

す だ ち
健康か だんらん 地産地消

徳島県学校食育指導プラン Ⅱ



平成27年3月

徳島県教育委員会

はじめに

平成17年に制定された「食育基本法」において、食育は、「生きる上での基本であって、知育、徳育、体育の基礎となるべきもの」と位置付けられました。子供たちが豊かな人間性を育み、「生きる力」を身に付けるためには、何よりも「食」が重要であるとも示されました。

徳島県では、平成19年に「徳島県食育推進計画」を、平成23年には「第2次徳島県食育推進計画」を策定し、県民運動として食育を推進しております。この計画は、徳島県民が生涯にわたり健全な心身を培い、豊かな人間性を育むことができるよう、家庭、学校、保育所、地域等を中心に関係者が連携して、食育を推進する基礎となるものです。

徳島県教育委員会では、「徳島県食育推進計画」に基づき、「徳島県学校食育指導プラン『す・だ・ち』」を策定して、食育を推進してまいりました。その結果、全市町村教育委員会において学校食育推進委員会が設置され、各学校で食育全体計画、年間指導計画が作成されるなど、食育指導体制が整備されてきました。

現行の学習指導要領では、総則に「学校における食育の推進」について規定されています。食育を「各教科等の特質において適切に行われるよう努めること」とし、関連する各教科で食育に関する記述の充実が図られました。生涯にわたり楽しく明るい生活を営む基礎づくりを目指し、学校教育活動全体を通じて行うことが必要であると述べられています。

本書は、平成20年3月に発行した「徳島県学校食育指導プラン『す・だ・ち』」を学習指導要領等を踏まえて改訂し、指導事例や学校給食における食物アレルギー対応について加筆したものです。

各学校におきましては、子供たちの健やかな体と豊かな心を育むために、本プランを活用し、家庭や地域と連携・協力して、徳島ならではの地域に根ざした食育を積極的に推進されるようお願いいたします。

平成27年3月

徳島県教育委員会 教育長 佐野 義行

序 「すだち」 健やか・だんらん・地産地消



表紙絵（児童絵画）

徳島県は、豊かな自然と新鮮でおいしい食材に恵まれており、「お接待」で知られる温かい人情があふれる土地柄です。「徳島育ち」の子供たちは、元気いっぱい「生きる力」がみなぎっています。

しかし、近年、全国的に、朝食を食べない「朝食欠食」や子供だけで食事をとっている「孤食」の増加、あるいは脂質の過剰摂取や野菜摂取不足などによる栄養バランスの偏り、肥満傾向の増加など、子供の食生活や健康状態について懸念される点が指摘されています。

子供の頃に身に付いた食習慣を大人になって改めることは非常に困難であると言われており、子供のうちから望ましい食習慣を身に付けることは極めて重要です。

このプランは、子供たちが

- ・生涯にわたって健康な生活をおくるために
- ・温かい団らんの中で
- ・新鮮でおいしい徳島の食材を活用した食育を展開し

元気いっぱいの「徳島育ち」の子供をはぐくむ食育指導プランです。

目 次

はじめに

「すだち」健やか・だんらん・地産地消

第1章 食育の位置付け

- | | | |
|---|---------------------------------------|---|
| 1 | 食育とは | 5 |
| 2 | 食育の位置付け | 5 |
| | (1) 食育基本法 (2) 学習指導要領 (3) 第2次徳島県食育推進計画 | |
| 3 | 教育関係者の役割と責務 | 5 |

第2章 食育の目標

- | | | |
|---|--------------|---|
| 1 | 学校における食育推進目標 | 6 |
| 2 | 食育における健康教育目標 | 7 |
| 3 | 食育の指導目標 | 7 |

第3章 学校の食育推進体制

- | | | |
|---|--------------|----|
| 1 | 校内の食育推進体制 | 8 |
| 2 | 市町村の学校食育推進体制 | 10 |
| 3 | 栄養教諭の役割 | 11 |

第4章 食育全体計画・食育年間指導計画

- | | | |
|---|--|----|
| 1 | 食育全体計画の作成に向けて | 12 |
| 2 | 食育年間指導計画の作成に向けて | 13 |
| 3 | 食育全体計画例 | 14 |
| | (1) 幼稚園 14 (2) 小学校 15 (3) 中学校 16 (4) 高等学校 17 (5) 特別支援学校 18 | |
| 4 | 食育年間指導計画例 | 19 |
| | (1) 幼稚園 19, 20 (2) 小学校 21~26 (3) 中学校 27~29 | |

第5章 学校給食における地産地消

- | | | |
|---|---------------|----|
| 1 | 地産地消の教育的意義 | 30 |
| 2 | 教育としての地産地消の展開 | 31 |

第6章 学習指導例

[学習指導案と指導資料等]

- | | | |
|---|------------------------------|----|
| 1 | 小学校指導例 | 32 |
| | (1) 第2学年 生活科「やさいをそだてよう」 | 32 |
| | (2) 第4学年 体育科「育ちゆく体とわたし」 | 36 |
| | (3) 第5学年 家庭科「ゆで野菜のサラダをつくろう」 | 40 |
| | (4) 第1学年 特別活動「おはしめいじんに なろう」 | 44 |
| | (5) 第2学年 特別活動「すききらいしないで食べよう」 | 48 |
| | (6) 第3学年 特別活動「朝ごはんを食べよう」 | 52 |

(7) 第4学年	特別活動「徳島育ちの食べ物を食べよう」	56
(8) 第5学年	特別活動「栄養バランスのよい朝ごはんを食べよう」	60
(9) 第6学年	特別活動「おやつのとり方を考えよう」	64
2	中学校指導例	
(1) 第1学年	技術・家庭科「わたしが作る、わたしのための弁当」	68
(2) 第3学年	保健体育科「健康な生活と病気の予防」	72
(3) 第1学年	特別活動「朝ごはんで元気な一日」	76
(4) 第2学年	特別活動「適切な水分補給の方法を考えよう」	80
(5) 第3学年	特別活動「受験に向けた生活習慣の改善」	84
3	高等学校指導例	
(1) 第1学年	特別活動「コンビニでのバランスのよい昼食の選び方」	88
(2) 第2学年	特別活動「正しいダイエットで、健康でスマートに」	92
(3) 第3学年	特別活動「もっと野菜！ いろんな野菜！」	96
4	特別支援学校指導例	
(1) 小学部	生活単元「お別れパーティーをしよう」	100
(2) 中学部	生活単元「育てた野菜で朝ご飯を作ろう」	104
(3) 高等部	家庭科「バランスのよい食事をしよう」	108

第7章 給食時指導例

1	小学校指導例	
(1)	「小松菜を食べよう」	112
(2)	「感謝して食べよう」	113
(3)	「夏野菜のひみつ」	114
(4)	「徳島の魚～かます～」	115
(5)	「地産地消ってなあに」	116
(6)	「どれがほうれんそう？」	117
2	中学校指導例	
(1)	「防ごう！熱中症」	118
(2)	「食事はトレーニング？」	119
(3)	「運動と食事」	120
3	特別支援学校指導例	
(1)	「農場でとれた野菜を味わおう～大根～」	121

第8章 食物アレルギーへの対応

1	学校給食における食物アレルギー対応の考え方	122
2	学校給食における食物アレルギー対応の流れ	122
3	食物アレルギーによる緊急時の対応	123

第1章 食育の位置付け

1 食育とは

食育基本法において、食育とは、『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」ことであるとしている。

2 食育の位置付け

(1) 食育基本法

食育基本法では、食育の位置付けについて、「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」とした上で、特に子供たちに対する食育については「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」としている。

(2) 学習指導要領

総則には、「学校における体育・健康に関する指導は学校の教育活動全体を通じて適切に行う」とあり、食育の推進については、「体育科の時間はもとより、家庭科、特別活動においてもそれぞれの特質に応じて適切に行うように努める」としている。また、小中学校の「特別活動」では、学級活動の内容として「食育の観点を踏まえた学校給食と望ましい食習慣の形成」が挙げられている。

(3) 第2次徳島県食育推進計画

徳島県では、県民が生涯にわたり、健全な心身を培い、豊かな人間性をはぐくむことができるよう、家庭、学校、保育所、地域、職場等を中心に、関係者が連携して、食育を推進するための基礎となるものとして、「第2次徳島県食育推進計画」を策定し、この計画の中に「学校における食育の推進」を位置付けている。

3 教育関係者の役割と責務

食育基本法第5条では、教育関係者等の役割について、「食育は、…子供の教育、保育等を行う者にとっては、教育、保育等における食育の重要性を十分自覚し、積極的に子供の食育の推進に関する活動に取り組むこととなるよう、行われなければならない。」としている。

また、食育基本法第11条では、教育関係者等の責務として、「食に関する関心及び理解の増進に果たすべき重要な役割にかんがみ、基本理念にのっとり、あらゆる機会とあらゆる場所を利用して、積極的に食育を推進するよう努めるとともに、他の者の行う食育の推進に関する活動に協力するよう努めるものとする。」としている。

第2章 食育の目標

1 学校における食育推進目標

第2次徳島県食育推進計画に基づき、学校における食育の推進目標を次のとおり定める。

学校は、食、運動、生活リズム等の生活習慣を育成し、さまざまな学習や体験活動を通して食に関する知識と食を選択する力を習得するために重要な役割を担っている。このため、学校において魅力ある食育を推進し、子供の健全な食生活の実現と豊かな人間形成を図るよう努める。

(指導の充実)

(1) 食育全体計画の策定

給食の時間、家庭科や体育科をはじめとする各教科、特別活動、総合的な学習の時間等において食に関する指導の充実を促進し、学校の教育活動全体で組織的・計画的に推進する。そのために、子供が食について計画的に学ぶことができるよう、各学校において食に関する指導の全体計画を策定する。

(2) 食育推進体制の整備

学校長のリーダーシップの下に関係教職員が連携・協力しながら、食育リーダーが中心となって校内の推進体制を整備し、全教職員で組織的な取組を進める。

(3) 体験活動の推進

地域の生産者団体等と連携し、農漁業体験等、子供の様々な体験活動を推進する。

(4) 市町村推進体制の整備

指導の充実を図るため、栄養教諭を計画的に配置し、市町村の学校の食育推進体制を整備する。

(学校給食の充実)

(5) 「生きた教材」としての学校給食の活用

子供の望ましい食習慣の形成や食に関する理解の促進のため、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取り組む。

(6) 学校給食における地場産物の活用

学校給食に地場産物を活用したり地域の郷土食や行事食を提供したりすることを通して、食料生産に携わる人々への感謝の気持ちや、地域の文化、伝統に対する関心と理解を深める。また、生産者団体等と連携し、学校給食における地場産物の活用の推進を図りつつ、地域の生産者や生産に関する情報を子供に伝達する取組を促進する。

(家庭・地域連携)

(7) 家庭や地域と連携した食育の推進

子供の食習慣、運動習慣等の望ましい生活習慣の育成や、健康状態の改善を図るため、家庭や地域と連携し、学校教育活動全体を通じた食育の推進に努める。

2 食育における健康教育目標

生涯にわたり、健康な生活を送るために、基本的な生活習慣を身に付け、自分の体の変化について知り、正しい食生活を実践する態度を育てる。

3 食育の指導目標

文部科学省の「食に関する指導の手引」において、「食に関する指導の目標」として、次のように示されている。

- **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とり方を理解し、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。
- **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もつ。
- **社会性**
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。
- **食文化**
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。

第3章 学校の食育推進体制

1 校内の食育推進体制

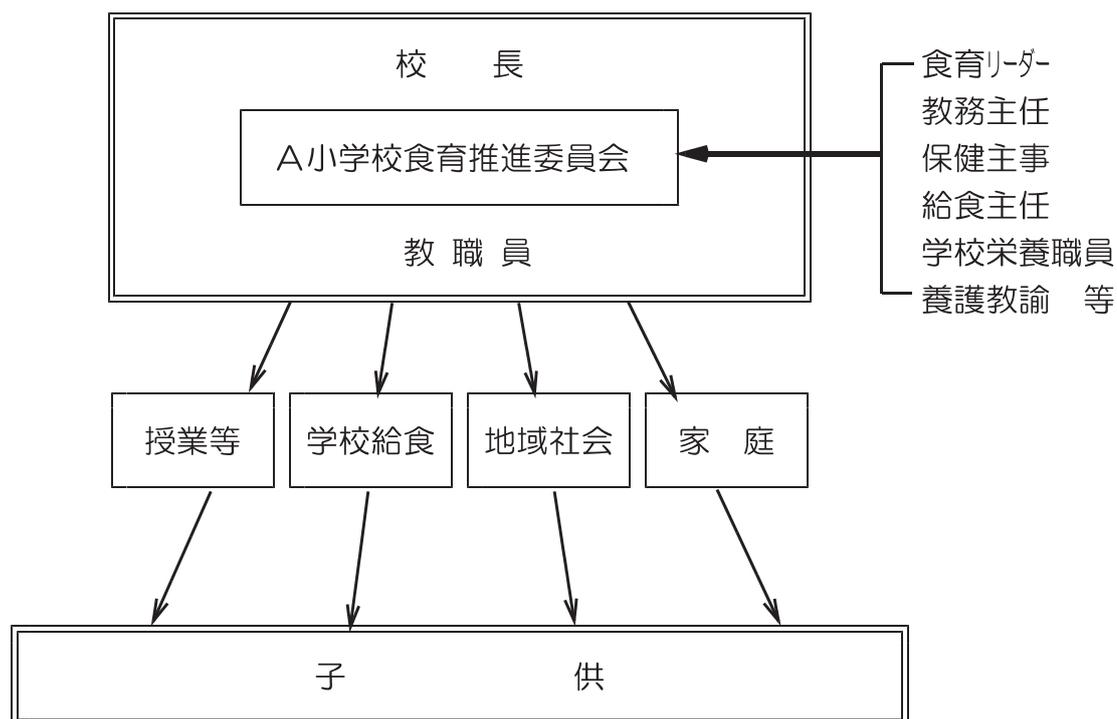
(1) 学校食育リーダー

学校に、校内の食育推進の中核的な役割を担う「学校食育リーダー」を置く。学校食育リーダーは、食育の全体計画作成時や授業実践の際の調整、家庭や地域との連携におけるコーディネーターとして、学校における食育をより機動的に推進するために重要な役割を担う。

(2) 校内食育推進委員会

校内食育推進委員会を編成し、この組織が中心となって食育の全体計画を作成し、食育を推進する。

食育推進委員会は、教務主任や保健主事、給食主任、栄養教諭、学校栄養職員、家庭科教諭、養護教諭等で学校の実態に応じて組織する。



学校における食育は学級担任や教科担任による実施が中心となるため、食育推進委員会は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チームティーチングなどの調整や、ゲストティーチャーの招へい等、学校内外において連絡・調整を図り、その推進に努める。

(3) 個別指導体制

担任教諭、養護教諭、栄養教諭、学校栄養職員、保護者、学校医等との連携体制を整え、個別指導体制を確立する。

(4) 家庭・地域との連携体制

P T Aの組織や保護者会、学校保健委員会、学校評議員制度など、学校と地域との連携組織を生かし、家庭や地域との連携・協力体制を確立する。

(5) 小児肥満の健康管理システム

生活習慣病につながるおそれのある肥満を防止する取組として、学校が保護者や地域の医療機関と連携して取り組んでいる「小児肥満の健康管理システム」の充実を図る。

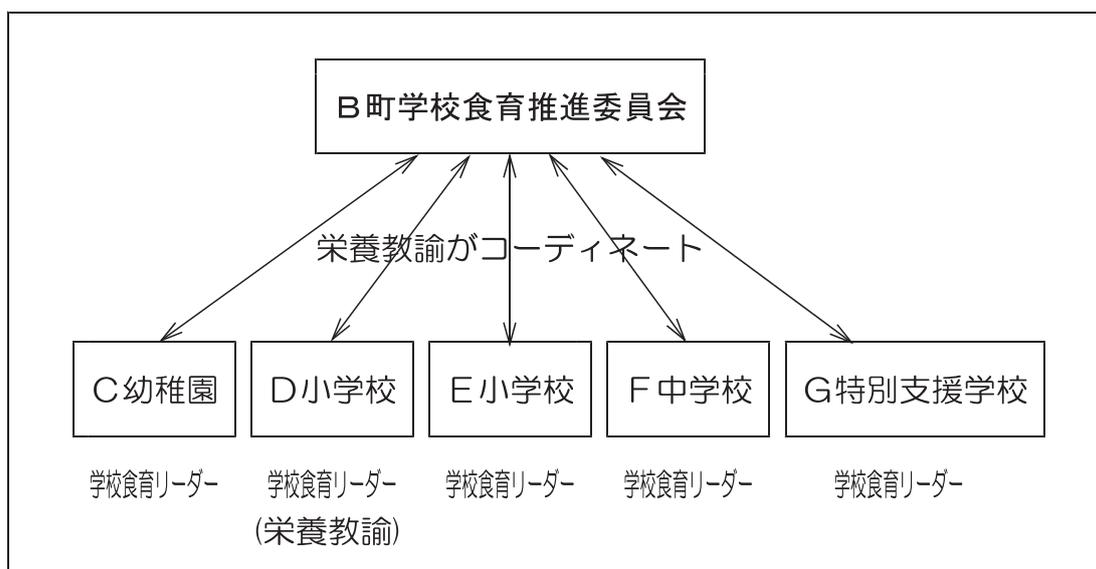
(6) ふれあい交流給食

食を通じたコミュニケーションを図ることにより食の楽しさを実感させ、子供たちに精神的な豊かさをもたらすため、これまで取り組んできた保護者や地域の方々との交流を目的とした給食の時間における取組を一層推進し、定期的に交流する体制を確立する。

2 市町村の学校食育推進体制

(1) 市町村学校食育推進委員会

市町村内の小学校、中学校、特別支援学校等の学校食育リーダーが委員となって、学校食育推進委員会を組織し、市町村内の学校における食育を推進するための企画・調整・連絡を行う。各市町村に配置した栄養教諭が事務局を担当し、委員会をコーディネートする。



(2) 学校給食における地場産物の活用

市町村学校食育推進委員会において、学校給食献立への地場産物の積極的な活用を図るとともに、「生きた教材」としての食に関する指導への活用を推進する。

(3) 家庭・地域との連携の推進

市町村学校食育推進委員会において、子供の食習慣等の望ましい生活習慣の育成や、健康状態の改善を図るため、市町村PTA連合会や市町村学校保健連合会等の組織との連携を推進する。

また、地域の生産者団体等と連携し、農漁業体験等、子供の様々な体験活動を推進する。

3 栄養教諭の役割

学校給食の管理と食に関する指導を一体的に担う栄養教諭を、学校食育リーダーとして、また、市町村の学校における食育推進の中核的な役割を担うコーディネーターとして配置する。

(1) 市町村の「学校における食育」の推進

市町村学校食育推進委員会のコーディネーターとして、各学校において幼児児童生徒が系統的・計画的に学ぶための食育全体計画策定を支援するとともに、市町村内の各学校における食育を推進するための企画・調整を行う。

また、学校長その他の教職員に対して、食の観点から把握した子供の生活実態や食育の取組事例、学校給食の現状や課題等について積極的に情報提供を行う。

(2) 「生きた教材」としての学校給食の活用

学校給食の献立内容の充実を推進するとともに、各教科等において学校給食が「生きた教材」としてさらに活用されるよう取り組む。

(3) 学校給食における地場産物の活用

地場産物を学校給食献立に積極的に活用するとともに、「生きた教材」として食に関する指導に一体的に活用する取組の企画・調整を行う。

給食の時間等を活用し、献立の地場産物や郷土食・行事食などを用いて、生産に携わる人々や食文化等についての指導を行う。

(4) 家庭・地域との連携の推進

子供の食習慣等の望ましい生活習慣の育成や健康状態の改善を図るため、学級担任や養護教諭と連携して実態把握に努め、市町村PTA連合会や市町村学校保健連合会等の組織との連携を企画・調整して、家庭への啓発を行う。

また、地域の生産者団体等と連携し、農漁業体験等、子供の様々な体験活動を企画・調整するとともに、地域の食に関する行事等について情報収集を行い、地域の食育の中核としての役割を担う。

(5) 食に関する指導

食に関する指導のコーディネーターとして、教職員が食育についての正しい理解・認識をもつことができるようにするとともに、食育に関する情報を積極的に提供し、学級担任等と連携して集団的な食に関する指導を行う。

肥満、痩身、偏食、食物アレルギーなどの幼児児童生徒及び保護者、スポーツをする幼児児童生徒及び保護者に対して、個別指導を行う。

第4章 食育全体計画・食育年間指導計画

1 食育全体計画の作成に向けて

(1) 食育全体計画のねらい

- ① 学校教育活動全体の中で各教科等相互の有機的な関連を図り、計画的に体系的な食育を行う。
- ② 学校の教職員全体で食育に取り組む上で、学校全体の食育の目標や具体的な取組について共通理解をもち、組織的に食育を展開する。
- ③ 学校・家庭・地域が一体となって食育を進める上での積極的な参加や協力の方策を具体化し、実践化を図る。

(2) 食育全体計画作成上の留意事項

- ① 幼児児童生徒・保護者・地域の実態
生活実態や食生活の状況・健康診断結果等から、子供の食をめぐる問題点を把握し、幼児児童生徒の実態を簡潔にまとめる。
また、地理、産業、文化等の地域の実態や、保護者の願いについて簡潔にまとめる。
- ② 食育の指導目標
子供や地域の実態等を踏まえ、文部科学省「食に関する指導の手引」に示されている目標を参考に、学校全体としての食育の指導目標を設定する。
各学年の食育の目標設定にあたっては、幼児児童生徒の発達段階等を考慮し、各学年の具体的な目標を設定する。
その際、学年を通じて一貫性をもたせ、段階的、系統的に、かつバランスのある指導が行われるようにする。
- ③ 各教科等における食に関する指導内容
 - ア 各教科・科目
食育の指導目標に照らして学年ごとに食に関する指導内容を抽出し、それらを年間を通しての計画として整理する。食に関する指導にかかわる単元名や題材名を記入するとともに食育の視点を明確にしておく。
なお、特別支援学校については領域・教科を合わせた指導等における食にかかわる単元名や題材名について記述する。
 - イ 道徳
四つの視点の中で、食育の指導目標に照らし関連の深い内容項目について記述する。
 - ウ 特別活動
学級（ホームルーム）活動及び給食の時間・児童会（生徒会）活動・クラ

ブ活動・学校行事において、食育の指導目標に照らしそれぞれのねらいに沿って、より充実した活動となるよう計画する。

エ 総合的な学習の時間

食育の指導目標に照らし「国際理解」「情報」「環境」「福祉・健康」「郷土・地域」などの課題に応じて学習する内容を計画する。

④ 給食の時間における食に関する指導

給食実施校においては、給食の時間における指導を充実させることが、食育の推進において重要となる。食育の指導目標に基づき、学年ごとの目標や指導の重点を定める。

指導内容としては、技能や態度に関わること（給食の準備や後片付け、基本的なマナーなど）、献立内容や食材に対する興味・関心や基礎的な知識に関わることなどが考えられる。

⑤ 地場産物（県内産）の活用

地域の特色や教育的意義、時期等を考慮し、活用する地場産物を記述する。

⑥ 個別相談指導

偏食傾向、肥満傾向等のある幼児児童生徒、食物アレルギーのある幼児児童生徒、スポーツをする幼児児童生徒に対する個別相談内容等について記述する。

⑦ 家庭・地域との連携

家庭や地域との連携の方策がわかるよう、給食だよりや保健だよりの発行、地域の方々との交流給食、料理教室開催など具体的に記述する。

※ 整理・調整

効果的に食育を推進するため、校内食育推進委員会において、実施時期や時数を整理・調整する。

2 食育年間指導計画の作成に向けて

各学年の食に関する指導意図を明確にするために、食育全体計画を踏まえ、食育年間指導計画を作成する。食育年間指導計画には、6つの指導目標ごとに具体的な目標を設定する。その上で、学習活動を目標ごとに整理し、偏りがいないか確認して、取組のバランスを調整することも重要である。

各教科等における指導内容に加えて、献立作成の配慮、家庭・地域との連携等を記入することにより、教科横断的に指導したり給食を効果的に教材化したりするための手立てとなる。