

## はじめに

子どもを取り巻く環境が著しく変化する中で、近年の子どもたちは基本的な生活習慣が身に付いていない、他者とのかかわりが苦手である、規範意識が十分育っていないなどの課題が指摘され、様々な分野で取組が進められている。

これらに加えて、毎日の食を大切に作る心の育成が課題として指摘され、子どものうちから生涯にわたって基本となる食生活習慣と食に関する正しい知識とを身に付けさせることが求められている。

八王子市教育委員会は、食育基本法に基づいて、子ども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、食育を、生きるうえでの基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきものと位置付けて、本市の未来を担う子どもたちが、健康で、自立した社会人として生きていくことができるよう、食育を推進する。

## 食育基本法の成立

近年の食に関する課題として、脂肪摂取の過多や朝食の欠食の習慣化、食習慣がもたらす生活習慣病の増加などが挙げられている。更に、食の安全性への不信や食料廃棄の問題、食料自給率の低下など、食料の根幹に関する課題も指摘されている。

そして、子どもたちに対しては、家庭における食に関する知識・マナー・調理技術などの継承が難しくなり、家族のライフスタイルの多様化や調理が簡単で便利な食品が増えたことなどで、保護者が子どもの食生活を把握・管理することも困難な状況にある。

このような食をめぐる社会状況の中で、食育基本法は、未来を担う子どもたちにとって「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して位置付け、国民が子どもころから生涯にわたって食に関する知識と食を選択する力を育て、健全な食生活を実現していくことを期待して、平成17年6月10日に成立、同年7月15日に施行された。

## 食に関する子どもたちの現状

子どもたちの食に関する様々なアンケート調査によると、大人たちの朝食の欠食率と肥満・痩身傾向の出現率の増加に同様の結果が見られる。

- ・ 学年が上がるに従い食べ物の好き嫌いが、小学1年生13.5%から中学3年生24.2%に増加している。(p15 図表1)
- ・ 朝食を食べない子どもが、時々食べないを含めて14.9%~24.4%いる。(p15 図表2)
- ・ 朝食を子どもだけで食べる小学1~3年生が、平成5年に比べて平成17年は、13.5ポイント増えている。(p16 図表3)

- ・ 肥満・痩身傾向の出現率が、5年ごとの比率で0.2から0.5ポイント増えている。(p16、p17 図表4-1~3)
- ・ 健康と生活習慣についての関係を知らない子どもが、24%いる。(p18 図表5)
- ・ ファーストフードをよく買う子どもが、10%いる。(p18 図表6)
- ・ 朝食を食べない子どもたちの学力調査における平均正答率が、朝食を食べる子どもたちより11~17%低い。(p18、p19 図表7-1~2)

これらは、保護者の仕事の時間、児童・生徒のクラブ活動・部活動への参加、塾や稽古事等との関連があると考えても、子どもたちの現状として好ましくない数値が示されている。

食べ物の好き嫌いの改善、朝食を家族と一緒に食べる習慣の定着などは、保護者と子どもとの関係において家庭で身に付ける食習慣の問題である。子どもたちは、学齢が上がるにつれて食の習慣が乱れ、食への正しい理解の低下が数字の上でも示されている。

一方で、

- ・ 家庭で栄養バランスに気を付けて食事をとることを実践している人は、84.7%である。(p19 図表8)
- ・ 食事のマナーで「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしている成人は、83%である。(p19 図表9)
- ・ 居住地域の郷土料理や伝統食について1種類以上知っている人は、71.3%である。(p20 図表10)

といった調査結果もあり、子どもの食についての現状は、子どもだけに起因していないことも多く、保護者をはじめとする大人を含めて社会全般で考えなければならない状況にある。

## 学校における食育

### 1 食育の必要性

食の習慣や意識の習得は、本来は家庭や社会が担うべきものであるが、社会全般の傾向として、食に関する意識や習慣が子ども・家庭・社会のいずれにおいても薄らいでいる現状があり、将来を担う子どもたちは、その影響を受けると考えられる。

学齢期の子どもたちは、個々の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にあることから、食に関する意識や習慣の定着を図るため、食育の基礎を学ぶ必要がある。家庭や社会で、十分に食に関する意識や習慣の定着を図ることが難しくなっているとするならば、学校における食育の重要性は必然的に高まる。

学校では、次のことに留意して改善を図っていく。

### (1) 食育は家庭が重要な役割を果たす

食の習慣の獲得は、乳幼児期から学齢期にかけて学校、家庭において計画的に取り組むことが重要となる。社会に出た後は、学齢期までの食の習慣を基に、さらに豊かな食生活を身に付けることが大切である。

具体的な内容としては、食にかかわる習慣や文化・食事マナー・食事を整える行為及び感謝の心・季節の食材等について理解及び実践的な取組を挙げることができる。

食の習慣は毎日の食卓を囲んで伝えられ、引き継がれていくことを一人ひとりが理解することが基本となる。そのため、学校においては、子どもたちの成長過程に応じて家庭の果たす役割が重要であることを保護者に対して啓発するよう努めなければならない。

### (2) 学校や家庭での食事は会話を豊かにし、家族や友人との絆を強める

世帯構造の年次推移( p 2 0 図表 1 1 )や保護者の仕事の時間帯( p 2 1 図表 1 2 )、子どもたちの生活時間の多様化等により( p 2 1 , 2 2 図表 1 3 - 1 ~ 2 )、家庭における食事による団らんの機会の確保が困難な状況がある。( p 2 2 図表 1 4 )そのため、学校では、給食の時間だけでなく、体験的な食事に関する時間を設定するなどして、食事における団らん(交流)を体得する場とするとともに、家庭においても食事における団らんの機会を確保するよう促す。

### (3) 社会の変化への適切な対応が必要である

食に関する子どもたちの現状や子どもを取り巻く状況から、食にかかわる社会の変化は著しく、食生活は豊かになっている一方で生活習慣病の増加( p 2 3 図表 1 5 - 1 ~ 2 )、食料自給率の低下( p 2 4 図表 1 6 )、食品の安全性が( p 2 4 グラフ 1 7 - 1 ~ 2 )、課題となっている。

食材の大部分を海外に依存している現状がある中で、子どもたちは農林水産物の生産や食品の製造・流通の理解を体験活動を通して確かなものとする必要がある。

また、食品添加物や農薬、遺伝子組み換え食品等の安全性に関しては、生産者・製造者・消費者それぞれの高い判断、認識が求められ、食品廃棄物の抑制や再生処理等の環境に関する事項についての理解も必要となる。

## 2 目標及び基本方針の設定

学校における食育の目標及び食育推進の基本方針は、各学校に任されるが、目標の設定及び基本方針の設定に当たっての視点を食育基本法に基づいて示す。

### (1) 目標設定に当たっての視点

食事の重要性、食事の喜び・楽しさの理解

望ましい栄養や食事のとり方の理解と管理能力

食物の品質及び安全性等について判断できる能力

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

食生活のマナーや食事を通じた人間関係形成能力

地域の産物、食文化や食にかかわる歴史等の理解と尊重する心

## (2) 基本方針策定に当たっての視点

全教職員による食育についての共通理解と指導体制の整備  
学校教育活動全体を通しての指導を示す全体計画の作成  
家庭及び地域との連携

### 3 食育推進のための指導体制

学校において食育を推進していくためには、その取組を家庭や地域に広く公開していくことが求められる。そのためには学校の全体計画の下、計画的に推進していくための指導体制が必要となる。

各学校は、食育を教育活動全体で取り組むため、食育を推進する校内体制を整備し、組織的に対応していく。

#### (1) 校内体制

食育リーダーの選任 食育リーダーは、学校で組織的な推進を図るため、食に関する指導の全体計画作成や授業改善の助言、家庭や地域との連携におけるコーディネーター機能、各家庭への情報発信等、食育を推進するための役割を担う。

食育推進のための組織づくり 学校は、食育を所管する分掌(例：保健部等)を明確にする。

食育リーダーを中心に、主幹教諭、保健主任等と、学校栄養職員、調理員、家庭科教諭、養護教諭等の高い専門性をもつ教職員で編成する。学校における食育は学級担任や教科担任による各教科の授業実践が中心となるため全体計画に沿って食に関する指導が円滑に行われるよう、学校内外において連絡・調整を図り、その支援に努める。

学校においては食育の目標について、全教職員で共通理解を図った上で教育課程に位置付けて、9年間を見通した小中一貫教育において意図的・計画的に対応していくことが必要となる。また、内外の人材の有効活用を図りながら各校において特色ある教育活動として地域に根ざした食育を推進する。そのために、次の4点を示す。

小中一貫教育において9年間の系統性をもって食育を推進する。

校長のリーダーシップの下、教職員が目標を共通理解し、給食の時間だけでなく関連教科等に幅広くかかわり、指導体制の整備も含めて食に関する指導を実施する。

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、学級担任、養護教諭等と連携して実施する。また、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、食について高い専門性をもつ教職員の活用を図る。

家庭及び地域と連携の体制を築き、食に関する指導の充実を図る。食育の目標を実現させるためには、親子料理体験活動等、学校・家庭・地域が互いに連携・協力して取り組む必要がある。

## (2) 人材育成

### 食育を推進する「食育リーダー」の育成

食育リーダー養成研修を八王子市教育委員会で開催する。

### 教職員の意識啓発

食に関する校内研修会を実施する。

食に関する現状への正しい認識と、食育の必要性の理解促進を図り、食に関する指導の実践的な指導力を高める。

### 校内研修の充実

小中一貫教育における食育の推進について小中連携した校内研修の充実を図る。

### 情報提供

教育委員会より食に関する指導資料や指導事例を各校へ資料提供する。また、各学校において食に関する指導の取組をホームページ等で発信する。

## 4 食育に関するカリキュラムの作成

食育は、食育基本法に示されたように、知育・徳育及び体育の基礎と位置付けられる。

健全な食生活を実践できる人間を育成するため、「食」に関する知識と「食」を選択する能力を習得し、学校教育活動全体を通して指導することが求められる。

学校の教育課程の編成では、9年間の小中一貫教育による食育の系統性が必要となる。各教科等において年間指導計画の作成により、児童・生徒がどのような活動を行い、どのような力を身に付けるか見通しをもち、目指す児童・生徒像を明確にする。また、八王子にふさわしい教材の開発を推進していく。

食育にかかわるカリキュラムの作成については、これらに準じて作成する。実施時期や実施時数については、各学校の裁量に任せられる。

## (1) 食育全体計画

食育基本法では、国や地方公共団体は学校の食育推進のための指針の作成支援や必要な施策を講ずるものとされている。学校はそれらを待つまでもなく学校が担う食育の必要性に鑑み、目標及び基本方針の観点やカリキュラム等について検討し、学校として「食育全体計画」を作成する必要がある。

八王子市としてはすでに、各学校において「食育全体計画」を作成している。その作成にあたっては、各学年や各教科等における食に関する指導内容や形態を系統的に整理するとともに、全教職員及び保護者・地域との連携協力を図る体制を整えることにも留意する。

次に、小学校・中学校それぞれの食育全体計画の例及び様式を示す。

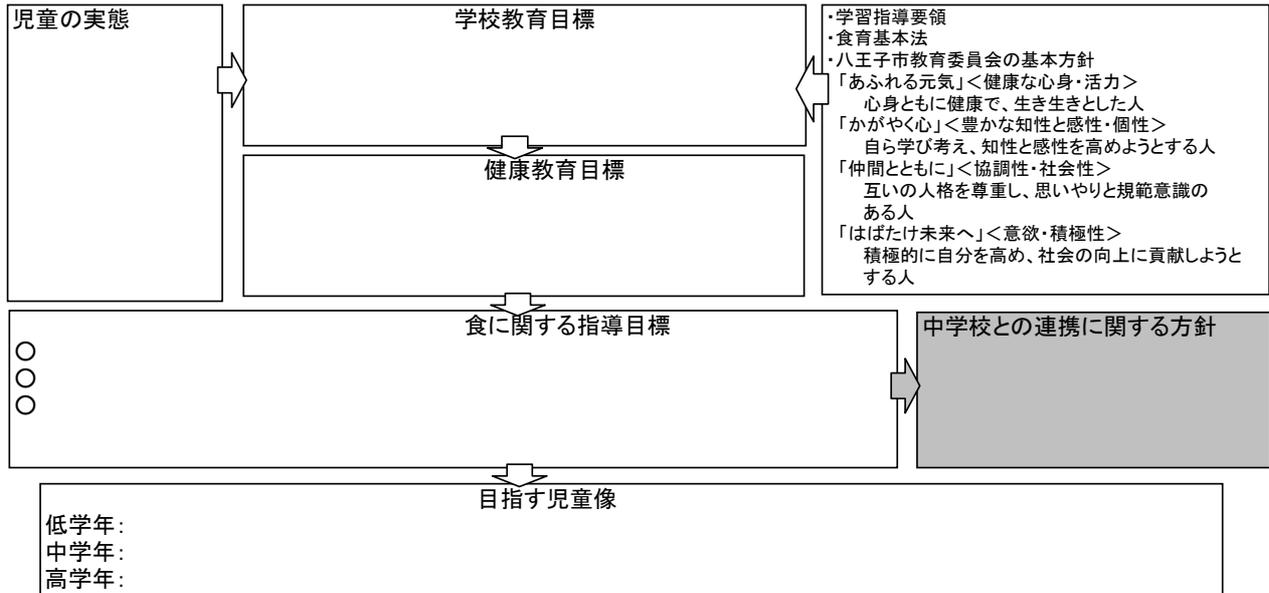
小学校における食に関する指導の全体計画（記入例）

		第1学年	第2学年	第3学年	第4学年	第5学年	第6学年	
教科との関連	社会			・調べよう物をつくる仕事 (地域の産業) ・見直そうわたしたちの暮らし (消費生活)	・健康なくらしとまちづくり (飲料水・電気・水道) (廃棄物の処理) ・昔のくらしとまちづくり (生活の変化、道具) ・わたしたちの東京のまちづくり (特色ある地域の人々)	・食料生産を支える人々 (我が国の農業や水産業) ・住みよいくらしと環境 (国土の自然・国土の環境)	・大昔の暮らしをのぞこう (農耕の始まり、大陸文化の摂取) ・戦争から平和への歩みを見直そう (文明開化) ・世界の人々とのつながりを広げよう (戦後の変化、国民生活の向上)	
	理科			・植物を育てよう (生物とその環境、植物の育ち方)	・季節と生き物 (生物とその環境、植物の成長と季節)	・受けつがれる生命 (生物とその環境、種子と発芽)	・生きていくための体の仕組み (生物とその環境、消化・吸収) ・日光と植物・生き物どうしのかかり (光合成) ・生き物と環境 (食べ物、水、空気)	
	生活	・みんなでいこう (学校の施設、学校生活を支えている人々を知る) ・みんなだいすき (人とかかわりを知り、自分の役割を果たす)	・やさいをそだてよう (季節の変化、植物の成長の様子に関心をもつ)					
	家庭					・見つめよう！家庭生活 (家庭生活の大切さ) ・料理ってたのしいね！おいしいね！ (調理の基礎的な技能)	・見直そう！毎日の食事 (食品の栄養・組み合わせ) ・まかせてね！きょうのごはん (一食分の食事・献立)を考える	
	体育			・毎日の生活と健康 (健康にいい生活の仕方)	・育ちゆく体とわたし (発育に必要な調和のとれた食事)	・心の健康 (心と体は密接に関係していること)	・病気の予防 (生活習慣病の予防、栄養の偏りのない食事)	
道徳	1 主として自分自身に関すること(低)(中)(高)1-(1)、 2 主として他の人とかかわりに関すること(低)(中)2-(1)(4)(高)2-(1)(5)、 3 主として自然や崇高なものとかかわりに関すること(低)(中)(高)3-(1)(2)、 4 主として集団や社会とかかわりに関すること(低)4-(2)(4)(中)4-(2)(3)(5)(6)(高)4-(2)(4)(5)(7)(8)							
総合的な学習の時間	・環境 ・地域 ・福祉 ・健康 ・国際理解							
上記教科等以外の教材の工夫	「食」に関する内容のポスター等を日常的に掲示。 日常生活指導における「食」に関する指導。 など							
		春	夏	秋	冬			
特別活動	学級活動	・給食の約束 ・菌の健康	・夏の健康な生活 ・運動と健康 ・朝ごはんを食べよう	・健康な生活習慣 ・食べ物の3つの働き ・冬の健康な生活	・かぜの予防 ・家族と食べよう ・心と体の成長をふりかえろう			
	学校行事	・健康診断 ・遠足、運動会	・校外学習、宿泊学習 ・夏休み	・学習発表会 ・冬休み	・修了式、卒業式 ・春休み			
	児童会活動	・1年生を迎える会 ・給食委員会 (ランチルーム装飾)	・夏の集会 ・給食委員会 (エプロンの汚れ、手洗い実験)	・秋の集会 ・給食委員会 (給食週間にむけて)	・6年生を送る会 ・給食委員会 (かぜ予防のポスター)			
	クラブ活動	・料理クラブ						
給食指導	(低)	・給食を知ろう ・仲良く食べよう	(低)	・食べ物の名前を知ろう ・好き嫌いせず楽しく食べよう	(低)	・食べ物に関心をもとう ・食べ物を大切にしよう	(低)	・いろいろな食べ物の名前がわかったか ふりかえろう ・給食の反省をしよう
	(中)	・食品について知ろう ・きまりを覚えよう	(中)	・食べ物の働きについて知ろう ・好き嫌いせず楽しく食べよう	(中)	・食べ物の3つの働きについて知ろう ・食べ物を大切にしよう	(中)	・食べ方をふりかえろう ・給食の反省をしよう
	(高)	・食品や献立について知ろう ・楽しい給食時間にしよう	(高)	・食べ物の働きを知ろう ・食事の環境について考えよう	(高)	・食べ物と健康について知ろう ・感謝して食べよう	(高)	・食生活を見直そう ・1年間の給食をふりかえろう
	リザーブ給食 (丈夫な歯をつくらう)	リザーブ給食 (主食の大切さを考えよう)	リザーブ給食 (秋を味わおう)	バイキング給食 (学年に応じた内容)				
旬の食材、行事食、郷土食、世界の料理などを取り入れる、ランチルームの活用(学年交流、招待給食)								

# 平成21年度 小学校における食に関する指導の全体計画

八王子市立

小学校



		第1学年	第2学年	第3学年	第4学年	第5学年	第6学年
教科との関連	社会						
	理科						
	生活						
	家庭						
	体育						
	道徳						
総合的な学習の時間							
		春		夏		秋	
特別活動	学級活動						
	学校行事						
	児童会活動						
	クラブ活動						
給食指導	(低)		(低)		(低)		(低)
	(中)		(中)		(中)		(中)
	(高)		(高)		(高)		(高)
個別指導							
家庭・地域との連携							

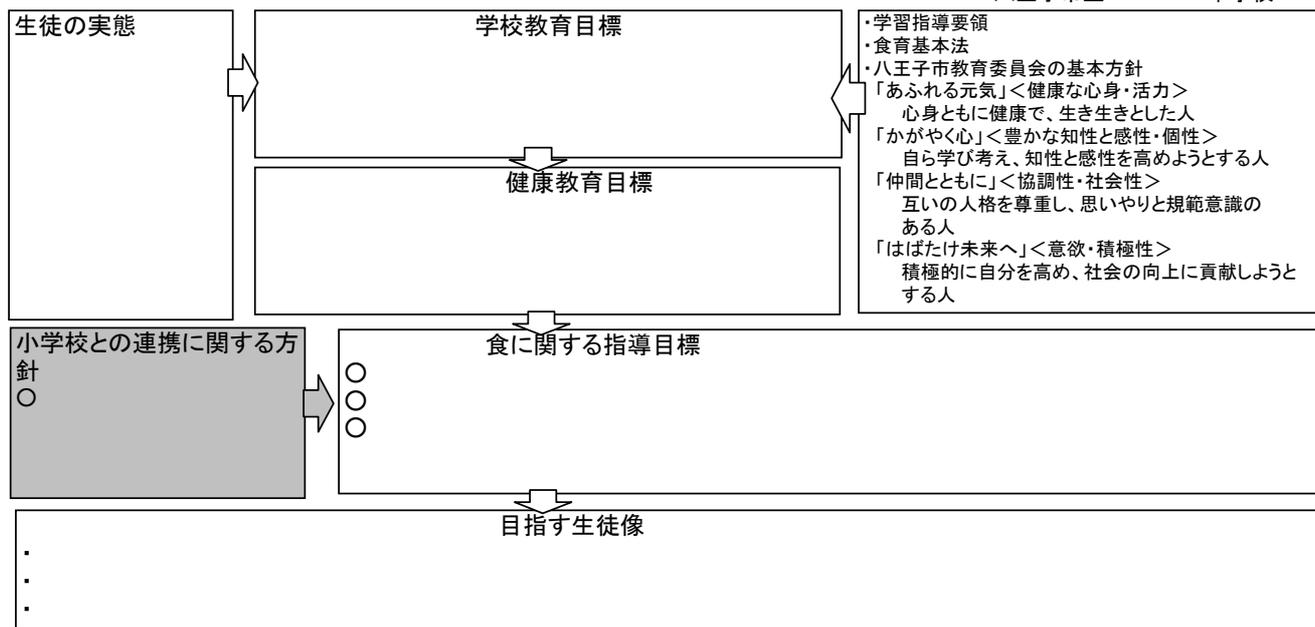
中学校における食に関する指導の全体計画（記入例）

		第1学年	第2学年	第3学年		
教科との関連	社会	世界と比べてみた日本 <small>(我が国の国土の地域的特色、地理的な見方)</small>		わたしたちの暮らしと経済 <small>(日本史、農業の発達、文化の伝来、産業、生活の向上)</small>		
	理科	植物の生活とからだのしくみ <small>(生物と生物現象)</small>	動物のからだとはたらき <small>(生物と生物現象) (生物の細胞と生殖)</small>	自然と人間 <small>(生命尊重、自然環境保護)</small>		
	技術・家庭	わたしたちの食生活 <small>(生活の中で食事が果たす役割、健康と食事のかかわり)</small> わたしたちの食品の選択と調理 <small>(栄養素の種類と働き、中学生の時期の栄養の特徴)</small>	わたしたちのより豊かな食生活 <small>(健康と食事のかかわり、食品の栄養的特質)</small> 郷土の調理 <small>(自分の食生活、日常食や地域の食材を活かした調理の工夫)</small>	ともに生きるわたしたち 幼児のおやつを工夫しよう <small>(幼児の遊びや食生活、必要な栄養素・食事量)</small>		
	保健体育	心の健康 <small>(心と体は密接な関係にあること、生活を明るく健全にする態度)</small>		健康な生活と病気の予防 <small>(生活環境に応じた食指、調和のとれた生活、食事の量や質)</small>		
	道徳	1 主として自分自身に関すること(1)、 2 主として他の人とのかかわりに関すること(1)(2)、 3 主として自然や崇高なもののかかわりに関すること(1)(2)、 4 主として集団や社会とのかかわりに関すること(5)(6)(8)(9)(10)				
総合的な学習の時間	食生活を考えよう(文科省教材活用)	職場体験	賢い消費者になろう 生産者との交流を通して			
特別活動	学級活動	1学期 食に関する指導 ・給食のきまり ・朝食の大切さを知ろう ・夏の健康と食生活	2学期 食に関する指導 ・年未年始の食事 ・栄養バランスを考えてみよう	3学期 食に関する指導 ・かぜの予防と食生活 ・1年間の給食活動の反省 ・食生活を見直してみよう		
	学校行事	健康診断 体育祭 移動教室	授業参観 社会科見学	研究発表会 職場体験 卒業式		
	生徒会活動 保健委員会	・各月の昼食指導目標に合わせた活動 ・保健委員会だよりの発行				
給食指導目標	4月	・食事のマナーを守り、協力して楽しい食事にしよう。	8月	・自分の食生活をふり返るよい機会にしよう。	12月	・冬の食生活と健康について考えよう。
	5月	・食事にふさわしい環境づくりをしよう。	9月	・バランスのとれた食事について考えよう。	1月	・食生活に関心をもとう。
	6月	・衛生に気をつけて食事をしよう。 (手洗いの励行、清潔な身支度等)	10月	・運動と栄養の関連について理解しよう。	2月	・健康づくりを考え、食生活を見直そう。
	7月	・夏の食生活と健康について考えよう。	11月	・感謝して食事をしよう。	3月	・楽しい雰囲気が好き嫌いせず、おいしく食べよう。 ・食生活の反省をしよう。
生活指導との関連	・学校生活のきまり ・夏休みの生活	・冬休みの生活	・1年間の生活の反省			

# 平成21年度 中学校における食に関する指導の全体計画

八王子市立

中学校



		第1学年		第2学年		第3学年	
教科との関連	社会						
	理科						
	技術・家庭						
	保健体育						
道徳							
総合的な学習の時間							
特別活動	学級活動	1学期		2学期		3学期	
	学校行事						
	生徒会活動 保健委員						
給食給食指導指目標	4月			8月			12月
	5月			9月			1月
	6月			10月			2月
	7月			11月			3月
生活指導との関連							
個別指導							
家庭・地域との連携							

(2) 年間指導計画

食育年間指導計画として小学校・中学校の9年間を見通した「教科・領域等における食に関する指導」「給食指導」をより具体的なものとして例示する。

教科・領域等における食に関する指導年間指導計画														
学年	指導のねらい	4月	5月	6月	7月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	備考	
小学校	1年 基礎的な食習慣、食の基本的な知識や食行動を身に付ける	生活 「さあ がつこうたんけんだ」 <社・感>			学級活動 「もうすぐ夏休み」 <健>		学級活動 「どんな食べ方がいいのかな」 <選>		生活 「もうすぐおしよがつ」 <社>		生活 「みんなかぜのこ」 <重>	生活 「もうすぐ2年生」 <重>	道徳の時間では、「食」を題材とした読み物資料等を扱うことで食育の充実を図ることができる。特に、下記の価値項目は食育の充実の視点から見て関連が深いものである。	
	2年 食事のリズムや食べ方、食事をするときの姿勢、箸やスプーンの使い方、食事の楽しさ	生活 「2年生になったよ」 <社>	生活 「ぐんぐんそだて」 <重・健・感>	生活 「ぐんぐんそだて」 <重・健・感>	学級活動 「楽しい夏休み」 <健>	生活 「ぐんぐんそだて」 <重・健・感>	生活 「町のたからをつたえよう」 <重・社>	学級活動 「バランスのよい食べ方」 <健・選>		生活 「自分だけのアルバムを作るよ」 <感・社>	生活 「自分だけのアルバムを作るよ」 <感・社>		1-(1)節度・節制、自立 2-(1)礼儀 2-(4)尊敬・感謝 3-(1)自然愛・動植物愛護 3-(2)生命尊重 4-(2)家族愛 4-(4)郷土愛	
	3年		理科 「植物を育てよう」 <感>	学級活動 「歯を大切に」 <健>		社会 「人びとのしごととわたしたちのくらし」 <社>	学級活動 「わたしの朝ごはん、バランス大丈夫？」 <健>	体育 「毎日の生活と健康」 <健>	学級活動 「楽しい冬休み」 <健>					道徳の時間 1-(1)節度・節制、自立 2-(1)礼儀 2-(4)尊敬・感謝 3-(1)自然愛・動植物愛護 3-(2)生命尊重
	4年		理科 「季節と生き物 芽生えるのころ」 <感>	学級活動 「朝ごはんを食べよう」 <重>	社会 「ごみの処理と利用」 <社>		社会 「きょう土につたわるねがい」 <文>	体育 「育ちゆく体と私」 <健>	理科 「季節と生き物 葉が色づくのころ」 <感>	社会 「くらしと土地の様子」 <感・社>	学級活動 「成長に必要な栄養」 <健>	理科 「季節と生き物 芽ばえにそなえるのころ」 <感>		4-(2)勤労 4-(3)家族愛 4-(5)郷土愛 4-(6)愛国心
	5年	食を大切にする心、食に関する自己管理能力を身に付ける	社会 「わたしたちの生活と食料生産」 <社・感>	社会 「わたしたちの生活と食料生産」 <社・感>	社会 「わたしたちの生活と食料生産」 <社・感>	家庭 「かんたん調理をしてみよう」 <重>		体育 「心の健康」 <重・健>	家庭 「作っておいしく食べよう」 <重・健・選>	学級活動 「バランスのよい食べ方」 <重・健・選>			家庭 「家族とのふれあいを楽しもう」 <社・文>	道徳の時間 1-(1)思慮・節度・節制 2-(1)礼儀 2-(5)尊敬・感謝 3-(1)自然愛 3-(2)生命尊重
	6年	食の大切さを実感、健全な食生活の実践力、世界の食料事情への理解	社会 「米作りの村から古墳のくにへ」 <文>	理科 「生きていくための体の仕組み」 <重・健>	学級活動 「移動教室に向けて」 <重>	家庭 「朝食に合うおかずを作ろう」 <重・健・選>	社会 「明治維新をつくりあげた人々」 <文>	体育 「病気の予防」 <重・健・選>	家庭 「楽しい食事を工夫しよう」 <社・文>	理科 「生き物どうしのかかわり」 <重>		学級活動 「心と体の成長を振り返ろう」 <健>	理科 「生き物かんなきょう」 <重・感>	4-(2)公德心・規則尊重・権利義務 4-(4)勤労・社会奉仕 4-(5)家族愛 4-(7)郷土愛・愛国心 4-(8)国際理解
中学校	1年	社会 「稲作による生活の変化」 <重・文>	理科 「植物の生活の種類」 <感>	技術・家庭 「私たちの食生活」 <重・健・選>	社会 「日本の各地ではどのような姿をしているのだろうか」 <文>	社会 「律令制のちとての人々のくらし」 <文>	技術・家庭 「私たちの食生活」 <重・健・選>	社会 「身近な地域を調べよう」 <文・感>	技術・家庭 「私たちの食品の選択と調理」 <重・健・選>	社会 「都道府県を調べよう」 <文・感>	社会 「人々の努力と産業の発達」 <文>	保健体育 「心身の発達と心の健康」 <重・健>	道徳の時間 1-(1)基本的な生活習慣 2-(1)礼儀 2-(2)感謝・思いやり 3-(1)自然愛・畏敬の念 3-(2)生命尊重	
	2年	社会 「町の開化、村の開化」 <文>		社会 「世界の国々を調べよう」 <重・文>		理科 「動物の生活の種類」 <重・感>	技術・家庭 「わたしたちと家族、地域」 <健・社・感>	社会 「長びく戦争と苦しい生活」 <文>	技術・家庭 「わたしたちの消費と環境」 <社・選>	社会 「さまざまな特色を開発つづけてきた日本」 <重・文・感>	社会 「高度経済成長とよばれる発展」 <健・文>	保健体育 「健康と環境」 <重・健>	4-(5)勤労・社会奉仕・公共の福祉 4-(6)家族愛 4-(8)郷土愛 4-(9)愛国心 4-(10)国際理解・人類愛	
	3年	社会 「現代社会の歩みと私たちの生活」 <文>	保健体育 「健康な生活と病気の予防」 <重・健>	技術・家庭 「私たちのより豊かな食生活」 <重・健・選>		社会 「個人と社会生活」 <文>	技術・家庭 「私たちのより豊かな食生活」 <重・健・選・文>	保健体育 「健康な生活と病気の予防」 <重・健>		社会 「世界平和の実現を目指して」 <重・文>		理科 「自然と人間」 <重・感>		

<>内は、食に関する指導の内容を示す。 <重> 食事の重要性 <健> 心身の健康 <選> 食品を選択する力 <感> 感謝の心 <社> 社会性 <文> 食文化

給食指導年間指導計画		4月	5月	6月	7月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	備考
学年	指導のねらい	給食について知ろう <社>	食事のマナーを身に付けよう <社>	衛生に気を付けて食事をしよう <健>	夏の食生活と健康について考えよう <重・健>	食事と運動について考えよう <重・健>	和やかに食べよう <社>	感謝の気持ちで食事をしよう <感・重・文・社>	寒さに負けないうちを作ろう <重・健・選>	好き嫌いをしないうちを残さず食べよう <重・健・選>	食事と健康のかかわりを知ろう <重・健>	食生活について考えよう <重>	
1年	基礎的な食習慣、食の基本的な知識や食行動を身に付ける ・食事のリズムや食べ方 ・食事をするときの姿勢 ・箸やスプーンの正しい使い方 ・食事の楽しさ	・身支度の仕方 ・食卓の運び方 ・配膳の仕方、片付け方 ・あいさつ	・姿勢、箸の持ち方 ・食べながら話さない	・手洗いの励行 ・手を汚さない ・ハンカチを身に付ける	・冷たいものを食べすぎない ・朝、昼、晩きちんと食べる	・食べて元気な体を作る ・栄養、運動の大切さ	・仲良く食べる ・楽しい話題	・「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつ	・元気に運動し、おいしく食べよう ・手洗いうがいが行	・好き嫌いをしない ・嫌いなものも一口食べる ・学校給食の始まり	・何でも食べる ・元気な体を作る食べ物	・給食当番の仕事の振り返り ・何でも食べられるようになったか	
2年													
3年													
4年		・安全な準備 ・協力しての片付け	・よい姿勢 ・食事のマナー	・手洗いの必要性 ・清潔な服装	・暑い時期の食事、規則正しく食事をし、水分の補給	・夏ばての回復 ・栄養、運動、休養の大切さ	・楽しいグループ作り ・話題を選ぶ ・楽しく会食	・自然の恵みや人々の苦勞に感謝する	・病気の予防 ・冬の食中毒	・嫌いな食べ物も必要には必要 ・学校給食の歴史	・主食、主菜、副菜のある食事 ・日本型の食生活	・給食当番の仕事の振り返り ・バランスよく食べられたか	
5年	食を大切にすることを心、食に関する自己管理能力を身に付ける ・食の大切さを実感 ・健全な食生活の実践力 ・世界の食料事情への理解	・身支度の確認 ・自主的な準備 ・協力しての片付け	・食事のマナーの実行 ・会話の工夫	・手洗いの必要性と習慣 ・服装、室内等の清潔	・暑い時期の食事、規則正しい食事 ・清涼飲料水のとり方	・夏ばての回復 ・食生活のリズム ・栄養、運動、休養の大切さ	・食の態度や習慣 ・会食の仕方、工夫	・自然の恵みや食べ物を知り、食べ物を食べる人々に感謝する	・病気の予防 ・冬の食中毒	・進んで食べないうちを個人差に応じた盛りつけ ・学校給食の歴史	・主食、主菜、副菜のある食事 ・日本型の食生活の見直し	・当番としての責任 ・健康を考え、よい食事ができたらかを振り返る	
6年													
1年		・準備、後片付けの仕方 ・当番の身支度	・決められた時間に食べる ・グループ作りの工夫	・梅雨時の衛生 ・手洗いの励行	・夏ばて防止の食事 ・夏の健康管理 ・水分補給	・生活リズム ・栄養、運動、睡眠	・望ましい食習慣	・食料の生産や調理に携わる人々への感謝の心	・かぜを予防するための食事	・食事のマナー ・給食の目的と役割	・よい姿勢 ・かむことの必要性	・健康的な食習慣 ・食生活の改善	
2年													
3年													

<>内は、食に関する指導の内容を示す。 <重>食事の重要性 <健>心身の健康 <選>食品を選択する力 <感>感謝の心 <社>社会性 <文>食文化

## 5 保護者・地域との連携

学校における食育を効果的に進めるためには、食に関する情報を積極的に保護者や地域へ発信し、理解と協力を得ることが必要である。各学校における特色ある取り組みが期待されるが、具体的には次のような例が挙げられる。

### (1) 保護者との連携

学校の食育についての定期的な現状報告

食育に関する保護者の学習機会の設定

子どもによる食材調達から調理までの「弁当作りの日」の設定

家庭における廃食用油や食材廃棄物の再資源化の促進

「我が家の食育実践」発表会の開催

親子料理教室の実施

等

### (2) 地域との連携

食材生産や食品製造・流通における体験活動・見学・講演などの交流

郷土料理や伝統的な行事と結び付いた食文化の実演・講習会の実施

等

## 6 個別指導計画

食育全体計画は、食育基本法に基づく学校教育全体を通しての食に関する指導の計画として位置付けられるものであるが、食にかかわる課題にはこの全体計画の中で対応しきれない個人にかかわるものも少なからずある。「朝食の欠食」や「孤食」、「極端な肥満と痩身」や「食物アレルギー」、「極端な好き嫌い」に加えて「宗教上の理由や疾病による禁食」などである。

これらについては、家庭に任せるだけでなく、学校の食育全体計画とは別に学校が個々の実態を正確に把握した上で、個別指導計画を作成し、家庭との連携を密にした指導が欠かせない。

個別指導計画作成に当たっては、学校医やかかりつけの医師の判断を仰ぐことや個人情報取り扱いに留意することも必要である。

## 学校給食の位置付け

食育が国民的な課題であることから、すべての子どもたちに栄養バランスの取れた豊かな食事を提供する場を保障することは、成長期にある子どもの心身の健全な発達を促す上できわめて大事なことである。このことが、「児童及び生徒の心身の健全な発達に資し、かつ、国民の食生活の改善に寄与する。」ことを目的として学校給食法が制定され、学校に給食が導入された理由である。

給食は毎日行うことから、手洗い、配膳の仕方、食器の並べ方、はしの使い方、食事のマナーなど、給食指導の流れを通して繰り返し体験することができる。そうすることで、望ましい食習慣や協力し合うなど、好ましい人間関係を身に付けさせることができる。

学習指導要領では、給食の時間を特別活動に位置付けている。そこだけにとどまらず、給食の時間を教材として活用することで、各教科・領域の中で食に関する知識・理解の獲得、興味・関心の高まり、食事に関するマナーの習得や人間関係の醸成に結び付けることができる。

例えば、給食の時間において、食材として出された八王子産の野菜はどこでどのように栽培され、誰がどうやって学校まで運んで来るのか、旬となる季節はいつなのか、生産・流通・消費の関係について学ぶことができる。また、その野菜を含めて今日の献立の栄養価・栄養比率など、栄養を考え、計算をしたり、栽培にはどんな苦労があるのを知ったり、自分たちの食べ残した残菜はどうなるのか、どうすべきか、人々の暮らしや生産者への感謝の心に思いをふくらませたりすることができる。そして、現実に食している野菜をあらゆる教科・教育活動と結び付けて、体験的に学ぶこともできる。

学校から地域や家庭に対して、給食の実態についての情報提供、地域や学校農園の生産物の食材採用、栄養調べによる日常の食事の検証と改善などを通して地域・保護者との連携を深めるとともに、食についての意識を高め、健全な食生活の実践を図ることができる。

## おわりに

小学生から中学生の時期は、生涯にわたる健康づくりの基礎となる食生活習慣を確立する最も重要な時期である。

小学校では、これまでも給食という場でみんなで食べる楽しさやマナーを体得し、農業体験などを通して食に対する関心を高めてきた。また、中学校では理科や家庭科などの教科で知識や技術を深めてきたところであり、子どもたちに対して自立した食生活を築いていくよう継続した取組を行ってきた。

この切れ目のない9年間の食に関する指導は、これまでも述べてきたような新たな取組を進めることになるが、これらを推進するに当たっては、保護者や地域の理解と協力が必要である。そのためには、学校長を中心とした学校の組織づくりや食育リーダー等の育成を図っていかなければならない。