

「食に関する指導の手引—第二次改訂版—」には、学校教育全体を通じた食育の推進において身に付ける三つの資質・能力に加え、これまで「食に関する指導の目標」としてきたものを再整理した六つの「食育の視点」を示している。

給食の時間に行う指導の内容として、「小学校学習指導要領解説—特別活動編」では、楽しく食事をする事、健康によい食事のとり方、給食時の清潔、食事環境の整備、自然への恩恵への感謝、食文化、食料事情等を、「中学校学習指導要領解説—特別活動編」では、楽しく食事をする事、栄養の偏りのない健康によい食事のとり方、食中毒の予防に関わる衛生管理の在り方、準備や後片付け等の作業を通して奉仕や協力・協調の精神を養うこと、自然への恩恵等への感謝、食文化、食糧事情等を例示している。

これら、給食の時間に行う指導の内容と六つの「食育の視点」との関連を整理すると次の表になる。

【給食の時間の指導内容と食育の視点との関連】

給食の時間に行う指導の内容 食育の視点	楽しく食事 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	食文化、地場 産物への理解	食事と文 化への理解	勤労・協 力と感謝
（食事の重要性）子どもたちが豊かな人間性を育み、生きる力を身に付けていくためには何よりも食が大切である。	○	○		○			
（心身の健康）生涯にわたって健全な食生活を実現することが、心身の健康の増進と豊かな人間形成に資する。		○	○				
（食品を選択する能力）正しい知識・情報に基づいて食品の品質及び安全等について自ら判断し、食品に含まれる栄養素や衛生に気を付けていくことが重要である。		○	○				
（感謝の心）人の食生活が自然の恩恵の上に成り立っていること、また、食に関わる人々のさまざまな活動に支えられていることに対して感謝する心が大切である。	○				○		○
（社会性）協力して食事の準備から後片付けをしたり食事のマナーを身に付けたりすることで、人間関係形成能力を身に付けることが大切である。	○		○	○			○
（食文化）日本の伝統ある優れた食文化や食に関わる歴史、地域の特性を生かした食生活（地場産物の活用）、食料自給率等を理解し尊重しようとする。	○			○	○		

○：食育の視点と関連し、給食の時間に行う指導を通して学習する項目

給食の時間に行う食に関する指導は、学校で行う食育の中心的な役割を担うものである。

献立を通して食品の産地や栄養的特徴、郷土食や行事食等の食文化について学んだり、教科等で学習したことを、給食の時間に確認したり振り返ったりすることができる等、食べる活動を通じた学びの時間として重要である。

給食の時間に行う食に関する指導は計画的、継続的に行うことが必要である。そのためには、

学級担任は学校給食の管理と食に関する指導を一体して行うことを職務としている栄養教諭と連携して実施することが重要になる。

栄養教諭と常に密な連携を図る中で、学級担任が指導計画等を作成し、それに基づいて実施することで給食の時間に行う食に関する指導の効果を一層上げることが期待できる。

(1) 献立を教材として行う指導

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、栄養バランスのとれた食事等を知らせたりする。他にも、季節や行事にちなんだ行事食や郷土食、地場産物を提供する等、食べる体験を通して食に関する知識を深めることができる。

ア 留意点

- (7) 幼児児童生徒の発達段階や実態に合わせて、献立や料理、食品についての情報を効果的に指導に活用する。
- (4) 献立一口メモのように、食に関する指導の情報をまとめたものを各学級に配付し、委員会活動として委員から伝えたり、学級の係活動にしたり、学級担任が伝えたりするほか、給食の時間の放送で知らせたり、掲示物にしたりして活用する。
- (5) 料理する前の食品を見せたり、生産者や生産している様子を写真や動画等で知らせたり、生産者等から直接話を聞いたりする。

イ 献立を活用した食に関する指導（例） ★

【献立】 ごはん、牛乳、めひかりのから揚げ、れんこんサラダ、冬野菜たっぷりみそ汁、みかんゼリー

【みかんゼリー】

・形が不揃いで廃棄されてしまうみかんを無駄にしないように、おいしいゼリーにしました。加工することで年間を通してみかんが味わえます。

【れんこん】

・れんこんは茎を食べる野菜です。土の中で育つ野菜で、寒い季節に収穫するため農家の人は大変です。
・愛知県の愛西市で採れたものです。
・穴があいているので見通しがきくといって縁起がよいとされ、おせち料理にも使われています。
・食物繊維が多く含まれ、腸の調子を整えてくれます。

【ごはん】

・愛知県でとれた「あいちのかおり」という米で、粒が大きいという特徴があります。
・愛知県で開発された米で、病気に強く農薬の使用を減らすように改良されました。愛知県で最も多く作られています。
・10月の始めから終わりにかけて収穫され、今日のごはんは今年とれた新米です。
・ごはんは、おもにエネルギーのもとになる食品で、炭水化物を多く含みます。



【めひかり】

・愛知県の三河湾で水揚げされた魚です。冬から春にかけてとれます。
・骨まで食べられるのでカルシウムがたくさんとれます。

【豆みそ】

・みそ汁に使われているみそは、大豆、こうじ、塩が材料の「豆みそ」です。豆みそは、東海地方（愛知県・岐阜県・三重県）で造られています。

(2) 教科等の学習内容と関連させて行う指導

給食の時間に行う食に関する指導と教科等での学習内容を関連させることで、給食の時間に行う指導の効果を高めることができる。

食べる体験を通して学ぶ「給食の時間」と「教科等で学習した内容」をつなげる。さらには、学習の内容を家庭に知らせ、家庭において実践し、その定着化を図ることが望まれる。



ア 小学校での指導（例） ★

学年	活用する献立	【めあて】〈三つの資質・能力〉○教師の支援	教科等での学習	家庭との連携
1	毎日の給食	【みんなで、じゅんびやあとかたづけをしよう】 〈思考力、判断力、表現力等〉 ○楽しい給食につなげるために、給食の準備から後片付けまでをみんなで協力して実践できるようにする。(授業→給食)	きゅうしよくとうばん (道徳)	食事の準備や後片付けを手伝う習慣を身に付ける。
2	夏野菜カレー	【夏野菜のよいところを知り、おいしくあじわう】 〈思考力、判断力、表現力等〉 ○栽培している夏野菜の栄養的特徴を振り返り、元気に生活するために食べてみようという行動につなげる。(授業→給食)	おいしい野菜をそだてたい (生活)	栽培した野菜を家庭に持ち帰り、調理して食べる。
3	豆腐、油揚げしょうゆ、みそ、きなこ等を使用した献立	【大豆からできる食品を見つける】 〈思考力、判断力、表現力等〉 ○今日の給食の中に、大豆からできている食品があるかを見つけ出し、毎日、口にしていてる食品の中にも大豆からできている物があることを確認できるようにする。(給食→授業)	すがたをかえる大豆 (国語)	家庭にある大豆製品を調べ、学習を振り返る。
4	毎日の給食	【栄養バランスのよい食事の仕方を確認する】 〈知識及び技能〉 ○よりよい成長と健康のための食事の在り方についての学習内容を、給食の献立を例に振り返ることができるようにする。(授業→給食)	よりよい成長のために (体育保健領域)	家庭の食生活を振り返り、栄養バランスを確認する。

学年	活用する献立	【めあて】〈三つの資質・能力〉○教師の支援	教科等での学習	家庭との連携
5	地場産物や外国産の食品を使っている献立	【身近な食料についての生産や流通を知る】 〈知識及び技能〉 ○給食に使われている食材の産地や生産の状況を知らせる。(給食→授業)	わたしたちの生活と食料生産(社会)	食品の産地を確認しながら買い物をする。
6	ごはん、魚(肉)、野菜の和え物等の献立	【栄養バランスのよい食事の形について考える】 〈思考力、判断力、表現力等〉 ○給食に使われている食べ物の組み合わせや栄養素、食事の形(主食・主菜・副菜・汁物)等に着眼し、一食分の献立の形をイメージできるようにする。(授業→給食)	献立を工夫して(家庭)	休みの日に家族と一緒に食事を作る。

(給食→授業)：給食の時間の指導を教科等の学習に生かす。

(授業→給食)：教科等での学習内容を給食の時間の指導で生かす。

イ 中学校での指導(例) ★

学年	活用する献立	【めあて】〈三つの資質・能力〉○教師の支援	教科等での学習	家庭との連携
1	毎日の給食	【望ましい栄養のとり方を確認する】 〈知識及び技能〉 ○給食を食べながら、栄養バランスのよい食事の組み合わせや成長期に必要な食事の量について確認できるようにする。(授業→給食)	中学生に必要な食事(技術・家庭 家庭分野)	家庭での食生活を振り返り、毎日規則正しく食事をとることができる。
2	レトルト防災食品や乾物等を使用した防災献立	【備蓄食品の重要性や種類について知る】 〈知識及び技能〉 ○防災給食を食べた後、自然災害による傷害の防止や災害の備えとして、普段の食生活に備蓄食品を取り入れることの大切さを理解できるようにする。(給食→授業)	傷害の防止(保健体育 保健分野)	家庭の備蓄品を確認し、災害に備える。
3	いわしの梅煮を使用した献立	【おいしく食べるための調理の工夫を見つける】 〈思考力、判断力、表現力等〉 ○酸とアルカリの中和の仕組みを調理に生かした料理を見つけるように促す。(授業→給食)	化学変化とイオン(理科)	他にもある酸やアルカリの特性をもつ食品を確認する。

ウ 特別支援学校での指導（例） ★

学年	活用する 献立	【めあて】〈三つの資質・能力〉○教師の支援	教科等での 学習	家庭との連携
	毎日の給食	【人間関係の形成やコミュニケーションの基礎を身に付ける】 ○給食の時間でのやりとりで、言葉や身振り、絵カード等を活用して、自分の気持ちを周囲に伝えることができるように促す。	コミュニケーション (自立活動)	家族とやりとりをしながら、楽しく食事をする。
小学部	野菜を使った献立	【栽培している野菜を見つけて食べる】 〈思考力、判断力、表現力等〉 ○自分たちが栽培している野菜を給食に使われている野菜から見つけて、同じものであると確認できるようにする。(授業→給食)	栽培活動: 自然に親しもう (生活)	収穫した野菜を持ち帰り、家庭で調理して食べる。
中学部	毎日の給食	【感謝の気持ちをもって食べる】 〈学びに向かう力、人間性等〉 ○給食ができるまでに多くの人に関わっていることを学習し、感謝して食べようとする行動につなげるようにする。(授業→給食)	いろいろな仕事 (社会)	食事を作ってくれた人に感謝し、準備や後片付け等の手伝いをしようとする。
高等部	毎日の給食	【食事の大切さを確認する】 〈知識及び技能〉 ○健康な生活を送り、病気を予防するためには、栄養バランスのよい食事を食べるのが大切であることを振り返れるようにする。(授業→給食)	健康な生活と病気の予防 (保健体育 保健分野)	食事の栄養バランスや毎日3回の食事を規則正しくとることを意識する。