へ招いて学習するばかりではなく、関係機関や団体等が主催する各種教室や体験活動のイベント等に参加することは、児童生徒の食に対する興味・関心を高め、発展的な学習の機会ともなります。また、市町村や関係機関、関係団体が主催する食育に関する発表会等に学校が発表したり、参加したりすることで、新たな取組のヒントを得ることや連携先を構築するきっかけとなります。

学校では、市町村教育委員会とも相談しながら、食育を推進する組織が開催情報をとりまとめ、各学年の参加計画が学習との関連に応じてタイミングよく立てられるようにします。各種教室や体験活動を効果的に進めるためには、児童生徒が自主的に活動できるよう、活動の進め方の打合せをしたり、助言したりすることも大切です。

(例)

- ・地域の保健機関や公民館、量販店、企業等が主催する料理等の体験教室への参加
- ・市主催「食育まつり」での児童生徒の実践発表
- ・老人会等と連携した料理教室の開催

<医療関係者等の専門家との連携>

児童生徒一人一人が食生活の問題や課題を改善及び克服できるように指導したり、保護者が抱えている問題や不安を解消できるように支援したりするためには、学校での個別的な相談指導だけでなく、家庭や地域、関係機関や学校医、地域の保健機関等の専門家との連携・協力が欠かせません。このため、これらの関係者とのネットワークを構築しておくことや連携体制を整備しておくことが望まれます。

また、食物アレルギーを有する児童生徒への個別的な相談指導や学校給食における個別対応に関する情報、助言を得るための連携も重要です。

(例)

- ・各小学校、中学校における学校保健委員会の開催
- ・地域の保健機関を中心とした「食のネットワーク」への参加
- ・地域で行われる「健康フェスティバル」への参加

<生産者や関係機関との連携>

地域では、食生活改善推進員等のボランティア、農林漁業者やその関係団体、公民館、社会教育関係団体などの様々な人々や関係機関・団体が存在し、食に関する専門的知識等に基づいて様々な活動を行っています。また、農林水産物の生産、食品の製造、加工及び流通等の現場や教育ファーム、市民農園などが存在しており、それらは地域で食育を進めていく上で貴重な場となっています。学校において食に関する指導を行うに当たり、それらの人材の協力を得たり、生産等の場を活用したりすることは教育的効果を高める上で有意義と考えられます。

また、学校給食における地場産物活用を進めるに当たっては、生産者や関係機関、関係団体等と推進体制を整備することが重要です。その際、連絡先に対して学校給食の意義や児童生徒の食に関する指導への理解を進め、体験活動等の支援や協力を得ることで、食育の効果を高めることが可能です。

(例)

- ・【小学校低学年 生活科】地域の生産者のアドバイスによるさつまいもの栽培学習及び食生活改善推進員を講師に招いたさつまいも料理調理体験学習
- ・【小学校中学年・高学年 総合的な学習の時間】農業団体の女性部が所管しているみその加工場におけるみそ作り体験活動
- ・【給食の時間】地元の野菜を利用した学校給食実施日における生産者による講話及び交流給食

なお、学校・家庭・地域が連携した食育の推進については、文部科学省の「食に関する指導の手引－第二次改訂版－」（平成31年3月）の26ページから33ページに記載の内容を参考にしてください。

第2章 学校における食育の進め方

1 食に関する指導に係る全体計画の作成の必要性

学校全体で食育を組織的、計画的に推進するためには、各学校において食に関する指導に係る全体計画（以下「全体計画」という。）を作成することが必要です。

学校給食法や国の第4次食育推進基本計画において、次のとおり、全体計画を作成することの必要性等が掲げられています。

さらに、小学校学習指導要領及び中学校学習指導要領（平成29年告示）第1章総則第5の1のイ、特別支援学校学習指導要領小学部・中学部（平成29年告示）第1章総則第6の1(2)及び同学習指導要領高等部（平成31年告示）第1章総則第6款1(2)、高等学校学習指導要領（平成30年告示）第1章総則第6款1のイには、次のとおり、全体計画に示す教育活動が効果的に実施されるようにすることが示されています。

<学校給食法（第10条）より抜粋>

「栄養教諭は、児童又は生徒が健全な食生活を自ら営むことができる知識及び態度を養うため、学校給食において摂取する食品と健康の保持増進との関連性についての指導、食に関して特別な配慮を必要とする児童又は生徒に対する個別的な指導その他の学校給食を活用した食に関する実践的な指導を行うものとする。この場合において、校長は、当該指導が効果的に行われるよう、学校給食と関連付けつつ当該義務教育諸学校における食に関する指導の全体的な計画を作成することその他の必要な措置を講ずるものとする。

<第4次食育推進基本計画より抜粋>

栄養教諭は、学校の食に関する指導に係る全体計画の策定、教職員間や家庭との連携・調整等において中核的な役割を担う職であり、各学校における指導体制の要として、食育を推進していく上で不可欠な教員である。栄養教諭・管理栄養士等を中核として、関係者が連携した体系的・継続的な食育を推進する。～（中略）～

学校教育活動全体で食育の推進に取り組むためには、各学校において食育の目標や具体的な取組についての共通理解をもつことが必要である。このため、校長や他の教職員への研修の充実等、全教職員が連携・協働した食に関する指導体制を充実するため、教材の作成等の取組を促進する。

また、食に関する指導の時間が十分確保されるよう、栄養教諭を中心とした教職員の連携・協働による学校の食に関する指導に係る全体計画の作成を推進する。

<学習指導要領総則より抜粋>

「教育課程の編成及び実施に当たっては、学校保健計画、学校安全計画、食に関する指導の全体計画、いじめの防止のための対策に関する基本的な方針など、各分野における学校の全体計画等と関連付けながら、効果的な指導が行われるように留意するものとする。」

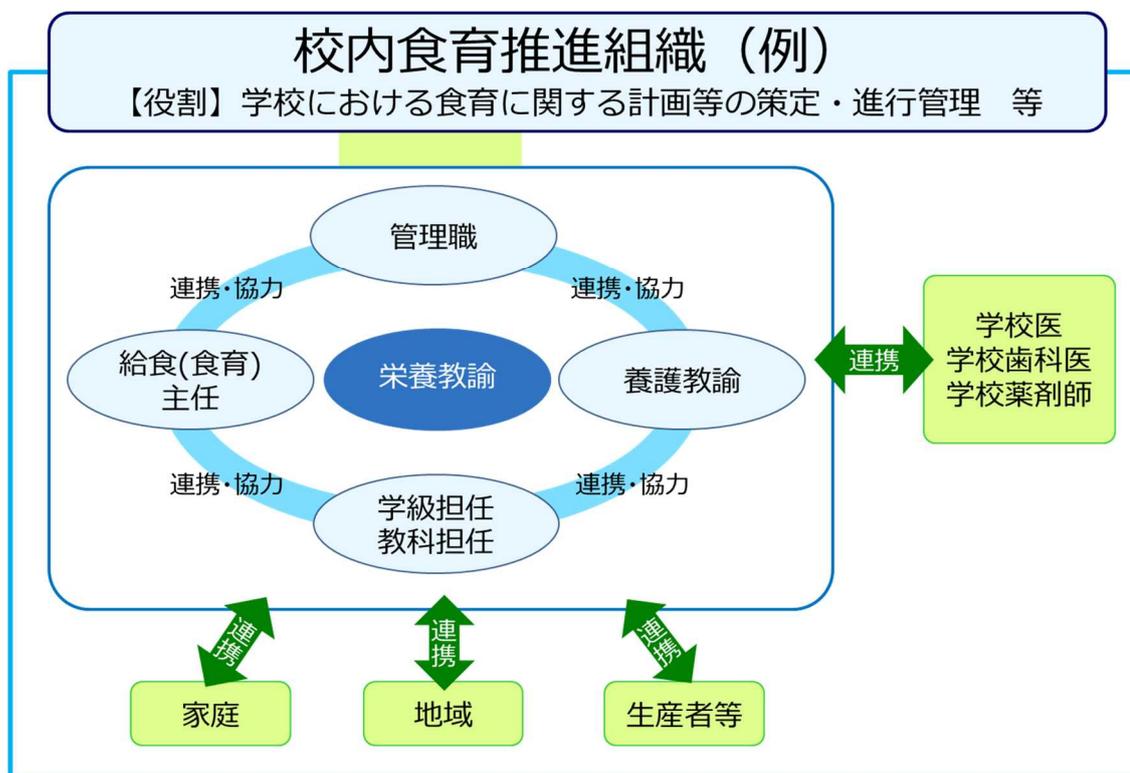
食に関する指導を実施する際は、自校の「食に関する指導目標」を達成するために「いつ」「誰が」「どのように」行うのかを明確にすることが大切です。

校内で「食育推進組織」を設置するとともに、学校の「食に関する指導の目標」に基づき、どのような資質・能力を育成するのかを「各学年の食に関する指導の目標」で明らかにし、その目標を達成するために「食に関する指導」で、どの教科等でいつ、誰がどのように食に関する指導を行うのか、日常の給食指導ではどのように行うのか、肥満などの個別指導等をどう行うのかを計画します。

食に関する指導は、栄養教諭だけが実施するのではなく、全職員の協働で取り組んでいかなければ達成することはできません。つまり、全体計画は、全教職員がチームとなって実施するための計画ですので、各学校の児童生徒や保護者、地域の実態を明らかにするとともに、全体計画を作成する必要性を全教職員に理解してもらうための法的な根拠などを明らかにしておく必要があります。また、全体計画は、校長のリーダーシップの下に食育推進組織において作成し、全教職員に共通理解され、確実に実践されなければなりません。

さらに、食育は、学校の取組だけで目標の達成ができるものではありません。家庭や地域等との連携があるからこそ、学校給食や食に関する取組が充実したものになります。

例えば、特別活動の学級活動(2)に基づき食に関する指導における学習を行った場合は、食に関する自己の課題を解決する方法を意思決定しますが、その方法を実践する場面は学校給食だけではなく家庭にもありますので、家庭での励ましや賞賛が児童生徒の実践への意欲を高めます。学校給食に地場産物を活用したり、地域の生産者に食に関する授業にゲストティーチャーとして参画してもらったりすることで、子供たちは、地域の人々の生き方や地域の良さに気付くこともできます。このことを示したのが、全体計画です。



出典「栄養教諭を中核としたこれからの学校の食育」(文部科学省平成29年3月)

2 全体計画作成の手順及び内容

全体計画作成するに当たって、まず、「実態把握」「学校における食育の推進状況に関する評価指標の設定」「食に関する指導の目標の設定」が必要となります。

食に関する児童生徒の実態は、学校で実施している既存の「食に関する実態調査」や教師の観察などに基づいて「体力や学力」「健康状態や体格」「食習慣」「態度や意識」などの観点を整理し、整理された実態から児童生徒の課題を明らかにした上で、各学校が児童生徒に育成したい「食に関する指導の目標」を設定します。併せて、保護者や地域の実態も明らかにしていきます。この実態は、各学校が実施している学校評価や保護者アンケートなどから調査したり、学校運営協議会等において、地域や保護者などの食育の取組状況を協議したりする中で明確にします。

また、自校の教職員の食に関する指導の全体計画等に基づいた授業の実施状況、地場産物を活用した献立や栄養管理に配慮した献立の作成状況、適切な給食時間の設定等の環境整備に係る内容、給食の時間や教科等における指導及び個別的な相談指導における教職員間の連携状況などに係る内容などから、その取組状況を評価し課題を明らかにすることも大切です。

これらの実態把握を通して、児童生徒の食に関する課題解決に向けて、食育推進の評価指標を設定します。評価指標が設定されることによって、年度内に目指す子供の姿がより具体化されます。評価指標の設定に当たっては、学校の教育目標や児童生徒の実態調査の結果に照らして段階的に設定する方法があります。児童生徒の実態を把握する上では、第1章3に記載の六つの「食育の視点」を踏まえることも考えられます。

また、食に関する自校の教職員、組織、家庭・地域の実態に照らして、課題を生み出している原因の中から、課題性（自校の食育を推進するために改善しなければならないことは何か。）、緊急性（すぐに改善しなければならないことは何か。）、方向性（教職員が食育推進のために実践することは何か。）の観点から焦点化して評価指標を設定します。

次に、学校の教育目標を受け、各学校は育成を目指す資質・能力を踏まえた食に関する指導目標を設定します。このとき、第1章3の「食に関する指導の目標」を参考にしながら設定するとともに、各学校の食に関する指導の目標の中には、六つの「食育の視点」を位置付けて設定することが重要です。

各学年の食に関する指導の目標を設定するときは、各学年の児童生徒の実態や発達の段階などを考慮して、自校の食に関する指導の目標に基づいて設定します。

なお、小学校及び中学校における食に関する指導の全体計画の作成については、文部科学省の「食に関する指導の手引－第二次改訂版－」（平成31年3月）の35ページから53ページに記載の内容を参考にしてください。

<食に関する指導の全体計画①の内容>

○幼稚園・保育所・幼保連携型認定こども園と小学校、小学校と中学校の間での連携

幼稚園・保育所・幼保連携型認定こども園(以下「幼稚園等」という。)、小学校、中学校の連携に関する方針等の記載に当たっては、食に関する指導について校種間等のつながりを意識することが大切です。

小学校では、近隣の幼稚園等での幼児の食生活の実態や、食に関する指導により幼児がどのように育ってきているのかを十分に把握してから、食に関する指導の全体計画作成することが求められます。さらに、中学校では小学校までにどのような「食に関する指導」

が行われてきたのか、その結果どのような資質・能力が育成されてきたのかを理解した上で、中学校における食に関する全体計画を作成することが求められます。

○地場産物等の活用

「地場産物の活用」については、学校給食に地域の産物を活用することによって地域の食文化や産業、生産、流通、消費など食料事情等について理解することができるようにします。

例えば、小学校の低学年では、自分の住んでいる地域で収穫できる食べ物に関心をもつこと、中学年では地域の産物に関心もち、日常の食事と関連付けて考えることができること、高学年では地域の食文化や食料の生産、流通、消費などについて理解を深めることができるようにします。

○家庭・地域等との連携

「家庭・地域との連携」については、家庭や地域と連携した取組を位置付けることが必要であり、特に、学校での指導内容や時期等と合わせて家庭や地域で関連した取組が行われることは、児童生徒の理解の深まりや興味・関心の向上、発展的な学習のために重要なことだと考えられます。

このため、全体計画の作成段階から、児童生徒の食生活の実態や地域の実情等を十分に把握するなど、家庭や地域との連携について十分に留意するとともに、実際に指導等を行うに当たって、家庭や地域の生産者等の理解や協力を得られるように事前に連絡し、了解を得ておくことが必要です。また、学校と家庭や地域との双方向の情報交換ができるように工夫した給食だよりを発行することや、栄養教諭と学級担任や教科担任とが情報を共有することが重要です。

栄養教諭は、当該学校や域内の食育のコーディネーターとして、栄養に関する専門性と教育に関する専門性を生かして、家庭や地域との連携・調整の要としての役割を果たし、これらの作業が円滑に進むように取り組むことが必要となり、日頃から、家庭や地域の生産者等との人間関係や連携関係を綿密に図り、関係者とのネットワークを構築していくことが求められます。

<食に関する指導の全体計画②の内容>

○関連教科等の指導内容

各教科等において食に関する指導を行う際は、関連する教科の内容を踏まえることが大切です。

・小学校の家庭科

「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。また、第4学年までの食に関する学習との関連を図ること。」

・中学校の技術・家庭科

「食に関する指導については、技術・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。」

・体育科

「保健の内容のうち運動、食事、休養及び睡眠については、食育の観点も踏まえつつ、健康的な生活習慣の形成に結び付くよう配慮するとともに、保健を除く第3学年以上の各領域及び学校給食に関する指導においても関連した指導を行うようにすること。」

・中学校の保健体育科

「内容の(1)のアの(イ)及び(ウ)については、食育の観点も踏まえつつ健康的な生活習慣の形成に結び付くように配慮する。」

○特別活動の指導内容

全体計画②に示された特別活動では、食に関する指導は主として、小学校学習指導要領特別活動の学級活動(2)「日常の生活や学習への適応と自己の成長及び健康安全」の「工(中学校、高校は才)食育の観点を踏まえた学校給食と望ましい食習慣の形成」で学習します。学習指導要領解説特別活動編において、例えば次のような資質・能力が示されています。

(小学校学習指導要領(平成29年告示)解説特別活動編)

- ・望ましい食習慣の形成を図ることの大切さや、食事を通して人間関係をよりよくすることのよさや意義などを理解すること。
- ・給食の時間の楽しい食事の在り方や健康によい食事のとり方などについて考え、改善を図って望ましい食習慣を形成するために判断し行動することができるようにすること。
- ・そうした過程を通して、主体的に望ましい食習慣や食生活を実現しようとする態度を養うこと。

(中学校学習指導要領(平成29年告示)解説特別活動編)

- ・健康や食習慣の正しい知識が大切であることを理解し、給食の時間の衛生的で共同的な楽しい食事の在り方等を工夫すること。
- ・自らの生活や今後の成長、将来の生活と食生活の関係について考え、望ましい食習慣を形成するために判断し行動ができるようにすること。
- ・そうした過程を通して、健康な心身や充実した生活を意識して、主体的に適切な食習慣を形成する態度を育てること。

○個別的な相談指導

近年、肥満ややせ傾向、食物アレルギー等食に関する問題を有する児童生徒が見られることから、健康実態を十分把握した上で、個に応じた献立の工夫や児童生徒及び保護者に対する適切な指導や助言が必要になってきています。

個別的な相談指導を行う場のひとつである給食の時間は、自分の健康のためにどのような食品をどれだけ食べる必要があるのかを実際に食べて学習できることから、献立は指導にふさわしいバランスのよい献立であること、また、学級担任等はグループに入り給食を共に食べながら、児童生徒一人一人の健康状態や個性を観察し、必要に応じて個別に適切な指導や助言を行うことが大切です。

さらには、養護教諭等との連携や必要があれば学校医等、外部の専門機関とすぐに連絡が取れるような校内システムを日頃から構築しておくことも肝要です。

3 特別支援学校における食に関する指導に係る全体計画の作成の留意点

特別支援学校の教育の目的は、学校教育法第72条に「幼稚園、小学校、中学校又は高等学校に準ずる教育を施すとともに、障害による学習上又は生活上の困難を克服し自立を図るために必要な知識技能を授けることを目的とする」と示されています。

特別支援学校における食に関する指導に係る全体計画については、本章1及び2に準ずるとともに、以下のことについて留意する必要があります。

特別支援学校においては、幼児児童生徒（以下「児童生徒等」という。）の障害の重度・重複化、多様化等が見られ、学部や学年、学級ごとに、食に関する指導の目標なども異なってくる場合が考えられるため、全体計画を作成する際には、栄養教諭が、学級担任等や養護教諭、特別支援教育コーディネーター、寄宿舎指導員等と連携し、必要に応じて保護者や主治医等の協力を得ながら児童生徒等の実態を的確に把握し、取り組むべき課題を明確にした上で食に関する指導が実施できるよう計画していくことが重要です。

（実態把握の項目例）

- ・ 障害や病気の状態や程度 ・ 障害の特性 ・ 知的発達や身体発育、身体機能の状態
- ・ 学習上の配慮事項 ・ 食べることに関する発達や経験の程度 ・ 本人の願い
- ・ 本人の嗜好 ・ 生活環境や生活習慣、生活リズム ・ 対人関係（マナー）の状況
- ・ 長所や得意分野 ・ コミュニケーションの状態 ・ 家庭や地域の環境 ・ 進路 等

評価指標の設定についての考え方は、小学校、中学校の児童生徒に対する考え方と基本的に同様で、評価の際にその実現状況が見極められるよう、評価指標はできる限り具体的に設定する必要があります。つまり、具体的に目標を達成した様子が児童生徒等の姿でイメージでき、かつ、それを誰が見てもほぼ同じように評価できるような指標が望まれます。

学校教育法第72条に定める特別支援学校の教育の目的を実現するため、特別支援学校では、各教科、道徳科、外国語活動、総合的な学習の時間、特別活動の他に、幼稚園、小学校、中学校又は高等学校にはない特別の指導領域として自立活動を設け、教育課程上重要な位置付けがなされています。

したがって、特別支援学校における食に関する指導の目標の設定に当たっては、幼稚園、小学校、中学校又は高等学校に準ずるとともに、児童生徒の実態を十分考慮しながら、健康状態の維持・改善に関することや食事をするために必要な動作に関することなど、自立活動の視点を加味して設定することが必要です。

また、保護者の要望や意向などを十分に考慮して設定するとともに、小学校、中学校同様、資質・能力の三つの柱及び六つの食育の視点が入るように設定することが重要です。

併せて、学校としての食に関する指導の目標を実現させるために、児童生徒等の障害の状態や特性及び心身の発達の段階等を考慮しつつ、部ごとの具体的な目標を設定します。ただし、障害の状態等により、2学年分まとめて設定する場合も考えられますので、どちらにするのかは校内で検討します。

なお、特別支援学校における食に関する指導の全体計画の作成については、文部科学省の「食に関する指導の手引－第二次改訂版－」（平成31年3月）の54ページから73ページに記載の内容を参考にしてください。

<食に関する指導の全体計画の内容>

○幼稚園・保育所・幼保連携型認定こども園と小学校、小学校と中学校の間での連携

入学前の学校等と十分な接続を図り、切れ目ない一貫した指導を行うため、入学前に作成された「個別の教育支援計画」等を活用し、個別の配慮事項や関係機関等で受けている支援内容などについて共通理解を図ることが重要です。

また、入学後は、「個別の指導計画」を活用し、学級担任や養護教諭等と当該児童生徒の障害の状態等に応じて個別に必要な内容や配慮事項などについて共通理解の下、必要な指導や支援などを行っていくことが大切です。

○関連教科等における指導内容

視覚障害者、聴覚障害者、肢体不自由者又は病弱者である児童生徒等の教育について、小学校、中学校に準じるとともに、児童生徒等の障害の状態や特性及び心身の発達の段階等を十分考慮しながら、特に配慮する項目があることに留意します。

知的障害者である児童生徒等の教育について、教科等は、障害の状態や学習上の特性などを踏まえた目標や内容等を示していますので、小学校、中学校、高等学校の教科等と名称が同じであっても、その目標や内容が異なることに注意が必要です。また、同一学年であっても個人差が大きく、学力や学習状況も異なるため、個々の児童生徒等の実態等に即して効果的な指導ができるよう、各教科等の内容は、学年別ではなく、段階別に示されています。学習された内容が学校生活や家庭生活などの中でどのようなつながりをもつのか、どのように応用されるのかを考慮しながら、食に関する指導の具体的な内容を段階的に設定することが重要です。

○学校給食の関連事項

食文化の伝承や行事食、旬の食材については、小学校、中学校における指導と同様に実施しますが、実施する際には、視覚支援・音声機器の使用等、様々な障害に応じた対応を心がけます。また、地場産物等の活用については、特別支援学校には、広い範囲からの通学生も多くいることから、学校のある地域の地場産物だけでなく、児童生徒等の自宅のある地域の産物などの活用・紹介、産業や農業に従事している方々との交流やお礼の手紙のやり取りなどにより、児童生徒等に地域の産業や食文化に関心をもたせたり、感謝の気持ちを抱かせたりする効果が期待できます。

このほか、学級園や高等部の農耕園芸班等で育てている野菜を学校給食に活用することも、自立活動の視点（例：区分3「人間関係の形成」の「(1) 他者とのかかわりの基礎に関すること」及び「(2) 他者の意図や感情の理解に関すること」など）においても、とても大事なことです。

○個別的な相談指導

特別支援学校では、児童生徒等一人一人の障害の状態等が多様化しており、個に応じた適切な指導や支援が求められていることから、個別の指導計画に基づく指導が行われています。このため、食に関する指導を充実させるためには、関連する各教科等と自立活動との関連を十分に図り、児童生徒等一人一人の食に関する指導の目標や内容についての栄養教諭としての視点も、個別の指導計画に盛り込み、個に応じた指導を一層展開することが必要となります。

個に応じた指導には、学級担任・栄養教諭・養護教諭・寄宿舎指導員、あるいは特別支援教育コーディネーターやスクールカウンセラー等との連携とともに、家庭での協力や実践が不可欠であることから、必要に応じて家庭への支援や働きかけ等も重要になります。

そのため、全体計画においては、個に応じた指導に関する方針や項目を掲げておくことが必要です。

○寄宿舎との連携

寄宿舎では、寄宿舎指導員による教育課程外の日常生活に関する指導が行われています。寄宿舎指導員と連携を図ることにより、学校における食に関する指導と寄宿舎における食に関する指導に一貫性をもたせることができます。

○家庭・地域・事業所等との連携

保護者や地域住民に給食の内容や給食指導の目的・方法などを知ってもらうことは、学校と家庭や地域との間で食に関する指導について共通理解を図る上で重要です。長期休業等においても、児童生徒の生活リズムが確立又は安定するよう、学校と家庭と事業所等が一貫性のある指導や支援を行うことが必要になります。このため、例えば、栄養教諭が保護者懇談会や支援会議等に参加して食に関する指導について情報提供するなど、関係者と連携することが大切です。

<全体計画を踏まえた、食に関する指導を推進するに当たっての留意点>

全体計画を踏まえた効果的な指導を進めるためには、児童生徒等の実態に即して、生活に結び付いた学習活動や、児童生徒等が見通しをもって、意欲的・主体的に取り組むことができるような学習活動を行うことが大切です。また、児童生徒等一人一人の障害の状態等の多様化により、個に応じた適切な指導や支援が求められていることから、食に関する全体計画を踏まえた、食に関する指導を推進するに当たっては、個別の指導計画との関連を図った指導を行うよう留意するとともに、各教科等の指導や自立活動の指導を行う場合は、食に関する全体計画に示された食に関する指導内容との関連を十分に図り、効果的な指導につながるよう留意する必要があります。

○視覚障害のある児童生徒等についての指導上の留意点

視覚障害による食経験の少なさを補い、食べる喜びや楽しさを経験する機会を増やすことが必要です。実際に使用されている食材について話す機会を設定したり、味覚以外にも触覚（手触り）、嗅覚（匂い）、聴覚（野菜を噛む音など）及び保有する視覚を十分活用し、観察や体験をすることを多く取り入れたり、能動的に観察や体験をしようとする意欲を育てるよう工夫します。

○聴覚障害のある児童生徒等についての指導上の留意点

音や話し言葉が聞こえない・聞こえにくい状態にあるため、食事に関する活動や学習において困難が生じることがあるため、絵や画像、動作など視覚的に分かりやすい教材を使って知らせる方法もあります。給食を食べながら、食材や料理名を食べ物の絵カードや写真と照らし合わせたり、「甘い」「苦い」「酸っぱい」「辛い」「熱い」「冷たい」「好き嫌い」「好物」等、生活に必要な言葉を体験と結び付けて覚えられるように工夫したりする方法もあります。

○肢体不自由のある児童生徒等についての指導上の留意点

自分に合った自助食器を使って食べることで、食べる機能や意欲が高まります。そのためには、可能な限りその児童生徒に合った食形態の工夫をした給食が提供できるよう、検討することが必要です。言語聴覚士など、専門家の診断や助言に基づき、食形態や指導方法について、保護者と学校の関係者間で十分な検討を行うことが重要です。

○**病弱者である児童生徒等についての指導上の留意点**

児童生徒等の病気の状態によっては、学習時間や活動内容に制限や配慮が必要な場合があります。学習活動を行うことで心身へ負担をかけないように、主治医の診断や保護者からの情報等も考慮しながら、指導計画を作成します。学習時間や活動内容の制限があることで、学習が遅れたり、安易に内容を取り扱わなかったりすることのないように、基礎的・基本的な事項を習得させる視点から指導内容を精選するなど、効果的に指導する必要があります。

○**知的障害のある児童生徒等についての指導上の留意点**

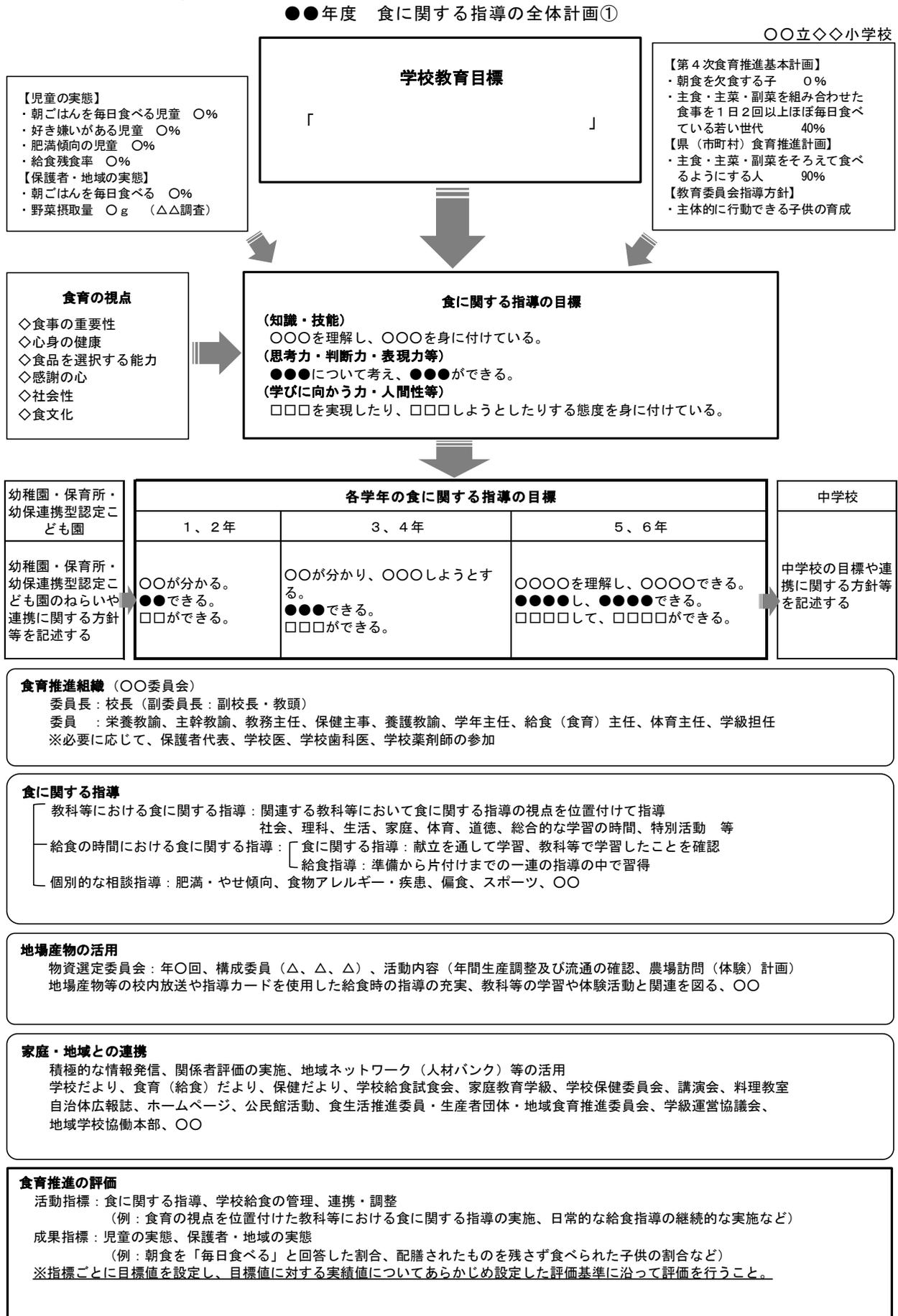
机上の知識や技能は断片的になりやすく、実際の生活の場で応用されにくいので、学校や家庭生活に直接結びついた具体的な活動を中心に学習できるように配慮します。また、「視覚的」「具体的」「肯定的」に伝えるようにすることが大切です。



4 具体的な全体計画のイメージ

(1) 小学校例

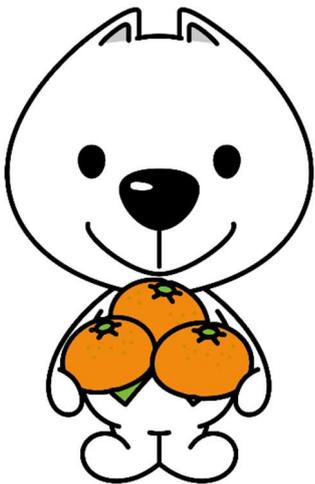
食に関する指導の全体計画①様式(小学校)



食に関する指導の全体計画②様式(小学校)

教科等		4月	5月	6月	7月	8月～9月	
月間等				和歌山県地場産物活用強化月間			
学校行事等		入学式	運動会	クリーン作戦	集団宿泊合宿		
推進体制	進行管理		委員会		委員会		
	計画策定	計画策定					
教科等・道徳等 総合的な学習の時間	社会	日本の国土と人々の暮らし(世界から見た日本)【5年】	わたしたちの県(わたしたちの県のように)【4年】、日本の国土と人々の暮らし(日本の地形や気候)(さまざまな土地の暮らし)【5年】、日本のあゆみ(大昔の暮らしとくにの統一)【6年】	わたしたちのくらしとまちではたらく人びと(工場ではたらく人びとの仕事)【3年】、健康なくらしを守る仕事(ごみのしよりと活用)【4年】、わたしたちの食生活を支える食料生産(食生活を支える食料の産地)(米作りのさかんな地域)【5年】、日本のあゆみ(天皇を中心とした政治)【6年】	わたしたちのくらしとまちではたらく人びと(畑ではたらく人びとの仕事)【3年】、健康なくらしを守る仕事(くらしをささえる水)【4年】、わたしたちの食生活を支える食料生産(水産業のさかんな地域)【5年】	わたしたちのくらしとまちではたらく人びと(店ではたらく人びとの仕事)【3年】、わたしたちの食生活を支える食料生産(これからの食料生産)【5年】	
	理科	植物の発芽と成長【5年】	天気と1日の気温【4年】、ヒトや動物の体【6年】	植物の育ちとつくり【3年】、植物のつくりとはたらき【6年】	生物どうしのつながり【6年】	花から実へ【5年】、水よりの性質【6年】	
	生活	いくぞ!がっこうたんけんたい【1年】、大きくそだてわたしの野さい【2年】	げんきにそだてわたしのはな【1年】			大きくそだてわたしの野さい【2年】	
	家庭		朝食から健康な1日の生活を【6年】	おいしい楽しい調理の力【5年】			
	体育			けんこうな生活【3年】			
	他教科等	きせつの言葉(春のくらし)【3年国】	カンジーはかせの都道府県の旅1【4年国】、茶つみ【3年音】	おおきなかぶ【1年国】、ことばでリズム【1年音】	きせつの言葉(夏のくらし)【3年国】、カンジーはかせの都道府県の旅2【4年国】	かたかなをみつけよう【1年国】	
	道徳	自校の道徳科の指導計画に照らし、関連する内容項目を明記すること。					
	総合的な学習の時間		地元の伝統野菜をPRしよう【6年】				
	特別活動	学級活動・食育教材活用(*)	給食がはじまるよ*【1年】	元気のもと朝ごはん*【2年】、生活リズムを調べてみよう*【3年】、食べ物の栄養*【5年】	よくかんで食べよう【4年】、朝食の大切さを知ろう【6年】	夏休みの健康な生活について考えよう【6年】	弁当の日のメニューを考えよう【5・6年】
		児童会活動	残食調べ、片付け点検確認・呼びかけ 目標に対する取組等(5月:身支度チェック、12月:掲示(5月:手洗い、11月:おやつに含まれる砂糖、	リクエスト献立募集・集計) 2月:大豆の麥身)	給食委員会発表「よく噛むことの大切さ」		
学校行事		お花見給食、健康診断	仲良く食べよう 給食のきまりを覚えよう 楽しい給食時間にしよう	試食会、全校集会	楽しく食べよう 食事の環境について考えよう	食べ物を大切にしよう	
給食指導			給食を知ろう 食べ物の働きを知ろう 季節の食べ物について知ろう			感謝して食べよう 食べ物の名前を知ろう 食べ物の3つの働きを知ろう 食生活について考えよう	
食に関する指導							
学校給食の関連事項	月目標	給食の準備をきちんとしよう	きれいなエプロンを身に付けよう	よくかんで食べよう	楽しく食事をしよう	正しく配膳をしよう	
	食文化の継承	お花見献立	端午の節句	地場産物活用献立	七夕献立	お月見献立	
	行事食	入学進級祝献立 お花見献立		カミカミ献立		祖父母招待献立、すいとん汁	
	その他		野菜ソテー	卵料理			
	旬の食材	なばな、春キャベツ、たけのこ、新たまねぎ、きよみ、いちご	アスパラガス、グリーンピース、そらまめ、新たまねぎ、いちご	アスパラガス、じゃがいも、にら、びわ、アンデスメロン、さくらんぼ	おくら、なす、かぼちゃ、ピーマン、レタス、ミニトマト、すいか、プラム	さんま、さといも、ミニトマト、とうもろこし、かぼちゃ、えだまめ、きのこ、なす、ぶどう、なし	
地場産物	うすいえんどう、きぬさやえんどう、キャベツ、いちご、しらす、かつお	きぬさやえんどう、キャベツ、はくさい、たまねぎ、さんしょう、いちご、うめ、しらす、かつお	ししとう、たまねぎ、うめ、もも、たちうお	ししとう、たまねぎ、ミニトマト、きゅうり、もも、いちじく、たちうお	ししとう、たまねぎ、ミニトマト、きゅうり、しょうが、もも、いちじく、たちうお、しらす		
地場産物等の校内放送や指導カードを使用した給食時の指導充実。教科等の学習や体験活動と関連を図る。 推進委員会(農場訪問(体験)の計画等)							
個別的な相談指導			すこやか教室		すこやか教室(面談)		
家庭・地域との連携		積極的な情報発信(自治体広報誌、ホームページ)、関係者評価の実施、公民館活動、地域ネットワーク(人材バンク)等の活用 学校だより、食育(給食)だより、保健だよりの発行 ...朝食の大切さ・運動と栄養...食中毒予防...夏休みの食生活...食事の量... 学校公開日				公民館親子料理教室	地元の野菜の特色・地場産物 家庭教育学級

10月	11月	12月	1月	2月	3月
和歌山県食育推進月間	和歌山県地場産物活用強化月間 ふるさと誕生日(22日)				
就学時健康診断	避難訓練				卒業式
委員会		委員会 評価実施	評価結果の分析	委員会 計画案作成	
工業生産とわたしたちの暮らし(わたしたちの暮らしを支える食料品工業)【5年】	日本のあゆみ(江戸の社会と文化・学問)【6年】		情報社会に生きるわたしたち(情報を生かして発展する産業)【5年】、市のようにとくらしのうつりかわり(うつりかわる市とくらし)【3年】、日本のあゆみ(アジア・太平洋に広がる戦争)(新しい日本のあゆみ)【6年】	わたしたちの住んでいる県(土地の特色を生かした地いき)【4年】、世界のなかの日本とわたしたち(つながりの深い国々のくらし)【6年】	
植物の一生【3年】、ヒトの体のつくりと運動【4年】			ものあたまり方【4年】、もののとけ方【5年】		自然とともに生きる【6年】
食べて元気!ご飯とみそ汁【5年】	まかせてね今日の食事【6年】 体の成長とわたし【4年】		病気の予防【6年】		
きせつの言葉(秋のくらし)【3年国】	すがたをかえる大豆【3年国】What would you like?【5年英】、Let's think about our food.【6年英】	ものの名まえ【1年国】、きせつの言葉(冬のくらし)【3年国】、季節の詩(冬の楽しみ)【4年国】			うれしいひなまつり【1年音】
食べ物はどこから*【5年】	食事をおいしくするまほうの言葉*【1年】、おやつを食べ方を考えてみよう*【2年】、マナーのもつ意味*【3年】、元気な体に必要な食事*		食べ物のひみつ【1年】、食べ物の「旬」*【2年】、小児生活習慣病予防健診事後指導【4年】	しっかり食べよう3度の食事【3年】	
	生産者との交流給食会		全国学校給食週間の取組		
遠足	交流給食		給食感謝の会 給食の反省をしよう 1年間の給食を振り返ろう		
			食べ物に関心をもとう 食生活を見直そう 食べ物と健康について知ろう		
後片付けをきちんとしよう	食事のあいさつをきちんとしよう	きれいに手を洗おう	給食について考えよう	食事のマナーを考えて食事しよう	1年間の給食を振り返ろう
和食献立	地場産物活用献立	冬至の献立 ジビエ活用献立 クリスマス献立	正月料理 鯨肉活用献立 給食週間行事献立	節分献立 リクエスト献立	桃の節句献立 卒業祝献立(選択献立)
みそ汁(わが家のみそ汁)	伝統的な保存食(乾物)を使用した料理			韓国料理、アメリカ料理	
さんま、さけ、きのこ、さつまいも、くり、かき、りんご、ぶどう	新米、さんま、さけ、さば、さつまいも、はくさい、ブロッコリー、ほうれんそう、ごぼう、りんご	のり、ごぼう、だいこん、ブロッコリー、ほうれんそう、みかん	かぶ、ねぎ、ブロッコリー、ほうれんそう、キウイフルーツ、ぼんかん	しゅんぎく、ブロッコリー、ほうれんそう、みかん、いよかん、キウイフルーツ	ブロッコリー、ほうれんそう、きよみ、いよかん
きぬさやえんどう、ししとう、ミニトマト、きゅうり、しょうが、いちじく、みかん、かき、たちうお、しらす	はくさい、キャベツ、きぬさやえんどう、だいこん、ブロッコリー、レタス、みかん、かき	はくさい、キャベツ、きぬさやえんどう、だいこん、ブロッコリー、レタス、みかん、かき、いちご、まぐろ	はくさい、うすいえんどう、だいこん、ブロッコリー、レタス、みかん、いちご、まぐろ	はくさい、うすいえんどう、だいこん、ブロッコリー、レタス、みかん、いちご、まぐろ	はくさい、うすいえんどう、だいこん、レタス、いちご、まぐろ
		推進委員会		推進委員会(年間生産調整等)	
	すこやか教室 学校生活管理指導表提出		個別面談		個人用カルテ作成
物のよさ・日本型食生活のよさ			・運動と栄養・バランスのとれた食生活・心の栄養		

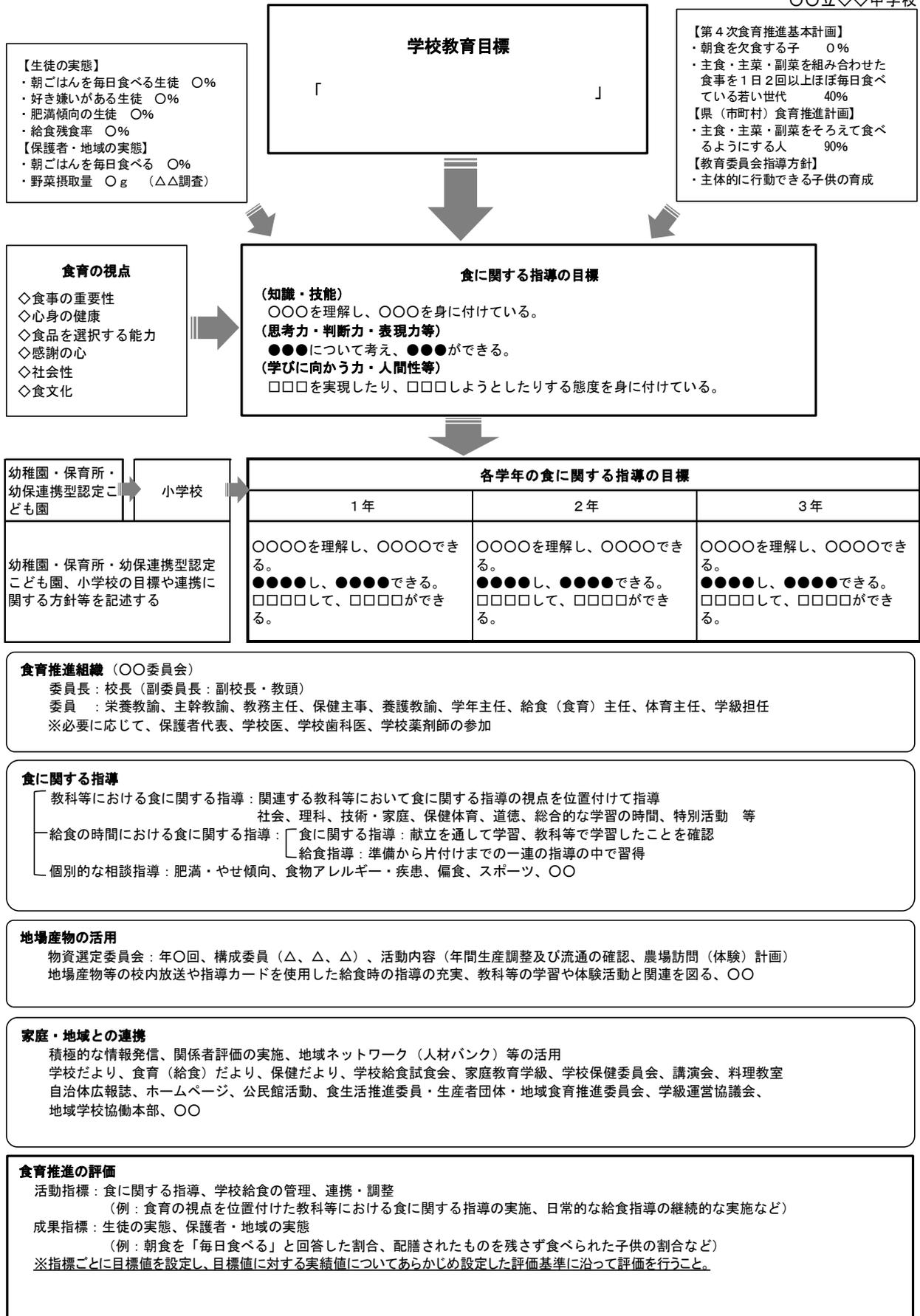


(2) 中学校例

食に関する指導の全体計画①様式(中学校)

●●年度 食に関する指導の全体計画①

○○立◇◇中学校



食に関する指導の全体計画②様式(中学校)

教科等		4月	5月	6月	7月	8月～9月
月間等				和歌山県地場産物活用強化月間		
学校行事等		入学式	運動会	クリーン作戦	集団宿泊合宿	
推進体制	進行管理 計画策定	計画策定	委員会		委員会	
教科等・道徳等 総合的な学習の時間	社会		世界各地の人々の生活と環境【1年】、近世の日本（ヨーロッパ人との出会いと全国統一）（産業の発達と幕府政治の動き）【2年】、二度の世界大戦と日本（大正デモクラシーの時代）【3年】	日本の地理的特色と地域区分【2年】		古代までの日本（日本列島の誕生と大陸との交流【1年】、現代社会と私たち（私たちの生活と文化）【3年】
	理科	物質の成り立ち（物質を加熱した時の変化）【2年】、遺伝の規則性と遺伝子（遺伝の本体）【3年】	植物の特徴と分類（花のつく）（子葉・葉・根のつくり）【1年】	動物の特徴と分類（動物の体のつくりと生活）【1年】	植物の特徴と分類（植物の分類）【1年】、動物の体のつくりとはたらき（栄養分をとり入れる）【2年】	水溶性の性質（濃さの表し方）【1年】
	技術・家庭	食事の役割と中学生の栄養の特徴【1年】	中学生に必要な栄養を満たす食事【1年】	調理のための食品の選択と購入【1年】		
	保健体育		食生活と健康【3年】	体の発育・発達【1年】		
	他教科等	握手【3年国】	Food Travels around the World【2年英】	ダイコンは大きな根【1年国】	言葉を集めよう【1年国】	盆土産【2年国】、故郷【3年国】
	道徳	自校の道徳科の指導計画I				
総合的な学習の時間					働く人から学ぼう【2年】	
特別活動	学級活動			健康な骨や歯を作ろう【1年】		弁当の日のメニューを考えよう【1・2・3年】
	生徒会活動	残食調べ、片付け点検確認・呼びかけ 目標に対する取組等（5月：身支度チェック、12月：リクエスト献立募集・集計） 掲示（5月：手洗い、11月：おやつに含まれる砂糖、2月：大豆の変身）		給食委員会発表「よく噛むことの大切さ」		
	学校行事	お花見給食、健康診断		試食会、学校保健委員会、全校集会		
	給食の時間	給食指導 給食に関する指導	給食時間の過ごし方 ・準備、後片付けの仕方・協力体制 ・当番の身支度・手洗いの励行 朝食の大切さを見直そう 伝統的食文化（行事食・節句料理・郷土料理）・朝食・生活リズム 夏の食事（夏野菜・水分補給・夏バテ予防）			準備・後片付けの協力の仕方・給食当番と当番以外の効率 日本食を見直し良さを知ろう 食事のあいさつ、ノロウイルスバランスのよい食事（3食の
学校給食の関連事項	月目標	給食の準備をきちんとしよう	きれいなエプロンを身に付けよう	よくかんで食べよう	楽しく食事をしよう	正しく配膳をしよう
	食文化の継承	お花見献立	端午の節句	地場産物活用献立	七夕献立	お月見献立
	行事食	入学進級祝献立 お花見献立		カミカミ献立		祖父母招待献立、すいとん汁
	その他		南蛮料理			世界（日本）の料理
	旬の食材	なばな、春キャベツ、たけのこ、新たまねぎ、きよみ、いちご	アスパラガス、グリーンピース、そらまめ、新たまねぎ、いちご	アスパラガス、じゃがいも、にら、びわ、アンデスメロン、さくらんぼ	おくら、なす、かぼちゃ、ピーマン、レタス、ミニトマト、すいか、プラム	さんま、さといも、ミニトマト、とうもろこし、かぼちゃ、えだまめ、きのこ、なす、ぶどう、なし
地場産物	うすいえんどう、きぬさやえんどう、キャベツ、いちご、しらす、かつお	きぬさやえんどう、キャベツ、はくさい、たまねぎ、さんしょう、いちご、うめ、しらす、かつお	ししとう、たまねぎ、うめ、もも、たちうお	ししとう、たまねぎ、ミニトマト、きゅうり、もも、いちじく、たちうお	ししとう、たまねぎ、ミニトマト、きゅうり、しょうが、もも、いちじく、たちうお、しらす	
地場産物等の校内放送や指導カードを使用した給食時の指導充実。教科等の学習や体験活動と関連を図る。						
推進委員会（農場訪問（体験）の計画等）					推進委員会	
個別的な相談指導					個別相談指導（面談）	
積極的な情報発信（自治体広報誌、ホームページ）...関係者評価の実施、公民館活動、地域ネットワーク（人材バンク）等の活用						
家庭・地域との連携		学校だより、食育（給食）だより、保健だよりの発行 ・朝食の大切さ・運動と栄養・食中毒予防・夏休みの食生活・食事の量				地元の野菜の特色・地場産
				学校給食試食会	公民館親子料理教室	家庭教育学級

10月	11月	12月	1月	2月	3月
和歌山県食育推進月間	和歌山県地場産物活用強化月間 ふるさと誕生日(22日) 避難訓練				卒業式
委員会		委員会 評価実施	評価結果の分析	委員会 計画案作成	
古代までの日本(古代国家の歩みと東アジア世界【1年】、世界の諸地域(アジア)【1年】、日本の諸地域(九州・南西諸島)(中国・四国)(近畿)【2年])	世界の諸地域(ヨーロッパ)(アフリカ)【1年】、日本の諸地域(中部)(関東)(東北)【2年】	世界の諸地域(北アメリカ)【1年】、日本の諸地域(北海道)【2年】、私たちの暮らしと経済(消費生活と市場経済)(生産と労働)【3年】	世界の諸地域(南アメリカ)(オセアニア)【1年】、開国と近代日本の歩み(明治維新)【2年】、私たちの暮らしと経済(市場経済の仕組みと金融)【3年】		
			自然界のつり合い(生物の遺骸のゆくえ)【3年】		
日常食の調理と地域の食文化【1年】			幼児の生活と家族【3年】		
生活習慣病とその予防【2年】		感染症とその予防【3年】			
幻の魚は生きていた【1年国】、季節を楽しむ【2年美】			温かいスープ【3年国】		
					▶
					▶
	生産者との交流給食会		全国学校給食週間の取組		
遠足	交流給食		給食感謝の会		
的な動き			正しい食事マナー ・はし、食器の持ち方 ・食事のあいさつ	・会話の内容	
(郷土の産物・郷土への関心) ス バランス、寒さに負けない食事(風邪予防・冬至とかぼちゃ)			楽しい給食時間の過ごし方を考えよう(1年間の振り返り) 全国学校給食週間(歴史・伝統食と世界の料理) 生活習慣病予防		
後片付けをきちんとしよう 和食献立	食事のあいさつをきちんとしよう 地場産物活用献立	きれいに手を洗おう 冬至の献立 ジビエ活用献立 クリスマス献立	給食について考えよう 正月料理 鰯肉活用献立 給食週間行事献立	食事のマナーを考えて食事しよう 節分献立 リクエスト献立	1年間の給食を振り返ろう 桃の節句献立 卒業祝献立(選択献立)
					▶
さけ料理、煮・焼・蒸(魚・肉・野菜)料理					
さんま、さけ、きのこ、さつまいも、くり、かき、りんご、ぶどう	新米、さんま、さけ、さば、さつまいも、はくさい、ブロッコリー、ほうれんそう、ごぼう、りんご	のり、ごぼう、だいこん、ブロッコリー、ほうれんそう、みかん	かぶ、ねぎ、ブロッコリー、ほうれんそう、キウイフルーツ、ぼんかん	しゅんぎく、ブロッコリー、ほうれんそう、みかん、いよかん、キウイフルーツ	ブロッコリー、ほうれんそう、きよみ、いよかん
きぬさやえんどう、ししとう、ミニトマト、きゅうり、しょうが、いちじく、みかん、かき、たちうお、しらす	はくさい、キャベツ、きぬさやえんどう、だいこん、ブロッコリー、レタス、みかん、かき	はくさい、キャベツ、きぬさやえんどう、だいこん、ブロッコリー、レタス、みかん、かき、いちご、まぐろ	はくさい、うすいえんどう、だいこん、ブロッコリー、レタス、みかん、いちご、まぐろ	はくさい、うすいえんどう、だいこん、ブロッコリー、レタス、みかん、いちご、まぐろ	はくさい、うすいえんどう、だいこん、レタス、いちご、まぐろ
	推進委員会		推進委員会(年間生産調整等)		
	学校管理指導表提出		個別面談		個人用カルテ作成
物のよさ・日本型食生活のよさ			・運動と栄養・バランスのとれた食生活・心の栄養		



(3) 特別支援学校例

食に関する指導の全体計画①様式（小・中・高等学校に準じた教育を行う場合）

●●年度 食に関する指導の全体計画①

和歌山県立○○学校

【児童の実態】

- ・朝ごはんを毎日食べる児童生徒 ○%
- ・肥満傾向の児童生徒 ○%
- ・自分に合った補助食器を活用できている児童生徒 ○%

【保護者・地域の実態】

- ・朝ごはんを毎日食べる ○%
- ・野菜摂取量 ○g（△△調査）

学校教育目標

「
」

【第4次食育推進基本計画】

- ・朝食を欠食する子 0%
- ・主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている若い世代 40%

【県（市町村）食育推進計画】

- ・主食・主菜・副菜をそろえて食べるようにする人 90%

【教育委員会指導方針】

- ・主体的に行動できる子供の育成

食育の視点

- ◇食事の重要性
- ◇心身の健康
- ◇食品を選択する能力
- ◇感謝の心
- ◇社会性
- ◇食文化

食に関する指導の目標

（知識・技能）
○○○を理解し、○○○を身に付けている。

（思考力・判断力・表現力等）
●●●について考え、●●●ができる。

（学びに向かう力・人間性等）
□□□を実現したり、□□□しようとしていたりする態度を身に付けている。

入学前	各学年の食に関する指導の目標			進学
	小学部	中学部	高校部	
幼稚園・保育所・幼保連携型認定こども園	低学年	○○○が分かる。●●●できる。□□ができる。	○○○○を理解し、○○○○できる。●●●●し、●●●●できる。	卒業後 就職 企業事業所 自宅等
小学校 中学校	中学年	○○○が分かる。●●●できる。□□ができる。	●●●●し、●●●●できる。□□□□して、□□□□ができる。	
事業所等	高学年	○○○が分かる。●●●できる。□□ができる。	○○○○を理解し、○○○○できる。●●●●し、●●●●できる。□□□□して、□□□□ができる。	
入学前のねらい・目標や連携に関する方針を記述する	寄宿舎			卒業後の目標や連携に関する方針を記述する
	○○○を理解し、○○○できる。●●●し、●●●できる。□□して、□□ができる。			

食育推進組織（○○委員会）

委員長：校長（副委員長：副校長・教頭）

委員：栄養教諭、主幹教諭、教務主任、保健主事、養護教諭、学年主任、給食（食育）主任、体育主任、学級担任

※必要に応じて、保護者代表、学校医、学校歯科医、学校薬剤師の参加

食に関する指導

- 教科等における食に関する指導：関連する教科等において食に関する指導の視点を位置付けて指導
社会、理科、生活、家庭、体育、道徳、総合的な学習の時間、特別活動、自立活動
- 給食の時間における食に関する指導：
 - 食に関する指導：献立を通して学習、教科等で学習したことを確認
 - 給食指導：準備から片付けまでの一連の指導の中で習得
- 個別的な相談指導：肥満・やせ傾向、食物アレルギー・疾患、偏食、スポーツ、○○
個別の指導計画、個別の教育支援計画、個別の栄養相談（児童生徒、保護者）
対応食の実施（アレルギー食・こだわり・形態食・再調理食等）

地場産物の活用

物資選定委員会：年○回、構成委員（△、△、△）、活動内容（年間生産調整及び流通の確認、農場訪問（体験）計画）

地場産物等の校内放送や指導カードを使用した給食時の指導の充実、教科等の学習や体験活動と関連を図る、○○
自立活動と関連、納入業者との交流（給食試食会、お礼のお手紙等） 学級や作業班で育てた野菜の給食への活用と校内掲示
クラスや作業班で育てた野菜の給食への活用と校内掲示

寄宿舎との連携

1日を通しての一貫した指導支援、寄宿舎献立の発行、栄養講座、日常生活の体験（おやつ作り、食事作り等）、行事献立

家庭・地域・事業所等との連携

学校だより、食育（給食）だより、保健だより、学校給食試食会、家庭教育学級、学校保健委員会、講演会、料理教室
ケア会議、支援会議、事業所等連絡会、連絡ノート、懇談会への参加

積極的な情報発信、関係者評価の実施、地域ネットワーク（人材バンク）等の活用、自治体広報誌、ホームページ、
学級運営協議会、地域学校協働本部、公民館活動、食生活推進委員・生産者団体・地域食育推進委員会、○○

食育推進の評価

活動指標：食に関する指導、学校給食の管理、連携・調整
（例：食育の視点を位置付けた教科等における食に関する指導の実施、日常的な給食指導の継続的な実施など）

成果指標：児童の実態、保護者・地域の実態
（例：朝食を「毎日食べる」と回答した割合、配膳されたものを残さず食べられた子供の割合など）

※指標ごとに目標値を設定し、目標値に対する実績値についてあらかじめ設定した評価基準に沿って評価を行うこと。

食に関する指導の全体計画②様式（小・中・高等学校に準じた教育を行う場合）

		4月	5月	6月	7月	8月～9月	
月間等				和歌山県地場産物活用強化月間			
学校行事等		入学式	運動会 学校公開	校外学習	宿泊学習		
推進体制	進行管理		委員会		委員会		
	計画策定	計画策定					
教科等・道徳等	社会	県の様子【4年】、世界の中の日本、日本の地形と気候【5年】	私たちの生活を支える飲料水【4年】、高地に住む人々の暮らし【5年】	地域にみられる販売の仕事【3年】、ごみのしよりと再利用【4年】、寒い土地の暮らし【5年】、日本の食料生産の特色【5年】、狩猟・採集や農耕の生活、古墳、大和政権【6年】	我が国の農家における食料生産【5年】	地域にみられる生産の仕事（農家）【5年】、我が国の水産業における食料生産【5年】	
	理科		動物のからだのつくりと運動【4年】、植物の発芽と成長【5年】、動物のからだのはたらき【6年】	どれくらい育ったかな【3年】、暑くなると【4年】、花から実へ【5年】、植物のからだのはたらき【6年】	生き物の暮らしと環境【6年】	実がたくさんできたよ【3年】	
	生活	がっこうだいすき【1年】	たねをまこう【1年】、やさいをそだてよう【2年】			秋の暮らし さつまいもをしゅうかくしよう【2年】	
	家庭		たねをまこう【1年】、やさいをそだてよう【2年】	朝食から健康な1日の生活を【6年】			
	体育			毎日の生活と健康【3年】			
	他教科等	たけのこぐん【2年国】	茶つみ【3年音】	ゆうすげむらの小さな旅館【3年国】	おおきなかぶ【1年国】、海のいのち【6年国】		
	道徳	1 強く生きようとする意欲を高め、明るい生活態度を養うとともに、健全な人生観の育成を図る。 2 経験の拡充を図り、豊かな道徳的心情を育て、広い視野に立って道徳的判断や行動ができるように指導する。					
	総合的な学習の時間	地元の伝統野菜をPRしよう【6年】 体験学習（安全と保健に留意する。）・交流及び共同学習（近隣の小・中学校等と実施。）					
	総合的な学習の時間	社会	世界各地の人々の生活と環境【1年】、大航海時代の幕開け【2年】、都市から広がる大衆文化【3年】	世界各地で生まれる文明【1年】、東アジアの貿易と南蛮人、日本の気候の特色【2年】	世界の食文化とその変化【1年】、各地を結ぶ陸の道・海の道【2年】、大きく変化した私たちの生活【3年】	稲作による生活の変化【1年】、日本の農業とその変化【2年】、私たちの生活と文化【3年】	世界の諸地域（アジア）【1年】、日本の諸地域（九州・南西諸島）【2年】
		理科	花のつくりとはたらき【1年】、物質の成り立ち【2年】、生物の成長とふえ方【3年】	水や栄養分を運ぶしくみ【1年】	栄養分をつくるしくみ【1年】、生命を維持する働き【2年】	植物のなかま分け【1年】、遺伝の規則性と遺伝子【3年】	動物のなかま【2年】
技術・家庭		食生活と栄養【2年】		献立作りと食品の選択【2年】			
保健体育			食生活と健康【3年】	体の発育・発達【1年】、水の利用と確保【2年】			
他教科等		花曇りの向こう【1年国】、握手【3年国】、A History of Vegetables【3年英】	ダイコンは大きな根【1年】	言葉を集めよう【1年国】		学校の文化祭【1年英】、盆土産【2年国】	
道徳		1 強く生きようとする意欲を高め、明るい生活態度を養うとともに、健全な人生観の育成を図る。 2 経験の拡充を図り、豊かな道徳的心情を育て、広い視野に立って道徳的判断や行動ができるように指導する。					
総合的な学習の時間	和文の美を追求しよう【1年】 体験学習（安全と保健に留意する。）・交流及び共同学習（近隣の小・中学校等と実施。）						
自立活動	<関連例> 【1 健康の保持】 【2 心理的な安定】 【6 コミュニケーション】 糖尿病の児童生徒が、自己の病気を理解し、病状に応じ 【1 健康の保持】 【3 人間関係の形成】 【4 環境の把握】 【6 コミュニケーション】 食物アレルギーのある児童生徒が 【4 環境の把握】 【5 身体の動き】 視覚障害のある児童生徒が、教師の身体や模型などに直接触って確認した後、自分の身						

10月	11月	12月	1月	2月	3月
和歌山県食育推進月間	和歌山県地場産物活用強化月間 ふるさと誕生日（22日）				
学校祭	避難訓練			転入学保護者説明会	卒業式
委員会		委員会		委員会	
		評価実施	評価結果の分析	計画案作成	
			市の様子の移り変わり【3年】、長く続いた戦争と人々の暮らし【6年】	日本とつながりの深い国々【6年】	
		水溶液の性質とはたらき【6年】	物のあたたまりかた【4年】		
食べて元気！ごはんのみそ汁【5年】	まかせてね今日の食事【5年】				
	育ちゆく体とわたし【4年】		病気の予防【6年】		
サラダで元気【1年国】、言葉の由来に関心をもち【6年国】	暮らしの中の和と洋【4年国】、和の文化を受けつぐ【5年国】	プロフェッショナルたち【6年国】	おばあちゃんに聞いたよ【2年国】	みらいへのつばさ（備蓄計画）【6年算】	うれしいひなまつり【1年音】

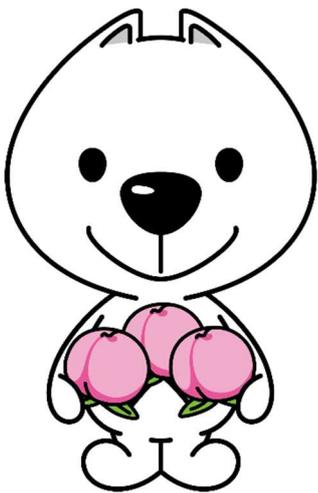
律令国家での暮らし【1年】、日本の諸地域（中国・四国）【2年】	世界の諸地域（ヨーロッパ・アフリカ）【1年】、日本の諸地域（近畿）【2年】、私たちの暮らしと経済【3年】	世界の諸地域（南北アメリカ）【1年】、日本の諸地域（中部）【2年】	世界の諸地域（オセアニア）【1年】、日本の諸地域（関東）【2年】	世界の様々な地域の調査【1年】、日本の諸地域（東北）、地域によって異なる食文化【2年】	日本の諸地域（北海道）【2年】
	水溶性の性質【1年】、酸・アルカリと塩【3年】	多様なエネルギーとその移り変わり【3年】	自然界のつり合い【3年】	自然が人間におよぼす影響【3年】	
調理と食文化【2年】	生物育成（技）【2年】				
生活習慣病とその予防【3年】		健康な生活と病気の予防【3年】			
幻の魚は生きていた【1年国】、自然物のデザイン【1年美】、帰れソレントへ【3年音】	故郷【3年国】	新聞の社説を比較して読もう【3年国】	組曲「展覧会の絵」から【2年音】		

対応ができるようになる。
 、自分でアレルギーに注意しながら食事をするようになる。
 体を実際に使って繰り返し学習することで、箸の持ち方や姿勢などの食事のマナーを習得する。

食に関する指導の全体計画②様式（小・中・高等学校に準じた教育を行う場合）

		4月	5月	6月	7月	8月～9月
学級活動・ 食育教材活用（*）	低学年	・給食がはじまるよ* ・食事をおいしくするまほうの言葉*	・はし名人になろう* ・みんなで食べるとおいしいね*	・食べ物「旬」* ・元気のもと朝ごはん*	・おやつを食べ方を考え ・きせつのごちそう*	
	中学年	・食べ物のみみつ* ・マナーのもつ意味*	・食べ物大変身* ・好き嫌いしないで食べよう*	・生活リズムを調べてみよう* ・地域に伝わる行事食を調べてみよう*	・元気な体に必要な食事 ・昔の生活と今の生活を	
	高学年	・食べ物の栄養* ・日本の食文化を伝えよう*	・食事と健康について考えてみよう* ・よくかんで食べよう	・地域に伝わる食べ物を大切にしよう*	・バイキン	
	中学部	・望ましい食習慣を身に付けよう ・食の自己管理能力を身に付けよう ・日本の文化を知り、大切にしていこう				
特別活動	児童生徒会活動	片付け点検確認・呼びかけ・身支度チェック 発表「よく噛むことの大切さ」				生産者との交流給食会 リクエスト献立募集・集
	学校行事	お花見給食・全校集会・修学旅行・校外学習				交流給食会・学校祭・運
給食の時間	給食指導	小学部	仲良く食べよう 楽しく食べよう 給食のまじりを覚えよう 楽しい給食時間にしよう			食べ物を大切にしよう 食事の環境について考え 感謝して食べよう
		中学部	給食時間の過ごし方 ・準備、後片付けの仕方・協力体制 ・当番の身支度・手洗いの励行			準備・後片付けの協力の ・給食当番と当番以外の
	食に関する指導	小学部	給食を知ろう 食べ物の働きを知ろう 季節の食べ物について知ろう			食べ物の名前を知ろう 食べ物の3つの働きを知 食生活について考えよう
		中学部	朝食の大切さを見直そう 伝統的食文化（行事食・節句料理・郷土料理）・朝食・生活リズム 夏の食事（夏野菜・水分補給・夏バテ予防）			日本食を見直し良さを知 食事のあいさつ、ノロウ バランスのよい食事（3
学校給食の 関連事項	月目標	給食の準備をきちんとし よう	きれいなエプロンを身に つけよう	よくかんで食べよう	楽しく食事をしよう	正しく配膳をしよう
	食文化の継承	お花見献立	端午の節句	地場産物活用献立	七夕の献立	お月見献立
	行事食	入学進級祝献立 お花見献立		カミカミ献立		祖父母招待献立、すいと ん汁
	その他		野菜ソテー	卵料理		
	旬の食材	なばな、春キャベツ、た けのこ、新たまねぎ、き よみ、いちご	アスパラガス、グリーン ピース、そらまめ、新た まねぎ、いちご	アスパラガス、じゃがい も、にら、びわ、アンデ スメロン、さくらんぼ	おくら、なす、かぼ ちゃ、ピーマン、レタ ス、ミニトマト、すい か、プラム	さんま、さといも、ミニ トマト、とうもろこし、 かぼちゃ、えだまめ、き のこ、なす、ぶどう、な し
	地場産物	うすいえんどう、きぬさ やえんどう、キャベツ、 いちご、しらす、かつお	きぬさやえんどう、キャ ベツ、はくさい、たまね ぎ、さんしょう、いち ご、うめ、しらす、かつ お	ししとう、たまねぎ、う め、もも、たちうお	ししとう、たまねぎ、ミ ニトマト、きゅうり、も も、いちじく、たちうお	ししとう、たまねぎ、ミ ニトマト、きゅうり、 しょうが、もも、いちじ く、たちうお、しらす
地場産物等の校内放送や指導カードを使用した給食時の指導充実。教科等の学習や体験活動と関連を図る。						推進委員会
個別な相談指導		すこやか教室		すこやか教室（面談）		推進委員会
個別の指導計画・個別の教育支援計画・個別の栄養指導（児童生徒・保護者）・対応食の実施（アレルギー食・こだわり食・形態						
寄宿舎との連携 寄宿舎献立の発行・親子食事会・リクエストメニュー・生活練習への助言（おやつ作り・食事作り）・栄養講座・行事献立（行事						
家庭・地 域・事業 所等との 連携	たより	・朝食の大切さ・運動と栄養・食中毒予防・夏休みの食生活・食事の量				・地元の野菜の特色・地
	行事等	幼保小中連絡会	学校公開 学校給食試食会	懇談会	公民館親子料理教室	評議員会 交流給食会
	年間	支援会議、ケア会議、事業所等連絡会、連絡ノート				

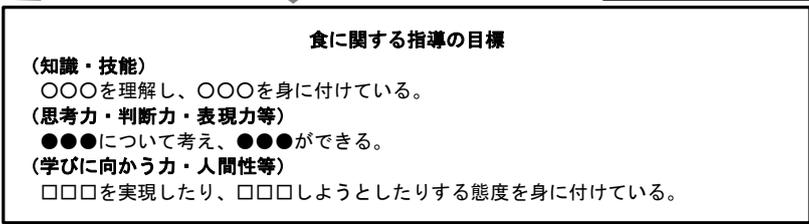
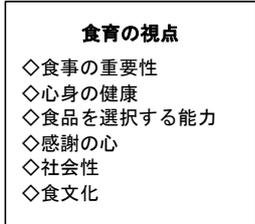
10月	11月	12月	1月	2月	3月
てみよう*					
* ・食べ物が届くまで* くらべてみよう*					
ゲ給食にチャレンジ* ・朝食の大切さを知ろう ・食べ物から世界を見よう* ・食べ物はどこから*					
			▶		
計	全国学校給食週間の取組				
動会	給食週間・給食感謝の会・学習発表会				
よう	給食の反省をしよう				
仕方	1年間の給食を振り返ろう				
効率的な動き	正しい食事マナー ・はし、食器の持ち方 ・会話の内容 ・食事のあいさつ				
ろう	食べ物に関心をもちよう 食生活を見直そう 食べ物と健康について知ろう				
ろう（郷土の産物・郷土への関心） イルス 食のバランス、寒さに負けない食事（風邪予防・冬至とかぼちゃ）	楽しい給食時間の過ごし方を考えよう（1年間の振り返り） 全国学校給食週間（歴史・伝統食と世界の料理） 生活習慣病予防				
後片付けをきちんとしよ う	食事のあいさつをきちん としよう	きれいに手を洗おう	給食について考えよう	食事のマナーを考えて食 事をしよう	1年間の給食を振り返ろ う
和食献立	地場産物活用献立	冬至の献立 ジビエ活用献立 クリスマス献立	正月料理 鰯肉活用献立 給食週間行事献立	節分献立 リクエスト献立	桃の節句献立 卒業祝献立（選択献立）
みそ汁（わが家のみそ 汁）	伝統的な保存食（乾物） を使用した料理			韓国料理、アメリカ料理	
さんま、さけ、きのこ、 さつまいも、くり、か き、りんご、ぶどう	新米、さんま、さけ、さ ば、さつまいも、はくさ い、ブロッコリー、ほう れんそう、ごぼう、りん ご	のり、ごぼう、だいこ ん、ブロッコリー、ほう れんそう、みかん	かぶ、ねぎ、ブロッコ リー、ほうれんそう、キ ウイフルーツ、ぼんかん	しゅんぎく、ブロッコ リー、ほうれんそう、み かん、いよかん、キウイ フルーツ	ブロッコリー、ほうれん そう、きよみ、いよかん
きぬさやえんどう、しし とう、ミニトマト、きゅ うり、しょうが、いちじ く、みかん、かき、たち うお、しらす	はくさい、キャベツ、き ぬさやえんどう、だいこ ん、ブロッコリー、レタ ス、みかん、かき	はくさい、キャベツ、き ぬさやえんどう、だいこ ん、ブロッコリー、レタ ス、みかん、かき、いち ご、まぐろ	はくさい、うすいえん どう、だいこん、ブロッコ リー、レタス、みかん、 いちご、まぐろ	はくさい、うすいえん どう、だいこん、ブロッコ リー、レタス、みかん、 いちご、まぐろ	はくさい、うすいえん どう、だいこん、レタス、 いちご、まぐろ
推進委員会			推進委員会（年間生産調整等）		
すこやか教室					
食・再調理食・病態食等） ・各スタッフ（校内外）との連携（外：主治医・病院栄養科・言語聴覚士・作業療法士・理学療法士他） ・寄宿舎行事～寄宿舎へようこそ献立・卒業おめでとう献立～・希望献立）					
場産物のよさ・日本型食生活のよさ			・運動と栄養・バランスのとれた食生活・心の栄養・かぜの予防		
P T A 講演会 学校祭	懇談会		評議員会 給食週間	転入学保護者説明会	



食に関する指導の全体計画①様式（知的障害のある児童生徒の教育を行う場合）

●●年度 食に関する指導の全体計画①

和歌山県立○○学校



入学前	各学年の食に関する指導の目標			進学
	小学部	中学部	高学部	
幼稚園・保育所・幼保連携型認定こども園 小学校 中学校 事業所等	○○が分かる。 ●●ができる。 □□ができる。	○○○○を理解し、○○○○できる。 ●●●●し、●●●●できる。 □□□□して、□□□□ができる。	○○○○を理解し、○○○○できる。 ●●●●し、●●●●できる。 □□□□して、□□□□ができる。	卒業後 就職 企業事業所 自宅等
入学前のねらい・目標や連携に関する方針を記述する	寄 宿 舎 ○○○を理解し、○○○できる。●●●し、●●●できる。□□して、□□ができる。			卒業後の目標や連携に関する方針を記述する

食育推進組織（○○委員会）

委員長：校長（副委員長：副校長・教頭）

委員：栄養教諭、主幹教諭、教務主任、保健主事、養護教諭、学年主任、給食（食育）主任、体育主任、学級担任

※必要に応じて、保護者代表、学校医、学校歯科医、学校薬剤師の参加

食に関する指導

教科等における食に関する指導：関連する教科等において食に関する指導の視点を位置付けて指導
 社会、理科、生活、家庭、体育、道徳、総合的な学習の時間、特別活動、自立活動

給食の時間における食に関する指導：食に関する指導：献立を通して学習、教科等で学習したことを確認
 給食指導：準備から片付けまでの一連の指導の中で習得

個別的な相談指導：肥満・やせ傾向、食物アレルギー・疾患、偏食、スポーツ、○○
 個別の指導計画、個別の教育支援計画、個別の栄養相談（児童生徒、保護者）
 対応食の実施（アレルギー食・こだわり・形態食・再調理食等）

地場産物の活用

物資選定委員会：年○回、構成委員（△、△、△）、活動内容（年間生産調整及び流通の確認、農場訪問（体験）計画）

地場産物等の校内放送や指導カードを使用した給食時の指導の充実、教科等の学習や体験活動と関連を図る、○○

自立活動と関連、納入業者との交流（給食試食会、お礼のお手紙等） 学級や作業班で育てた野菜の給食への活用と校内掲示クラスや作業班で育てた野菜の給食への活用と校内掲示

寄宿舎との連携

1日を通しての一貫した指導支援、寄宿舎献立の発行、栄養講座、日常生活の体験（おやつ作り、食事作り等）、行事献立

家庭・地域・事業所等との連携

学校だより、食育（給食）だより、保健だより、学校給食試食会、家庭教育学級、学校保健委員会、講演会、料理教室

ケア会議、支援会議、事業所等連絡会、連絡ノート、懇談会への参加

積極的な情報発信、関係者評価の実施、地域ネットワーク（人材バンク）等の活用、自治体広報誌、ホームページ、学級運営協議会、地域学校協働本部、公民館活動、食生活推進委員・生産者団体・地域食育推進委員会、○○

食育推進の評価

活動指標：食に関する指導、学校給食の管理、連携・調整
 （例：食育の視点を位置付けた教科等における食に関する指導の実施、日常的な給食指導の継続的な実施など）

成果指標：児童の実態、保護者・地域の実態
 （例：朝食を「毎日食べる」と回答した割合、配膳されたものを残さず食べられた子供の割合など）

※指標ごとに目標値を設定し、目標値に対する実績値についてあらかじめ設定した評価基準に沿って評価を行うこと。

食に関する指導の全体計画②様式（知的障害のある児童生徒の教育を行う場合）

		4月	5月	6月	7月	8月～9月	
月間等				和歌山県地場産物活用強化月間			
学校行事等		入学式	運動会 学校公開	校外学習	宿泊学習		
推進体制	進行管理		委員会		委員会		
	計画策定	計画策定					
発達段階		1段階（日常生活を営むのにほぼ常時援助が必要である者）の指導内容例				2段階（日常生活を営む	
教科等・道徳等	小学部	生活	<p>ア 基本的な生活習慣</p> <ul style="list-style-type: none"> ・教師と一緒に食事の前に手洗いをする。 ・配膳の時に順番よく待つ。 ・教師と一緒に自分の食器を並べたり、片付けたりする。 ・食前食後の挨拶のしぐさをする。 ・スプーン・フォークや自助具を使って教師の支援を受けながら食べる。 ・ストローやコップで飲む。 ・茶わんなどを手に持って食事をする。 ・好き嫌いをしないで食べる。 ・食事の途中で遊ばないで食べる。 ・よくかんで食べる。 ・一口の適量を知る。 ・よい姿勢で食べる。 <p>カ 役割</p> <ul style="list-style-type: none"> ・給食の時、教師と一緒に食器を並べたり。牛乳を配ったりするなどの係活動をする。 <p>サ 生命・自然</p> <ul style="list-style-type: none"> ・植物を育て、成長や変化に気付く。 			<p>ア 基本的な生活習慣</p> <ul style="list-style-type: none"> ・一人で食事の前に手 ・食事の前後にテーブル ・自分の食器を並べた ・食前食後の挨拶をす ・スプーン・フォークや ・ストローやコップで上 ・必要に応じて、茶わん ・主食と副食をとり合せ ・順番よく食べる。 ・食事中は立ち歩かずに ・食後、一人で口の周り ・食品や簡単な献立の名 ・醤油やソースなどを上 <p>カ 役割</p> <ul style="list-style-type: none"> ・給食運びなどの係活動 <p>サ 生命・自然</p> <ul style="list-style-type: none"> ・生き物は食べ物を食べ 	
		体育	G 保健	<ul style="list-style-type: none"> ・うがいをしたり、手洗いをしたりする。 			G 保健
	発達段階		1段階（他人との意思の疎通や日常生活への適応に困難が大きい者）の指導内容例				
総合的な学習の時間	社会	<p>エ 産業と生活</p> <ul style="list-style-type: none"> ・生産者や消費者をつなぐ商店、市場などの働きと人々の生活との関わりが分かる。 ・農業、漁業などと自分たちの生活とのつながりが分かる。 			<p>カ 外国の様子</p> <ul style="list-style-type: none"> ・外国の料理や食事の習慣などを知る。 		
	理科	<p>ア 身の回りの生物</p> <ul style="list-style-type: none"> ・植物の育ち方には、種子から発芽し子葉が出て、葉がしげり、花が咲き、花が果実になった後に個体は枯死するという一定の順序があることを理解する。 					
	職業・家庭（家庭分野）	<p>B 衣食住の生活</p> <p>ア 食事の役割</p> <ul style="list-style-type: none"> ・簡単な食品や料理の名前が分かる。 ・主食、主菜、副菜などについて知る。 ・食事は健康を保ち、身体の成長や活動のもとになることに気付く。 ・健康の維持に必要な栄養や適切な食事量に気付く。 ・食事は気持ちや心の安定にも大きな役割があることに気付く。 ・食事の時間を楽しみにする。 ・美味しいことを喜び、伝え合い共有する。 			<p>イ 調理の基礎</p> <ul style="list-style-type: none"> ・食品の洗い方、切り方が分かり、簡単な調理を ・食品の変質について知り、衛生的な保存の仕方 ・冷蔵庫の使い方が分かる。 ・食品、食器などの衛生に気を付ける。 		
		保健体育	<p>H 保健</p> <ul style="list-style-type: none"> ・栄養が偏らないようにバランスのとれた食事をし、食べすぎないようにして健康的な生活を送ることができるようにする。 ・身体の発育に関心をもつ。 ・身体各部の働きを知る。 				
	道徳	<ol style="list-style-type: none"> 1 強く生きようとする意欲を高め、明るい生活態度を養うとともに、健全な人生観の育成を図る。 2 経験の拡充を図り、豊かな道徳的心情を育て、広い視野に立って道徳的判断や行動ができるように指導する。 3 個々の児童生徒の知的障害の状態、生活年齢、学習状況及び経験等に応じて、適切に指導の重点を定め、指導内容を具体化 					
	総合的な学習の時間	<p>体験学習（安全と保健に留意する。）・交流及び共同学習（近隣の小・中学校等と実施。）</p> <p>探究的な学習【中学部】（生徒が自らの課題を解決できるよう配慮する。）</p>					
自立活動	<p><関連例></p> <p>【1 健康の保持】【2 心理的な安定】【5 身体の動き】高度肥満である児童生徒が、体重増加の防止に必要な生活について</p> <p>【1 健康の保持】【4 環境の把握】【5 身体の動き】障害が重度で重複している児童生徒が、睡眠、食事、排泄などの基</p> <p>【2 心理的な安定】【3 人間関係の形成】【6 コミュニケーション】自閉症などの児童生徒が、情緒を安定させる方法</p>						

10月	11月	12月	1月	2月	3月
和歌山県食育推進月間	和歌山県地場産物活用強化月間 ふるさと誕生日(22日)				
学校祭	避難訓練			転入学保護者説明会	卒業式
委員会		委員会		委員会	
		評価実施	評価結果の分析	計画作成	

のに頻繁に援助を必要とする者の指導内容例

3段階(適宜援助を必要とする者)の指導内容例

を洗う。
を拭く。
り、片付けたりする。
る。
はしを使ってこぼさないように食べる。
手に飲む。
などを手に持って食べる。
て食べる。

席に座って食べる。
を拭く。
前を言う。
手にかける。他

をする。

て成長することを知る。

をもつ。

ア 基本的な生活習慣
・簡単な食事の準備(エプロンの着替え、手洗い、食器の運搬、配膳等)や後片付け(食器をまとめる、運搬する等)を友達と協力して行う。
・はしで上手に食べる。
・健康な身体を作るために、好き嫌いをしないで食べる。
・マナーを守って一人で食事をする。
・食べたい献立の名前を言う。
・調味料を上手に使う。

カ 役割
・給食当番などの係活動をする。

サ 生命・自然
・植物を栽培し、発芽、開花、結実といった一連の成長の様子が分かる。
・除草したり、肥料を施したりする。

G 保健
・身体測定の結果や身体の変化などから、自分の身体の成長に関心をもつ。
進んで健康診断などを受ける。

2段階(生徒の日常生活や社会生活及び将来の職業生活の基礎を育てる)の指導内容例

	エ 産業と生活 ・名産品や特産物について知り、特色ある地域の様子について理解する。	カ 外国の様子 ・外国の料理や食事の習慣など、日本と他の国との大まかな違いについて理解する。
	ア 人と体のつくりと運動 ・人の体には骨と筋肉があることを知る。 ・人が体を動かすことができるのは、骨と筋肉の働きによることを理解する。	イ 季節と生物 ・植物の成長は、暖かい季節、寒い季節などによって違いがあることを理解する。
する。 が分かる。	B 衣食住の生活 ア 食事の役割 ・写真や見本を見て、食事の注文をする。 ・マナーを守って楽しく食事をする。 イ 栄養を考えた食事 ・自分の食生活に関心を持ち、健康によい食事のとり方に気付く。 ・栄養を考え、いろいろな食品を組み合わせるバランスよく食べる。 ・自分の食事の改善点や解決方法を考える。 ・食品に含まれる栄養素の特徴により、「主にエネルギーのもとになる」、「主に体をつくるもとになる」、「主に体の調子を整えるもとになる」の三つのグループに分けられることが分かる。 ・和食の基本である米飯とみそ汁の組み合わせや旬の食材、地域の伝統的な料理、和食と洋食、他国の馴染みのある料理や食べ物等、より食への関心を広げ深める。	ウ 調理の基礎 ・献立に合わせて、必要な材料を取りそろえる。 ・主な調味料の使い方が分かる。 ・調理用具などを安全に使う。 ・電気器具、ガス器具などの扱いに慣れる。 ・盛り付けや配膳をする。 ・食事の準備や後片付けをする。 ・調理室の簡単な整理・整頓をする。
	H 保健 ・身体の発育・発達について理解する。 ・健康のために必要な運動や食事について理解し実践する。	

し、体験的な活動を取り入れるなどの工夫を行う。

て理解を深め実践する。
礎的な生活リズムを身に付けることができる。
を知ったり、自分の感情や気持ちを周囲に伝える手段を身に付けることで、集団の中で食べる等、様々な活動に参加できるようになる。

食に関する指導の全体計画②様式（知的障害のある児童生徒の教育を行う場合）

		4月	5月	6月	7月	8月～9月
学級活動・食育教材活用(*)	小学部	・給食がはじまるよ* ・食事をおいしくするまほうの言葉*	・はし名人になろう* ・みんなで食べるとおいしいね*	・食べ物の「旬」* ・元気のもと朝ごはん*	・おやつを食べ方を考え ・きせつのごちそう*	
		・食べ物のひみつ* ・マナーのもつ意味*	・食べ物大変身* ・好き嫌いをしないで食べよう*	・生活リズムを調べてみよう* ・地域に伝わる行事食を調べてみよう*	・元気な体に必要な食事 ・昔の生活と今の生活を	
		・食べ物の栄養* ・日本の食文化を伝えよう*	・食事と健康について考えてみよう* ・よくかんで食べよう	・地域に伝わる食べ物を大切にしよう*	・パイキン	
	中学部 高等部	・望ましい食習慣を身に付けよう ・食の自己管理能力を身に付けよう ・日本の文化を知り、大切にしていこう				
特別活動	児童生徒会活動	片付け点検確認・呼びかけ・身支度チェック				生産者との交流給食会
	学校行事	お花見給食・全校集会・修学旅行・校外学習				交流給食会・学校祭・運動会
	給食の時間	給食指導	小学部 給食のきまりを覚えよう 楽しい給食時間にしよう	楽しく食べよう		食べ物大切にしよう 食事の環境について考え 感謝して食べよう
		食に関する指導	小学部 給食を知ろう 食べ物の働きを知ろう 季節の食べ物について知ろう			準備・後片付けの協力の 給食当番と当番以外の
高等部	給食時間の過ごし方 ・準備、後片付けの仕方・協力体制 ・当番の身支度・手洗いの励行				食べ物の名前を知ろう 食べ物の3つの働きを知 食生活について考えよう	
高等部	朝食の大切さを見直そう 伝統的食文化（行事食・節句料理・郷土料理）・朝食・生活リズム 夏の食事（夏野菜・水分補給・夏バテ予防）				日本食を見直し良さを知 食事のあいさつ、ノロウ バランスのよい食事（3	
学校給食の関連事項	月目標	給食の準備をきちんとしよう	きれいなエプロンを身につけよう	よくかんで食べよう	楽しく食事をしよう	正しく配膳をしよう
	食文化の継承	お花見献立	端午の節句	地場産物活用献立	七夕の献立	お月見献立
	行事食	入学進級祝献立 お花見献立		カミカミ献立		祖父母招待献立、すいとん汁
	その他		野菜ソテー	卵料理		
	旬の食材	なばな、春キャベツ、たけのこ、新たまねぎ、きよみ、いちご	アスパラガス、グリーンピース、そらまめ、新たまねぎ、いちご	アスパラガス、じゃがいも、にら、びわ、アンデスメロン、さくらんぼ	おくら、なす、かぼちゃ、ピーマン、レタス、ミニトマト、すいか、プラム	さんま、さといも、ミニトマト、とうもろこし、かぼちゃ、えだまめ、きのこ、なす、ぶどう、なし
	地場産物	うすいえんどう、きぬさやえんどう、キャベツ、いちご、しらす、かつお	きぬさやえんどう、キャベツ、はくさい、たまねぎ、さんしょう、いちご、うめ、しらす、かつお	ししとう、たまねぎ、うめ、もも、たちうお	ししとう、たまねぎ、ミニトマト、きゅうり、もも、いちじく、たちうお	ししとう、たまねぎ、ミニトマト、きゅうり、しょうが、もも、いちじく、たちうお、しらす
		地場産物等の校内放送や指導カードを使用した給食時の指導充実。教科等の学習や体験活動と関連を図る。 推進委員会（農場訪問（体験）の計画等）				
個別的な相談指導		すこやか教室		すこやか教室（面談）		
寄宿舎との連携	寄宿舎献立の発行・親子食事会・リクエストメニュー・生活練習への助言（おやつ作り・食事作り）・栄養講座・行事献立（行事					
家庭・地域・事業所等との連携	たより	・朝食の大切さ・運動と栄養・食中毒予防・夏休みの食生活・食事の量				・地元の野菜の特色・地
	行事等	幼保小中連絡会	学校公開 学校給食試食会	懇談会	公民館親子料理教室	評議員会 交流給食会
	年間	支援会議、ケア会議、事業所等連絡会、連絡ノート				

10月	11月	12月	1月	2月	3月
てみよう*					
* ・食べ物が届くまで* くらべてみよう*					
グ給食にチャレンジ* ・朝食の大切さを知ろう ・食べ物から世界を見よう* ・食べ物はどこから*					
▶					
動会			全国学校給食週間の取組		
よう			給食週間・給食感謝の会・学習発表会		
仕方 効率的な動き			給食の反省をしよう 1年間の給食を振り返ろう		
ろう			正しい食事マナー ・はし、食器の持ち方 ・会話の内容 ・食事のあいさつ		
ろう（郷土の産物・郷土への関心） イルス 食のバランス、寒さに負けない食事（風邪予防・冬至とかぼちゃ）			食べ物に関心をもとう 食生活を見直そう 食べ物と健康について知ろう		
後片付けをきちんとしよ う			楽しい給食時間の過ごし方を考えよう（1年間の振り返り） 全国学校給食週間（歴史・伝統食と世界の料理） 生活習慣病予防		
食事のあいさつをきちんと としよう		きれいに手を洗おう	給食について考えよう	食事のマナーを考えて食 事をしよう	1年間の給食を振り返ろ う
和食献立	地場産物活用献立	冬至の献立 ジビエ活用献立 クリスマス献立	正月料理 鰯肉活用献立 給食週間行事献立	節分献立 リクエスト献立	桃の節句献立 卒業祝献立（選択献立）
みそ汁（わが家のみそ 汁）	伝統的な保存食（乾物） を使用した料理			韓国料理、アメリカ料理	
さんま、さけ、きのこ、 さつまいも、くり、か き、りんご、ぶどう	新米、さんま、さけ、さ ば、さつまいも、はくさ い、ブロッコリー、ほう れんそう、ごぼう、りん ご	のり、ごぼう、だいこ ん、ブロッコリー、ほう れんそう、みかん	かぶ、ねぎ、ブロッコ リー、ほうれんそう、キ ウイフルーツ、ぼんかん	しゅんぎく、ブロッコ リー、ほうれんそう、み かん、いよかん、キウイ フルーツ	ブロッコリー、ほうれん そう、きよみ、いよかん
きぬさやえんどう、しし とう、ミニトマト、きゅ うり、しょうが、いちじ く、みかん、かき、たち うお、しらす	はくさい、キャベツ、き ぬさやえんどう、だいこ ん、ブロッコリー、レタ ス、みかん、かき	はくさい、キャベツ、き ぬさやえんどう、だいこ ん、ブロッコリー、レタ ス、みかん、かき、いち ご、まぐろ	はくさい、うすいえんど う、だいこん、ブロッコ リー、レタス、みかん、 いちご、まぐろ	はくさい、うすいえんど う、だいこん、ブロッコ リー、レタス、みかん、 いちご、まぐろ	はくさい、うすいえんど う、だいこん、レタス、 いちご、まぐろ
推進委員会			推進委員会（年間生産調整等）		
すこやか教室					
食・再調理食・病態食等） ・各スタッフ（校内外）との連携（外：主治医・病院栄養科・言語聴覚士・作業療法士・理学療法士他）					
・寄宿舎行事～寄宿舎へようこそ献立・卒業おめでとう献立～・希望献立）					
場産物のよさ・日本型食生活のよさ			・運動と栄養・バランスのとれた食生活・心の栄養・かぜの予防		
P T A 講演会 学校祭	懇談会		評議員会 給食週間	転入学保護者説明会	

5 各教科等における食に関する指導の展開

学校における食育は、食に関する指導によって推進されます。食に関する指導の基本的な考え方、指導方針等を明確にし、教職員の共通理解を図り、学校給食を生きた教材として活用しつつ、給食の時間はもとより、各教科や外国語活動、総合的な学習の時間、特別活動、自立活動といった学校の教育活動全体を通して行われることが必要です。

教科等における食に関する指導の実施においては、各教科等の特質によって食との関わりの程度が異なっていることに配慮する必要があります。

食に関する指導と関連している主な教科等は、社会科、理科、生活科、家庭科、技術・家庭科、体育科、保健体育科などの教科のほか、特別の教科 道徳、総合的な学習の時間、特別活動で、これらの教科等においては、目標や内容、教材や題材、学習活動など様々な面で食に関する指導と関連付けて指導することができます。

一方で、教科等にはそれぞれ目標や内容があるため、それらと食に関する指導の目標や内容が必ずしも一致しない場合もあり、教科等における指導の目標が曖昧になってしまうことがあります。そこで、児童生徒に当該教科等の目標や内容を身に付けさせ目標がよりよく達成されることを第一義的に考え、その実現の過程に「食育の視点」(14ページ参照)を位置付け、意図的に指導することが重要です。「食育の視点」とは、「食に関する指導の目標」(14ページ参照)を達成するための取組上の視点で、それぞれの視点で例示された三つの柱に沿った資質・能力(15～18ページ参照)を踏まえ、「何ができるようになるか」を意識した指導を行うとともに、主体的・対話的で深い学びの視点からの授業改善を進めることが重要です。教科等における食に関する指導では、当該教科等の目標がよりよく達成されることを第一義的に考えますので、食に関する指導の評価は学習指導要領に基づき当該教科等の評価として行います。

また、「食育の視点」は、学校における食育の推進を評価するための指標として活用することから、「食育の視点」に示した姿に到達したかどうか、児童生徒の変容等を見取るようにするとともに、食育の推進の評価のための資料として、児童生徒の変容を「食育の視点」別に整理・蓄積しておくことが重要です。

なお、食に関する指導と関連している主な教科等の目標及び小学校学習指導要領解説総則編及び中学校学習指導要領解説総則編の付録6「食に関する教育(現代的な諸課題に関する教科等横断的な教育内容)」に記載されている内容については、参考資料としてまとめていますので、参照してください。

次に、文部科学省作成の小学生用食育教材「たのしい食事 つながる食育」と中学生用食育教材「「食」の探究と社会への広がり～食を通して自分たちや社会を見つめよう～」を活用した食に関する指導の事例を示していますが、いずれも県内すべての学校において実施いただきたい内容です。本手引を参考にした上で、各学校や地域の実情及び児童生徒の実態に合わせてさらに創意工夫に努め、食に関する指導を展開することが必要です。



小 学 校



～食育を推進される先生方へ～

私達は毎日食事をしています。その食に込められた願いや思いを感じ、知る場として食育はとても大切なものだと思います。日々の忙しさに食の利便性を求めるのと同じように、これまでつながってきたものも受け継いでいきたいです。子供たちが、食育を通して学んだことを実践していきたい、もっと知りたいという思いをもってけると嬉しいです。私たちも共に食について学ぶことを楽しんでいければと思います。

和歌山市立有功小学校
教諭 中村 健一

実生活の改善に結びつく実践
～見えないものの見える化により～
食育の実践は、実生活に結び付くことが最も大切だと考えています。私の場合は、表題のとおり、見えないものを意識的に見える化することで児童に驚きや感動が与えられるように心がけました。また、保護者への啓発も実生活の改善には重要だと考えています。今後もそのような実践を積み重ねていきたいと思えます。

海南市立日方小学校
教諭 森本 浩輝

食育の取組は、五感を働かせ、心を動かします。コロナ禍では、なかなか五感を活用した食育や学校での実践に時間が十分確保できなくなるという現実も生じてきています。ですが、積み重ねの指導によって、児童生徒が日頃の食事の大切さを理解できるようになることへとつながっていきます。これからも教職員・栄養教諭・地域・関係機関等と連携し、情報交換をして取り組んでいきたいと思います。

紀の川市立中貴志小学校
栄養教諭 石田佐知子

食育は、例えば、各教科、道徳、総合的な学習の時間、学級活動、児童会活動、学校行事等、学校における教育活動のあらゆる場面で行うことができます。それらのチャンスを見逃さないためには、全体計画がポイントとなります。全体計画をもとに、子供たちにかかわるすべての人を巻き込んで、チームとして食育を進めていくことが大切です。食べることは生きること。食育を通して子供たちの生きる力を育てていきたいと思います。

御坊市立野口小学校
栄養教諭 南畑 亜規

「いただきます」や「ごちそうさま」というあいさつは、食事を目の前にすれば、自然と出てくる言葉だと思います。しかし、その言葉のもつ意味を知り、食べ物の命や、たくさんの人に感謝の気持ちを込めて言うことで、食事をもっとおいしくするまほうの言葉になることを子供たちに伝えたいと思いました。伝え方がとても難しくも感じますが、その分、大切なことであると思えます。

白浜町立南白浜小学校
栄養教諭 小山 三佳

「食」と心身の健康は直結しています。ライフスタイルの多様化や食を取り巻く環境の変化等に伴い、子供の食生活の課題は深刻です。食育を通して子供たちに食に対する正しい知識を身に付けさせ、実践していく力を育てることが重要であり、それができるのは学校現場だと考えます。また、正月には「おせち」を食べる機会も減り、日本の伝統文化が失われつつあることも事実です。折に触れて伝える場を設けていきたいものです。

串本町立串本小学校
教諭 熊代 紀保

題材名 食事をおいしくするまほうの言葉

対象：第1学年

教科等：特別活動

★教育課程上の位置付け

特別活動 学級活動

(2) 日常生活や学習への適応と自己の成長及び健康安全
工 食育の観点を踏まえた学校給食と望ましい食習慣の形成
給食の時間を中心としながら、健康によい食事のとり方など、望ましい食習慣の形成を図るとともに、食事を通して人間関係をよりよくすること。

1 題材の目標

普段の生活の中で、食事の前後のあいさつとして使われている「いただきます」と「ごちそうさま」という言葉には、食べ物をおいしくする大切な意味があることを理解し、動植物の命や料理ができて上がるまでに携わっている人々に対して心を込めて挨拶ができるようにする。

2 食育の視点

・「いただきます」と「ごちそうさま」の言葉の意味を理解し、食べ物と家の人や給食を作るために関わる人々への感謝の気持ちや食べ物を大事にする心をもつことができる。【感謝の心】

3 事前の指導

主な学習活動	指導上の留意点
○あいさつをした日はチェック表の「りんご」に色を塗る。(5日間)	◇小学生用食育教材「食事をおいしくするまほうの言葉」を活用して、色を塗るためのチェック表を作成する。

4 本時の指導

(1) 展開例

	主な学習活動	指導上の留意点
つかむ	○本時の学習内容を聞き、まほうの言葉とは何かを考える。	◇まほうはどこにかけるのかなどについて考えさせる。
	○給食に使われている食べ物を思い出す。	◇献立の写真、献立表、食べ物カード等を用いて、食べ物の名前が容易に出るようにする。
さぐる	食事をおいしくするまほうの言葉について考えよう	
	○食べ物が給食としてでき上がるまで、どれだけの人が関わっているかを知る。	◇食べ物はどこから来るのか、どのようにして食べられているのかなどについて写真を掲示し、知らせる。

やく る 見 つ け る	○絵本のお話を聞き、料理ができるまでのことを考える。	◇教材提示装置で絵本を表示し、ゆっくりと内容を確認して読み聞かせる。絵本の内容をヒントに、給食が届くまでに誰がどのようなことをしているのかを考えさせる。 ◇食べ物の命をいただくことについても考えさせる。
	○作っている人の思いを知る。 ○「いただきます」と「ごちそうさま」の言葉のもつ意味を聞き、どのような気持ちで「いただきます」や「ごちそうさま」を言えばよいかを話し合う。	※栄養教諭は、事前に調理員の思いを聞いておき、イラストを使って視覚的に伝えるようにする。 ◇「いただきます」と「ごちそうさま」の意味を説明し、大切な言葉であることを理解させる。
決める	○これから、どのようなことを思っ て「いただきます」や「ごち そう さま」を言うのか、個人の目標を 決める。	◇はじめの気持ちとどのように変わったかを 個々に振り返り、確認させる。

5 事後の指導

児童の活動	指導上の留意点
○感謝の手紙を書く。 ○心を込めてあいさつができたなら「りんご」に色を塗り、提出する。	◇家の人や給食を作ってくれた人に感謝の気持ちを手紙にして送り、返事をもらうようにする。 ◇心を込めて「いただきます」や「ごちそうさま」が言えたら色を塗り、提出させる。 ◇前回に塗ったときと、心の込め方が変わった場合は、色を変えて塗るよう促す。

6 他教科等との関連

- ・道徳のB[感謝]の学習内容と関連させて、児童の日常を支えてくれている人に感謝の気持ちを伝えるなど、指導の充実を図る。

👉ワンポイントアドバイス

教材提示装置を使用して絵本を読むことで、子供たちに、内容をしっかり伝えることができます。「いただきます」に関する絵本については、たくさん出版されていますが、今回は、食べ物や命をいただくことについて、また、作り届ける人の思いなどについて触れられた絵本を使用しています。

板書に使用する掲示物等は、小学生用食育教材を活用します。イラストの一部に対面での食事風景がありますが、新型コロナウイルス感染症に配慮し、間隔を空けて給食を食べているイラストに変更することも考えられます。

しよくじ ことば
食事をおいしくするまほうの言葉

『いただきます』

いただきます

ごちそうさまでした

2

はだらいしてくれる家の父



魚をとってくれる父

かんしやの
手紙を出そう！

家の人や給食を作ってくれる父に、かんしやの気持ちをかめて手紙を書いてみましょう。



食事を作ってくれる父

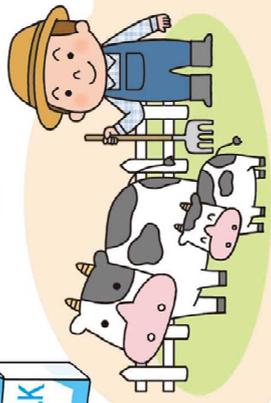
食べ物をはこんだり
売ったりしてくれる人



菜や野菜を作ってくれる人



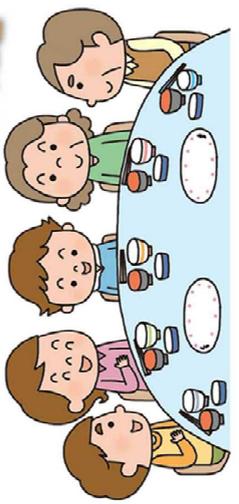
菜、野菜、肉、魚もみんな
生きていたもの



牛をそだててくれる人

『いただきます』『ごちそうさまでした』を心をこめて言えたら、色をぬりましょう。

いただきます	日にち		／	／	／	／	／	／	／
	あさ朝	ひる昼	ゆう夕	あさ朝	ひる昼	ゆう夕	あさ朝	ひる昼	ゆう夕
ごちそうさまでした	あさ朝	ひる昼	ゆう夕	あさ朝	ひる昼	ゆう夕	あさ朝	ひる昼	ゆう夕



『ごちそうさまでした』



題材名 元気のもと朝ごはん

対象：第2学年

教科等：特別活動

★教育課程上の位置付け

特別活動 学級活動

- (2) 日常生活や学習への適応と自己の成長及び健康安全
- 工 食育の観点を踏まえた学校給食と望ましい食習慣の形成
- 給食の時間を中心としながら、健康によい食事のとり方など、望ましい食習慣の形成を図るとともに、食事を通して人間関係をよりよくすること。

1 題材の目標

1日を元気に過ごすためには、生活リズムを整え、朝ごはんを食べることが大切であることを理解し、朝ごはんをしっかりと食べようとする意欲をもつことができるようにする。

2 食育の視点

- ・食事は、人間が生きていく上で欠かすことのできないものであることが理解できる。
【食事の重要性】
- ・食事を規則正しく3食とるなど望ましい生活習慣を形成し、食の自己管理能力を身に付けることができる。
【心身の健康】

3 事前の指導

主な学習活動	指導上の留意点
○早寝、早起きの習慣を身に付けることの大切さについて知る。 ○朝ごはんを食べた日は小学生用食育教材「元気のもと朝ごはん」の「おにぎり」に色を塗る。(1週間)	◇給食の時間や朝の会、終わりの会に小学生用食育教材を使って説明する。 ◇土日を含めた1週間について、色を塗らせる。

4 本時の指導

(1) 展開例

	主な学習活動	指導上の留意点
つかむ	○朝ごはんを中心とした自分の生活を振り返る。 ・朝ごはんを毎日食べた。 ・土日は朝ごはんを食べなかった。 ・寝るのが遅くなった次の日は、気持ちよく目覚めることができなかった。	◇事前の指導において実施した色塗りを確認させ、色を塗ることができなかった日(朝ごはんを食べなかった日)の様子についても思い出すよう促す。
さぐる	朝ごはんをしっかりと食べるには、どうしたらよいのだろう	

さぐる 見つける	<p>○よい生活リズムについて知る。</p> <p>○朝ごはんをしっかりと食べるためには、どうすればよいか考える。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・早寝、早起きをする。 ・寝る直前には、食べない。 <p>○朝ごはんの3つのパワーについて知る。</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <ul style="list-style-type: none"> ・体が目覚めて、しっかり運動ができる。 ・脳が目覚めて、しっかり勉強ができる。 ・うんちが出やすくなる。 </div> <p>○復習○×クイズをする。</p>	<p>◇「よい生活リズム」と「悪い生活リズム」について説明し、「早ね」「早起き」「朝ごはん」「運動」が深く関わっていることに気付かせる。</p> <p>◇睡眠、運動の役割について説明する。</p> <p>◇自分の生活を振り返り、朝ごはんをしっかりと食べられなかったときはどんなときか、家族の人から注意されたこと等を思い出させる。</p> <p>◇朝ごはんの3つの役割を「パワー」として表現することで、印象付ける。</p> <p>※栄養教諭は、朝ごはんには、体と脳を目覚めさせ、排便を促す役割があることを説明し、朝ごはんをしっかりと食べることで元気な1日をスタートさせることができることを説明する。</p> <p>◇朝ごはんや生活リズムで気を付けることについて、クイズを通して振り返らせる。</p>
	決める	<p>○本時の活動を振り返り、これからの生活における自分のめあてを決める。</p> <p>◇明日からの生活において、朝ごはんを食べるためにどうしていきたいか、具体的なめあてや実践方法となるように助言を行う。</p>

5 事後の指導

児童の活動	指導上の留意点
○授業後の1週間と長期休業期間は、実践カードにがんばったことやできたことを記入する。	◇実践カードに保護者からコメントをもらえる欄を設けておく。

6 他教科等との関連

- ・道徳のA[節度・節制]の学習内容と関連させて、健康や安全に気を付け、規則正しい生活を送ろうとする心情を育てるなど、指導の充実を図る。

👉ワンポイントアドバイス

生活リズムの説明については、「早寝早起き朝ごはん」全国協議会の「小学生のための早ね早起き朝ごはんガイドステップ2ー」を活用します。

朝ごはんを食べることについては、習慣化を図ることが必要であることから、事後指導の実践カードの取組は、期間を空けて複数回実施するなど、継続的に行うとよいでしょう。また、家庭の協力が不可欠であることから、保護者にチェックしてもらうことで、学校で学習した内容を家庭でも意識して、進んで実践する意欲を高められるようにします。

小学生のための 早ね早起き朝ごはん ガイド

-ステップ2-

名前

「早寝早起き朝ごはん」全国協議会

はじめに

私たち「ヒト」は、朝起きて、しっかりごはんを食べ、日中は勉強や運動などの活動をし、夜は体と脳を休めるためにぐっすりねむるというリズムを持っています。このリズムのことを「生活リズム」と言い、心も体も健康でいるためには、生活リズムを整えることが大切です。

良い生活リズム

悪い生活リズム

みなさんはどちらの生活リズムで過ごしたいですか？
「早ね」「早起き」「朝ごはん」「運動」などは、深く関わっているので、どこかが良いと良い生活リズムになりやすく、どこかが悪いと悪い生活リズムになりやすいです。

でも、ただ「早く起きれば良い」「朝ごはんを食べれば良い」というわけではありません。本当に大切なことは、自分に合った生活リズムを見つけ、一日の中で生活リズムをコントロールできるようになることです。

すいみん

すいみんの役割

私たちはねむることで、つかれをとったり、体を成長させたり、健康を保ったりしています。さらに新しく学んだことや運動したことなどの記おくもしています。

運動

小学生のころは体の動かし方を覚えるのに最も適した時期です。運動や遊びで色々な動きを経験することによって運動神経が良くなっていきます。

運動の役割

運動には、「体力をつける」「体力の低下を防ぐ」「健康を保つ」などの効果があります。また、思い切り体を動かすことで、おなかがすいておいしく食事ができたり、心地良いつかれてぐっすりねむることができるというように、生活リズムを整えることにもつながります。

朝ごはん

背がのびたり、体重が増えたり、小学生のころは体が大きく成長する時期です。しっかりとした体を作るために毎日の朝・昼・夜の三度の食事が大切です。

朝ごはんの役割

私たちはねむる間もエネルギーを使っています。特に脳は、ねむっている間も働いているため、朝起きた時には脳のエネルギー源であるブドウ糖が不足しています。つまり、朝起きた時は、脳も体もエネルギーが足りない状態なのです。そのため、朝ごはんは様々な栄養素をとる必要があります。しかし、ドリンクやゼリーなどで栄養をとりさえすれば良いというわけではありません。朝ごはんでも一つ大切なことは「よくかんで食べること」です。口に食べ物が入り、胃に送られてくると腸や大腸が動きはじめ、内臓も目覚めます。そして、朝のはい使用習慣につながるのです。

復習 ○×クイズ

ステージ1は、どうでしたか。少しむずかしかったかな？
ステージ2に進む前に、復習○×クイズにチャレンジしてみましょう。
めざせ！全問正解！！

Q1

ぐっすり、しっかりねむった方が、勉強をしたり、運動をしたことが記おくに残りやすい。

Q2

平日にすいみんが足りなくても、お休みの日にたくさんねむれば問題ない。

Q3

朝ごはんを食べなくても、昼ごはんをたくさん食べれば良い。

Q4

朝ごはんにゼリー飲料を飲んだだけでは午前中に必要なエネルギーをとることはできない。

Q5

体を動かすことは生活リズムを整えることにつながる。

○か×か答えを書いてね！

Q1

Q2

Q3

Q4

Q5

答えは18ページにあるよ

げんき 元気のもと朝ごはん

はや 早ね 早おき

あさ 朝ごはん



〜1日のスタートは朝ごはんから〜

あさ 朝ごはんを食べると元気になるよ！

あさ 朝ごはんは1日の始まりです。

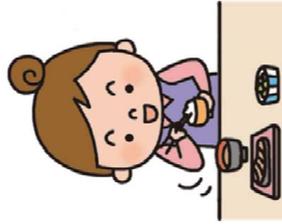
おきてすぐは、体は、まだねむっています。

あさ 朝ごはんを食べると、えいよう分が体に行きわたって、ねむっている間に下がっていた体温が上がりはじめ、体は目ざめます。体が目ざめると、勉強やうんどうをするための元気がわいてきます。

はや 早おきしよう！



あ〜、おなかすいた いただきます！



あさ 朝ごはんは エネルギーのもと！



6



あさ 朝ごはんを食べるために気をつけること

あさ 朝ごはんを食べるためには、早おきして、時間にゆとりをもつことです。夜おそくまでおきていると、朝おきられなくなり、朝ごはんが食べられませ

ん。
早ね、早おきのしゅうかんを身につけ、朝ごはんをしっかり食べて元気にすごしましょう。

あさ 朝ごはんを食べたら いろ に色をぬりましょう。

あさ 朝ごはん	いろ 色	ぬり ぬる						
あさ 朝ごはん	いろ 色	ぬり ぬる						

題材名 マナーのもつ意味

対象：第3学年

教科等：特別活動

★教育課程上の位置付け

特別活動 学級活動

(2) 日常生活や学習への適応と自己の成長及び健康安全
 工 食育の観点を踏まえた学校給食と望ましい食習慣の形成
 給食の時間を中心としながら、健康によい食事のとり方など、望ましい食習慣の形成を図るとともに、食事を通して人間関係をよりよくすること。

1 題材の目標

食事をするときにマナーを守ることは、一緒に食事をする人を不快にさせないためだけでなく、自分の健康を守るためにも必要であることを理解し、楽しい雰囲気ですりができるようにする。

2 食育の視点

・食事のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を身に付けることができる。 【社会性】

3 事前の指導

主な学習活動	指導上の留意点
○事前アンケートに、給食時のマナーで気を付けていることを書く。	◇食事のマナーに関する児童の実態を把握する。

4 本時の指導

(1) 展開例

	主な学習活動	指導上の留意点
つかむ	<p>○給食を食べている子供の絵を見て、何を守って食事をしているかを考える。</p>  <ul style="list-style-type: none"> ・ルール ・マナー ・きまり ・しせい 	<p>◇小学生用食育教材「マナーのもつ意味」の左上の絵を掲示し、「○○○をまもる」の空欄3文字に入る言葉を考えさせる。</p> <p>◇「まもる」という言葉には、「決めたことや規則に従う」「害が及ばないようにする」といった意味があり、「大切にする」という言葉にも通じることを教える。</p> <p>◇ワークシート配布前に、小学生用食育教材のマナーの悪い食べ方の絵を示し、食事のマナー違反に関心をもたせる。</p> 
さぐる	マナーのもつ意味について考えよう	

さぐる	<p>○マナーの悪い食べ方の絵を見て、食事の「マナー」についてどこが悪いのかを考える。</p> <p>① 姿勢が悪い、食器を持たない ② 口に食べ物を入れたまま話す ③ 立ち歩く ④ 食事にふさわしくない会話</p>	<p>◇掲示資料とワークシートを対応させ、情報を整理しやすいようにする。</p> <p>◇食事の際の姿勢や会話の内容等について、どうすればマナーのよい食べ方になるのか、改善策を考えながらワークシートに書かせる。</p> <p>◇児童に発言させながら、どうすればよくなるか問い返し、改善策を考えさせる。</p>
見つける	<p>○食事の「マナーのもつ意味」を考える。</p> <p>・人に迷惑をかけない ・楽しく食事ができる ・口から入った食べ物がおなかへ通りやすくなる</p>	<p>◇よいマナーで食べると、どのようなよいことがあるのかをグループで話し合わせ、ワークシートに書かせる。</p> <p>◇グループで互いの考えを交流しながら、考えを深めさせる。</p> <p>※栄養教諭は、「姿勢確認Tシャツ」を使い、よい姿勢と悪い姿勢で食べたときの違いを説明し、食事のマナーは、一緒に食事をする人を不快にさせないためだけでなく、自分の健康を守るためにも必要であることにも触れる。</p>
決める	<p>○これからの食事におけるマナーについて、自分のめあてやがんばりたいことを決める。</p>	<p>◇小学生用食育教材に示された4項目を確認し、自分のめあてやがんばりたいことについて、ワークシートに書かせる。</p> <p>◇まとめと振り返りの時間を十分にとることで、実践への意欲を高める。</p>

5 事後の指導

児童の活動	指導上の留意点
<p>○毎日の給食の時間の前に、小学生用食育教材のチェック項目を確認する。</p>	<p>◇給食後、きちんとできた項目に色を塗らせて自己評価できるようにする。</p> <p>◇帰りの会等を利用して、友達同士で互いのがんばりを励まし合う時間をとる。</p>

6 他教科等との関連

- ・道徳の A[節度・節制]や B[礼儀]の学習内容と関連させて、安全に気を付け、よく考えて行動し、節度ある生活をするとともに、相手の立場や気持ちに応じて真心をもって、礼儀正しく接しようとする態度を養うなど、指導の充実を図る。

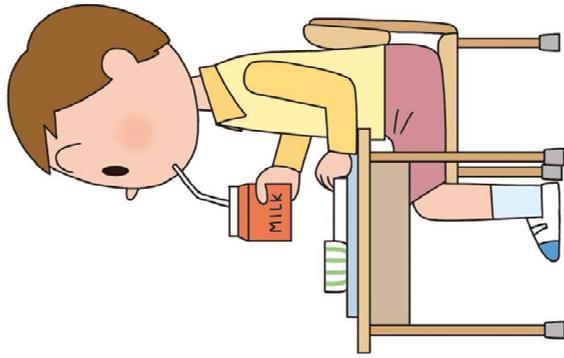
ワンポイントアドバイス

ワークシートを活用することで、児童は考えをまとめやすくなります。

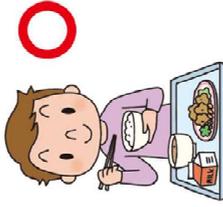
小学生用食育教材のチェック項目「食事にふさわしい会話をする」は、新型コロナウイルス感染症に配慮し、「食事時の会話はひかえる」と変更することも考えられます。

食事のマナーは、給食の時間だけでなく、家庭での食事においても守ることが大切であることから、学級だより等を通じて家庭と連携し、マナーの習慣化を図ります。

マナーのもつ意味



ひじ、こし、ひざが
90度になるといいよ



マナーよく食べるポイント

きちんとできたら🥕に色をぬりましょう。

茶わんやしるわんを正しく持って食べる 口に食べ物を入れたまま話をしない



食べている途中で立って歩かない



食事にふさわしい会話をする



マナーを守って食べることで、いっしょに食べる相手や同じ部屋にいる人も、気持ちよくなります。マナーの悪い食べ方では、多くの方がいやな気持ちになります。

また、食べるときのせいが悪いと、食べ物の通り道がせまくなってしまい、消化しづらくなります。

	日にち					
茶わんやしるわんを正しく持って食べる	🥕	🥕	🥕	🥕	🥕	🥕
口に食べ物を入れたまま話をしない	🥕	🥕	🥕	🥕	🥕	🥕
食べている途中で立って歩かない	🥕	🥕	🥕	🥕	🥕	🥕
食事にふさわしい会話をする	🥕	🥕	🥕	🥕	🥕	🥕

単元名 行事食や郷土料理を味わおう

対象：第4学年

教科等：総合的な学習の時間

★教育課程上の位置付け

総合的な学習の時間

(5) 目標を実現するにふさわしい探究課題については、学校の実態に応じて、例えば、国際理解、情報、環境、福祉・健康などの現代的な諸課題に対応する横断的・総合的な課題、地域の人々の暮らし、伝統と文化など地域や学校の特色に応じた課題、児童の興味・関心に基づく課題などを踏まえて設定すること。

1 単元の目標

自分たちが住んでいる地域で行われている行事や食べられている行事食を知り、郷土への関心を高めるとともに、栄養のバランスが考えられていることや込められた願いなど、これまで人々に受け継がれてきた伝統を大切にすることを心をもつことができるようにする。

2 食育の視点

- ・自分たちの住む地域には、昔から伝わる料理や季節、行事にちなんだ料理があることを知り、日本の食文化を大切にするためには何が必要かを考えることができるとともに、地域に伝わる食文化を尊重しようとする態度を養う。【食文化】
- ・学校給食にはいろいろな食品が使われていることを理解し、栄養のバランスについて考え、適切な選択ができる。【食品を選択する能力】

3 指導計画（全15時間）

- ・行事食や郷土料理について知る。（2時間）
- ・自分たちの地域に伝わる行事食を調べる。（4時間）
- ・行事食について分かったことや考えたことをまとめる。（4時間）
- ・行事食や郷土料理を取り入れた給食の献立を考え、発表する。（5時間）

4 本時の指導（全15時間中の1時間目）

(1) 目標

学校給食の献立から自分たちの地域に伝わる行事食に関心をもつことができる。

(2) 展開例

段階	主な学習活動	指導上の留意点
導入	○今日の給食（雑煮）について知る。	◇栄養教諭から今日の給食の献立（雑煮）が行事食であることを知らせる。 ・行事との関係 ・込められた願い ◇日本には、地域の祭りや行事にちなんで、季節の節目に食べられる行事食があることに気付かせる。

給食で出された自分たちの地域に伝わる行事食について知る	
展開	<p>○小学生用食育教材「地域に伝わる行事食を調べてみよう」を見て、今日食べた雑煮について振り返る。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 今日食べた給食と違うところ ・ 地域による食材の違い ・ 食べたときに感じたこと ・ 正月に食べた経験 <p>○調べてみたいことを考える。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 自分たちの地域の雑煮 ・ 食材に込められた意味 ・ 食べる理由
まとめ	<p>◇振り返る視点を具体的に示す。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 使われている食材 ・ だしの違い ・ 味付けの違い ・ もちの違い ・ 食べた感想 ・ 家庭で食べた雑煮との共通点や違い <p>※栄養教諭は、給食の雑煮に使われていた食材について説明する。</p> <p>◇雑煮の味付けや具の種類は、同じ都道府県であっても、地域や家庭によって異なることを伝える。</p> <p>◇行事食に込められた意味について調べていくことを確認する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 各家庭で聞く ・ インターネットで調べる ・ 図書館で調べる ・ 地域の人に聞く ・ 教育委員会と連携する

6 他教科等との関連

- ・ 道徳のC[伝統と文化の尊重、国や郷土を愛する態度]の学習内容と関連させて、地域の文化を大切にすることについて考えさせ、それらを尊重する気持ちを育てるなど、指導の充実を図る。
- ・ 社会科第4学年の内容(4)ア(ア)の学習で、県内の年中行事の具体例として郷土料理や行事食等を取り上げ、理解を深められるようにする。
- ・ 特別活動における学級活動(2)エ「食育の観点を踏まえた学校給食と望ましい食習慣の形成」と関連させて学習活動を行う。

ワンポイントアドバイス

地域に伝わる雑煮とは違う雑煮(だしの素材や味付け、もちの形や調理方法、入れる食材など)を食べている人がいるかを給食の時間に子供たちと話すと、関心を高める一助になります。

行事食や郷土料理を調べる方法として、毎月の給食献立表を教材として活用することができます。

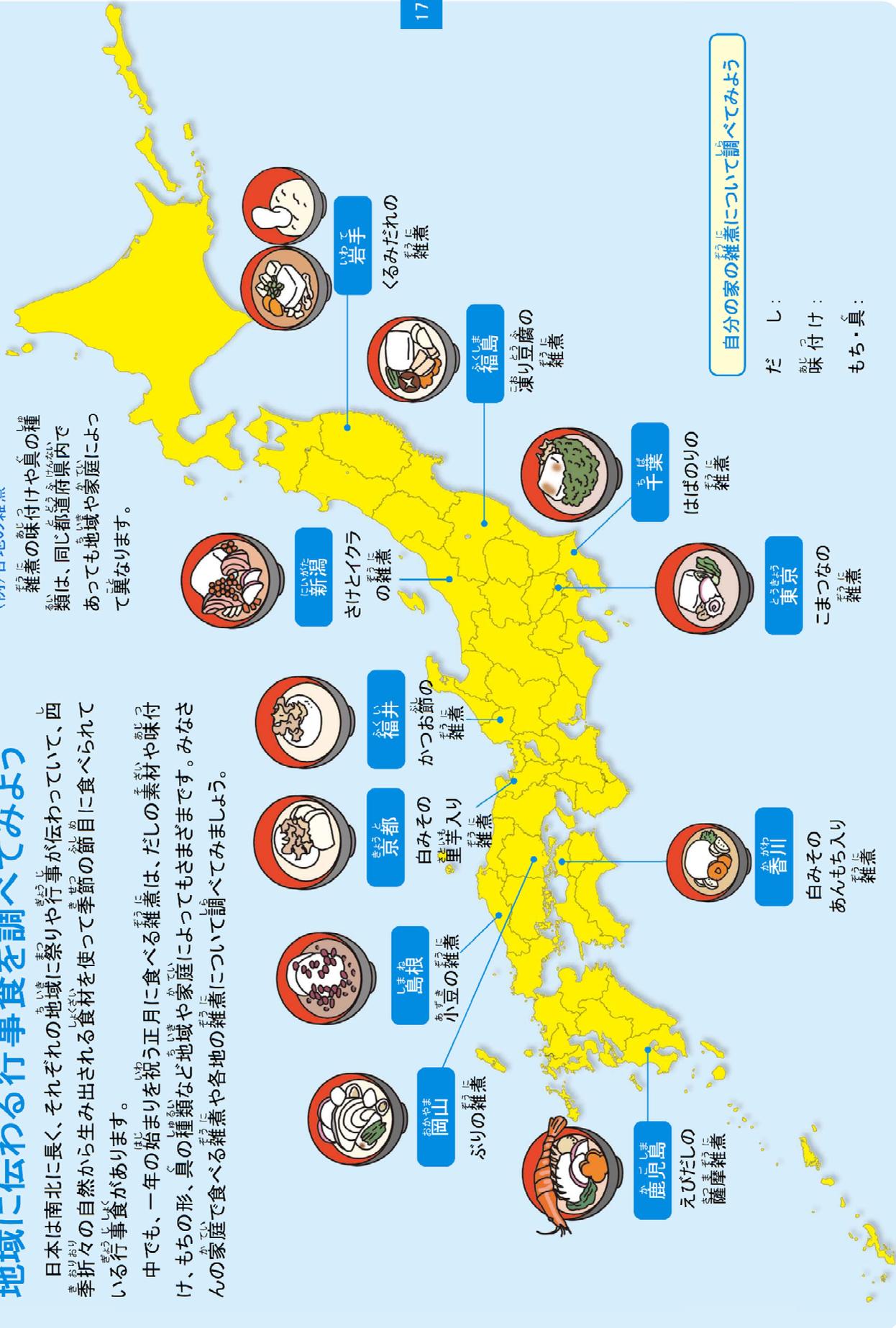
地域に伝わる他の行事食や郷土料理について、給食の献立として取り入れることが可能かどうかをあらかじめ栄養教諭と打合せをしておくとい良いでしょう。

地域に伝わる行事食を調べてみよう

日本は南北に長く、それぞれの地域に祭りや行事が伝わっていて、四季折々の自然から生み出される食材を使って季節の節目に食べられている行事食があります。

中でも、一年の始まりを祝う正月に食べる雑煮は、だしの素材や味付け、もちの形、具の種類など地域や家庭によってもさまざまです。みなさんの家庭で食べる雑煮や各地の雑煮について調べてみましょう。

(例)各地の雑煮
雑煮の味付けや具の種類は、同じ都道府県内であっても地域や家庭によって異なります。



自分の家の雑煮について調べてみよう

- だし:
- 味付け:
- もち・具:



題材名 バイキング給食にチャレンジ

対象：第5学年

教科等：家庭科

★教育課程上の位置付け

家庭科 B 衣食住の生活

(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。

(ア) 体に必要な栄養素の種類と主な働きについて理解すること。

(イ) 食品の栄養的な特徴が分かり、料理や食品を組み合わせるとる必要があることを理解すること。

(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。

1 題材の目標

なぜ、食事をとることが必要なのかに気付くとともに、ご飯とみそ汁の調理をすることができるようにする。また、体に必要な栄養素の種類と主な働きを理解し、食品のグループ分けと栄養バランスのよい食事の仕方がわかるようにする。さらに、ご飯とみそ汁を中心に、学校給食の献立作成を行うことを通して、自分の食生活をよりよくするために工夫し、実践できるようにする。

2 食育の視点

- ・様々な食品にはそれぞれ栄養的な特徴があることを理解できる。【心身の健康】
- ・食品に含まれる栄養素やその働きを考え、適切な選択ができる。【食品を選択する能力】

3 指導計画（全 11 時間）

- ・なぜ毎日食事をするのだろう（1時間）
- ・ご飯とみそ汁は食事の基本
 - ①ご飯とみそ汁を作って食べよう（7時間）
 - ②食べ物にふくまれる栄養素とその働き（1時間）
 - ③3つの食品のグループとその働き（1時間）
- ・バイキング給食にチャレンジ（1時間）

4 本時の指導（全 11 時間中の 11 時間目）

(1) 目標

栄養のバランスを考えて食品を組み合わせ、ご飯とみそ汁を中心にした学校給食の献立を自分なりに工夫することができる。

(2) 展開例

段階	主な学習活動	指導上の留意点
導入	<p>○前時の学習を振り返る。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・食品は体内での主な働きによって、3つのグループに分けることができる。 ・給食の献立は、主食、主菜、副菜の組み合わせでできている。 ・栄養のバランスのとれた食事が大切である。 	<p>◇1食の食事にはたくさんの食品が使われていることや食品に含まれる栄養素をバランスよく体内に取り入れる必要があることを確認する。</p> <p>◇主食には「主にエネルギーとなる」食品、主菜には「主に体をつくるもとになる」食品、副菜には「主に体の調子を整える」食品が含まれているため、主食、主菜、副菜を組み合わせることで、3つのグループの食品がそろった献立になることを確認する。</p>
展開	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 5px; text-align: center; margin-bottom: 10px;"> ご飯とみそ汁を中心にした給食の献立を工夫しよう </div> <p>○献立を立てる際の条件を知る。</p> <p>○栄養教諭が給食の献立を立てる時に気を付けることや考えることを知る。</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <ul style="list-style-type: none"> ・栄養のバランス ・エネルギー量 ・見た目(彩り) ・季節感 ・嗜好 ・費用 ・地場産物 ・調理方法 <p style="text-align: right;">など</p> </div> <p>○栄養のバランスを確かめながら献立を考える。(個別活動)</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <ul style="list-style-type: none"> ・主にエネルギーのもとになる ・主に体をつくるもとになる ・主に体の調子を整えるもとになる </div>	<p>◇献立を立てる際の条件を確認する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ご飯、汁物(みそ汁)を基本とする。 ・主食・主菜・副菜を組み合わせる。 ・黒板に掲示している、給食メニュー表(写真)から主菜・副菜を選ぶ。 <p>◇栄養教諭が、給食の献立を立てるときに考えていることや気を付けていることを紹介する。</p> <p>※栄養教諭に事前に聞き取りを行い、3つのグループ(主食、主菜、副菜)の食品が揃うように気を付けていることや、調和のとれた献立にするために彩りや味のバランス等、工夫できるポイントを紹介する。また、ここではみそ汁の実を工夫することができることも伝える。</p> <p>◇給食メニュー表(写真)から、ご飯とみそ汁を中心とした献立を立てさせ、3つのグループに分けて確認させる。</p> <p>◇栄養が偏った場合は、みそ汁の実で調整できることを助言する。</p> <p>◇発表につなげるため、そのメニューを選んだ理由や工夫、気が付いたことを書かせる。</p> <p>※小学生用食育教材「バイキング給食にチャレンジ」を活用する。</p>

<p>展開</p>	<p>○献立の内容や工夫したことを紹介し合う。(ペア活動)</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <ul style="list-style-type: none"> ・献立作成で考えたところ ・自分で工夫したところ ・友達へのアドバイス </div> <p>○考えた献立と工夫点について発表する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・野菜が足りなかったなので、みそ汁の実を豆腐から大根に変えて、白菜も入れた。 ・主にエネルギーのもとになる食品が多かったなので、野菜を増やした。 	<p>◇栄養のバランスがとれているか、新たな工夫はないかを友達と検討し合う場を設定し、必要に応じて見直しをさせる。</p> <p>◇自分が考えた献立とその工夫点について発表させる。</p>
<p>まとめ</p>	<p>○本時の振り返りをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ご飯をおにぎりにして、さけやのりを巻いてもよい。 ・野菜が少なかったなので、みそ汁の実に野菜を増やそうと思う。 	<p>◇新たに気付いたことや友達のアドバイスを紹介し合い、本時の振り返りをさせる。</p>

5 他教科等との関連

- ・ B (3) ア (ウ) に関連させて、社会科の第5学年における農家の仕事に関する学習で、野菜を育てている農家さんの協力を得て、旬の野菜や地場産物等の話を聞いて指導することもできる。
- ・ B (3) ア (ア) に関連させて、理科の第5学年における植物の種子の中の養分に関する学習で扱うでんぷんとの関連を図り、でんぷんは炭水化物の1つであることに触れて指導することもできる。

👉ワンポイントアドバイス

児童は好きなメニューを中心に献立を考えます。色々な食品の組み合わせ方ができるように、また、イメージしやすいように、給食メニュー表(写真)を準備しておく必要があります。

みそ汁の実にはどのようなものがあるかを全体で共有しておくといよいでしょう。

栄養教諭が学校にいる場合、ティームティーチングで授業に参画し、献立を立てる際に考えていることや気を付けていることを専門的な立場から説明してもらうことができます。

バイキング給食にチャレンジ

学校給食の献立は、主食、主菜、副菜（汁物をふくむ）がそろっています。

3つをそろえると栄養のバランスがよくなります。

今日は楽しいバイキング給食です。自由に料理を選んで、1食分の給食を考えてみましょう。

副菜

野菜やきのこ、いもや海藻類（おもに体の調子を整えるものになる食品）などをおかずく使ったおかず

主菜

肉や魚、たまごや大豆（おもに体をつくるものになる食品）などを多く使ったおかず

主食

ごはんやパン、めん類（おもにエネルギーのもとになる食品）

副菜 グループ

きゅうりの酢の物	野菜いため	ほうれんそうのおひたし	コーンソテー
ひじき煮	野菜サラダ	スープ	ブロッコリーのソテー
もやしのごまあえ	海藻サラダ	みそしる	きんぴらごぼう

その他 グループ

りんご	フルーツゼリー	ヨーグルト	みかん	果汁飲料	茶	牛乳
-----	---------	-------	-----	------	---	----

主食、主菜、副菜（汁物をふくむ）、その他の4つのグループからメニューを選んでみましょう。

選んだ理由

先生から

主食 グループ

わかめごはん	ごはん	おにぎり	ラーメン
食パン	コッペパン	あげパン	スパゲッティ
うどん	うどん		

主菜 グループ

えびフライ	ウインナーソーセージ	ハンバーグ	オムレツ
とりのからあげ	焼き魚	肉じゃが	魚フライ
麻婆豆腐	シチュー	カレー	すももり卵

単元名 食事と健康について考えてみよう

対象：第6学年

教科等：体育科

★教育課程上の位置付け

体育科 病気の予防

- (3) 病気の予防について、課題を見付け、その解決を目指した活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。
- ア 病気の予防について理解すること。
- (ア) 病気は、病原体、体の抵抗力、生活行動、環境が関わりあって起こること。
- (イ) 病原体が主な要因となって起こる病気の予防には、病原体が体に入るのを防ぐことや病原体に対する体の抵抗力を高めることが必要であること。
- (ウ) 生活習慣病など生活行動が主な要因となって起こる病気の予防には、適切な運動、栄養の偏りのない食事をとること、口腔の衛生を保つことなど、望ましい生活習慣を身に付ける必要があること。
- (オ) 地域では、保健に関わる様々な活動が行われていること。
- イ 病気を予防するために、課題を見付け、その解決に向けて思考し判断するとともに、それらを表現すること。

1 単元の目標

病気の予防に関する課題を見付け、よりよい解決に向けて考える活動を通して、病気に対し、「病原体が入るのを防ぐ」、「病原体に対する体の抵抗力を高める」及び「望ましい生活習慣を身に付ける」といった予防が必要であることを理解できるようにする。

2 食育の視点

- ・自分の食生活を振り返り、健康な生活や健全な食生活を実現するために何が必要かを考え、適切に意思決定して行動できる。【食事の重要性】
- ・生活習慣病の予防のために、健康によい生活習慣を身に付ける必要があることを理解し、望ましい栄養や食事のとり方等について、自ら判断できる。【心身の健康】

3 指導計画（全4時間）

- ・病気の起こり方（1時間）
- ・感染症の予防（1時間）
- ・生活習慣病の予防（2時間）

4 本時の指導（全4時間中の3時間目）

（1）目標

生活習慣病等の予防には、適切な運動や栄養バランスのよい食事の摂取等、望ましい生活習慣を身に付ける必要があることを理解する。

(2) 展開例

段階	主な学習活動	指導上の留意点
導入	○知っている病気を発表する。	◇様々な病気の中から生活習慣病を取り上げ、ねらいにつなげる。
展開	生活習慣病を予防するためにできることを考えよう	
	○生活習慣病について知る。	◇健康な人の血管と生活習慣病の人の血管を見比べ、食生活等生活習慣と関係があることに気付かせる。
	○生活習慣病と生活の仕方の関係について考える。	◇生活習慣病になった人の生活を再現した日記から、よくないと思われる生活習慣を発表させる。
	○自分の食習慣について振り返る。	◇食習慣チェックシートを活用し、当てはまる項目について回答欄に見立てた血管の絵を塗りつぶすことで、自分自身が病気になりやすい生活習慣をしていないかを確認させる。
	○自分が好きな食品の脂質、食塩相当量を調べる。	◇小学生用食育教材「食事と健康について考えてみよう」をもとに、自分自身の食生活を振り返らせる。 ※栄養教諭は、児童の好む食品は脂肪分や塩分が多く含まれていることに気付かせるとともに、学校給食1食分の目安と比較させる。
まとめ	○これからどのような生活を送ればよいかを考える。	◇生活習慣病を自分事としてとらえ、生活習慣の改善に向けて意欲を高めることができるようにする。

5 他教科等との関連

- ・家庭科のB(3)「栄養を考えた食事」ア(ア)の学習で、体に必要な栄養素を食事によってとっていることに気付き、生活習慣病予防のための食事のとり方について指導することもできる。

👉ワンポイントアドバイス

生活習慣病を自分事としてとらえるための工夫として、自分の生活習慣と向き合えるようにチェックシートを用いました。当てはまる項目を塗りつぶすことで良くない食習慣によって血管が詰まる様子を視覚的に理解させ、塗りつぶす項目が多い児童に危機感をもたせられるよう展開します。

栄養教諭には、小学生用食育教材に掲載されている食品以外にも、児童が好む菓子等おやつ脂肪分や塩分についての情報を提供してもらったり、望ましい間食について専門的な立場から説明してもらったりするとよいでしょう。

○掲示する日記

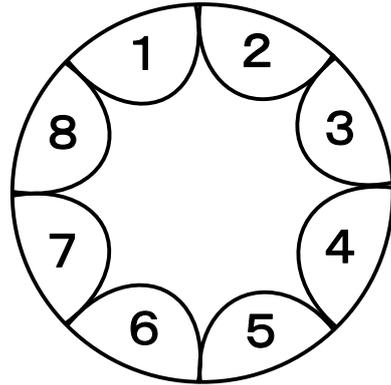
今日は6時に起きたが時間もなく、食欲もないのでいつもどおり朝ごはんは食べなかった。仕事へは車に乗って行った。(子供の頃から運動が嫌いなので、今も運動の習慣はなく、できるだけ歩く距離も短くしたい)仕事の休けい時間は、いつものようにたばこを吸った。昼食は、コンビニで買った特大カップラーメンを食べ、スープまで飲みほした。(昔から塩からい物が好き)のどがかわいたので、ジュースも飲んだ。夕方、家に帰って、夕食を食べる前にゲームをしながらおかしを食べてお風呂に入った。夕食を食べるころには23時を過ぎていた。夕食は、から揚げとポテトフライ、そして大好きなお酒。その後、寝ようと思ったが、ネットで知り合った友達とオンラインゲームをしはじめたので、眠ったのは2時を過ぎていた。

食習慣チェックシート

6年 組 名前 _____

1 あてはまるもの☑をつけ、☑のついた番号の場所を塗りましょう。

- 1 甘いジュースやおかしをよく食べる。
- 2 朝ごはんを食べないことがある。
- 3 こい味付けや塩からいものが好き。
- 4 好き嫌いが多い。
- 5 あげ物や油っこいものが好き。
- 6 食べる速さが人より速い。
- 7 ねる2時間前に食べることもある。
- 8 食事の時間がばらばらである。



2 自分の食生活を振り返り、考えたことや直したいことを書きましょう。

食事と健康について考えてみよう

ふり返ってみよう

あてはまるものに○を付けてみましょう。

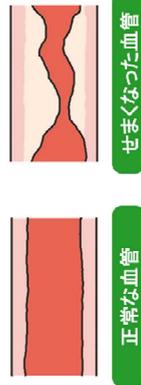
- ()  十分に睡眠をとっている。
- ()  好ききらいをしないで食べている。
- ()  おやつを食べるときには、時間や量を決めている。
- ()  体を動かして遊んだり、運動したりしている。
- ()  糖分、脂分、塩分をとり過ぎないようにつけている。

生活習慣病を予防しよう

食事、運動、休養・睡眠など、生活の仕方と深いかかわりがある病気が生活習慣病とあります。糖分や脂分、塩分などのとり過ぎ、不規則な生活習慣や運動不足などの生活を続けていると起こりやすくなります。

心臓や脳の血管の病気

血液は、体のいたるところに酸素や栄養を送っています。血液の通り道が血管です。糖分や脂分、塩分をとり過ぎると、血管のかが固くなったり、血管が詰まったりして血液の流れが悪くなります。これが心臓や脳の血管で起こると、心臓病や脳卒中などの病気を起こすことがあります。



正常な血管

せまくなった血管

口の中の病気

糖分を多くとり過ぎたり、食事の後歯みがきをしないでいたりすると、むし菌になりやすくなります。また、むし菌以外にも、菌がはれる、出血する、菌がぐらぐらするなどといった病気の原因にもなります。

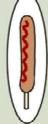
口の中の病気を予防するためには

- ()  よくかんで食べる。
- ()  だらだらとおやつを食べ続けけない。
- ()  食後はしっかり歯をみがく。
- ()  カルシウムをとる。

好きな食品について調べてみよう

あなたの好きな食品にはどれぐらいの脂分(脂質)、塩分(食塩相当量)がふくまれているのでしょうか。下の絵から選んで調べてみましょう。

食品名	内容量	脂分(脂質) 学校給食1食分のめやす 20.8g~25.0g	塩分(食塩相当量) 学校給食1食分のめやす 2.5g未満
	g	g	g
	g	g	g
	g	g	g

-  フランクフルトソーセージ (1本 約70g)
脂質約17.3g、食塩相当量約1.3g
-  ポテトチップス(1ふくら 約60g)
脂質約21.1g、食塩相当量約0.6g
-  カップめん(1個 約70g)
脂質約14.1g、食塩相当量約4.8g
-  ミルクチョコレート(1枚 約70g)
脂質約23.9g、食塩相当量約0.1g
-  クロワッサン(1個 約50g)
脂質約13.4g、食塩相当量約0.6g
-  ポップコーン(1ふくら 約100g)
脂質約22.8g、食塩相当量約1.4g
-  ポテトコロッケ(1個 約50g)
脂質約8.8g、食塩相当量約0.4g
-  アイスクリーム(1個 約100g)
脂質約8g、食塩相当量約0.3g

(日本食品標準成分表 2010)

気付いたことを書いてみましょう。

中 学 校



～食育を推進される先生方へ～

自分の将来を見据えて、健康な心と体づくりの大切さを、ぜひこの時期に学んでほしいです。また、食育は学校・家庭・地域・関係機関等と連携することで、より深い学びにつながります。他者と関わることで新しい発見が生まれ、またそれに興味をもつことで、さらに学習が広がります。児童生徒が「食」の大切さを理解し、「生きる力」を身に付けられるよう、これからも楽しく食育に取り組んでいきたいと思いをします。

和歌山市立伏虎義務教育学校
栄養教諭 和田 佐知

学校における食育は学校全体で推進することが重要です。そのためには、全体計画について、栄養教諭だけでなく、教職員全体で理解しておく必要があり、実態、目標、評価を数値で表すことで、めざす子供たちの姿を共通理解しやすくなります。栄養に関する専門性を生かしながら生きた教材である学校給食を活用し、全教職員が連携を図り、「子供も大人も楽しい食育」を進めていければと思います。

田辺市立龍神中学校
栄養教諭 岡本 麻里

好き嫌いが多く、好きな物はたくさん食べ、苦手な物や慣れない味付けの物を食べようとしない生徒がいます。成長期真っただ中の生徒にとってバランスよく食べることが大切だということを繰り返し伝え、自分で調理する力を付けていくことが私たちの使命だと思います。その取組は教科だけでなく、学校教育の様々な場面で行うことが必要です。「体は食べた物でできている」学校が一丸となって取り組んでいけるといいですね。

岩出市立岩出中学校
教諭 三嶋 真岐

食育を通じて、よりよい人間関係を形成できるような生徒になってほしいと思い、指導展開例を作成しました。近年、グローバル化に伴い食も多様化している中、世界無形文化遺産に登録された和食のよさや郷土料理のよさを知るとともに、他国の食文化について理解を深め、お互いの文化を尊重していくことが重要になってきます。食事を通じて相手を思いやる心や国際理解等、現代社会で求められる力を育成されると思います。

有田川町立八幡中学校
教諭 山本 祐大

新型コロナウイルス感染症の影響で、調理実習や食育活動が縮小されたり、給食の時間の過ごし方が変化したりしましたが、制限の中、学校における食育活動をギリギリのところで根気よく続ける情熱と愛情の大切さを切に感じています。生徒たちが生涯にわたって心身ともに健康な生活を送ることができるよう、今後も全教職員、家庭、地域の方々との連携を大切に、学校における食育を推進していきたいです。

印南町立稲原中学校
教諭 山本 拓

題材名 生きるため、健全な成長のための食事

対象：全学年

教科等：特別活動

★教育課程上の位置付け

特別活動 学級活動

(2) 日常生活や学習への適応と自己の成長及び健康安全

工 食育の観点を踏まえた学校給食と望ましい食習慣の形成

給食の時間を中心としながら、健康によい食事のとり方など、望ましい食習慣の形成を図るとともに、食事を通して人間関係をよりよくすること。

1 題材の目標

人間の体は化学反応の連続で生きていることを知り、生きるため、健全な成長のために、栄養素が取り込まれ、化学反応が十分に行われるような食事をしようとする意欲をもつことができるようにする。

2 食育の視点

・食事は人間が生きていく上で欠かすことのできないものであることが理解できる。

【食事の重要性】

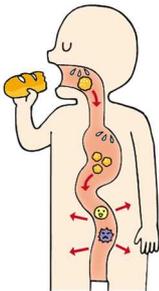
3 事前の指導

主な学習活動	指導上の留意点
○事前アンケートに、自己の食生活について答える。	◇朝食摂取状況等の食生活に関するアンケート調査や給食残食率等より、生徒の食生活の実態を把握する。

4 本時の指導

(1) 展開例

	主な学習活動	指導上の留意点
つかむ	○事前アンケートの調査結果より、自分の課題をつかむ。	◇生徒の食生活の実態を紹介し、自分自身の食生活の課題に気付かせる。
さぐる	なぜ、食べないといけないの？ ○知っている栄養素をすべてあげる。	◇中学生用食育教材（教材1 P.1）に記入させる。 ※栄養教諭は、生きるためには呼吸をして酸素を取り入れるとともに、食事をして水や栄養素を取り入れることが必要であることを伝える。

<p style="writing-mode: vertical-rl; text-orientation: upright;">つづめる</p>	<p>○体中の化学反応について知る。</p> <p>○体内の化学反応に必要な栄養素はどのようにして体内に取り込まれ、どのような役割を果たすのかを知る。</p> <p>○今日の給食を例に、それぞれの栄養素は主にどの食品から摂取できるかを考える。(グループ活動)</p> <p>○どのようなときに消化管の機能が低下するかを考える。</p> <p>○エネルギー不足で体や心に出てくる影響について知る。</p>	<p>◇中学生用食育教材(教材1 P.2)の代謝マップを見せ、たくさんの化学反応はすべてつながっており「生命維持」や「運動」そして「成長」にかかわっていることを伝える。</p> <p>※栄養教諭は、中学生用食育教材(教材1 P.3～4)のイラストを用い、体内の化学反応について理解させるとともに、必要な栄養素を必要な分だけ摂取するためには、バランスよく食べなくてはならないことを伝える。</p> <p>※栄養教諭は中学生用食育教材(教材2 P.5～6)を用いて説明する。</p>  <p>※栄養教諭は、給食を食べると栄養素(五大栄養素)をすべて摂取できることに気付かせる。また、食品は含まれる栄養素の特徴等で食品群に分けることができるが、1つの栄養素だけでなく栄養素の集合体であることを確認する。</p> <p>◇自分たちの体調の変化を振り返らせ、消化管の機能が低下したら栄養素を摂取しても、吸収されにくくなることを伝える。</p> <p>◇中学生用食育教材(教材3)を用いて説明する。</p> <p>※栄養教諭は、学校給食で摂取できるエネルギーは1日に必要なエネルギーの約1/3であることを伝え、普段の食生活で十分にエネルギーをとることができているかを考えさせる。</p> <p>◇体内で化学反応が十分に行われるために具体的な方法を考えさせる。</p>
	<p style="writing-mode: vertical-rl; text-orientation: upright;">見つける</p>	<p>○「生きるため、健全な成長のため」に普段の食生活の中で気を付けるべきことについて話し合う。(グループ活動)</p>
<p style="writing-mode: vertical-rl; text-orientation: upright;">決める</p>	<p>○普段の生活の中で自分自身が気を付けていきたいことについて食生活の目標を決める。</p>	<p>◇本時を振り返らせ、これからの生徒自身の食生活の目標を考えさせる。</p>

5 事後の指導

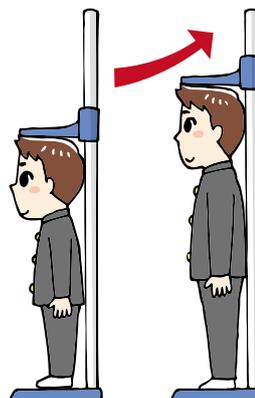
生徒の活動	指導上の留意点
○自己決定したことについて実践したり、振り返りをしたりする。	<p>◇一人一人の状況に応じて助言したり励ましたりする。ワークシートの振り返り表を用いて1週間程度の実践を記録させる。終学活等で振り返りをし、実践意欲の継続化を図る。学年、学級だより等で家庭と連携し、日常生活での意識化を図る。</p> <p>◇特別活動の年間指導計画に沿って次の活動につなげる。</p>

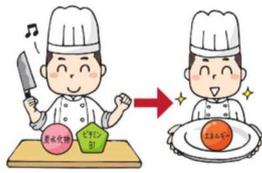
6 他教科等との関連

- ・理科〔第2分野〕の内容(3)ア(ウ)「動物の体のつくりと働きで」学習する、消化、吸収についての内容や実験と関連させて理解を深める。
- ・技術・家庭科〔家庭分野〕B衣、食、住の生活(1)(2)で学習する「食事の役割や栄養素の特徴」等と関連させて指導の充実を図る。
- ・保健体育科〔保健分野〕(1)アで学習する「健康的な生活、疾病の予防」についての内容と関連させて指導の充実を図る。

👉ワンポイントアドバイス

事前アンケートは、WEB フォーム作成ツールを活用すると、集計、分析が容易になります。中学生用食育教材1の代謝マップには、QRコードが掲載されており、体内でのすべての化学反応を見ることができ、生徒がタブレットを使って各自で確認してもよいと思います。また、中学生用食育教材のイラストが分かりやすいのでプレゼンテーションソフト等を使ってイラストを示しながら説明すると効果的です。さらに、授業当日の給食を教材にすることで、自分の体の中で実際に起こることとして、より身近に考えられるのではないかと思います。本時の授業の時期については、理科の第2分野の授業で消化吸収についての学習をした後に行うと、生徒はより興味をもって学習できるのではないのでしょうか。





なぜ、食べないといけないの？

()年()番 名前()

- ◆今日の給食を例に、私たちは、それぞれの栄養素を、主にどの食品から摂取できるか(できたか)をグループで考えましょう。

今日の給食：

献立	食品名



- 主に炭水化物を摂取できる食品・・・()
- 主にたんぱく質を摂取できる食品・・・()
- 主に脂質を摂取できる食品・・・・・・・()
- 主にビタミンを摂取できる食品・・・・・・・()
- 主にミネラルを摂取できる食品・・・・・・・()

※食品は栄養素の集合体であるため、1つだけでなく多くの栄養素が含まれています。

メモ (話し合い用)

- ◆生きるため、健全な成長のために普段の食生活の中で自分自身がどんなことに気を付けたか食生活目標を考えましょう。

- ◆目標が実践できたか、明日から一週間の食生活をチェックしよう！

できた:◎ 少しできた:△ 全然できなかった:×

日	日	日	日	日	日	日

1 体を作る・動かす /
① なぜ食べなくてはいけないの？

教材
1 私たちは、
化学反応の連続で生きている！

私たちは、呼吸をしなないと生きていけません。生きるために必要な酸素を得ているからです。この他、成長するためには、栄養素が欠かせません。

栄養素とは、生きるために必要な栄養成分をいいます。それでは、成長に欠かすことができない栄養素には、どのようなものがあったでしょうか。



あなたの知っている栄養素を挙げてみましょう。

私たちの体には、酸素や栄養素、水を使って化学反応をする仕組みがあります。化学反応とは、もとの物質とは性質の異なる別の物質ができる変化のことです。

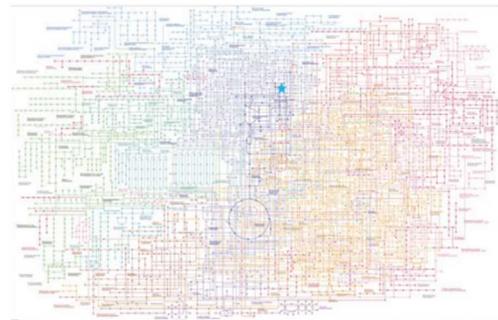
例えば、でんぷんはヨウ素液を垂らすと青紫色に反応しますが、唾液をかけるとヨウ素でんぷん反応が起こらなくなるという実験をしましたね。このとき、でんぷんは唾液と化学反応し、ブドウ糖になっています。

主な化学反応を1つの図にしたものを「代謝マップ」といいます。このようにたくさんの化学反応が全てつながることで、私たちは、「生命維持」や「運動」、そして「成長」しています。

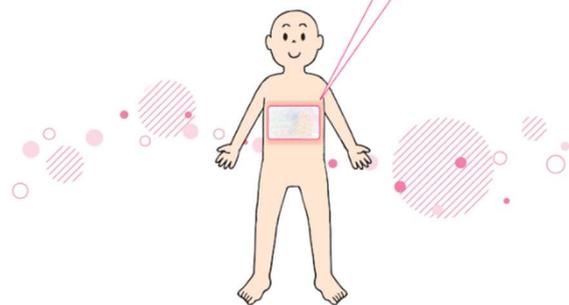
皆さんが、理科で学習したブドウ糖（★）もあります。

※代謝とは、生命維持のための化学反応のことです。

代謝マップ



出典：KEGG [Metabolic pathways] https://www.genome.jp/kegg-bin/show_pathway?map01100



体内の化学反応には、以下のようなルールがあります。

1. 化学反応をするために必要な材料（酸素や水、栄養素）がそろっているときには、必要なものを必要だけ作ります。

例えば、炭水化物とビタミンB群が必要な量と、必要な分のエネルギーを作り出すことができます。



2. 化学反応するための材料が多すぎるときには、余った材料はそのまま体外に排泄されたり、別の物質に加工されて貯蔵・排泄されたりします。材料が多くても必要以上に作られるわけではありません。

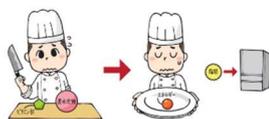
例えば、体内に炭水化物とビタミンB群が必要な量の2倍あったとしても、「生命維持」や「運動」そして「成長」に必要なエネルギーしか作りません。余った炭水化物は脂肪に、ビタミンB群は尿中に排泄されます。



3. 材料が不足しているときには、最低限の化学反応だけが起こり、不足分を節約したり、他の物質を加工して補充したりします。

例えば、体内のエネルギーは、エネルギー源となる炭水化物が必要量あっても、ビタミンB群が少ない場合には、その量に応じた炭水化物しか化学反応せず、その分だけのエネルギーが作られることとなります。それにより、使われなかった炭水化物は脂肪に作り変えられ、貯蔵されます。このように、炭水化物の食べる量は適切であるにもかかわらず、ビタミンB群の摂取が少ないことにより、太る可能性があります。

このほか、体に必要な量のエネルギーを作ることができなかったため、思うように動けなかったり、体温を下げるなどしてエネルギーを節約したりします。



私たちの体は、事前に決めた化学反応だけを行っているのではなく、状況に合わせて化学反応を行っています。私たちの体は、生きるために最低限必要な化学反応だけをしているわけではありません（①）。心身の変化や状況等に応じて生じる化学反応もあります（②③）。

1

生きるために最低限必要な化学反応には、心臓を動かしたり、呼吸をしたりなどの生命維持のためのものと、細胞の新陳代謝（古くなった細胞が新しく作り変えられること）があります。

2

また、運動したり、喜んだり悲しんだり、心身の状況・状態、環境の変化に伴って、その分の化学反応も行われます。

3

さらに、体の発育に関係する化学反応が加わります。

このため、私たちは、自分が置かれた状況等に応じて、①～③の化学反応が十分に行われるように食べなくてはなりません。

また、栄養素には、体にたくさん蓄えることができないものもあるので、定期的食べて補うことが必要です。（教材4参考）

必要な栄養素（種類）を必要な分（量）だけ摂取するため、「バランスよく食べる」ことが求められます。

1 体を作る・動かす /
2 食べると体に何が起るの？私の体には何が必要？

教材
2 化学反応に必要な材料
～栄養素～

私たちは、体内の化学反応に必要な栄養素を食品から得ています。

食品は、栄養素の集合体です。右表からも分かるように、食品には、多くの栄養素が含まれています。

食品には、生きるために必要な物質である「栄養素」以外の物質も含まれます。例えば、アルコールやカフェインなどです。

では、食べた食品は、どのように体内に取り込まれていくのでしょうか？

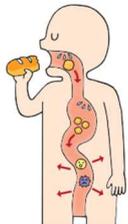
体内の消化・吸収を担う器官を消化管と呼びます。

消化管は、図にあるように、口から始まって肛門で終わります。

消化管は体の中にありますが、食品が消化管にある段階では、まだ体内に必要な栄養素は取り込まれていません。消化管は、取り込まれてきた食品を筋内の運動によって粉々にしたり、消化液をかけたりにして分解し、体内に栄養素として吸収できるようにしていきます。そして、主に小腸の表面(粘膜)から、小さな物質になった栄養素を吸収します。吸収されなかった栄養素(使わなかった栄養素)は、肛門から便として排泄します。

栄養素(単位)	食品名		
	ごはん(水炊き)※ 100g(1人分)	鶏卵(卵)	牛乳(全乳)
エネルギー(kcal)	100	100	100
たんぱく質(g)	2.5	3.3	1.3
脂質(g)	0.3	3.8	0.2
炭水化物(g)	37.1	4.8	5.2
ナトリウム(mg)	1	41	5
カルシウム(mg)	29	150	200
カルシウム(mg)	3	110	43
マグネシウム(mg)	7	10	14
リン(mg)	34	93	27
鉄(mg)	0.1	0.02	0.3
亜鉛(mg)	0.6	0.4	0.2
銅(mg)	0.1	0.01	0.02
β-カロテン(μg)	0	6	49
ビタミンA(μg)	0	38	4
ビタミンD(μg)	0	0.3	0
ビタミンE(μg)	0	0.1	0.1
ビタミンK(μg)	0	2	76
ビタミンB1(mg)	0.02	0.04	0.04
ビタミンB2(mg)	0.01	0.19	0.03
ナイアシン(mg)	0.2	0.1	0.2
ビタミンB6(mg)	0.02	0.03	0.11
ビタミンB12(μg)	0	0.3	0
葉酸(μg)	3	5	76
パントチン酸(mg)	0.25	0.55	0.23
ビオチン(μg)	0	1	43

出典：文部科学省「日本食品標準成分表 2020年版(八訂)」



吸収された栄養素は、例えば、以下のような役割を果たします。

炭水化物：炭水化物には、糖質と食物繊維があります。糖質はエネルギー源として使われます。食物繊維は消化・吸収されませんが、腸の調子を整え便通を良くします。脳、脂肪組織、筋肉、肝臓などの組織では、常に糖質の代謝(糖質を分解してエネルギーを取り出すはたらき)が行われており、糖質は生命維持のために欠かせない栄養素です。

たんぱく質：筋肉、臓器、血液、皮膚、毛髪など、体を作るものになります。また、エネルギー源としても利用されます。体内では常にたんぱく質の代謝をくり返しています。

脂質：エネルギー源として使われます。また、細胞膜の成分となるなど体の組織を作ります。過剰なエネルギーは中性脂肪となって、貯蔵脂肪として皮下、腹腔、筋肉間結合組織などに蓄積します。

ビタミン：他の栄養素の働きを助け、健康を維持するなど、主に体の調子を整えます。

ミネラル：主に骨や歯、血液を作るものになります。ミネラルは各組織で利用され、尿中に排泄されたり、再利用されたりします。

食品は、含まれている栄養素の特徴などにより、「食品群」に分類されます。

消化管の機能が低下した場合には、栄養素を十分に吸収することができなくなります。どのようなときに消化管の機能が低下するか書いてみましょう。



1 体を作る・動かす /
2 食べると体に何が起るの？私の体には何が必要？

教材
3 エネルギー不足に注意しましょう

体内のエネルギーが不足したらどうなるのか書いてみましょう。

私たちは、体内における化学反応によって、生きるための主な原動力であるエネルギーを得ています。

エネルギーは、体や心動かすために必要です。エネルギーを作る化学反応には、炭水化物と脂質、ビタミンが必要です。炭水化物と脂質がエネルギー源として利用され、化学反応をするときにビタミンが利用されます。また、炭水化物が不足しているときには、たんぱく質もエネルギー源として使われます。これにより、体の筋肉量が減って、体が疲れやすくなったりします。(具体的な例は、教材8参照)

また、体内のエネルギーは、他から借りることができず、エネルギーが不足しているときは節約するしかありません。

このため、エネルギーが不足すると、体のいろいろな所でエネルギーの節約を始めます。これにより、必要な化学反応が行われなくなり、毎日その節約が続くと、次のような影響が体や心に出ます。

○体や心に出てくる影響



単元名 健康な生活と疾病の予防

分野：保健分野（第1学年）

教科等：保健体育科

★教育課程上の位置付け

保健体育科 保健分野 健康な生活と疾病の予防

- (1) 健康な生活と疾病の予防について、課題を発見し、その解決を目指した活動を通して、次の事項を身に付けることができるように指導する。
- ア 健康な生活と疾病の予防について理解を深めること。
- (イ) 健康の保持増進には、年齢、生活環境等に応じた運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活を続ける必要があること。
- (ウ) 生活習慣病等は、運動不足、食事の量や質の偏り、休養や睡眠の不足等の生活習慣の乱れが主な要因となって起こること。また、生活習慣病等の多くは、適切な運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活を実践することによって予防できること。

1 単元の目標

- ・健康は主体と環境の相互作用の下に成り立っていることや疾病は主体の要因と環境の要因が関わり合って発生すること、また、健康の保持増進には、年齢、生活環境等に応じた運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活を続ける必要があることを理解することができるようにする。
- ・健康の成り立ちと疾病の発生要因及び生活習慣と健康について課題を発見し、その解決に向けて思考し、判断するとともに、それらを表現することができるようにする。
- ・健康の成り立ちと疾病の発生要因及び生活習慣と健康について、関心をもち、学習活動に意欲的に取り組もうとすることができるようにする。

2 食育の視点

- ・朝食をとるなど、食事は規則正しくとることが大切であることを理解し、健全な食生活を実現するために何が必要かを考え、適切に意思決定して行動できる。 【食事の重要性】
- ・望ましい栄養や食事のとり方は、食事の基本であり、健全な食生活に必要な技能であること、心身の成長や健康の保持増進には、朝食を含む1日3度の栄養バランスのよい食事摂取、適切な運動、休養及び睡眠が必要であることを理解できる。 【心身の健康】

3 指導計画（全5時間）

- ・健康の成り立ち (1時間)
- ・運動と健康 (1時間)
- ・食生活と健康 (1時間)
- ・休養・睡眠と健康 (1時間)
- ・調和のとれた生活 (1時間)

4 本時の指導（全5時間中の3時間目）

(1) 目標

- ・健康のために食生活で気を付けるべきことについて理解する。
- ・食生活に問題点があるかどうかについて考える。

(2) 展開例

段階	主な学習活動	指導上の留意点
導入	健康のために食生活で気を付けることを考えよう	
	<p>○ある3人の中学生のライフスタイル事例を読む。</p>	<p>◇中学生用食育教材(教材8 P.19～20)の事例を確認させ、ライフスタイルや目的によって、どのように食事や生活等を改善すればよいかを考えていくことを知らせる。</p>
展開	<p>○1日に消費するエネルギーは基礎代謝量と活動によって消費するエネルギーで変化することを知る。</p>	<p>◇「1日に消費するエネルギー＝基礎代謝量＋活動によって消費するエネルギー」であることを説明し、成長期には成長に必要なエネルギーがプラスされていることを伝える。</p>
	<p>○1日の生活で、食事によってどれくらいのエネルギーを摂取すればよいかを考える。</p>	<p>◇1日のエネルギー摂取量の目安を説明する。 ※栄養教諭は、太る・やせるは、摂取エネルギーと消費エネルギーのバランスの乱れにより生じることを説明する。</p>
	<p>○学校給食ではどのくらいエネルギーを摂取できるかを知り、自分の1日の摂取エネルギーの基準を知る。</p>	<p>※栄養教諭は、学校給食のエネルギー摂取基準について説明し、給食は1日の1/3であり、給食を基準にして考えるとよいということを伝える。</p>
	<p>○栄養バランスがとれた食事をする事の大切さを知る。</p>	<p>◇栄養素の不足やとりすぎによる障害の例を紹介する。 ※栄養教諭は、栄養バランスがとれた食事の大切さに気付かせる。</p>
	<p>○ある3人の中学生の食生活を例示し、それぞれの栄養状態を答え、食事や生活の改善方法を考え、交流する。</p> <p>○朝食をしっかり食べて、生活リズムを整えることの大切さに気付く。</p>	<p>◇中学生用食育教材(教材8 P.19～20)3人の中学生の栄養状態、食事や生活の問題点、改善方法を考えさせる。 ※栄養教諭は、中学生用食育教材(教材8 P.21)を活用して説明する。</p> <p>◇中学生用食育教材(教材5 P.12)の朝食のグラフを使用し、朝食の大切さに気付かせ、健康を保持するためには、生活リズムを整えることが重要なことを伝える。</p>
まとめ	<p>○自分の生活と食事を考えて改善点を見付け、可能な改善方法について考えさせる。</p>	<p>◇授業で身に付けた考え方をもとに中学生用食育教材(教材8 P.22)に記入させる。</p>

5 他教科等との関連

- ・技術・家庭科〔家庭分野〕B(2)ア(イ)「中学生に必要な栄養を満たす食事」の学習と関連させて、中学生の1日に必要な栄養量を満たす献立を作成するなど、指導の充実を図る。

ワンポイントアドバイス

事前に生徒自身の1日の食生活を書かせておくと、最後のまとめで、自分の食生活の改善方法を考えやすくなります。

栄養教諭には、エネルギー量や給食のエネルギー摂取基準等、専門的な内容を説明してもらおうと生徒への説得力が上がります。

生徒一人一台学習用端末が整備されている学校では、共有機能を利用すると生徒同士のスムーズな交流ができると思います。

中学生用食育教材（教材5）の朝食のグラフ

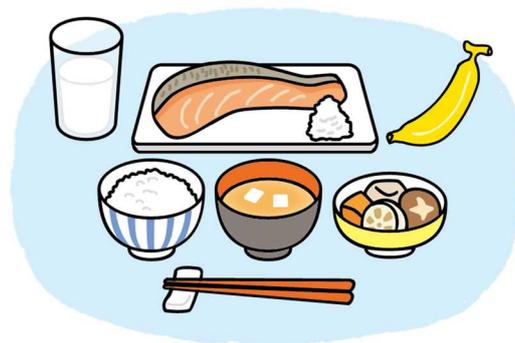
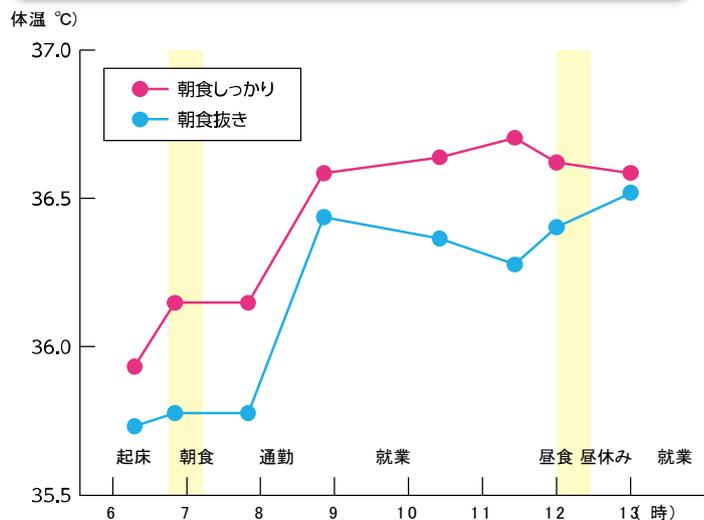


図 朝食を食べる習慣の有無による
体温上昇の違い

(出典：鈴木正成「ジュニアのためのスポーツ栄養学」)

11 自らの「食生活」を営む /
② 自分の体にあった食生活とは？—毎日の食生活—

教材 8 ライフスタイルに合わせた食事のとり方

中学生の時期は、部活動で運動量が増えたり、受験勉強で学習時間が増えたりするなど、ライフスタイルや目的によって適切な食事量が異なる場合があります。

ライフスタイルや目的によって、どのように食事をすればよいでしょうか？
下記は中学生の事例です。Aさん～Cさんは、どのような栄養状態になっているのでしょうか？また、どのように食事や生活を改善すればよいでしょうか？考えて記入してみましょう。

Aさん

平日は、18時まで部活動をし、19時から学習塾に通っている。夕食を食べる時間がなく、学習塾から自宅に帰った後22時頃に食事をとっていた。眠くなってしまい食事をとらずに就寝する日もあった。気が付くと体重が減っていた。



【Aさんの栄養状態】

【Aさんの食事・生活の改善方法】

Bさん

3年生で運動部活動を引退し、学校から帰った後は、受験のため勉強することにした。食事は引退する前と同じだけ食べていたところ、体重が増加してしまった。



【Bさんの栄養状態】

【Bさんの食事・生活の改善方法】

Cさん

友だちと比べると自分が太っていると感じていた。痩せようと思い、ご飯などの主食を抜き、給食も残すようにした。お腹がすいても我慢し、菓子も食べないようにした。1ヵ月経った頃、体重は以前より減ったが、動くとき疲れやすくなった。



【Cさんの栄養状態】

【Cさんの食事・生活の改善方法】

● Aさんの栄養状態と改善方法

Aさんは、1日の食事の量が足りておらず、エネルギー不足の状態になっていることが考えられます（教材3参照）。1日に必要な食事量を3回の食事とすることが難しい場合は、分割して4回でとるなどの方法があります。例えば、学習塾の前に夕食の一部（おにぎりなど）を間食しておき、学習塾から帰った後に残りの食事を食べる方法があります。

● Bさんの栄養状態と改善方法

Bさんは、部活動を引退し運動で使うエネルギーが減りましたが、食事量を減らさなかったため1日の食事の量が過剰になっていることが考えられます。1日の消費量に見合ったエネルギー摂取量に調整する必要があります。例えば、1食の主食や主菜を3分の1に減らすなどにより、食事量を調整する方法があります。

● Cさんの栄養状態と改善方法

Cさんは、主食を少なくし、糖質を減らすことによって、エネルギー不足と同時に、主たるエネルギー源である糖質の摂取不足になり、体中の筋肉などのたんぱく質を利用して糖質が作られた（糖新生*）と考えられます（教材3参照）。そのため、体の筋肉量が減って、体が疲れやすくなったと考えられます。改善方法として、例えば、極端にエネルギーを減らすようなダイエットはやめて、1日100kcalの食べ物を減らす（例えば、クッキー2枚）、あるいは運動を取り入れる（例えば、ウォーキング30分）ことでエネルギーを使って減量する方法があります。食事の管理と運動の併用も効果的です。

*糖新生とは、たんぱく質や脂肪などを分解し、その一部分を使って糖質を作ること。

Check!



自分の生活と食事を考えて改善点を見つけよう。

私たちが生きていくためには、食事は不可欠なものです。食事をするためには、自分で食事を作る、惣菜などの出来上がった食事から選ぶ、自分で調理した食事に惣菜などの出来上がった食事を補うなど、現代社会では様々な選択肢があります。食事を準備するときの様々な選択肢について、メリットやデメリットなどを考えてみましょう。

ファストフード店で食事をすることにしました。あなたはその食事について、どのように考えますか。メリットやデメリット、工夫したいことを、栄養や価格、時間などの面から考えて書いてみましょう。

栄養	
価格	
時間	
その他	

題材名 食品の安全や衛生について考えよう

分野：家庭分野

教科等：技術・家庭科

★教育課程上の位置付け

技術・家庭科 家庭分野 B 衣食住の生活

(3) 日常食の調理と地域の食文化

ア 次のような知識及び技能を身に付けること。

(イ) 食品や調理用具等の安全と衛生に留意した管理について理解し、適切にできること。

1 題材の目標

食品の選択と購入のために必要な情報について理解し、用途に応じた食品を考え、適切に選択できるようにする。また、食品の安全や衛生に十分留意した食品の取り扱い方ができるようにする。

2 食育の視点

食品、料理の名前、形、品質や栄養素及び安全面、衛生面等について理解し、正しい知識・情報に基づいて、食品の品質及び安全性等について自ら判断できる能力を身に付けることができる。【食品を選択する能力】

3 指導計画（全5時間）

- ・食品の選択と購入 (1時間)
- ・生鮮食品の特徴 (1時間)
- ・加工食品の特徴 (1時間)
- ・食品の保存と食中毒の防止 (2時間)

4 本時の指導（全5時間中の5時間目）

(1) 目標

食品の安全で衛生的な取り扱い方法及び食中毒を防ぐ方法について理解することができる。

(2) 展開例

段階	主な学習活動	指導上の留意点
導入	食品の安全や衛生について考えよう	
展開	○食中毒の特徴を知り、食中毒防止の観点で気を付けるポイントを押しさえる。	◇食中毒の特徴について確認を行う。 <ul style="list-style-type: none">・月別の食中毒発生件数・病因物質別の食中毒発生件数・細菌が増殖する主な理由（温度・水分・栄養分）・食中毒予防の三原則（付けない・増やさない・やっつける）

展開	<p>○食中毒予防について、家庭でできることや調理実習の際に気を付けるポイントについて知る。</p> <p>○食品の安全な保存方法や消費について考える。</p> <p>○食中毒予防の基本は「手洗い」だということを知る。</p> <p>○手洗いを行わなければならないタイミングを知る。</p> <p>○普段している手洗いをし、洗い残しの箇所を確認する。</p> <p>○洗い残しやすい箇所を知る。</p> <p>○正しい手洗い方法を知る。</p> <p>○給食の調理作業の様子を衛生管理の視点から知る。</p>	<p>◇中学生用食育教材（教材1 1 P.2 9）リーフレットを使い、食中毒予防の三原則に当てはめながらポイントを押さえていく。また、調理実習チェック表を用いて確認を行う。</p> <p>◇中学生用食育教材（教材1 1 P.3 1）を活用し、食品の安全な保存方法や消費に気付かせる。</p> <p>◇「付けない」ことが大切であるということを確認する。</p> <p>◇学校生活の中で行うべき6つの手洗いのタイミングを知らせ、自分の普段の手洗いを振り返らせる。できていない項目があれば、必ず手を洗うよう指示する。</p> <p>◇手洗いチェッカーを使って確認させ、洗い残しのある箇所に注目させる。</p> <p>◇洗い残しやすい4つの箇所を提示し、各自洗い残しがあつた箇所と比べさせる。</p> <p>◇手を洗うことで細菌やウイルスは減らせることを知らせる。</p> <p>◇自分の手洗い方法との違いを確認させる。</p> <p>◇学校給食の調理で行われている食中毒防止対策について知らせる。 ※栄養教諭は、給食の調理作業の中で、「付けない」「増やさない」「やっつける」の3つの点でそれぞれ行っている食中毒防止対策を紹介する。</p>
まとめ	<p>○普段の生活や調理実習において、食中毒を防止するために自分たちにできることは何かを考える。</p>	<p>◇学習を振り返らせ、食中毒防止のために自分ができることを実践しようとする意欲を持たせる。</p>

5 他教科等との関連

- ・理科〔第2分野〕の「自然と人間」の働きで学習する食物連鎖や菌類・細菌類等と関連させて指導の充実を図る。
- ・保健体育科〔保健分野〕「健康な生活と疾病の予防」の学習において、本教材で学習した食中毒の基本的内容を関連させることで、衛生管理について、より理解を深める。

ワンポイントアドバイス

食中毒や新型コロナウイルス感染症の原因でもある細菌やウイルスは興味をもって学習できます。

手洗いをし、チェッカーで確認すると、正しくできているかどうかが目瞭然ですので、正しい手洗いを身に付けることができます。

また、栄養教諭が給食調理場での食中毒対策を説明することで、給食を安全に食べることができている感謝の気持ちも生まれるでしょう。

栄養教諭と連携し、チームティーチングで授業をすることで、専門的な立場から説明してもらうことができます。

生徒が楽しみにしている調理実習が後に行われると、学習意欲はより一層上がるでしょう。

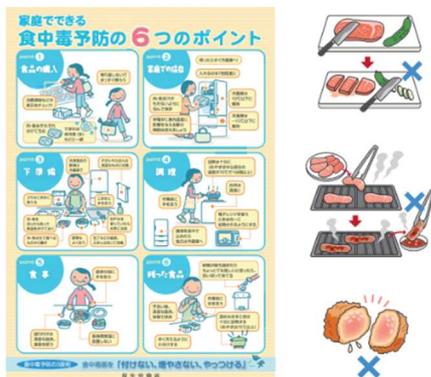
本時では中学生用食育教材（教材11 P.30）を使用していませんが、本題材の1時間目「食品の選択と購入」で使用することができます。

III 体を守る・強くする / ③ 食の安全や衛生を考える

教材 11 自分を守る食品の安全や衛生って何だろう？

食品の安全性を脅かすものとして「食中毒」があります。

食品の安全性を脅かすものとして「食中毒」があります。これは、飲食店での食事だけでなく、毎日食べている家庭の食事でも発生する可能性があります。例えば、食中毒の原因になる細菌やウイルス、寄生虫などがついていることがあり、十分な加熱を行わないと食中毒を起こすリスクがあります。加熱調理された惣菜や和え物などでも衛生管理が複雑なために、加熱後に調理器具・器材や手指などからの汚染を受け、食中毒の原因食品となる場合があります。家庭での食事作りにおける食中毒予防のポイントをチェックしてみましょう。



出典：厚生労働省 https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_jiyuu/shokuhin/syokuchu/index.html

それぞれ、どんなことが起きているのか、どのようにすればよかったか考えてみましょう。



事例1

飲みかけのペットボトルのお茶を長期間常温に放置したところ、カビが生えてきた。

事例2

朝作った弁当を夏に日当たりのよい外に置いておいた。昼間食べられなかったため、夜に食べたところ酸っぱい異いがした。

【事例1】

【事例2】

食品の安全や衛生について考えよう

年()組()番()

1. 細菌が増殖する主な理由

() () ()



2. 食中毒予防の三原則

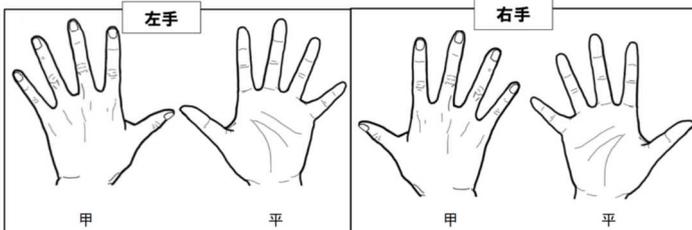
() () ()

3. どんなタイミングで手を洗っていますか？洗っているタイミングに○をつけましょう。



4. 【実験】手洗いチェッカーを使って洗い残しをチェックしよう！

◆手洗い実験の結果



◆実験して分かったこと

5. 食中毒を防止するために自分たちに出来ることを考えて書きましょう。

洗い残しやすい所

指と指の間



親指



指先



手首



指と指の間、親指、指先、手首は洗い残しやすい所です。気を付けて洗いましょう。

しっかり を洗おう

石けんはしっかりと泡立てて使おう



①手のひら



②手のこう



③指と指の間



④親指



⑤指先



⑥手首



⑦流水ですすぐ



⑧ハンカチでふく



調理実習チェック表

月 日実施

料理名:

年 組 番 名前

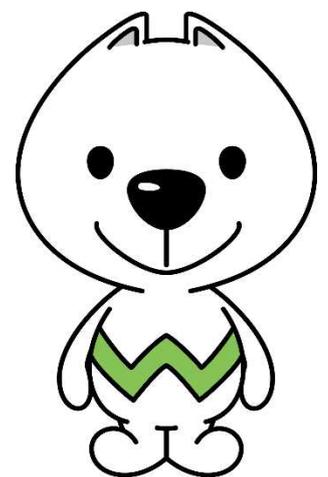
チェック	項目
実習までに	
1	食中毒菌、ウイルスなどの感染ルートについて知っている。
2	毒性の特徴(菌繁殖の条件や死滅温度など)を知っている。
3	食中毒予防(付けない・増やさない・やっつける)について知っている。
4	適切な手洗い方法について知っている。
5	まな板や包丁の衛生的で安全な扱い方を知っている。
6	手指消毒のタイミングを知っている。
7	検温表を朝、提出する。
8	体調について不安がある場合は、先生に伝える。
9	つめを短く切っている。
10	清潔なエプロン・三角巾を着用している。
11	マスクを着用している。
12	袖口をまくっている。
13	清潔な手拭き用のハンカチやタオルを持っている。
14	手に傷がある生徒は薄手のゴム手袋をするなど食材に直接触れないようにする。
調理実習スタート ※実習後にチェック	
15	常に換気を行っていた。
16	家庭から持参した食品は、腐敗していないか匂いや色を確かめた。
17	調理室の荷物置き場や手洗い場、ゴミ箱の位置、食材の保管場所、椅子の移動などを把握した。
18	適切な手洗い・アルコール消毒を行った。
19	食器用ふきんと台用ふきんを区別できた。
20	調理中、不必要な会話をしなかった。
21	コンロの周囲に燃えやすい物を置かなかった。
22	点火したことをグループで共有し、火力の調整を適切にできた。
23	調理用の箸と食べる用の箸を分けた。
24	包丁の置き場所、置き方は適切であった。
25	周囲に気を配りながら、包丁を安全に使用できた。
26	火を通さずに食べる食品と肉や魚を同時進行で調理しなかった。
27	生の魚や肉を触った後、必ず手を洗った。
28	加熱不足となっていないか確かめた。(食品の中心部分が75℃・1分以上、ノロの場合85～90℃・1分以上)
29	消火を確認し、ガス栓が閉まっているか確かめた。
30	調理台や流し台は常に整理整頓できた。
試食時	
31	調理台(試食台)をアルコール消毒した。
32	適切な手洗い・手指消毒を行った。
33	万が一持ち帰る場合は、衛生管理に気をつける。
34	なるべく一定方向を向いて食べた。もしくは、パーテーションを設置していた。※1
片付け	
35	食器、調理器具は食器用洗剤を泡立てて洗い、しっかりと洗い流した。
36	食器、調理器具は清潔な食器用ふきんで水気を拭き取った。
37	流し台は食器用洗剤で洗い、台用ふきんで水気を拭き取った。
38	流し台の生ゴミはゴミ袋にまとめ、捨てた。
39	使用後のスポンジ類は、水気を切り、よく乾燥させた。
40	調理台(試食台)をアルコール消毒をした。

※1 新型コロナウイルス感染症予防のため

調理実習後、チェックをしている状態で提出

準備すること・もの: 爪を切る 長い髪の毛は結ぶ

エプロン 三角巾 マスク ハンカチ 検温表 この用紙



単元名 現代社会の文化と私たち

分野：公民的分野（第3学年）

教科等：社会科

★教育課程上の位置付け

社会科 公民的分野 A 私たちと現代社会

- (1) 私たちが生きる現代社会と文化の特色
- イ 次のような思考力、判断力、表現力等を身に付けること。
 - (イ) 文化の継承と創造の意義について多面的・多角的に考察し、表現すること。

1 単元の目標

- ・現代社会における文化の意義や影響、日本の伝統文化の特徴と多様性について理解できるようにする。
- ・文化の継承と創造の意義について多面的・多角的に考察する力、思考・判断したことを説明する力を養う。
- ・現代社会の文化と私たちについて、現在社会に見られる課題の解決を視野に主体的に社会に関わろうとする態度を養う。

2 食育の視点

- ・和食の伝統や文化を理解し、尊重する心を育むことができる。 【食文化】
- ・世界の食文化を知ることにより、互いを知り、相手を思いやることや、楽しい食事につながるために何が必要かを考えることができる。 【社会性】

3 指導計画（全3時間）

- ・現代社会における文化 (1時間)
- ・日本の伝統文化の特徴と多様性 (1時間)
- ・世界の中の日本の文化 (1時間)

4 本時の指導（全3時間中の3時間目）

(1) 目標

食文化について、多面的・多角的に考察し、表現できる。

(2) 展開例

段階	主な学習活動	指導上の留意点
導入	○日本の文化について関心をもつ。	◇日本の文化が、外国人に愛されていることに気付かせ、関心を高める。中学生用食育教材〔指導者用〕（教材12 P.32 観光庁のHP資料）を活用する。
展開	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">外国人を招き、地域の食文化を伝える食事会を計画しよう</div> ○日本にはどのような行事食があるかを知る。	◇中学生用食育教材（教材12 P.32）を活用し、日本には様々な年中行事があり、それに併せて食べられている行事食があることを確認する。

展開	<p>○行事食にはどのような意味や思いが込められているかを調べる。</p> <p>○和食の特徴・ユネスコ無形文化遺産に登録されたことについて知る。</p> <p>○外国の食事作法と日本の食事作法の違いに気付き、その背景について考える。</p> <p>○多様な食文化を有する人々に対する配慮事例や日本の行事食・郷土料理について知る。</p>	<p>◇中学生用食育教材〔指導者用〕（教材12 P.32 農林水産省のHP 資料）を活用し、行事食に込められている思いを調べさせる。</p> <p>◇中学生用食育教材〔指導者用〕（教材12 P.33 農林水産省のHP 資料）を参考に説明する。 ※栄養教諭は中学生用食育教材（指導者用）（教材12 P.33 「日本の食文化の特徴」の農林水産省のHP 資料）を使用し、学校給食の和食献立を例に、栄養バランスについての説明をする。</p> <p>◇中学生用食育教材（教材12 P.33）を活用し、食事作法は宗教、思想だけでなく、自然環境やその国の文化等も背景にあることに気付かせる。背景が考えられない場合は、中学生用食育教材（教材12 P.35）を活用する。</p> <p>◇中学生用食育教材（教材12 P.36）資料の選手村での配慮事例を紹介する。 ※栄養教諭は給食に出てくる行事食や郷土料理の紹介や、使用している地元の食材等を伝える。</p>
まとめ	<p>○異なる食文化をもつ様々な人々のことを考え、地域の食文化を伝える食事会を計画する。</p>	<p>◇サウジアラビア(イスラム教)・アメリカ(キリスト教)・韓国(日本に近い国)の人々を招待するため、配慮事項を考えるとともに、自分の地域の食文化について伝えることができるようにする。</p>

5 他教科等との関連

- ・技術・家庭科〔家庭分野〕B（3）ア（工）「地域の食材を用いた和食の調理」に触れて指導することもできる。
- ・技術・家庭科〔家庭分野〕B（3）ア（ア）「用途に応じた食品の選択」に触れて指導することもできる。

👉ワンポイントアドバイス

招待する国は、身近な国や地理的分野等で学習した国を選ぶとイメージしやすくなります。

郷土料理や雑煮等地域によって食材や味が違うなど地域の食文化と関連させて食事会を計画するようにすると地域の特色や風土を意識させることができます。

時間がある場合、次の授業等で計画した食事会について、グループで話し合う活動や全体で発表して、よい点や改善点を生徒同士でアドバイスし合う活動を入れると、より計画を深めることができるでしょう。

IV 食を通じて他者と関わり、よりよい社会をつくる /
① 食の背景に何がある？—多様な食文化—

教材

12 食の背景に何があるの？

現在、急激な社会の変化にもなったグローバル化の進展や、日本に暮らす外国人の増加などにより、その人々との交流や海外の食事に触れる機会が増えています。一方、世界には多様な食文化が存在しており、食事の仕方や食べる食品などが異なっています。まずは、日本の食文化についてみていきます。

1. 日本の食文化



日本には、お正月以外にも様々な年中行事と、これに併せて食べられている行事食があります。どのような行事食があるでしょうか。

<行事食>

その行事食には、どのような意味や思いが込められているのでしょうか。

32

(1) 日本の食文化の特徴

日本の国土は南北に長く、海や川、山や平野など変化に富んだ自然が広がっており、地域ごとの気候や風土も様々です。日本人は、そういった自然を制しようとするのではなく、自然の中に神様を感じ、豊かな自然を敬い、自然に寄り添う考え方を育んできました。そして、その土地ならではの四季折々の海の幸、山の幸といった自然の味を生かした料理を作り、大切に食べてきました。

日本各地には、それぞれ自然的・社会的な環境や習慣を背景に、「行事食」や「郷土食」等、極めて多様な食文化が発達しています。また、そのようなものだけでなく、料理人などにより伝承されてきた、洗練された技術も存在します。

(2) 「和食」のユネスコ無形文化遺産への登録

このような日本の食文化に対しては、日本人の精神性や歴史が反映された、日本を代表する文化の一つとして、海外からの関心も高まっています。

平成25年には、「和食；日本人の伝統的な食文化」がユネスコの無形文化遺産に登録されました。「和食」の特徴としては、①多様な新鮮な食材とその持ち味の尊重、②健康的な食生活を支える栄養バランス、③自然の美しさや季節の移ろいの表現、④正月などの年中行事との密接な関わり、が挙げられています。和食は、このような共通点を持ち、地理的・歴史的多様な食文化となつていきます。

(3) 食文化を知る意義

日本の多様な食文化には、各地の自然環境の中で、暮らしを守り、命をつないできた先人の知恵や歴史がそれぞれ反映されており、未来に継承すべき日本を代表する文化の一つと言えます。

また、食は世界中の誰もが日々経験するものですので、国内の他の地域や海外の人々との間で、それぞれの食文化を理解しあうことにより、お互いの交流や絆を深めることにも役立ちます。

Check!

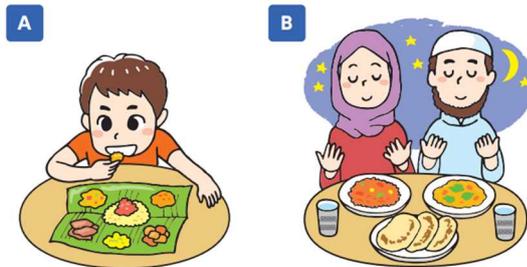


33

● 食の背景に何がある？—多様な食文化—

2. 世界の食文化

図Aと図Bのイラストを見て、自分自身の食事場面と比べてみよう。



(1) 気付いたことを書きましょう。

(2) その背景を考えてみましょう。

34

Aのイラストは、ヒンドゥー教を信仰している人の食事の様子です。ヒンドゥー教では、牛は神聖な動物（神の使い）として崇拝されているため、口にしません。牛肉以外の肉を食べる人もいますが、肉食を嫌う人もいます。また、他人が触れたり、使用したりする食器類は不浄であるとされ、バナナや芭蕉の葉または使い捨ての皿に盛り付けた上で、手で食べています。

Bのイラストは、イスラム教を信仰している人の食事の様子で、食前と食後には折りの言葉（成句）を唱えます。また、断食月（イスラム暦の9月【ラマダン】）が決まられており、日の出から日没までは一切食事をせず、日没後に食事をします。イスラム教では教典である「コーラン」に従い、食事の仕方なども含めて日常生活を行っています。そこには、前述した断食をすることや豚肉や血、酒あるいは神以外のものから与えられた食べ物は飲食しないことが記されています。食べることが許されている食材や料理のことを「ハラール」と言います。また、左手は不浄の手であるとされており、食事の際は右手を使用し、左手は使用しません。

このように、食の背景として宗教が関係しています。なお、これらの例は一般論であり、同じ宗教であっても食の在り方は異なる場合もあります。

また、肉や魚は食べずに穀物・野菜・豆類などの植物性食品を中心とした食生活を選択することがよいと考えられる人々もいます。このような人々は、栄養や健康の保持、動物保護、環境問題や食料問題など様々な理由でこのような食生活がよいと考えています。食の背景として思想が関係しているといえます。

世界には多様な食文化が存在しています。食文化とは、宗教・思想だけではなく、自分たちをとりまく自然環境とその国や地域ならではの文化を背景にして育まれるものとされています。

また、食事は人間関係を豊かにする大切なコミュニケーションの1つです。食を通じて互いを知り、互いの価値を尊重することは重要です。そこから、新たな食文化が創造される可能性も考えられます。

食文化には多様な背景があり、食事の仕方や食べる食品などが異なっていることを知ることは、とても大切なことと言えます。

Check!

※イスラム教以外の人がと殺した家畜。
または、イスラム教の折りを唱えないでと殺した家畜。



35



コラム オリンピック・パラリンピックの選手村の食事

選手村は、大会期間中、選手が自国に在ると同様のコンディションを維持できる環境を整えています。食事でもコンディションを整えるための大きな要素となるため、選手村の食堂は、選手が自国に在るときと同じような食事ができるように食材・料理・食文化などを考えて提供します。また、減量や試合前の食事などの競技に伴う食事、食物アレルギー、宗教、ベジタリアン（菜食主義といわれ、肉や魚は食べずに穀物・野菜・豆類などの植物性食品を中心とした食生活を選択する人）など、選手個人に対するさまざまな配慮もしています。さらに、全ての料理にエネルギーや栄養素の含有量がわかる栄養表示をしており、これについては、言語の垣根を越えて食材がわかるようにピクトグラム[※]を用いて表示されています。

選手村の食堂は、選手のコンディション維持のための適切な食事を提供するだけでなく、4年に1度開催される世界的なスポーツの祭典として、開催国の「食」や「食文化」を世界に発信する場所でもあります。このため、選手村には、選手をはじめ参加者が開催国の「食」を楽しむための食堂（カジュアルダイニング）も設置されています。

※一般に「絵文字」「絵単語」と呼ばれ、何らかの情報を示すために表示される視覚記号（例：非禁煙マークなど）

●食の在り方について考えるワーク

異なる食文化を持つ様々な人々を招いて、あなたの地域の食文化を伝える食事を企画します。

-  ①多様な食文化を有する人々に対して配慮すること、②あなたの地域の食文化のうけひ伝えたいことについて触れながら、食事会の企画案を作成してみましょう。

※文字だけでなく、イラストを用いたり、図で表現したりと、いろいろな表現方法で企画案を作成してみましょう。



やってみよう

- 作成した企画案をグループで話し合いながら、改善してみましょう。
- 改善した企画案をみんなに発表したり紹介したりしてみましょう。



題材名 世界の食料問題を考えよう

対象：全学年

教科等：特別活動

★教育課程上の位置付け

特別活動 学級活動

(2) 日常生活や学習への適応と自己の成長及び健康安全
工 食育の観点を踏まえた学校給食と望ましい食習慣の形成
給食の時間を中心としながら、健康によい食事のとり方など、望ましい食習慣の形成を図るとともに、食事を通して人間関係をよりよくすること。

1 題材の目標

世界の食料問題に目を向け持続可能でよりよい社会の実現をめざすために、自分にできることを具体的に考え、行動することができるようにする。

2 食育の視点

- ・正しい知識・情報に基づいて食品の品質及び安全性について自ら判断し、得た情報を整理分析した上で、食品の適切な選択ができる。【食品を選択する能力】
- ・環境や資源に配慮した食生活を実践するために、何が必要かを考えることができる。【感謝の心】

3 事前の指導

主な学習活動	指導上の留意点
○世界の食に関するクイズをする。	◇中学生用食育教材（教材13）の資料を参考に問題を考えさせる。
○クイズの答え合わせをする。	◇世界の食料問題について知り、危機に直面していることに気付かせる。 ※栄養教諭は、Q2では給食の残食について、Q4では給食で地産地消に取り組んでいることについての説明をする。 ◇世界の食に関する様々な問題の中から食品ロスについて勉強することを伝え、身近な食品ロスを見つけてくるよう促す。

4 本時の指導

(1) 展開例

	主な学習活動	指導上の留意点
つかむ	○事前の指導を振り返る。	◇私たちの食生活は自然の恩恵に支えられていることを認識し、感謝の気持ちとその環境保全の大切さに気付かせ、課題意識を持たせる。

自分でできる食品ロス削減方法を考えよう		
さぐる	<p>○見付けてきた身近な食品ロスの発表をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・賞味期限が切れている ・食べられる部分を捨てている <p>○どうして食品ロスが起こるのかを考える。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・購入しすぎている ・買ったことを忘れている 	<p>◇身近に食品ロスが存在していることに気付かせる。</p> <p>◇賞味期限と消費期限について説明を行い、食品の適切な選択につなげる。 ※栄養教諭は、身近な食品ロスに触れ、食品の品質や安全性等、食品の適切な選択が必要であることや調理方法等について伝える。</p>
見つける	<p>○自分にできる食品ロスを減らす方法を考える。</p> <p>○グループで共有し、ピラミッドチャートにまとめる。</p> <p>○クラス全体で共有する。</p>	<p>◇買い物の仕方や調理方法、食べ残しをどうすれば減らせるかなど自分の考えを中学生用食育教材（教材13 P.47(1)）に記入させる。</p> <p>◇ピラミッドチャートに内容を順位付けし、「自分たちにもできる」「今からでもできる」という意識を持たせ、行動できるようにする。</p> <p>◇グループごとにピラミッドチャートを用いて発表させる。</p>
決める	<p>○「これからの私たちの食の在り方」について考える。</p> <p>○食品ロスを減らすために自分にできることを意思決定する。</p>	<p>◇題材全体を通して、自分だけでなく、私たち人間の食の在り方について考えたことを中学生用食育教材（教材13 P.47(2)）に記入させる。さらに、個々に振り返り、自分の考えが変わったところがあれば中学生用食育教材（教材13 P.47(3)）に記入させる。</p> <p>◇自分が日常生活で取り組めることをワークシートに記入させる。</p>

5 事後の指導

生徒の活動	指導上の留意点
○意思決定した方法を実践し、ワークシートに記入する。	◇期間を決め、取り組ませる。ワークシートには保護者からのコメント欄を設け、取り組み後に記入してもらうようにする。
○生徒が考えた食品ロスを減らす取組とその結果について意見を交換する。	◇友達と認め合ったり、自己評価させたりする。

6 他教科等との関連

- ・社会科〔地理的分野〕B「世界の様々な地域」(1) ア(ア)(イ)の学習と関連させて世界各地の人々の生活と環境について考えさせ、それらの多様性について理解を深められるようにする。
- ・社会科〔公民的分野〕A「私たちと現代社会」(1) イ(ア)の学習で現代の政治、経済、国際関係に関して理解するとともに、資料から必要な情報を読み取る技能を身に付けられるようにする。
- ・技術・家庭〔家庭分野〕B「衣食住の生活」(3) ア(ア)日常生活と関連させて、用途に応じた食品の選択について理解し適切にできるように指導することもできる。

ワンポイントアドバイス

世界の様々な食料問題を知り、「食品ロス」にテーマを絞って、食べ物を無駄にしないためにはどうすればよいかを考える授業です。QRコードを活用することで、視覚的に理解させ、関心を高めることができます。食品ロスについての動画(NHK for School ドスルコースル『どうする?食べ物がもったいない』『こうする!食品ロスをなくそう千葉県野田市関宿小学校6年~』)も活用できます。

また、身近に食品ロスがあることに気付かせ、ピラミッドチャートを活用することで自分事として考えられるように導きます。授業後は、学級だより等を活用し、家庭との連携も効果的であると思われます。

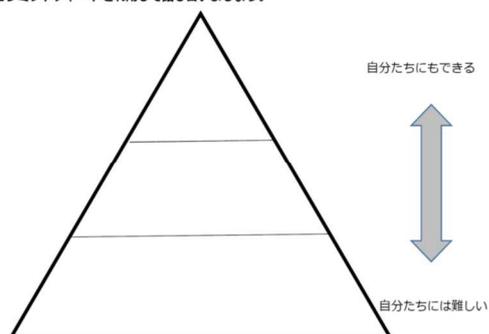
世界の食料問題を考えよう

___年 ___組 ___番 名前_____

1. 食品ロスが起きる要因について考えられることを書き出してみましょう。



2. ピラミッドチャートを利用して話し合しましょう。



3. 食品ロスを減らすために自分ができることを書きましょう。



取組を実践してみよう

___年 ___組 ___番 名前_____

- 食品ロス削減の取り組みを実践し、どのように感じましたか。
また、その成果と課題について書きましょう。



- 保護者の方からのコメント
(今回の取組についてのご意見やご感想をいただけるとありがたいです)

IV 食を通じて他者と関わり、よりよい社会をつくる /
② 私の食と地球はつながっている？

教材 13 今、世界の「食」は危機に直面しているかも。あなたは どうしますか。

私たち人間は地球という限られた環境に住んでいます。

私たちは昔から、この地球という限られた環境の中で食べ物食べて生きてきました。しかし、今、この世界では食に関する様々な問題が起きています。これらの問題は人間の生活と密接に関係しています。私たちが、この地球上で、これからは健全に生きていくためには、これらの問題ときちんと向き合い、改善策を理解した上で、自分に何が出来るかを考えていく必要があります。世界にはどのような食に関する問題があるでしょうか。一緒に見ていきましょう。

1. データで見る「世界の食に関する問題」

次のクイズに挑戦してみましょう。答えは、この教材の資料の中にあります。

問題	答え
Q.1 世界で食料不足による栄養不足に陥っている人口は、総人口の何人に一人か？	
Q.2 世界で1日に捨てられる食料の重さ？	
Q.3 2019年現在、世界の人口は約77億人。2050年、全世界の人口は約何人になると予想されているか？	
Q.4 平成29年度(2017年度)、日本の食料自給率(カロリーベース)は何%か？	

2. 食に関する問題について資料提示

どのような問題があるか、資料から読み取りましょう。

貧困・飢餓

世界の穀物生産量は毎年26億6000万トン以上(2019年現在)あり、世界の全ての人々が十分に食べられるだけの食料が生産されていると言われています。それにもかかわらず、世界では8億2100万人、およそ9人に一人が慢性的な栄養不足となっているのです。



図1 ハンガーマップ(出典:国連WFP https://ja.wfp.org/hunger_map)

買値構造

(出典:国連WFP)

あなたは1食分の食事にいくら払えますか？自宅で作る食事を思い浮かべてください。例えば、ほどよくお腹を満たし、1日に必要な栄養やカロリーの約1/3を補えるものとして、スープや簡単なシチューを作るとします。

もし、アメリカ合衆国のニューヨーク州で、このような食事をする場合、収入のわずか0.6パーセントの費用しかかかりません。しかし、同じ食事を作るのに、南スーダンでは、収入の186パーセントも費やさなければなりません。貧しい国々ではとても手の出ないものとなっています。

図2は、世界36カ国の国々で、スープや簡単なシチューを作るためにかかる費用を表したグラフです。各国における平均収入の中で食費の占める割合を算出して計算しています。

南スーダンでは、収入における食費の割合が先進国の約300倍も高くなります。言い換えれば、ニューヨークに住む人が先に述べたような、スープや簡単なシチューに約392米ドル(1米ドル=105円で換算すると約41,160円)も払わなければならないということです。

<https://ja.wfp.org/news/%E4%B8%80%E7%9A%8F%E3%81%AE%E9%A3%9F%E6%96%99%E3%81%AE%E3%82%B3%E3%82%B9%E3%83%B8>

豆のシチューを作るために、ニューヨークに住んでいる人は、毎日の収入の0.6%をその材料に使うことができる。一方、南スーダンの人は、毎日の収入の201%を使う必要がある。

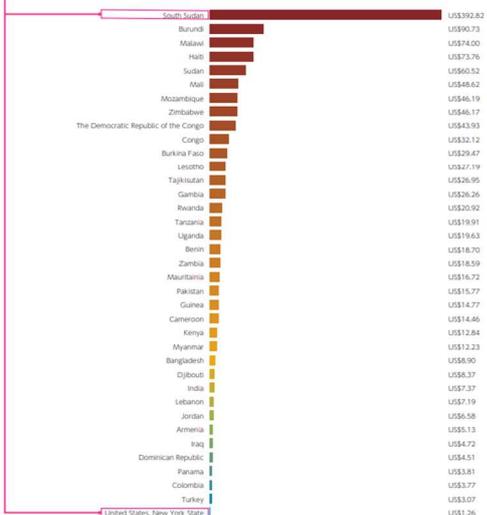


図2 THE COST OF A PLATE OF FOOD 2020 (出典:国連WFP https://cdn.wfp.org/2020/plate-of-food/?_ga=2.131208904.655548617.1601180463-2106961764.1597924825)

食品ロス

「食品ロス」とは、本来食べられるのに捨てられてしまう食品のことです。

図3は、各地域における消費および消費前の段階での一人当たりの食料のロスと廃棄量を表したものです。

グラフは、ヨーロッパと北アメリカ・オセアニアにおける一人当たりの食料ロス(グラフの赤+青)が280~300kg/年であることを示しています。一方、生産から小売の段階における食品ロスが、サハラ以南アフリカと南・東南アジアでは、120~170kg/年です。

ヨーロッパと北アメリカで消費者によって捨てられる一人当たりの食料(グラフの赤)は95~115kg/年ですが、サハラ以南アフリカと南・東南アジアでは6~11kg/年にすぎません。

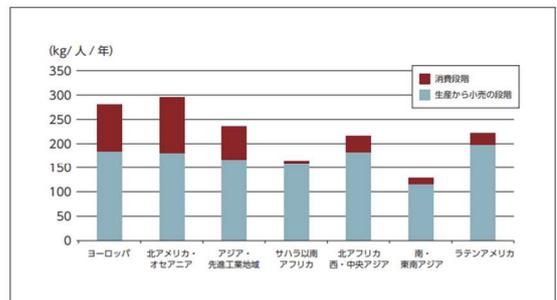


図3 各地域における消費および消費前の段階での一人当たり食料のロスと廃棄量 (出典:国連食糧農業機関(FAO)「世界の食料ロスと食料廃棄(2011)」<http://www.fao.org/3/a/i2697a.pdf>)

また世界全体で見ると、13億トンの食料が毎年捨てられています(FAO調べ2011年)。これは、世界全体の食料生産量の1/3にあたります。

日本の食品廃棄物等は年間2,550万tで、その中で本来食べられるのに捨てられる食品「食品ロス」の量は年間612万tになっています(平成29年度推計値)。

食品ロスは大きく分けると、事業活動を伴って発生する食品ロスである「事業系食品ロス」、各家庭から発生する食品ロス「家庭系食品ロス」があります。612万tのうち、事業系食品ロスは328万t、家庭系食品ロスは284万tでした。

日本における1人当たりの食品ロス量は1年で約48kgであり、これは、日本人1人当たりが毎日お茶碗1杯分のご飯を捨てているのと同じ量になります。



図4 日本の食品ロスの状況
https://www.maff.go.jp/j/shokusan/recycle/syoku_loss/161227_4.html

人口と食料のバランス見込み

世界の人口は1950年から2020年にかけて年々増加しており、今後も増加の見通しになっています。人口の増加に伴って穀物の収穫量も年々増えていますが、収穫面積はほぼ横ばいです。生産量が増えたのは、生産技術の向上などにより、単位面積当たりの収穫量である単収が増えたからです。しかし、単収はいずれ限界がくると言われています。

世界人口は急速に増加し、2050年には約97億人



図5 世界の人口の見通し
 (出典：消費者庁)「食品ロス削減関係参考資料」
https://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer_policy/information/food_loss/efforts/assets/efforts_201130_0001.pdf

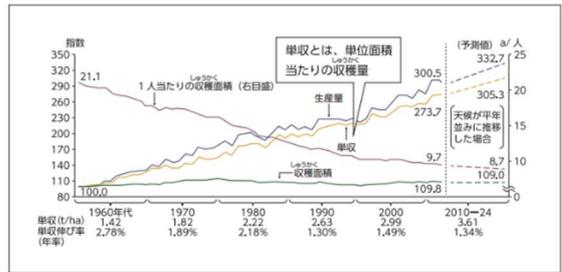


図6 穀物の収穫面積、生産量等の推移と見通し
 (出典：農林水産省)
https://www.maff.go.jp/j/wpaper/w_maff/h26/h26_h/trend/part1/chap1/c1_01_2.html

食料自給率

諸外国の中では、米国、フランス、ドイツなどが高い水準になっています。我が国は、1961年に比べて低い水準で推移しています。

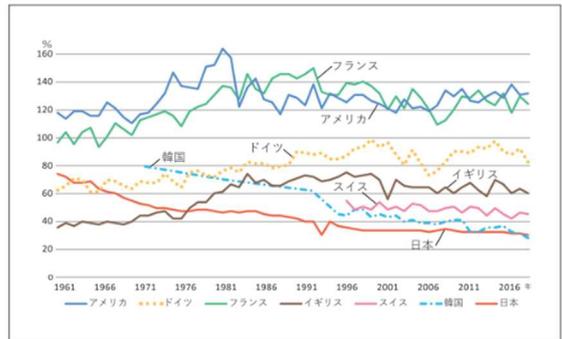


図7 諸外国の食料自給率
 (出典：農林水産省)「諸外国の食料自給率等」
https://www.maff.go.jp/j/zyukyu/zikyu_nitu/attach/pdf/013-3.pdf

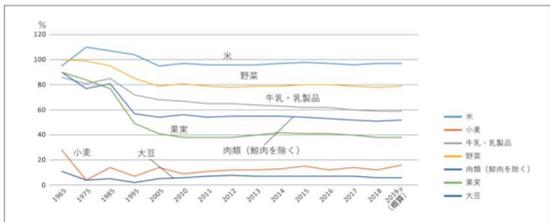


図8 日本の主な農産物の自給率の移り変わり
 (出典：農林水産省)「日本の食料自給率」
https://www.maff.go.jp/j/zyukyu/zikyu_nitu/attach/pdf/012-15.pdf

自然環境の保全と農業

食料の輸送量に輸送距離を乗じた指標として「フード・マイルージ」があります。これは、「生産地から食卓までの距離が短い食料を食べた方が輸送に伴う環境への負荷が少ないであろう」という仮説を前提として考え出されたものです。

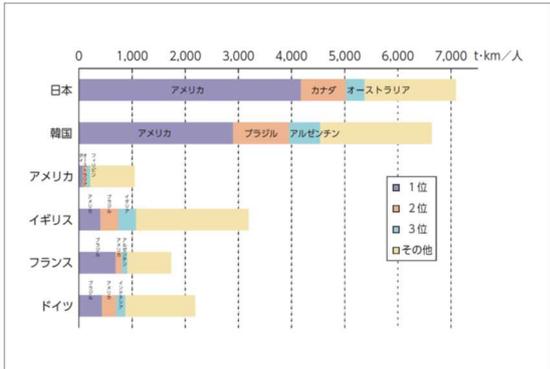


図9 (出典：農林水産省)「1人当たりフードマイルージの比較(輸入相手国別)」
<https://www.maff.go.jp/j/council/sesaku/kikaku/goudou/06/pdf/data2.pdf>

例えば、東京でプロッコリー1個(250g)を買った場合、米国(西部のカリフォルニア州)から輸入したプロッコリーでは、フード・マイルージは0.25kg × 8,579km = 2,145kg・km、輸送によって排出されるCO₂の量は51gとなります。一方、愛知県から輸送したプロッコリーでは、それぞれ0.25kg × 298km = 75kg・km、13gとなります。人口1人当たりの輸入食料のフード・マイルージは、我が国では平成13(2001)年に7,093t・kmとなっています。諸外国と比較すると、米国1,051t・km、英国3,195t・km、フランス1,738t・km、ドイツ2,090t・kmとなっており、我が国のフード・マイルージは相当程度高い水準となっています(2001年調査)。

コラム SDGs (Sustainable Development Goals: 持続可能な開発目標)

SDGs (Sustainable Development Goals: 持続可能な開発目標)は、「誰一人取り残さない(leave no one behind)、持続可能でよりよい社会の実現を目指す世界共通の目標です。2015年の国連サミットにおいて全ての加盟国が合意した「持続可能な開発のための2030アジェンダ」の中で掲げられました。2030年を達成年限とし、17のゴールと169のターゲットから構成されています。

17のゴールは、①貧困や飢餓、教育など未だに解決を見ない社会面の開発アジェンダ、②エネルギーや資源の有効活用、働き方の改善、不平等の解消など全ての国が持続可能な形で経済成長を目指す経済アジェンダ、そして③地球環境や気候変動など地球規模で取り組むべき環境アジェンダといった世界が直面する課題を網羅的に示しています。SDGsは、これら社会、経済、環境の3側面から捉えることのできる17のゴールを、統合的に解決しながら持続可能なよりよい未来を築くことを目標としています。



3. 食に関する問題には、どのようなものがあり、どのような解決策が考えられるでしょう？

- (1) 食に関する問題について、分かったことを書きましょう。
- (2) (1) で整理したことから1つ選び、その解決策を考えてみましょう。

4. 問題解決・改善ツールの解説

世界が抱えている様々な問題の解決のため、以下のような取組や考え方が広まっています。それぞれについて詳しく調べてみましょう。

・フェアトレード (フェアトレードジャパンHPから引用)

フェアトレードとは直訳すると「公平・公正な貿易」。つまり、開発途上国の原料や製品を適正な価格で継続的に購入することにより、立場の弱い開発途上国の生産者や労働者の生活改善と自立を目指す「貿易のしくみ」をいいます。



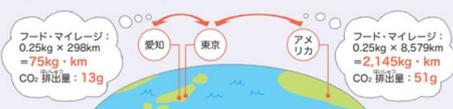
・フード・マイルージ、地産地消 (農水省HP)

これは、1990年代から英国で行われている「Food Miles (フードマイルズ) 運動」を基にした概念であり、「生産地から食卓までの距離が短い食料を食べた方が輸送に伴う環境への負荷が少ないであろう」という仮説を前提として考え出されたものです。この指標から、今後、我が国において、食料の輸送に伴う環境への負荷軽減に向け、国内生産の拡大、地産地消の推進等の取組をどのようにすればよいのかを考えていく必要があります。



*地産地消とは、地元で生産されたものを地元で消費するという意味の言葉であり、地域の活性化や環境負荷軽減などの効果が期待されています。

【例えば、東京でプロقوقコリー1個(250g)を買った場合~】



・GAP (農水省HP)

GAP (Good Agricultural Practice: 農業生産工程管理) とは、農業において、適正な農業の使用などの食品安全、廃棄物の適正処理などの環境保全、機械・設備の点検・整備などの労働安全等の持続可能性を確保するための生産工程管理の取組のことです。これを我が国の多くの農業者や産地が取り入れることにより、結果として持続可能性の確保、競争力の強化、品質の向上、農業経営の改善や効率化に資するとともに、消費者や実需者の信頼の確保が期待されます。



・アニマルウェルフェア (農水省HP)

我が国も加盟しており、世界の動物衛生の向上を目的とする政府間機関である国際獣疫事務局(OIE)の勧告において、「アニマルウェルフェアとは、動物の生活とその死に関わる環境と関連する動物の身体的・心的状態」と定義されています。



アニマルウェルフェアについては、家畜を快適な環境下で飼養することにより、家畜のストレスや疾病を減らすことが重要であり、結果として、生産性の向上や安全な畜産物の生産にもつながることから、農林水産省としては、アニマルウェルフェアの考え方を踏まえた家畜の飼養管理の普及に努めています。

コラム 子ども食堂とは

「子ども食堂」という言葉を聞いたことがありますか。近年、地域住民等による民間発の取組として無料または安価で栄養のある食事や温かなだんらんを提供する子ども食堂等が広がっています。子ども食堂は、子どもの食育や居場所づくりにとどまらず、それを契機として、高齢者や障害者を含む地域住民の交流拠点に発展する可能性があり、地域共生社会の実現に向けて大きな役割を果たすことが期待されます。



5. 私たちは、この先もずっと食べることで命をつないでいきます。このことは世界中の人々にとっても同じことです。

- (1) あなたにできることを考えてみましょう。
- (2) 「これからの私たちの食の在り方」について考えてみましょう。
- (3) 自分の考えが変わったところはありましたか。グループで交流してみましょう。

- 食に関する問題について「食料不足」「貧困・飢餓」「貿易構造」「食品ロス」「環境負荷」などテーマを絞ってさらに詳しく調べてみましょう。
- 詳しく調べたことや話し合ったことをもとに自分の考えを深めてみましょう。
- 深めた自分の考えを発表したり紹介したりしてみましょう。

参考資料

農林水産省 子どもページ
https://www.maff.go.jp/j/kids/



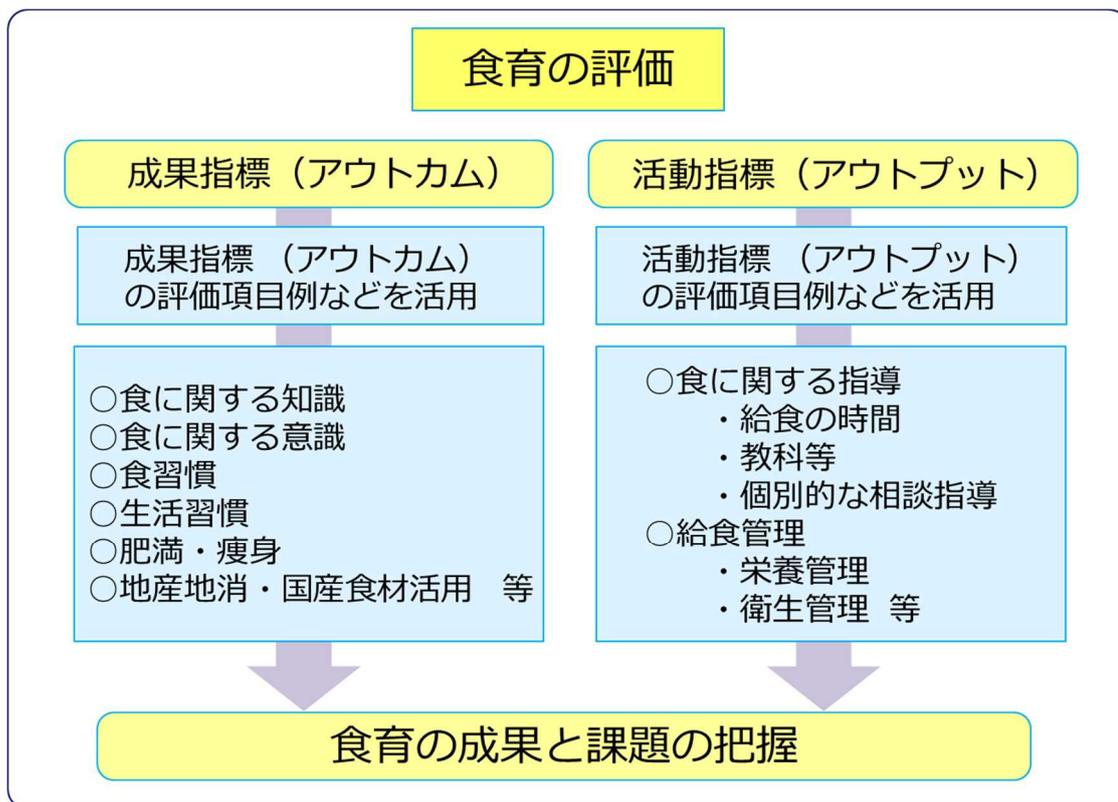
消費者庁 食品ロス
https://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer_policy/information/food_loss/education/



6 学校における食育推進の評価

食育の推進に対する評価は、子供や子供を取り巻く環境の変化の評価である成果指標（アウトカム）と活動（実施）状況の評価である活動指標（アウトプット）に分類できます。成果指標、活動指標、両方とも次の食に関する指導の全体計画の改善に必要ですが、校内、地域、社会に広く食育の推進を理解してもらうためには、成果指標（アウトカム）の評価が必要であり、中でも子供の食習慣の評価が大切です。

評価には、数値による量的な評価と数値に表すのが難しい質的な評価があります。また、成果指標（アウトカム）と活動指標（アウトプット）の両方を設定し、総合的な評価につなげます。



出典「食に関する指導の手引－第二次改訂版－」（文部科学省平成31年3月）

成果指標（アウトカム）の評価では、全体計画作成時に設定した評価指標の目標値を基準に取組による変化を評価します。例えば、「配膳されたものを残さず食べられた子供の割合：現状値60%、目標値70%、実績値75%」であれば、「1（できた）」と評価できます。なお、実績値の評価基準については、例えば、1:75%以上、2:70~75%、3:70~60%、4:60%以下など、あらかじめ食育推進組織で話し合っておく必要があります。また、実績値の求め方は、全体計画作成時で行った実態把握の方法と同じ方法で行います。

具体的な成果指標としては、子供の肥満度などの健康診断結果の変化や血液検査の変化、生活習慣病の有病者予備群等の変化、体力向上や生活習慣の改善、意識変化などがあります。これら、成果指標の評価には、子供の変化に加え、子供を取り巻く環境である学校や家庭の変化も含まれます。

<成果指標（アウトカム）の評価項目例>

各学校等の実情に合わせて、以下の指標の中から必要な項目を選択、加除修正又は各学校独自の指標を設定します。また、対象とする学年や様式、評価の方法等についても、適宜、設定します。

成果指標（アウトカム）の例		現状値	目標値	実績値	評価	備考（取組状況や参考となる事項等）
食に関する知識の習得状況	知識テストや授業等による知識の習得状況など	●%	●%	●%	1 2 3 4	
食に関する意識の改善状況	食育に「関心がある」と回答した割合	●%	●%	●%	1 2 3 4	
	「朝食をとることは大切である」と回答した割合	●%	●%	●%	1 2 3 4	
食習慣の状況（朝食摂取、食事内容等）	朝食を「毎日食べる」と回答した割合	●%	●%	●%	1 2 3 4	
	「栄養バランスを考えた食事をとっている」と回答した割合	●%	●%	●%	1 2 3 4	
	朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数	●%	●%	●%	1 2 3 4	
生活習慣の状況（睡眠時間、排便習慣等）	睡眠時間を●時以上確保できている割合	●%	●%	●%	1 2 3 4	
肥満・瘦身の状況	肥満度20%以上の出現率	●%	●%	●%	1 2 3 4	
	肥満度-20%以上の出現率	●%	●%	●%	1 2 3 4	
学校給食での栄養摂取状況	配膳されたものを残さず食べられた子供の割合	●%	●%	●%	1 2 3 4	
疾病（不定愁訴）等の発生状況	病欠者の人数（割合）	●%	●%	●%	1 2 3 4	
地場産物、国産食材の活用状況	地場産物・国産食材の活用割合	●%	●%	●%	1 2 3 4	
給食時の衛生管理状況	給食前に手洗いをしている児童生徒の割合	●%	●%	●%	1 2 3 4	
学校給食関連事故の発生状況	学校給食関連事故の発生件数	0件	0件	0件	1 2 3 4	
（参考）児童生徒の体力の状況	新体力テストのD・E段階の割合	●%	●%	●%	1 2 3 4	
（参考）児童生徒の学力の状況	全国学力テストの結果が●%以上の割合	●%	●%	●%	1 2 3 4	

【評価】 1：できた 2：おおむねできた 3：あまりできなかった 4：できなかった

活動指標（アウトプット）の評価は、学校における食育の取組状況等に対する評価です。これも、全体計画作成時で設定した活動指標に沿って行います。評価はその取組に関わった実施者による自己評価だけでなく、第三者の視点も交えて複数で行う方が客観的な評価ができます。

具体的な活動指標としては、食育指導実施率、食育指導の継続率、親子給食の回数、食育研修の回数などがあります。

<活動指標（アウトプット）の評価項目例>

各学校等の実情に合わせて、以下の指標の中から必要な項目を選択、加除修正又は各学校独自の指標を設定します。また、評価の様式や方法等についても、適宜、設定します。

区分	評価指標	評価（特記事項）		
食 に 関 する 指 導	給食の時間を活用した食に関する指導が推進され、機能しているか。	1 2 3 4		
	<input type="checkbox"/> 栄養教諭と学級担任が連携した指導を計画的に実施できたか。	1 2 3 4		
	<input type="checkbox"/> 学級担任による給食の時間における食に関する指導を計画どおり実施できたか。	1 2 3 4		
	<input type="checkbox"/> 手洗い、配膳、食事のマナーなどの日常的な給食指導を継続的に実施できたか。	1 2 3 4		
	<input type="checkbox"/> 教科等で取り上げられた食品や学習したことを学校給食を通して確認できたか。	1 2 3 4		
	<input type="checkbox"/> 献立を通して、伝統的な食文化や行事食、食品の産地や栄養的な特徴等を計画的に指導できたか。	1 2 3 4		
	食教 に 関 する 指 導	教科・特別活動等における食に関する指導が推進され、機能しているか。	1 2 3 4	
	<input type="checkbox"/> 栄養教諭が計画どおりに授業参画できたか。	1 2 3 4		
	<input type="checkbox"/> 教科等の目標に準じ授業を行い、評価基準により評価できたか。	1 2 3 4		
	<input type="checkbox"/> 教科等の学習内容に「食育の視点」を位置付けることができたか。	1 2 3 4		
	個 別 的 な 相 談 指 導	偏食、肥満・痩身、食物アレルギー等に関する個別的な相談指導が行われ、機能しているか。	1 2 3 4	
		<input type="checkbox"/> 肥満傾向、過度の痩身、偏食傾向等の児童生徒に適切な指導ができたか。	1 2 3 4	
		<input type="checkbox"/> 食物アレルギーを有する児童生徒に適切な指導ができたか。	1 2 3 4	
		<input type="checkbox"/> 運動部活動などでスポーツをする児童生徒に適切な指導ができたか。	1 2 3 4	
		<input type="checkbox"/> 栄養教諭、学級担任、養護教諭、学校医などが連携を図り、指導ができたか。	1 2 3 4	

区分	評価指標	評価（特記事項）	
給食管理項目を評価する。可能な	「学校給食実施基準」を踏まえた給食が提供されているか。	1 2 3 4	
	<input type="checkbox"/> 「学校給食摂取基準」を踏まえた、栄養管理及び栄養指導ができたか。	1 2 3 4	
	<input type="checkbox"/> 「学校給食摂取基準」及び食品構成等に配慮した献立の作成、献立会議への参加・運営ができたか。	1 2 3 4	
	<input type="checkbox"/> 食事状況調査、試行調査、残食量調査等が実施できたか。	1 2 3 4	
	「学校給食衛生管理基準」を踏まえた衛生管理がなされているか。	1 2 3 4	
	<input type="checkbox"/> 衛生管理を徹底し、食中毒の予防に取り組めたか。	1 2 3 4	
	<input type="checkbox"/> 調理過程から配膳までの手順や衛生管理を徹底し、異物混入を予防できたか。	1 2 3 4	
	<input type="checkbox"/> 国や学校等の対応方針に基づき、適切な食物アレルギー対応ができたか。	1 2 3 4	
	<input type="checkbox"/> 検食を適切に実施し、記録を残しているか。	1 2 3 4	
	<input type="checkbox"/> 保存食を適切に採取・保存し、記録を残しているか。	1 2 3 4	
	<input type="checkbox"/> 調理及び配食に関する指導は適切に行うことができたか。	1 2 3 4	
	<input type="checkbox"/> 物資選定委員会等出席や食品購入に関する事務を適切に行うことができたか。	1 2 3 4	
	<input type="checkbox"/> 産地別使用量の記録や諸帳簿の記入、作成を適切に行うことができたか。	1 2 3 4	
	<input type="checkbox"/> 施設・設備の維持管理を適切に行うことができたか。	1 2 3 4	
連携・調整	食に関する指導	教師同士の連携体制が構築され、食に関する指導が行われているか。	1 2 3 4
	<input type="checkbox"/> 栄養教諭は養護教諭、学級担任等と連携して指導ができたか。	1 2 3 4	
	<input type="checkbox"/> 栄養教諭を中心として、家庭や地域、生産者等と連携を図った指導ができたか。	1 2 3 4	
	給食管理	栄養教諭と教職員の連携のもと給食管理が行われているか。	1 2 3 4
	<input type="checkbox"/> 栄養教諭は学級担任・養護教諭等と連携して栄養管理、衛生管理ができたか。	1 2 3 4	
	<input type="checkbox"/> 栄養教諭は調理員等と連携して給食管理ができたか。	1 2 3 4	
	<input type="checkbox"/> 栄養教諭を中心として、納入業者や生産者等と連携を図った指導ができたか。	1 2 3 4	

【評価】 1：できた 2：おおむねできた 3：あまりできなかった 4：できなかった

評価結果を踏まえて、食育推進組織において次年度に向けての改善点を検討します。その際、栄養教諭等は、校長（推進組織の委員長）に客観的な評価資料を示し、具体的な改善点を相談した上で、全教職員で共通理解を図ります。また、保護者や地域住民などにも適宜評価結果を公表し、相互理解を深め連携体制を改善・強化するとともに、次年度の計画策定に生かします。

評価結果の考察には、どのような取組を実施した結果なのか、という視点が必要となり、指導計画と活動内容とあわせて評価結果を読むことで、次年度の指導計画の改善案の提案が可能となります。

なお、学校における食育の評価については、文部科学省の「食に関する指導の手引－第二次改訂版－」（平成31年3月）の252頁から261頁に記載の内容を参考としてください。



参 考 资 料

学習指導要領における「食に関する教育」について、育成を目指す資質・能力に関連する内容のうち、主要なものを抜粋し、以下に示します。

【小学校】

＜社会＞

～目標～

社会的な見方・考え方を働かせ、課題を追究したり解決したりする活動を通して、グローバル化する国際社会に主体的に生きる平和で民主的な国家及び社会の形成者に必要な公民としての資質・能力の基礎を次のとおり育成することを目指す。

- (1) 地域や我が国の国土の地理的環境、現代社会の仕組みや働き、地域や我が国の歴史や伝統と文化を通して社会生活について理解するとともに、様々な資料や調査活動を通して情報を適切に調べまとめる技能を身に付けるようにする。
- (2) 社会的事象の特色や相互の関連、意味を多角的に考えたり、社会に見られる課題を把握して、その解決に向けて社会への関わり方を選択・判断したりする力、考えたことや選択・判断したことを適切に表現する力を養う。
- (3) 社会的事象について、よりよい社会を考え主体的に問題解決しようとする態度を養うとともに、多角的な思考や理解を通して、地域社会に対する誇りと愛情、地域社会の一員としての自覚、我が国の国土と歴史に対する愛情、我が国の将来を担う国民としての自覚、世界の国々の人々と共に生きていくことの大切さについての自覚などを養う。

○食に関連する内容

《第5学年》

(2) 我が国の農業や水産業における食料生産について、学習の問題を追究・解決する活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

ア 次のような知識及び技能を身に付けること。

(ア) 我が国の食料生産は、自然条件を生かして営まれていることや、国民の食料を確保する重要な役割を果たしていることを理解すること。

(イ) 食料生産に関わる人々は、生産性や品質を高めるよう努力したり輸送方法や販売方法を工夫したりして、良質な食料を消費地に届けるなど、食料生産を支えていることを理解すること。

(ウ) 地図帳や地球儀、各種の資料で調べ、まとめること。

イ 次のような思考力、判断力、表現力等を身に付けること。

(ア) 生産物の種類や分布、生産量の変化、輸入など外国との関わりなどに着目して、食料生産の概要を捉え、食料生産が国民生活に果たす役割を考え、表現すること。

(イ) 生産の工程、人々の協力関係、技術の向上、輸送、価格や費用などに着目して、食料生産に関わる人々の工夫や努力を捉え、その働きを考え、表現すること。

※(2)内容の(2)については、次のとおり取り扱うものとする。

ア アの(イ)及びイの(イ)については、食料生産の盛んな地域の具体的事例を通して調べることとし、稲作のほか、野菜、果物、畜産物、水産物などの中から一つを取り上げる。

イ イの（ア）及び（イ）については、消費者や生産者の立場などから多角的に考えて、これからの農業などの発展について、自分の考えをまとめることができるよう配慮すること。

<理科>

～目標～

自然に親しみ、理科の見方・考え方を働かせ、見通しをもって観察、実験を行うことなどを通して、自然の事物・現象についての問題を科学的に解決するために必要な資質・能力を次のとおり育成することを目指す。

- （１） 自然の事物・現象についての理解を図り、観察、実験などに関する基本的な技能を身に付けるようにする。
- （２） 観察、実験などを行い、問題解決の力を養う。
- （３） 自然を愛する心情や主体的に問題解決しようとする態度を養う。

○食に関連する内容

《第４学年》

B 生命・地球

（１） 人の体のつくりと運動

人や他の動物について、骨や筋肉のつくりと働きに着目して、それらに関係付けて調べる活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

ア 次のことを理解するとともに、観察、実験などに関する技能を身に付けること。

（イ）人が体を動かすことができるのは、骨、筋肉の働きによること。

イ人や他の動物について追究する中で、既習の内容や生活経験を基に、人や他の動物の骨や筋肉のつくりと働きについて、根拠のある予想や仮説を発想し、表現すること。

《第５学年》

B 生命・地球

（１） 植物の発芽、成長、結実

植物の育ち方について、発芽、成長及び結実の様子に着目して、それらに関わる条件を制御しながら調べる活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

ア 次のことを理解するとともに、観察、実験などに関する技能を身に付けること。

（ア）植物は、種子の中の養分を基にして発芽すること。

（ウ）植物の成長には、日光や肥料などが関係していること。

イ植物の育ち方について追究する中で、植物の発芽、成長及び結実とそれらに関わる条件についての予想や仮説を基に、解決の方法を発想し、表現すること。

（２） 動物の誕生

動物の発生や成長について、魚を育てたり人の発生についての資料を活用したりする中で、卵や胎児の様子に着目して、時間の経過と関係付けて調べる活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

ア 次のことを理解するとともに、観察、実験などに関する技能を身に付けること。

（イ）人は、母体内で成長して生まれること。

イ 動物の発生や成長について追究する中で、動物の発生や成長の様子と経過についての予想や仮説を基に、解決の方法を発想し、表現すること。

《第6学年》

B 生命・地球

(1) 人の体のつくりと働き

人や他の動物について、体のつくりと呼吸、消化、排出及び循環の働きに着目して、生命を維持する働きを多面的に調べる活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

ア 次のことを理解するとともに、観察、実験などに関する技能を身に付けること。

(イ) 食べ物は、口、胃、腸などを通る間に消化、吸収され、吸収されなかった物は排出されること。

(ウ) 血液は、心臓の働きで体内を巡り、養分、酸素及び二酸化炭素などを運んでいること。

(エ) 体内には、生命活動を維持するための様々な臓器があること。

イ 人や他の動物の体のつくりと働きについて追究する中で、体のつくりと呼吸、消化、排出及び循環の働きについて、より妥当な考えをつくりだし、表現すること。

(3) 生物と環境

生物と環境について、動物や植物の生活を観察したり資料を活用したりする中で、生物と環境との関わりに着目して、それらを多面的に調べる活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

ア 次のことを理解するとともに、観察、実験などに関する技能を身に付けること。

(イ) 生物の間には、食う食われるという関係があること。

イ 生物と環境について追究する中で、生物と環境との関わりについて、より妥当な考えをつくりだし、表現すること。

<生活>

～目標～

具体的な活動や体験を通して、身近な生活に関わる見方・考え方を生かし、自立し生活を豊かにしていくための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。

- (1) 活動や体験の過程において、自分自身、身近な人々、社会及び自然の特徴やよさ、それらの関わり等に気付くとともに、生活上必要な習慣や技能を身に付けるようにする。
- (2) 身近な人々、社会及び自然を自分との関わりで捉え、自分自身や自分の生活について考え、表現することができるようにする。
- (3) 身近な人々、社会及び自然に自ら働きかけ、意欲や自信をもって学んだり生活を豊かにしたりしようとする態度を養う。

○食に関連する内容

《第1学年及び第2学年》

〔学校、家庭及び地域の生活に関する内容〕

- (2) 家庭生活に関わる活動を通して、家庭における家族のことや自分でできることなどについて考えることができ、家庭での生活は互いに支え合っていることが分かり、自分の役割を積極的に果たしたり、規則正しく健康に気を付けて生活したりしようとする。
- (3) 地域に関わる活動を通して、地域の場所やそこで生活したり働いたりしている人々について考えることができ、自分たちの生活は様々な人や場所と関わっていることが分かり、それらに親しみや愛着をもち、適切に接したり安全に生活したりしようとする。

〔身近な人々、社会及び自然と関わる活動に関する内容〕

- (5) 身近な自然を観察したり、季節や地域の行事に関わったりするなどの活動を通して、それらの違いや特徴を見付けることができ、自然の様子や四季の変化、季節によって生活の様子が変わることや気付くとともに、それらを取り入れ自分の生活を楽しくしようとする。
- (7) 動物を飼ったり植物を育てたりする活動を通して、それらの育つ場所、変化や成長の様子に関心をもって働きかけることができ、それらは生命をもっていることや成長していることに気付くとともに、生き物への親しみをもち、大切にしようとする。

＜家庭＞

～目標～

生活の営みに係る見方・考え方を働かせ、衣食住などに関する実践的・体験的な活動を通して、生活をよりよくしようと工夫する資質・能力を次のとおり育成することを目指す。

- (1) 家族や家庭、衣食住、消費や環境などについて、日常生活に必要な基礎的な理解を図るとともに、それらに係る技能を身に付けるようにする。
- (2) 日常生活の中から問題を見いだして課題を設定し、様々な解決方法を考え、実践を評価・改善し、考えたことを表現するなど、課題を解決する力を養う。
- (3) 家庭生活を大切にできる心情を育み、家族や地域の人々との関わりを考え、家族の一員として、生活をよりよくしようと工夫する実践的な態度を養う。

○食に関連する内容

《第5学年及び第6学年》

B 衣食住の生活

次の(1)から(6)までの項目について、課題をもって、健康・快適・安全で豊かな食生活、衣生活、住生活に向けて考え、工夫する活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

- (1) 食事の役割
 - ア 食事の役割が分かり、日常の食事の大切さと食事の仕方について理解すること。
 - イ 楽しく食べるために日常の食事の仕方を考え、工夫すること。
- (2) 調理の基礎
 - ア 次のような知識及び技能を身に付けること。
 - (ア) 調理に必要な材料の分量や手順が分かり、調理計画について理解すること。
 - (イ) 調理に必要な用具や食器の安全で衛生的な取扱い及び加熱用調理器具の安全な取扱いについて理解し、適切に使用できること。
 - (ウ) 材料に応じた洗い方、調理に適した切り方、味の付け方、盛り付け、配膳及び後片付けを理解し、適切にできること。

- (工) 材料に適したゆで方、いため方を理解し、適切にできること。
- (オ) 伝統的な日常食である米飯及びみそ汁の調理の仕方を理解し、適切にできること。
- イ おいしく食べるために調理計画を考え、調理の仕方を工夫すること。

(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。
 - (ア) 体に必要な栄養素の種類と主な働きについて理解すること。
 - (イ) 食品の栄養的な特徴が分かり、料理や食品を組み合わせるとる必要があることを理解すること。
 - (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。

※(2)内容の「B衣食住の生活」については、次のとおり取り扱うこと。

- イ (2)のアの(工)については、ゆでる材料として青菜やじゃがいもなどを扱うこと。
- (オ)については、和食の基本となるだしの役割についても触れること。
- ウ (3)のアの(ア)については、五大栄養素と食品の体内での主な働きを中心に扱うこと。(ウ)については、献立を構成する要素として主食、主菜、副菜について扱うこと。
- 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。また、第4学年までの食に関する学習との関連を図ること。

※3 実習の指導に当たっては、次の事項に配慮するものとする。

- (3) 調理に用いる食品については、生の魚や肉は扱わないなど、安全・衛生に留意すること。また、食物アレルギーについても配慮すること。

<体育>

～目標～

体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を見付け、その解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。

- (1) その特性に応じた各種の運動の行い方及び身近な生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な動きや技能を身に付けるようにする。
- (2) 運動や健康についての自己の課題を見付け、その解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力を養う。
- (3) 運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し、楽しく明るい生活を営む態度を養う。

○食に関連する内容

《第3学年及び第4学年》

G 保健

- (1) 健康な生活について、課題を見付け、その解決を目指した活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。
 - ア 健康な生活について理解すること。
 - (ア) 心や体の調子がよいなどの健康の状態は、主体の要因や周囲の環境の要因が関わっていること。

- (イ) 毎日を健康に過ごすには、運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活を続けること、また、体の清潔を保つことなどが必要であること。
- イ 健康な生活について課題を見付け、その解決に向けて考え、それを表現すること。
- (2) 体の発育・発達について、課題を見付け、その解決を目指した活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。
 - ア 体の発育・発達について理解すること。
 - (ア) 体は、年齢に伴って変化すること。また、体の発育・発達には、個人差があること。
 - (イ) 体は、思春期になると次第に大人の体に近づき、体つきが変わったり、初経、精通などが起こったりすること。また、異性への関心が芽生えること。
 - (ウ) 体をよりよく発育・発達させるには、適切な運動、食事、休養及び睡眠が必要であること。
 - イ 体がよりよく発育・発達するために、課題を見付け、その解決に向けて考え、それを表現すること。
- ※(6) 内容の「G保健」の(1)については、学校でも、健康診断や学校給食など様々な活動が行われていることについて触れるものとする。
- (8) 各領域の各内容については、運動と健康が密接に関連していることについての具体的な考えがもてるよう指導すること。

《第5学年及び第6学年》

G 保健

- (3) 病気の予防について、課題を見付け、その解決を目指した活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。
 - ア 病気の予防について理解すること。
 - (ア) 病気は、病原体、体の抵抗力、生活行動、環境が関わりあって起こること。
 - (イ) 病原体が主な要因となって起こる病気の予防には、病原体が体に入るのを防ぐことや病原体に対する体の抵抗力を高めることが必要であること。
 - (ウ) 生活習慣病など生活行動が主な要因となって起こる病気の予防には、適切な運動、栄養の偏りのない食事をとること、口腔の衛生を保つことなど、望ましい生活習慣を身に付ける必要があること。
 - (オ) 地域では、保健に関わる様々な活動が行われていること。
 - イ 病気を予防するために、課題を見付け、その解決に向けて思考し判断するとともに、それらを表現すること。
- ※(10) 保健の内容のうち運動、食事、休養及び睡眠については、食育の観点も踏まえつつ、健康的な生活習慣の形成に結び付くよう配慮するとともに、保健を除く第3学年以上の各領域及び学校給食に関する指導においても関連した指導を行うようにすること。

<特別の教科 道徳>

～目標～

第1章総則の第1の2の(2)に示す道徳教育の目標に基づき、よりよく生きるための基盤となる道徳性を養うため、道徳的諸価値についての理解を基に、自己を見つめ、物事を多面的・多角的に考え、自己の生き方についての考えを深める学習を通して、道徳的な判断力、心情、実践意欲と態度を育てる。

○食に関連する内容

《第1学年及び第2学年》

A 主として自分自身に関すること

[節度、節制]

健康や安全に気を付け、物や金銭を大切にし、身の回りを整え、わがままをしないで、規則正しい生活をする事。

B 主として人との関わりに関すること

[感謝]

家族など日頃世話になっている人々に感謝すること。

C 主として集団や社会との関わりに関すること

[伝統と文化の尊重、国や郷土を愛する態度]

我が国や郷土の文化と生活に親しみ、愛着をもつこと。

D 主として生命や自然、崇高なものとの関わりに関すること

[生命の尊さ]

生きることのすばらしさを知り、生命を大切にすること。

《第3学年及び第4学年》

A 主として自分自身に関すること

[節度、節制]

自分でできることは自分でやり、安全に気を付け、よく考えて行動し、節度のある生活をする事。

B 主として人との関わりに関すること

[感謝]

家族など生活を支えてくれている人々や現在の生活を築いてくれた高齢者に、尊敬と感謝の気持ちをもって接すること。

C 主として集団や社会との関わりに関すること

[伝統と文化の尊重、国や郷土を愛する態度]

我が国や郷土の伝統と文化を大切にし、国や郷土を愛する心をもつこと。

D 主として生命や自然、崇高なものとの関わりに関すること

[生命の尊さ]

生命の尊さを知り、生命あるものを大切にすること。

《第5学年及び第6学年》

B 主として人との関わりに関すること

[感謝]

日々の生活が家族や過去からの多くの人々の支え合いや助け合いで成り立っていることに感謝し、それに応えること。

C 主として集団や社会との関わりに関すること

[伝統と文化の尊重、国や郷土を愛する態度]

我が国や郷土の伝統と文化を大切にし、先人の努力を知り、国や郷土を愛する心をもつこと。

D 主として生命や自然、崇高なものとの関わりに関すること

[生命の尊さ]

生命が多く、生命のつながりの中にあるかけがえのないものであることを理解し、生命を尊重すること。

<総合的な学習の時間>

～目標～

探究的な見方・考え方を働かせ、横断的・総合的な学習を行うことを通して、よりよく課題を解決し、自己の生き方を考えていくための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。

- (1) 探究的な学習の過程において、課題の解決に必要な知識及び技能を身に付け、課題に関わる概念を形成し、探究的な学習のよさを理解するようにする。
- (2) 実社会や実生活の中から問いを見だし、自分で課題を立て、情報を集め、整理・分析して、まとめ・表現することができるようにする。
- (3) 探究的な学習に主体的・共同的に取り組むとともに、互いの良さを生かしながら、積極的に社会に参画しようとする態度を養う。

○食に関連する内容

- (5) 目標を実現するにふさわしい探究課題については、学校の実態に応じて、例えば、国際理解、情報、環境、福祉・健康などの現代的な諸課題に対応する横断的・総合的な課題、地域の人々の暮らし、伝統と文化など地域や学校の特色に応じた課題、児童の興味・関心に基づく課題などを踏まえて設定すること。

<特別活動>

～目標～

集団や社会の形成者としての見方・考え方を働かせ、様々な集団活動に自主的、実践的に取り組み、互いのよさや可能性を発揮しながら集団や自己の生活上の課題を解決することを通して、次のとおり資質・能力を育成することを目指す。

- (1) 多様な他者と協働する様々な集団活動の意義や活動を行う上で必要となることについて理解し、行動の仕方を身に付けるようにする。
- (2) 集団や自己の生活、人間関係の課題を見だし、解決するために話し合い、合意形成を図ったり、意思決定したりすることができるようにする。
- (3) 自主的、実践的な集団活動を通して身に付けたことを生かして、集団や社会における生活及び人間関係をよりよく形成するとともに、自己の生き方についての考えを深め、自己実現を図ろうとする態度を養う。

○食に関連する内容

〔学級活動〕

- (2) 日常の生活や学習への適応と自己の成長及び健康安全
Ⅰ 食育の観点を踏まえた学校給食と望ましい食習慣の形成
給食の時間を中心としながら、健康によい食事のとり方など、望ましい食習慣の形成を図るとともに、食事を通して人間関係をよりよくすること。

〔学校行事〕

(3) 健康安全・体育的行事

心身の健全な発達や健康の保持増進、事件や事故、災害等から身を守る安全な行動や規律ある集団行動の体得、運動に親しむ態度の育成、責任感や連帯感の涵養、体力の向上などに資するようにすること。

(5) 勤労生産・奉仕的行事

勤労の尊さや生産の喜びを体得するとともに、ボランティア活動などの社会奉仕の精神を養う体験が得られるようにすること。

【中学校】
＜社会＞

～目標～

社会的な見方・考え方を働かせ、課題を追究したり解決したりする活動を通して、広い視野に立ち、グローバル化する国際社会に主体的に生きる平和で民主的な国家及び社会の形成者に必要な公民としての資質・能力の基礎を次のとおり育成することを目指す。

- (1) 我が国の国土と歴史、現代の政治、経済、国際関係等に関して理解するとともに、調査や諸資料から様々な情報を効果的に調べまとめる技能を身に付けるようにする。
- (2) 社会的事象の意味や意義、特色や相互の関連を多面的・多角的に考察したり、社会に見られる課題の解決に向けて選択・判断したりする力、思考・判断したことを説明したり、それらを基に議論したりする力を養う。
- (3) 社会的事象について、よりよい社会の実現を視野に課題を主体的に解決しようとする態度を養うとともに、多面的・多角的な考察や深い理解を通して涵養される我が国の国土や歴史に対する愛情、国民主権を担う公民として、自国を愛し、その平和と繁栄を図ることや、他国や他国の文化を尊重することの大切さについての自覚などを深める。

○食に関連する内容

〔地理的分野〕

B 世界の様々な地域

(1) 世界各地の人々の生活と環境

場所や人間と自然環境との相互依存関係などに着目して、課題を追究したり解決したりする活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

ア 次のような知識を身に付けること。

(ア) 人々の生活は、その生活が営まれる場所の自然及び社会的条件から影響を受けたり、その場所の自然及び社会的条件に影響を与えたりすることを理解すること。

(イ) 世界各地における人々の生活やその変容を基に、世界の人々の生活や環境の多様性を理解すること。その際、世界の主な宗教の分布についても理解すること。

イ 次のような思考力、判断力、表現力等を身に付けること。

(ア) 世界各地における人々の生活の特色やその変容の理由を、その生活が営まれる場所の自然及び社会的条件などに着目して多面的・多角的に考察し、表現すること。

※(4)内容のBについては、次のとおり取り扱うものとする。

ア (1)については、世界各地の人々の生活の特色やその変容の理由と、その生活が営まれる場所の自然及び社会的条件との関係を考察するに当たって、衣食住の特色や、生活と宗教との関わりなどを取り上げるようにすること。

〔公民的分野〕

A 私たちと現代社会

(1) 私たちが生きる現代社会と文化の特色

イ 次のような思考力、判断力、表現力等を身に付けること。

(ア) 少子高齢化、情報化、グローバル化などが現在と将来の政治、経済、国際関係に与える影響について多面的・多角的に考察し、表現すること。

(イ) 文化の継承と創造の意義について多面的・多角的に考察し、表現すること。

※(2)内容のAについては、次のとおり取り扱うものとする。

ア (1)については、次のとおり取り扱うものとする。

(イ) イの(イ)の「文化の継承と創造の意義」については、我が国の伝統と文化などを取り扱うこと。

B 私たちと経済

(1) 市場の働きと経済

対立と合意、効率と公正、分業と交換、希少性などに着目して、課題を追究したり解決したりする活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

ア 次のような知識を身に付けること。

(ア) 身近な消費生活を中心に経済活動の意義について理解すること。

(イ) 市場経済の基本的な考え方について理解すること。その際、市場における価格の決まり方や資源の配分について理解すること。

<理科>

～目標～

自然の事物・現象に関わり、理科の見方・考え方を働かせ、見通しをもって観察、実験を行うことなどを通して、自然の事物・現象を科学的に探究するために必要な資質・能力を次のとおり育成することを目指す。

(1) 自然の事物・現象についての理解を深め、科学的に探究するために必要な観察、実験などに関する基本的な技能を身に付けるようにする。

(2) 観察、実験などを行い、科学的に探究する力を養う。

(3) 自然の事物・現象に進んで関わり、科学的に探究しようとする態度を養う。

○食に関連する内容

〔第2分野〕

(3) 生物の体のつくりと働き

生物の体のつくりと働きについての観察、実験などを通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

ア 生物の体のつくりと働きとの関係に着目しながら、次のことを理解するとともに、それらの観察、実験などに関する技能を身に付けること。

(ア) 生物と細胞

㊦ 生物と細胞

生物の組織などの観察を行い、生物の体が細胞からできていること及び植物と動物の細胞のつくりの特徴を見いだして理解するとともに、観察器具の操作、観察記録の仕方などの技能を身に付けること。

(ウ) 動物の体のつくりと働き

㊦ 生命を維持する働き

消化や呼吸についての観察、実験などを行い、動物の体が必要な物質を取り入れ運搬している仕組みを観察、実験の結果などと関連付けて理解すること。また、不要となった物質を排出する仕組みがあることについて理解すること。

① 刺激と反応

動物が外界の刺激に適切に反応している様子の観察を行い、その仕組みを感覚器官、神経系及び運動器官のつくりと関連付けて理解すること。

イ 身近な植物や動物の体のつくりと働きについて、見通しをもって解決する方法を立案して観察、実験などを行い、その結果を分析して解釈し、生物の体のつくりと働きについての規則性や関係性を見いだして表現すること。

(5) 生命の連続性

生命の連続性についての観察、実験などを通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

ア 生命の連続性に関する事物・現象の特徴に着目しながら、次のことを理解するとともに、それらの観察、実験などに関する技能を身に付けること。

(ア) 生物の成長と殖え方

㊦ 細胞分裂と生物の成長

体細胞分裂の観察を行い、その順序性を見いだして理解するとともに、細胞の分裂と生物の成長とを関連付けて理解すること。

④ 生物の殖え方

生物の殖え方を観察し、有性生殖と無性生殖の特徴を見いだして理解するとともに、生物が殖えていくときに親の形質が子に伝わることを見いだして理解すること。

(イ) 遺伝の規則性と遺伝子

㊦ 遺伝の規則性と遺伝子

交配実験の結果などに基づいて、親の形質が子に伝わる時の規則性を見いだして理解すること。

(ウ) 生物の種類の多様性と進化

㊦ 生物の種類の多様性と進化

現存の生物及び化石の比較などを通して、現存の多様な生物は過去の生物が長い時間の経過の中で変化して生じてきたものであることを体のつくりと関連付けて理解すること。

イ 生命の連続性について、観察、実験などを行い、その結果や資料を分析して解釈し、生物の成長と殖え方、遺伝現象、生物の種類の多様性と進化についての特徴や規則性を見いだして表現すること。また、探究の過程を振り返ること。

(7) 自然と人間

自然環境を調べる観察、実験などを通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

ア 日常生活や社会と関連付けながら、次のことを理解するとともに、自然環境を調べる観察、実験などに関する技能を身に付けること。

(ア) 生物と環境

㊦ 自然界のつり合い

微生物の働きを調べ、植物、動物及び微生物を栄養の面から相互に関連付けて理解するとともに、自然界では、これらの生物がつり合いを保って生活していることを見いだして理解すること。

<技術・家庭>

～目標～

生活の営みに係る見方・考え方や技術の見方・考え方を働かせ、生活や技術に関する実践的・体験的な活動を通して、よりよい生活の実現や持続可能な社会の構築に向けて、生活を工夫し創造する資質・能力を次のとおり育成することを目指す。

- (1) 生活と技術についての基礎的な理解を図るとともに、それらに係る技能を身に付けるようにする。
- (2) 生活や社会の中から問題を見いだして課題を設定し、解決策を構想し、実践を評価・改善し、表現するなど、課題を解決する力を養う。
- (3) よりよい生活の実現や持続可能な社会の構築に向けて、生活を工夫し創造しようとする実践的な態度を養う。

○食に関連する内容

〔家庭分野〕

B 衣食住の生活

次の(1)から(7)までの項目について、課題をもって、健康・快適・安全で豊かな食生活、衣生活、住生活に向けて考え、工夫する活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

- (1) 食事の役割と中学生の栄養の特徴
 - ア 次のような知識を身に付けること。
 - (ア) 生活の中で食事が果たす役割について理解すること。
 - (イ) 中学生に必要な栄養の特徴が分かり、健康によい食習慣について理解すること。
 - イ 健康によい食習慣について考え、工夫すること。
- (2) 中学生に必要な栄養を満たす食事
 - ア 次のような知識を身に付けること。
 - (ア) 栄養素の種類と働きが分かり、食品の栄養的な特質について理解すること。
 - (イ) 中学生の1日に必要な食品の種類と概量が分かり、1日分の献立作成の方法について理解すること。
 - イ 中学生の1日分の献立について考え、工夫すること。
- (3) 日常食の調理と地域の食文化
 - ア 次のような知識及び技能を身に付けること。
 - (ア) 日常生活と関連付け、用途に応じた食品の選択について理解し、適切にできること。
 - (イ) 食品や調理用具等の安全と衛生に留意した管理について理解し、適切にできること。
 - (ウ) 材料に適した加熱調理の仕方について理解し、基礎的な日常食の調理が適切にできること。
 - (エ) 地域の食文化について理解し、地域の食材を用いた和食の調理が適切にできること。

イ 日常の1食分の調理について、食品の選択や調理の仕方、調理計画を考え、工夫すること。

※(3)内容の「B衣食住の生活」については、次のとおり取り扱うものとする。

イ (1)のアの(ア)については、食事を共にする意義や食文化を継承することについても扱うこと。

ウ (2)のアの(ア)については、水の働きや食物繊維についても触れること。

エ (3)のアの(ア)については、主として調理実習で用いる生鮮食品と加工食品の表示を扱うこと。(ウ)については、煮る、焼く、蒸す等を扱うこと。また、魚、肉、野菜を中心として扱い、基礎的な題材を取り上げること。(エ)については、だしを用いた煮物又は汁物を取り上げること。また、地域の伝統的な行事食や郷土料理を扱うこともできること。

オ 食に関する指導については、技術・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。

<保健体育>

～目標～

体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的な解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。

- (1) 各種の運動の特性に応じた技能等及び個人生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な技能を身に付けるようにする。
- (2) 運動や健康についての自他の課題を発見し、合理的な解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力を養う。
- (3) 生涯にわたって運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し、明るく豊かな生活を営む態度を養う。

○食に関連する内容

〔保健分野〕

(1) 健康な生活と疾病の予防について、課題を発見し、その解決を目指した活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

ア 健康な生活と疾病の予防について理解を深めること。

(イ) 健康の保持増進には、年齢、生活環境等に応じた運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活を続ける必要があること。

(ウ) 生活習慣病などは、運動不足、食事の量や質の偏り、休養や睡眠の不足などの生活習慣の乱れが主な要因となって起こること。また、生活習慣病などの多くは、適切な運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活を実践することによって予防できること。

※(3) 内容の(1)のアのイ及びウについては、食育の観点も踏まえつつ健康的な生活習慣の形成に結び付くように配慮するとともに、必要に応じて、コンピュータなどの情報機器の使用と健康との関わりについて取り扱うことにも配慮するものとする。また、がんについても取り扱うものとする。

※2 第2の内容の取扱いについては、次の事項に配慮するものとする。

- (6) 第1章総則の第1の2の(3)に示す学校における体育・健康に関する指導の趣旨を生かし、特別活動、運動部の活動などとの関連を図り、日常生活における体育・健康に関する活動が適切かつ継続的に実践できるよう留意すること。なお、体力の測定については、計画的に実施し、運動の指導及び体力の向上に活用するようにすること。

<特別の教科 道徳>

～目標～

第1章総則の第1の2の(2)に示す道徳教育の目標に基づき、よりよく生きるための基盤となる道徳性を養うため、道徳的諸価値についての理解を基に、自己を見つめ、物事を広い視野から多面的・多角的に考え、人間としての生き方についての考えを深める学習を通して、道徳的な判断力、心情、実践意欲と態度を育てる。

○食に関連する内容

A 主として自分自身に関すること

[節度、節制]

望ましい生活習慣を身に付け、心身の健康の増進を図り、節度を守り節制に心掛け、安全で調和のある生活をする。

B 主として人との関わりに関すること

[思いやり、感謝]

思いやりの心をもって人と接するとともに、家族などの支えや多くの人々の善意により日々の生活や現在の自分があることに感謝し、進んでそれに応え、人間愛の精神を深めること。

D 主として生命や自然、崇高なものとの関わりに関すること

[生命の尊さ]

生命の尊さについて、その連続性や有限性なども含めて理解し、かけがえのない生命を尊重すること。

<総合的な学習の時間>

～目標～

探究的な見方・考え方を働かせ、横断的・総合的な学習を行うことを通して、よりよく課題を解決し、自己の生き方を考えていくための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。

- (1) 探究的な学習の過程において、課題の解決に必要な知識及び技能を身に付け、課題に関わる概念を形成し、探究的な学習のよさを理解するようにする。
- (2) 実社会や実生活の中から問いを見だし、自分で課題を立て、情報を集め、整理・分析して、まとめ・表現することができるようにする。
- (3) 探究的な学習に主体的・協働的に取り組むとともに、互いのよさを生かしながら、積極的に社会に参画しようとする態度を養う。

○食に関連する内容

- (5) 目標を実現するにふさわしい探究課題については、学校の実態に応じて、例えば、国際理解、情報、環境、福祉・健康などの現代的な諸課題に対応する横断的・総合的な課題、地域や学校の特色に応じた課題、生徒の興味・関心に基づく課題、職業や自己の将来に関する課題などを踏まえて設定すること。

<特別活動>

～目標～

集団や社会の形成者としての見方・考え方を働かせ、様々な集団活動に自主的、実践的に取り組み、互いのよさや可能性を発揮しながら集団や自己の生活上の課題を解決することを通して、次のとおり資質・能力を育成することを目指す。

- (1) 多様な他者と協働する様々な集団活動の意義や活動を行う上で必要となることについて理解し、行動の仕方を身に付けるようにする。
- (2) 集団や自己の生活、人間関係の課題を見だし、解決するために話し合い、合意形成を図ったり、意思決定したりすることができるようにする。
- (3) 自主的、実践的な集団活動を通して身に付けたことを生かして、集団や社会における生

活及び人間関係をよりよく形成するとともに、人間としての生き方についての考えを深め、自己実現を図ろうとする態度を養う。

○食に関連する内容

〔学級活動〕

- (2) 日常生活や学習への適応と自己の成長及び健康安全
オ 食育の観点を踏まえた学校給食と望ましい食習慣の形成
給食の時間を中心としながら、成長や健康管理を意識するなど、望ましい食習慣の形成を図るとともに、食事を通して人間関係をよりよくすること。

〔学校行事〕

- (3) 健康安全・体育的行事
心身の健全な発達や健康の保持増進、事件や事故、災害等から身を守る安全な行動や規律ある集団行動の体得、運動に親しむ態度の育成、責任感や連帯感の涵養、体力の向上などに資するようにすること。
- (5) 勤労生産・奉仕的行事
勤労の尊さや生産の喜びを体得し、職場体験活動などの勤労観・職業観に関わる啓発的な体験が得られるようにするとともに、共に助け合って生きることの喜びを体得し、ボランティア活動などの社会奉仕の精神を養う体験が得られるようにすること。

【小学校担当】

和歌山市立有功小学校	教諭	中村 健一
海南市立日方小学校	教諭	森本 浩輝
紀の川市立中貴志小学校	栄養教諭	石田 佐知子
御坊市立野口小学校	栄養教諭	南畑 亜規
白浜町立南白浜小学校	栄養教諭	小山 三佳
串本町立串本小学校	教諭	熊代 紀保

【中学校担当】

和歌山市立伏虎義務教育学校	栄養教諭	和田 佐知
田辺市立龍神中学校	栄養教諭	岡本 麻里
岩出市岩出中学校	教諭	三嶋 真岐
有田川町立八幡中学校	教諭	山本 祐大
印南町立稲原中学校	教諭	山本 拓

【編集担当】

(令和3年度)

和歌山県教育庁学校教育局教育支援課

課長	青石 雅光
副課長	津村 孝幸
学校給食班長	鎌田 敦子

(令和4年度)

和歌山県教育庁学校教育局教育支援課

課長	川口 勝也
副課長	西川 展子
健康教育・食育班長	鎌田 敦子
指導主事	西 歩美

