

## 第7章 給食の時間における食に関する指導

給食の時間に行われる指導は、「給食指導」と「食に関する指導」に分けられる。

### 1 給食指導

「給食指導」は、給食の準備から片付けまでの一連の指導の中で、正しい手洗い、配膳方法、食器の並べ方、箸の使い方、食事のマナーなどを体得させる場面である。日々の指導は、学級担任等が主に担う。運営や指導方法については、栄養教諭が中心となってマニュアルなどを作成し、学校全体で系統立てた指導ができるよう取り組む。

給食の時間における共同作業を通して、責任感や連帯感を養うとともに、学校給食に携わる人々への感謝の気持ちなど豊かな心を育み、好ましい人間関係を育てる時間となる。また、給食の時間は、学級担任等と児童生徒が共に食事をする時間だが、献立を通じた具体的な指導場面も多いことから、献立を作成する栄養教諭と適切に連携をとって指導し、望ましい食事のとり方の習慣化を図るようにする。

食物アレルギー、肥満、やせなど児童生徒の健康状態はさまざまであり、また、偏食傾向や食事マナーの状況、食べる速度や噛む力などについても個別に指導する必要がある。指導にあたっては、学級担任、栄養教諭、養護教諭等が協力して指導に当たる。

### 2 給食の時間における食に関する指導

「食に関する指導」は、学校給食の献立を通して、食品の産地や栄養的な特徴のほか、郷土食や行事食などの食文化を学ばせたり、教科等で学習したことを確認させたりするなど、献立を教材として用いた指導を行う場面となる。この指導は、主に学級担任が行うが、栄養教諭による直接的な指導や資料提供を行う等、連携をとって進める。

#### (1) 献立を教材とした給食の時間における指導

給食に使用している食品を活用して、食料の生産、流通、消費について理解させたり、献立を活用して食品の種類や特徴、栄養のバランスのとれた食事などを知らせたりする。ほかにも、季節や地域の行事にちなんだ行事食を提供するなど、食事という実体験を通して食に関する知識理解、関心を深める。

#### (2) 教科等と連携した給食の時間における指導

教科等における食に関する指導と連携し、給食を授業の導入場面としたり、給食の時間に献立を教材として振り返りを行うなど、給食の献立や食品を教材として教科等で活用する。栄養教諭は食に関する指導の全体計画を献立計画に反映させ、学級担任や教科担任は、学校給食を教材として活用できるよう、栄養教諭と連携する。

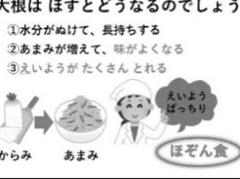
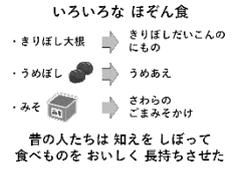
### 3 給食を教材とした教科等における食に関する指導

教科や総合的な学習の時間等での指導に食育の視点を入れることにより、授業の導入をスムーズに行ったり、学習で得た知識を食事という体験を通して具体的に確認したり、振り返ったりする。

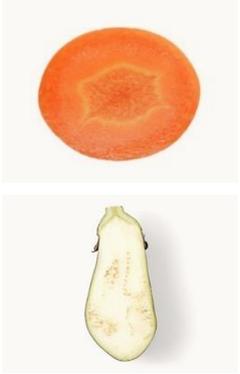
献立のねらいを授業と関連づけ、学校給食を教材として活用しやすくするため、栄養教諭は、献立のねらいを明確にした献立計画を学級担任等に提示する。

#### 4 指導事例

給食の時間における食に関する指導計画						
題材名	食事のマナーについて考えよう			実施月	4月	
献立名	ごはん 白身魚の揚げ照り煮 キャベツの即席漬け 若竹汁 牛乳	献立の ねらい	食事をするときに対応しいマナーの例を示すことができるような献立（魚を箸でさく・汁椀を手を持って食べるなど）とすることで、実際に給食を食べながら、自分の食事のマナーを確認できるようにする。			
指導学年	小学校1年	指導時間	食事前	食事中	食事終了後	5分間
題材の目標	食事のマナーを守ることで、楽しい食事の時間になることが理解できる。					
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。＜社会性＞					
展 開	学習活動		指導上の留意点		資料等	
	1 食事のマナーとは何かを知る。		○食事のマナーについて説明する。		プレゼンテーション資料「たのしい食事つながる食育」（小学生用食育教材より）	
			<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p><b>しよくじの マナー</b></p> <p>いっしょに しよくじをするひとがいやなおもいをしないようにするための やくそくのこと。</p>  </div>			
	2 食事のマナーについて、具体例を知り、自分の食べ方を振り返る。		○自分の食べ方を思い出しながら、確認できるようにする。			
		<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p>＜マナーの例＞</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・座って、正しい姿勢で食べる。</li> <li>・茶碗や汁椀を手を持って食べる。</li> <li>・口に食べ物が入っているときは話をせず、口を閉じて食べる。</li> </ul> </div>				
3 食事のマナーに気を付けて、食事をしようとする意欲をもつ。		○食事のマナーの例を振り返りながら、給食を食べるように伝える。				
		○マナーの例を掲示し、食事中に確認できるようにする。				
教科等との連携			1年学級活動「楽しい給食」（給食→授業） 楽しい給食についての学習をする際、事前に食事のマナーについて触れておくことで、楽しい給食の時間にするための方法について、イメージをつかみやすくする。			

給食の時間における食に関する指導計画						
題材名	食品を長持ちさせる工夫について知ろう		実施月	11月または2月（授業の実施と合わせて）		
献立名	ごはん さわらのごまみそかけ 切り干し大根の煮物 梅和え 牛乳	献立のねらい	切り干し大根、みそ、梅干しなど保存食を利用した料理を組み合わせ、昔から伝わる保存食のよさについて理解できるようにする。			
指導学年	小学校3年	指導時間	食事前	食事中	食事終了後	5分間
題材の目標	昔から伝わる食品を長持ちさせるための工夫を知り、そのよさに気付くことができる。					
食育の視点	日本には、長持ちさせるために先人が工夫した食品や、それを使った料理があることを理解できるようにする。＜食文化＞					
展 開	学習活動	指導上の留意点	資料等			
	1 写真を見て、切り干し大根の生産方法を知る。	○切り干し大根を天日干ししている写真を提示し、切り干し大根は、大根を乾燥させて作っていることを理解できるようにする。	 <p>きりぼし大根づくり</p> <p>大根を日光にあてて ほしている</p>			
	2 大根は、干すことによって長持ちすることを知る。	○切り干し大根は、昔、大根が腐敗しないように考え出されたものであることを伝える。	 <p>大根は ほすとどうなるのでしょうか</p> <p>①水分がぬけて、長持ちする</p> <p>春夏秋冬</p>			
	3 切り干し大根には、食品が長持ちするだけでなく、様々な良い点があることを知る。	○大根を干すことによって、甘味が増すことや、栄養価が高くなることを理解できるようにする。	 <p>大根は ほすとどうなるのでしょうか</p> <p>①水分がぬけて、長持ちする ②あまみが増えて、味がよくなる ③えいようがたくさん とれる</p> <p>からみ あまみ ほぞん食</p>			
	4 今日の給食に使われている保存食を見つけ、味わって食べる。	○給食に使われている保存食について説明する。	 <p>いろいろな ほぞん食</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・きりぼし大根 → きりぼしたいこんのもの</li> <li>・うめぼし → うめあえ</li> <li>・みそ → さわらのごまみそかけ</li> </ul> <p>昔の人たちは 知えを しぼって 食べものを おいしく 長持ちさせた</p>			
教科等との連携	<p>3年国語 「すがたをかえる大豆」「食べ物のひみつを教えます」（授業と並行して） ・給食で実際に食べながらすがたを変える食材があることやその理由を知ること、教材文を読んだ時にイメージをつかみやすくしたり、作文を書く際のヒントにしたりする。</p> <p>3年社会「わたしたちの市のあゆみ」かわる道具とくらし（給食→授業） ・切り干し大根を例に、昔の人が考えた食品を長持ちさせる工夫を知ること、昔の暮らしや道具のイメージをつかみやすくする。</p>					

給食の時間における食に関する指導計画				
題材名	食べよう！わたしたちの町のおいしい特産物		実施月	1 1 月
献立名	黒糖パン さつまいもの米粉シチュー れんこんサラダ 牛乳	献立の ねらい	地域で収穫された旬の食材（さつまいも・れんこん等）を使用し、自分たちの住む地域の農産物への関心が高まるようにする。	
指導学年	小学校5年	指導時間	食事前	食事中
			食事終了後	5分間
題材の目標	自分たちの住む地域では、土地の特徴を生かしていろいろな野菜や果物が生産されていることを知り、積極的に食べようとするができる。			
食育の視点	自分たちの住む地域には土地の特徴を生かした特産物があることを知り、地域の特性を生かした食生活を尊重しようとする態度を養う。＜食文化＞			
展 開	学習活動	指導上の留意点	資料等	
	<p>1 今日の給食に使っている町内産の食材について考え、発表する。</p> <p>2 町内には、土地の特徴（自然の恵み）を生かして生産されている食材が数多くあることに気付く。</p> <p>3 地産地消のよさを確認し、進んで食べようとする気持ちをもつ。</p>	<p>○畑や収穫の様子の写真を提示し、関心を高める。</p> <p>○活動1で確認した食材以外にどんなものがあるか、写真をヒントに考えることで、食材の豊富さに気付くことができるようにする。</p> <p>○給食では地域の食材を積極的に使用していることを知らせ、その理由について考えさせる。</p> <p>○地産地消のよさを確認する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・新鮮なところ</li> <li>・環境に優しいところ</li> <li>・地域の応援（活性化）になるところ</li> </ul>	プレゼンテーション資料「食べよう！松茂のおいしい特産物」	
教科等との連携		5年社会科「食料生産とわたしたちの暮らし」（授業→給食） 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学習した後、給食を教材として活用し、自分たちの住む地域での食料生産について理解を深める。		

給食の時間における食に関する指導計画					
題材名	いろいろな野菜を食べよう			実施月	10月
献立名	ごはん とり肉のねぎソースかけ ゆかり和え 具だくさんみそ汁 牛乳	献立の ねらい	和え物や汁物等，様々な調理方法で野菜のおいしさを伝え，苦手意識を克服できるようにする。		
指導学年	小学校6年	指導時間	食事前	食事中	食事終了後
5分間					
題材の目標	野菜には色の濃い野菜とその他の野菜があることやその特徴を知り，いろいろな野菜を積極的に食べることができる。				
食育の視点	成長や健康の保持増進の上で野菜の必要性について理解し，積極的に様々な野菜を食べ，自らの健康を管理していく能力を身に付ける。＜心身の健康＞				
展 開	学習活動	指導上の留意点		資料等	
	<p>1 家庭科で学習した野菜のはたらきと，含まれている栄養素について振り返る。</p> <p>2 野菜の切り口クイズで，何の野菜の切り口かを考え，発表する。</p> <p>3 野菜は色の濃い野菜とその他の野菜に分けられることや，それぞれの働きが異なることを知る。</p> <p>4 健康に生活するために，どちらの仲間の野菜も積極的に食べようとする意欲をもつ。</p>	<p>○野菜には体の調子を整えるはたらきがあり，ビタミンを多く含むことを確認できるようにする。</p> <p>○野菜の色に注目させる。</p> <p>○本日の献立に使用している野菜カードを使って，野菜には色の濃い野菜とその他の野菜があることを知らせ，それぞれの栄養素や働きについて触れる。</p> <p>○給食ではどちらの仲間の野菜も使うように心がけていること，いろいろな野菜を食べて欲しいことを伝え，野菜を食べる必要性について気付くことができるようにする。</p>		<p>野菜の切り口クイズ</p>  	
教科等との連携		<p>6年家庭科「こんだてを工夫して」（給食→授業）</p> <p>野菜は色の濃さで含まれる栄養素が異なることを給食を教材として知ること，献立を考える際にいろいろな野菜を組み合わせる必要があることを実感させる。</p>			

給食の時間における食に関する指導計画					
題材名	めざせ！骨量アップ！！			実施月	10月
献立名	ごはん 厚揚げのそぼろ煮 小松菜のごまあえ 小魚アーモンド 牛乳	献立の ねらい	カルシウムを多く含む食品を多く用い、家庭での食事のヒントになる献立とすることで、普段の食生活に取り入れ、生かすことができるようにする。		
指導学年	中学校1年	指導時間	食事前	食事中	食事終了後 5分間
題材の目標	成長期に骨量を増やしておくことの重要性を理解し、自らの食生活に生かすことができる。				
食育の視点	骨量を増やすための食生活について考え、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。＜心身の健康＞＜食品を選択する能力＞				
展 開	学習活動	指導上の留意点		資料等	
	1 成長期に骨量を増やしておく重要性に気付く。	○生涯にわたる骨量の変化のグラフを示し、成長期の食生活が将来の健康を左右することに気付くことができるようにする。		プレゼンテーション資料「めざせ！骨量アップ！！」 ・骨量の変化のグラフ	
	2 骨量を増やすためのポイントを知る。	○データを用いて、ポイントを簡潔に伝える。  ・カルシウム ・ビタミンD ・朝食 ・運動		・カルシウムを多く含む食品（イラスト） ・朝食、運動と骨量の関係のグラフ	
	3 骨量を増やし、丈夫な骨をつくるための食生活を心がけようとする意欲をもつ。	○給食の食材に注目させ、給食を残さず食べることも1つのポイントであることを伝え、実践に向けた意欲付けをする。			
教科等との連携		1年技術・家庭科（家庭分野）「食品に含まれる栄養素」（授業→給食） 食品に含まれる栄養素について学習した後、実際に、給食でカルシウムを多く含む食品を確認しながら食べることで、栄養素に関する理解を深めたり、1回で食べやすい量に含まれるカルシウムの量をイメージしやすくしたりする。			
実施にあたっての留意点		乳のアレルギーがある生徒に配慮し、乳製品以外のカルシウムを多く含む食品例や、カルシウムの吸収率を高めるための栄養素を提示する。			

給食の時間における食に関する指導計画					
題材名	貧血を予防しよう			実施月	11月
献立名	ごはん 小いわしの天ぷら ほうれん草のおひたし みそけんちん汁 牛乳	献立の ねらい	成長期やスポーツをしている生徒に対し、効率的に鉄を摂取できるような食材を使用した献立とし、日常の食事に生かせるようにする。		
指導学年	中学校2年	指導時間	食事前	食事中	食事終了後 5分間
題材の目標	成長期は、貧血になりやすい時期であることを理解し、貧血を予防するために、しっかり食事をとろうとすることができる。				
食育の視点	心身の成長や健康を保持増進していく上で望ましい栄養や食事のとり方を理解し、自分の食生活をよりよくしようとする態度を養う。＜心身の健康＞				
展 開	学習活動	指導上の留意点	資料等		
	1 貧血の原因について考える。  2 成長期やスポーツをしている人は貧血になりやすいことを知る。  3 貧血を予防するための食事について、給食を例に確認する。  4 貧血を予防するために、しっかり食事をとろうとする意欲をもつ。	○赤血球の数が少なくなると、全身に十分な酸素を運ぶことができなくなり、貧血になることを知らせる。  ○貧血が起こりやすい要因について、イラストで分かりやすく提示することで、自分のこととして捉えられるようにする。  ○貧血予防に効果がある鉄や鉄の吸収を助けるたんぱく質、ビタミンCを多く含む食品を提示する。  ○朝食を抜いたり、食事を残したりしていると、一回に必要な量をとることが難しくなることを伝え、まずは給食から実践できるよう促す。	プレゼンテーション資料「貧血を予防しよう」		
教科等との連携		2年理科「動物の体のつくりとはたらき」（授業→給食） 血液の成分とはたらきを学習した後で、赤血球と貧血の関係を確認することで、理科で学習したことを振り返ったり、自分のこととして捉えたりできるようにする。			

給食の時間における食に関する指導計画					
題材名	ズッキーニを味わって食べよう			実施月	7月
献立名	ごはん パンプキンオムレツ ラタトゥイユ 牛乳 オレンジ	献立の ねらい	学校農場で自分たちが育てたズッキーニを使用することで、学習への意欲付けを図るとともに、作業学習（園芸）を想起しながら味わって食べることができるようにする。		
指導学年	中学部	指導時間	食事前	食事中	食事終了後 5分間
題材の目標	学校農場で育てているズッキーニについて知り、味わって食べることができる。				
食育の視点	<ul style="list-style-type: none"> <li>旬の野菜は栄養価が高いことを知り、夏を元気に過ごすために、進んで食べようとする意欲をもてるようにする。＜心身の健康＞</li> <li>自然の恵みや生産等に関わる人々に感謝する心を育む。＜感謝の心＞</li> </ul>				
展 開	学習活動		指導上の留意点		資料等
	1 今日の給食から学校農場でとれた野菜を見つける。		○育てている過程や実物を提示し、ズッキーニを見つけるヒントとする。		ズッキーニ（実物） 
	2 ズッキーニのパワーを知る。		○ズッキーニには、夏を元気に過ごすためのパワーがあることを理解できるようにする。 <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <ul style="list-style-type: none"> <li>・からだを冷やす。</li> <li>・水分ほきゅう。</li> <li>・日焼けからはだを守る。</li> <li>・つかれをとる。</li> <li>・夏ばて予防。</li> </ul> </div>		イラスト
3 ズッキーニを味わい、感謝して食べる。		○栽培や収穫体験を振り返り、感謝の気持ちをもって、味わって食べるように伝える。			
教科等との連携			中学部作業学習（園芸）「夏野菜を育てよう」（授業→給食） ズッキーニの栽培学習をした後で、実際に育てたズッキーニを食べながら、学習を振り返ったり、体への働きについて知ったりすることで、美味しさや感謝の気持ちをより実感できるようにする。		

## 第8章 学校給食における地場産物活用

### 1 地場産物活用の教育的意義

#### (1) 趣旨

学校給食に地場産物を使用し、食に関する指導の「生きた教材」として活用することは、地域の自然、文化、産業等に関する理解を深めるとともに、生産者の努力や食に関する感謝の念を育む上で重要である。

また、学校給食における地場産物の活用は、地産地消の有効な手段であり、地場産物の消費による食料の輸送に伴う環境負荷の低減や地域の活性化は、持続可能な食の実現につながる。

徳島県は、豊かな自然と新鮮でおいしい食材に恵まれている。地域の食材を教材として活用し、農林水産物の生産や収穫に携わる体験を通して、地域の人々との交流を深めるとともに、それを学校給食で食べる活動を通して、徳島ならではの「地域に根ざした食育」を実施する。

#### (2) 推進方針

学校給食における地場産物の活用を進めるため、生産者団体等と連携し、地域の実態に応じた供給体制の整備を促進する。

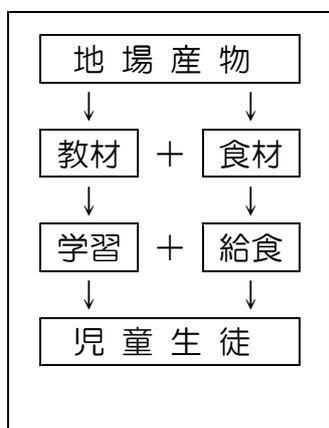
地域の自然や文化、産業や生産者、食に関する子供たちの理解を増進させるため、学校給食における地場産物等の活用と食育を一体的に推進する。

#### (3) ねらい

- ① 地域で生産される食材の食体験（給食）を核とした食育を実施することにより、各教科等における「食に関する指導」を有機的に結び付け、食を総合的に学習する。
- ② 地域の人々との交流を通して、食生活は生産者をはじめ食に関わる人々の努力に支えられていることを認識するとともに、地域の一員としての自覚や地域の人々に対する感謝の心をはぐくむ。
- ③ 新鮮でおいしい徳島の食材を用いた学習を通して、徳島の自然の豊かさを認識するとともに、食料の生産が自然の恩恵の上に成り立っていることや、食と環境の調和が大切であることへの理解を促進する。
- ④ 郷土料理や伝統料理の学校給食や学習を通して、伝統ある優れた食文化や、地域の特性を生かした食生活を継承し発展させる。

## 2 教育としての地場産物活用の展開

### (1) 学校給食における地場産物活用とは

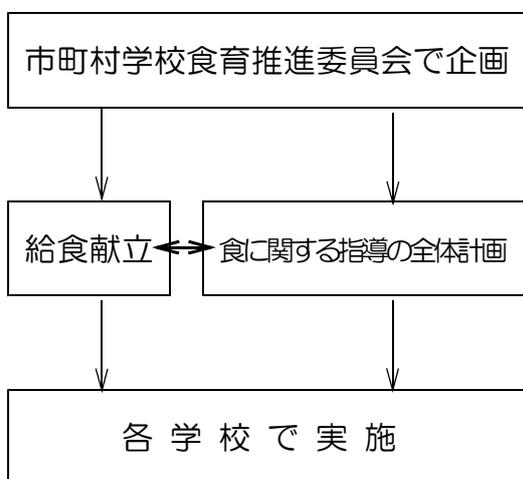


一体的に実施

- 地場産物（県内産）を
- 「教材」および「食材」として一体的に活用し、
- 地域の自然や産業、文化等について学ぶとともに、学校給食で食し、
- 「食」を総合的に学習すること。

### (2) 推進方法

○地場産物を、「給食献立」と「食に関する指導」に一体的に活用するため



- 市町村学校食育推進委員会で
- 地場産物を活用した給食献立と食に関する指導の計画を企画・調整し、
- 各学校において学校食育リーダーがコーディネートし実施する