

川崎市総合教育会議

中学校給食を活かした「食育」の推進について

平成28年11月17日(木)

川崎市教育委員会事務局中学校給食推進室

1



スケジュール概要

H25.11.26 ⇒ 川崎市中学校給食の基本方針

H26.10.28 ⇒ 川崎市中学校完全給食実施方針

H28年1月 ⇒ 東橘中学校における試行実施

H29年1月 ⇒ 東橘・はるひ野・犬蔵・中野島で開始予定

H29年9月 ⇒ 南部学校給食センター開業予定(22校)

H29年12月 ⇒ 中・北部学校給食センター開業予定(26校)

他都市でも
例のないス
ピーディな
ビッグプロ
ジェクト!

②

東橘中試行給食の様子-1



準備
万端!?

3

②

東橘中試行給食の様子-2

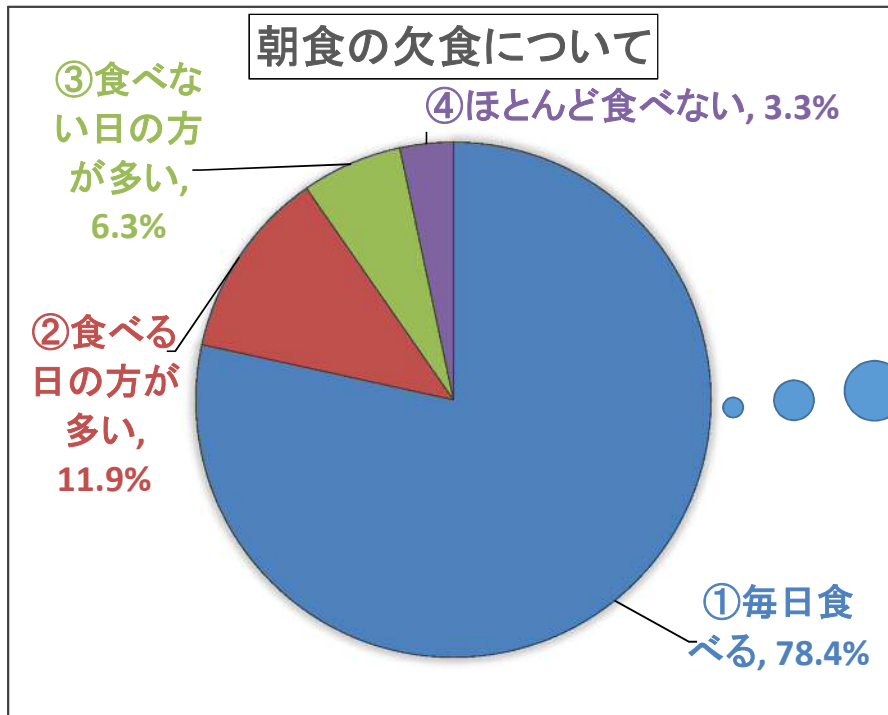


いよいよ
当日!?

4

③

中学生の食生活等-1



問;あなたは朝食を食べていますか？

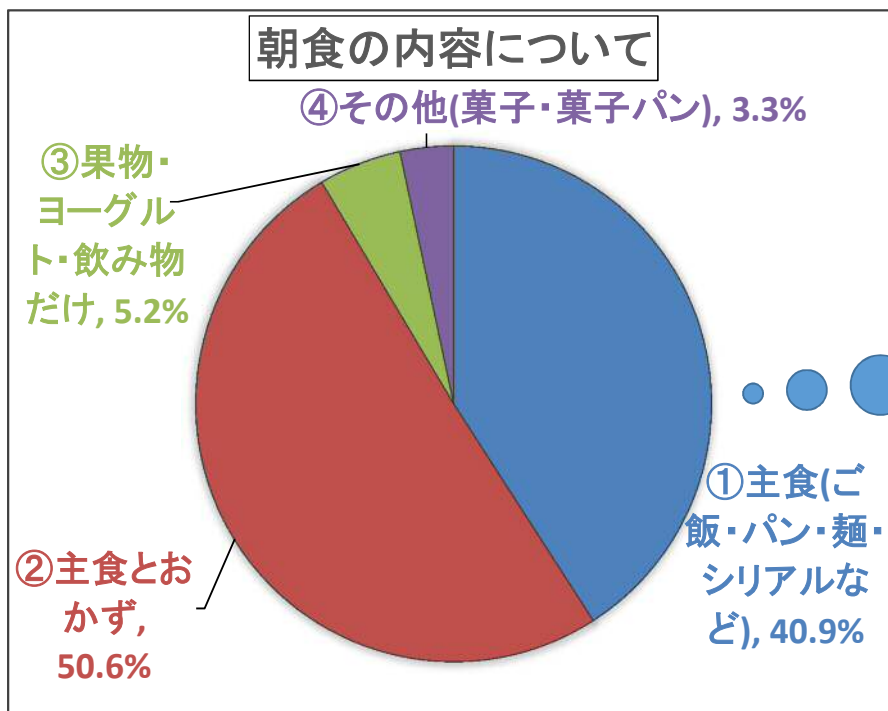
毎日食べない子どもが2割も！

(「食生活に関する調査(H24):神奈川県教育委員会」から本市5校分を集計)

5

③

中学生の食生活等-2



問;朝食はふだん何を食べていますか？

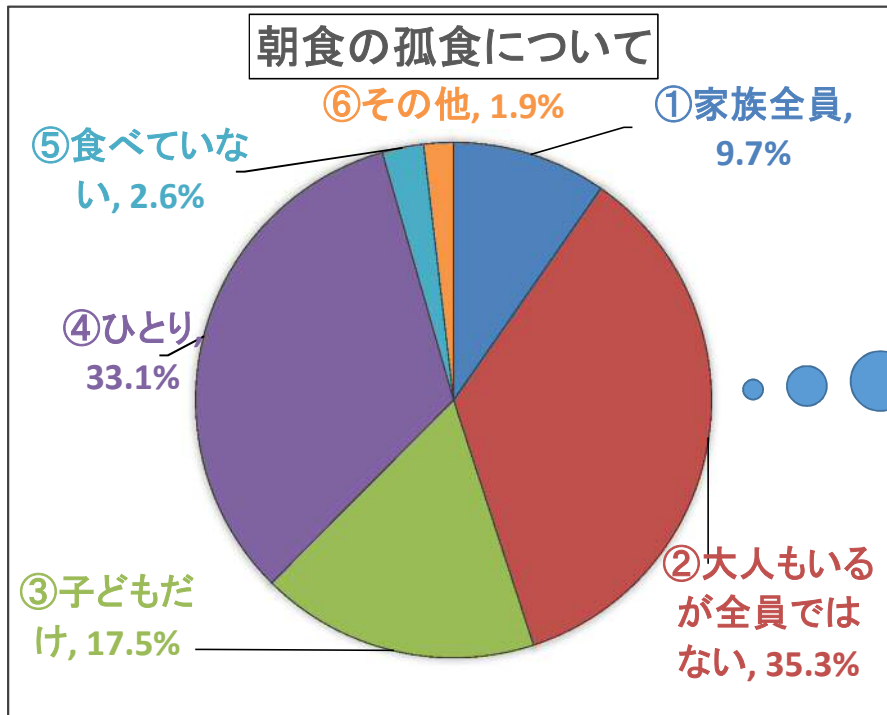
朝食の中身にも問題が..!

(「食生活に関する調査(H24):神奈川県教育委員会」から本市5校分を集計)

6

③

中学生の食生活等-3



問; ふだん朝食はだれと一緒に食べていますか？

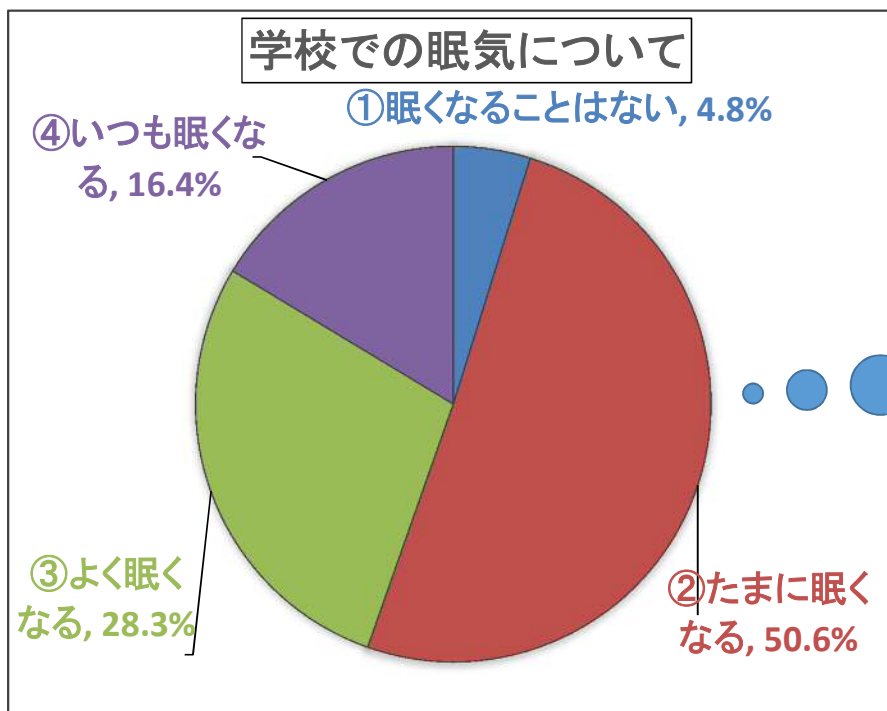
一人で食べるご飯って…！

(「食生活に関する調査(H24): 神奈川県教育委員会」から本市5校分を集計)

7

③

中学生の食生活等-4



問; 学校で眠くなることがありますか？

やっぱり眠くなっちゃうよね…！

(「食生活に関する調査(H24): 神奈川県教育委員会」から本市5校分を集計)

8

④

国民の食生活の課題-1

誰がどのくらい野菜を食べてるの？

望ましい摂取量(健康日本21)

350 g

20歳以上の1日当たり野菜摂取量

292.3 g

15～19歳の1日当たり野菜摂取量

242.4 g

◆若者の野菜不足

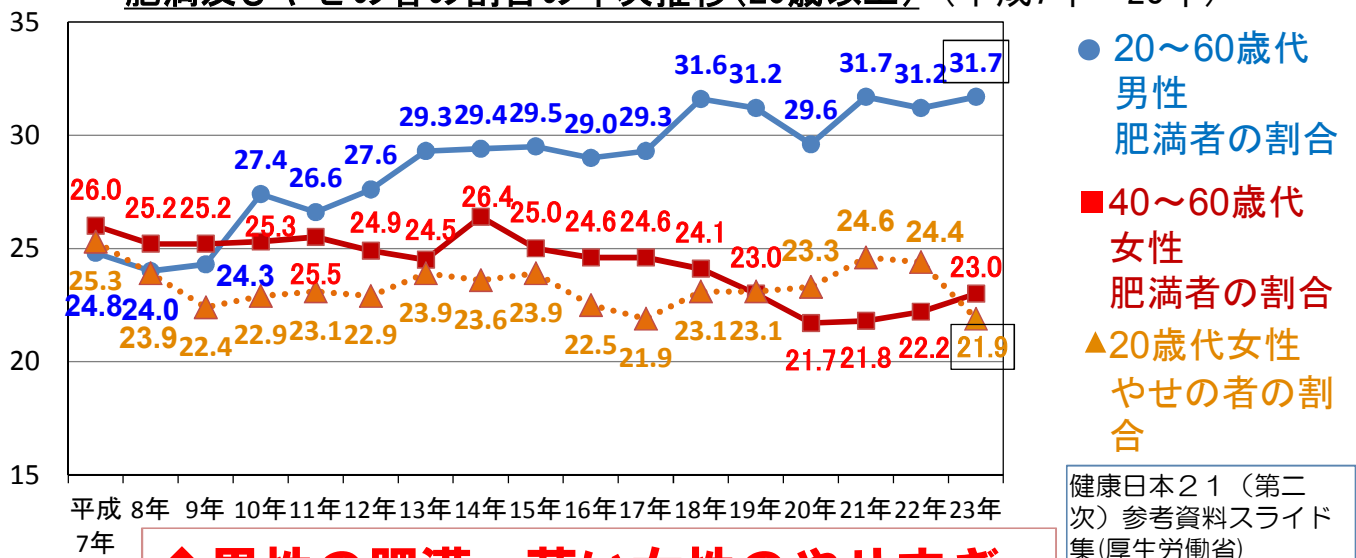
9

④

国民の食生活の課題-2

日本人って太りすぎ？ それともやせすぎ？

(%) 肥満及びやせの者の割合の年次推移(20歳以上) (平成7年～23年)



◆男性の肥満、若い女性のやせすぎ

10

⑤

中学校給食の目指す姿

もうすぐ大人になる中学生が食べる給食って？

まずは食べてもらわなければ話にならないので..

1.とにかく「**美味しい**」

○主要食材国産率100%

○薄味だけど美味しい味付けの工夫

食べると..

2.自然と「**健康**」になる

○1食平均「野菜量125g」

○米飯給食90%以上

○ご飯盛り付けラインの表示

その結果として..

3.みんなが「**大好き**」

○人気ランキングの、献立への反映

○レシピの募集 ⇒ 給食献立に採用

みんなで創る『**健康給食**』

11

⑥

中学校給食の献立例

仏（給食センターなど）作って魂（献立）入れます！

【献立例（東橘中学校試行給食初日のメニュー）】

旬の果物などを積極的に取り入れます！

デザート

（お祝いゼリー）

ごはん

（ゆかりごはん）

副菜（ごまきゅうり）

主菜

（とり肉とさつま芋の甘辛煮）

お肉や魚をバランス良く使います！

牛乳

（冬野菜と豆腐団子のスープ）

汁物

国産野菜をふんだんに使います！



※おはしやスプーン等の食具は家庭から持参します。

12

⑦

「食育」の目標

中学生の食に関する現状・課題や、発達段階を踏まえ、**給食を中心**として、保健体育科や家庭科、特別活動等の**さまざまな経験を通じて、家庭や地域社会等と連携**しながら、以下の目標の達成を目指します。

- ①栄養や食事のとり方など、**「食」に関する正しい知識の習得**を目指します。
- ②正しい知識を活用して、自ら食生活をコントロールしていく**「食の自己管理」**ができる人間を育てます。
- ③「食」に関する指導等を通じて、**地域への「愛着」と「理解」**を深め、生産者等への**「感謝」の心**を育みます。

13

⑧

学校での食育-1

中学校完全給食の導入を機に、「学校における食に関する指導プラン」の改訂を進めています。各学校ではプラン等に基づき、以下の取組を進めていきます。

- ①学校給食と関連させ、**教科や特別活動等における食育**を進めます。
- ②給食の準備、片付け等の共同作業や同じ食事を一緒に食べる**「共食」による食育**を進めます。
- ③小学校からの**継続的かつ計画的な食育**を進めます。
- ④給食への**地場産物等の活用による食育**を進めます。

14

⑧

学校での食育-2

それぞれの学校では……

- ① **生徒の食生活や健康状態を踏まえて、食に関する指導の目標を設定**し、計画的に食育に取り組みます。
- ② **給食の時間等には、準備や共に食べることなどを通して、生徒の社会性や感謝の心**を育みます。
- ③ **保健体育や技術・家庭の時間を中心として、食事の重要性や、心身の健康、食品を選択する能力**などを育てていきます。
- ④ **社会や道徳の時間を中心として、日本の食文化や歴史**等を学んでいきます。

15

⑧

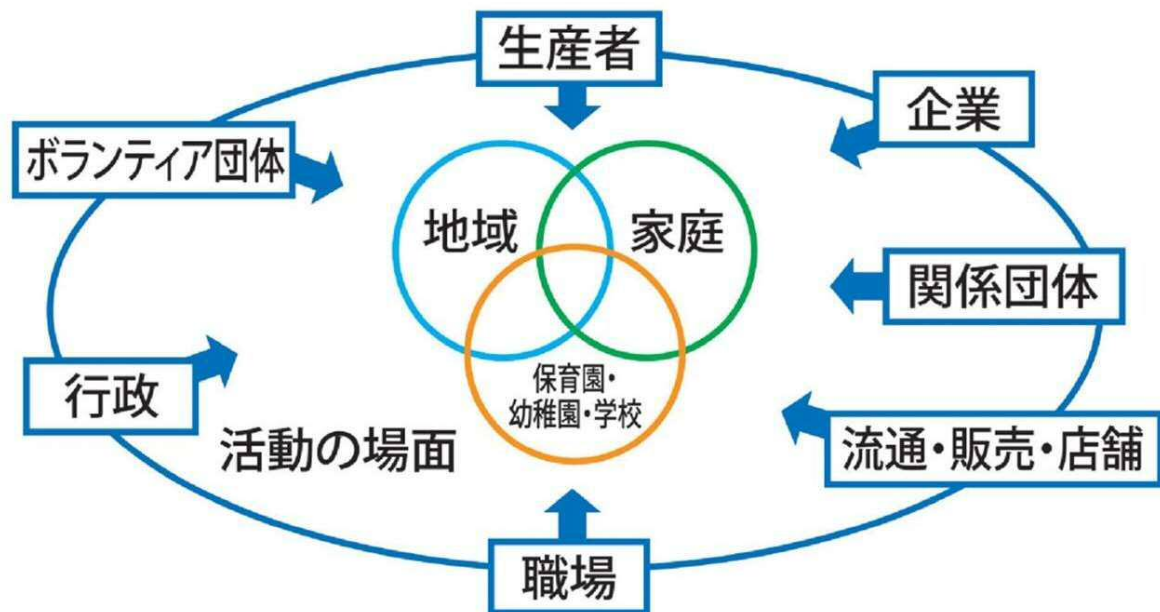
学校での食育-3

個人	低学年(小1.2)	中学年(小3.4)	高学年(小5.6)	中学生(1～3年生)
生活リズム	早寝・早起き・朝ごはん	調和の取れた生活	生活習慣病の予防と運動	毎日の規則正しい食事
食品選択	食べ物の名前	食品の加工による変化 バランスのよい食事	健康に過ごすための食事	身体の発達に必要な栄養や、食品に含まれる栄養素の理解
共食	衛生に気をつけた給食の準備 食事のマナー	マナーの理由 季節の食べ物	買い物から行う朝食作り	一日分の献立を踏まえた、簡単な日常食の調理
食の社会性	食事のあいさつ	食にかかわる人々	食糧自給率と食品ロス	食文化や歴史と、自分の食生活との関連の理解 食品の生産、流通、消費についての正しい理解
食文化	行事の食事	食文化の伝承	日本と世界の食文化	生産者や自然の恵みの理解
社会				

16

⑨

さらなる食育の推進に向けて



第3期川崎市食育推進計画から抜粋

17

「健康給食 by Kawasaki」



Colors, Future!

いろいろって、未来。

川崎市

ご清聴ありがとうございました m()m

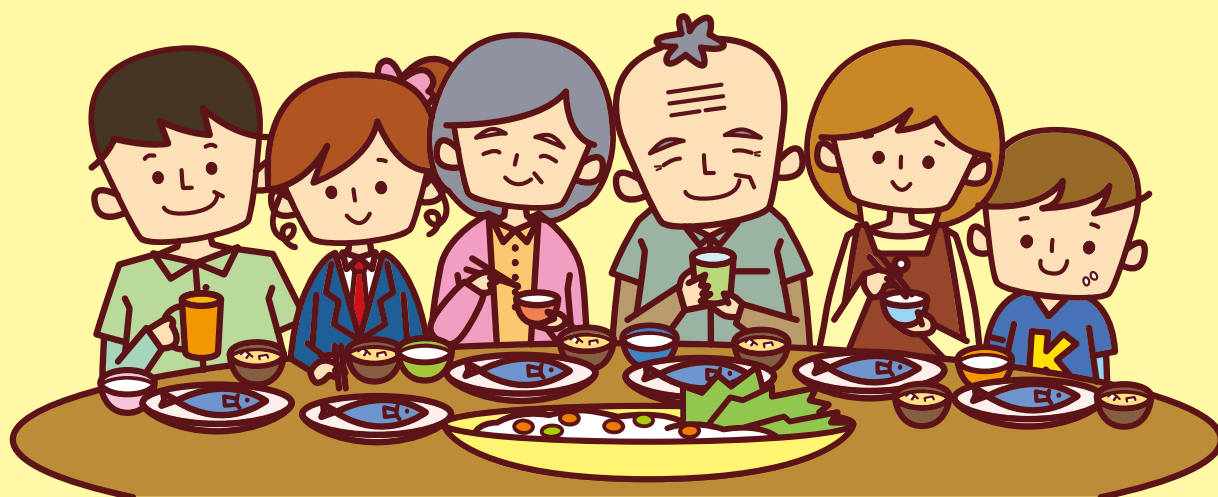


18

ここもあつたか!
おいしいごはん

かわさきの 食育

第3期 川崎市食育推進計画 (2014～2016年度)



第3期川崎市食育推進計画 目標

目標 1

楽しい食事で心をはぐくむ
「みんなで楽しく食べましょう」



- ・家族や仲間と一緒に食べましょう
- ・食事のマナーを身につけましょう
- ・自然や食に関わる人への感謝の気持ちを養いましょう
- ・食事づくりにかかわりましょう
- ・食文化の伝承をしましょう



・・・・・・・・・・目標達成のための指標・・・・・・・・・・

「毎日家族と一緒に食事をする人」の割合⇒【現状値】48.2%※1【目標値】55.0%

「友人・知人・同僚と週1回以上食事をする人」の割合⇒【現状値】44.0%※1【目標値】増加

・・

※1 平成24年川崎市の食育の現状と意識に関する調査

6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」

毎年6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」です。
みなさんも食育月間や食育の日をきっかけに
食生活について見直してみませんか。



目標
2

元気な体をつくる 「生活リズムを整え、栄養バランスを考えた食事を」

- ・子どもの頃からの健康的な生活習慣を身につけましょう
- ・健やかな食生活のリズムを身につけましょう
- ・栄養バランスの良い食事をしましょう
- ・よくかんで味わって食べましょう
- ・食の安全性についての知識を身につけましょう



.....目標達成のための指標.....

「主食・主菜・副菜がそろった食事を1日2回以上する人」の割合⇒【現状値】56.0%^{※1}【目標値】増加

「朝食を毎日食べる子ども」の割合⇒【現状値】95.8%(小5)^{※2}【目標値】増加
91.6%(中2)^{※2}

.....

※1 平成24年川崎市の食育の現状と意識に関する調査 ※2 平成24年度市立小中学校学習状況調査

目標
3

食を通して地域のつながりをつくる 「伝えよう 広めよう 食の情報・活動」

- ・食に関心を持ちましょう
- ・地域の産物・旬の食べ物を知りましょう
- ・食に関する地域での活動に参加しましょう



.....目標達成のための指標.....

食生活改善推進員養成数⇒【現状値】3,697人^{※3}【目標値】3,925人

「食に関する地域での活動に参加する人」の割合⇒【現状値】38.3%^{※1}(参考値)【目標値】増加

.....

参考値:「食育に関する活動や行動を行っている人」

※1 平成24年川崎市の食育の現状と意識に関する調査 ※3 川崎市健康福祉局健康増進課調べ

食育推進計画とは

- ・ 本計画は「食育基本法」に基づく市町村計画として、全ての関係者と市民が役割に応じて連携して食育を推進するための基本指針です。

＜基本理念＞

心身の健康の増進と豊かな人間形成のために、市民一人ひとりが食に関する知識と食を選択する力を養い、健全な食生活を実践していけるよう家庭、学校、地域、企業等さまざまな分野との連携のもと、すべての年代の市民に食育を推進し、「健康都市かわさき」の実現を目指します。

- ・ 川崎市では、平成20年3月に川崎市食育推進計画(平成20年度～22年度)を策定し、平成23年度から第2期川崎市食育推進計画(平成23年度～25年度)を推進してまいりました。この度、改定を行い平成26年度から第3期川崎市食育推進計画(平成26年度～28年度)がスタートします。



第2期川崎市食育推進計画では、目標の4項目のうち、 2項目について目標を達成しました

＜目標＞食卓での団らんの機会を増やそう

毎日家族と一緒に食事をしている人の割合は増加 39.8% (H21) → **48.2%** (H24)

＜目標＞朝食にもおかずや野菜を食べよう

朝食で主食・副菜・主菜をそろえて食べている人の割合は減少 47.5% (H21) → **45.4%** (H24)

＜目標＞食事バランスガイドを広めよう活用しよう

食事バランスガイドを参考にする人の割合は増加 16.5% (H18) → **24.1%** (H24)

＜目標＞伝えよう広めよう食の情報・活動

食育に関する活動や行動を行っている人の割合は減少 42.9% (H18) → **38.3%** (H24)

第3期計画の課題

- ・ 食を通したコミュニケーション(家族や仲間と食を共にすること)の強化
- ・ 生活習慣病の予防のために、子どもの頃からの健全な食習慣を身につけるための取組の推進
- ・ 食に関する活動に参加する人を増やすための情報提供



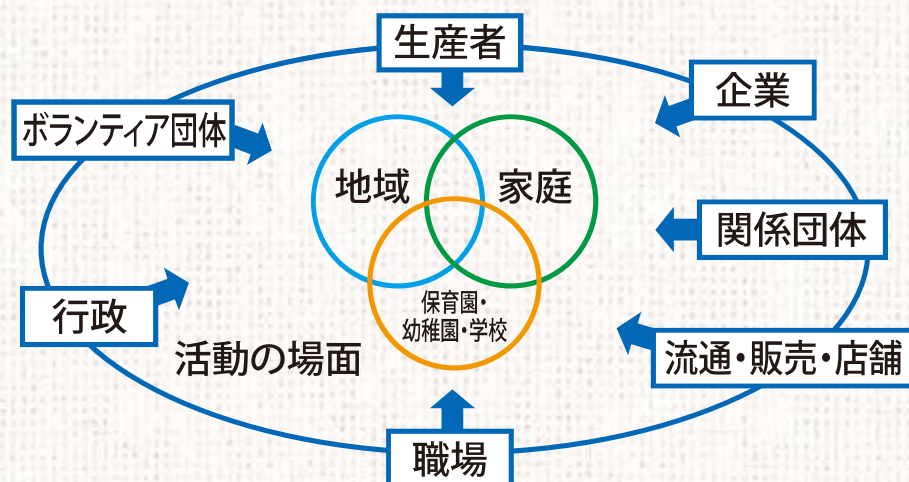
団体や行政機関での食育の取組

食育推進会議の構成団体及び行政による主な取組内容は次のとおりです。

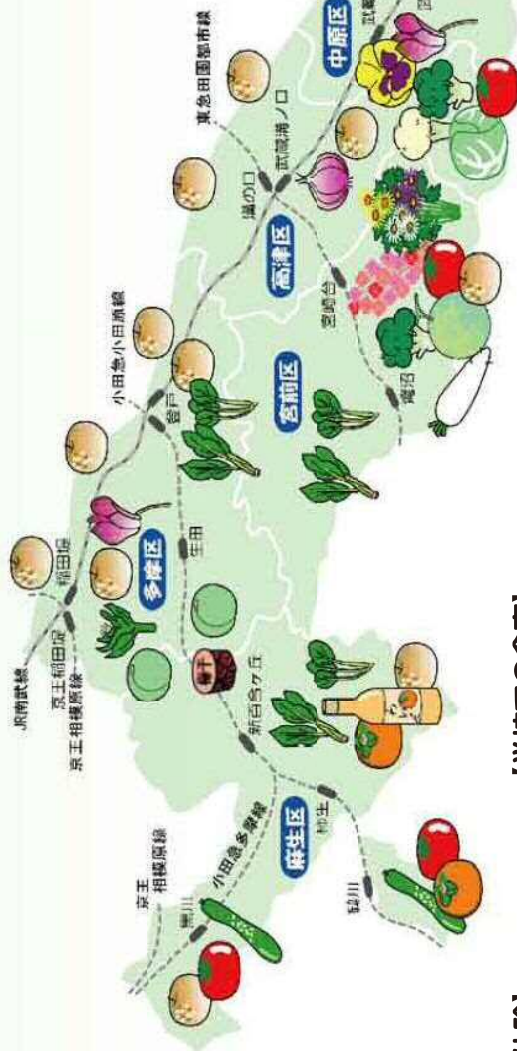
【各団体・企業等】	団体名	主な取組内容
	(公社)川崎市医師会	乳幼児健康診査事業等
	(公社)川崎市歯科医師会	お口の健康フェア等
	(公社)川崎市看護協会	かわさき看護フェスティバル等
	川崎市栄養士会	親子クッキング教室、健康講座等
	(公社)川崎市幼稚園協会	保護者や教員に向けた研修等
	(一社)川崎市食品衛生協会	食品衛生講習会等
	セレサ川崎農業協同組合	農業体験学習等
	東京ガス株式会社川崎支店	食育セミナー、教室等
	川崎市食生活改善推進員連絡協議会	各種料理教室、キャンペーン等
	川崎市PTA連絡協議会	食育推進コンテスト、広報誌等
	日本チェーンストア協会関東支部	店舗での情報提供、体験ツアー
	味の素株式会社川崎事業所	味覚体験、川崎工場見学等
	神奈川・食育をすすめる会	店舗からの情報の発信等
	川崎市消費者の会	料理教室等
【行政】	局 名	主な取組内容
	市民・こども局	乳幼児への地域支援、成人の日の普及啓発
	経済労働局	くらしのセミナー、地産地消の推進、親子食育講座等
	環境局	地球にやさしい「エコクッキング」講座等
	教育委員会	学校における食育、家庭・地域との連携
	健康福祉局	食育推進事業、食育推進協議会事業
	各区役所	保育園における地域支援、食の安全性確保のための監視指導、区の特性を生かした食育、食育推進分科会、食と健康教室、食育講演会、幼稚園への出前講座等

地域における食育の推進体制

食育を地域で推進していくために、関係機関・団体・企業等が緊密な連携を図りながら「家庭」「保育園・幼稚園・学校」「地域」等の場において食育の推進を図ります。



川崎市内の食育の取組例



【保育園での食育】

友達と一緒に楽しく食べること、望ましい食習慣を身につけながら、豊かな食生活を育みます。



【親子の食育】

栄養のバランスや調理方法について学んだり、一緒に作ることの楽しさを経験します。



【食育イベント】

食育の日のキャンペーンやお口の健康フェア、各区の区民祭などで食育の普及をしています。



【農業体験】

農業体験(栽培、収穫体験など)を通して交流し、農業や食への関心を深める取組を行っています。



【学校での食育】

学校給食(食事)の時間や各教科等で、教育活動全体を通して食に関する指導を行っています。



【料理講習会】

ライフステージに応じた講習会を実施しています。



野菜・果物のイラストは、「かわさき農産物ブランド品」です。

市内産の農産物を総称して「かわさきそだち」といいます。かわさき農産物ブランドは、消費者に高品質で安心・安全に供給することができる、かわさき生まれの農産物として選定されたものです。



【離乳食教室】

毎月離乳食教室を開催し、講話や個別相談等を行っています。



かわさきそだちPRキャラクター 葉菜ちゃん

食育に関してできること、やってみたいことに チェック☑してみましよう!

楽しい食事ではぐくむ

- ☐ 家族や仲間と一緒に食べる
- ☐ 食事のマナーを身につける (例: 箸の持ち方や食器の並べ方に気を配る)
- ☐ 自然や食に関わる人への感謝の気持ちを養う (例: 「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶をする)
- ☐ 食事づくりにかかわる (例: 献立を考え、買い物、料理、食卓の準備・後片付けなどをする)
- ☐ 食文化の伝承をする (例: 季節の行事の時に、家族や仲間とそろって祝う)

元気な体をつくる

- ☐ 子どもの頃からの健康的な生活習慣を身につける (例: 早寝・早起き、適度な運動)
- ☐ 健やかな食生活のリズムを身につける (例: 朝食を毎日食べる、夜食を控える)
- ☐ 栄養バランスの良い食事をする
- ☐ よくかんで味わって食べる
- ☐ 食の安全性についての知識を身につける (例: 食品を買う時は、必ず食品表示をチェックする)

食を通して地域のつながりをつくる

- ☐ 食に関心を持つ (例: 川崎の郷土料理を知る)
- ☐ 地域の産物・旬の食べ物を知る (例: 市内で生産される農作物「かわさきそだち」を利用する)
- ☐ 食に関する地域での活動に参加する (例: 食に関するイベント、講演会、体験教室等に参加する)

第3期川崎市食育推進計画(概要版)

発 行 川崎市
発行年月 平成26年3月
編 集 健康福祉局健康安全部健康推進課
〒210-8577 川崎市川崎区宮本町 1 番地
TEL 044-200-2451 FAX 044-200-3986

このプランは、学校における「食に関する指導」を系統的・計画的に進めるために、教職員が参考としているものです。
中学校完全給食の開始に伴い、改訂作業中です。

(案)

学校における食に関する指導プラン ＜中学校＞

イラスト

平成28年11月改訂版

川崎市教育委員会

■ もくじ

各法令等に係る食育の位置づけ・・・・・・・・・・・・●●

川崎市立中学校における食育・・・・・・・・・・・・●●

学校全体での取組・・・・・・・・・・・・●●

食に関する指導全体計画作成・・・・・・・・・・・・●●

食に関する指導の全体計画例

教育課程全体を通したカリキュラム・マネジメント・・・・・・・・●●

カリキュラム・マネジメントの実現

教科等の年間指導計画利用例

内容の一部を抜粋して次ページ以降に
示しています。

食に関する指導の年間計画例

各教科等における食に関する指導事例・・・・・・・・●●

栄養教諭について・・・・・・・・・・・・●●

給食を生きた教材にする・・・・・・・・・・・・●●

学校給食年間献立計画例

参 考 資 料

食育基本法＜抜粋＞・・・・・・・・・・・・●●

第3次食育推進基本計画＜抜粋＞・・・・・・・・・・・・●●

中央教育審議会初等中等教育分科会教育課程部会審議経過報告・・●●

学習指導要領＜抜粋＞・・・・・・・・・・・・●●

学校給食法＜抜粋＞・・・・・・・・・・・・●●

平成 25～27 年度川崎市立小学校・中学校学習状況調査結果＜抜粋＞

・・・・・・・・・・・・●●

学校全体での取組

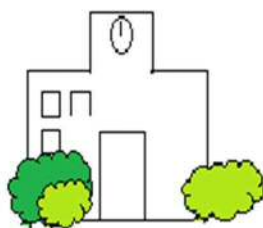
学校における食育の取組

食に関する指導の全体計画の策定・実施を通じて、自らの食生活を適切に判断し、食に関する課題を解決するための資質や能力を育成し、健全な食生活の実現に向かう情意や態度を育てることをねらいとしている。

食に関する指導の目標の設定

食育推進体制の整備

学校全体で
組織的に活動



食に関する指導の全体計画
(学校給食法第10条に基づく)

【食育の観点】

- 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

特別活動の時間（主に学校給食の時間）、
体育科、保健体育科、家庭科、技術・家庭
科、生活科、理科、社会科、総合的な学習
の時間等での学習、個別指導 等

- ・食事の楽しさ
- ・望ましい栄養や食事のとり方
- ・食物の品質及び安全性の理解
- ・食物に関わる人々への感謝
- ・食事のマナー
- ・地域の産物、食に関わる歴史

校内の協力体制・研修
家庭及び地域社会との連携



●食に関する指導の目標の設定（生徒の実態・課題に応じた目標の設定）

各学校では、どのような子どもを育てたいのかを学校教育目標や目指す子ども像で明確に位置づけています。食に関する指導は、それらの目標等を具現化するために、子どもたちが望ましい食習慣を身に付けていくことを目指して行われるものですから、指導目標や指導内容の設定では、何よりも生徒の実態を踏まえ、食に関する課題解決を目指すことが必要です。

○子どもたちの食生活等の実態から課題を把握しましょう！

生徒の食生活状況や学校給食の喫食状況、健康上の実態や課題を把握します。

実態の把握は、食生活状況調査等の数値的な調査を実施するのが望ましいのですが、困難な場合には、学校保健統計調査や学習状況調査等のデータや教職員（学級担任や養護教諭等）の日々のかかわりや指導の中で感じている課題等を参考に把握します。

●学校の食育推進体制の整備（食育推進委員会、食育推進担当者）

食に関する指導は、学校教育全体を通して、同じ視点・目標のもとに、体系的・計画的に行われることが大切です。

そのためには、まず学校内に食育を推進する体制を整備します。

学校長のリーダーシップの下に、全教職員の理解と協力を得ながら進められるよう養護教諭、関係職員等からなる食育推進委員会等を設置し、学校内における調整や家庭・地域との連絡調整などを中心となって行う食育推進担当者を位置づけます。

○学校内での指導体制づくりをします

- ・食育を推進するための組織（食育推進委員会等）を既存する組織（学校保健委員会等）の活用も含め設置します。
- ・教職員の中から食育を中心となって進めるための食育担当者を位置づけます。
- ・専門性を有する栄養教諭・学校栄養職員、養護教諭等を効果的に活用できるよう学校の全職員で共通理解を図るよう配慮します。また、各教科においては、教科担任との連携も必要です。

食に関する指導全体計画作成

全体計画は、食に関する指導にあたっての基本的な計画であり、学校における食育を組織的・計画的に推進できるよう、学校内で共通理解を図るために必要なものです。また、保護者や地域の方等と連携して進められるよう、理解と協力を得るために必要な基本的な説明資料となります。

これまでも、各学校では、食に関する指導が様々な場面において取り組まれていますが、単発的な食に関する知識の伝達にとどまらず、体験を通して習慣化を促すための継続的な指導が必要です。そのため、特別活動や給食の時間、各教科等の学校教育全体において、各教科等の指導内容・方法を生かしつつ教科横断的に関連付け、体系的に理解させる指導が重要です。

● 全体計画に記載する事項

- ① 学校教育目標
- ② 目指す子ども像
- ③ 子どもの実態、保護者・地域の実態（食や健康面での実態や課題）
- ④ 食に関する指導の目標（学校としての目標や文部科学省が示している目標等）
- ⑤ 各学年の発達段階に応じた食に関する指導の目標（学年ごと等）
- ⑥ 学級活動や給食指導の目標と指導内容（月ごと、学年ごと等）
- ⑦ 食育や健康教育に係る学校行事や生徒会活動
- ⑧ 各教科、総合的な学習の時間、道徳等の中で、食に関する指導の単元・内容（学年ごと）
- ⑨ 家庭・地域との連携方法・内容
- ⑩ 地場産物活用の方針個別相談指導の方針・内容

食に関する指導の全体計画例

＜食に関する指導の全体計画 中学校の例＞

子どもの実態
保護者・地域の実態

学校教育目標

学習指導要領
食育基本法
県・市食育推進計画
食育指導プラン

食に関する指導の目標

① 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＞
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＞
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。＜食品を選択する能力＞
④ 食物を大事にし、食物の生産等にかかわる人々への感謝する心をもつ。＜感謝の心＞
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。＜社会性＞
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。＜食文化＞

各学年の発達段階に応じた食に関する指導の目標

幼稚園
保育園

小学校

1 学年

2 学年

3 学年

幼稚園・保育園
幼稚園・保育園との連携
に関する方針等

小学校
小学校との連携
に関する方針等

○毎日、規則正しく食事をとることができる。
○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
を理解し、自らの健康を保持増
進しようとする。

○食環境と自分の食生活とのかか
わりについて理解することがで
きる。
○身体の発達に伴う必要な栄養や
食品に含まれる栄養素の種類と
働きを知り、中学生の時期の栄
養について理解する。

○生活の中で、食事が果たす役割
や健康とのかかわりを理解す
る。
○1 日分の献立を踏まえ、簡単な
日常食の調理ができる。
○食品の安全で衛生的な取扱いが
できる。

前期

後期

1 年

2 年

3 年

全校一斉指導

学校行事

生徒会活動

○朝食の大切さを見直そう
○給食時間の過ごし方（準備、後片付け、手洗い、身支度）
●給食時間の過ごし方（準備、後片付け、手洗い、身支度）
○生活のリズムと食事について考えよう
○牛乳の大切さを知ろう
●正しい食事のマナーを身につけよう（食事、会食の仕方）
○夏の食生活と水分補給について考えよう
○食事の大切さを知ろう
●給食時間の過ごし方（準備、後片付け、手洗い、身支度）
○食生活について考えよう
○バランスのとれた食生活について考えよう
●給食時間の過ごし方（準備、後片付け、手洗い、身支度）
○生活のリズムと食事について考えよう
○健康に良い食事のとり方について考えよう
●正しい食事のマナーを身につけよう（食事、会食の仕方）
○受験期の食生活について考えよう
○生涯の健康について考えよう
●正しい食事のマナーを身につけよう（食事、会食の仕方）
○朝食の大切さを見直そう ●給食時間の過ごし方（準備、後片付け、手洗い、身支度） ●衛生面に気をつけて食事をしよう
・定期健康診断 ・修学旅行 ・防災訓練 ・体育祭 ・文化祭 ・自然教室
・組織作り ・食に関する内容の発信・実践 ・学校保健委員会・年間反省

1 年

2 年

3 年

【地理的分野】
(1)世界の様々な地域 イウエ
【歴史的分野】
(1)歴史の伝え方 イ (4)近世の日本 ウ
【第2分野】
(3)動物の生活と生物の変遷 イ(7)
(4)健康な生活と疾病の予防 イ
B 食生活と自立 (1)中学生の食生活と栄養 アイ (2)日常食の献立と食品の選び方 アイウ (3)日常食の調理と地域の食文化 アイウ
D 身近な消費生活と環境 (2)家庭生活と環境 ア
食をめぐる問題と地域の農業や生産者について
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 (6)
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)
学校だより、給食（食育）だより、保健だより、家庭配布献立表、学校保健委員会、教育相談、家庭教育学級、親子料理教室
学校を中心として、どのような子どもを育てたいのか、そのために保護者・地域とどのような連携の取組を計画しているのかを記述する。
地場産物活用の教育的意義、活用方針等を記述する。
保護者からの申し出、定期健康診断の結果、日常の食生活等から個別相談指導が必要な生徒を対象に実施する等、個別指導の方針等を記述する。関係職員との連携、校内指導体制等についても記述する。

食に関する指導 年間計画例

食に関する指導の年間計画の例（中学校）					
社会	〈地理的分野〉 （1）世界の様々な地域 イ 世界各地の人々の生活と関係 ウ 世界の様々な地域の設置でも可能 （歴史的分野） （1）歴史のとらえ方 イ （4）近世の日本 ウ （1）歴史のとらえ方 イ に関しては各時代を通して取り扱う				
理科 〈第2分野〉	（3）動物の生活と生物の変遷 イ 動物の体のつくりと働き （ア）生命を維持する働き				
技術・家庭 〈家庭分野〉	B 食生活と自立 （1）中学生の食生活と栄養 （2）日本の食文化と食品の流通 （3）日常食の調理と地域の食文化 7 食事が果たす役割、健康によい食習慣 7 食品の栄養的特徴、中学生の1日に必要な食品の種類と数量 イ 地域の食材を生かした調理、地域の食文化 ウ 食品の選択 ウ 食生活についての課題と実践	D 身近な消費生活と環境 （2）家庭生活と環境 7 実験			
保健体育	（保健分野） （4）健康な生活と疾病の予防 イ 生活行動・生活習慣と健康 （ア）食生活と健康 （エ）睡眠のとれた生活と生活習慣病				
他教科					
道徳	※道徳の時間では、次の内容項目での関連が考えられる。 主として自分自身に関すること 1-(1) 主として他の人とのかわり合ひに関すること 2-(6) 主として集団や社会とのかわり合ひに関すること 4-(5) 4-(6) 4-(8) 4-(9)				
総合的な学習の時間	学習課題：食 学習対象例：地域の農業者生産者の現状と日本及び世界の食糧問題、食の安全や食料確保と社会生活とのかわり合ひ、食をめぐる諸問題の解決とよりよい食生活の創造を目指す取組 など 学習事項例：食の歴史の調査、食の文化の調べ、食の安全のための学習の展開（中学校編）平成22年11月より （文部科学省「食」をめぐる力を高める総合的な学習の時間の展開）				
給食の時間	○給食時間の過ごし方を考えるよう。〈食〉 ○食事の大切さを考えるよう。〈重・健・感・社・文〉 ○「ラズ」のとれた食生活について考えるよう。〈重・健〉 ●給食時間の過ごし方 〈食〉 準備、後片付けの仕方 ・協力体制 ・当番の身辺整理	◎牛乳の大切さを知ろう。〈健・衛〉 ◎健康に良い食事のとり方について考えるよう。〈重・健・感・文〉 ◎生涯の健康について考えよう。〈重・健・感・文〉 ●正しい食事のマナー 〈重・感・社・文〉			
学級活動	○学級活動 内容(2) 適応と成長及び健康安全 キ 食育の観点から踏まえた学校給食と望ましい食習慣の形成 ・食生活について考えよう。 ・朝食の大切さを再認識しよう。 ・生活のリズムと食事にについて考えよう。(3年)				
学校行事	・定期健康診断 ・学年運動会 ・体育祭 ・防災訓練 ・修学旅行				
旬の食材	4月 清見オレンジ、キャベツ 5月 新玉ねぎ、新鮮じゃがいも、りんご、さやいんげん、ミント、アスパラガス 6月 さやいんげん、かぼちゃ、とうもろこし、なす、ピーマン、オクラ、アスパラガス 7月 さやいんげん、かぼちゃ、とうもろこし、なす、ピーマン、オクラ、アスパラガス 8月 さやいんげん、かぼちゃ、とうもろこし、なす、ピーマン、オクラ、アスパラガス 9月 さやいんげん、かぼちゃ、とうもろこし、なす、ピーマン、オクラ、アスパラガス	10月 大根、白菜、小松菜、ほうれん草、ブロッコリー、さつま芋、ゆめじ、えび、さけ、さんま、さけ、みかん、ぶどう 11月 大根、白菜、小松菜、ほうれん草、ブロッコリー、さつま芋、ゆめじ、えび、さけ、さんま、さけ、みかん、ぶどう 12月 大根、白菜、小松菜、ほうれん草、ブロッコリー、さつま芋、ゆめじ、えび、さけ、さんま、さけ、みかん、ぶどう 1月 大根、白菜、小松菜、ほうれん草、ブロッコリー、さつま芋、ゆめじ、えび、さけ、さんま、さけ、みかん、ぶどう 2月 大根、白菜、小松菜、ほうれん草、ブロッコリー、さつま芋、ゆめじ、えび、さけ、さんま、さけ、みかん、ぶどう 3月 大根、白菜、小松菜、ほうれん草、ブロッコリー、さつま芋、ゆめじ、えび、さけ、さんま、さけ、みかん、ぶどう			
地場産物の利用	キャベツ、とうもろこし、大根、海そう類				
食文化の伝承	5月 子ども日の行事食 7月 セブ島の行事食 9月 お月見の行事食	2月 節分 3月 ひなまつりの行事食			
その他	4月 入学・進級祝い、保護者により、家庭花布衣立表の発行(年1回)建立と食に関する内容を掲載 学校より、給食(食育)だより、保健だより、家庭花布衣立表の発行(年1回)建立と食に関する内容を掲載 学校保健委員会、教育相談、家庭教育講座、親子料理教室	11月 勤労感謝の日、行事食 12月～2月 かながわ県立高等学校給食づくりの献立 1月 給食週間の行事食			
家庭・地域との連携 (食育だよりの発行)	食に関する指導の内容を示す。(各学校、学習のねらいに合わせて選択する) <重>食育の重要性 <健>心身の健康 <進>食品を選択する能力 <感>感謝の心 <社>社会性 <文>食文化				

保健体育科 保健分野 中学3年生

1 単元名

イ 生活行動・生活習慣と健康

2 本時について「食生活と健康」

健康を保持増進するためには、毎日適切な時間に食事をする、また、年齢や運動量に応じて栄養素のバランスや食事の量などに配慮すること及び運動によって消費されたエネルギーを食事によって補給することが必要であることなど、健康に良い食生活について学習する。

3 本時の目標

- ・食生活と健康について、課題の解決に向けての話し合いや意見交換などの学習に意欲的に取り組もうとしている。 (関心・意欲・態度)
- ・食生活と健康について理解したことを言ったり、書き出したりしている。 (知識・理解)

4 「食育」の視点から育成を目指す能力

- ・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】

5 本時の計画（1／5時間）

「食生活と健康」

	学習内容・学習活動	指導上の留意点
はじめ	1 バランスの良い食事について考える ・小学校の時に学んだバランスの良い食事を基に考える。	・教科書 P80 の A さんと B さんの食事を比べて、栄養面について気づいたことを発表させる。
考える・深める	2 自分の食事を記録する。 自分の1日の食事の内容や食事をする時間などについて振り返ってみる。 3 運動によって消費するエネルギーと食事の必要性について整理し、説明する。 (グループ内で説明する) 4 消費されるエネルギーを計算し、発表する。(グループ内で発表する) 5 規則正しい食生活の必要性について調べ、整理する。	・資料1をもとに、自分の食事はバランスよく摂れているか整理をさせる。 ・不足しがちな栄養素を挙げ、どのような食品をとればよいか整理させる。 ・運動部活動などの時間が多い生徒は、十分なエネルギーをとる必要があることや食事に必要な栄養素をとることが基本であることを補足する。 ・資料3、4をもとに、具体的な運動の例から、消費されるエネルギーを計算し、発表させる。 ・朝食には、体温を上げ、午前中の生活に必要なエネルギーを供給する役割があることを理解させる。
まとめ	6 本時の学習の振り返り ・ワークシートに記入する。	・本時の学習を振り返り、健康を保持増進するためには、毎日適切な時間に食事をする、また、バランスの良い食事に配慮すること、運動によって消費されたエネルギーを食事によって補給することが必要であることを理解できたか確認させる。

学級活動（２）

中学１年生

１ 題材名

「水分のとり方を考えよう」（２）キ 食育の観点から踏まえた学校給食と望ましい食習慣の形成

２ 題材について

熱中症を予防して健康に夏を過ごすために、体の水分の役割を知り、上手な水分のとり方を身に付けさせたいと考え、本題材を設定した。

３ 題材の目標

体の中の水分の役割を知り、水分のとり方について考えて実践しようとする。

４ 「食育」の観点から育成を目指す能力

・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】

栄養教諭や

５ 本時の展開 ※事前の活動で飲み物に関するアンケートを実施する。 学校栄養職員による協力指導

	生徒の活動	教師の指導（・） 評価（◎）	資料
活動の開始	１．飲み物についてのアンケート結果を見て、実態や課題について考える。	・アンケートの結果から、課題に気づき、水分のとり方について関心をもつようにする。 ◎飲み物についてのアンケート結果を見て、水分のとり方の課題等について考えようとしている。 (集団活動や生活への関心・意欲・態度)	飲み物に関するアンケート結果
活動の展開	２．水分の働きについて知る。 ・身体の60～70％が水分 ・水の役割 ３．水分のとり方について話し合う。 ・体内の水分量を常に不足させないためには、いつ飲むのがよいか ・水分は何からとるか ４．話し合った内容を発表し、感想を伝え合う。 ５．食事からも水分がとれることを知る。	栄養教諭から、水の役割について話を聞く。 ・出る水と入る水について ・水の役割 ・水分不足による弊害について ◎水分のとり方について理解している。 (集団活動や生活についての知識・理解) ・一日に必要な水分の半分は食事からとれることを確認する。 ・給食の献立をもとに、食事からも水分がとれることに着目できるようにする。 ・食事には水分以外に塩分など熱中症予防に必要な成分があることを確認する。	熱中症の新聞記事 ペットボトル 人型パネル 給食の写真など
まとめ	６．食事を含めて１日の生活を振り返り、水分のとり方について自分のめあてをもつ。	・実践できそうな具体的なめあてを立てるよう に助言する。 ◎水分のとり方について自分のめあてを立てて いる。 (集団の一員としての思考・判断・実践)	水分のとり 方めあて カード