

ア 実践活動を通じた具体的な指導を行う。

給食に使用されている食品に含まれる栄養素や、料理の由来や献立について、実際に食事をするとという実践活動を通しての指導ができる。

イ 習慣化を図る。

年間190回程度実施されている給食の時間に、繰り返し指導を行うことにより、望ましい食事のとり方の習慣化を図ることができる。

ウ 教科等の学習内容と関連を図る。

生活科や総合的な学習の時間に栽培した食品の給食への活用や、教科等の学習内容と関連付けた献立について食に関する指導を実施することができる。

2 給食の時間における食に関する指導の内容

小学校における指導の内容は、楽しく会食すること、健康によい食事のとり方、給食時の清潔、食事環境の整備、自然への恩恵などへの感謝、食文化、食料事情などであり、中学校における指導の内容は、楽しく会食すること、栄養の偏りのない食事のとり方、食中毒の予防にかかわる衛生管理の在り方、共同作業を通して奉仕や協力・協調の精神を養うこと、自然の恩恵などへの感謝、食文化、食料事情などである。

【食に関する指導の内容例】

指導内容	具体的な指導の内容
1 楽しく会食 すること	<ul style="list-style-type: none">○ 食事のマナーを身に付け、楽しく会食をする。<ul style="list-style-type: none">・食器やはしの持ち方、並べ方、食事の姿勢など、基本的なマナーを習得し、楽しい雰囲気の中で会食できるようにすること。○ ささまざまな人々との会食を通して人間関係を深める。<ul style="list-style-type: none">・学校給食の場合は、社会の一員としての自覚を高めるための社交の場であり、児童生徒相互、児童生徒と教職員、親子、地域の人々などとの楽しい会食を通して、相手を思いやるなど豊かな人間関係を育てること。・食事の場にふさわしい会話を通して、楽しい会食を工夫すること。
2 健康によい 食事のとり 方	<ul style="list-style-type: none">○ 食品の種類や働き、栄養のバランスのとれた食事のとり方が分かる。<ul style="list-style-type: none">・食品の種類や名前が分かり、食べ物に興味関心をもつこと。・料理の名前が分かり、健康のためには食事が大切であること。・食品に含まれる栄養素により3つのグループに分けられることや五大栄養素と食品の体内での働きが分かり、栄養のバランスを考えた食事ができること。・食品に含まれる栄養素の種類と働きを知り、身体の発達に伴い必要な栄養や栄養素の量を理解すること。 (中学校)○ 日常の食事の大切さが分かり健康によい食事の仕方を身に付ける。<ul style="list-style-type: none">・偏った食べ方をせず、バランスよく食べることやよくかんで食べることの大切さを理解すること。 (低学年)・食事と運動・休養等との関連を考え、自分の健康を考えた食事をとること。 (中学年)・自分の将来の健康を考え、望ましい食習慣や生活習慣を身に付けること。 (高学年・中学校)

<p>3 食事と安全 ・衛生</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ 安全・衛生（手洗い等）に留意した食事の準備や後片付けができる。 <ul style="list-style-type: none"> ・身支度や手洗い等、食事の準備や後片付けがきちんと清潔にできること。 ○ 協力した運搬や配膳が安全にできる。 <ul style="list-style-type: none"> ・低学年は高学年の協力を得ながら、高学年や中学校では委員会活動等を通して、互いに協力し合うこと。 ・クラス全員が協力し、食事の準備や後片付けができること。 ・当番や係の仕事に責任をもち、自主的に活動することができること。
<p>4 食事環境の 整備</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ 食事にふさわしい環境を整え、ゆとりある落ち着いた雰囲気ですぐに食事ができる。 <ul style="list-style-type: none"> ・明るく和やかな食事の場づくりや、楽しく、ゆったりとした食事ができるように工夫すること。 ○ 適切な食器具を利用して、献立にふさわしい盛り付けができる。 <ul style="list-style-type: none"> ・献立にふさわしい衛生的な盛り付けができること。 ・適切な食器具を利用して、食文化の理解やよりよい食習慣を身に付けること。 ○ 環境や資源に配慮すること。
<p>5 食事と文化</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ 郷土食、行事食を通して食文化について関心を深める。 <ul style="list-style-type: none"> ・季節や行事にちなんだ料理があることを知る。（低学年） ・伝統的な日本の食文化である稲作、米食について理解するとともに和食の食べ方を身に付ける。（中学年） ・特産物を理解し、日常の食事と関連付けて考えることや、食文化について理解を深めることができる。（高学年） ・食文化や歴史と自分の食生活との関連を考えることができる。（中学校） ○ 地場産物を通して、地域の食料の生産、流通、消費について理解を深める。 <ul style="list-style-type: none"> ・自分の住んでいる地域で収穫できる食べ物に関心をもち、（低学年） ・地域の産物に関心をもち、日常の食事と関連付けて考えること。（中学年） ・地域の食文化や食料の生産、流通、消費などについて理解を深めること。（高学年・中学校）
<p>6 勤労と感謝</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ みんなで協力して自主的に活動する。 <ul style="list-style-type: none"> ・一人一人が自主的な態度で食事の準備や後片付けがきちんとできること。 ・責任をもって当番や係の活動ができること。 ○ 感謝の気持ちをもって食べることができる。 <ul style="list-style-type: none"> ・食事ができるまでの過程を知り、感謝することができること。 ・自然の恵みや勤労の大切さを知り、感謝することができること。 ・「いただきます」「ごちそうさま」等の意味を知り、感謝の気持ちを込めてあいさつができること。

【給食の時間における食に関する指導と学校給食・食に関する指導の目標との関連】

給食の時間における食に関する指導の内容		楽しく会食すること	健康によい食事のとり方	食事と安全・衛生	食事環境の整備、環境・自然に配慮	食事と文化、地場産物への理解	勤労・協力と感謝
学校給食の目標	適切な栄養の摂取による健康の保持増進		◎ ○				
	健全な食生活を営むことができる判断力と望ましい食習慣の養成		◎ ○	◎	◎		
	学校生活を豊かにし、明るい社交性・協同の精神の養成	◎					◎
	生命及び自然を尊重する精神・環境の保全に寄与する態度の養成					◎	◎
	勤労を重んずる態度の養成						◎
	我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深める	○				◎	
	食料の生産、流通及び消費について正しい理解に導く				○	○	◎ ○
食に関する指導の目標	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	◎				◎	◎

◎：給食指導を通して身に付けることができる項目

○：給食の時間の食に関する指導と関連する項目