

I 研究の背景とねらい

現状と課題

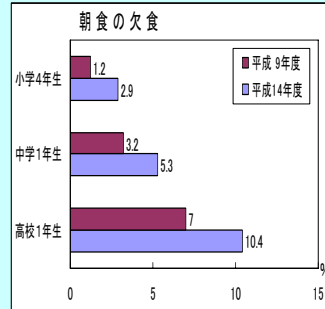
東京都の食をめぐる現状

- 家庭での食育機能の低下
 - 家族一緒に食卓を囲む機会や食を通じた家族のコミュニケーションの減少
 - 朝食欠食、偏食、子どもが一人で食事をする「孤食」、家族が食卓を囲んでも、それぞれ好きな料理を別々に食べる「個食」の増加
- 食を大切にしている心の希薄化
 - 生産と消費の乖離
 - 外食や、弁当をはじめ惣菜等の調理済食品の利用が拡大
- 食に対する理解の不足と食生活の乱れ
 - 食習慣の乱れと栄養の偏り
 - 伝統的な食文化が継承されていない
 - 食物の品質や安全性への理解不足

子どもたちの食育を取り巻く課題

- 学校における食に関する指導では、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
- 食を通して思いやりの心、命や自然を大切にしている気持ちなど豊かな心をはぐくむこと

「朝食をほとんど食べない」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)

施策・提言

- <国>
- 食育基本法 (平成17年6月)
 - 中央教育審議会「健やかな体を育む教育の在り方に関する専門部会 これまでの審議状況」(平成17年7月)
 - 食育推進基本計画 (平成18年3月)
- <東京都>
- 都立学校における健康づくり推進計画 (平成17年2月)
 - 公立学校における食育に関する検討委員会報告書
 - 学校における食育の目標 (平成18年7月)
 - 東京都食育推進計画
 - ライフステージごとの食に関する重点テーマ (平成18年9月)
 - 「食育」推進者養成研修 (平成19年度<予定>)

学校における食育の在り方

- 学校における食育は、食育基本法や食育推進基本計画の理念を踏まえ、食育の目標を実現するために、意図的・計画的・継続的に学校の教育活動全体で推進する。

食育基本法に基づく、学校における食育の考え方

- 食育は、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
- 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
- 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

食育推進基本計画に示された学校の役割

- 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みを進める。
- 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。

学校における食育の目標

東京都では、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)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。

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。

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摂り方を理解し、自ら管理していく能力を身に付ける。

食品を選択する能力

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。

食育の目標

感謝の心

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。

社会性

食生活のマナーや食を通じた人間関係形成能力を身に付ける。

食文化に関する理解

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。

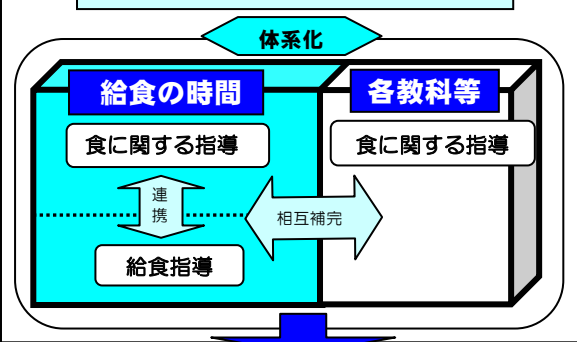
研究のねらい

本研究では、学校における食育を推進するために、基本的な考え方を示すとともに、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。

Ⅱ 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、給食の時間を中心とし、各教科等における「食に関する指導」を意図的・計画的・継続的に推進する。今後は、食育の目標を達成するために、継続的に繰り返し指導できる場として給食の時間を活用し、食に関する知識や能力を育成し、望ましい食習慣の定着を図る。

給食の時間を中心とした食育の推進



学校における食育を組織的に進めるためには

健康教育を所管する校務分掌の中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。

<構成>

主幹・保健主任・給食主任等と、家庭科教諭・養護教諭・学校栄養職員等の専門性をもつメンバーで構成

<役割>

- ・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 等

いつ、何を、だれが、どのように食育を実施するのか

給食の時間

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と学級担任等が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。

食に関する指導

学校栄養職員や給食主任等を中心として

「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。「学校給食指導の手引き 文部省」(平成4年7月)

<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。
- 給食日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・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)

給食指導

学級担任等を中心として

学級担任等は、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。「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)

- 準備・片付け指導
- 衛生指導
- 食事指導
- 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。

<指導上の留意点>

- 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を工夫する。

各教科等

食に関する指導

教科担任・学級担任等による

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のとれた生活
- 調和のよい食事、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、給食の時間で食に関する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。

Ⅲ 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)の活用にあたって

本研究では、全教職員の共通理解の下、意図的・計画的・継続的に学校における食育を推進するために、発達段階ごとの食育の指導目標と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・能力を明らかにし、一覧表(次ページ)に例示した。

【食育の指導目標】 本研究においては、東京都が示す6つの「食育の目標」と「東京都食育推進計画」で示されている小学校低学年から高等学校までの「発達段階ごとの重点テーマ」を組み合わせ、児童・生徒の実態や課題を踏まえて、【食育の指導目標】として例示した。	校種	小学校 中学年	【給食の時間】 給食の時間における食に関する指導と給食指導を通して、児童・生徒に身に付けさせたい資質・能力を例示した。
		発達段階ごとの重点テーマ	ステージ1
	「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。	
	心身の健康	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。	【各教科等】 各教科等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・能力を例示した。

IV 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
発達段階ごとの重点テーマ	ステージ1	
「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。	
食事の重要性 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"> 給食に使われている食べ物に興味・関心をもつ。 みんなと楽しく食事をする事ができる。 <p>【各教科等：特別活動】</p> <ul style="list-style-type: none"> 朝食の大切さが分かる。 	<p>楽しく食事をする事が心身の健康に大切なことが分かる。</p> <p>【給食の時間】</p> <ul style="list-style-type: none"> 健康によい食事の仕方を身に付けようとする。 協力し合って楽しく食事をする事ができる。 <p>【各教科等：道徳】</p> <ul style="list-style-type: none"> 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ことができる。
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摂り方を理解し、自ら管理していく能力を身に付ける。	<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"> 好き嫌いなくよくかんで食べようとする。 ●きちんとした身支度やきれいに手洗いができる。 ●よい姿勢で落ち着いて食べることができる。 <p>【各教科等：特別活動】</p> <ul style="list-style-type: none"> 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。 	<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ことの大切さが分かる。</p> <p>【給食の時間】</p> <ul style="list-style-type: none"> 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。 <p>【各教科等：特別活動】</p> <ul style="list-style-type: none"> よくかんで食べることの大切さが分かる。
食品を選択する能力 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"> 給食に使われている食品の名前が分かる。 <p>【各教科等：特別活動】</p> <ul style="list-style-type: none"> 食品の名前や特徴を知り、食べ物への関心を深める。 	<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"> いろいろな料理の名前が分かる。 衛生的に給食を準備し、食事をする事ができる。 <p>【各教科等：特別活動】</p> <ul style="list-style-type: none"> 安全で衛生的な調理や後片付けができる。
感謝の心 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"> 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。 給食を作ってくれた人に感謝することができる。 <p>【各教科等：生活科】</p> <ul style="list-style-type: none"> 学校では自分たちの生活を支えてくれるたくさんの人がいることに気付く。 	<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"> 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。 食材には旬があることを知る。 <p>【各教科等：理科】</p> <ul style="list-style-type: none"> 季節によって植物の成長に違いがあることが分かる。
社会性 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"> 友達と仲よく食べる。 協力して食卓作りや後片付けをすることができる。 ●盛り付けや配膳が上手にできる。 ●箸などの食器の扱いが上手にできる。 <p>【各教科等：特別活動】</p> <ul style="list-style-type: none"> 正しい箸の使い方を身に付けることができる。 	<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"> 食事の場からさわしい会話をし、楽しく食べることができる。 協力して準備や後片付けができる。 当番の仕事にすすんで協力することができる。 ●食べやすく、きれいに盛り付けることができる。 <p>【各教科等：道徳】</p> <ul style="list-style-type: none"> 働くことの大切さを知り、すすんで働こうとする。
食文化に関する理解 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"> 季節や行事にちなんだ料理があることを知る。 自分の住んでいる身近な土地でとれた食べ物を知る。 <p>【各教科等：生活科】</p> <ul style="list-style-type: none"> 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。 	<p>行事や季節、地域の産物にちなんだ料理に興味を持ち、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"> 昔から伝わっている行事食や伝統食があることを知る。 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。 <p>【各教科等：社会】</p> <ul style="list-style-type: none"> 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。

小学校 高学年	中学校	高等学校
ステージ2 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。		ステージ3 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。	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分かる。	生活全般の中で、自己の食生活に関心をもち、楽しく食事をしようとする。
【給食の時間】 ・健康には食生活が大事であることが分かる。 ・楽しく食事をすることで、人とのつながりが深まることが分かる。 【各教科等：特別活動】 ・一日3度、規則正しい食事をすることの大切さが分かる。	【給食の時間】 ・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。 【各教科等：特別活動】 ・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。	【給食の時間】 ・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。 【各教科等：特別活動】 ・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。	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。	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。
【給食の時間】 ・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食事が理解できる。 【各教科等：特別活動】 ・毎日、バランスよく食事をすることの大切さが分かる。	【給食の時間】 ・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。 【各教科等：技術・家庭】 ・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。	【給食の時間】 ・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。 【各教科等：保健】 ・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。	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。	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。
【給食の時間】 ・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。 【各教科等：家庭】 ・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。	【給食の時間】 ・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。 【各教科等：総合的な学習の時間】 ・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。	【給食の時間】 ・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。 【各教科等：保健】 ・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。	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。	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。
【給食の時間】 ・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に食べることができる。 【各教科等：社会】 ・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。	【給食の時間】 ・自然の恵みや食べ物への大切さを理解し、感謝の気持ちをもって残さずに食べることができる。 【各教科等：技術・家庭】 ・食品を無駄なく使って調理することができる。	【給食の時間】 ・自然の恵みや労働の大切さを理解し、感謝することができる。 【各教科等：地理A】 ・食料問題を地球的及び地域的視野から追究し、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もち、楽しく食事をすることができる。	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。	食事にふさわしい話題を選びながら和やかな雰囲気の中で食事ができる。
【給食の時間】 ・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、和やかに食べることができる。 ・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器が片付けられることができる。 【各教科等：特別活動】 ・「交流給食」などの計画を立て、主体的に活動しようとする。	【給食の時間】 ・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。 【各教科等：技術・家庭】 ・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。	【給食の時間】 ・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の中で食事をすることができる。 【各教科等：特別活動】 ・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。	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。	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。
【給食の時間】 ・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。 【各教科等：社会】 ・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。	【給食の時間】 ・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。 【各教科等：総合的な学習の時間】 ・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。	【給食の時間】 ・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。 【各教科等：家庭】 ・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察することができる。

※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・能力の例示

V 指導展開例

事例1

これは、給食の時間における食に関する指導と特別活動（学級活動）における食に関する指導との関連を図った事例である。（食育の目標「心身の健康」、発達段階「小学校・高学年」）

1 指導計画

11月	【給食の時間】 「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。 ○食品を組み合わせて摂ることの大切さが分かる。	
12月	指導のまとめとして、バイキング給食を活用する。	【各教科等】 「冬休みを健康に過ごそう」 ○毎日、バランスよく食事をする大切さが分かる。 ○一日3度、規則正しく食事をする大切さが分かる。
1月	【給食の時間】 「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。 ○メニューに関心をもち、日常の食事の在り方について考えることができる。	

2 給食の時間における食に関する指導事例

これは、給食の時間に毎日短時間、学校栄養職員と学級担任が連携し、献立表を活用した食に関する指導事例である。

<主食、主菜、副菜の指導にかかわる一週間の献立表の作成例>

曜	こんだて 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。一週間後に、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

「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、学級担任・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。

指導のポイント

学級の実態に応じた指導

- ☆学級担任
 - ・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

専門性を生かした指導

- ☆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
- ☆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

【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。

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》

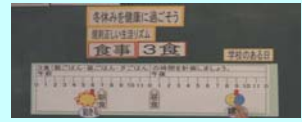
- ・お餅を食べるのが楽しかったけど、野菜も食べるようにしよう。



☆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。

4 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。

・意図的、計画的、継続的な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。

事例2

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

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という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】

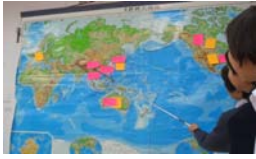
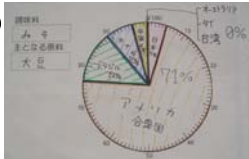
日本の食料事情を調べ、自分の食生活との関連を考える。

指導のポイント

・給食に使われている食品について着目させる。

・原料の生産状況や輸入状況などを理解させる。

・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。

時	主な学習活動
1	給食の料理について知ろう ○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。
2 ・ 3 ・ 4	食材の原材料について調べ、まとめよう ○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。
5 (本時)	調べた原材料について発表しよう ○班で調査し、まとめたことを発表する。 ＜大豆の例＞  大豆の輸入国別割合をグラフにまとめる。  大豆の輸入国に付せんを貼る。
6	日本の食料事情と自分の食生活について考えてみよう ○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。

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。

生徒の反応

・この原料はこのような食品にも使われているのか。

・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。

・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。

2 給食の時間における食に関する指導事例

学習したことへの理解を深めるために給食の時間では、次のような活動が考えられる。

- ・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学級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。
- ・学級担任は、学校栄養職員が校内放送を使用して食に関する指導を行う際、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。

VI 特別支援教育における食育の推進

特別支援教育においては、「Ⅳ 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。

以下、盲・ろう・養護学校における特徴的な指導事例をあげる。

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・改善に必要な生活様式の理解を促す。
- 2 ねらい
 - ・栄養・食事制限等に関する知識を身に付け、日常生活管理ができるようにする。
 - ・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。
- 3 食育の視点
 - ・食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。
 - ・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。

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 □唇の機能の向上を図る。
- 2 ねらい
 - ・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する。
- 3 食育の視点
 - ・食事の喜び、楽しさを理解する。
 - ・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。
 - ・食事を通じて人間関係の形成能力を身に付ける。