

12 食育

(1) 食育とは

食は人間が生きていく上で欠かすことのできない大切なものであり、健康な生活を送るためには健全な食生活は欠かせないものである。しかしながら、近年、偏った栄養摂取、朝食欠食など食生活の乱れや肥満・やせ傾向、生活習慣病の増加など、健康を取り巻く問題が深刻化している。

こうした問題を解決する重要な役割を果たすのが食育であり、平成17年に食育基本法、平成18年に食育推進基本計画が策定された。

〈食育基本法 前文より 一部抜粋〉

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位置付けるとともに、様々な経験を通して「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食育を推進することが求められている。

(2) 学校における食育の推進

成長期にある子供への食育は、生涯にわたって健やかに生きるための基礎を培うことを目的としており、家庭を中心としつつ、学校においても積極的に推進していくことが求められている。

学校における食育は、栄養教諭等が中心となって取り組むが、食に関する具体的な指導は、各教科等の多様な場面において行われるものである。その学校の全教職員が十分に連携・協力して食の指導に関わることにより、児童生徒に対して、継続的かつ効果的な指導を行うことができる。指導を進めるためには、学校における食育を担当する委員会を明確にするなど、食に関する指導の推進体制を整えることが重要である。

また、各学校において食育を推進する際には、図1のように「計画(P)」「実践(D)」「評価(C)」「改善(A)」のPDCAサイクルに基づいて実践していく。

① 学習指導要領への位置付け

学校における食に関する指導は、従来から給食の時間や関連教科などにおいて指導が行われてきたが、食育の推進が大きな国民的課題となり、平成20・21年に告示された学習指導要領総則に「学校における食育の推進」が位置付けられた。さらに、平成29～31年に告示された学習指導要領総則では、特定の教科等においてのみ行われるものではなく、学校教育活動全体として取り組むことが必要であることが強調された。

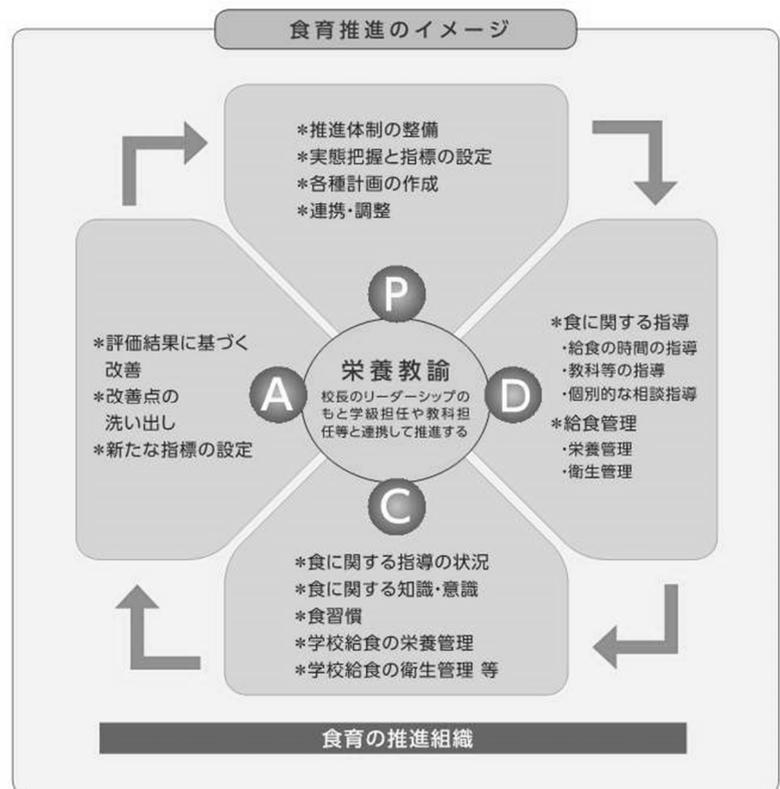


図1 出典：「栄養教諭を中核としたこれからの学校の食育」平成29年3月 文部科学省

〈小学校学習指導要領（平成29年3月）「総則」より 一部抜粋〉

特に、学校における食育の推進並びに体力の向上に関する指導、安全に関する指導及び心身の健康の保持増進に関する指導については、〔※体育科、家庭科及び特別活動の時間はもとより、各教科、道徳科、外国語活動及び総合的な学習の時間など〕においてもそれぞれの特質に応じて適切に行うよう努めること。

※中学校・高等学校・特別支援学校では〔 〕に同様の教科等名が入る。

また、幼児教育から高等学校まで、切れ目のない食育を推進していくことで、子供の健康な食習慣、運動習慣の定着を図っていくことも重要である。そのために、幼児教育と小学校及び中学校、小学校及び中学校と高等学校の接続を意識し教科等横断的な視点で教育課程を編成していく必要がある（図2参照）。

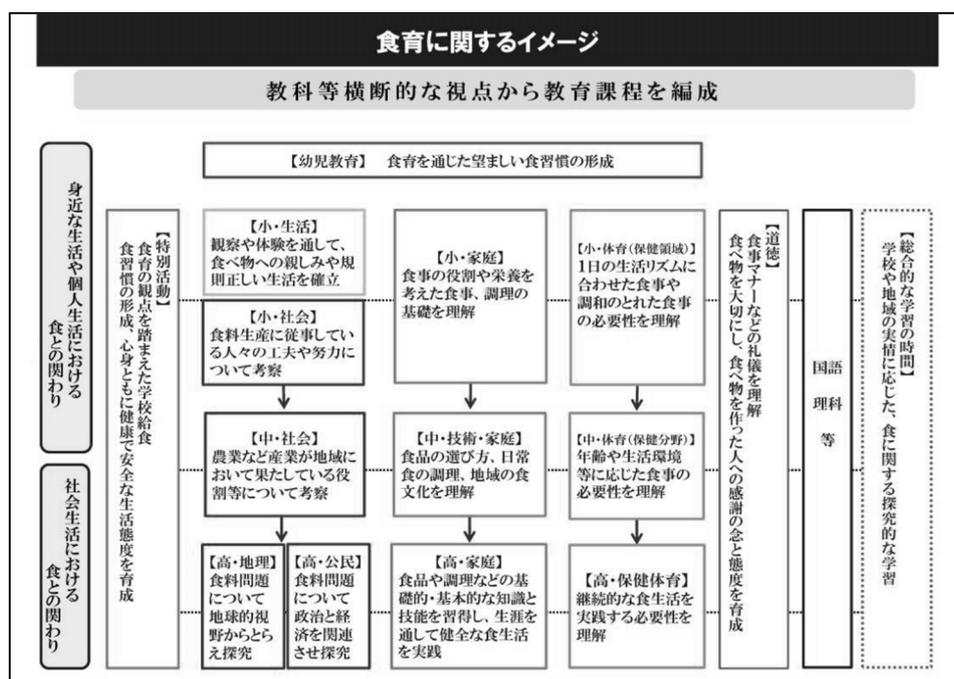


図2 幼稚園、小学校、中学校、高等学校及び特別支援学校の学習指導要領等の改善及び必要な方策等について（答申） 別紙4 平成28年12月21日 中央教育審議会

② 食に関する指導の目標

（知識・技能）

食事の重要性や栄養バランス、食文化等についての理解を図り、健康で健全な食生活に関する知識や技能を身に付けるようにする。

（思考力・判断力・表現力等）

食生活や食の選択について、正しい知識・情報に基づき、自ら管理したり判断したりできる能力を養う。

（学びに向かう力・人間性等）

主体的に、自他の健康な食生活を実現しようとし、食や食文化、食料の生産等に関わる人々に対して感謝する心を育み、食事のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を養う。

③ 食に関する指導の方法

ア 食に関する指導の全体計画

学校全体で食育を組織的、計画的に推進するためには、各学校において食に関する指導の全体計画を作成し、自校の「食に関する指導の目標」を達成するために、「いつ」「誰が」「どのように」行うのかを明確にすることが大切である。この計画は全教職員に共通理解され、チームとなって確実に実践されなければならない。

イ 教科等における指導

食に関連する教科等において食に関する指導を行うことで、食育の充実につなげることのみならず、当該教科の目標がよりよく達成されることを目指している。その際、各教科等の目標や内容を身に付けさせることを第一義的に考え、その実現の過程に「食育の視点」を位置付ける。小・中・特別支援学校においては、栄養教諭や学校栄養職員の専門性を生かし、学校給食を生きた教材として活用する。高等学校においては、各学校の特徴を生かした食育の活動を設け、食の専門家を活用するなどして、多様な指導方法を工夫することが大切である。

ウ 小学校・中学校・特別支援学校での給食の時間における指導

給食の時間における食に関する指導
(給食指導) ○ 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、はしの使い方、食事のマナーなどを体得
(食に関する指導) ○ 献立を通じて、食品の産地や栄養的な特徴を学習 ○ 教科等で取り上げられた食品や学習内容を確認

「給食指導」は、食に関する指導の目標を達成するために、毎日の給食の時間に学級担任が行う食に関する指導である。安全・安心でかつ楽しい給食の時間となるよう、工夫した指導を行う必要がある。

エ 個別的な相談指導

学校では、偏食のある児童生徒、肥満・やせ傾向にある児童生徒、食物アレルギーを有する児童生徒、スポーツをしている児童生徒、食行動に問題を抱える児童生徒を対象とした個別的な相談指導が想定される。個別的な相談指導を行うに当たっては、校内において指導体制を整備し、全教職員が共通理解のもと、家庭や地域の関係機関等と連携して、個別の事情に応じた対応や相談指導を行う必要がある。

オ 家庭・地域との連携

食育を推進するに当たり、第一義的な役割が家庭にあることには変わらないが、学校においても、家庭や地域社会と連携、協働し、食育を一層推進していくことが求められている。そのためには、学校で学んだことを家庭の食事で実践するなど家庭において食に関する取組を充実する必要がある。また、児童生徒が地域のよさを理解したり、愛着をもったりするためには、地域の生産物を学校給食に取り入れたり、食に関する知識や経験を有する人材や教材を有効に活用したりして進めることが、大変有意義だと考えられる。

カ 食育の推進の評価

食育の推進に対する評価は、子供や子供を取り巻く環境の変化の評価と活動（実施）状況の評価に分類できる。前者は、成果指標（アウトカム）の評価、後者は活動指標（アウトプット）の評価という。この評価結果を検証し、次年度に向けての改善を行う。

<参考（引用）文献>

- ・（※1）「食に関する指導の手引―第二次改訂版―」 平成31年3月 文部科学省
- ・（※2）「栄養教諭を中核としたこれからの学校の食育」 平成29年3月 文部科学省
- ・（※3）「徳島県学校食育指導プランⅢ」 令和4年3月 徳島県教育委員会



(※1)



(※2)



(※3)