

4 学級担任として必要な給食指導の基本事項 ★

(1) 学級担任の役割

食手引第二次 p220

ア 心構え

給食の時間に行う指導は、教育課程上の学級活動と関連付けて行うことのできる重要な学校教育活動である。年間を通じて行われる当番活動や、学校給食を教材として活用した食に関する指導により、児童生徒が望ましい食習慣を身に付けていけるよう計画的かつ効果的な指導を行うことが大切である。

- (ア) 衛生的な配膳や異物混入防止等、衛生管理に配慮した給食指導の充実を図る。
- (イ) 児童生徒が友達や学級担任等と和やかで楽しく食事をする時間であるため、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ら食事ができるよう、日頃から児童生徒が安心して食べられる食事環境づくりに心がける。
- (ウ) 食物アレルギーを有する児童生徒への誤配食等が起こらないよう、マニュアル等に沿って適切に対応する。
- (エ) 児童生徒と一緒に活動し、食事をする。
- (オ) 児童生徒の当番活動が円滑にかつ主体的に行われるよう配慮する。
- (カ) 学級担任自ら正しい食事のマナーを心がけて児童生徒に接する。
- (キ) 個に応じた指導を行い、児童生徒の健康管理に努める。
- (ク) 自然の恵みや勤労に感謝する心を育てる。
- (ケ) 食べ残しを減らすことやごみを正しく分別する等環境に配慮する。
- (コ) 給食を生きた教材として活用するように努める。
- (サ) 食物アレルギーの発症、窒息事故等にいち早く気付けるよう児童生徒の様子を観察する。

イ 教職員間の連携

学級担任による指導計画に基づいて、栄養教諭等の専門性を生かした関わりは重要である。養護教諭や栄養教諭等が、連携・協力して指導にあたることで、より一層効果を上げることができる。

(2) 具体的な指導内容

ア 給食当番

- (ア) 健康状態（下痢、嘔吐、服装等）を給食当番等の健康記録票に基づき確認するとともに、体調が悪い場合は交代させる。
- (イ) 身支度の前にトイレを済ませるようにする。
- (ウ) 洗濯された清潔な白衣（エプロン）を使用し、白衣（エプロン）を床に置いて着替えたり、たたんだりしないよう注意する。
- (エ) 髪の毛は帽子（三角巾）の中にきちんと入れ、髪の毛が混入しないよう注意する。

帽子から髪の毛が出ないようにする

手をきれいに洗う

爪は短く切る

清潔な白衣を身に付ける

白衣は床に置かない



- (オ) マスクは鼻と口をきちんとおおい、飛沫が飛ばないように注意する。
- (カ) 爪は事前に短く切り、衛生的に準備できるようにする。
- (キ) ハンカチは2枚用意させ、清潔なハンカチでふくようにする。
- (ク) 配膳台や机は、専用の布きんやバケツを用意し、使用前、使用後にきれいにふくようにする。
- (ケ) 給食が入っている容器（食器かご、食缶、バット等）は、床に直接置かせず、配膳台や机に置くようにする。
- (コ) 給食当番が気を付けることが分かるように、掲示したり、発達段階に合わせて指導する時間を作ったりする。

イ 給食当番以外の幼児児童生徒

- (ア) グループづくり、清潔な台ふきでの机ふき、窓を開けての換気といった役割を分担する等、給食の時間のルールをつくり、みんなでルールを守ることができるようにする。
- (イ) 教室内のほこりが食品に混入することを防ぐため、配膳前及び配膳中は、静かに着席して待つよう声をかける。
- (ウ) 教室内の不要物は処分し、画鋲や釘等の金属製品は適切に収納する。
- (エ) 手洗いの前にトイレに行くよう声をかける。
- (オ) 正しい手洗いができるようにする。

- ①水でぬらす ②石けん液をつけて ③手のひらを洗う ④手のこうを洗う ⑤指の間を洗う
泡立てる



- ⑥指先を洗う



- ⑦手首を洗う



- ⑧水で洗い流す



- ⑨清潔なハンカチでふく



- (カ) 役割が終わったら、席に座って静かに待つよう声をかける。
- (キ) 自分の机の食器を正しい位置に置くように声をかける。

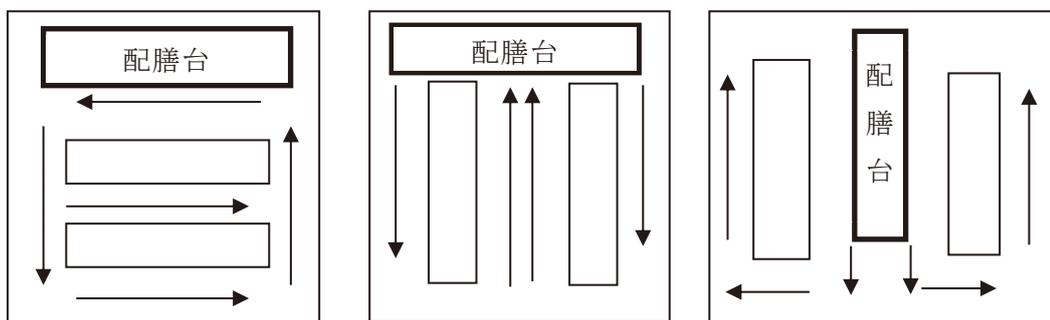
ウ 手際よい準備

- (ア) 手洗いは、給食当番の児童生徒を優先する。
- (イ) 給食当番の役割は、必ず事前に決めておき、発達段階に合わせて役割の内容が具体的に分かるようにしておく。
- (ウ) 小学校低学年では、給食当番の身支度の順序や、身支度に必要なものイラストや写真を使う等分かるようにしておく。
- (エ) 準備の目標時間を、発達段階に合わせて時計やタイマー等を使って示す。
- (オ) 給食の前の授業が特別教室からの移動、実験実習で後片付けや着替えが必要等、準備の時間が短くなりそうな場合は、次のような工夫により、給食の時間の確保に努める。

【例】

- ・ 給食当番の児童生徒を先に教室に帰し、授業の片付けを当番以外の児童生徒で行う等留意する。
 - ・ 教室を移動する前に、戻ったら給食の準備が出来るように配膳台等を用意しておくようにする。
- (カ) 食べる時間を十分に確保するために、準備の仕方等を見直す。
- (キ) 配膳台の使い方
- a 手際よく配膳するために、配膳台の使い方を工夫する。
 - b 配膳台の上に、食器、食缶類を置く場所を決めておき、順序よく置く。
 - c 配膳したものを各人が取りに来る方法と、個々のテーブルに配る方法があるが、どちらの場合も教室内での動線を考え、一方通行とする等ルートを決めておく。

<配膳台の使い方の例>



エ 適切な配膳の仕方

- (ア) 一人分の目安量を学級担任が示し、それを見ながら給食当番が配膳できるようにする。
- (イ) 一人分の量を考えて、盛り残しがなくおいしそうに配膳できるようにする。
- (ウ) しゃもじの裏表を意識し、しゃもじや玉じゃくしを正しく持って配膳できるようにする。
- (エ) 食器は手で正しく持って、きれいに配膳できるようにする。
- (オ) 食物アレルギーによる配慮が必要な場合は、配膳のルールを明確にし、間違いのないようにする。
- (カ) 原則、給食はその学級に必要な量が届けられている。休んだ人がいる等、おかわりがある場合の対応についてはルールを決めておく。
- (キ) 体格や運動量等により、個々に必要な栄養量に違いがある場合は主食で調整する。
- (ク) 個々の体格や嗜好、特性等を考慮して、食べる量を養護教諭や栄養教諭等と連携して調整する。

盛り残しがないように
食器を手で持って丁寧に



汁物は底をかきまぜながら



一人分の量を把握し盛り付ける



(3) 食事環境の工夫

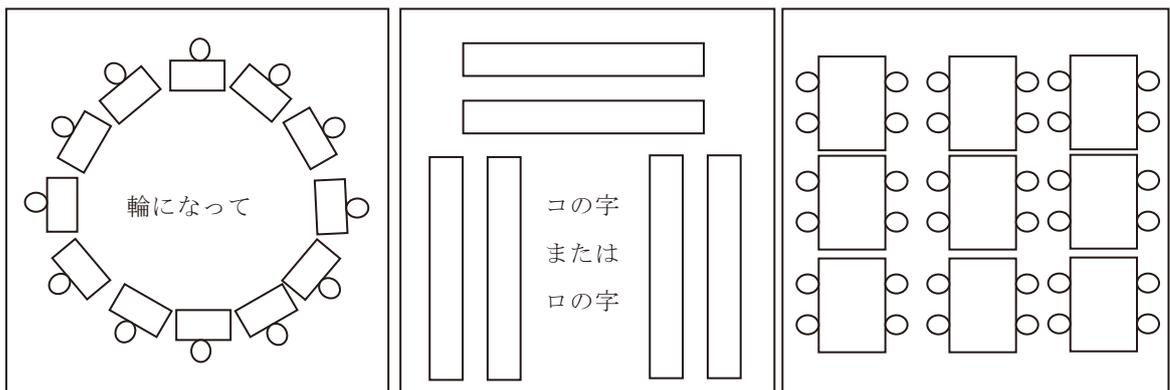
ア 教室環境

- (ア) 教室を学習の場から、楽しい会食の場にするために、食事環境づくりをする。
- (イ) 机の上の学習用具を片付け、食事にふさわしい環境を整える。
- (ウ) 教室の備品や授業で使用した教材を整理整頓する。
- (エ) トレーがない場合は、個人用のナフキンを清潔に保つようにする。
- (オ) チョークを使用する黒板の場合、4時間目の板書は消さないようにする。
- (カ) 黒板カーテンやテーブルクロスの使用、花を飾る等、明るく清潔な雰囲気づくりに配慮する。

イ 会食の隊形

- (ア) 食卓づくりは人間関係づくりにつながるため、児童生徒の主体性を大切にしながら、学級担任が配慮する。
- (イ) 学級会等を活用して、それぞれ楽しいグループづくりができるようにする。
- (ウ) どのグループにも入れず、一人で食事をする児童生徒がいないように配慮する。
- (エ) 感染症が流行している時は、向かい合わせにせず、前向きで食べるようにする。

<グループの例>



(4) 会食中の指導

ア 雰囲気づくり

- (ア) コミュニケーションのとり方
 - a 誰とでも仲良く楽しい雰囲気で食べることができるようにする。
 - b グループ編成を工夫して、いろいろな友達と会食できるようにする。
 - c 友達の話を楽しんで聞くようにする。
 - d 児童生徒自身で楽しく過ごすことを考えられるようにする。
- (イ) 給食の時間が楽しみになる工夫
 - a なぞなぞやクイズ、簡単なゲーム、読み聞かせ、誕生日の児童生徒へお祝い等をする。
 - b その日の献立から簡単に行うことができる栄養バランスや食べ物のお話等の「ひとこと指導」をする。
- (ウ) グループ内での会話の留意点
 - a 他の人に迷惑をかけないように声の大きさに気を付けて話すようにする。
 - b 誰とでも仲良く話せるようにする。
 - c 感じのよい言葉遣いができるようにする。

- d 特定の友達とだけ内緒話のような話をしないようにする。
- e 楽しい話題で話し合い、人が嫌がる話をしないようにする。

<会話の内容と約束の例>

会話の内容	会話時の約束
<ul style="list-style-type: none"> ・スポーツのこと ・何をして遊ぶか ・友だちとのこと ・家でのできごと ・夢中になること 	<ul style="list-style-type: none"> ・自分たちのグループに聞こえる程度の声で話す。 ・口の中に食べ物が入っているときは、聞き手になる。 ・人の話をきちんと聞く。 ・時間内に食べ終わるように気を付けて話す。 ・人の悪口や食事を批判する話題はしない。



イ 食事のマナー

(7) 食べ方の指導

- a 主食とおかずを交互に食べると、どの料理も同じように食べることができて、バランスよく食べられることを伝える。
- b 早食いや大食い競争等はさせない。
- c 食べ物をよくかんで味わって食べるようにする。
- d 窒息事故が起きないように、丸くてつるつとした食材は、特によくかんで食べるように声をかける。
- e 口に食べ物が入ったまま、立ち歩かないよう声をかける。
- f 果物やデザートは最後に食べるよう声をかける。
- g よい姿勢で食器を正しく持って食べる等の食事のマナーが身に付くようにする。
- h 食べ終わったとき、食器の中にご飯粒やおかずが残っていないようきれいにして返却できるようにする。
- i 極端な少食、過食、偏食や食事の仕方が急に変わった場合等、必要に応じて保護者と相談をする。
- j 決められた時間で食べられるよう、食べ始めの10分間または給食の時間終了前の5分間、食べることに集中できる時間を作る等の工夫をする。



(イ) 食べ物への感謝

- a 「いただきます」「ごちそうさまでした」という食事のあいさつの意味を知らせ、心をこめてあいさつできるようにする。

- b 食べ物を大切にすることを育て、感謝の気持ちをもって食事をするようにする。
- c 食べ物に対して「まずい」「気持ち悪い」等、批判的なことを言わないようにする。
- d 調理員等、身近なところで働いている人の姿や思いを知り、感謝の気持ちをもって残さず食べようとする心を育てる。
- e 給食に使われている地域の産物や、郷土料理、行事食を知らせ、自然の恵みに感謝したり、食文化を考えたりすることで、地域のよさや食べ物の大切さに気付けるようにする。
- f 世界で飢餓に苦しむ人々や、食べ物が十分になかった昔の日本に目を向けさせることで、食べ物を大切にしようとする気持ちを育てる。

(ウ) バランスのよい食べ方

栄養教諭等と連携し、栄養のバランスのとれた食事の大切さが分かるようにする。

(I) 正しい姿勢

- a 椅子に正しく座り、背筋を伸ばして食べることができるようにする。
- b 食器を正しい位置に置くことができるようにする。(ご飯は左、汁物は右)
- c ひじをついたり、足を組んだり、後ろを向いたりしないで食べることができるようにする。

(オ) 迷惑になる行動

- a 食べている途中で立ち歩かないように声をかける。
- b 食べ物を口に入れたままで話をしないように声をかける。
- c 食器をガチャガチャと音を立てたり、大きな音を立てて汁を飲んだりしないように声をかける。
- d ストローを使って飲むときは音を立てないように声をかける。
- e こぼさないできれいに食べることができるようにする。
- f くしゃみやせきは、ハンカチで口をおおい飛沫が飛ばないようにする。
- g 麺が入っていた袋やおかずが包まれていたアルミホイル等のごみは、できるだけ小さくまとめておくとよいことを伝える。
- h 食べ終わったら静かに座って待つようにする。

(カ) 正しいはしの使い方

<p>①上のはしは、正しい鉛筆の持ち方で持つ。</p> 	<p>②上のはしを「1の字」を書くように、縦に動かす。</p> 	<p>③下のはしは、もとの方を親指のつけ根にはさみ、先の方は薬指の爪の下の横腹で固定する。</p> 	<p>④下のはしは動かさず、上のはしだけを動かすように練習する。</p> 
---	---	--	--

<きらいばしの例>

- a 迷いばし どれを取ろうか迷う。
- b なみだばし 汁を垂らしながらはしを動かす。
- c 刺しばし はしで食べ物を突き刺す。
- d 持ちばし はしを持ったまま食器を同じ手で持つ。
- e 寄せばし はしで食器を引き寄せる。
- f ねぶりばし はしをなめる。
- g さぐりばし ぐるぐるかき混ぜて中身を探る。

(5) 個に応じた指導の留意点

ア 食物アレルギー

食手引第二次 p234~238

- (ア) 学級では、食物アレルギーを有する児童生徒への配慮等を含む食物アレルギーについて基本的な理解を促す指導を行う。
- (イ) 誤食事故が起きないように決められた確認方法で、献立内容や除去食等の確認を確実に行う。
- (ウ) 食物アレルギーを有する幼児児童生徒が誤食したときや食物アレルギー症状と思われる症状が現れたときの緊急時の対応について、教職員間で共通理解のもとに、具体的かつ確実に対応できる体制を整えておく。
- (エ) 学級担任が不在になる場合でも、対応ができるように校内体制を整え、引き継ぎを確実にを行う。

イ 偏食

- (ア) 指導に当たっては、食物アレルギー調査等の結果を十分に踏まえて、偏食を的確に把握する。
- (イ) 一人一人の幼児児童生徒の喫食状況を観察し、偏食の原因を把握していくことが大切である。
- (ウ) 給食の時間に腹痛等を訴えるような幼児児童生徒には、配慮が必要となる。
- (エ) 嫌いなものは少し盛り付け、食べられたという達成感をもてるようにする。そして、その努力を褒めて意欲を高める。
- (オ) よく食べる子と同席させたり、仲良しグループで楽しく会食させたりする等工夫する。
- (カ) 偏食は日常の食生活と深い関係があるので、家庭と連携を図る。

ウ 肥満傾向

- (ア) よくかんで食べ、早食いしないようにする。
- (イ) 好き嫌いしないでバランスよく食べるようにする。
- (ウ) 一人分の給食をバランスよく食べる、特に体をつくるたんぱく質や野菜類を適量とるようにする。
- (エ) 主食や揚げ物等を食べ過ぎないように注意する。

エ やせ傾向

- (ア) 思春期には、やせ願望から食事の量を減らす、食べない等の傾向を示す児童生徒が見られる。やせたい願望による少食の児童生徒に対しては、無理に減食した場合の弊害について理解させるとともに、家庭とも十分に連携を図る。

- (イ) よくかんで食べるようにする。
- (ウ) 好き嫌いしないでバランスよく食べるようにする。
- (エ) 適量をバランスよく食べるようにする。特に体をつくるたんぱく質が不足しないことが重要なことを知らせる。

オ スポーツ

- (ア) エネルギー不足にならないよう、活動量に見合った食事の量になるようにする。特に、エネルギーのもとになる主食は多めに食べ、バランスよくなるべく残さず食べるようにする。
- (イ) 体をつくるたんぱく質が不足しないよう注意する。
- (ウ) 牛乳やおかずをなるべく残さず食べ、ビタミンや無機質が不足しないよう注意する。

カ 教育活動において特別な配慮や支援を必要とする幼児児童生徒

- (ア) 嗅覚や味覚、視覚、食感の感性のために、特定の食材が食べにくかったり、特定の場所や状況で食べたりすることが難しい場合がある。感覚過敏で食べられるものが限られる場合には、無理に食べさせず、好きな感覚や受けられる感覚を把握して、そこから食べられるものを増やしていくようにする。
- (イ) こだわりが強い場合は、何にこだわりがあるのか、何が苦手なのかを理解して対応する必要がある。食べられなくても大丈夫という安心感を与えることを優先した上で、食べられる物を完食させたり、少しずつ食べられる物を増やしたりする等、個の実態に配慮した対応や支援をすることにより、食べられるものを広げていくようにする。
- (ウ) 経験のないものが受け入れられない等、不安が大きい場合は、何が入っているか説明したり見せたりして、不安を取り除き、安心して食べられるようにする。