

## 研究主題

# 児童・生徒の食育に関する研究

## 目次

I	研究の背景とねらい	
1	子供たちの食を取り巻く現状と課題	68
2	食に関する国の動き	68
3	食に関する東京都の動き	69
4	研究のねらい	70
II	研究の方法	
1	基礎研究について	71
2	開発研究について	71
III	研究の内容	
1	学校における食育を推進するための基本的な考え方	73
2	給食の時間を中心とした食育の推進	73
3	学校における食育の進め方	75
4	食育の全体計画例	76
5	発達段階ごとの食育の指導目標と身に付けさせたい資質・能力(例)	77
6	食に関する指導事例	80
7	給食の時間における食に関する指導案の参考例	84
8	食育の視点を盛り込んだ学習指導案の参考例	84
IV	研究の成果と課題	
1	研究の成果	86
2	今後の課題	86

### <研究の成果と活用>

- 1 給食の時間を中心とした食育の推進方法の提示
  - 学校における食育の進め方が理解できる。
  - 食育を推進するための効果的な指導体制を構築することができる。
  - 食育の全体計画を作成する際の参考になる。
- 2 小学校から高等学校までの12年間を通した、給食の時間をはじめとする各教科等における「発達段階ごとの食育の指導目標と身に付けさせたい資質・能力(例)」を例示した一覧表の作成
  - 各学校における食育の全体計画の作成や学年ごとの食育の年間指導計画を作成することができる。
  - 給食の時間の具体的な指導内容について、全教職員が共通理解することができる。
  - 食育の視点を盛り込んだ各教科等の指導が可能となる。
- 3 「発達段階ごとの食育の指導目標と身に付けさせたい資質・能力(例)」に基づいた「授業の実践事例」提示するとともに、給食の時間における食に関する指導と各教科等における食に関する指導を関連付けた授業実践を示した。
  - 学校栄養職員等と学級担任等が連携を図ったチームティーチング、献立や献立表を工夫した給食の時間における食に関する指導を行う際の資料となる。
  - 各教科等のねらいを達成するための食に関する指導や評価の参考となる。
  - 各学校における食に関する指導内容、指導体制、評価の工夫・充実が図ることが期待できる。

## I 研究の背景とねらい

### 1 子供たちの食を取り巻く現状と課題

食をめぐる社会環境の変化に伴い、「朝食欠食」、一人で食事をする「孤食」、好き嫌いによって特定のものを偏って食べる「偏食」や家族と一緒に食卓を囲んでも、それぞれ好きな物を別々に食べる「個食」が増加している。その結果、肥満傾向や痩身傾向の子供の増加、生活習慣病の増加など、「食」にかかわる心と体の健康課題が生じている。

東京都教育委員会では、児童・生徒の健康や生活習慣について把握するために、平成4年度から5年に一度「児童・生徒の健康に関するアンケート調査」を実施し、児童・生徒の「朝食欠食」(図1)や「孤食」(図2)などの割合について経年推移を計っている。平成14年度は、都内公立小学校62校・中学校34校・高等学校18校の児童・生徒(小学校第4学年3,455名、中学校第1学年3,843名、高等学校第1学年4,949名、合計12,247名)を対象に調査を実施した。その結果、「朝食の欠食」及び「子どもの孤食」の割合は、平成9年度と比較し増えている。また、食べる姿勢や食事の行儀・マナーなど基本的な食習慣が身に付いていない子供がいる状況について指摘されている。さらに、東京都では、食に関して消費者の多様なニーズに応えられる便利さがある一方で、生産者や生産地が身近に感じられないという特徴があり、食材や料理を作ってくれた人々への感謝の気持ちなど食を大切にすることを実感させることができない状況がある。

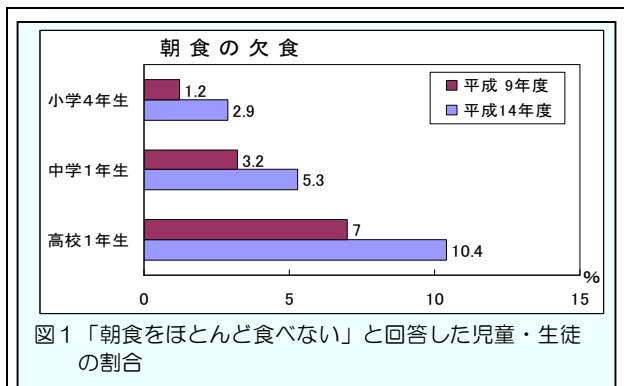


図1 「朝食をほとんど食べない」と回答した児童・生徒の割合

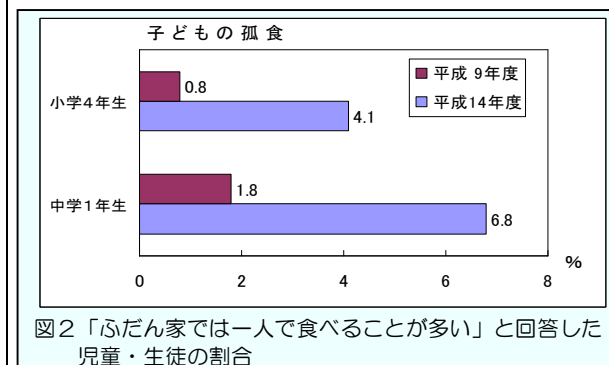


図2 「ふだん家では一人で食べることが多い」と回答した児童・生徒の割合

出典「平成14年度児童・生徒の健康に関する調査」(平成16年3月公表 東京都教育委員会)

以上のことから、学齢期は心身の健全な成長や基本的な食習慣が形成される重要な時期であり、子供一人一人に望ましい食習慣の基礎を身に付けさせることが求められている。食に関する問題は、家庭が基本であるが、社会の状況の変化等に伴い、家庭が十分にその機能を果たすことが難しい状況にある。このようなことから家庭、学校、地域が連携し食育を推進することが必要であることが言われている。

特に、学校における食に関する指導には、規則正しく、栄養バランスのよい食事を習慣化させ生涯にわたって健康的な心身を保つための基礎を養うことや食を通して相手を思いやる気持ち、命や自然を大切にすることを豊かに育むことが求められている。

### 2 食育に関する国の動き

国においては、国、地方公共団体及び国民の食育の推進に関する取組を総合的かつ計画的に推進するため、平成17年6月10日に食育基本法を成立し、平成17年7月15日から施行された。

食育基本法では、「食育」を次のように位置付けている。

- (1) 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
- (2) 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こと

また、食育基本法においては、「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」、また「今こそ、家庭、学校、保育所、地域等を中心に、国民運動として、食育の推進に取り組んでいくことが我々に課せられている課題である。」と示されており、家庭、学校、地域が連携し食

育を推進することを求めている。

さらに、内閣府に食育推進会議が設置され、平成 18 年 3 月、食育基本法第 16 条に基づく「食育推進基本計画」が策定された。

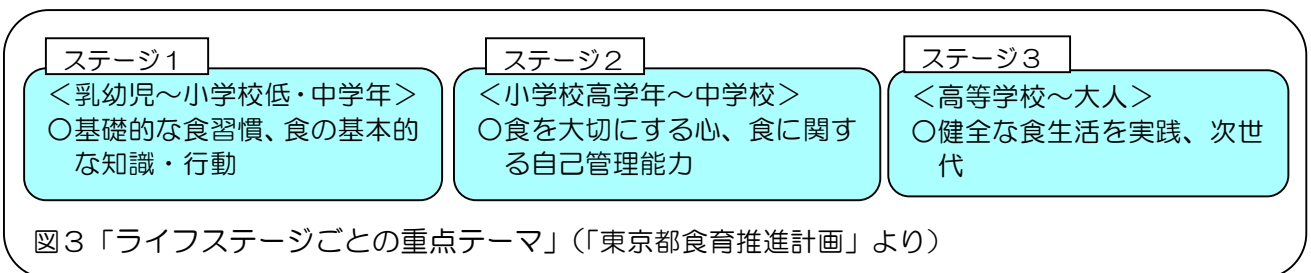
食育推進基本計画では、「子どもの食生活をめぐる問題が大きくなる中で、子どもの健全な育成に重要な役割を果たしている学校、保育所等は、その改善を進めていく場として大きな役割を担っており、(一部抜粋)」と規定し、学校における食育の重要性と役割について述べている。学校等において、魅力ある食育推進活動を行い、子供の健全な食生活の実現と豊かな人間形成を図るための施策として、次のように示している。

- 指導体制の充実  
校長のリーダーシップの下、教職員が連携・協力しながら、学校栄養職員や給食主任等が中心となって組織的な取組を進める。
- 指導内容の充実  
児童・生徒が食について計画的に学ぶことができるよう系統性や継続性に配慮し、食に関する指導に係る全体的な計画を策定するとともに、児童・生徒が食に対する関心や理解を深めるよう体験活動、交流活動、食に関する学習教材の開発等を推進する。
- 学校給食の充実  
学校給食の献立内容の充実を促進するとともに、各教科等においても学校給食が「生きた教材」としてさらに活用されるよう工夫する。

### 3 食育に関する東京都の動き

東京都では、児童・生徒に対する食に関する指導、食料生産に対する理解、食を通じた健康づくり、食の安全など分野ごとにそれぞれ所管する部局で食育を進めてきたが、近年の多様化する食に関する問題に対応する必要から、平成 18 年 9 月、東京の食環境にふさわしい食育の推進を図るための基本的な考え方と具体的な施策を盛り込んだ「東京都食育推進計画」を策定した。

「東京都食育推進計画」では、食育の理念を「食育は、健全な食生活を培うとともに、食への感謝の心を養うものであり、これらの営みを通じて、健康的な心身と豊かな人間性を育み、生きる礎を形づくる全人格的な取組である。」としている。また、「健康的な心身と豊かな心を育むためには、成長段階の早期から基礎的な食習慣など食に関する土台となる力をしっかりと身に付けた上で、ライフステージごとにさまざまな能力を習得し、生涯を通じてその力を発揮していくことが重要である。」と述べ、現在の食をめぐる様々な問題解決に向けて、乳幼児期から小学生、小学生から中学生、高校生から大人という 3 つのライフステージに分け、それぞれのステージにおいて取り組むべき重要なテーマを、次のように示している。(図 3)



また、東京都教育委員会では、平成 14 年度の「児童・生徒の健康に関するアンケート調査」結果を踏まえ、第 25 期東京都学校保健審議会に対し、「21 世紀を生きる児童・生徒の健康づくりの指針と方途」について諮問し、平成 16 年 2 月、その答申の中で栄養・食生活に関することとして、朝食を毎日食べる、家族と一緒に食事を摂るなどの具体的な指標が示された。

こうした背景の下、東京都教育委員会は、児童・生徒が望ましい食生活を身に付けていく上で、食に関する指導を行うことは極めて重要なことから、現在の食に関する指導をさらに充実するため、平成 17 年 1 月に、「食に関する指導資料集」を作成した。この「食に関する指導資料集」は、小学校、中学校、高等学校、盲・ろう・養護学校のすべての学校において食に関する指導を推進できるよう実践事例を示している。

さらに、平成18年7月には、「公立学校における食育に関する検討委員会」から、食育の目標と基本方針、学校における食育の指導体制、学校・家庭・地域の連携等に関する報告書が出された。

その中では、中央教育審議会初等中等分科会教育課程部会「健やかな体を育む教育の在り方に関する専門部会」「これまでの審議の状況」（平成17年7月27日）を踏まえて、「公立学校における食育に関する検討委員会報告書（平成18年7月）」の中で、食育の目標と基本方針を次のように示し、目標の実現のために学校・家庭・地域が連携・協力して食育を推進することを求めている。

#### 東京都の食育の目標

- 1 食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。
- 2 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摂り方を理解し、自ら管理していく能力を身に付ける。
- 3 正しい知識・情報に基づいて、食物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。
- 4 食物を大事にし、食物の生産等にかかわる人々へ感謝する心をはぐくむ。
- 5 食生活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。
- 6 各地域の産物、食文化や食にかかわる歴史等を理解し、尊重する心をもつ。

#### 食育推進の基本方針

- 1 家庭及び地域と連携体制を築き、食に関する指導の充実を図る。
- 2 校長のリーダーシップの下、目標を共通理解し、指導体制を整備して食に関する指導を実施する。
- 3 学校栄養職員の専門性を生かし、教科・領域等における指導と関連付けて実施する。学校栄養職員が配置されていない学校においては、養護教諭や家庭科教諭等の専門性を生かす。

また、報告書では、学校の役割として、次の5点を挙げている。

- 1 児童・生徒の実態を踏まえた学校における食育の目標設定
- 2 食育推進のための校内体制整備
- 3 食育リーダーを中心とした食育の実践
- 4 保護者への食育についての働きかけ
- 5 地域、関係機関等との連携・協力

#### 4 研究のねらい

このような児童・生徒の食をめぐる現状と課題を踏まえ、児童・生徒が食に関する知識と食を選択する能力を習得し、生涯にわたって健全な食生活を実践できる資質・能力を身に付けることは、重要な課題であると考えられる。

そこで本研究では、学校における食育を推進するために、学校における食に関する指導の基本的な考え方、指導体制と役割等を示すとともに、食育基本法、食育推進基本計画、東京都の食育の目標、ライフステージごとの重点テーマ等を踏まえ、各発達段階における食育の指導目標と児童・生徒に身に付けさせたい資質・能力を明らかにすることとした。

## II 研究の方法

### 1 基礎研究

#### (1) 所属校でのアンケート調査

本研究部会部員の所属校において食に関するアンケート調査を実施し、平成14年度児童・生徒の健康に関するアンケート調査と比較した。

○対象：公立小学校4校 475名、  
公立中学校2校 291名

○実施期間：平成18年11月

○質問内容：

- ①食事は楽しく食べていますか。
- ②朝食を毎日食べますか。
- ③家ででの食事には、主食、主菜、副菜がそろっていますか。
- ④あなたは、食事と食事の間におやつなどを食べますか。

#### (2) 調査結果（一部抜粋）

①「食事は楽しく食べていますか。」について「あまり楽しくない」「まったく楽しくない」の合計。(図4)

【小学校】

【中学校】

所属校：9.8% 所属校：15.4%

東京都：13.1% 東京都：20.6%

②「朝食を毎日食べますか。」について「ほとんど食べない」と「食べない方が多い」の合計。(図5)

【小学校】

【中学校】

所属校：5.4% 所属校：9.3%

東京都：6.9% 東京都：11.5%

#### (3) 食の課題の整理

- ①食をめぐる現状と課題の把握と分析
- ②学校における食育の取組みに関する情報の収集
- ③学校における食育に関する国や東京都の考え方及び動向についての分析
- ④給食指導、食に関する指導の現状と課題の把握

#### (4) 協議委員会、外部講師による研修会の実施

##### ① 協議委員会

委員：文部科学省スポーツ・青少年局  
学校健康教育課 食育調査官 森泉 哲也 先生

<協議内容>

- ・給食の時間を中心とした学校における食育の考え方
- ・「発達段階ごとの食育の指導目標と身に付けさせたい資質・能力(例)」の有効性と妥当性
- ・高等学校、盲・ろう・養護学校における食育の在り方

##### ② 外部講師による研修会

講師：女子栄養大学短期大学部 教授 金田 雅代 先生

<研修内容>

- ・各教科等における食に関する指導を関連付けた授業実践のポイントと評価の在り方
- ・食育の全体計画の様式及び記載事項

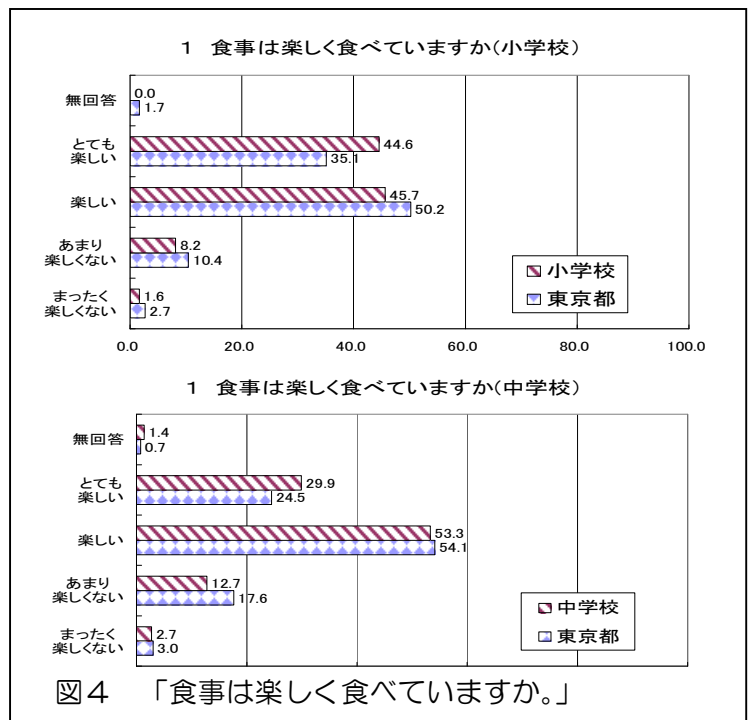


図4 「食事は楽しく食べていますか。」

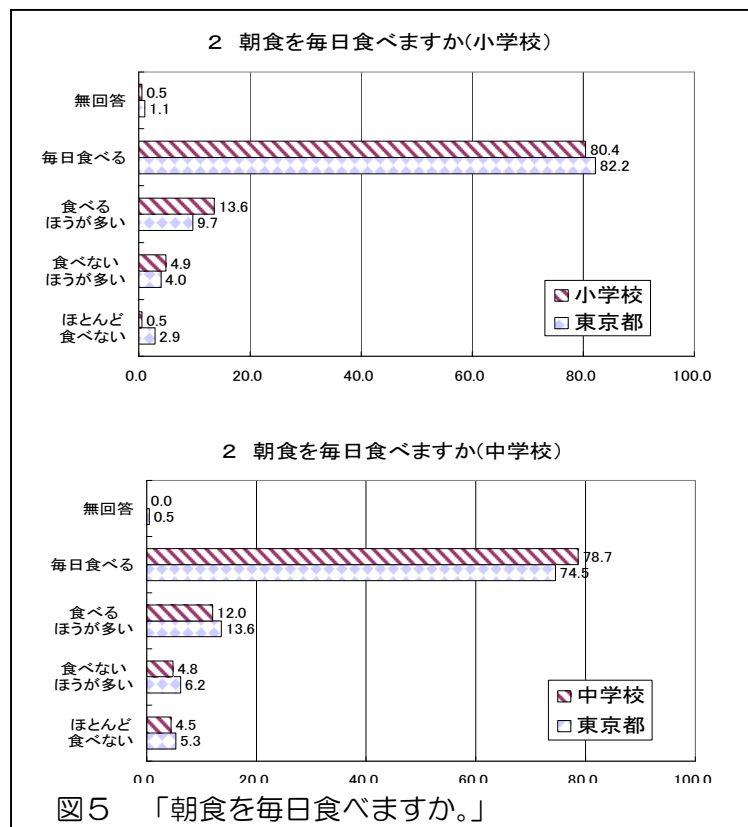
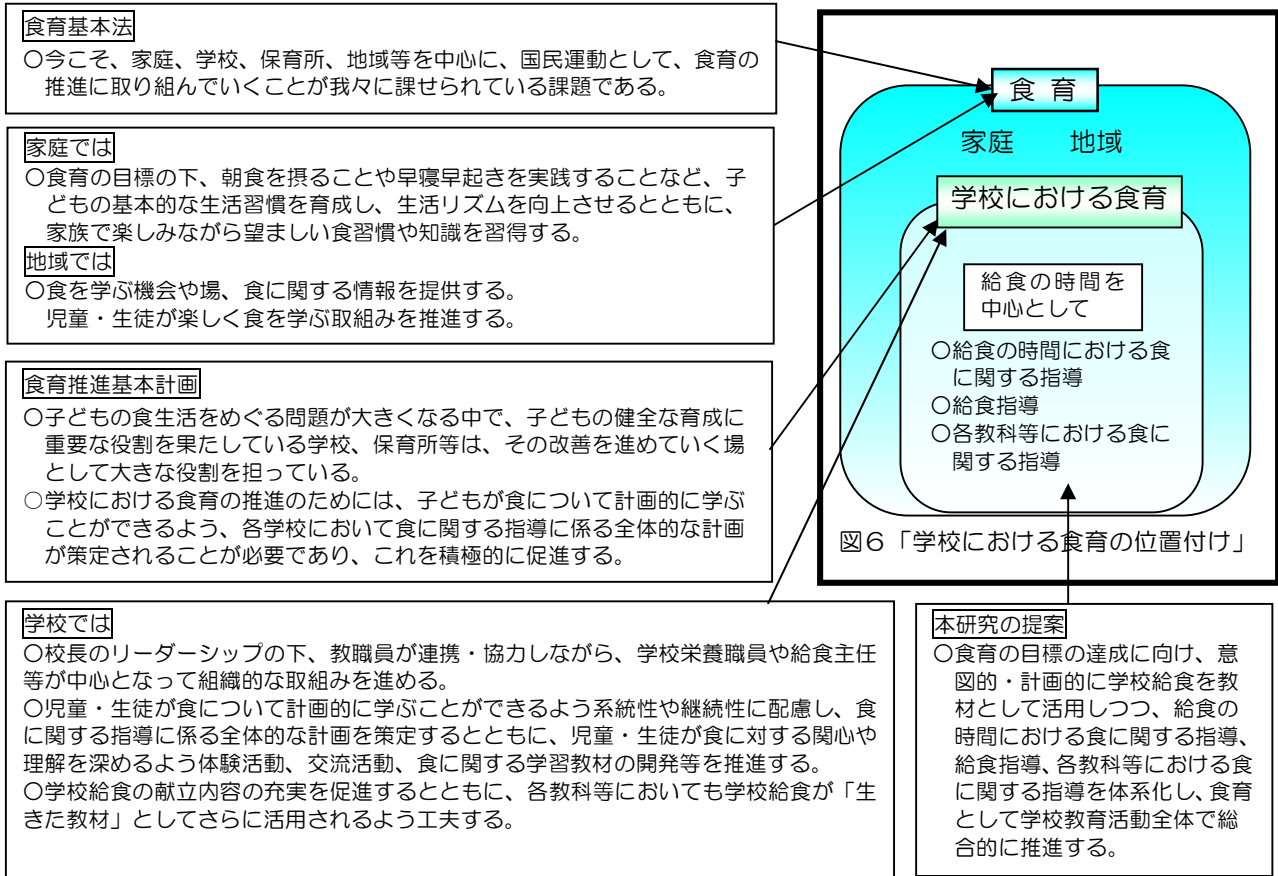


図5 「朝食を毎日食べますか。」

## 2 開発研究

### (1) 食育の基本的な考え方

本研究では、学校における食育を推進するために、法令、答申、報告書、施策等を参考に、学校、家庭、地域における食育の在り方と役割を整理し、学校における食育の位置付け（図6）を明らかにした上で、学校における食育の基本的な考え方を提案することとした。



### (2) 「発達段階ごとの食育の指導目標と身に付けさせたい資質・能力（例）」（p. 78～p. 79）をまとめた一覧表の作成

食育を効果的に進めるためには、意図的・計画的・継続的に学校の教育活動全体で推進することが重要である。そのためには、「食育の全体計画」や「学年ごとの食育の年間指導計画」を作成する必要がある。

そこで、本研究では、「公立学校における食育に関する検討委員会報告書」（平成18年7月）で示されている食育の6つの目標を縦軸に、「東京都食育推進計画」（平成18年9月）で示されている小学校低学年から高等学校までの各発達段階における重点テーマを横軸に置き、小学校低学年・中学年・高学年、中学校、高等学校12年間の系統的な指導目標と、目標達成のために児童・生徒に身に付けさせたい資質・能力を例示した一覧表を作成することとした。

### (3) 指導事例の開発

本研究部会部員の所属校において、「発達段階ごとの食育の指導目標と身に付けさせたい資質・能力（例）」（p. 78～p. 79）に基づいて作成した食育の視点を盛り込んだ学習指導案（p. 78～p. 79）について、授業を通してその有効性や課題を把握し、改善を図った学習指導案を例示することとした。

<課題>

- ①食に関する指導に特化しない、各教科等における食に関する指導の在り方
- ②学級担任、学校栄養職員、養護教諭等との連携及び指導体制
- ③食に関する指導に関する評価の観点及び評価規準

### Ⅲ 研究の内容

#### 1 学校における食育を進めるための基本的な考え方

学校における食育は、食育の目標を達成するために、給食の時間を中心とし意図的・計画的・継続的に学校給食を教材として活用しつつ、給食の時間における食に関する指導、給食指導、各教科等における食に関する指導を体系化し、学校における食育として学校教育活動全体で総合的に推進する。

給食の時間を中心とした食育とは、給食の時間を継続的に繰り返し指導できる場、食に関する知識や能力を実践できる場として活用し、望ましい食習慣の定着を図ることを目指す。また、各教科等における「食に関する指導」は、給食の時間での指導を補完するよう工夫する。

給食の時間や特別活動、各教科等で行う「食に関する指導」の体系化を図り、学校における食育を推進するためには、従来の食に関する指導体制を見直し、校長や食育推進リーダーを中心として、組織的な取り組みを行う。

#### 2 給食の時間を中心とした食育の推進

##### (1) 給食の時間を中心とした食育の考え方

本研究では、学校における食育を推進するために、毎日行われる教育活動である給食の時間を中心とした食育の推進を具現化する。(図7)

給食の時間は、学校給食を「生きた教材」として、繰り返し指導できる場であり、健全な食生活の実践力を培うことができる。

また、各教科等における食に関する指導で給食の時間の食に関する指導を補完することにより、「食」についての実践化や理解の深化を図ることができる。

給食の時間を中心とした食育の推進し、食育の目標を達成するためには、給食の時間をはじめとする関連教科等における食に関する指導を体系化し、意図的・計画的・継続的に行う必要がある。

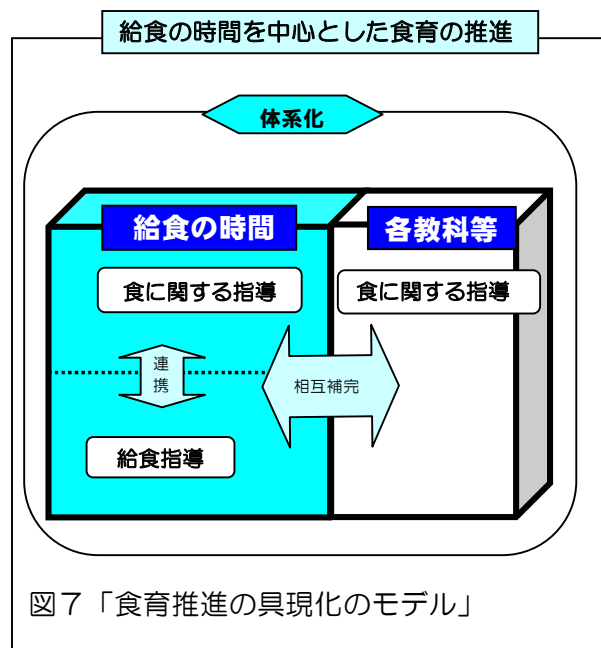


図7「食育推進の具現化のモデル」

##### (2) 給食の時間を中心とした食育の指導体制及び指導内容

###### ① 給食の時間における食に関する指導

給食の時間における食に関する指導は、給食を教材とした知識・理解を身に付けさせる指導ととらえた。年間180回程度実施する給食の時間を活用し、学校栄養職員や給食主任等が中心となり学級担任等と連携を図りながら食に関する指導を意図的・計画的・継続的に実施する。学校栄養職員が配置されていない学校においては、養護教諭や家庭科教諭等、食についての専門性をもつ職員の活用を図ることも有効である。

なお、「学校給食指導の手引き 文部省（平成4年7月）」では、「学校栄養職員は、栄養や健康の専門家として、児童・生徒の生涯にわたる心身の健康づくりを目指し、食に関する指導においても、学級担任等への協力により積極的に参画することが求められています。」と示されている。

<指導内容> (例)

- 楽しく会食すること
- 健康によい食事の摂り方
- 食事と安全・衛生
- 食事環境の整備
- 食事と文化
- 勤労と感謝

<指導方法>

- 学級担任と連携を図り、学級訪問による食に関する指導を行う。
- 給食だよりやメモ等を活用する。
- 給食月間等で給食委員会や放送委員会を活用する。

<指導上の留意点>

- 学級担任や教科担任等へ献立の内容やねらいに関する資料や情報を提供する。
- 旬の食材や地場の食材、行事食、郷土食等を取り入れた豊かで多様な献立を工夫する。
- 個に応じた指導を行う。(偏食、過食、少食、肥満、痩身願望等)

###### ② 給食指導

学級担任等が中心となり、給食の実施にかかわる指導、食事のマナー等について、指導の見直し・

充実を図る。

学校において食育を推進する際、「きまり」や「しつけ」等にかかわる基本的な内容を身に付けることは極めて重要なことから、給食指導を「食に関する指導」のひとつとして明確に位置付けた。給食指導は、食べるという体験を通して、日常的・継続的に食事のマナー等を育成できる場であることから、食育を推進するための基盤である。

<指導内容> (例)

○食事指導 ○準備・片付け指導 ○衛生指導 ○マナー指導

<指導方法>

○給食という生きた教材を用い、食べるという体験を伴った指導を給食の時間に継続的に繰り返し指導を行う。

○特別活動(学級活動)等の時間を補完的に活用する。

○学校栄養職員等と連携を図り、食に関する指導の条件整備を図る。

○学校給食を実施していない学校においては、昼食時間を活用した指導が期待される。

### ③ 各教科等における食に関する指導

教科担任等は、教科のねらいと関連付けて食に関する指導を行う。

<指導内容> (例)

○食事、運動、休養及び睡眠の調和がとれた生活

○調和のとれた食事、調理

○物資の交流、食の歴史

○生産体験、交流体験 等

<指導方法>

○各教科等の学習と給食の時間での指導を関連付け、健康教育の一環として食に関する指導を行うことができる。

○各教科等における食に関する指導は、給食の時間での指導を補完するよう工夫する。

<指導上の留意点>

○各教科等において食に関する指導を行う際は、各教科等のねらいからはずれることがないようにする。

○学校栄養職員や学級担任等と連携を図り、食に関する指導内容・方法等についての綿密な情報交換を行う。

### (3) 組織的な食育の推進

学校における食育を組織的に教育活動全体で取り組むためには、校内に食育を推進する組織を構築することが必要である。健康教育を所管する校務分掌に食育推進チームを編成し、さらにチームの中心的な役割を担う食育リーダーを選任する。

食育推進チームは、主幹や保健主任、給食主任等の教職員と学校栄養職員、養護教諭等の食に関する専門性をもった教職員で編成することが望ましい。

食育推進チームの役割は、次のとおりである。

- ・児童・生徒の実態調査・分析、課題の把握
- ・食育の全体計画、年間指導計画の作成及び評価・改善
- ・学習指導案の作成の支援、指導体制の調整
- ・家庭への啓発活動、PTA・校医・地域との連携

食育リーダーの役割は、次のとおりである。

- ・食育チームの行う役割の調整、支援
- ・家庭への食育に関する情報の発信や地域・関係機関との調整等のコーディネーター機能を担う。



### 3 学校における食育の進め方

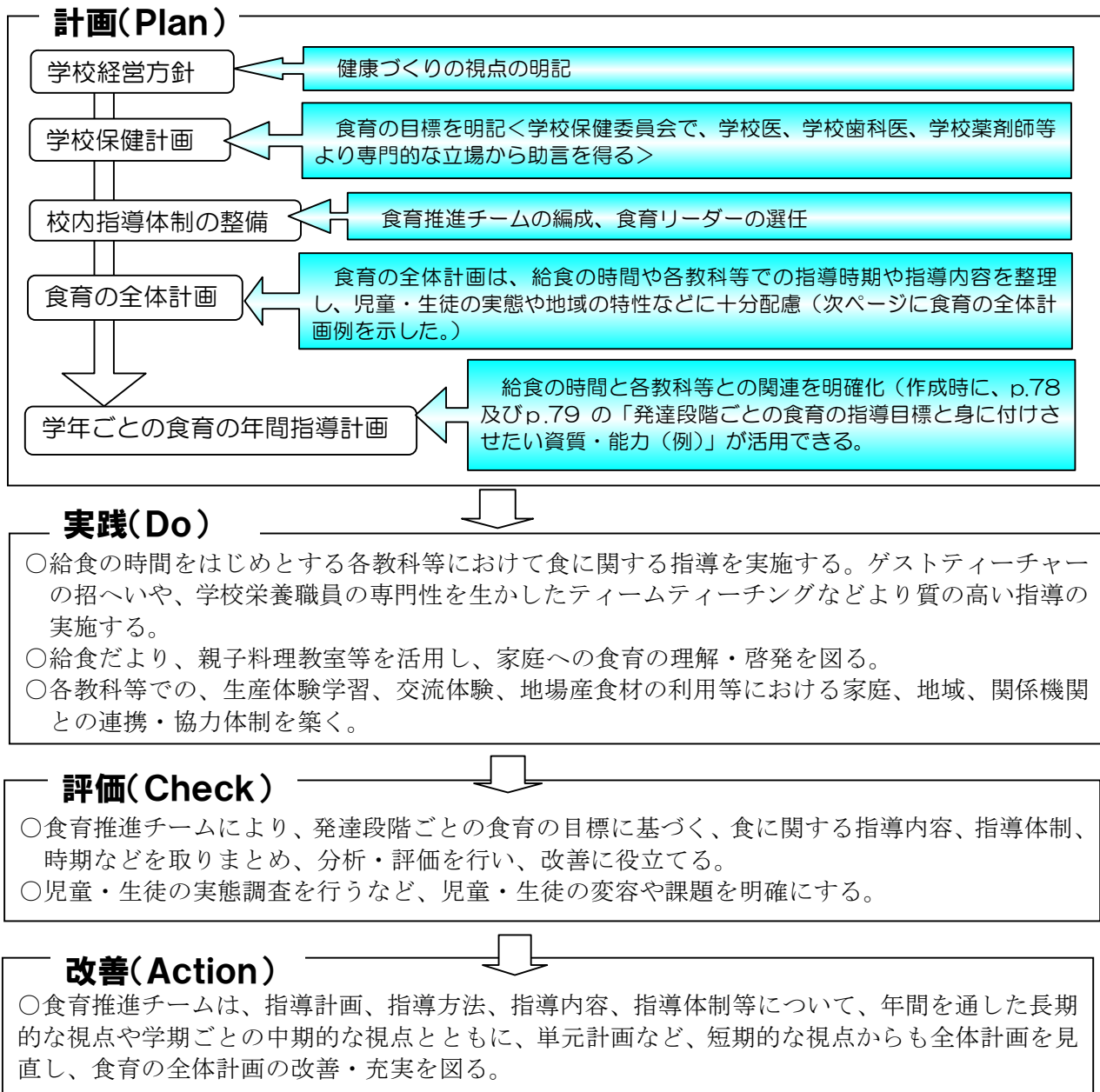
学校における食育を意図的・計画的・継続的に行うためには、教育課程に明確に位置付けて全体計画を作成した上で実施することが望ましい。

食育の全体計画は、各学校において食育を推進するに当たっては、次のような点において大変重要である。

- 給食の時間をはじめとする各教科等における食に関する指導内容や指導時期等を明確にすることで、食に関する指導を学校の教育活動全体で意図的・計画的に進めることができる。
- 食に関する指導の実施に当たって、全教職員が共通理解、連携、調整を図るための資料として活用できる。
- 食育を学校・家庭・地域で連携して進めていく上で、食育についての学校の考え方を家庭や地域に示す際の資料となる。
- 学校栄養職員が、各教科等における学習内容と関連付けて給食の献立を作成したり、資料を提供したりすることができる。

食育の全体計画は、食育推進チームが作成する。食育の全体計画は、関連する教科での指導時期や指導内容を整理し、児童・生徒の実態や地域の特性に配慮する。また、家庭、地域、関係機関との連携を図る。

#### <学校における食育を実施するための手順>



#### 4 食育の全体計画例

「公立学校における食育に関する検討委員会報告書」（平成18年7月）で示されている「食に関する指導の全体計画（記入例）」を参考に、食育の全体計画例の構造を示した。



5 発達段階ごとの食育の指導目標と身に付けさせたい資質・能力（例）

(1) 発達段階ごとの食育の指導目標と指導内容（例）の活用にあたって

「公立学校における食育に関する検討委員会報告書」（平成 18 年 7 月）で示されている食育の 6 つの目標を縦軸に、「東京都食育推進計画」（平成 18 年 9 月）で示されている小学校低学年から高等学校までの各発達段階における重点テーマを横軸に置いた。

本研究では、各発達段階における食育の目標を達成するための【食に関する指導目標】を明確にし、【給食の時間】において児童・生徒に身に付けさせたい資質・能力と、【各教科等】における児童・生徒に身に付けさせたい資質・能力を例示し、一覧表にまとめた。

＜一覧表の見方＞

◎発達段階ごとの食育の指導目標と指導内容（例）を一部抜粋

校 種	小 学 校 中 学 年	小 学 校 高 学 年
発達段階ごとの重点テーマ	ステージ1	ステージ2
「食育」の目標	好き嫌いなく食べたり、食事の行儀・マナーなど基礎的な食習慣を身に付ける。	食を大切にすることを養い、食に関する自己管理能力を育成する。
<b>心身の健康</b> 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摂り方を理解し、自ら管理していく能力を身に付ける。	偏った食べ方をせず、バランスよく食べることやよくかんで食べることの大切さが分かる。 【給食の時間】 ・健康のためにバランスよく食べることの大切さが分かる。 ●食事をよくかんで味わって食べることの大切さが分かる。 【各教科等: 特別活動】 ・よくかんで食べることの大切さが分かる。	食品の栄養的な特徴を知り、栄養のバランスのよい食事の摂り方が分かる。 【給食の時間】 ・毎日の食事をバランスよく摂ることができる。 ・食品についての3つの働きが分かる。 ・多くの食品を組み合わせることで理解できる。 【各教科等: 特別活動】 ・野菜の働きを知り、積極的に自分の食事に取り入れようとする。

＜食に関する指導目標＞

発達段階ごとの食に関する指導目標は、東京都の6つの食育の目標(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、食文化に関する理解)と発達段階ごとの重点テーマを踏まえて、本研究において例示した。

各学校においては、児童・生徒の実態や課題に応じて食に関する指導目標を設定する必要がある。

＜給食の時間の指導内容＞

【給食の時間】の指導は、食に関する指導目標の達成に向けて、学級担任等と学校栄養職員等が連携を図りながら、意図的・計画的・継続的に行う。

なお、●は給食の時間における食に関する指導を通して児童・生徒に身に付けさせたい資質・能力例を、●は主として学級担任が行う給食指導を通して児童・生徒に身に付けさせたい資質・能力を表す。

＜各教科等における食育の視点＞

【各教科等】は、各教科等において食に関連付けて指導する際の視点を示す。各教科等における食に関する指導は、給食の時間において、実践化を図りさらに理解を深められるよう計画する。

また、給食の時間の指導だけでは目標を達成できない場合には、各教科等における食に関する指導が補完的な役割を果たすよう工夫する。なお、各教科等において食に関する指導を行う際は、各教科等のねらいからはずれることがないよう配慮が必要である。

配慮事項

○学校給食を実施していない学校においては、発達段階や児童・生徒の実態に応じた指導内容を設定し、昼食時間を活用して指導を行うことができる。

○特別支援教育においては、本資料を個別指導計画作成の参考とし、指導を行うことが大切である。

(2) 発達段階ごとの食育の指導目標と身に付けさせたい資質・能力 (例)

校 種	小 学 校	
	低学年	中学年
<b>発達段階ごとの重点テーマ</b>	ステージ 1	
<b>「食育」の目標</b>	好き嫌いなく食べたり、食事の行儀・マナーなど基礎的な食習慣を身に付ける。	
<b>食事の重要性</b> 食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。	<p>食べ物に興味・関心をもち、朝食の大切さが分かる。</p> <p>【給食の時間】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>給食に使われている食べ物に興味・関心をもつ。</li> <li>みんなと楽しく食事をする事ができる。</li> </ul> <p>【各教科等：特別活動】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>朝食の大切さが分かる。</li> </ul>	<p>楽しく食事をする事が心身の健康に大切な事が分かる。</p> <p>【給食の時間】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>健康によい食事の仕方を身に付けようとする。</li> <li>協力し合って楽しく食事をする事ができる。</li> </ul> <p>【各教科等：道徳】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>学級で給食の時間の目標を作り、みんなで達成できるように協力する事ができる。</li> </ul>
<b>心身の健康</b> 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摂り方を理解し、自ら管理していく能力を身に付け	<p>いろいろな食べ物に親しみをもつ。</p> <p>【給食の時間】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>好き嫌いなくよくかんで食べようとする。</li> <li>●きちんとした身支度やきれいに手洗いができる。</li> <li>●よい姿勢で落ち着いて食べることができる。</li> </ul> <p>【各教科等：特別活動】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>健康のためにいろいろな食べ物を食べようとする意欲をもつことができる。</li> </ul>	<p>偏った食べ方をせず、バランスよく食べることやよくかんで食べる事の大切さが分かる。</p> <p>【給食の時間】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>健康のためにバランスよく食べる事の大切さが分かる。</li> <li>●食事をよくかんで味わって食べる事の大切さが分かる。</li> </ul> <p>【各教科等：特別活動】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>よくかんで食べる事の大切さが分かる。</li> </ul>
<b>食品を選択する能力</b> 正しい知識・情報に基づいて、食物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。	<p>いろいろな食べ物の名前が分かる。</p> <p>【給食の時間】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>給食に使われている食品の名前が分かる。</li> </ul> <p>【各教科等：特別活動】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>食品の名前や特徴を知り、食べ物への関心を深める。</li> </ul>	<p>食品の安全・衛生についての大切さが分かる。</p> <p>【給食の時間】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>いろいろな料理の名前が分かる。</li> <li>衛生的に給食を準備し、食事をする事ができる。</li> </ul> <p>【各教科等：特別活動】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>安全で衛生的な配膳や後片付けができる。</li> </ul>
<b>感謝の心</b> 食物を大事にし、食物の生産等にかかわる人々へ感謝する心をはぐくむ。	<p>食に関しての感謝の気持ちを表現できる。</p> <p>【給食の時間】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>いただきますとごちそうさまの意味が分かり、あいさつができる。</li> <li>給食を作ってくれた人に感謝する事ができる。</li> </ul> <p>【各教科等：生活科】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>学校には自分たちの生活を支えてくれるたくさんの方がいることに気付く。</li> </ul>	<p>食事を作ってくれた人や自然の恵みに感謝して食べることができる。</p> <p>【給食の時間】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>給食ができるまでの過程を知り、給食に携わる人々に感謝の気持ちをもつことができる。</li> <li>食材には旬があることを知る。</li> </ul> <p>【各教科等：理科】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>季節によって植物の成長に違いがある事が分かる。</li> </ul>
<b>社会性</b> 食生活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。	<p>食事の基礎的なマナーを身に付け、友達と楽しく食べることができる。</p> <p>【給食の時間】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>友達と仲よく食べる。</li> <li>協力して食卓作りや後片付けをすることができる。</li> <li>●盛り付けや配膳が上手にできる。</li> <li>●箸などの食器の扱いが上手にできる。</li> </ul> <p>【各教科等：特別活動】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>正しい箸の使い方を身に付けることができる。</li> </ul>	<p>みんなと協力して給食の準備や後片付けなどをし、食事のマナーを考えて食べることができる。</p> <p>【給食の時間】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>食事の場にふさわしい会話をし、楽しく食べることができる。</li> <li>協力して準備や後片付けができる。</li> <li>当番の仕事にすすんで協力することができる。</li> <li>●食べやすく、きれいに盛り付けることができる。</li> </ul> <p>【各教科等：道徳】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>働くことの大切さを知り、すすんで働くこととする。</li> </ul>
<b>食文化に関する理解</b> 各地域の産物、食文化や食にかかわる歴史等を理解し、尊重する心をもつ。	<p>行事や季節、地域の産物にちなんだ料理があることを知る。</p> <p>【給食の時間】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>季節や行事にちなんだ料理があることを知る。</li> <li>自分の住んでいる身近な土地でとれた食べ物を知る。</li> </ul> <p>【各教科等：生活科】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>正月の料理を知り、四季の変化や地域の行事に関心をもつことができる。</li> </ul>	<p>行事や季節、地域の産物にちなんだ料理に興味をもち、日常の食事と関連付けて考えることができる。</p> <p>【給食の時間】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>昔から伝わっている行事食や伝統食があることを知る。</li> <li>地域で生産される食材料が分かり、地域への関心を深める。</li> </ul> <p>【各教科等：社会】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>自分たちが普段食べている食材の生産地について調べる。</li> </ul>

小学校 高学年	中学校	高等学校
<b>ステージ2</b> 食を大切にすることを養い、食に関する自己管理能力を育成する。		<b>ステージ3</b> 健全な食生活の実践力を身に付けるとともに、次世代を育てる役割を果たす。
日常の食事に興味・関心をもつことができる。 <b>【給食の時間】</b> ・健康には食生活が大事であることが分かる。 ・楽しく食事をする中で、人とのつながりが深まることが分かる。 <b>【各教科等：特別活動】</b> ・一日3度、規則正しく食事をすることの大切さが分かる。	生活の中で食事が果たす役割や健康と食事とのかわりがある。 <b>【給食の時間】</b> ・望ましい食習慣を身に付け、自分の健康に配慮した食生活ができる。 ・楽しく食事をし、人とのつながりを深めようとする。 <b>【各教科等：特別活動】</b> ・自分の食生活について考え、日常生活に生かすことができる。	生活全般の中で、自己の食生活に関心をもち、楽しく食事しようとする。 <b>【給食の時間】</b> ・健全な食生活の実践力を身に付け、様々な人々との会食を通して人間関係を深めようとする。 <b>【各教科等：特別活動】</b> ・健康な食生活の実践を通して、生涯にわたって明るく豊かな生活を送ろうとする態度を身に付けることができる。
食品の栄養的な特徴を知り、栄養のバランスのよい食事の摂取の仕方が分かる。 <b>【給食の時間】</b> ・食品についての3つの動きが分かる。 ・多くの食品を組み合わせることで食事が理解できる。 <b>【各教科等：特別活動】</b> ・毎日、バランスよく食事をすることの大切さが分かる。	食品の栄養素の種類と働きを知り、栄養のバランスのとれた一日の食事を工夫することができる。 <b>【給食の時間】</b> ・思春期には栄養バランスのとれた食事が特に大切であることが分かる。 ・カルシウム等の微量栄養素の大切さを知り、それらを多く含む食品を積極的に摂ることの重要性が分かる。 <b>【各教科等：技術・家庭】</b> ・栄養素の種類と働きを踏まえ、簡単な日常食の調理ができる。	自分の生活や将来の課題を見つけ、望ましい食事の仕方や生活習慣を理解し、自ら健康を保持しようとする。 <b>【給食の時間】</b> ・栄養素についての知識を高めるとともに、栄養のバランスのとれた食事ができる。 <b>【各教科等：保健】</b> ・生活習慣病を予防するために、食事・運動・休養及び睡眠の調和のとれた生活を実践することができる。
食品の安全・衛生について考えることができる。 <b>【給食の時間】</b> ・食品の安全について考えることができる。 ・衛生的に食事の準備や後片付けができる。 <b>【各教科等：家庭】</b> ・食品の品質や調理器具などの安全や衛生に気を付けて簡単な調理をすることができる。	食品の品質を見分け、安全性等に応じて適切に選択することができる。 <b>【給食の時間】</b> ・食品の品質を見分け、安全で衛生的な食品を選ぶことができる。 <b>【各教科等：総合的な学習の時間】</b> ・食品添加物について、自ら課題を見付けて調べることができる。	食品に含まれている栄養素や働きを理解し、品質の良否を見分け、適切な選択ができる。 <b>【給食の時間】</b> ・選択メニュー方式を通して、主体的に食品を選択することができる。 <b>【各教科等：保健】</b> ・食品の安全性の確保は食品衛生法などに基づいて行われていることを理解することができる。
生産者や自然の恵みに感謝して食べることができる。 <b>【給食の時間】</b> ・自分の食生活と食料の生産者との関連に関心をもち、自然の恵みの大切さを知り、感謝の気持ちをもって残さず食べるすることができる。 <b>【各教科等：社会】</b> ・農業に携わる人々の生産の工夫や努力を知ることができる。	食への感謝の気持ちの表れとして、食物を大切にすることができる。 <b>【給食の時間】</b> ・自然の恵みと食べ物の大切さを理解し、感謝の気持ちをもって残さず食べるすることができる。 <b>【各教科等：技術・家庭】</b> ・食品を無駄なく使って調理することができる。	世界の食料事情から自分たちの食の在り方を意識し、行動する。 <b>【給食の時間】</b> ・自然の恵みや勤労の大切さを理解し、感謝することができる。 <b>【各教科等：地理A】</b> ・食料問題を地球的及び地域の視野から追究し、それらの課題の解決にあたっては各国の取組とともに国際協力が必要であることについて考察することができる。
食事のマナーの意味を理解し、相手を思いやる気持ちを持ち、楽しく食事することができる。 <b>【給食の時間】</b> ・話題を工夫して会食をすることができる。 ・食事のマナーの意味を理解し、和やかに食することができる。 ・当番の活動を責任をもって行うことができる。 ●献立に即して効率的に配膳することができる。 <b>【各教科等：特別活動】</b> ・「交流給食」などの計画を立て、主体的に活動しようとする。	会食について関心をもち、楽しい食事を通して望ましい人間関係を築こうとする。 <b>【給食の時間】</b> ・会食にふさわしい話題を選び、思いやりの心をもって、みんなと仲よく食事をするすることができる。 ・自主的に安全に食事の準備や後片付けができる。 ・当番や係の仕事は自主的に行う。 <b>【各教科等：技術・家庭】</b> ・会食についての課題をもち、計画を立てて実践することができる。	食事にふさわしい話題を選びながら和やかな雰囲気での食事ができる。 <b>【給食の時間】</b> ・食事にふさわしい話題を選び、多くの人々と和やかな雰囲気での食事をする楽しさを味わうことができる。 <b>【各教科等：特別活動】</b> ・楽しく食事ができる雰囲気をつくるため、給食時間の校内放送等についての計画を立てて、実践することができる。
食文化や食品の生産、流通、消費について関心を深める。 <b>【給食の時間】</b> ・郷土食や行事食など食文化について関心を深めることができる。 ・米飯給食を通して、郷土や地域への関心を深めることができる。 <b>【各教科等：社会】</b> ・生産地と消費地を結ぶ運輸の働きを調べることができる。	食文化や歴史と自分の食生活との関連を考察することができる。 <b>【給食の時間】</b> ・自分たちの食生活は、他地域や諸外国とも深いかわりがあることが分かる。 <b>【各教科等：総合的な学習の時間】</b> ・日本の食料事情を調べ、自分の食生活との関連を考察することができる。	食文化や歴史と自分の食生活との関連を考察し、豊かな食生活を実践できる。 <b>【給食の時間】</b> ・郷土食や行事食、諸外国の姉妹都市の代表料理により、我が国の伝統的食習慣や諸外国の食事の様子を知ることができる。 <b>【各教科等：家庭】</b> ・日常の食事と地域に伝わる行事食や郷土料理を取り上げ、食のもつ文化的、歴史的な側面について考えることができる。

※網掛けは、発達段階ごとの食育の指導目標、・は、食に関する指導における身に付けさせたい資質・能力、●は、給食指導における身に付けさせたい資質・能力

## 6 食に関する指導事例

### (1) 小学校

食育の目標「心身の健康」、発達段階「小学校・高学年」の特別活動における食に関する指導と関連を図った事例である。

給食の時間において、学校栄養職員により献立表を活用した「主食、主菜、副菜」について食に関する指導を行う。また、「特別活動（特別活動）」で「冬休みを健康に過ごそう」という題材で食育の視点からの指導を行い、理解の深化を図る。さらに、「給食の時間における食に関する指導」ではバイキング給食を教材として指導を行い、食の実践力を養う。

#### ① 指導計画

11月	<b>【給食の時間】</b> 「食べ物の働きを知り、バランスよく食べよう」 ○食品は、働きにより3つの食品群（赤・黄・緑）に分類できることを理解する。 ○食品を組み合わせる大切さが分かる。
12月	<b>【各教科等】</b> 「冬休みを健康に過ごそう」 ○毎日、バランスよく食事することの大切さが分かる。 ○一日3度、規則正しく食事することの大切さが分かる。
1月	<b>【給食の時間】</b> 「バイキング給食を楽しもう」 ○主食、主菜、副菜をバランスよく食べることができる。 ○メニューに関心を持ち、日常の食事の在り方について考えることができる。

指導のまとめとして、バイキング給食を活用する。

給食は、いつも主食・主菜・副菜がそろっていることに気付かせる。

#### ② 給食の時間における食に関する指導事例

曜	こ だ て 主食・主菜・副菜（果物）	牛 乳	あ か	き	み どり
			血や肉・ほねになるたべもの	働く力や体温になるたべもの	体の調子をよくするたべもの
月	ごはん 魚のもみじ揚げ 青菜のアーモンド和え さつまい	○	さわら・卵  若鶏ももきざみ・油揚げ 中みそ・あかみそ	精白米 小麦粉・でん粉・油 アーモンド粉末 さつまいも	にんじん ほうれんそう・はくさい だいこん・にんじん・ごぼう ねぎ

#### < 献立表の活用例 >

○学校栄養職員等が学級訪問を行ったり、学級担任が学級で食に関する指導を行ったりする際、給食が主食・主菜・副菜のバランスがとれた食事であることを実感させ、給食を残さず食べることの大切さに気付かせるための指導資料として活用する。

○食事後、献立表の各食材名に、食べたもの・残したものにそれぞれ印（○・△）を付けさせる。1週間後に、給食をバランスよく食べているかどうか、自らの食事について振り返りを行い、食の改善につなげさせるワークシートとして活用する。

○昼の放送や給食委員による献立紹介用の資料として活用する。

#### ③ 各教科等における食に関する指導事例

本指導を効果的に行うための工夫として、学級担任と養護教諭・学校栄養職員がそれぞれの特性や、専門性を生かしたチームティーチングを行う。

導入の段階では、学級担任が日常の児童の実態から、児童自身の今までの冬休みの過ごし方を思い出させる。児童は、生活リズムの乱れについての課題に気付くとともに、栄養バランスの課題に気付くことができた。「冬休みは栄養が偏りがちなので、バランスのよい食事を摂ろう。」という思いをもち、食に関連する行事の多い冬休みの食事の内容について考えることができる。まとめの段階では、学級担任が、児童一人一人の思いと学級の実態に応じたまとめを行う。児童の個人の意見を学級全体で分かち合うことによって、「今年の冬休みは、食事を見直して健康に過ごそう」という意欲が高まる。

「冬休みを健康に過ごそう」【小学校第5学年 特別活動（学級活動）】

【題材のねらい】

今までの冬休みの過ごし方を思い起こし、これからの冬休みを健康に過ごそうとする。

【指導者の事前打ち合わせ】

☆題材の目標達成に向けて、担任・学校栄養職員・養護教諭の指導内容と時間配分を明確にする。  
 ☆児童一人一人の実態に合わせた指導のために、事前アンケート、日常の観察等を用いて指導者全員の共通理解を図る。

【食育の視点】

○毎日の食事をバランスよく摂ることの大切さが分かる。  
 ○一日3度の食事を規則正しく摂ることの大切さが分かる。

【本時の指導の流れ】

導入

☆学級担任

《今までの冬休みの生活は、どうだったかな》

- ・朝寝ぼうをして、朝ごはんを食べなかったことがあったな。
- ・パーティでお菓子ばかり食べていたことがあったな。

指導のポイント

学級の実態に応じた指導

☆担任

- ・一人一人の児童の生活や学習に関する細かな情報の把握
- ・冬休みの過ごし方に対する課題の提示

専門性を生かした指導

☆学校栄養職員

- ・全校児童の食に関する課題の把握
- ・冬休みの食に関する専門的知識

☆養護教諭

- ・全校児童の健康課題の把握
- ・冬休みの健康に関する専門的知識

展開

☆学校栄養職員

《3色の食べ物をバランスよく食べよう》

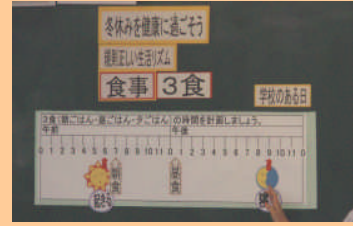
- ・お餅を食べるのが楽しみだったけど、野菜も食べるようにしよう。



☆養護教諭

《一日3食の予定を生活時間表に書き入れよう》

- ・3食の予定を決めると、寝る時間と起きる時間も決められるんだ。



まとめ

☆学級担任

《冬休みはどんなことに気を付けて過ごしますか》

- ・今年の冬休みは、食事を見直して健康に過ごそう。

学級の実態に応じた指導

☆学級担任

- ・一人一人の児童の思いと学級の実態に応じた指導のまとめ

⑤ 給食の時間における食に関する指導事例（バイキング給食を活用して）

【ねらい】

- ・栄養のバランスや量を考え、自分で料理を選ぶ楽しさを味わう。
- ・主食、主菜、副菜をバランスよく食べることができる。
- ・メニューに関心をもち、日常の食事の在り方について考えることができる。
- ・食事のマナーを守り、みんなで楽しく食事を楽しむことを知る。

【事前指導】

- ・献立表を用いて、主食、主菜、副菜の学習指導（学校栄養職員）
- ・献立の説明や選び方（学校栄養職員）
- ・準備、片付け、マナー等の指導

【バイキング給食の約束】

- ・静かに並んで、自分の順番がくるのを待つ。
- ・栄養のバランスを考えて各自の皿に取り分ける。
- ・食べられる量だけを取り、皿に取った料理は残さない。
- ・後の人のことを考えて端の方から取る。
- ・後片付けをきちんとする。

【事後指導】

- ・食に関する指導を通して、規則正しく、栄養バランスのよい食事の重要性に気付かせ、食に関する知識や食を選択する力を日常の食生活や給食の中で実践させる。

【献立例】

- ・主食 おにぎり・ロールパン
- ・主菜 魚のフライ・鶏の唐揚げ
- ・副菜 野菜の煮物・中華風酢の物  
ゆでブロッコリー・大学芋  
わかめスープ・コーンスープ
- ・フルーツ オレンジ・バナナ
- ・牛乳

⑥ 期待できる成果

本事例のように「給食の時間の食に関する指導」と関連させた指導を行うことで、児童の食への関心が、学校における給食から、日常の食事へとつながる。また、学級担任、養護教諭、そして学校栄養職員といった教職員の特性や専門性を生かした指導体制の工夫によって、食に関する知識をより深めることが期待できる。本指導と給食の時間における指導との関連には、給食を生きた教材として活用することがある。給食は、一食一食が栄養バランスのとれた食事である。バイキング給食、学級活動において指導した栄養バランスのよい食事の摂り方について、体験をともない実践化を図る効果的な指導の場面として活用することができる。

(2) 中学校

食育の目標「食文化に関する理解」、発達段階「中学校」の総合的な学習の時間における食に関する指導と関連を図った事例である。

総合的な学習の時間の食に関する指導を給食の時間における食に関する指導と関連を図り、食に関する知識を深め、食文化に関する理解の資質を高めることをねらいとする。

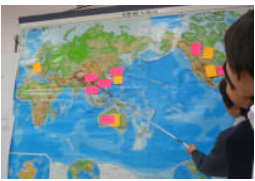

本指導の各教科等における食育の視点は、「日本の食料事情を調べ、自分の食生活との関連を考える。」とし、食文化に関する理解の資質を高める指導を行う。

① 各教科等における食に関する指導事例

「日本の食料事情への理解を深めよう」【中学校第1学年 総合的な学習の時間 6時間扱い】

**【単元のねらい】**  
日ごろ食べている食品の原材料の多くは、輸入でまかなわれている日本の食料事情を知り、自分たちの食生活について考える。

**【食育の視点】**  
日本の食料事情を調べ、自分の食生活との関連を考える。

	時	主な学習活動	
<b>指導のポイント</b>	1	<b>給食の料理について知ろう</b> ○給食の献立を活用して、給食で食べている料理の食品や食材の原料について知る。	<b>生徒の反応</b>
	2	<b>食材の原材料について調べ、まとめよう</b> ○調べてみたい原料ごとに班を編成し、原料の産地、生産量、輸入量、その原料から作ることでできる加工食品等について調査し、まとめる。 ○インターネットを活用して、公的機関のページから情報を検索する。 ○学校栄養職員などにも話を聞く。	
	3		
	4		
5 (本時)	5	<b>調べた原材料について発表しよう</b> ○班で調査し、まとめたことを発表する。 <大豆の例> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">  <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">大豆の輸入国に付せんを貼る。</div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">大豆の輸入国別割合をグラフにまとめる。</div>  </div>	<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">                         ・この原料はこのような食品にも使われているのか。                     </div> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;">                         ・大豆はいろいろな食品に使われているな。                          ・大豆の自給率は低いな。                     </div>
	6	<b>日本の食料事情と自分の食生活について考えてみよう</b> ○原料の輸入が減る状況を考え、班で話し合いをしてまとめ、発表する。 ○原料が輸入できなくなった状況で起こりうる自分たちの食生活の変化を考える。	<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;">                         ・輸入が減ると店頭から食品がこんなに消えてしまうのか。                          ・給食にはこのような原材料が使われているのか。                     </div>
6 (本時)			<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">                         ・給食に使われている食品について着目させる。                          ・日本の食文化（和食）には欠かすことのできない大豆の自給率から食生活を振り返る。                     </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">                         ・原料の生産状況や輸入状況などを理解させる。                     </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">                         ・原料の輸入が減ってしまう状況を想像させる。                          ・原料の輸入が日本人の食生活を支えている状況を理解させる。                     </div>



② 給食の時間における食に関する指導事例

- ・学習した原料が使われている料理を給食に出せるように担任と学校栄養職員で連携を図る。
- ・学校栄養職員などが学校放送を使用したり、教室を訪問したりして給食の献立や原料の産地などを説明する。
- ・担任は、学校放送などを使用する際に原料の実物を示すなどして学校栄養職員の指導を補足する。

③ 期待できる成果

指導事例の成果は、単元の導入で「給食の時間の食に関する指導」と関連させ、意図的、計画的に食育の視点を取り入れた指導を行うことで、日本の食料事情への理解を深めることができた。また、生徒にとって身近な給食から導入したことで、給食への関心を高めることが期待できる。

(3) 特別支援教育

食事をすることは、人間の基本的欲求に支えられており、障害の有無にかかわらず楽しい食事は他の活動では得られない心理的安定感や満足感をもたらすと言われている。盲・ろう・養護学校の学校給食は、小・中学校と異なり、児童・生徒が食堂等に集まって食事を摂っている場合が少なくない。

養護学校には、障害が重複していたり、医療的配慮を要する児童・生徒が在籍している。一人一人の健康状態を把握し、食物形態、食事指導の方法・姿勢、食器やスプーンなどの自助具、指導者との関係、食事時間の雰囲気などいろいろな条件を考慮して食事をしやすい環境を作ることが大切である。

特別支援教育においては、「拒食」や「偏食」、「食器具の使い方」、「正しい食べ方」、「肥満」など、児童・生徒一人一人の指導課題に対し、個別指導計画に基づき着実に成果を上げている。発達段階ごとの食育の指導目標と身に付けさせたい資質・能力（例）を参考に、発達段階や児童・生徒一人一人の障害の程度に応じた指導が大切である。

**事例1** （自立活動の指導～病弱養護学校の例）

- |   |       |   |
|---|-------|---|
| 1 | 指導課題  | 健康状態の維持・改善等に必要な生活様式の理解を促す。  |
| 2 | ねらい   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・栄養・食事制限等に関する知識を身に付け、日常の生活管理ができるようになる。</li> <li>・運動することの楽しさを味わわせ、すすんで体を動かそうとする態度を育てる。</li> </ul>     |
| 3 | 食育の視点 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。</li> <li>・心身の成長や健康の保持増進を図るために、望ましい栄養や食事の摂り方を理解し、自ら管理していく能力を身に付ける。</li> </ul> |

**事例2** （重度・重複障害のある児童・生徒の自立活動の指導～肢体不自由養護学校の例）

- |   |       |  |
|---|-------|--|
| 1 | 指導課題  | 口唇の機能の向上を図る。   |
| 2 | ねらい   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・声かけや下口唇等の刺激によって口をあけることができるようになる。</li> </ul>  |
| 3 | 食育の視点 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・食事の喜び、楽しさを理解する。</li> <li>・心身の成長や健康の保持増進を図るために、望ましい栄養や食事の摂り方を身に付ける。</li> <li>・食事を通じて人間関係の形成能力を身に付ける。</li> </ul> |

### 7 給食の時間における食に関する指導案の参考例

学校栄養職員等を中心に学校給食を生きた教材として活用し、給食の時間において毎日短時間（3分程度）で扱い、意図的・計画的・継続的に給食の時間における食に関する指導を実施する。

(1) 食育の目標（心身の健康）にかかわる指導事例（中学校）

- ① 題材 「野菜を食べよう」
- ② ねらい 食物繊維の働きが体にとって大切であることを理解し、すすんで食物繊維をとろうとする意欲を育てる。

③ 指導案

時間	指導内容	支援
30秒	野菜には食物繊維が含まれていることに気付く。	セロリの繊維を見せる。
2分	食物繊維は、胃や腸で吸収されないことや、食物繊維を摂取すると、腸を健康にすること、肥満防止になること等を理解させる。	エプロンシアターや絵などを使って理解させる。また、理科の「消化・吸収」等との学習と関連を図ることも大切である。
30秒	野菜を残さず食べる意識をもつ。	他の野菜も同様の働きがあることを知らせる。

- ④ 評価 ・野菜の残食が減っているか。 ・野菜を残さず食べようとする姿勢があるか。

⑤ 指導上の留意点

「支援」は、学校栄養職員等を中心に学級担任と連携を図りながら行う。その際の指導の工夫として、学校栄養職員と学級担任とのティームティーチングや学校医など外部講師を招聘して行うなどが考えられる。また、学校・学年全体への一斉指導が必要な際は、放送を活用したり、学級担任が献立表、給食日より、メモ等を使って説明したりするなど指導方法を工夫する。

(2) 指導計画立案にあたっての留意点

- ① 食育の6つの目標の中から、週単位、月単位で重点化を図ったり、発達段階に応じて焦点化を図ったりすることが重要である。
- ② 各教科等の単元配列や指導内容などとの関連を図り、指導内容を設定することが重要である。

### 8 食育の視点を盛り込んだ学習指導案の参考例

給食の時間における食に関する指導を補完するために、各教科等において実施する食に関する指導の単元の指導計画及び学習指導案を例示する。各教科等における食に関する指導は、給食の時間において、実践化を図りさらに理解を深められるよう計画すると効果的である。

なお、各教科等において食に関する指導を行う際は、各教科等のねらいからはずれることがないように配慮が必要である。

【単元名】 「お正月ってなあに？」（小学校第1学年 生活科 4時間扱い）

【単元のねらい】

● 年末年始の家庭や行事について調べ、いつもと違った取組みが行われることを知るとともに、新年を迎える準備の中に自分ができることや、家族としての役割があることに気付き、実行する。
(1) 年末年始の家庭や地域の行事などについて調べ、正月を迎える様々な準備にこめられた人々の願いや思いに気付く。
(2) 新年を迎える準備の中に、自分ができることやしてみたいことを考え、実際に取り組む。

【指導上の留意点】 学校栄養職員と連携し、12月に給食に行事食として、「おせち料理」にかかわる献立を取り入れる。

【単元の指導計画】（関：関心・意欲・態度、思：思考・表現、気：気付き）

時	ねらい	評価の観点			主な学習活動
		関	思	気	
1	<ul style="list-style-type: none"> <li>・家庭や地域の年末年始の取組みについて、進んで調べようとしている。</li> <li>・家庭や地域の年末年始の取組みについて、聞いたり調べたりしたことを分かりやすく発表することができる。</li> <li>・正月の過ごし方や意味に気付いている。</li> </ul>	○	○	○	<p>お正月ってどんなことをするの</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・年末年始の家庭や地域の行事について、家の人に聞いたり、調べたりして、カードに書く。</li> <li>・年末年始の時期、家庭や地域ではいつもと違った取組みが行われることを発表し合う。</li> <li>・正月が、昔から行われてきた年中行事であることや、家族で協力して新年を迎える準備をしたり、楽しく過ごしたりする機会であることに気付く。</li> </ul>

2 (本時)	<ul style="list-style-type: none"> <li>おせち料理について聞いたり調べたりしたことを、分かりやすく発表することができる。</li> <li>おせち料理のことをすすんで調べようとしている。</li> <li>おせち料理にこめられた人々の願いや思いに気付く。</li> </ul>	○	○	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">おせち料理を調べて、おせち博士になろう</div> <ul style="list-style-type: none"> <li>家の人に聞いたり、調べたりしたことをもとに、発表することができる。</li> <li>おせち料理とその由来についてのワークシートに取り組む。</li> <li>振り返りカードに気付いたことや考えたことを書く。</li> </ul>
3	<ul style="list-style-type: none"> <li>新しい年を迎える活動に興味をもち、自分にできることを見付けようとしている。</li> <li>新しい年を迎えるために、家庭ではいろいろな準備があることに気付いている。</li> </ul>	○	○	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">お正月の準備をしよう</div> <ul style="list-style-type: none"> <li>新しい年を迎える時期に、家族の一員としてできることや、してみたいことを考え、発表し合う。</li> <li>新しい年を迎えるための準備の中で、やってみたいと思うことをカードに書き、どのように行うか計画を立てる。</li> </ul>
4	<ul style="list-style-type: none"> <li>自分が取り組んだ事柄を絵や文で表すことができる。</li> </ul>		○	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">お正月を迎える準備をしたよ</div> <ul style="list-style-type: none"> <li>自分が取り組んだことを絵や文で表す。</li> </ul>

「おせちちょうりをしらべて、おせちはかせになろう」(第2時)

本時のねらい ◎新しい年を迎える準備の一つとしておせち料理について調べ、料理にこめられた人々の願いや思いに気付く。

	学 習 活 動	○教師のかかわり ◆評価
導入 5分	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">行事食って何だろう</div> <p>1 季節と年中行事・行事食のつながりを知る。</p>	<p>○写真やイラストを提示し、児童に季節・年中行事・行事食がつながるようにする。</p> <p>○正月の行事食がおせち料理であることを確認する。</p> <p>◆年中行事と行事食のかかわりに気付いたか。(気：観察)</p>
展開 25分	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">おせち料理を調べて、おせち博士になろう</div> <p>2 正月の行事食、おせち料理について調べたことを発表する。</p> <p>3 おせち料理にこめられた人々の願いに気付く。</p>	<p>○友達に分かりやすいように調べてきたことを発表させる。</p> <p>◆調べたことを分かりやすく発表することができたか。(表：発表)</p> <p>○クイズ形式のワークシートを活用し、興味・関心をもって取り組めるようにする。</p> <p>○隣の友達と話し合いながら取り組むように声をかける。</p> <p>◆興味・関心をもって取り組んでいるか。(関：観察)</p> <p>◆「おせち料理」には新たな年を祝ったり、家族の息災や繁栄を祈ったりする思いがこめられていることに気付いたか。(気：発言、ワークシート)</p>
まとめ 15分	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">学習のまとめをしよう</div> <p>4 学習の感想をワークシートに書く。</p>	<p>○今日の学習で分かったことや興味をもったことについてワークシートに書かせる。</p> <p>○家庭で話題にしたり、実践したりできるような声かけをする。</p> <p>◆ワークシートに分かったことや興味をもったことを書くことができたか。(表：ワークシート)</p>

【評価規準】

- 関心・意欲・態度 ・おせち料理のことをすすんで調べることができる。
- 思考・表現 ・おせち料理について、聞いたり調べたりしたことを分かりやすく発表することができる。
- 気 付 き ・おせち料理にこめられた人々の願いや思いに気付くことができる。
- ・年中行事と行事食のかかわりに気付くことができる。

【本単元の学習指導要領との関連】

〈生活科〉第2節 生活科の内容

- (2) 家庭生活を支えている家族のことや自分でできることなどについて考え、自分の役割を積極的に果たすとともに、規則正しく健康に気を付けて生活することができるようにする。
- (5) 身近な自然を観察したり、季節や地域の行事にかかわる活動を行ったりして、四季の変化や季節によって生活の様子が変わることに関心し、自分たちの生活を工夫したり楽しくしたりできるようにする。

## IV 研究の成果と課題

### 1 研究の成果

(1) 学校における食育を進めるための基本的な考え方を提示した。

本研究では、学校における食育の位置付けを明確にした上で、毎日意図的・計画的・継続的に食に関する指導を繰り返し行うことができる場である「給食の時間を中心とした食育の推進」及び「学校における食育の進め方」について、基本的な考え方を示した。

このことにより、各学校においては、食育を「いつ、何を、だれが、どのように」進めるのかを具体的に理解することができ、学校における食育を推進するための効果的な指導体制の構築や食育の全体計画の作成につながると考える。

(2) 小・中学校、高等学校の発達段階を考慮した食育の指導目標や、食に関する指導を通して身に付けさせたい資質・能力を明確にし、「発達段階ごとの食育の指導目標と身に付けさせたい資質・能力(例)」をまとめた一覧表を作成した。

食育を効果的に進めるためには、各発達段階の課題や実態に応じた食に関する指導目標を明確に設定し、全教職員の共通理解の下、意図的・計画的・継続的に学校の教育活動全体で推進することが重要である。そのためには、「食育の全体計画」や「学年ごとの食育の年間指導計画」を作成する必要がある。意図的・計画的・継続的な「食育の全体計画」や「学年ごとの食育の年間指導計画」を作成する上で留意しなければならない点は、給食の時間における食に関する指導と各教科等における食に関する指導を相互補完的に関連付け体系化を図るとともに、各発達段階に配慮し系統性をもたせる必要があることである。

本資料は、小学校(低学年・中学年・高学年)、中学校、高等学校12年間の系統的な指導目標と、目標達成のために児童・生徒に身に付けさせたい資質・能力を例示した。給食の時間における食に関する指導を通して児童・生徒に身に付けさせたい資質・能力と各教科等のねらいを達成するための食に関する指導を意図的・計画的に関連付けた「食育の全体計画」や「学年ごとの食育の年間指導計画」を作成する際、本資料は参考となる。

(3) 「発達段階ごとの食育の指導目標と身に付けさせたい資質・能力(例)」に基づいた「授業の実践事例」提示するとともに、給食の時間における食に関する指導と各教科等における食に関する指導を関連付けた授業実践を示した。

学校栄養職員等と学級担任等が連携を図ったティームティーチング、献立や献立表を工夫した給食の時間における食に関する指導等を例示することにより、給食の時間を中心とし体系化した食育の指導の参考となる。あわせて、食育の視点を盛り込んだ学習指導案を例示したことにより、各教科等のねらいを達成するための食に関する指導や評価の在り方について参考となる。

本事例を参考にして、各学校においては、食に関する指導内容、指導体制、評価の工夫・充実が図られることが期待できる。

### 2 今後の課題

(1) 本研究で作成した「発達段階ごとの食育の指導目標と身に付けさせたい資質・能力(例)」の一覧表を参考として、学校では給食の時間と各教科等との関連を明確にした「学年ごとの食育の年間指導計画」を作成する。

(2) 食育をさらに効果的に実施するために、学校と家庭や地域とが連携・協力して行う食育の指導内容を工夫する。

(3) 平成19年度、東京都では「『食育』推進者養成研修」を実施する予定であるが、食育リーダーとなるべき人材をいかに養成していくかが課題である。

(4) 食育は、身体の健康だけでなく、望ましい人間関係の形成、社会生活上のルールの習得、生命の尊重、思いやりや感謝の気持ちをはぐくむ生きる基礎を形づくる全人格的な取組みである。食育を通して心をはぐくむ視点を学校における食育の中に盛り込み、どのように推進していくかが課題である。