

# 食育のすすめ

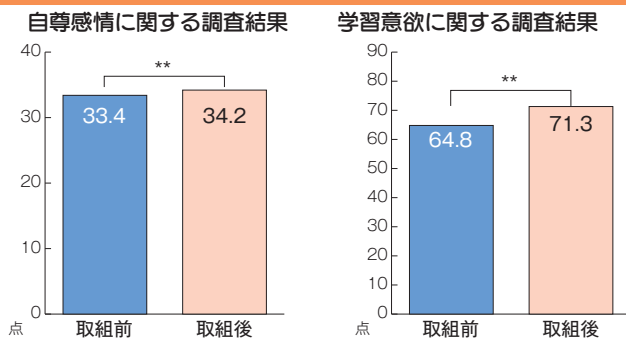
～食育を推進するために～

## 食育をとおして

- 食に関する知識・理解が深まります
- 感謝の心や郷土愛が醸成されます
- 社会性が向上します
- 望ましい食習慣の定着につながります
- 自尊感情が高まります
- 学ぶ意欲が高まります

生きる力を  
育成しましょう

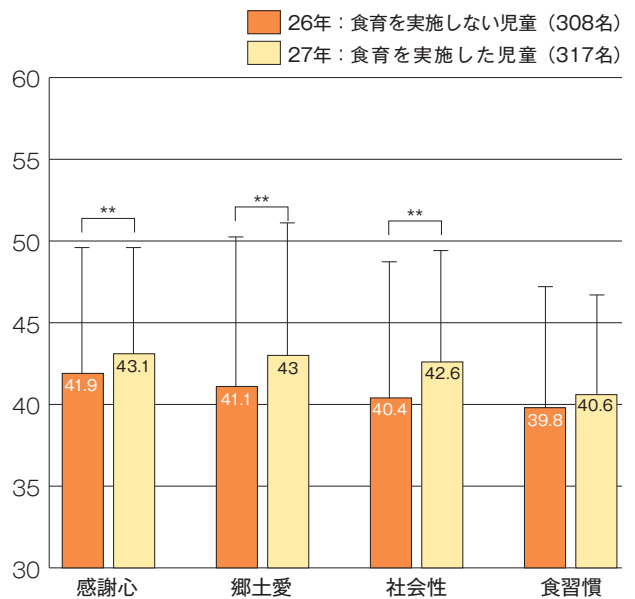
### 食育実施前後の自尊感情と学習意欲の比較



- ・ 調査対象児童数：240名(平成28年度小学3年生～6年生)
- ・ 自己評価・自己受容、関係の中での自己、自己主張・自己決定得点：88点満点
- ・ 内発的意欲・達成意欲得点：40点満点
- ・ 独立したサンプルのt検定 \* $p < .05$ 、\*\* $p < .01$
- ・ 自己評価・自己受容は自尊感情の高まりをみる尺度
- ・ 内発的意欲・達成意欲は学習意欲の高まりをみる尺度

食育を実施した前後では、実施後の自尊感情や学習意欲の得点が有意の差をもって高くなることがわかりました。

### 食育の実施の有無による4観点の比較



#### 食に関するアンケート・全学年

- ・ 調査対象児童：小学3年生～6年生
- ・ 各項目 50点満点
- ・ 独立したサンプルのt検定 \* $p < .05$ 、\*\* $p < .01$

食育を実施した児童の方が、しない児童よりも感謝の心、郷土愛、社会性の得点が有意の差をもって高いことがわかりました。

本市上新城小と飯島南小における食育の取組によって、食育は子どもたちに食への感謝の心や郷土愛、社会性、自尊感情、自己肯定感をはぐくみ、学ぶ意欲を高めることが明らかとなっています。

本リーフレットを活用し、各教科等のつながりを意識した食育に取り組みましょう。

※上新城小学校および飯島南小学校は、平成27年度文部科学省スーパー食育スクール、平成28年度秋田市課題研究推進校として食育の研究に取り組みました。

# 食育とは？

食育は、生きる上での基本であって、知育、徳育・体育の基礎となるものであり、様々な経験を通じて「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できる人間に育てることで。

(「第2次秋田市食育推進計画」から)



食育は、国民一人一人が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性をはぐくむことを目的に行うものです。子どもから成人、高齢者に至るまで、生涯を通じた取組を推進することが求められています。

# 食育推進のポイントは？

## ポイント.1 全体計画の作成

各教科等のつながりが明らかになり、全校体制で意図的、計画的な指導が可能になります。

### ◇全体計画のチェックポイント

※全教職員が共通理解を図る資料となります。

児童の実態 保護者の願い 地域の実態	学校教育目標	<input type="checkbox"/> 学校教育目標を踏まえた食に関する指導の目標になっていますか
	食に関する指導目標 (評価の観点)	
幼稚園・保育所	各学年の発達段階に応じた食に関する指導目標	<input type="checkbox"/> 隣接する学校(園・所)との連携について示されていますか
	第1学年 第2学年 第3学年 第4学年	
給食の時間 ・目標及び指導内容	学年 4月 → 3日	<input type="checkbox"/> 学年の目標および評価の観点の設定されていますか
	1年	
	2年	
	3年	
	4年	
	5年	
特別活動	学級活動	<input type="checkbox"/> 「給食の時間」の年間指導計画が示されていますか
	学校行事	
	児童会活動	
	クラブ	
教科等における指導内容等	学年 社会 理科 生活 家庭 体育 他	<input type="checkbox"/> 各教科等における食に関する指導内容や題材名等が整理されていますか
	1年	
	2年	
	3年	
	4年	
	5年	
保護者・地域(人材、施設、団体等)との連携		<input type="checkbox"/> 個別的な相談指導のあり方が示されていますか
食生活についての個別相談指導の考え方		

# 学校における食育

- 給食の時間をはじめ関連教科等における食に関する指導を体系付け、学校教育活動全体を通じて総合的に推進する。
- 継続性に配慮し意図的に学校給食を教材として活用する。
- 家庭や地域との連携を図る。

(「食に関する指導の手引-第一次改訂版」(文部科学省)から一部抜粋)

## ポイント.2 各教科等意識した

食は、誰にとっても身近で、学習していることを実感しやすいという特長

### ◇校内推進体制の整備

・全体計画の下、組織的に食育を推進し

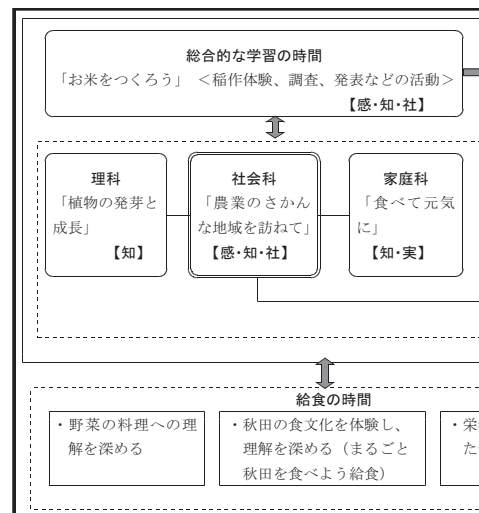
### ◇各教科等の特質や目標を踏まえた

・単元・題材の目標と食育の視点や身に着けたい力との関連を明らかにし指導することが大切です。

### ◇児童生徒の食生活の状況や実態の

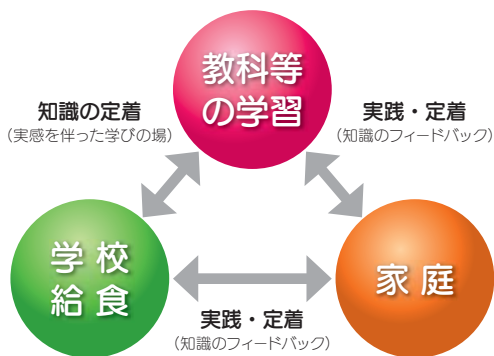
・食生活や心身の健康課題解決に資する指導が求められます。

※「食育モデルプラン」を参考に、各校の実情により効果的な活動となるよう工夫します。



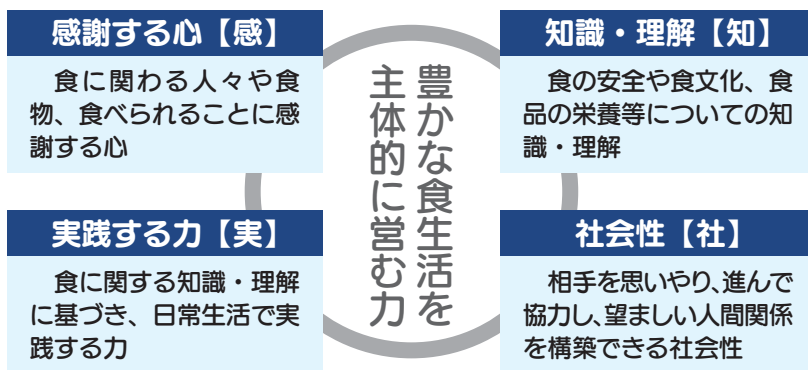
上図：食育モデルプラン(「学校における食育の手引き」から抜粋)

# 学校における食育とは？



上図：学校における食育イメージ図

## 身に付けさせたい力



## 等をつながりをつなぐ指導

習った内容が日常生活と結び付いて長をもっているテーマです。

ます。指導に付けさせること



の把握のような

に応じて

「学校における食育推進の手引」に学年ごとのモデルプランが載っています。上の写真は、総合的な学習の時間に自分たちが収穫した米やさつまいもを使った商品の販売について発表している様子です。



養バランスのとれた食事を体験する

引（秋田市教育

## ポイント.3 学校給食の活用

学校給食は全ての児童生徒が同じ食事を共に食べるという共通性や実践性などの特長をもっています。

### 給食の時間の特質を踏まえた指導

#### 「食事をする」活動

・当番活動などとおして、責任感や連帯感をはぐくみ、会食とおして食に携わる人々への感謝の心を醸成します。

#### 「繰り返し」指導

・毎日の給食とおして、正しい食事のマナーの習得や望ましい食習慣の定着を図ります。

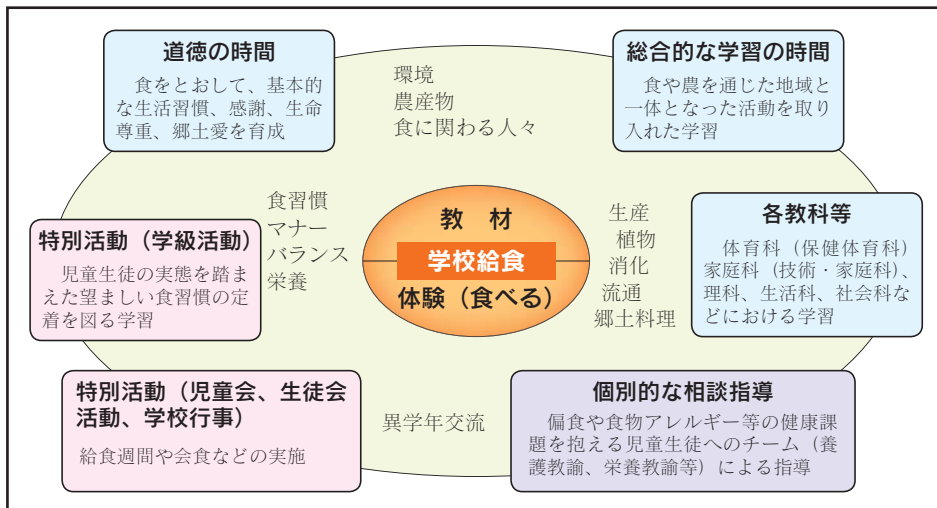


上写真：給食委員が学級を訪問しクイズをしている様子

### 「生きた教材」として活用

・栄養バランスのよい食事として取り上げたり、好き嫌いしないで食べる実践の場として活用したりします。

下 図：学校給食と各教科等との関わりイメージ図





## ポイント.4 専門的な知識を有する教職員との連携

栄養教諭（学校栄養職員）や養護教諭と連携することにより、子ども一人一人に応じたきめ細やかな指導や学習したことを日常の生活で実践しようとする態度を培う指導を行うことができます。

### ◇TT（チームティーチング）指導

・栄養教諭等が授業に参画することで学校給食を教材としたり、工夫した教材を提示したりすることが可能になり、児童生徒の興味・関心を高めるとともに、個に応じた指導を行うことができます。

※全体計画や年間指導計画の中にTT指導の単元を明記するなどして計画的な指導となるようにします。

### ◇個別的な相談指導

#### 【想定される課題】

- ・肥満傾向
  - ・食物アレルギー
  - ・スポーツ栄養
  - ・偏食
- など

※保護者と共に考えることを大切に、チーム（栄養教諭等、養護教諭、学級担任、学校医など）で取り組むことが大切です。

### ◇食育ネットワークの活用

・栄養教諭等の未配置校では、「食育ネットワーク」を活用し栄養教諭等による指導を受けることができます。

◎食育ネットワーク：全小中学校において、栄養教諭等による食育や学校給食の運営等に関する助言が受けられるよう、栄養教諭等が所属している学校を中心に近隣校同士を結んだ連絡体制。

※ネットワークの活用にあたっては、年度当初に打合せを実施するなどにより、計画的、継続的な取組となるように努めます。

## ポイント.5 家庭・地域との連携

家庭と連携するとともに、地域の教育力を活用することで、地域の人々の食に関する関心が高まり、家庭の食生活の向上が図られ、児童生徒の実践する力の育成につながります。

### ◇学校と家庭が双方向となる活動の工夫

・給食だよりや保健だより、学級通信などを活用し、学校での学習内容の情報提供にとどまらず、保護者の感想や家庭での実践等を紹介することにより、学校と家庭の双方向で取組の充実を図ることができます。

・栄養教諭等を講師とした親子料理教室や学校保健委員会での講話など、学校と保護者の共催行事を実施することにより、健康課題の共有化を図ることができます。



上写真：  
栄養教諭が講師になった  
「親子料理教室」の様子

### ◇地域の教育力の活用

・農業関係者やJA、大学など地域の食に携わっている方々から協力を得ることで、ダイナミックな活動を行うことが可能になります。

※地域の方々と連携することで、学校の取組が地域ぐるみの取組となり、社会全体で子どもを育成する気運が高まり、望ましい食習慣の定着につながります。

## 食育に活用できる資料

- 「食に関する指導の手引－第一次改訂版－」  
(平成 22 年 3 月文部科学省)
- 小学生用食育教材  
「たのしい食事つながる食育」(文部科学省)
- 食生活学習教材(中学生用)(文部科学省)
- 「『食』で育てる秋田っ子」  
(平成 21 年 3 月秋田県教育委員会)
- 「学校における食育の手引」  
(平成 29 年 3 月秋田市教育委員会)
- 「平成27年度 スーパー食育スクール事業実施報告書」  
(平成 28 年 2 月上新城小学校、飯島南小学校)
- 副読本「わたしたちの健康  
(小学校低・中・高学年用)」(秋田市教育委員会)

