

○栄養教諭による食に関する指導
実践事例

◆小学校

- ① 1年 学級活動 「はらぺこあおむしのようにおおきくなろう」
- ② 1年 学級活動 「やさいづくりめいじんのはなしをきこう」
- ③ 3年 学級活動 「きゅう食から“いかわ”を知ろう」
- ④ 4年 給食時間 「給食から食べ物の3つの働きについて知ろう」
- ⑤ 4年 学級活動 「みんなが気持ちよく食事をするためのマナー」
- ⑥ 5年 学級活動 「地産地消のよさを知ろう」
- ⑦ 5年 給食時間 「塩のはたらきを知ろう」
- ⑧ 5年 家庭 「元気な毎日と食べ物」
- ⑨ 6年 家庭 「ランチプランを考えよう～栄養満点スペシャル弁当を作ろう～」
- ⑩ 集会活動 「残さず食べよう給食」

◆中学校

- ⑪ 1年 学級活動 「砂糖と健康について考えよう」
- ⑫ 3年 道徳 「感謝の気持ち」

① 小学校1年学級活動 活動名:「はらぺこあおむしのおおきくろう」

指導者 T1: 学級担任 T2: 栄養教諭

□学校名 秋田市立川尻小学校

□所在地 〒010-0945 秋田市川尻みよし町8-31

□連絡先 TEL018-824-2374 FAX018-865-4667

栄養教諭 丸谷 斉子

E-mail: kws-es4@edu.city.akita.ja

野菜への興味関心を深める手立てとしての外国語活動と絵本「はらぺこあおむし」を組み合わせた活動をとおして、健康に成長するためには食事が大切であることに気付かせ、苦手な野菜を食べようとする態度を育成する。

1 本時のねらい

成長するための食事の重要性を知り、残さず食べようとする。

2 本時の学習活動

	学習活動の流れ	教師の支援
導 入	1 英語版の絵本の読み聞かせを「聞いたことのある・知っている」言葉を探しながら聞く。 ・食べ物何を何と言っているか。 ・食べ物以外でも知っている言葉があるか。	○「はらぺこあおむし英語版」の読み聞かせをする。 ストーリーが理解できなくても、言葉を探しながら聞くことで英語に対する興味関心が深まるようにする。
展 開	2 絵本に出てきた食べ物の名前を確認し、発音してみる。 3 野菜の名前クイズをする。	●絵本を振り返りながら食べ物の発音を確認する。 ●給食に使われている野菜の実物を見せながら、英語名クイズをする。テンポ良く繰り返し発音させる。
	4 日本語による絵本の読み聞かせを聞き、ストーリーを確認する。	○「はらぺこあおむし日本語版」の読み聞かせをする。

	<p>5 グループになり「あおむし」がなぜおなかをこわしたか話し合い発表する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・食べすぎたのかな。 ・好きな物ばかり食べたのかな ・食べ過ぎておなかをこわした体験がある <p>6 「はらぺこあおむし」がなぜ蝶になれたのかグループで話し合い発表する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・おなかがなごったからかな。 ・葉っぱを食べていたからかな ・よく眠ったからかな。 <p>7 絵本を振り返りながら、バランスの良い食事の話を聞く。</p>	<p>○あおむしがおなかをこわした原因が食べ物にあることを取り上げ、体験を発表させる。</p> <p>○おなかをこわした後、葉っぱを食べていた場面を振り返らせ確認する。</p> <p>●あおむし＝自分、葉っぱ＝野菜、蝶への羽化＝成長と置き換えて考えられるように絵本を振り返り、給食を例に説明する。給食の献立に込めた思いを話す。</p>
<p>終末</p>	<p>8 学習を振り返り、これからがんばりたいことを発表する。</p>	<p>●野菜の実物を示し、具体的な目標が持てるようにする。</p>

(○学級担任の支援 ●栄養教諭の支援)

3 事後指導

- ・毎日の給食の献立に、野菜のおかずがあることに気づくことができるようにする。
- ・残さず食べようとする意欲が高まるように、給食準備時間に「はらぺこあおむしの歌」を流す。

<ul style="list-style-type: none"> ・子どもの実態 ・保護者や地域の実態 	学校教育目標 自ら考え、行動する子どもの育成	学習指導要領 食育基本法 食育推進基本計画
---	----------------------------------	-----------------------------

食に関する指導の目標
1 食事の重要性、食事の喜び、楽しさを知る。 2 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取り方を理解し、自ら管理していく能力を身に付ける。 3 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。 4 食生活を大切にし、食物の生産等にかかわる人々へ感謝する心を育む。 5 食生活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。 6 各地域の産物、食文化や食にかかわる歴史等を理解し、尊重する心を持つ。

発達に応じた食に関する指導の到達目標	
下学年	上学年
<ul style="list-style-type: none"> ○ 食べ物に興味関心をもち、食品の名前を知る。 ○ みんなと楽しく食べることができる。 ○ 好き嫌いをなく食べることができる。 ○ 衛生的に給食の準備や後片付けができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 生産者や自然の恵みに感謝して食べることができる。 ○ 食事を通して豊かな心と好ましい人間関係を育むことができる。 ○ 日常の食事に関心をもち、バランスのとれた食事の大切さに気付く。 ○ 食文化や食品の生産・流通・消費について理解する。

給食指導目標及び指導内容		
月	指導目標	指導内容
4	給食のきまりを覚えよう	・手洗いの習慣を付ける。・給食準備の手順を覚える。・後片付けの仕方を覚える。
5	助け合って準備しよう	・給食の準備ができるのを静かに待つ。・協力して準備する。・正しい食器の返し方を覚える。
6	食事にふさわしい環境を整えよう	・身なりを整える。・配膳台、机、手指の清潔に気を付ける。・正しい手洗いをする。
7	好き嫌いをなくそう	・嫌いな食品でも少しずつ食べられるようにする。・栄養のバランスと健康について知る。
8・9	上手に食べよう	・適当な速さで交互に食べる。・よくかんで食べる。食後は静かに休む。
10	食事のマナーを守ろう	・正しい箸の使い方。・あいさつをしっかりする。・食事中の約束を守る。・正しい姿勢で食べる。
11・12	食品の働きについて考えよう	・食品の働きを理解する。・好き嫌いをなくすように努力する。・栄養のバランスや食べる量などの正しい知識を身に付ける。
1・2	仲良く楽しく食べよう	・食事にふさわしい場づくりをする。・楽しい会話で食事をする。会食の工夫をする。
3	感謝して食べよう	・食事にかかわる人々について知る。・食べ物を粗末にしない。食に対する感謝の心をもつ。

教科等との関連					
1年	2年	3年	4年	5年	6年
<ul style="list-style-type: none"> ・はじめての給食(学活) ・何でも食べて元気な体(学活) 	<ul style="list-style-type: none"> ・おいしい野菜を育てよう(生活) ・やさいのひみつ(学活) ・調理員さんありがとう(学活) 	<ul style="list-style-type: none"> ・健康な体で過ごそう(学活) ・調べよう 物をつくる仕事(社会) ・大豆のへんしん(学活) ・すがたをかえる大豆(国語) 	<ul style="list-style-type: none"> ・発育するからだ(保健) ・朝ごはんは目覚まし時計(学活) ・自分たちの食生活を見直そうⅠ・Ⅱ(学活) 	<ul style="list-style-type: none"> ・農業のさかんな地域をたずねて(社会) ・健康な体について考えよう(学活) ・これからの食料生産(社会) ・秋田まるかじり(学活) ・給食に感謝しよう(学活) ・元気な毎日と食べ物(家庭) 	<ul style="list-style-type: none"> ・工夫しよう楽しい食事「朝食を考えよう」「バランスのよい献立を考えよう」(家庭) ・給食に感謝しよう

委員会活動との関連
<ul style="list-style-type: none"> ・栄養黒板掲示 ・昼の放送での献立紹介と一口メモの紹介(栄養素の働き、食品の区分け、献立名の由来、行事食、郷土食、食べ方等)

家庭・地域との連携	<ul style="list-style-type: none"> ・学校を中心としてどのような子どもを育てたいのか、そのために保護者・地域とどのような連携の取組を計画しているのかを発信する。(校報「杜のかがやき」、給食献立予定表、給食だより、保健だより) ・学校給食試食会 ・学校保健委員会 ・給食週間
個別相談	<ul style="list-style-type: none"> ・食物アレルギーの実態に応じて除去食や代替食に対応し、担任・養護教諭の協力を得ながら児童・家庭への指導にあたる。 ・貧血、肥りすぎ、やせすぎ傾向及び朝食欠食児童へ、実態に応じて個別指導にあたる。 ・給食時間巡回して行儀よく食事ができるよう、箸の持ち方、食器の持ち方、食べ方、座り方などの指導にあたる。
地場産物活用の方針	<ul style="list-style-type: none"> ・地場産の食材を学校給食に取り入れ、地域の食材や自然を理解し、ふるさとの認識を深められるようにする。 ・「まるごと秋田を食べよう」月間で食材の品質・安全性について自ら判断する力を養うとともに、食材を大切に食の生産等にかかわる人々へ感謝する心を育てる。

平成24年度 食に関する指導・年間指導計画

学校名 (秋田市立川尻小学校)

学年	月日	教科等	単元題材	教科等におけるねらい	食生活カリキュラム 指導内容	給食時間 (知識定着)	
						献立	指導
小1	4月	学活	はじめての給食	食事のマナーを知る。仲良く協力して当番活動をする。	『学校給食が始まるよ』	パン給食・ごはん給食 知っている献立名	・準備、盛りつけ ・食器の配膳 (図) ・後片づけ
	1月	学活	何でも食べて元気な体	朝食は1日を元気に過ごすための食事であることを知る。	『食べてこようね朝ごはん』	朝食の実態調査	・朝食抜きの弊害 ・朝食が体によい理由 ・朝食を食べる習慣化 ・家庭との連携
小2	5月	生活	おいしい野菜を育てよう	野菜を育てる楽しさを知り、収穫の喜びを自分なりに表現する。	『サラダパーティーをしよう』 ～やさいのへんしん～	献立に含まれる野菜探し	・丹精して育てた作物の収穫の喜び ・好き嫌いなく食べよう
	12月	学活	やさいのひみつ	野菜の名前や栄養について知り、いろいろな野菜を食べようとする意欲をもつ。	『やさいかるとをつくらう』	野菜を意識した献立 献立に使用される野菜の説明	・野菜の名前と栄養 ・家庭との連携
	2月	学活	調理員さんありがとう ～給食週間～	給食週間の意義を知り、多くの人がかかわって給食ができていることに気づき、感謝の気持ちをもつ。	『学校給食ができるまで』	残量調べ	・献立を立てる苦勞 ・材料が届くまでの経路 ・給食を作る苦勞 ・食べ物を大切にする心 ・感謝の気持ち
小3	6月	学活	健康な体で過ごそう	三大栄養素の大まかな働きを知り、バランスを考えて食べることができる。	『がんばれ、ぼくらの3レインジャー』	三大栄養素に分類しやすい献立	・三大栄養素の働き ・食べ物の仲間分け ・バランスのとれた食事
	11月	社会 ↓ つくる仕事 学活 大豆のへんしん 国語 ～大豆料理を食べよう～ すがたをかえる大豆	食べ物をつくる仕事	食料品の生産に関する様々な工夫や努力に気づく。いろいろな食品に加工されている大豆の働きを知り、進んで大豆食品を食べようとする。	『大豆のへんしん』	大豆を使った献立 献立使用される大豆の説明	・大豆の栄養と働き ・いろいろな大豆食品 ・身近な大豆料理
小4	6月	保健 ↓ ↓ 学活	発育するからだ	身体の発育のしかたには男女個人差があり、それぞれ自分に合った発育をしていることを理解する。朝食の大切さを理解し、自分の生活リズムを見直すとともに、より健康な生活を送ろうとする。	『朝ごはんは目覚まし時計』	朝食の実態調査	・朝食抜きの弊害 ・成長期の食事 ・脳とブドウ糖の関係
	11月	学活	自分たちの食生活を見直そう I	ご飯の役割とその大切さを知り、食事を残さず食べようとする意欲をもつことができる。	『黄色食品のパワーのひみつ』	ごはんの残食調査	・黄色の食品の働き ・穀類と油、砂糖の食べ方のポイント ・ごはんの役割

2月	学活	自分たちの食生活を見直そうⅡ	赤、黄、緑の食品の働きを確認し、その摂取量やバランスについて認識を深めることができる。		当日の献立 ゴールデンバランスの説明	・3食の食品群の働き ・食品群の摂取量のバランス
小5月	社会	農業のさかんな地域をたずねて ↓	県内で生産される食料を調べ、秋田県では農業がさかんで、地域によって特徴があることが分かる。			
	学活	秋田まるかじり	秋田県にはたくさんの農産物があることを理解するとともに、農業県としてのすばらしさを知る。	『まるごと秋田を食べよう』	郷土食を取り入れた献立 郷土食の説明	・秋田県の主要農産物 ・県内各地の郷土食
9月	学活	健康な体について考えよう『きみの成長待ったなし』	将来にわたって健康に過ごすために、なぜ食べるのかを考え、成長期の栄養の重要性について知る。	『きみの成長待ったなし』		・第一次、第二次成長期 ・成長することの意味 ・成長期の栄養 ・栄養価を支えるための食事法
9月	社会	これからの食料生産	どんな国からどんな食料を輸入しているか調べ、我が国の食料のうちかなりの部分は輸入にたよっていることを理解する。			
10月	家庭	元気な毎日と食べ物	食品の栄養成分表や食品の組み合わせ、炊飯やその調理の仕方について理解する。	『選んで食べよう』	ごはん給食の時の献立	・給食の献立に使用している食料調査
2月	学活	給食をふり返ろう	食を口にするこゝへの感謝とともに、改善することを考え、実行する意欲をもつことができる。	『給食から地球を考えよう』	残食調査	・輸入食材 ・食料自給率 ・飢餓 ・生活環境
小6月	家庭	工夫しよう楽しい食事作りを考えよう『ランチの献立を考えよう』	食事調べを通して、日常の食事作りに興味をもち、よりよくしようとする態度を育てる。 6つの基礎食品群の量とバランスを考えて、食品を組み合わせるとることがよい食物のとり方であることが分かる。 よい食生活を営むために日常の食事のとり方を工夫しようとする態度を育てる。 献立作りの必要性が分かり、1食分の献立を作ることができる。	『ランチプランを考えよう』 『パワーピラミッドを建てよう』	児童が立てた献立を取り入れた給食	・1日に必要な食品群とその分量 ・給食の摂取量と家庭での食事の自己診断 ・献立作成のポイント ・テーマにそった1食分の献立作成 ・家庭への資料配布
	学活	給食に感謝しよう	食を口にするこゝへの感謝とともに、改善することを考え、実行する意欲をもつことができる	『給食から地球を考えよう』	残食調査	・食べ物大切に ・感謝の気持ち

② 小学校1年学級活動 活動名:「やさいづくりめいじんのはなしをきこう」

指導者 T1: 栄養教諭 T2: 養護教諭 T3: 学級担任

□学校名 鹿角市立十和田中学校

□所在地 〒018-5334 鹿角市十和田毛馬内字上土ヶ久保22-1

□連絡先 TEL0186-35-2164 FAX0186-35-2165 栄養教諭 畠山 美佳子

E-mail: towada-jhs@ink.or.jp

1 本時の学習活動

(1) ねらい

- ① 学校給食に使用している野菜を作っている方の苦労や思いを知り、感謝の気持ちを持つことが出来る。
- ② 苦手な野菜も、がんばって残さずに食べようとする意欲を持つことが出来る。

(2) 学習過程

過程	学習活動	学習形態	指導の手立て(・)	評価	資料
(6)	1 普段の給食の様子や給食センターを見学したことを思いだし、発表する。	一斉 (5)	・給食の様子を思いだせるよう、会話をする。 ・センターを見学したことを思い出し、発表できるよう、写真を提示する。(T1)	(T2. T3)	給食作りの写真
	2 本時のめあてを知る。 やさいづくりめいじんにはなしをきこう	一斉 (1)	・めあてを確認できるよう、GTを紹介し、カードを提示して全員で読ませる。(T1)		GT名札 めあてカード
(30)	3 GTが育てた野菜を使い、クイズをする。	一斉 (10)	・全員が楽しくクイズに参加できるよう、ルールを説明する。(T1)		?ボックス 野菜実物 カード
	4 GTから、野菜作りの苦労や子どもたちへの思いを聞く。	一斉 (15)	・GTの話を中心して聞けるよう支援する。 ・GTの話を深められるよう、カードを使いまとめる。(T1) ①毎日、天候や害虫との戦いで大変な作業 ②安全なものを食べてもらえるよう、農薬などにも気を配って作っている。 ③愛情をかけて作っているの、残さず食べてほしい。	(T1. T2. T3)	野菜作り写真 カード

	5 自分たちで野菜を育てたり、食べたりした経験を思い出す。	一斉 (3)	・野菜を育てる大変さや、作った野菜をおいしく食べたことを思いだせるよう、写真などを使い話す。(T2. T3)	写真
	6 今日のたらふくかぶの給食には、たくさんの地場産の食材が使われていること知る。	一斉 (2)	・毎日の給食には、たくさんの地場産の野菜が使われていることに気付けるよう、写真を提示する。	給食の写真
まとめる(9)	7 今日の学習でわかったことや、これから給食の時にがんばることを書き、発表する。	個 ↓ 一斉 (8)	<p>・わかったことやがんばることをまとめられるよう、支援する。(T1. T2. T3)</p> <p>・感謝の気持ちを持ち、残さずに食べようという意識が高まるよう意図的な指名を行う。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>【評価】</p> <p>野菜を作っている方の思いを知り、感謝の気持ちを持って、苦手な野菜もがんばって残さずに食べようとしている。</p> </div> <p style="text-align: right;">(発表・シート)</p>	シート
	8 パクパクカードに取り組む。	一斉 (1)	<p>・意欲を持って取り組めるよう、説明する。(T2)</p>	カード (シートの裏)

2 事後指導

授業後に、生産者と一緒に当日の給食を食べることで、授業では聞けなかった苦労や思い等を直接聞くことで、感謝の気持ちを高めることにつなげる。

またパクパクカードを実施して、給食の食べ方を色ぬりさせる活動を通して、学級全体で苦手なものも残さずに食べよう、とする態度を育てる。

3 板書計画



写真1 「板書」

4 学習シート



やさいづくりめいじんにはなしをきこう!

大湯小学校 1ねん なまえ

きょう、べんきょうしてわかったことや、これからしよくじのときにがんばりたいことをかいてみよう。

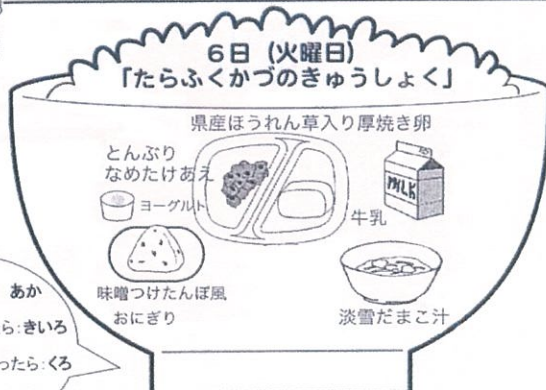


資料1 「ワークシート」

ぱくぱくカード

大湯小学校
1年 なまえ

めあて かんしゃのきもちをもって、のこさずたべよう!



全部たべたら: あか
ひとくちでも食べたら: きいろ
ぜんぜん食べなかつたら: くら
でいろをぬりましょう!

資料2 「パクパクカード」(シート裏)

平成24年度 食に関する指導全体計画

鹿角市立大湯小学校

子どもの実態・地域の実態

- ・元気で体を動かすことを好む。
- ・農村地域であり、食材に恵まれている。

学校教育目標

「知・情・意・体の調和のとれた、心豊かでたくましい子どもの育成」

- 鹿角市の重点目標から
- ・ふるさと教育の推進と心の教育の充実
 - ・心身ともにたくましい子どもの育成

食に関する指導の目標

- ① 食事の重要性、食事の喜び、楽しさの理解をする。
- ② 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摂り方を理解し、自ら管理していく能力を身に付ける。
- ③ 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。
- ④ 食物を大事にし、食物の生産等にかかわる人々への感謝する心を育む。
- ⑤ 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。
- ⑥ 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。

幼稚園 保育所	各学年の食に関する指導の目標			中学校
	低学年	中学年	高学年	
<ul style="list-style-type: none"> ○食べる意欲を大切にする。 ○食の体験を広げる。 	<ul style="list-style-type: none"> ○食べ物に興味関心をもつ。 ○好き嫌いをせずに食べようとする。 ○いろいろな食べ物の名前が分かる。 	<ul style="list-style-type: none"> ○楽しく食事することが心身の健康に大切なことが分かる。 ○健康に過ごすことを意識して、いろいろな食べ物を好き嫌いなく食べようとする。 	<ul style="list-style-type: none"> ○楽しく食事することが、人とのつながりを深め、豊かな食生活につながる事がわかる。 ○食品の衛生に気を付けて、簡単な調理をすることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ○食文化への理解を深め、食事を通して豊かな心と望ましい人間関係を構築できるようにする。

		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
特 別 活 動	学級活動 及び 給食時間	低 学 年	○給食の約束、歯を大切に ◎学校給食が始まるよ ●仲良く食べよう			○好き嫌いしないで食べよう ◎野菜のパワー ●楽しく食べよう			○寒さに負けない体をつくろう ◎バランスよく食べよう ●給食の反省をしよう				
	○学級活動 ◎食に関する指導 ●給食指導	中 学 年	○給食の約束、歯を大切に ◎朝ごはんは目覚まし時計 ●食事のマナーを身につけよう			○好き嫌いしないで食べよう ◎食事と栄養 ●感謝して食べよう			○寒さに負けない体をつくろう ◎食品の三つの働きを知ろう ●給食の反省をしよう				
		高 学 年	○安全に気を付けた給食準備、歯を大切に ◎3レンジャーパワーのみみつ ●食事のマナーに気をつけて楽しく食べよう			○好き嫌いをなくそう ◎食事と栄養 ●感謝して食べよう			○寒さに負けない体をつくろう ◎六つの基礎食品の働きを知ろう ●給食の反省をしよう				
	助	全校一斉指導	◎じょうぶな歯を作ろう ●給食試食会			◎主食の大切さを考えよう			◎かぜを予防しよう ●1年間の給食の反省をしよう				
	学校行事	・健康診断 ・運動会 ・修学旅行 ・宿泊体験学習 ・個人懇談			・夏休み ・マラソン記録会 ・学習発表会			・冬休み ・スキー大会					
	児童会活動	・1年生を迎える会 ・児童総会			・児童集会(ウォークラリー)			・6年生を送る会					
教 科 と の 関 連	社会	1年		2年		3年		4年		5年		6年	
	理科					・見つめてみよう わたしの町 ・調べよう物をつくる仕事		・私たちの県の まちづくり		・食料生産を支える人々		・大昔のくらしをのぞこう ・戦争から平和への歩み ・世界の人々とのつながり	
	生活	・やさいをそだてよう ・できるようになったよ		・やさいをそだてよう ・わたしの町だいすき									
	家庭									・作っておいしく 食べよう		・計画通りに生活しよう ・楽しい食事を工夫しよう	
	体育(保健領域)					・毎日の生活と健康		・育ちゆく体と私				・病気の予防	
道 徳	1主として自分自身に関する事「ものを大切にする心」「節度ある生活」 2主として他の人とのかかわりに関すること「あかるといあいさつ」「気持ちのよい礼儀」「かんしゃする心」「支え合う心」 3主として自然や崇高なもののかかわりに関すること「生き物へのやさしさ」「自然を大切に」 4主として集団や社会とのかかわりに関すること「かぞくのために」「郷土を愛する心」「働くって気持ちいい」「すばらしい日本の文化」												
総合学習				大湯の歴史			リンゴ栽培体験			収穫祭をしよう		お年寄りとの交流	
家庭・地域との連携の取り組み方	学校便り 給食便り 保健便り 給食試食会 講演会 幼保児童クラブとの交流会 *各種便りやPTAなどでの交流を通して、食生活の充実を図るようにする。												
地場産物活用の方針	「たらふくかづの〜地場産物をたくさん食べよう〜」などを通し、季節の旬の食材を使った郷土料理に親しませる。												
個別相談指導の方針及び取り組み方	保護者からの申し出、定期健康診断の結果・日常生活の様子から、個別相談を行う。 関係職員(栄養士、調理員)との連携												

食に関する指導の年間指導計画

月	教科領域	単元題材	教科・領域におけるねらい	食生活カリキュラム	給食時間(知識)献立	指導
小1 1月	学級活動	おいしい給食	学校給食の基本マナーを知り、協力して準備をし食事することを学ぶ。	学校給食が始まるよ	給食が始まる日 主食、主菜、牛乳	手洗いの励行、ご飯やおかず牛乳の置き方 準備と片づけの仕方、食事のルールの確認
11 月	学級活動	たのしい給食	食生活を見つめ直し給食に感謝する活動を通して、食に対する正しい知識と望ましい食習慣を身につけさせる。	野菜のパワー	野菜がたくさん出ている給食	嫌いな野菜も少しずつ食べるよう指導する。
小11 2月	学級活動	元気もりもり朝ごはんにしようせん	朝ごはんの大切な働きを理解し、自ら進んで朝食を食べようとする意欲を持つ	朝ごはんのパワーの秘密 を見つめよう	バランスの良い給食	バランスの良い3つの色がそろった朝ごはんを食べることが大切であることを指導する。
小10 3月	学級活動	3レンジャーのパワーを知ろう	食べ物の3つの働きを知り、バランス良く食べようとする事ができる。	食べ物の働きを知ろう	栄養バランスの良い給食	好き嫌いせずバランスよく食べることが大切であることを指導する。
1 月	学級活動	給食に感謝しよう	食生活を見つめ直し給食に感謝する活動を通して、食に対する正しい知識と望ましい食習慣を身につけさせる			
小10 4月	保健	育ちゆく体とわたし	体をよりよく経営・発達させるには、バランスのとれた食事・運動・休養・睡眠が大切であることを理解する。	きみの成長待ったなし	肉や魚が単品で出ている給食	成長期の体にはタンパク質などの栄養素をとることが大切であり、肉や魚をしっかりとるよう指導する。
1 月	学級活動	給食に感謝しよう	食生活を見つめ直し給食に感謝する活動を通して、食に対する正しい知識と望ましい食習慣を身につけさせる			
5 小月	家庭	簡単な調理をしてみよう	食事、消化、栄養、吸収のしくみを理解し、食の意義について考える。	「黄レンジャーパワーのひみつ」 選んで食べよう	ご飯給食	ごはんの消化・栄養・吸収のしくみを考えながら食べられるようにする。
511 月	家庭	元気な毎日と食べ物	食品の栄養的な特徴を知り、組み合わせると必要なことを知る。			五大栄養素の働きと食品グループを考えながら食べられるようにする。
1 月	学級活動	給食に感謝しよう	食生活を見つめ直し給食に感謝する活動を通して、食に対する正しい知識と望ましい食習慣を身につけさせる			
小9 6月	家庭	朝ごはんを作ろう 1 食分の食事について考えよう	食品の栄養的なバランスや組み合わせを考えながら、食事の計画を立てることができる。	パワーピラミッドを建てよう 朝ごはんを考えよう	バイキング給食	使われている食材について意識させ、バランスを考えた朝ごはんを作り、食べることが大切であることを指導する。
1 月	学級活動	給食に感謝しよう	食生活を見つめ直し給食に感謝する活動を通して、食に対する正しい知識と望ましい食習慣を身につけさせる。			

給食の時間における年間指導計画

月	月 目 標	マ ナ ー 目 標	低 学 年	中 学 年	高 学 年
4	楽しく食べよう	食器を正しく並べよう	給食の準備や後片づけが安全にできる ・1年(給食楽しいな)	準備や後片づけを協力してできる	準備や後片づけが能率よくできる
5	じょうぶな体づくりをしよう	しせいをよくして食べよう	バランスよく食べてよく運動する	食品について三つの主な働きを知り、 バランス良く食べる	六つの基礎食品の種類と働きを理解し、多くの食品を組み合わせて食べる
6	衛生に気をつけて食事をしよう		正しい手洗いの仕方を覚える ・1年学級活動【きれいな手になるう】	身の回りを清潔にして給食を食べる	寒給食センターで働く人たちの衛生管理を知り、手洗いや身の回りの衛生に気をつける。
7	夏を元気にすごそう	他人の迷惑にならないようにしよう	朝食をきちんと食べる	バランスのよい朝食を食べる	バランスのよい朝食を工夫する
8	生活のリズムと食事を整えよう	はしを正しく持って使おう	早寝・早起きをして、朝食をきちんと食べる	早寝・早起きをしてバランスの良い朝食をきちんと食べる	早寝・早起きをして、バランスの良い朝食を工夫して食べる
9					
10	バランスのとれた食事をしよう	三角食べをしよう	嫌いなものを少しずつでも食べられるように努力する ・1年学級活動【好き嫌いをなくそう】 ・2年学級活動【好き嫌いをしないで食べよう】	好き嫌いをなく食べることが健康に大切なことを知る ・3年学級活動【食事と栄養】 ・4年学級活動【好き嫌いをなくそう】	自分の好みにとらわれずバランスよく食べる ・5年学級活動【好き嫌いをなくそう】 ・6年学級活動【好き嫌いをなくそう】
11	感謝の気持ちで食べよう	感謝の気持ちをこめよう	感謝の気持ちをこめてあてあいができるようにする	給食ができるまでの苦勞を知り、感謝して食べる	生産から給食づくりに至るまでの人々の苦勞を知り感謝して食べる
12	寒さに負けない食事をしよう		かぜの予防を意識して食事ができるようにする	かぜの予防を意識して食事ができるようにする	かぜの予防を意識して食事ができるようにする
1	郷土料理を味わおう ～給食週間メニュー～	マナーを守って楽しく食べよう	郷土の料理を知って残さず食べる	郷土の料理を知って残さず食べる	郷土の料理を理解して残さず食べる
2	食事のマナーを身につけよう		・食器を正しく並べる ・よくかんで食べる ・はしの持ち方を確認しよう	・食器を持って食べる ・かみごたえのある物を残さず食べる ・はしの持ち方を確認しよう	・正しい姿勢で食べる ・よくかむことの大切さについて考える ・はしづかいについて考えよう
3	1年間の給食の反省をしよう	マナーを身につけて美しく食べよう	楽しく給食を食べられたか考える	楽しく給食できたか反省する	楽しく給食できたか反省する

③ 小学校3年学級活動 活動名:「きゅう食から“いかわ”を知ろう」

指導者 T1:学級担任 T2:栄養教諭

□学校名 井川町立井川小学校

□所在地 〒018-1523 南秋田郡井川町坂本字三嶽下170

□連絡先 TEL018-855-6013 FAX018-855-6014 栄養教諭 三浦 僚子

E-mail: ikawasho@town.akita-ikawa.lg.jp

1 題材について

野菜は給食に毎回出てくる食材である。井川町産や秋田県産の野菜を多く使用しており、新鮮でおいしい地域の食材を提供できている。給食時間の放送や給食だよりなどを通して、給食に使われている井川町で採れた食材の紹介をしているが、いつも何気なく食べている食べ物が、地域で育ったものであり、給食ができるまでに多くの人々が関わっていることまで理解して食事をしている児童は少ない。

社会科の学習で、給食に食材を納入している農家のキャベツ畑を見学したことを通して農家の苦労や工夫を学ぶことができ、キャベツに対する認識が深まり、より野菜を身近に感じるようになった。

そこで、地産地消を進める理由や大切さ、自分たちを支える地域の人々への感謝の心をもつことで、給食を残さず食べようとする意欲と育てたいと考え、本題材を設定した。

2 本時のねらい

自分たちの生活を支えている地域の人々に感謝の心を持ち、給食を残さず食べようとする意欲をもつことができる。

3 事後指導

給食に使用されている地域の食材を紹介し、その日の給食の中から探し出し確認することを通して、地域の人々に感謝の心を抱きながら給食を食べることができるようにする。





4 本時の学習活動

	学 習 活 動	教 師 の 支 援	資 料 ・ 準 備
導 入 10	1 給食ができるまでにどんな仕事の人たちが関わっているのかを発表する。(一斉)	<ul style="list-style-type: none"> 給食の場面を想起する場を設定することで、多くの人々が関わっていることに気付かせる。 話合いが進まないグループには食材から仕事を想像するように助言する。 多くの人に関わっていることを確認できるようにイラストカードを提示する。 	<ul style="list-style-type: none"> イラストカード ワークシート
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">きゅう食から“いかわ”を知ろう</div>			
展 開 25	<p>2 今日の給食の中から井川の食べものを探す。(個→一斉)</p> <p>3 給食で地域(井川町や秋田県産)の食べものを多く使う理由を考え、伝え合う。(一斉)</p> <p>ア 誰が作ってくれたか分かる。</p> <p>イ 農家の人の話が聞ける。</p> <p>ウ 新鮮なものが食べられる。</p> <p>エ 距離が短いので燃料代がかからない。</p> <p>オ 地域に伝わる食材を食べられる。</p>	<ul style="list-style-type: none"> どんな井川の食材を使っているのか予想できるように、献立表や校内掲示、給食時の放送を思い出すよう助言する。 ワークシートにチェックすることで、地域の食材が多く使われていることに気付くようにする。 農家の方たちの思いや苦勞を思い出すことができるように、畑を見学したときの写真や印象深い言葉を提示する。 地域の食材を使っている理由を話し合う中で、そのよさに気付くことができるようにする。 地域で作ることが難しい食材もあり、日本や外国にも支えてもらっているということを補足する。 	<ul style="list-style-type: none"> ワークシート 食材カード 写真 言葉カード
終 末 10	4 ワークシートに本時の感想をまとめ、発表しあう。(個)	<ul style="list-style-type: none"> 板書をもとに本時の学習を振り返り、友達との話合いから新しく捉えた気付きを書く場を設定する。 食生活の改善につながるような振り返りを全体の場で紹介し、意欲付けを図る。 	<ul style="list-style-type: none"> ワークシート

5 学習シート

きゅう食からいかわを知ろう！

3年 組 番 名前 _____

- きゅう食ができるまでに、どんな人たちが
かかわっているでしょう。

- きゅう食の中に使われている
地いき(いわ町や秋田県)の食べものに○をつけましょう。
 - ごはん (米) 
 - ユーリンチー (とりにく) 
 - ごまだねキャベツ (キャベツ・にんじん・とうもろこし)
 - わかめスープ (ふたにく・わかめ・長ねぎ・もやし・えのきたけ)
 - 牛にゅう (牛にゅう) 
 - 洋なしコンポート (洋なし)
- 地いきの食べものを多く使う理由を考えてみましょう。
- 分かったことや、考えたことをまとめましょう。

6 板書計画

きゅう食からいかわを知ろう！

どんな仕事の人がかかわっていますか？

農家

漁師

スーパーの人

肉屋

牛乳

パン

調理員

栄養士

運転手

- ・肥後出産
- ・めん屋
- ・豆腐屋
- ・食品工場の人

今日のきゅう食の中の
いかわの食べものは？

献立名と食材絵カード

<p>いわ町</p> <p>米 キャベツ にんじん 長ねぎ</p> <p style="font-size: 2em; font-weight: bold;">4つ</p>	<p>秋田県</p> <p>ふたにく もやし えのきたけ わかめ 牛にゅう</p> <p style="font-size: 2em; font-weight: bold;">5つ</p>	<p>日本</p> <p>とりにく とうもろこし</p> <p style="font-size: 2em; font-weight: bold;">2つ</p>	<p>外国</p> <p>洋なし</p> <p style="font-size: 2em; font-weight: bold;">1つ</p>
--	--	---	---

地いきの食べもののよいところ

- ・新鮮なものが食べられる
- ・農家の人の話が聞ける
- ・運ぶきょうりが短い
- ・だれが作っているが分かる など…

たくさんの人に
ささえられている

●食に関する指導の全体計画(小学校)

- ・子どもたちは明るく素直である。
- ・保護者は学校教育に協力的である。

学校教育目標
豊かな心を持ち、共に考え、自ら高めていく子どもの育成

- ・学習指導要領
- ・食育基本法
- ・食育推進基本計画
- ・教育委員会の方針

食に関する指導の目標

- ① 食事の重要性、食事の喜び、楽しさの理解をする。
- ② 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。
- ③ 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。
- ④ 食物を大事にし、食物の生産等にかかわる人々への感謝する心をもつ。
- ⑤ 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。
- ⑥ 各地域(井川町、秋田県、東北、日本、世界)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。

各学年の食に関する指導の目標

幼稚園 保育所	各学年の食に関する指導の目標			中学校
	低学年	中学年	高学年	
実践を踏まえた指導と情報交換を密にする。	<ul style="list-style-type: none"> ○食べ物に興味・関心をもつ。 ○好き嫌いせずに食べようとする。 ○いろいろな食べ物の名前が分かる。 	<ul style="list-style-type: none"> ○楽しく食事することを心がけ、自身の健康に大切なことが分かる。 ○好き嫌いせずに残さず食べようとする。 ○楽しく給食を食べるために、みんなで協力できる。 	<ul style="list-style-type: none"> ○楽しく食事することが、人と人とのつながりを深め、豊かな食生活につながるが分かる。 ○栄養のバランスのとれた食事の大切さが分かる。 ○楽しい食事を通して、相手を思いやる気持ちをもつことができる。 	小学校の実践を踏まえた指導と情報交換を密にする。

		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
特別活動	学級活動及び給食の時間	低学年 ○給食の約束、歯を大切に ◎給食を知ろう ●仲良く食べよう	中学年 ○よくかんで食べよう ◎食品について知ろう ●給食のきまりを覚えよう	高学年 ○歯と健康について考えよう ◎食べ物の働きについて知ろう ●みんなで協力して手早く準備や後片付けをしよう	○夏休みの過ごし方 ◎食べ物の名前を知ろう ●よい姿勢で、静かに食べよう	○夏休みの生活と健康 ◎季節の食べ物について知ろう ●マナー良く食べよう	○夏休みの生活と健康 ◎季節の食べ物について調べよう ●食事のマナーを身につけよう	○好き嫌いせずに食べよう ◎食べ物に関心を持とう ●健康な食生活について考えよう	○風邪の予防 ◎好き嫌いなくなんでも食べよう ●健康な食生活について考えよう	○健康な生活習慣 ◎食べ物と健康について知ろう ●健康な食生活について考えよう	○給食大好き ◎食生活について振り返ろう ●感謝して食べよう	○調理員さんありがとう ◎食生活を見直そう ●感謝して食べよう	○感謝して食べよう ◎食生活について考えよう ●感謝して食べよう	○感謝して食べよう ◎食生活について考えよう ●感謝して食べよう
	全校一斉指導等	◎じょうぶな歯をつくらう(かみかみ献立)			◎季節を味わおう ●セレクト給食			◎バランス良く食べよう ◎主食の大切さを考えよう ●セレクト給食			◎感謝して食べよう ●リクエスト給食			
	学校行事	・入学式・身体測定・運動会 ・給食試食会・修学旅行			・給食試食会・宿泊学習 ・夏休み・保護者面談 ・なべっこ遠足			・学習発表会 ・冬休み			・学校給食週間 ・バイキング給食			
	児童会活動	・各委員会活動			・各委員会活動			・各委員会活動			・各委員会活動 ・縦割り班給食			
	学級活動	低学年	中学年	高学年	低学年	中学年	高学年	低学年	中学年	高学年	低学年	中学年	高学年	低学年
	給食指導	低学年	中学年	高学年	低学年	中学年	高学年	低学年	中学年	高学年	低学年	中学年	高学年	低学年

		1年	2年	3年	4年	5年	6年	
関連する教科	社会			◎農家のしごと ・店ではたらく人	・ごみはどこへ ・水はどこから ◎わたしたちの秋田県	・わたしたちの生活と食料生産	・米づくりの村から古墳のくにへ ・戦争と人々の暮らし ・日本と関係の深い国々	
	理科			・植物を育てよう	・あたたかくなると暑くなると ・すずしくなると	・植物の発芽と成長 ・魚の誕生 ・人の誕生	・動物のからだのはたらき ・植物のからだのはたらき ・人と環境	
	生活	・おおきなあれ ・おおきくなったね かわったね	◎大きく育てよう 自分たちで育てたい野菜を選び育てる喜びを味わう					
	家庭					・みつめてみようわたしの家族の生活 ・はじめてみようクッキング ◎元気な毎日と食べ物 ・家族とほっとタイム	◎生活を見直そう ◎楽しい食事を工夫しよう	
	体育(保健領域)			・毎日の生活と健康	・育ちゆくわたし			◎病気の予防

道徳	1 主として自分自身に関すること(低)(中)(高)1-(1) 2 主として他の人のかかわりに関すること(低)(中)(高)2-(1) 3 主として自然や崇高なもののかかわりに関すること(低)(中)(高)3-(1)(2) 4 主として集団や社会との関わりに関すること(低)4-(2)(4) (中)4-(2)(3)(5)(6) (高)4-(2)(5)(7)(8)			
総合的な学習の時間	・見つけよう伝えよう ・井川の花まる	・1/2成人式を開こう	・チャレンジ自然教室 ・食の秘密を探ろう	・パンフレットを作ろう
家庭・地域との連携の取り組み方	・学校だより、給食だより、保健だより、学校給食試食会、郷土料理クラブ ・お便りや授業を通して、豊かな食生活を送れるように、食に関する情報を発信していく。			
地場産物活用の方針	・できるだけ地域で収穫されたものを給食の食材として用い、給食を生きた教材として用いることで食育の幅を広げていく。 ・食材を通して地域の自然や文化産業に関する理解を深め、生産などに携わる人々の苦労を理解し感謝の気持ちを育む。			
個別相談指導の方針及び取り組み方	・食物アレルギーの子どもの家庭に主治医意見書の提出を求め、保護者・学級担任・養護教諭・栄養教諭で給食に関する詳細な面談を行い、連絡を密に取っている。献立表のチェックや、可能な限りの除去食や代替食を実施する。			

* 関連する教科の◎印は、TTなどで栄養教諭が関わる予定の部分。

平成24年度 食に関する指導・年間指導計画

月日	教科・領域	単元・題材	教科・領域におけるねらい	給食時間(知識定着)	
				献立	指導
小1	学級活動	きゆうしよくが はじめよ	学校給食のきまりを守り、協力し合って楽しく食事をしようとする。	主食・主菜・副菜・汁ものの形式に配慮した献立	身支度、盛り付け配膳、食事のマナー、かたづけについて具体的に指導する。
	学級活動	やさいはかせに なるう!	野菜に興味関心を持ち、野菜を食べようとする意欲を持たせる。	副菜や汁ものに使われている野菜	献立の意図の説明。
小2	学級活動	おやつについて 考えよう	間食のとりに方について考え、体に良いおやつを自ら選ぶことができるようにする。	毎日の給食の献立	三度の食事をしっかりとることの重要性を説明する。
	学級活動	牛乳パワーの ひみつをしろう	牛乳は体に良い働きがあることを知り、進んで飲むとすることを意識させる。	毎月の献立表 牛乳	牛乳のカルシウムやパワーについて確認しながら食事をすすめる。
小3	学級活動	飲みものについて 考えよう	望ましい飲みものとり方を知り、健康によい飲みものを選ぶようとする意欲を持つことができる。	毎日の給食の献立 牛乳	水分補給の重要性。飲みものの選び方。
	学級活動	きゆう食から 「いかわ」を知ろう	自分たちの生活を支えている地域の人々に感謝の心を持ち、給食を残さず食べようとする意欲を持つことができる。	産直野菜を使った献立	野菜の持つ栄養や働き。
小4	学級活動	朝ごはんの大切さ	成長期の食事の大切さ、特に朝食の大切さについて理解する。	食事の配膳、後始末	献立を立てる苦労、給食を作る苦労を知らせる。
	社会	きゆう食から 「あきた」を知ろう	県内各地でとれる農畜産物や郷土料理を知り、秋田県への理解を深める。	毎日の給食の献立 郷土料理	地域に伝わる食事。
小5	家庭	五大栄養素のはたらきと 食品のグループ	毎日の食事に関心を持ち、栄養を考えた食事をしようとする。	毎日の給食の献立	好き嫌いせずバランスよく食べよう指導する。
	家庭	みそ汁を作ってみよう	旬の野菜の良さを理解し、栄養バランスの良いみそ汁作りができる。	みそ汁を使った献立	日本食の良さを考えさせる。
小6	家庭	朝食を考えよう	朝食の重要性がわかり、栄養バランスの良い朝食を考えられることができる。	主食・主菜・副菜・汁ものの形式に配慮した献立	給食を参考にしながら、栄養バランスのとれた朝食について確認する。
	家庭	計画的な食事作り	一日に必要な食品群とその量が分かり、バランスのよい献立を立てることができる。	食品群と量を考えた献立	食品群と量が理想的な、さまざまな献立の説明。

④ 小学校4年給食時間 活動名：「給食から食べ物の3つの働きについて知ろう」

指導者 T1：学級担任 T2：栄養教諭

□学校名 潟上市立天王南中学校

□所在地 〒010-0101 潟上市天王字上北野4-38

□連絡先 TEL018-873-4300 FAX018-873-3373 栄養教諭 菅原 一恵

E-mail:tminami@educet.plala.or.jp

1 題材設定の理由

夏休みが明けた9月に、「一日のはじまりは朝食から」という学級活動を行い食べ物の3つの働きについてふれながらバランスの良い食事の大切さや、それぞれ食品のもつ働きについても学習している。

毎日食べている給食においてもただ食べるだけではなく、どんな食材が使用されていて、栄養のバランスはどうか、自分たちの目でみながら3つの働きにおきかえて食べることによって朝食の学習をしたことを思い出しながら、今日の給食とつなげて児童にとってより良い食事のとり方を定着させていきたいと考え本題材を設定した。

2 ねらい 3つの働きを知り、残さず食べようとする。

3 食育の視点

○食品の3つの働きを理解し自分の健康のために食べようとする意欲をもつ。〈心身の健康・食品を選択する能力・食事の重要性〉

4 献立名 ごはん・牛乳・コーンシューマイ・春雨サラダ・マーボー豆腐

5 本時の学習活動

過程	学習活動	指導支援・配慮	資料
12:15	1 朝食の学習を振り返る。	・朝食の学習で学んだ3つの働きについて振り返る	給食実物の献立
	2 今日のメニューの確認をする。	・今日の給食に使用されている食材について知らせる。	食品カード
12:25	3 給食の食材を3つの働きにあてはめ、栄養の働きについて理解する。	・3つの働きにわけて、栄養について確認する。	3食の色分けした色画用紙
	4 給食をきちんと食べる。	・バランスの良い給食をきちんと食べると体の栄養になることを伝え食べようとする意欲をもたせる。	

6 事前指導

「3つの働き」については、朝食に関する食の学習で行い。赤の食品・黄色の食品・緑の食品の仲間わけや、体への働きについて分かりやすく、具体的に指導を行っている。グループ活動では、パンを主食にしたメニューとごはんを主食にした2つのメニューをバランスや働きのことを考えて料理カードを活用しながらメニューを完成させる学習をした。

また、朝食の学習の前にも、幼稚園の頃や低学年の時に学習する機会があり、その時の経験が知識となって残っている児童もおり、朝食に関する食の学習でも児童たちから「赤の仲間」「黄色の仲間」「緑の仲間」と食品を仲間分けする声があがっていた。

7 事後指導

毎日の給食で「3つの働き」について意識して食べるように担任が毎日の指導を行っている。また、毎月家庭に配布している給食だよりも、3つの働きをのせており、毎日給食で使用される食材が、それぞれの働きに記載され児童も給食だよりを見ることで、今日の給食の食材がどこの仲間に入り、体へどんな働きがあるのかわかるようになってきているため、給食だよりも興味をもって見る児童が増えている。

事前指導から給食時間の指導、事後指導と見ていくと、児童たちにとって食べ物の「3つの働き」については定着してきていることがうかがえる。



子どもの実態：給食を楽しみにしており、残さず食べる子が多いが、健康につながる食べ方やマナーに留意してほしい児童もいる。
保護者・地域の実態：学校給食に関心を寄せており栄養があり安全な給食を望んでいる。

学校教育目標
明るい笑顔 元気なあいさつ 学ぶ瞳の輝く学校

学習指導要領
食育基本法
食育推進基本計画
教育委員会の方針

食に関する指導の目標
①食事の重要性、食事の喜び、楽しさの理解をする
②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摂り方を理解し、自ら管理していく能力を身につける
③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つける
④食物を大事にし、食物の生産等にかかわる人々への感謝する心を育む
⑤食事のマナーや食事を通して人間形成能力を身に付ける
⑥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

幼稚園・保育園	各学年の食に関する指導の目標			中学校
	低学年	中学年	高学年	
幼保小連絡協議会 年に数回幼保小交流会を設定し、園児や入学後の児童の授業参観や情報交換を通して、生活の様子や家庭環境等の実態把握を行う。	<ul style="list-style-type: none"> ○食べ物に興味関心をもつ。 ○好き嫌いせずに食べようとする。 ○マナーを守ってだれとでも楽しく食べることができる。 ○いろいろな食べ物の名前が分かる。 	<ul style="list-style-type: none"> ○楽しく食事をするのが、心身の健康に大切なことが分かる。 ○健康に過ごすことを意識して、いろいろな食べ物を好き嫌いせずに食べようとする。 ○衛生的に給食の準備や食事、後片付けができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ○楽しく食事をするのが、人と人とのつながりを深め、豊かな食生活につながる事が分かる。 ○食事が体に及ぼす影響や食品をバランスよく組み合わせて食べることの大切さを理解する。 ○食品の衛生に気を付けて、簡単な調理をすることができる。 	<p>三校連絡協議会 健康・体力指導部での情報交換を通し、指導の重点化を図る。</p>

特別活動	学級活動及び給食時間	低学年	<ul style="list-style-type: none"> ○給食の約束、歯を大切に ◎給食を知ろう ●仲よく食べよう 	<ul style="list-style-type: none"> ○夏休みの健康 ◎食べ物の名前を知ろう ●好き嫌いせずに食べよう 	<ul style="list-style-type: none"> ○健康な生活習慣 ◎食べ物に関心をもとう ●食べ物を大切にしよう 	<ul style="list-style-type: none"> ○かぜの予防、成長を振り返ろう ◎好き嫌いをなくそう ●給食を振り返ろう
		中学年	<ul style="list-style-type: none"> ○給食の約束、歯を大切に ◎食品について知ろう ●正しい食事の仕方を覚えよう 	<ul style="list-style-type: none"> ○夏休みの健康 ◎食べ物の働きを知ろう ●好き嫌いせずに食べよう 	<ul style="list-style-type: none"> ○健康な生活習慣 ◎食べ物の3つの働きを知ろう ●食べ物を大切にしよう 	<ul style="list-style-type: none"> ○かぜの予防、成長を振り返ろう ◎食生活を見直そう ●給食を振り返ろう
		高学年	<ul style="list-style-type: none"> ○安全な給食準備、虫歯予防 ◎食べ物の働きについて理解しよう ●衛生に気をつけて食事をしよう 	<ul style="list-style-type: none"> ○夏休みの健康、運動と健康 ◎食べ物と健康について知ろう ●食品の栄養を考えよう 	<ul style="list-style-type: none"> ○健康な生活習慣 ◎季節の食べ物について知ろう ●感謝して食べよう 	<ul style="list-style-type: none"> ○かぜの予防、成長を振り返ろう ◎食生活について考えよう ●食生活を見直そう
	全校一斉指導等	◎縦割班給食			◎縦割班給食	
	学校行事	・身体測定・校外学習・運動会 ・修学旅行・宿泊学習	・夏休み・個人面談	・秋休み・学習発表会 ・冬休み	・学校給食週間	
	児童会活動	・全校縦割班顔合わせの会			・全校縦割班ウォークラリー	

教科との関連	社会	1年	2年	3年	4年	5年	6年
	理科			わたしのまち みんなのまち	わたしたちの県	わたしたちの生活と 食料生産	日本の歴史 わたし たちの生活と政治
	生活	がっこうだいすき もうすぐ2年生	あしたへジャンプ	植物のからだをしらべ よう こん虫をしらべよう	季節と生き物	植物の発芽と生長 生命のたんじょう	動物のからだとはたら き 植物のからだとはたら き
	家庭					わたしにできることをやってみよう 作っておいしく食べよう	生活を見直そう 楽しい食事を工夫し よう
	体育 (保健領域)			けんこうな生活	育ちゆくわたし	心と健康	病気の予防
道徳 ・主題名 「資料名」	<ul style="list-style-type: none"> ・お世話になっている人が「がっこうたんけん」で ・生きていることのすばらしさ 「どきどき どっきんぐ」 ・命の温かさ 「ハムスターのあかちゃん」 ・たった一つの命 「いのちがあつてよかった」 	<ul style="list-style-type: none"> ・健康を守る 「かむかむメニュー」 ・命のありがたさ 「たんじょう日」 ・町によさ 「町のひみつがかったよ」 ・生命のつながり 「ゆきひょうのライナ」 	<ul style="list-style-type: none"> ・日本のよさ 「ぼくのおべんとう」 ・命を大切に 「いただいたいのち」 ・わたしたちのふるさと 「ふるさといいとこさがし」 	<ul style="list-style-type: none"> ・健全な生活態度 「目ざまし時計」 ・受け継がれる生命 「バルバサの木」 	<ul style="list-style-type: none"> ・健康を見直す 「百しゃアのみたごしまい」 ・温かい家庭 「お父さんのおべんとう」 ・心の通い合い 「もう一人のお友達」 ・日本を愛する心 「正月料理」 	<ul style="list-style-type: none"> ・公德を守る心 「空きかんのゆくえ」 ・地球を守ろう 「愛華さんからのメッセージ」 ・森に生きる ・郷土を愛する 「白神山地」 	
総合学習			サツマイモの栽培	ふるさと探検隊	追究しよう！ ～みんなの地球 わた したちの追分～	今の自分を見つめよう	
家庭・地域との連携の取り組み方	学校だより 給食だより 保健だより 給食試食会 学校保健委員会 児童の心身に健全な育成のために、「早寝早起き朝ご飯」を基本方針として、諸たよりで学校の様子を知らせたり実態や課題を話し合う会を設定したりして、学校及び家庭での望ましい食習慣や生活習慣の形成を図る。						
地域産物活用の方針	ジャガイモや佃煮など地域で生産・加工された食材を使用することで、安全・新鮮・低コストな給食をめざし、また、児童が地域の産業に関心をもち、生産者に感謝の気持ちをもつことができるようにする。						
個別相談指導の方針及び取り組み方	保護者からの申し出、定期健康診断の結果、日常の食生活の様子等から個別相談指導が必要な児童に対して担任や養護教諭との情報交換をしたり、食に関して指導助言をしたりする。 食べ物のアレルギーや給食指導上で配慮を要する児童について全職員で共通理解を図っておく。						

平成24年度 食に関する指導・年間指導計画

潟上市立追分小学校

学年	月日	教科領域	単元題材	教科・領域におけるねらい	食生活カリキュラム指導内容	給食時間（知識定着）	
						献立	指導
小1	4月	特別活動	きゅうしょくがはじまるよ	学校給食のきまりを守り、協力し合って楽しく食事をしようとする。	「学校給食がはじまるよ」	主食、汁物、主菜、副菜の形式に配慮した献立	身支度、盛り付け配膳、食事のマナー、片付けについて具体的に指導する。
	6月	特別活動	しっかりたべようあさごはん	朝食は一日を元気に過ごすための大切な食事であることを知り、毎日欠かさず食べようとする。	「食べてこようね、朝ごはん」	主食のバリエーション	献立の意図の説明 ※栄養教諭とのTT
小2	7月	特別活動	ごはんのひみつ	ごはんは力のもとになることを知り、進んで食べることができるようにする。	「ごはんのウルトラパワー」	ごはん給食	ごはんと体との関係について説明 ※栄養教諭とのTT
	9月	特別活動	牛乳ウルトラパワー	牛乳は大きくなるために必要なカルシウムが含まれていることを知り、牛乳からできる食品にも同様の栄養があることが分かる。 よく食べる魚の名前や特徴を知る。	「牛乳ウルトラパワー」	毎月の献立表	牛乳の栄養 紙芝居
小3	6月	特別活動	魚のひみつ	よく食べる魚の名前や特徴を知る。	「ここはぼくらの水族館～魚をもっと知ろう～」	魚を使った献立	魚の名前や特徴について調べさせる。 ※栄養教諭とのTT
	12月	体育（保健）	けんこうな生活	健康の保持増進のためには健康に良い食生活を送ることが大切であることを理解する。	「がんばればくらの3レンジャー」		給食に出てくる食品を、「黄・赤・緑レンジャー」の仲間に分け、偏りなく食品を食べるように指導する。
学年	月日	教科領域	単元題材	教科・領域におけるねらい	食生活カリキュラム指導内容	給食時間（知識定着）	
						献立	指導
小4	6月	特別活動	朝ごはんの大切さ	成長期の食事の大切さ、特に朝食の大切さについて理解する。	「朝ごはんは目覚まし時計」	朝食の食態調査	成長期の食事の大切さ、朝食抜きの弊害について知らせる。 ※栄養教諭とのTT
	11月	体育（保健）	育ちゆくわたし	健康な体をつくるには、食事が大切であることを知り、黄色の食品（ご飯）を残さず食べる意識をもつ。	「黄レンジャーパワーのひみつ」	主食の残量調査	献立の意図の説明
小5	6月	家庭	なぜ食べるかを考えよう	自分の食事を見直し、食べることの大切さ、栄養的にバランスの取れた食事の大切さについて考えることができる。	「きみの成長まったなし」	献立調べ	成長期の食事のポイント（時間、栄養、三食）の理解と定着を図る。 ※栄養教諭とのTT
	9月	社会	食料自給率と輸入食料	日常の食生活を振り返り、自給率の低さや、日々の給食での残菜の多さに気付くことで、自分にできることを考える。	「給食から地球を考えよう」	国内外のさまざまな地域からの食材を利用した献立 給食の残量調べ	食材の産地調べ 食料自給率調べ
小6	7月	家庭	楽しい食事を工夫しよう	栄養のバランスのよい献立をたてることができる。	「ランチプランを考えよう」	テーマを決めた献立の作成	実際に食べることを意識させて献立を作成するようにする。 ※栄養教諭とのTT
	10月	体育（保健）	病気の予防	生活習慣病など生活行動が主な要因となって起こる病気の予防には、栄養の偏りのない食事が必要であることが分かる。	「選んで食べよう」	食品群と量を考えた献立	理想的な食品群と量の説明 さまざまな献立の説明

⑤ 小学校4年学級活動 活動名:「みんなが気持ちよく食事をするためのマナー」

指導者 T1: 学級担任 T2: 栄養教諭 T3: 養護教諭

□学校名 湯沢市立稲川中学校

□所在地 〒012-0106 湯沢市三梨町字間明田 1 4 0

□連絡先 TEL0183-42-2160 FAX0183-42-2161 栄養教諭 泉 尚子

E-mail: inakawajhs@city-yuzawa.jp

1 指導観

(1) 題材設定の理由

本題材は望ましい人間関係の形成、学校給食と望ましい食習慣の形成に関わる内容である。これまで子どもたちは各学年において、食に関する学習を行ってきたが、食事のマナーについて理解したり、相手を意識して食べたりするまでにはいたっていない。そこで食事をする際にはマナーを守ることが大切であることに気づかせるとともに、よりよい食べ方をするための方法を自己決定させ、実践させたいと考え、この題材を設定した。

(2) 子どもの実態

本学級の児童は食事を残さず食べることを心がけ、給食を食べることができている。しかし、普段から正しい食事のマナーが身につけている児童は少ない。特に、正しい箸の持ち方を身につけている児童はごくわずかである。

今回この題材を取り上げることにより、周りの人を嫌な気持ちにさせないことや食事をスムーズにすすめることの大切さを学ぶきっかけにしてほしい。

また保護者への啓蒙も兼ね、PTA の日に実施することにより、家庭との連携も図り、今後のマナー指導へとつなげていきたい。

(3) 本題材の指導

本題材の指導に当たっては、ロールプレイとクラスの給食時間のビデオ映像から自分たちの日頃のマナーについて振り返り、今のままでよいのか考えさせ、問題に気づかせる。みんなが気持ちよく食べるための改善方法を話し合い、振り返りや話し合いで出てきた気づきをもとに、より具体的で実践的な活動となるようにする。最後に自分の改善すべき点に気づかせ、実践すべきめあてを自己決定させたい。

2 題材のねらい

- 正しいマナーを意識した食事の取り方を実践する方法を見つけ、自主的に取り組もうとする。 【関心・意欲・態度】
- みんなが気持ちよく食事をするためのマナーを話し合うことを通して、よい食べ方をするための方法を自己決定する。 【思考・判断・実践】
- 食事のマナーを守ることの大切さを理解する。 【知識・理解】

3 全体計画

- | | |
|-------|-----------------------------|
| 事前調査 | 日頃の給食での様子を把握する。(給食時間) |
| 本 時 | 「みんなが気持ちよく食事をするためのマナー」(1時間) |
| 事後の活動 | 自分で決めたことを実行する。 |

4 本時のねらい

- 普通の食事の仕方を振り返り、自分の食事のマナーの問題点を考えようとしている。
【関心・意欲・態度】
- 正しい食事のマナーを身に付け、これから食事をする際のめあてを自己決定する。
【思考・判断・実践】

5 食育の視点

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なる。 【社会性】

6 学習過程

過程	主な学習活動	教師の支援	資料
導入	<p>1 本時のめあてをつかむ</p> <p>(1) ロールプレイしている食事の様子を見て、マナーの良くないところをワークシートに書く。</p> <p>(2) 給食の時間の様子をテレビで見て、自分たちの食事の仕方を振り返り、本時のめあてを確認する。</p>	<p>(T3) 給食の様子を再現する。 (T2) 机間指導 (T1) 気づいたことを発表させる。</p> <p>(T1) 特定の人に目がいかないように配慮する。 (T1) ロールプレイを思い出し、普段の食事の中で、自分も当てはまる所があることに気づかせる。</p>	<p>机・いす 給食セット 箸 イラスト ワークシート</p> <p>TV ビデオ イラスト</p>
展開	<p>2 正しいマナーを身に付ける理由を知り、良くないところを直すには、どのようにしたらよいか考え、発表する。</p> <p>(1) 栄養教諭から正しいマナーを身に付ける理由を聞く。</p> <p>(2) 良くないところを直すには、どのようにしたらよいか親子で考え、発表する。</p> <p>3 正しいマナーの中で、自分たちに一番身に付いていないものは何か確認し、正しい箸の持ち方を身に付ける練習をする。</p>	<p>(1) (T2) 正しいマナーを身に付ける理由を説明する。 ○食事を時間内に食べ終わるため ○周りの人を嫌な気持ちにさせないため</p> <p>(2) (全員) 机間指導 (T2) 全員で正しいマナーについて確認する (T3) 正しいマナーを再現する</p> <p>(T1) この中で自分たちに一番身に付いていないものを聞く。 (T2) 箸の持ち方を指導する。 (T1) 練習後、豆つかみゲームをする。(1分間)</p>	<p>板書パネル</p> <p>板書パネル イラスト</p> <p>箸の持ち方のイラスト 箸・豆・皿</p>
終末	<p>4 今日の学習をワークシートにまとめ、これから食事をする際のめあてを決める。</p>	<p>(T1) ワークシートに書いたことを発表することで、意欲づけを図る。</p>	<p>ワークシート</p>

7 評価規準

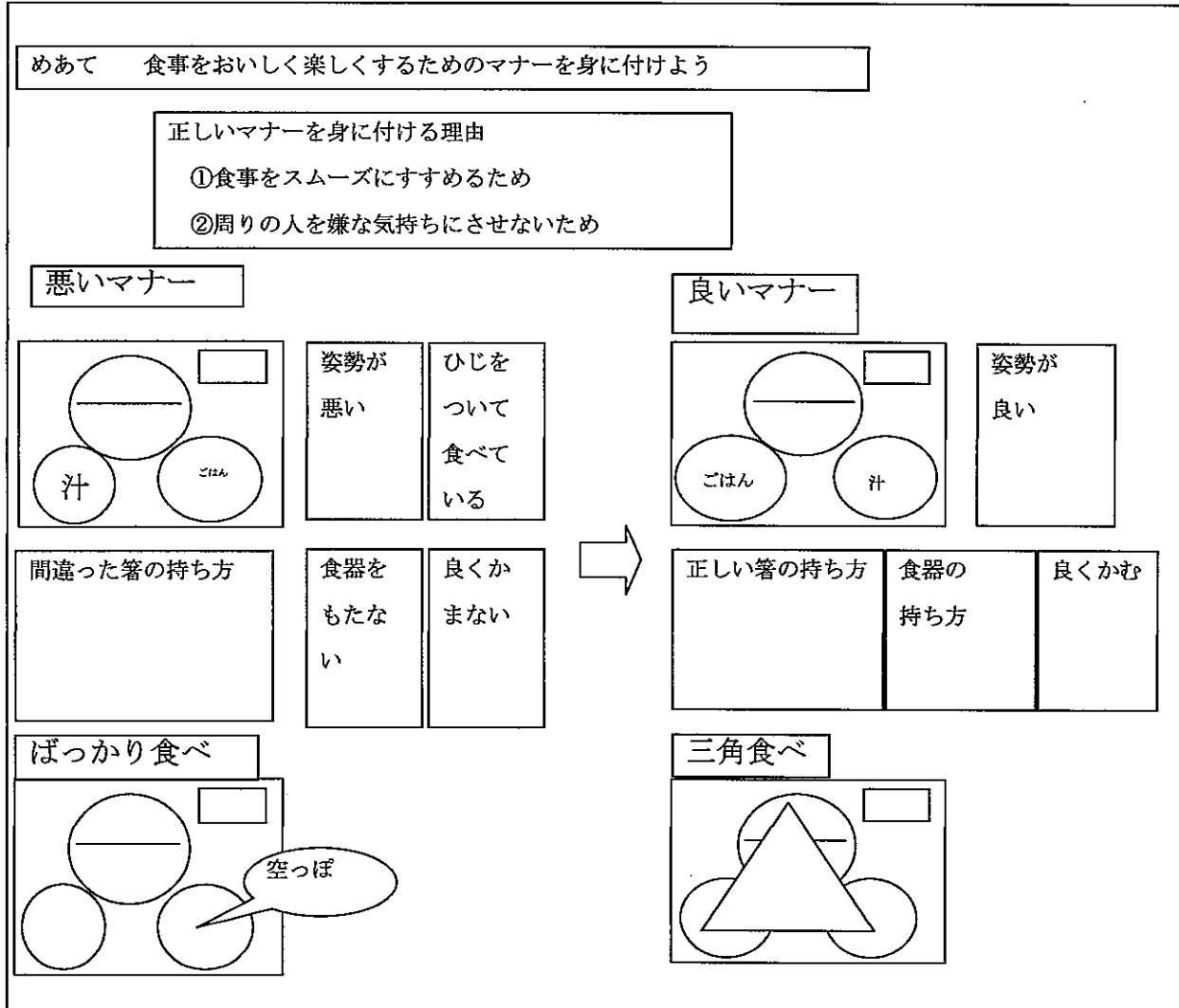
○自分の食事の食べ方で改善する点を考え、改善しようとしている。

【関心・意欲・態度】

○正しい食事のマナーを身に付け、これから食事をする際のマナーのめあてを自己決することができる。

【思考・判断・実践】

8 板書計画



おいしく楽しく食事をしよう

4年 名まえ

1. 食事の様子を見て、マナーの悪いところを書きましょう。

2. どのように直したら正しいマナーになるか書きましょう。

3. 今日の勉強^{べんきょう}でわかったことや、これから食事^{しょくじ}をするときの、めあてを書きましょう。



平成24年度 食に関する指導全体計画(湯沢市立駒形小学校)

・子供の実態
・保護者・地域の実態

学校教育目標
毎日えがおで ワクワク勉強 かしくく 元気な 駒小キッズ

学習指導要領
食育基本法
食育推進基本計画
教育委員会の方針

食に関する指導の目標

- ① 食事の重要性、食事の喜び、楽しさの理解をする。
- ② 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摂り方を理解し、自ら管理していく能力を身につける。
- ③ 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つける。
- ④ 食物を大事にし、食物の生産等にかかわる人々への感謝する心を育む。
- ⑤ 食事のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を身につける。
- ⑥ 各地域の産物、食文化や食に関わる歴史等を理解し、尊重する心をもつ。

幼稚園 保育所	各学年の食に関する指導の目標			中学校 中学校との連携に関する方針等
	低学年	中学年	高学年	
幼稚園・保育所との連携に関する方針等	<ul style="list-style-type: none"> ○食べ物に興味関心をもつ。 ○好き嫌いせずに食べようとする。 ○いろいろな食べ物の名前が分かる。 	<ul style="list-style-type: none"> ○楽しく食事することが心身の健康に大切なことが分かる。 ○健康に過ごすことを意識して、いろいろな食べ物を好き嫌いせずに食べようとする。 ○衛生的に給食の準備や食事、後片付けができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ○楽しく食事することが、人と人とのつながりを深め、豊かな食生活につながることを分かる。 ○食事が体に及ぼす影響や食品をバランスよく組み合わせて食べることの大切さを理解し、一食分の食事が考えられる。 ○食品の衛生に気をつけて、簡単な調理をすることができる。 	

特別活動	学級活動及び給食時間	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月		
		<ul style="list-style-type: none"> ○学級活動 ○食に関する指導 ●給食指導 	<ul style="list-style-type: none"> ○給食の準備をきちんとしよう ◎学校給食がはじまるよ ●仲良く食べよう●手を洗おう 	<ul style="list-style-type: none"> ○給食の準備をきちんとしよう ◎みんなが気持ちよく食事をするマナー●清潔に気をつけよう 	<ul style="list-style-type: none"> ○給食の準備をきちんとしよう ◎バランスよく食べよう ●清潔に気をつけよう 	<ul style="list-style-type: none"> ○やさいのパワー ◎牛乳のウルトラパワー ●食べ物を大切にしよう 	<ul style="list-style-type: none"> ○バランスよくたべよう○大豆のへんしん ◎がんばれ、ぼくらの3レンジャー●食べ物を大切にしよう 	<ul style="list-style-type: none"> ○健康な生活習慣と食事 ◎朝ごはんは目覚まし時計◎1食分の食事 ●感謝して食事をしよう 	<ul style="list-style-type: none"> ○風邪予防○1年の成長を振り返ろう ◎学校給食ができるまで ●給食の反省をしよう 	<ul style="list-style-type: none"> ○風邪予防○1年の成長を振り返ろう ●給食の反省をしよう 	<ul style="list-style-type: none"> ○風邪予防○1年の成長を振り返ろう ◎パワーピラミッドを建てよう ●給食の反省をしよう 	<ul style="list-style-type: none"> ・発育測定・健康診断・遠足・運動会 ・宿泊体験学習 	<ul style="list-style-type: none"> ・夏休み・修学旅行・学習発表会 ・マラソン大会・なべっこ集会・冬休み 	<ul style="list-style-type: none"> ・スキー教室・バイキング給食 	<ul style="list-style-type: none"> ・縦割り活動スタートの会

教科と生活の関連	1年	2年	3年	4年	5年	6年
	<ul style="list-style-type: none"> ・やさいをそだてよう・できるようになったよ 	<ul style="list-style-type: none"> ・おいしくそだてわたしの野菜い・どきどきわくわく町たんけん 	<ul style="list-style-type: none"> ・私のまちなまのまち ・植物を育てよう 	<ul style="list-style-type: none"> ・私たちのくらしと土地の様子 ・季節と生き物 	<ul style="list-style-type: none"> ・私たちの生活と食料生産 ・発芽と成長 ・魚の誕生 	<ul style="list-style-type: none"> ・作っておいしく食べよう

道徳

1. 主として自分自身にかかわること
(低)健康を守る1-(1) (中)健全な生活態度1-(1) (高)健康を見直す1-(1)
2. 主として他の人とのかかわりに関すること
(低)お世話になっている人2-(4) (中)感謝する心2-(4) (高)尊敬感謝の心2-(5)
3. 主として自然や崇高なもののかかわりに関すること
(低)命のありがたさ3-(2) (中)受け継がれる命3-(2) (高)生きることの尊さ3-(2)
4. 主として集団や社会とかかわりに関すること
(低)楽しいお手伝い4-(4) (中)お母さんのせいきゅう書4-(3) (高)日本を愛する心4-(7)

総合学習	学校農園で育てる野菜を調べよう	駒形りんごについて調べよう	米作りについて調べよう	世界とのつながりを調べよう
家庭・地域の連携の取り組み方	・学校報・給食だより・ほけんだより・地区ほけんだより・学級通信・学校給食試食会・親子料理教室			
地場産物活用の方針	・地場産物活用の状況を給食だよりや献立説明の放送を通して給食指導に取り入れる。 ・食生活改善推進協議会の協力のもと、学校で育てた米を使った料理教室を実施する。			
個別相談指導の方針及び取り組み方	・発育測定や健康診断の結果をもとに、生活習慣病予防の観点から肥満度の高い児童には、家庭と連携を取り合っ食習慣改善のための支援をする。また必要であれば医療機関とも連携を図り指導していく。			

平成 24 年度 食に関する指導・年間指導計画

No. 1

湯沢市立駒形小学校

学年	月	教 科 領 域	単 元・題 材	教科・領域におけるねらい	食生活カリキュラム 指導内容	給食時間（知識定着）	
						献 立	指 導
小 1	4	特別活動	たのしいきゅうしよく	<ul style="list-style-type: none"> 給食の基本的なマナーを知り、協力して準備し楽しく食事ができるようにする。 野菜に興味関心をもち、野菜を食べようとする意欲をもたせ、その大切さを知る。 	『学校給食がはじまるよ』	給食が始まる日の献立	<ul style="list-style-type: none"> 食事のルール よい姿勢 食器の配置 箸の持ち方
	9	特別活動	やさいのパワー	野菜に興味関心をもち、野菜を食べようとする意欲をもたせ、その大切さを知る。	『やさいのパワーをいただきました』	野菜の残量調査 野菜を使った献立	<ul style="list-style-type: none"> 野菜のパワーの確認 家庭での野菜摂取の習慣化
小 2	9	特別活動	牛乳のウルトラパワー	<ul style="list-style-type: none"> 牛乳は成長するために大切な食品であることを知り、進んで牛乳を飲んだり牛乳を使った献立を食べたりすることができるようにする。 	『牛乳のウルトラパワー』	牛乳を使った献立	<ul style="list-style-type: none"> 牛乳のパワーの確認 家庭での牛乳摂取の習慣化
	2	道 徳	給食ができるまで	<ul style="list-style-type: none"> 給食をつくる人たちの苦勞を知り、感謝するとともに、食べ物を大切にしようとする気持ちをもつ。 	『学校給食ができるまで』	がんばりカードの活用	<ul style="list-style-type: none"> 残量調査 給食を作る苦勞を知る。
小 3	9	特別活動	魚のひみつ	<ul style="list-style-type: none"> よく食べる魚の名前や特徴を知る。 	『ここはぼくらの水族館』	魚料理を含む献立	<ul style="list-style-type: none"> よく食べる魚の名前と特徴を知る。 大豆製品の紹介
	1 1	国 語	すがたをかえる大豆	<ul style="list-style-type: none"> 大豆の成長や食べ方を知るとともに、文章の内容を的確に理解する。 	『大豆のへんしん』	大豆料理を含む献立	大豆製品の紹介
	3	特別活動	バランスよく食べよう	<ul style="list-style-type: none"> 食べ物には、3つのはたらきがあることを知る。 	『がんばれ、ぼくらの3レンジャー』	毎日の献立	<ul style="list-style-type: none"> 食品を3大栄養素に分類させる。

平成 24 年度 食に関する指導・年間指導計画

湯沢市立駒形小学校

No. 2

学年	月	教 領 域	単 元・題 材	教科・領域におけるねらい	食生活カリキュラム 指導内容	給食時間 (知識定着)	
						献 立	指 導
小 4	7	特別活動	みんなが気持ちよく食事をすまなう	<ul style="list-style-type: none"> 正しい食べ方を身につけることができる。 自分たちの食事を振り返り正しい食べ方を身につけることができる。 	『食事をおいしく楽しくする食事のマナーを身につけよう』	毎日の献立	<ul style="list-style-type: none"> 正しい食事のマナーを身につける。
	11	保 健	育ちゆく体とわたし	<ul style="list-style-type: none"> よりよい発育のために、バランスのよい食事、適切な運動や休養・睡眠が必要であることを知る。 	『育ちゆく体とわたし』	毎日の献立	<ul style="list-style-type: none"> 偏食せずに食べる。
小 5	9	特別活動	朝ごはんは目覚まし時計	<ul style="list-style-type: none"> 朝食の役割について考え、しっかりと摂ろうとすする気持ちを高める。 	『朝ごはんは目覚まし時計』	毎日の献立	<ul style="list-style-type: none"> 脳のエネルギーが作られる仕組みを確認する。
	11	社 会 総 合	これからの食料生産とわたしたち	<ul style="list-style-type: none"> 日本の食料生産の問題点について考えるとともに、地産の食品のよさを知ることができる。 	『給食から地球を考えよう』 『まるごとと秋田を食べよう』	地域の食料を使った献立	<ul style="list-style-type: none"> 輸入食品、地域の食料を意図させる。
小 6	9	家 庭	計画的な食事づくり	<ul style="list-style-type: none"> 栄養バランスのよい献立を考えられることができる。 健康を意識して好き嫌いなく食べようとする意欲をもたせる。 	『1 食分の食事を考えよう』	毎日の献立	<ul style="list-style-type: none"> 実際に食べるときを想定して考えさせる。
	2	特別活動 保 健	“パワーピラミッド”ってなに？ 病気の予防	<ul style="list-style-type: none"> 食生活を中心に、自分の生活を見つめ直す。 病気を予防する体の仕組みを知る。 	『パワーピラミッドを建てよう』 『病気の予防』	毎日の献立 毎日の献立	<ul style="list-style-type: none"> 食生活を直し 偏食せずに食べる

⑥ 小学校5年学級活動 活動名:「地産地消のよさを知ろう」

指導者 T1:学級担任 T2:栄養教諭

□学校名 羽後町立西馬音内小学校

□所在地 〒012-1131 羽後町西馬音内字祭ノ神19

□連絡先 TEL0183-62-1768 FAX0183-62-1702 栄養教諭 土信田 睦子

E-mail:baon@yutopa.or.jp

地産地消の意味やよさ、給食に使われている地域の食材を知ることで、自ら進んで地場産物を食べようとする態度を育成する。

1 本時のねらい

- ・地産地消について知り、そのよさについて考える。
- ・羽後町には様々な地場産物があることを理解する。

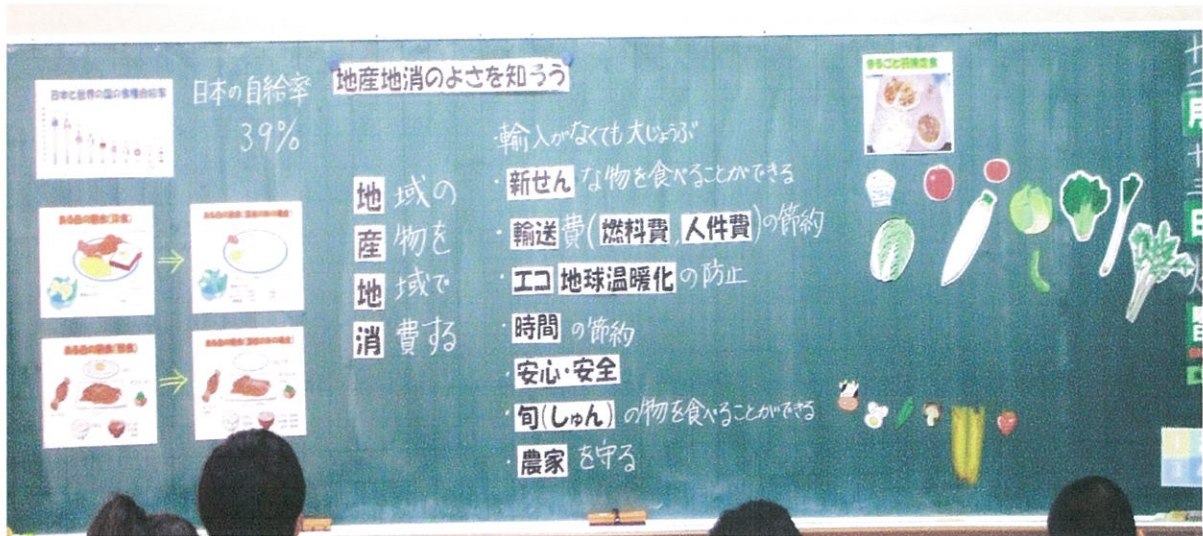
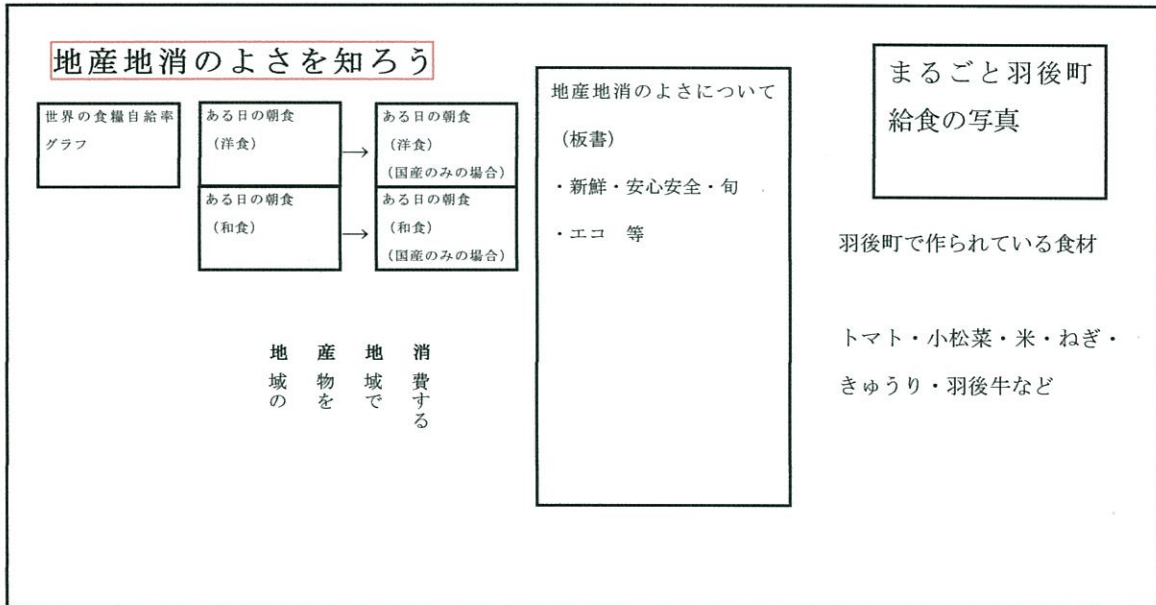
2 本時の学習活動

	主な学習活動	指導上の留意点	準備物
導入	1 提示されたグラフを見て、気付いたことを発表する。 2 食事の中の国産食材の割合を知る。 3 本時の学習のめあてを確認する。 <u>地産地消のよさを知ろう</u>	・グラフを提示し、何のグラフかを予想させることで、日本の自給率を意識させる。 ・一食分の食材がどの程度輸入されているのかを視覚的に提示し、地産地消への興味をもたせる。 ・学習課題を知らせ、学習への意欲をもたせる。	世界の自給率グラフ 食事の国産食材の割合の絵
展開	4 地産地消のよさについて考える。 5 羽後町の地場産物について考え、給食にも羽後町の食材が使われていることを知る。	・地産地消の意味やよさに気付かせるように助言する。 <意味> 地域の産物を地域で消費する <よさ> ・環境に優しい・安全安心 ・新鮮・安い・旬 など ・羽後町の地場産物について知っているものを発表させる。 ・「まるごと羽後給食」に使われていた食材を知らせる。	ワークシート キーワードカード 食材の絵
終末	6 学習のまとめ後振り返りをし、自分にできる地産地消について考える。	・学習したことを振り返り、自分にできる地産地消について考えるようにはたらきかける。	ワークシート

3 評価

- ・地産地消について知り、そのよさについて考えることができたか。
- ・羽後町には様々な地場産物があることを理解できたか。

4 板書計画



<写真>

ち さん ち しょう
地産地消のよさを知ろう

〇〇小 5年 名前

1. 地産地消とはどのような意味でしょうか。()に文字を入れましょう。

地 () の
産 () を
地 () で
消 () すること



2. 地産地消のよさを書きましょう。

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

3. 羽後町の地場産物を書きましょう。

4. 今日の学習のふりかえりと、自分にできる地産地消を考えて書きましょう。

【子ども・保護者・地域の実態】
 ・肥満傾向の児童が多い
 ・食事のマナーの向上
 ・食に対する体験活動が充実
 ・地産地消を推進
 ・地域の食育の積極的な取組

学校教育目標
 かしこく やさしく たくましく
 ～自ら学び豊かでたくましい心と体をもった子どもの育成～

・学習指導要領
 ・食育基本法
 ・学校給食法
 ・食育推進基本計画
 ・県教育委員会の方針
 ・町教育委員会の方針

食に関する指導の目標
 食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。
 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。
 食品に対する正しい知識・情報に基づいて、食物の品質や安全性等について自ら判断できる能力を身に付ける。
 食物を大切に、食物の生産等に関わる人々への感謝する心をはぐくむ。
 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。
 地域の産物や食文化について理解を深め、生活に取り入れようとする意欲をもつ。

各学年の食に関する指導の目標		
低学年	中学年	高学年
<ul style="list-style-type: none"> ○食べ物に関心を持ち、いろいろな食べ物の種類や名前が分かる。 ○食事のマナーを身に付け、みんなと楽しく食事をすすめる。 ○食事に携わる人への感謝の気持ちをもつ。 	<ul style="list-style-type: none"> ○食べ物の主なはたらきが分かり、好き嫌いなく食べることができる。 ○正しい食事のマナーを知り、楽しく食べることができる。 ○生産者や自然の恵みに感謝して食べることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ○栄養バランスのとれた食事の大切さが分かり、自ら調理することができる。 ○マナーに気を配り、会食を楽しむことができる。 ○食文化や食品の生産・流通について理解を深めることができる。

特別活動	給食指導目標											
	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
学級活動及び給食指導	<ul style="list-style-type: none"> ・みんなと協力して楽しく食べよう ・時間を守って食べたり、準備や後片付けをしたりしよう ・衛生に気を付けて準備をしたり、食事をしたりしよう 			<ul style="list-style-type: none"> ・栄養のバランスに気を付けて食べよう ・正しい食事のマナーを身に付けよう 			<ul style="list-style-type: none"> ・成長にあった食事をしよう ・感謝して食べよう ・姿勢よく食べよう 			<ul style="list-style-type: none"> ・姿勢よく食べよう ・寒さに負けない体をつくる食事をしよう ・給食の反省をしよう 		
学級活動	○給食の約束			○夏休みの食事			○冬休みの食事			○給食のふりかえり		
◎食に関する指導	◎楽しい学校給食			◎食べ物の名前			◎野菜はかせになろう			◎なんでも食べよう		
●給食指導	●正しい手洗い			●好き嫌いをしないで食べる			●姿勢よく食べる			●残さず食べる		
◎学級活動	◎給食の約束			◎夏休みの食事			◎冬休みの食事			○一年間の給食の反省		
◎食に関する指導	◎食事のマナー			◎食べ物の主なはたらき			◎食事と健康			◎バランスのよい食事		
●給食指導	●正しい手洗い			●好き嫌いをしないで食べる			●姿勢よく食べる			●残さず食べる		
◎学級活動	◎朝食の大切さ			◎夏休みの食事			◎冬休みの食事			○一年間の給食の反省		
●給食指導	●衛生に気をつけた給食準備			◎食べ物と健康			◎バランスのよい献立			◎秋田の食文化		
◎学級活動	◎食事のマナー			●好き嫌いをしないで食べる			◎感謝して食べる			●残さず食べる		
●給食指導	・遠足・ふるさと体験交流会			・住民運動会・修学旅行			・なべっこ			○学校給食週間		
学校行事	・運動会			・学習発表会・夏休み			・マラソン大会・冬休み			・卒業バイキング		

教科との関連	1年						2年						3年						4年						5年						6年					
	社会													わたしのまち みんなのまち						私たちのくらしと土地の様子						私たちの生活と食料生産 秋田まるかじり						大昔の人々のくらし 新しい日本、平和な日本へ 日本とつながりの深い国々				
理科													たねをまこう						植物の成長の様子を調べよう						植物の発芽と成長 花から実へ						動物の体のはたらき					
生活	おおきなあれ さつまいもパーティーをしよう						大きく育てよう やさいのせわをしよう																													
家庭																									健康を考えた食事						朝食に合うおかずを作ろう 献立作戦					
保健体育													毎日の生活と健康						育ちゆく体とわたし						けがの防止 心の健康						病気の予防					
道徳	1主として自分自身に関すること(低)(中)(高) 1-(1)						2主として他の人との関わりに関すること(低)(中) 2-(1)(4)(高) 2-(1)(5)						3主として自然や崇高なものとの関わりに関すること(低)(中)(高) 3-(1)(2)						4主として集団や社会との関わりに関すること(低) 4-(2)(4)(中) 4-(2)(3)(5)(6)(高) 4-(2)(4)(5)(7)(8)																	
総合的な学習													いいな!ぼくややさしい町づくり やさしい人づくり						米作りにチャレンジ						ゆめきりり～未来の自分を考えよう～											
家庭・地域との連携	学校だより、学年だより、給食だより、献立表、保健だより等で家庭へ情報発信する。						学校給食試食会において学校給食についての目的や意義について理解を深める。						羽後町食育活動推進協議会において地域での食育について情報交換し、連携を図る。																							
地場産物の活用等	地域学習での地場産業の見学、また、地域の協力を得て学校田で米作りを行う。(3年まちめぐり、5年米作り)						献立表や一ロメ等 で給食で使われている地場産食品の紹介をする。																													
個別相談・個別指導	アレルギー、肥満児への栄養指導を行い家庭の啓発に努める。																																			

平成24年度 食に関する指導・年間指導計画

羽後町立西馬音内小学校

		教科領域		単元・題材		教科・領域におけるねらい		食生活カリキュラム 指導内容		献立		指導	
小	4月	学活	学活	学校給食が始まります	学校給食の決まりや協力し合うことを理解する。	『学校給食が始まるよ』	『学校給食が始まるよ』	ごはん給食・パン給食・ 麺給食・その他実際の献立	自分のテブールの位置、 食事のマナーや準備 後片付けの仕方				
小	7月	学活	学活	やさいなかなよくなる	野菜は体の調子を整えることを知り、野菜に関心をもち進んで食べようとする。	『食べてようね朝ごはん』	『食べてようね朝ごはん』	ごはん給食	箸の持ち方 交互食の仕方				
小	6月	生活	生活	朝ごはんのひみつ	朝ごはんが1日を元気に過ごすために欠かせないものであることを知る。	『やさいのおはなし』	『やさいのおはなし』	朝ごはんは目覚まし時計	朝食の大切さ				
小	11月	学活	学活	がんばればほくら3レンジャー	食べ物の3つの働きとバランスのよい食事について理解する。	『がんばればほくら3レンジャー』	『がんばればほくら3レンジャー』	当日の献立	赤、黄、緑の3群の役割				
小	6月	学活	学活	色の濃い野菜と薄い野菜	野菜には緑黄色野菜と淡色野菜があり、栄養に違いがあることを知る。	『やさいとともだち』	『やさいとともだち』		緑黄色野菜と淡色野菜				
小	10月	国語学活	国語学活	大豆のへんしん	大豆がいろいろな食品に加工されて理解することや大豆の栄養について理解する。	『大豆のへんしん』	『大豆のへんしん』	大豆料理・・・みそ、醤油を使った料理	大豆の栄養 大豆製品				
小	11月	体育(保健)	体育(保健)	毎日の生活とけんこ	健康を保持増進するには、健康な生活を送ることが大切であることを理解する。	『どんな食べ方がいいのかな』	『どんな食べ方がいいのかな』	毎日の給食の献立	赤、黄、緑の3群の役割				
小	11月	体育(保健)	体育(保健)	育ちゆくからだと私	体のよりよい発達のためには、調和のとれた食事、適切な運動、休養、睡眠が必要であることを理解する。	『朝ごはんは目覚まし時計』	『朝ごはんは目覚まし時計』		成長期の食事				
小	12月	学活	学活	バランスよく食べよう	赤、黄、緑の各グループにどんな食品があるか、どんな働きをするのかを認識する。	『選んで食べよう』	『選んで食べよう』	当日の献立	赤、黄、緑の3群の役割				
小	11月	総合	総合	ふるさとの味にふれてみよう(たまこ汁)	郷土料理を協力して調理することで地域の食文化に興味をもち、地域の良さを感じることができ	『郷土料理の大切さ』	『郷土料理の大切さ』	米の料理 アイディア料理	郷土料理 地産地消				
小	12月	家庭	家庭	弁当作り「バランスのよい食べ方」	成長期の食事が大切なことを理解し、自分の体に必要な食品を考えて選ぶことができる。	『選んで食べよう』	『選んで食べよう』		赤、黄、緑の3群の役割 盛りつけの仕方				
小	7月	家庭	家庭	朝食の大切さを知る	成長期の体を作るため、脳を活性化させるためには朝食が大切なことを理解する。	『朝ごはん食べないと・・・脳はおひまに』	『朝ごはん食べないと・・・脳はおひまに』		朝食の大切さ				
小	11月	家庭	家庭	一食分の献立を考えよう	給食の献立の立て方を知り、バランスのよい献立を考えることができる。	『食事プランを考えよう』	『食事プランを考えよう』	洋食用、和食用献立	バランスのよい食事				

⑦ 小学校5年給食時間 活動名：「塩のはたらきを知ろう」

指導者 T1：学級担任 T2：栄養教諭

□学校名 北秋田市立鷹巣小学校

□所在地 〒018-3331 北秋田市鷹巣南中家下37-1

□連絡先 TEL0186-62-2041 FAX0186-63-2042 栄養教諭 庄司 のぞみ

E-mail:takasyo@kumagera.ne.jp

1 本時のねらい

- ・塩の体内での働きについて知り、食品に含まれる塩分量を確認することで、とりすぎないようにする態度を身につける。

2 本時の学習活動

	学習活動	教師の指導支援	資料
導入	1 「塩梅」という言葉から塩加減の大切さを知る。	塩梅についての言葉の意味、味付け以外の日常生活でも使われることを伝える。	カード
展開	2 塩の体内での働きと、とりすぎの害について知る。 ・涙や汗もしょっぱいなあ。	体に欠かせないものであることを伝える。 とりすぎは生活習慣病の原因になることを伝える。	図
	3 食品に含まれる塩の量についてクイズをする。 ・このくらいかな？ ・めんやうどんなど、汁物に塩分が多い。	グループで予想し、発表してもらってから正解を出す。 実際の塩分量を用意	掲示物 実際の塩
	4 一日にとってもよい塩の量を確認する。 ・一日の量ってこんなに少ないのか。 ・お菓子の袋にも塩分量が表示されている。	調味料についても確認する。 市販の食材の袋表示をみせる。	調味料 品質表示
終末	5 今日の学習をふり返ることで今後の生活で気をつけることを発表する。 ・麺類の汁は全部飲まないようにしましょう。 ・お菓子を袋ごと食べると多いなあ。	とりすぎた場合の調整についても伝える。	

3 板書計画



4 資料1 「調味料の塩分量」



平成24年度 食に関する指導全体計画

北秋田市立鷹巣小学校

高度肥満 1.4% 中度肥満 2.4%
 軽度肥満 3.5% るいそ 0.3%
 全て健全者 25.9%
 う歯治療完了者 28.3%

学校教育目標
 「豊かな心、確かな学力、すこやかな体の子どもの育成」
 ～子どもに夢と知恵と勇気を～

学習指導要領
 食育基本法
 食育推進基本計画
 教育委員会の方針

食に関する指導の目標

- ① 食事の重要性、食事の喜び、楽しさの理解をする
- ② 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摂り方を理解し、自ら管理していく能力を身に付ける
- ③ 正しい知識・情報に基づいて、植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
- ④ 植物を大事にし、植物の生産等にかかわる人々への感謝する心をはぐくむ
- ⑤ 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
- ⑥ 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

幼稚園 保育所	各学年の食に関する指導の目標			中学校
	低学年	中学年	高学年	
幼稚園・保育所との連携に関する方針等	<ul style="list-style-type: none"> ○食べ物に興味関心をもち、食品の名前がわかる。 ○みんなと楽しく食べることができる。 ○作ってくださる人に感謝し、好き嫌いせずに食べようとする。 	<ul style="list-style-type: none"> ○食べ物は働きによって、3つのグループに分けられることがわかり、健康を意識して、バランスよく食べようとする。 ○食事のマナーを理解する。 ○協力して、給食の準備や後かたづけをし、助け合いながらよい人間関係を築くことができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ○食事を通して豊かな心と好ましい人間関係を築くことができる。 ○食文化を理解し、人々の営みや自然の恵みを感謝することができる。 ○食事の大切さを理解し、自分の健康を考えて食べることができる。 	中学校との連携に関する方針等

		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
特別活動	学級活動及び給食時間	低学年 ○給食の約束、歯を大切に ◎食べ物の名前を知ろう ●仲良く食べよう			○夏休みの健康			◎作ってくれた人に感謝しよう ○好き嫌いせずに食べよう			○かぜの予防、成長をふり返ろう ●給食の反省をしよう		
		中学年 ○給食の約束、歯を大切に ◎おやつ正しい取り方			○夏休みの健康 ◎食べ物の働きを知ろう			◎作ってくれた人に感謝しよう ○好き嫌いせずに食べよう			○かぜの予防、成長をふり返ろう ●給食の反省をしよう		
		高学年 ○給食の約束、歯を大切に ◎給食について考えよう			○夏休みの健康 ◎地場産物について知ろう			◎給食に係わっている人を知ろう ○好き嫌いせずに食べよう			○かぜの予防、成長をふり返ろう ●給食の反省をしよう		
	全校斉指導等	・給食一口メモ ・行事食・セレクト給食 ・カミカミ給食、完食調べ			・給食一口メモ・セレクト給食 ・行事食、郷土食 ・仲よし交流給食			・給食一口メモ・完食調べ ・セレクト給食 ・行事食、郷土食			・給食一口メモ ・行事食・セレクト給食 ・卒業バイキング給食		
	学校行事	・発育測定・運動会 ・修学旅行			・自然教室・鷹つ子祭り ・夏休み・個人面談			・なべっこ会 ・冬休み			・スキー教室 ・学校給食週間		
児童会活動	・元気スポーツ委員会集会発表												

		1年	2年	3年	4年	5年	6年	
教科との関連	社会			・わたしのまちなみ ・はたらく人とわたしたちの暮らし ・かわつてきた人々の暮らし	・住みよいくらしをつくる ・きょう土をひろく ・わたしたちの県	・わたしたちの国土 ・わたしたちの生活と食料生産 ・わたしたちの生活と環境	・日本の歴史 ・わたしたちの生活と政治 ・世界の中の日本	
	理科			・春のしぜんにとびだそう ・たねをまこう ・どれくらい育ったかな ・花がさいたよ ・実がたくさんできたよ	・あたたかくなると ・動物のからだのつくりと運動 ・暑くなると ・すずしくなると ・寒くなると	・植物の発芽と成長 ・花から実へ ・人のたんじょう ・物のとけ方	・地球の生き物の暮らし ・動物のからだのはたらき ・植物のからだのはたらき ・生き物の暮らしと環境 ・人と環境	
	生活	・がっこうだいすき ・きれいにさいてね ・たかきさんさいてね	・おいしくそだて ・わたしのやさしい ・どきどきわくわく ・たんけん					
	家庭						・はじめてみようクッキング ・元気な毎日と食べ物 ・じょうずに使おう物やお金	・くふうしよう朝の生活 ・くふうしよう楽しい食事
	体育			・毎日の生活と健康	・育ちゆく体と私	・心の健康	・病気の予防	

意 図	1 主として自分自身に関すること (低・中・高) 1-(1) 2 主として他の人とのかかわりに関すること (低・中) 2-(1)(4), (高) 2-(1)(5) 3 主として自然や崇高なもののかかわりに関すること (低・中・高) 3-(1)(2) 4 主として集団や社会とのかかわりに関すること (低) 4-(2)(4), (中) 4-(2)(3)(5)(6), (高) 4-(2)(4)(5)(7)(8)
総合学習	大地のめぐみを感じよう! われら北秋田市調査隊! 米・探検隊 世界が友だち「見つめよう!世界の国」
家庭・地域との連携の取り組み方	学校だより、食育(給食)だより、保健だより、学校給食試食会、学校保健委員会、招待給食
地場産物活用の方針	地場産物を活用することにより、地域の農産物がわかり、生産者の顔が見え、安心安全な給食が提供できると共に、感謝の心を育てることができるので、積極的に活用する。
個別相談指導の方針及び取り組み方	保護者からの申し出、定期健康診断の結果、日常の食生活の様子等から個別相談指導が必要な児童を対象に実施 *食物アレルギー対応者に関しては、診断書を基に保護者・校長又は教頭・学級担任・養護教諭・栄養教諭・給食センター所長・教育委員会で話し合いをしてから実施

●食に関する指導の年間指導計画 (小学校5学年)

		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
教科	社会	・わたしたちの生活と食料生産(選, 文) ・これからの食料生産とわたしたち(選, 文) ・米作りのさかんな庄内平野(文) ・水産業のさかんな静岡県(文)											
	理科	・植物の発芽と成長(健, 選) ・魚のたんじょう(健, 選)											
	家庭	・はじめてみようクッキング(重, 健, 選) ・元気な毎日と食べ物(重, 健, 選) ・元気づけずに使おう物やお金(選)											
	体育科 (保健領域)	・心の健康(重, 健)											
	道徳	・もったいない(感, 社)											
	その他の教科	(国語)・春から夏へ(社) (国語)・秋の空(社) (国語)・冬から春へ(社) (算数)・平均(社) (算数)・割り算と分数(社) (算数)・割合をさすグラフ(社) (図工)・季節を感じて(社) (算数)・ピーマンの収穫と日本の機械(社)・ごみの減量と二酸化炭素の量(社)											
	総合的な学習 の時間	・米・探検隊(重, 健, 選, 社, 感, 文) ・なべっこ会											
特別 活動	給食の時間	◎給食の手順を確かめよう ◎歯を大切にしよう ◎目を大切にしよう ◎好き嫌いをせず食べよう ◎風邪の予防に心がけよう ◎1年間の反省をしよう ◎衛生に気をつけよう ◎好き嫌いをせず何でも食べる ◎好きな食べ方がいいのかな ◎夏の食事 ◎食の準備や後片付けの仕方をおぼえる ◎正しい姿勢で食べる ◎おもしろい話をする ◎感謝して食べる ◎米の栄養について知ろう ◎ふるさととの味にふれてみよう ◎冬の食事 ◎好き嫌いをせず食べる ◎感謝して食べる ◎おもしろい話をする ◎米の栄養について知ろう ◎ふるさととの味にふれてみよう ◎冬の食事											
	学級活動	◎入学式・運動会・自然教室・いつ誰参観 ◎入学式・運動会・自然教室・いつ誰参観 ◎入学式・運動会・自然教室・いつ誰参観 ◎入学式・運動会・自然教室・いつ誰参観 ◎入学式・運動会・自然教室・いつ誰参観 ◎入学式・運動会・自然教室・いつ誰参観											
献立 作成の 配慮	旬の食材	小松菜, ほうれん草, アスパラ, はくさい, きゅうり, トマト, かぼちや, なし, ぶどう, ごぼう, 鮭, 大豆, とんぶり, ハタハタ, 納豆, 煙草, 小松菜, キヤベツ, 山菜, にんじん, じゆんさい, メロン, スイカ, キヤベツ, パセリ, チンゲン菜, じゃがいも, ねぎ, りんご, きのこと, ウド											
	地域産物の利用	ほうれん草, 小松菜, アスパラ菜, ミス, キヤベツ, いんげん, きゅうり, シシトウ, キヤベツ, さつまいも, にんじん, りんご, だいこん, 大豆, わらび, ふき, ぜんまい, アスパラ, 夕顔, トマト, ピーマン, なす, 玉ねぎ, じゃがいも, せり, はくさい, ねぎ, しいたけ, ごぼう, 豆腐											
	食文化の伝承	お花見献立 端午の節句献立 七夕献立 七夕献立 秋田 YUME 給食 カミカミ献立 農場産物活用献立 強調月間 セレクト献立 バイキング給食 学校給食週間 卒業お祝い献立											
	その他	入学お祝い献立 秋田 YUME 給食 カミカミ献立 農場産物活用献立 強調月間 セレクト献立 バイキング給食 学校給食週間 卒業お祝い献立											
	家庭・地域との連携	給食だより, 食育だより, いつ誰参観, 学校給食試食会, 放課後料理教室, PTAの集い, 親子料理教室, 招待給食											
	<内は, 食に関する指導の内容を示す。>	<重>食事の重要性 <健>心身の健康 <選>食品を選択する能力 <感>感謝の心 <社>社会性 <文>食文化											

⑧ 小学校5年家庭 単元名：「元気な毎日と食べ物」

指導者 T1：学級担任 T2：栄養教諭

□学校名 美郷町立千屋小学校

□所在地 〒019-1541 仙北郡美郷町土崎字上野乙1-4

□連絡先 TEL0187-85-2211 FAX0187-85-2215 栄養教諭 佐々木 周子

E-mail:matunami@obako.or.jp

1 単元の目標

- 毎日の食事や使われている食品に感心をもち、バランスを考えた食事をしようとする。
(家庭生活への関心意欲・態度)
- 食品の栄養的な特徴や食品の組み合わせに関心をもつ。(生活を創意工夫する能力)
- ごはんのみそしるに関心をもち、調理することができる。(生活の技能)
- 五大栄養素の種類と働きについて理解し、栄養を考えて食事をとる大切さについて理解している。
(家庭生活についての知識・理解)

2 題材の構成（1時間）

- 1 どんな食品を食べているだろう（1時間）
- 2 五大栄養素のはたらきと食品のグループ（1時間）
- 3 バランスのよい食事をしよう（1時間）
- 4 ごはんをたいてみよう（本時・1時間）
- 5 みそしるをつくってみよう（1時間）

時数	主な学習活動	評価基準
1	<ul style="list-style-type: none"> ・給食の献立にどんな食品が入っているか調べる。 ・食品に含まれる栄養素の体内での主な働きによって3つのグループに分けられることを知る。 ・自分の食生活を振り返る。 	<ul style="list-style-type: none"> ・食品に含まれる栄養素が体の成長や活動のもとになることに興味をもつ。
2	<ul style="list-style-type: none"> ・五大栄養素について知り、種類や働きについてまとめる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・五大栄養素の種類と働きについて理解し、栄養を考えて食事をとることの大切さについて理解している。
3	<ul style="list-style-type: none"> ・毎日食べている給食の食品をグループ分けをする。 ・バランスのよい献立作成のポイントをとめる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・食品をグループに分けることを通して、食品の栄養的な特徴や食品の組み合わせに関心をもっている。 ・食品を組み合わせることにより、栄養のバランスがよい献立になることを理解している。
4 (本時)	<ul style="list-style-type: none"> ・事前に調べた手順でごはんをたく。 ・ごはんのたき方のポイントをとめる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ごはんのたき方がわかる。
5	<ul style="list-style-type: none"> ・事前に調べた手順でみそ汁をつくる。 ・みそ汁をつくるためのポイントをとめる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・みそ汁のつくり方がわかる。

3 本時の計画

(1) ねらい

○米やごはんのたき方について関心をもち、米の食品としての特徴やごはんのたき方がわかる。

○ごはんをたくことができる。

(2) 学習過程

学習活動	形態	教師の支援	資料・準備
(わかまつタイム) ・米を洗い、吸水させる。	グループ	・事前に米の洗い方を学習しておく。	米、計量カップ、ザル、ボール、ガラス鍋
1 本時の学習課題を確認する。 ごはんをたいてみよう	全体	・ごはんは、日本の主食であり、伝統的な食事にかかせないものであることを確認し、学習課題への意識付けをする。	・日本食カード ・白米、玄米、古代米
2 米がどのようにごはんになるのかを考える。	グループ	・ごはんの米の体積の違いや、米の吸水量と時間について理解させる。 ・米がごはんになるために、水と熱が必要であることを気づかせる。	・実物の比較(米、30分吸水した米、ごはん)
3 ごはんのたき方の確認。 ・調査したごはんをたたく コツを発表する。 ・ごはんをたく時のめあてと手順について確認する。	個 全体	・事前の学習をもとに、ごはんのたき方に関心をもち取り組めるようにする。 ・米や水の分量や量り方、米の洗い方、吸水時間、火加減の調整の仕方等ごはんのたき方を確認し理解させる。	・ワークシート
4 ごはんをたく。	グループ	・経過時間の確認と火加減の調節をさせる。 ・コンロの安全な取り扱い方に注意させる。 ・固い米が柔らかいごはんにたけていく様子をワークシートに記入しながら、観察させる。	・ストップウォッチ ・ワークシート ・3種類の米をたく(師範台)
5 自分たちのごはんのたきあがりを確認する。	グループ	・自分たちがたいたごはん、師範台の玄米・古代米をたいたごはんを試食し、米の違いによる食感の違いを知る。	・学校給食 ・ワークシート
6 本時の学習を振り返り、まとめる。	個	・いろいろな条件の中からごはんのたき方のポイントや、米による違いをまとめさせる。	・ワークシート

4 板書計画

ごはんを たいてみよう

伝統的な食事

主菜

副菜

主菜
カット

副菜
カット

主食カット

主食カット

主食

汁物

玄米

白米

古代米

ポイント

正確に計量

洗い方

吸水

火加減

時間

安全

くらべてみよう！

(児童の発言を板書)

米 → おいしいごはん

(水) と (熱) が必要

ごはんをたいてみよう

5年 組

●ごはんがたけるようすを観察しましょう。

強火 () 分間(5分) → 中火 () 分間(5分) → 弱火 () 分間(5分) → 蒸らす。

●お米のちがいを比べてみましょう。

げんまい 【玄米】	はくまい 【白米】	こだいまい 【古代米】

●わかったことや気づいたことを書きましょう。

- 155 -

児童の実態
 ・朝食の摂取率は97%である。
 ・はしの持ち方など食事のマナーが身につけていない児童や、偏食する児童が見られる。

学校教育目標
キラッと！ やさしく かしこく たくましく
 ～人間性豊かな子どもの育成

学習指導要領
 食育基本法
 食育推進基本計画
 教育委員会の方針

食に関する指導の目標

- ① 豊かな人間性を育む。(感謝の気持ち、食べ物の命を知るなど)
- ② 健康に生きる知恵を磨く。(朝食、偏食をなくす、食の安全・安心、間食、生活習慣病予防など)
- ③ 生活能力を磨く。(食事のマナー、手洗い、調理など)
- ④ 食文化を継承する。(郷土食、食べ物の名前や地域の農産物を知る、日本や外国の食文化に興味をもつなど)
- ⑤ 環境の大切さを学ぶ。(環境問題、生産活動など)
- ⑥ 食料自給率を高める。(食料自給率、地産地消など)

幼稚園・保育所	各学年の食に関する指導の目標			中学校
	低学年	中学年	高学年	
・食べ物に関心をもって食べよう ・自分たちで作った野菜を食べよう	○食べ物に興味関心をもち、食品の名前が分かるようにする。 ○みんなと楽しく食べることができるようにする。	○衛生的に給食の準備や食事、後片付けができるようにする。 ○生産者や自然の恵みに感謝して食べることができるようにする。 ○好き嫌いをなく食べることができるようにする。	○食事を通して豊かな心と好ましい人間関係を育てるようにする。 ○日常の食事に関心をもち、バランスのとれた食事の大切さが分かるようにする。 ○食文化や食品の生産・流通・消費について理解を深めるようにする。	・自分の食事に関心を持って、心身の健康のため食事の管理のできる生徒

		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
特別活動	学級活動及び給食時間	低学年 ○給食の約束、歯を大切に ◎給食を知ろう ●仲良く食べよう			○夏休みの健康 ◎食べ物の名前を知ろう ●楽しく食べよう			○健康な生活習慣 ◎食べ物に関心をもとう ●食べ物を大切にしよう			○かぜの予防、成長を振り返ろう ◎食べ物について振り返ろう ●給食の反省をしよう		
	○学級活動 ◎食に関する指導 ●給食指導	中学年 ○給食の約束、歯を大切に ◎食品について知ろう ●給食の決まりを覚えよう			○夏休みの健康、運動と健康 ◎食べ物の働きを知ろう ●食事の環境について考えよう			○健康な生活習慣 ◎食べ物の3つの働きを知ろう ●食べ物を大切にしよう			○かぜの予防、成長を振り返ろう ◎食生活を見直そう ●給食の反省をしよう		
	高学年	○安全に気を付けた給食準備、歯を大切に ◎食べ物の働きを知ろう ●楽しい給食時間にしよう			○夏休みの健康、運動と健康 ◎季節の食べ物について知ろう ●食事の環境について考えよう			○健康な生活習慣 ◎食べ物と健康について知ろう ●感謝して食べよう			感謝する気持ちをもって食事をしよう		
	全一校指導	◎身支度や手洗いをきちんとしよう ◎食事のマナーを守ろう ◎じょうぶな歯をつくらう			◎楽しく食べよう ◎朝食をきちんととろう ◎おやつについて(夏休みのすごしかた)			◎偏食をなくそう ◎感謝の気持ちを表そう ●セレクト給食			◎手洗いの徹底 ◎風邪にまけない食事について		
学校行事	健康診断、歯の衛生週間、校外学習、修学旅行、運動会、さつまいも植え、七滝水の森植樹				夏休み集会、個人面談、学習発表会				さつまいも収穫、マラソン大会、なべっこ、				学校給食週間、スキー教室、卒業式
児童会活動	当番活動				おやつについてのアンケート調査				給食食材提供者の紹介				感謝の会

		1年	2年	3年	4年	5年	6年
教科との関連	社会	/		・私の町みんなの町	・私たちのくらしと土地の様子	・食糧生産を支える人々	・大昔の人々の暮らし ・戦争から平和への歩み
	理科	/		・植物の体のつくりや育ち方	・季節と生き物	・発芽と成長 ・動物の誕生	・ジャガイモを育てよう ・休みのつくりと働き
	生活	・やさいのパワーをいただこう	・やさいをそだてよう ・はっけん！わたしの町	/		/	
	家庭	/		/		・ごはんを炊く ・野菜の調理	・生活を計画的に ・楽しい食事を工夫しよう
	体育(保健領域)	/		・毎日の生活と健康	・育ちゆく体とわたし	/	

道徳
 1 主として自分自身に関すること(低)(中)(高)1-(1)
 2 主として他の人とかかわりに関すること(低)(中)2-(1)(4) (高)2-(1)(5)
 3 主として自然や崇高なものとかかわりに関すること(低)(中)(高)3-(1)(2)
 4 主として集団や社会とかかわりに関すること(低)4-(2)(4) (中)4-(2)(3)(5)(6) (高)4-(2)(4)(5)(7)(8)

総合学習
 福祉 地域・環境 地産地消 国際理解

家庭・地域との連携
 食育(給食)だより、保健だより、美郷給食だより、給食特集号などの配布、学校給食試食会、講演会、朝食の大切さ、栄養などの食育や、生産者の紹介、旬の美郷産食材の紹介などを知らせ共通理解を図る。

地場産物活用の方針
 ・毎月行う「美郷給食」で生産者の紹介、栄養、調理法などをお便りで家庭へも紹介し、地産地消を推し進める。
 ・お昼の放送で、給食が生きた教材となるように使用した地場産の紹介や栄養、生産者の紹介などを行う。

個別相談指導の方針・取組
 保護者からの申し出、定期健康診断の結果、日常の食生活等から個別相談指導が必要な児童を対象に実施する。学校、行政が一体となって生活習慣病予防準備の子どもと保護者への定期的な指導をする。(美郷健康クリニック)

平成 24 年度 食に関する指導の年間指導計画

美郷町立千屋小学校

学年	月日	教科領域	単元・題材	教科・領域におけるねらい	指導内容	給食時間（知識定着）	
						献立	指導
1年	4月	特別活動	きゅうしょくがはじまるよ	学校給食のきまりを守り、協力し合って楽しく食事をしようとする。	「学校給食がはじまるよ」	給食	身支度、盛り付け、配膳、食事のマナー、後片付けについて具体的に指導する。
	6月	特別活動	何でも食べよう	保護者に給食の様子を見てもらい、学校における給食についての理解を図る。	「給食おいしいよ」	給食	作ってくれた人の思いを感じとらせるとともに、偏食をしないよう指導する。
	10月	特別活動	おいしい給食	食べ物には赤、黄、緑の栄養のグループがあり、バランスを考えて食べる必要があることを知る。	「お弁当をつくろう」	給食	給食に出てくる食品が赤、黄、緑のグループをバランスよく含んでいることを確認する。
2年	6月	生活科	レッツゴー！大好きな町	地域の自然や人々、公共施設とのかかわりを広げ、深めることができる。	「給食センターのひみつ」		献立を立てる苦勞、給食を作る苦勞を実感させる。残量調査
	5月～9月	生活科	野菜を育てよう	野菜を育てることを通して、その成長のようすに関心をもつことができる。	「野菜パーティをしよう」	野菜サラダ	作る人の気持ちを味わい、みんなで楽しく食事をする事の大切さを知らせる。
3年	7月	保健体育	「毎日の生活と健康」～バランスよく食べよう～	食事は健康な体と心をつくる一要素であることに気づき、3大栄養素の働きを理解することを通してバランスを考えて食べようとする。	「がんばれ、ぼくらの3レンジャー」	毎日の給食の献立	給食に出てくる食品を「黄・赤・緑レンジャー」に色分けし、偏食をしないよう指導する。
	2月	特別活動	牛乳を飲もう	牛乳は体を丈夫にすることが分かり、進んで牛乳を飲もうとする。	「牛乳のウルトラパワー」	牛乳を使用した献立	牛乳の残量調査 牛乳を使用した献立調べ
4年	6月	特別活動	好き嫌い	食べ物の赤、黄、緑の各グループにどんな食品があり、どんな働きをするのかを知り、バランスよく食べようとする態度を身に付ける。	「ゴールデンピラミッド」	献立表	黄：緑：赤＝3：2：1でゴールデンピラミッドであることを確認させる。
	2月	保健体育	育ちゆく体とわたし	体をよりよく発育・発達させるためには、調和のとれた食事、適切な運動や休養及び睡眠が必要であることを知る。	「朝ごはんは目覚まし時計」	献立表	脳のエネルギー源がどのようにして作られるのか確認させる。
5年	7月	社会科	食糧自給率と輸入食糧	日常の食生活を振り返り、自給率の低さや、日々の給食での残菜の多さに気づくことで、自分にできることを考える。	「給食から地球を考えよう」	国内外の食材を利用した献立	食材の産地調べ 食糧自給率調べ
	11月	家庭科	なぜ食べるのだろう	自分の食事を見直し、食べることの大切さ、栄養的にバランスのとれた食事の大切さについて考えることができる。	「なぜ食べる」	食品群がわかりやすい食材を使った献立	栄養士に来てもらい、栄養について話を聞く。
6年	10月	家庭科	「生活に活かそう」・楽しい食事を工夫しよう	食品の栄養的特徴を知り、毎日の食生活を見直すことができる。	「ヘルシーな食事を作ろう」	食品群と量を考えて献立	栄養のバランスや調理法に留意して一食分の献立ができていることを理解させる。
	6月	理科	消化のはたらき	消化と吸収について興味をもち、ご飯粒とだ液で調べ、だ液がデンプンを消化し、ほかのものに変えることをとらえる。	「よく噛んで食べよう」	主食を意識した献立	飲み込むまでの理想的な噛む回数について指導する。
学年	月日	教科領域	単元・題材	教科・領域におけるねらい	食生活カリキュラム指導内容	給食時間（知識定着）	
6年	6月	保健体育	病気の予防	塩分・糖分・脂肪分のとりすぎが生活習慣病の要因の一つであり、望ましい食生活を身に付けることが必要であることが分かる。	「選んで食べよう」	食品群と量を考えて献立	栄養や量を考えて食べることができるよう指導する。
	11月	特別活動	レッツ健やかクッキング	町の栄養士さんや食育推進員の方から毎日の食事の大切さについて学び、町の伝統的な料理を作る。	「町に伝わる食事をしよう」	美郷町に伝わる献立	町の伝統的な料理を自分で調理することができるように指導する。
全校	6月	特別活動（集会）	健康な体	健康な体をつくるためには、バランスのよい食事と運動、睡眠の大切さを知り、実践しようとする。	「健康な体をつくるために」	献立表	なるべく残さず、栄養のバランスのよい食べ方ができるよう指導する。 給食残量調査

⑨ 小学校6年家庭 単元名:「ランチプランを考えよう~栄養満点スペシャル弁当を作ろう~」

指導者 T1: 家庭科教諭 T2: 栄養教諭

□学校名 大館市立釈迦内小学校

□所在地 〒017-0012 大館市釈迦内字相染台2-4

□連絡先 TEL0186-48-2934 FAX0186-48-2936

栄養教諭 柗木 睦美

E-mail: shakanai@oodate.or.jp

1 単元の目標

- (1) 日常の食事に関心をもち、調和のとれた1食分の食事を進んで考ようとする。(関心・意欲・態度)
- (2) 栄養的に、バランスのとれた1食分の食事を考えることができる。(創意工夫)
- (3) 日常使用される食品を用いて、手順よく調理することができる。(技能)
- (4) 食品の栄養的な特徴を知り、調和よく食品を組み合わせた食事の摂り方がわかる。(知識・理解)

2 単元と児童

(1) 児童について

児童は、これまでみそ汁や朝食のおかず作りを体験してきた。その様子を見ると、手際のよい児童が中心となっており、調理の技術に関しては、個人差が見られる。今回の学習では、個人の技能を伸ばすことと、家庭での実践意欲を高めることを大きなねらいとし、弁当という形態で、個人で献立を考え、調理するという学習活動にする。

(2) 単元について

本単元では、「弁当」を通して、健康な生活を送るためには、栄養的にバランスのとれた1食分の食事作りについて考えることが大きなねらいになる。弁当のよいところは、弁当容器に栄養のバランスや個に応じた適切な量、自分のアイディアなどを詰め込むことができることである。また、体をつくるもとになる「赤」、エネルギーのもとになる「黄」、体の調子を整える「緑」の3色の栄養が含まれる食品を組み合わせることや、これらを摂取しようとする態度を養う機会になる。そして、実際に調理することで、食への知識を深め、できることを増やす自信や達成感を味わうことができる。さらには、食事の作り手に対する感謝の気持ちの育成、家庭での実践意欲の高まりに繋がっていくことが期待できる。

(3) 指導にあたって

本時は、弁当の献立を考える活動をする。はじめに、弁当例をもとに、主食3:主菜1:副菜2の量のバランスと、3色の栄養バランスが重要であることに気づかせる。手順にそって献立をたて、その後に3色のシールで栄養バランスを確認させる。その際、食材や調理方法の選択は、経験の少ない児童にとってわかりにくい活動になると思う。そこで、T2(栄養教諭)家での、実際の弁当の写真を提示し、旬の食材や色彩、調理法の工夫を紹介する。また、レシピや食材カード等も用意をして、個に応じた支援をしたいと考えている。

3 学習計画（8時間扱い）

- | | | |
|----|-----------------------|---------|
| 1次 | 「弁当作りの工夫を調べ、まとめよう」 | 1時間 |
| 2次 | 「弁当の献立を考えよう」 | 1時間（本時） |
| 3次 | 「弁当の献立を見直し、調理計画を立てよう」 | 2時間 |
| 4次 | 「栄養満点スペシャル弁当を作ろう」 | 3時間 |
| 5次 | 「学習の振り返り、まとめをしよう」 | 1時間 |

4 本時の計画（2/8）

(1) ねらい

量や3色のバランスを考慮し、調和のとれた献立を考えることができる。

(2) 学習の過程

	学習活動	形態	教師の支援		教具資料
			T1（家庭科担当教諭）	T2（栄養教諭）	
つかむ5分 ／ 深める35分 ／ 広げる5分	1 学習課題を確認する。	全体	・前時の学習を振り返り、本時の学習を確認する。		・学習計画表
	2 弁当例を見て気づいたことを話し合う。	全体	・献立作りに繋がるように、量や3色の栄養のバランスがとれていない弁当を提示し考えさせる。	・児童の発表を受けて専門的な立場で、観点や献立作りの手順をアドバイスし、解決への見通しを持たせる。	・写真
	3 献立を考える。	個	・机間指導を行う。 ・献立を見直し終えた児童には栄養のバランスがとれているか3色のシールを貼って確認するよう指示する。	・実際のT2家の弁当を掲示し、色彩や調理法の紹介をする。 ・計画が進まない児童へ食材やレシピを提示し助言を行う。	・シール ・写真
		ペア	・作業を終えた児童にはペアで紹介し合い交流させる。		・レシピ
	4 献立を紹介しあう。	全体	・2つの観点に従ってえた児童の献立を紹介させる。	・がんばりを認め、賞揚する。	・実物投影機
	5 学習を振り返り次時の学習内容を確認する。	個	・次時への見通しを持たせる。		

(3) 本時の視点

児童が自分の問題点を解決するための場の設定や、教師の支援の仕方は適切だったか。

めあて

栄養満点スペシャル弁当の献立を考えよう

1、まるこさんの弁当



- ・ごはんとスパゲティが入っている。
- ・ソーセージの量が多い。
- ・ケチャップ味の献立が多い。
- ・野菜の種類が少ない。

- ① 量のバランスがとれていない
- ② 3色のバランスがとれていない

2、弁当献立作りのポイント

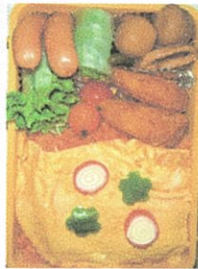
- ①量のバランス (割合) = 主食 3 主菜 1 副菜 2
- ②栄養のバランス = 黄、赤、緑

3、手順

- ①主食を決める
 - ・ごはん ・おにぎり ・チャーハン
 - ・焼きそば ・パン
- ②主菜を決める～選ぶ
 - 卵、ウインナー、ベーコン、ハム
 - ツナの缶詰、竹輪、魚肉ソーセージ、
- ③副菜を決める
 - 野菜を中心としたもの 2種類
 - ヒントコーナー、教科書、
 - 家の人からのアドバイス参考
- ④完成したら、シールで栄養確認、手直しがあったらする。

4、その他のポイント (参考弁当)

= T 2 (栄養教諭) 家の弁当 =



①オムレツ弁当



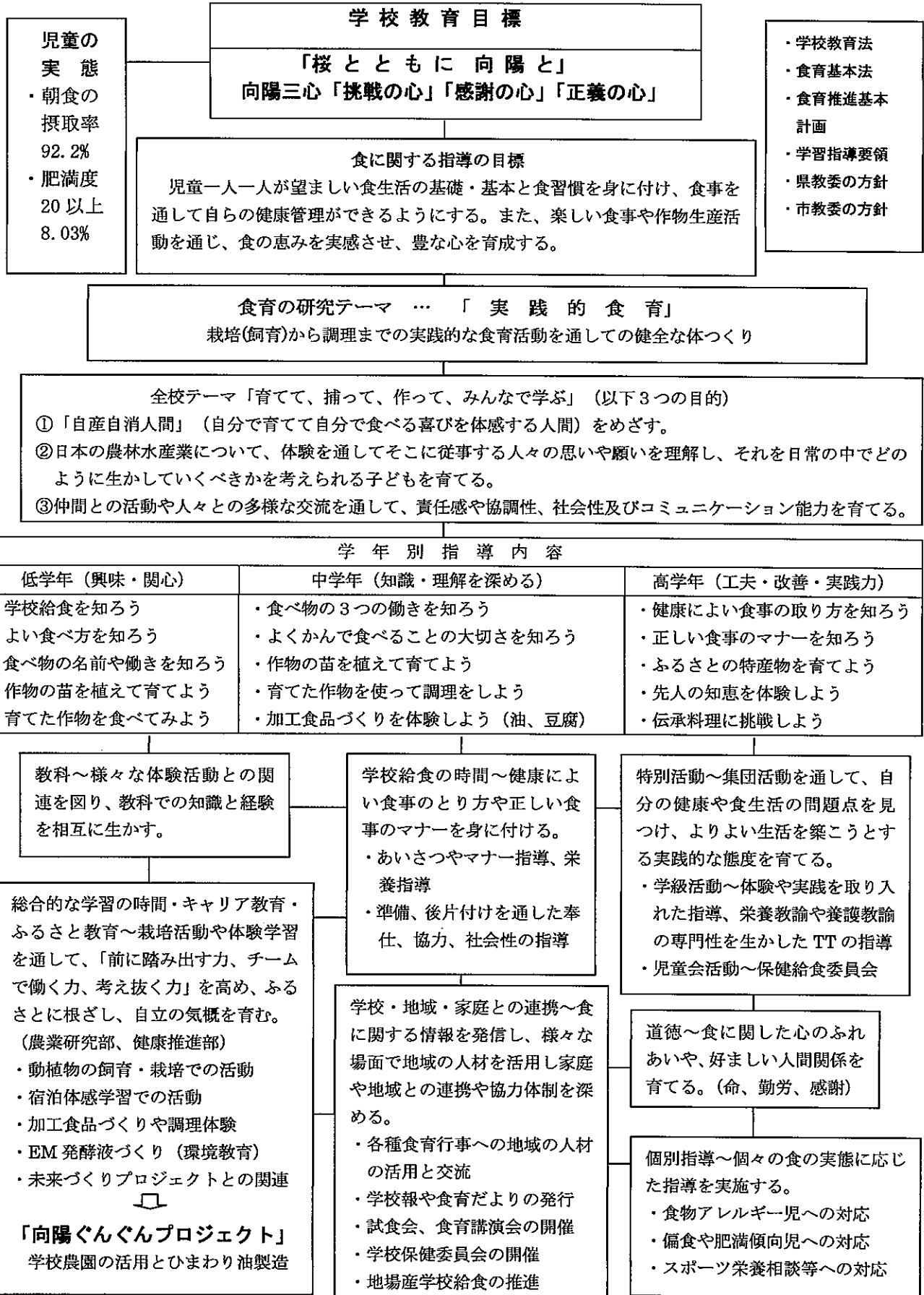
②3色弁当



③すきやき弁当

- *旬の食品を取り入れてる。
- *おいしそうな色彩を考えている。
- *炒める、茹でる、揚げるなど調理法を組み合わせている。

大館市立釈迦内小学校



学年	月	教科領域	単元題材	教科・領域におけるねらい	食生活カリキュラム指導内容	評価の観点	給食時間（知識定着）	
							献立	指導内容、教材
1	4	学級活動	楽しい給食	学級給食のさまりや準備について知り、楽しく食べる。	学校給食がはじまるよ	身支度や給食の準備が順序よくでき、自分の分担の仕事がしっかりできる。	配膳しやすい献立 ・ごはん給食 ・パン給食	準備とマナー ・食器の配膳図 ・あいさつの意味
	7	学級活動	しっかり食べよう	それぞれの食べ物には、健康に係る役割があり、偏りなく食べることの大切さを知る。	もりもり食べて大きくなろう	好き嫌いをしないで、食べることの大切さに気づき、進んで何でも食べようとする事ができる。	・指導日の献立 ・野菜や魚の献立	健康な体づくり ・もりもり怪獣寸劇 ・食べ物カルタ ・ワークシート
	11	学級活動	朝ごはんをしっかりと食べよう	朝食は、一日を元気に過ごすための食事であることを知る。	朝ごはんいただきます	朝ごはんの大切さがわかり、かかさず食べようとする事ができる。	・バランスがよいことが理解しやすい献立	朝ごはんとの関係 ・寸劇パープーサポート ・ワークシート
2	6	学級活動	給食センターを探検しよう	給食ができるまでの人々の関わりを知り、苦手な食べ物も残さず食べようとする。	学校給食ができるまで	給食に係る人たちの願いを知り、苦手な食べ物でも食べようとする事ができる。	・残量がありがちな野菜を使用した献立	給食センター見学 ・センターで働く人 ・八百屋さんの話 ・残量の写真
	10	生活	薩摩芋パーティーをしよう	6年生と一緒に収穫した薩摩芋で、ぎんとんをつくり収穫を喜ぶ。	おやつつてなかに	薩摩芋に含まれる栄養を知り、収穫の喜びや手作りのおやつのよさを感じることが出来る。	・芋類を使用した献立	薩摩芋の栄養 ・薩摩芋のプレゼン ・調理実習
	12	学級活動	牛乳の栄養	体の成長のために大切な食品であることを知り、残さず飲もうとする。	牛乳のウルトラパワー	牛乳のよい働きを知り、毎日残さずに飲もうとすることができる。	・牛乳を使用した献立	牛乳の栄養 ・クイズ、紙芝居 ・カルちゃん人形
3	5	学級活動	バランスよく食べよう	食べ物の3つの働きを知り、バランスよく食べようとする事ができる。	がんばれぼくらの3レンジャー	3レンジャーの働きが分かり、自分なりにバランスよく食べようとする事ができる。	・3色の栄養に分類しやすい献立	3色の栄養 ・レンジャープレゼン ・3色食品カード
	10	社会	町の人達の買い物調査	どんな魚が売られているか、どんな食べ方があるかを考える。	ここはぼくらの水族館	魚がからだによいことを知り、残さずに食べようとする事ができる。	・魚を使用した献立	魚の栄養 ・魚のプレゼン ・魚つりゲーム
	11	国語	すがたをかえる大豆	大豆には、栄養があり、健康維持に大切な働きがあることを知る。	大豆のへんしん	給食には、大豆製品が多く盛り込まれていることを知り、進んで食べることができる。	・大豆を多く使用した献立	大豆の栄養 ・大豆クイズ ・大豆加工食品
4	6	学級活動	健康によい食べ方をしよう	かむことの大切さを知り、体験を通してよくかんで食べようとする態度を育てる。	よくかむことが大切って本当？	かむ大切さを理解し、よくかんで食べようとしている。	・カミカミ献立	かむことの重要性 ・ひみこのプレゼン ・するめ、昆布、小魚、豆をかむ
	11	保健体育	育ちゆく体とわたし	発育と調和のとれた食事運動、睡眠の関係について理解する。	きみの成長まったなし	成長期を健康に過ごすためには、食事、運動睡眠が大切であることが理解できる。	・ごはん給食 ・パン給食 ・麺給食	成長期における栄養の重要性 ・成長のプレゼン ・ワークシート
	12	学級活動	食べ方を見直そう	朝食について見直し、朝食をしっかりとろうとする。	朝ごはんは目覚まし時計	朝ごはんの大切さがわかり、かかさず食べようとする事ができる。	・ごはん給食 ・パン給食	朝ごはんの重要性 ・朝食のプレゼン ・朝食と健康 ・朝食と学力
5	5	社会	田植え、稲刈りを体験しよう	田植えや稲刈りを体験し、農業や米の生産について学習する。	給食から地球を考えよう	自給率や食事の残量から日常の食生活には多くの無駄があることを理解し、残さず食べようとしている。	・産地紹介献立 ・ごはん献立 ・米粉パン献立	自給率の現状 ・給食残量調査 ・ワークシート
	11	総合	だまこ汁をつくらう	収穫した米で郷土食であるだまこをつくり食べる。	まるごと秋田を食べよう	郷土料理の由来や特色を知り進んで作ったり味わったりすることができる。	・地場産物を活用した献立	郷土料理の由来 ・食材発注 ・調理法の説明
	2	学級活動	食生活とマナー	食事のマナーがなぜ大切なのかを知る。	マナーを知ればもっとおいしい	食器のおき方、はしの使い方、姿勢などのマナーを理解し、様々な食事の場面ていかにしようとする。	・ごはん給食 ・パン給食 ・麺給食	食事マナーの説明 ・はしの使い方 ・姿勢の掲示資料
6	7	学級活動	おやつを食べ方を考えよう	おやつ適量を知り、健康を考えて望ましいおやつにしようとする実践ができる。	あなたのおやつチェック	カロリーやその他の成分の適量を考えて、健康によいおやつを食べようとしている。	・フルーツバイキング	おやつの意味、さまり ・おやつのはし ・おやつカード ・てづくりおやつ
	10	学級活動	成長期の栄養の大切さ	成長期におけるカルシウムの大切さを知る。	こつこつカルシウム貯金	食生活の改善点に気づき、カルシウムの多い食品を進んで食べようとしている。	・カルシウムを意識した献立	成長期とカルシウム ・プレゼン ・ワークシート
	11	家庭	計画的な食事づくり	献立づくりの必要性が分かり、1食分の献立を作ることができる。	ランチプランを考えよう	健康な食生活を営むために、日常の食事に関心を持ち、よりよい食事のとり方をしようとする。	・主食主菜副菜と区別が付きやすい献立 ・旬を取り入れた献立	朝食や弁当の1食分献立作成アドバイス ・料理カード ・ワークシート

⑩ 小学校集会活動 活動名:「残さず食べよう給食」

指導者 T1: 栄養教諭 T2: 給食委員会担当教諭

□学校名 小坂町立小坂小学校
□所在地 〒018-1721 小坂町小坂字赤神8
□連絡先 TEL0186-29-2422 FAX0186-29-3102 栄養教諭 金澤 慶子
E-mail:sakasho@town.kosaka.akita.jp

1 活動設定の理由

小坂小学校では、毎月の全校集会内で各委員会による発表を行っている。

今回の全校集会では、食べ物の栄養やマナーについてクイズ形式で児童が呼びかけることで、食に関する望ましい知識や食べ物への苦手意識を緩和させたいと思い、本活動を設定した。

また給食委員会では、6月の学校給食栄養報告調査中、全校の残食調査を行っており、全校集会の中で一番残食が少なかったクラスを表彰することで、給食を残さず食べようとする意欲へとつなげていきたい。

前期学校評価アンケートによると、評価を+2~-2で数値化すると、「好き嫌いをしない」と答えた児童は1.08ポイントとやや良好の状態であった。

ただし、クラス毎に見ると残食は10クラス中4番目に少ないが、「好き嫌いをしない」割合が一番低いクラスもあった。このことから実際に給食で食べている量と意識に差があり、苦手意識を持っているががんばって給食を食べている児童がいることがわかった。

2 本時までの活動

日時	主な活動内容	指導上の留意
5月24日	第2回給食委員会 ・残食調査係決め	・各クラス毎に行う残食調査の係を決める。
6月4日 ～6月8日	残食調査	・残食測定用のはかりを準備。 ・全クラスの調査が行われたか毎日確認。
6月7日	第3回給食委員会 ・全校集会テーマ決定 ・クイズ作り	・給食時間の放送を参考にクイズを考える。 ・できたクイズをもとにシナリオを考える。
6月22日	第4回給食委員会 ・配役決定、練習	・クイズ1問毎に1グループとして練習をする。
7月3日	本時 全校集会	・給食委員会の発表の進行 ・残食ゼロクラスの表彰を行う。
7月5日	第5回給食委員会 集会の反省	・ふりかえりカードを書く。

3 本時の活動

(1) ねらい

- ・集会のめあてを意識し、仲間と協力して進んで活動することができる。

【関心・意欲・態度】

- ・全校にはっきり伝わるようにそれぞれの表現方法を工夫し、自主的に活動することができる。

【思考・判断・実践】

(2) 展開

	主な活動内容	指導上の留意
導入	1 入場 委員長が先頭となる。 2 はじめのあいさつ	・パワーポイントの準備。
展開 1	3 「残さず食べよう劇場」 ○×クイズを交えた寸劇を行う。 (1) 「いただきます」は食事を作ってくれた人への感謝の言葉である。 →○ (2) ごはんは体のエネルギーになる。 →○ (3) ごはんを食べないと頭がよくなる。 →× (4) 野菜を食べると病気になりにくくなる。 →○ (5) 好きなものだけ食べると体によい →× (6) 残さずよく噛んで食べると脳のはたらきがよくなる。 →○ 4 よびかけ 給食委員が一行に並んで、残食を減らせるようによびかける。	・劇に合わせてパワーポイントを操作する。 ・児童がクイズの解説を行う。
展開 2	5 残食ゼロクラスの表彰 給食委員会が残食ゼロクラスを発表し、クラスの代表へ調理員さんから表彰状を渡してもらう。	・調理員さんを壇上へ案内する。 ・各クラスの代表者はステージ上へ登壇する。
終末	6 おわりのあいさつ 7 退場	

(3) 評価

- ・仲間と協力してすすんで活動することができたか。
- ・全校児童に伝わるように大きな声で、分かりやすく表現することができたか。

食に関する指導全体計画

小坂町立小坂小学校

児童の実態

- ・明るく素直である。
- ・郷土に対する愛着を持つ児童が多い。
- ・朝マラソンの実施により体力の向上がみられる。
- ・不規則な排便習慣がみられる。
- ・朝食の量・バランスが偏っている児童がみられる。

学校の教育目標
ふるさとを愛し心豊かにたくましく活動する子供の育成
～かしこく、やさしく、たくましく～

日本国憲法
教育基本法
学校教育法
学習指導要領
食育基本法
学校教育の指針
北の教育指導計画

食に関する指導目標

- ① 食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。
- ② 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摂り方を理解し、自らが管理していく能力を身につける。
- ③ 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つける。
- ④ 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。
- ⑤ 地域の産物や食文化や食に関わる歴史等を理解し、尊重する心を持つ。

各学年の食に関する指導目標		
低学年	中学年	高学年
<ul style="list-style-type: none"> ○食べ物に興味関心をもつ。 ○いろいろな食べ物の名前が分かる。 ○好き嫌いせずに食べようとする。 	<ul style="list-style-type: none"> ○仲間と楽しく食事をするマナーを身につける。 ○健康を意識して好き嫌いなく食べる。 ○郷土の食材や料理に興味をもつ。 	<ul style="list-style-type: none"> ○楽しい食事環境によって人間関係が深められることを知る。 ○衛生に配慮した調理をすることができる。 ○望ましい食生活を理解することができる。

	1学期	2学期	3学期
特別活動	<ul style="list-style-type: none"> 4月 ルールを守って食事をしよう 5月 じょうぶな体づくりをしよう 6月 つゆ時の衛生について気をつけよう 7月 夏を元気にすごそう 	<ul style="list-style-type: none"> 8月 夏を元気にすごそう 9月 ゆとりをもって食事をしよう 10月 みんなで協力しよう 11月 感謝の気持ちをあらわそう 12月 食事のマナーを身につけよう 	<ul style="list-style-type: none"> 1月 寒さに負けない体をつくろう 2月 楽しい食卓づくりをしよう 3月 1年間の給食を反省しよう
行事	入学式、始業式、身体測定、運動会 修学旅行、野外体験学習、校外学習 夏季休業	身体測定、アカシア交流学習会 学習発表会、ふるさと学習会 学校保健集会、冬季休業	身体測定、学校給食週間 卒業式、修了式
委員会	給食時間の放送、アカシア野外給食 ペロリウィーク、セブセレクト給食	給食時間の放送、ペロリウィーク 洋食マナー給食、クリスマス給食	給食時間の放送、坂っ子集会
行事食	入学・進級祝いメニュー アカシア野外給食会、給食試食会 ペロリウィーク、セブセレクト給食	アカシア交流給食会、ペロリウィーク 洋食マナー給食、クリスマス給食	学校給食週間、給食試食会 卒業・修了祝いメニュー

	1年	2年	3年	4年	5年	6年
国語			・すがたをかえる大豆	・かむことの力		
社会			・調べよう物を作る仕事	・健康なくらしと町づくり ・わたしたちの県のまちづくり		・大昔の人々の暮らし ・戦争から平和への歩み
理科			・植物の体のつくりや育ち			・動物の体のはたらき ・生き物のくらしと環境
生活	・さつまいもパーティーをしよう	・やさいをそだてよう ・はっけん！わたしの町 ・カレーパーティーをしよう				
家庭					・ごはんを炊く ・野菜の調理 ・5つの栄養素 ・朝ごはんを作ろう	・計画的に生活しよう ・楽しい食事環境を工夫しよう ・おうちの人へお弁当を作ろう
体育				・育ちゆく体とわたし		・病気の予防
道徳						
総合			・菜の花から菜種油		・お米を作ろう ・郷土料理を作ろう	・外国の料理を知ろう ・北海道の食文化

家庭・地域との連携	給食だより、「たらふくかづの」おたより、PTA親子料理教室、学校保健委員会
地場産物の活用	たらふくかづの、生産者グループとの連携
個別相談指導及び取り組み	食物アレルギーの個別対応（小坂町立小坂小学校給食アレルギー対応実施要綱に則る）

●食に関する指導の年間指導計画

小坂町立小坂小学校

		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
特別活動	給食指導	◎ルールを守って食事をするよう ・安全や衛生に気を付けて、手際よく、準備や後片付けができるようにする。 ・心をとめてあげることができるようにする。	◎じょうぶな体づくりをしよう ・規則正しい食生活が健康によいことを知る。 ・嫌いなものでも少しずつ食べられるようにする。	◎つゆの衛生に気をつけよう ・清潔な食事習慣を身につけるようにする。 ・よくかんで残さず食べるようにする。	◎夏を元気にすごそう ・暑さに負けない健康的な体や生活のリズムをつくるようにする。 ・健康で楽しい夏休みを過ごすための工夫を図るようにする。	◎ゆとりをもつて食事をするよう ・時間に合わせて落ち着いて食べるようにする。 ・正しい食器と箸をもち、よい姿勢で食べることができるようになる。	◎みんなで協力しよう ・協力して準備や後片付けができるようになる。 ・当番や係の仕事に責任をもち、思いやりをもつて活動ができるようになる。	◎感謝の気持ちをあらわそう ・結食に携わる人々や調理員さんに感謝の気持ちを表すことができるようになる。	◎食事のマナーを身につけよう ・食事のマナーを見直し、よりよい食事のマナーで食べることができるようになる。 ・健康で楽しい冬休みを過ごすための工夫を図るようになる。	◎寒さに負けないうつくりをしよう ・楽しい食卓になるようにする。 ・清潔な身じたくができるようになるようにする。	◎寒さに負けないうつくりをしよう ・楽しい食卓になるようにする。 ・清潔な身じたくができるようになるようにする。	◎楽しい食卓をつくりをしよう ・楽しい食卓になるようにする。 ・清潔な身じたくができるようになるようにする。	◎一年間の反省をしよう ・一年間を振り返り、自分の健康に関心をもつて、よいマナーで食事をすることができたかを反省する。
	行事	入学式 始業式 身体測定	運動会	修学旅行 野外体験学習 校外学習	夏休み	七たせレクト給食	アカシア交流 給食会	ペロリウィーク	洋食マナー給食 クリスマスメニュー	入学前給食試食会			
家庭・地域との連携	給食	ほうれん草、小松菜、人参、ねぎ、にんにく、じゃがいも、大根、キャベツ、白菜、チンゲン菜											
	行事	玉ねぎ、かぼちゃ											
家庭・地域との連携	献立作成の配慮	野菜		果物		肉		他		りんご			
	地場産物の利用	うるい、ふき、姫たけのこ わらび、ぜんまいアスパラガス	いちご	きぬさやしそ	夕顔、とうもろこし 枝豆、ピーマン、なす	ぶどう	ブルーベリー	豚肉(桃豚)、牛肉(鹿角牛)	菜種油(菜々の油)、アカシア蜂蜜、古代米	かぼちゃいいとこ煮 除夜豆腐	小正月メニュー	ひな祭りメニュー	卒業・修了祝いメニュー
家庭・地域との連携	食文化の伝承	子どもの日メニュー	アカシアかきあげ	セタセレクト給食	きりたんぼ汁	お月見メニュー	セレクトメニュー	学校給食週間メニュー	パレンタインメニュー	卒業・修了祝いメニュー			
	その他	入学・進級 お祝いメニュー	かみかみメニュー										
給食だよりの発行、アンケート調査、食物アレルギー対応、肥満指導、学校給食試食会、入学説明会													

⑪ 中学校1年学級活動 活動名：「砂糖と健康について考えよう」

指導者 T1：学級担任 T2：栄養教諭

□学校名 上小阿仁村立上小阿仁小学校
 □所在地 〒018-4421 北秋田郡上小阿仁村小沢田字上ノ岱97
 □連絡先 TEL0186-77-2038 FAX0186-77-2967 栄養教諭 細田 智子
 E-mail:kamityu@kumagera.ne.jp

1 単元（題材）について

中学生は体の成長が著しく、部活動における活動強度も高くなる。よって、補食や間食の重要性も高まるので、その内容については正しい知識をもって摂取してほしいと考える。そこで、身近に溢れる多くの菓子や清涼飲料水には砂糖が多く含まれていることに気付かせ、自らの食生活に生かせるよう、この単元を設定した。

2 本時のねらい

身近な食品に含まれる砂糖の量をもとに、自分の食生活を振り返ることで、食を選択する力を伸ばし自分の健康を考えることができるようにする。

3 本時の学習活動

段階	学習活動	教師のかかわり	教材 教具
導入 6	1 数種類の食品を掲示し、共通点を考える。 2 砂糖は五大栄養素では炭水化物（糖質）に分類されることを確認する。	・共通点が砂糖であることに気付かせる。 ・家庭科で学習したことを確認する。	食品カード 五大栄養素カード 働きカード
	食品に隠れた砂糖の量を知り、自分の食生活を見直そう		
展開 32	3 1日の摂取量の目安を知る。 4 身近な菓子・飲みものに含まれている砂糖の量を知る。 5 特に飲みものには砂糖が多いことに気付かせ、どのくらい隠れた甘さがあるのか気付かせる。 6 砂糖の取り過ぎによる問題点を知る。	・目安が20gであることを知る。 ・目安に対して超過しているものがほとんどであることを知る。 ・温度の違う飲料を飲み比べさせる。 ・冷たいと甘さを感じにくい特徴があることに気付く。 ・過剰摂取は生活習慣病、肥満、むし歯等を引き起こすリスクがあることを知らせる。	目安カード 砂糖模型 食品カード 砂糖模型 2種類の飲料 紙コップ
まとめ 12	7 食べ過ぎている量を消化するにはどのくらいの動作（スポーツ等）が必要か例をあげる。 8 食べ過ぎを防ぐにはどうしたらよいか考えを発表する。（個人→グループ） 9 間食のために食事を減らすことは栄養バランスの偏りに繋がることを確認する。	・消費の大変さを運動で体験させる。（その場で簡単にできるもの） ・間食の際には、小分けにする、量を決める、薄める等助言する ・食事に影響のあるような食べ方に注意することを伝える ・菓子は心の栄養になることを補足する	リスクカード

4 学習シート

食品に隠れた砂糖の量を知り，自分の食生活を見直そう！

年 氏 名

1 よく食べる，または飲む食品に○をしてください。

				
g	g	g	g	g
		 乳酸飲料	 炭酸飲料	 100% 果汁飲料
g	g	g	g	g
 野菜 ジュース	 お茶	 甘い紅茶・ コーヒー	 スポーツ 飲料	
g	g	g	g	

2 1日に摂取してよい砂糖の目安量は（ ）g

3 砂糖のとり過ぎは体にどのような害を与えますか？

4 砂糖のとり過ぎを防ぐにはどのような工夫がありますか？

5 今後の食生活で気をつけたいことはどんなことですか？

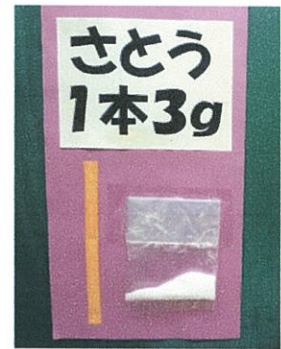
5 資料



写真(図) 1
「1日の摂取量の目安
と実際の砂糖の量」



写真(図) 2
「菓子に含まれる砂糖の量」



写真(図) 3
「清涼飲料水の砂糖に
換算するシュガーステ
ィック」



写真(図) 4
「炭酸飲料に含まれる砂糖の量」



写真(図) 5
「スポーツ飲料に含まれる砂糖の量」

6 板書計画



平成24年度 食に関する指導の全体計画

上小阿仁村立上小阿仁中学校

教育目標	たくましく うつくしく 未来を拓く
------	-------------------

研究主題	主体的に学び、高め合うことができる生徒の育成
------	------------------------

食に関する指導の目標	望ましい食習慣の形成と好ましい人間関係の育成
------------	------------------------

給食の時間における指導等	各教科・道徳・特活・ふるさと学習における指導等
<ul style="list-style-type: none"> ・ 食事の正しいマナーと習慣を身に付けさせる。 ・ 食事の準備、後始末を清潔に安全かつ能率的に行わせる。 ・ 毎週火、木曜日に会食を取り入れ、学級担任以外の職員ともよりよい人間関係をつくる。 ・ 昼の放送を利用した給食豆知識により栄養知識の啓発を図る。 ・ 村の特産物を取り入れた献立を紹介し地産地消を意識させる。 ・ 全校バイキング給食を実施し、栄養のバランスを考えさせたり、バイキング形式の食事のマナーについて学ばせたり、また、グループにおける交流を図るなど、好ましい人間関係をつくる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 規則の遵守（道徳） ・ 「食事のとり方を考えよう」「食品の選び方について考えよう」「よりよい食生活をめざして」（1年家庭科） ・ 栄養と健康について考えよう（2年家庭科） ・ 心身の発達と心の健康（1年保健体育科） ・ 「食生活と健康」「生活習慣病とその予防」（3年保健体育科） ・ 好き嫌いを考えよう（1年学級活動） ・ 食事のマナーを考えよう（2年学級活動） ・ 健康な生活のための食事（3年学級活動） ・ 郷土料理「だまこづくり」をとおして、郷土の食文化に対する理解を深めさせる。（ふるさと学習） ・ 給食センターの方々へ感謝の気持ちを伝えるため、お礼の手紙を書かせる。

家庭・地域との連携
<ul style="list-style-type: none"> ・ 学校で学習したことを家庭で実践してもらうように働きかける。 ・ 生徒の食に対する問題点を確認し合い、日々の食生活の中で改善に向けた取り組みや雰囲気づくりをしてもらうように働きかける。 ・ 食育推進のための情報提供を各種たよりで行う。 ・ 保健便りで「生活習慣病」コーナーを設け、子どもの頃からの生活習慣病予防対策についての意識を高めてもらう。 ・ 食育コーナーを活用しての情報提供を行う。 ・ 学校医、学校歯科医、村保健センター等の関係機関の協力により食育を推進する。

個別指導	
一人一人の食の実態を把握し、個に応じた望ましい食の在り方を認識させる。	
学級担任	給食の時間・教育相談
学担以外	給食の時間
部活担当	活動時・練習試合・大会
養護教諭	定期健康診断を基にした事後指導
栄養教諭	肥満傾向児に対する食事指導（養護教諭との連携）

平成24年度 食に関する指導・年間指導計画

学校名 上小阿仁村立上小阿仁中学校

項目 学年	月日	教科・領域	単元・題材	教科・領域におけるねらい	食生活カリキュラム指導内容	給食時間(知識定着)	
						給食献立の工夫	給食時間における指導
1年	7~8月	技術・家庭科	わたしの作った献立紹介(わたしの覚えた料理)	季節の野菜(地域でとれるベイナス・食用ほおずき・ズッキーニ等)を利用して、家庭の協力を得ながら実際に作り、他の人にも紹介する。 自分の食事を点検し、改善点を見つけだし、望ましい食事の摂りかたを工夫させる。	・まると秋田を食べよう ・ランチプランを考えよう	・村の特産物を取り入れた献立 ・村の特産物について栄養と調理方法を知る。	・給食の栄養所要量を説明し、給食の量的な栄養バランスを知らせる。
	11月	技術・家庭科	これからの私たちの食生活	季節の野菜(地域でとれるベイナス・食用ほおずき・ズッキーニ等)を利用して、家庭の協力を得ながら実際に作り、他の人にも紹介する。 中学生の時期の栄養の特徴について理解し、自分や家族の食生活を直す。そこから家族の食生活について改善に取り組む内容を具体的に見いださせる。	・間違っているよダイエット ・栄養バランス表点検	・主食・主菜・副菜のバランスのとれた食事(バイキング給食) ・村の特産物を取り入れた献立	・給食の栄養所要量を説明し、給食の量的な栄養バランスを知らせる。
2年	7~8月	技術・家庭科	わたしの作った献立紹介(わたしの自慢料理)	季節の野菜(地域でとれるベイナス・食用ほおずき・ズッキーニ等)を利用して、家庭の協力を得ながら実際に作り、他の人にも紹介する。	・まると秋田を食べよう ・ランチプランを考えよう	・村の特産物を取り入れた献立	・村の特産物について栄養と調理方法を知る。
	9月	技術・家庭科	日常食をよりよくしよう	中学生の時期の栄養の特徴について理解し、自分や家族の食生活を直す。そこから家族の食生活について改善に取り組む内容を具体的に見いださせる。	・間違っているよダイエット ・栄養バランス表点検 ・ピークポーションマスタってなあに？	・カルシウムを多く含む献立(乳製品・小魚)	・給食のようにバランスのとれた献立を食べるとカルシウムの吸収がよいことを学ぶ。
3年	6月	技術・家庭科	幼児のおやつを考えよう	幼児と自分たちを比較し、おやつの必要性を考えさせる。また、幼児の喜びそうなおやつを考え、調理する。	・あなたの間食をチェック	・給食の脂肪量・塩分量の資料	・給食の脂肪量・塩分量とおやつの量を比較させる。
	7~8月	技術・家庭科	わたしの作った献立紹介(おすすめの一品)	季節の野菜(地域でとれるベイナス・食用ほおずき・ズッキーニ等)を利用して、家庭の協力を得ながら実際に作り、他の人にも紹介する。	・まると秋田を食べよう ・ランチプランを考えよう	・村の特産物を取り入れた献立	・村の特産物について栄養と調理方法を知る。
4年	11月	特別活動 技術・家庭科	生活リズムと食生活	生活リズムと生活リズムの関連を理解することにより、受験期に気をつけたい食生活について考える。 弁当づくりに通じて嗜好中心から健康中心への食品選択ができるようにする。	・ベストライフスタイル ・朝ご飯を食べないと脳はおひまに ・レッツ・チャレンジ 弁当	・生活リズムの中での給食の役割(バイキング給食)	・夜食過多の弊害を知らせる。 ・バイキング給食から給食の栄養バランスを知らせ、弁当づくりについて考えさせる。
	6月	保健体育科	勝利を目指せ！ 今、食からの出発	運動エネルギーは炭水化物から摂取することが望ましいことを知る。 運動に必要な栄養素と種目による栄養や食事の摂り方の違いを知る。 試合で最大のパワーを発揮する食事について知り、中学生としてどんな食生活が望ましいか考える。 郷土の料理を知り、材料を栽培して収穫し、調理をすることで、地域に関心を持つ。	・勝利への栄養学	・試合前に摂りたい献立	・エネルギー源としての炭水化物の大切さを理解させ、主食も安易に残さないよう意識づける。
5~10月 全学年	5~10月	総合的な学習	たまご作り	郷土の料理を知り、材料を栽培して収穫し、調理をすることで、地域に関心を持つ。	・まると秋田を食べよう	・郷土食を取り入れた献立	・たぐさんの特産物を生かした郷土食があることを知らせる。

⑫ 中学校3年道徳 題材名:「感謝の気持ち」

指導者 T1:学級担任 T2:栄養教諭

□学校名 横手市立平鹿中学校

□所在地 〒013-0105 横手市平鹿町朝舞字一関向3

□連絡先 TEL0182-24-0075 FAX0182-24-0076

栄養教諭 佐々木 景子

E-mail:hirakachu@yokote-edu.jp

1 資料

「コ」食から「カン」食へ（服部幸應）

「給食の歴史」「給食センターの1日」（栄養教諭作成）

2 主題にかかわって

東日本大震災により、私たちの日常生活の脆弱性が明らかになった。停電により、電気が使えなければ生活が困るという事を実感し、特に食生活に与えた影響は大きく、被災地はもちろん、私たちの地域でも普通の食事をとることがままならない状態となった。

現代社会では、生産・流通・調理・販売などさまざまな恩恵を受け、好きなものを好きなだけ食べることができる。日常生活に戻った今、あらためて食べることについて考えさせたい。

毎日食べている給食も残り9ヵ月で終わりである。3年生に、より深く「食」について考えさせたいと思い、本主題を設定した。

3 本時の計画

(1) ねらい

多くの人々の支えにより、日常生活や現在の自分があることに感謝する心を深め、よりよい食生活を実践していこうとする心を培う。

(2) 本時の展開

学習活動と主な発問	予想される生徒の意識	教師の支援
1 6つの「コ」食の意味を考える。 孤食 個食 固食 小食 粉食 濃食	<ul style="list-style-type: none"> ・「孤食」は1人で食べることだと思う。 ・「固食」は固形の食べ物を食べることではないか。 	<ul style="list-style-type: none"> ・それぞれの意味について解説する。 (栄養教諭)
2 被災した時の食事について考える。		

停電した時どんなものを食べたか。

被災地ではどんな食事をとっていたのだろうか。

3 毎日食べている給食について考える。

- ・給食の歴史の説明を聞く。
- ・給食センターの一日の様子をビデオで見る。

食事をする時に考えなければならないのはどんなことだろうか。

4 「カン」食の意味の説明を聞く。

飲食 慣食 感食

5 授業を振り返って感想を書く。

- ・カップラーメンしか食べられなかった。
- ・パンがあったから食べた。

- ・水しか飲めなかったのではないか。
- ・パン、おにぎり、炊き出し。

- ・たくさんの人がかかわって食事が作られていることに感謝しよう。
- ・毎日食べられるのは当たり前のことではない。
- ・残さないで食べよう。
- ・「いただきます」を言おう。

- ・被災地の食事様子の写真や実物を提示し、自分の食事と比較させる。
写真：「被災地の食事」
実物：「被災地の食事」(写真1)

- ・学校給食の歴史を確認し、給食の意義、目的について考えさせる。
パネル：「給食の歴史」
実物「給食」(写真1)

- ・給食できあがるまでには、たくさんの人々の努力や工夫があることを理解させる。
ビデオ：「給食センターの一日」

感謝の心を深め、よりよい食生活を実践しようとする心をもつことができたか。

- ・それぞれの意味について説明する。

ワークシート：「道徳学習シート」

4 事後指導

○社会科

公民的分野 現代社会と私たちの生活（食生活の変化）

食料自給率の低下や食生活の変化について考察し、現代の社会生活における食事について考えさせる。

5 教材



写真1 「現在の給食・昔の給食・被災地の食事」

6 板書計画



6 授業の様子



6 道徳学習シート

名前

私たちが食事をする時に考えなければならないのはどんなことだろうか？
今日の話し合いを終えて感じたことを書きましょう。



平成24年度 食に関する指導の全体計画

横手市立平鹿中学校

食に関する本校の実態

農村部で3世代同居が多い。今年度の食生活アンケートによると「朝・昼・夕3食必ず食べる」と答えた生徒は男子90.9%、女子94.3%と前年度よりも上昇した。しかし、「食事は好き嫌いしないように気をつけている」と答えた生徒は男子40.9%、女子62.3%と、男子が半数以下であり、嫌いなものは食べない傾向が強い。

学校教育目標
自らを磨き、仲間と共に伸びる生徒を育てる

- 食に関する指導目標**
1. 食事の喜び、重要性、楽しさを理解する。
 2. 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かたを理解し、実践する力を養う。
 3. 食物の安全性やその品質について自ら判断できる能力を身につける。
 4. 食物生産等にかかわる人々へ感謝する心をもつ。
 5. 食事のマナーや食を通じたコミュニケーションを養う。
 6. 地域の産物や食文化を継承する力を育てる。

各学年の指導目標		
1年 食事の重要性を理解し、望ましい食習慣・食事のマナーを身に付けるよう努めることができる。	2年 食事の重要性を理解し、中学生の時期の栄養について自ら判断できる能力を身に付けるよう努めることができる。	3年 自分の食生活を見直し、健康の増進とかかわらせて実践に努めることができる。

特別活動との関連	I・II期	III期
1年 学級活動 給食指導	・朝食の大切さを見直そう ・給食時間の過ごし方	・食事の重要性と、健康について理解する ・食事のマナーについて考えよう
2年 学級活動 給食指導	・成長期の食事を知ろう ・給食時間の過ごし方	・郷土料理について考えよう ・衛生的に食事をしよう
3年 学級活動 給食指導	・抵抗力を高める食事について考えよう ・給食時間の過ごし方	・生涯の健康について考えよう ・給食時間を通して好ましい人間関係を構築する
学校行事	・身体測定・体育祭・食育月間	・学校給食週間
生徒会活動	・残菜調査	・バイキング給食の希望調べ

教科との関連	
技術家庭 (家庭分野)	・生活の自立と衣食住(1)食生活を自分の手で(2)豊かに楽しく食べる ・家族と家庭生活(2)子どもの成長
保健体育 (保健分野)	・心身の機能の発達と心の健康(1)からだの発育・発達 ・健康な生活と病気の予防(3)食生活と健康(3)生活習慣病の予防
理科	(第1分野)・身の周りの物質(1)身のまわりの物質とその性質「白い粉を区別する」「有機物・無機物」 ・電気の世界(2)電流の性質「熱量J(ジュール)」 (第2分野)・植物の世界(1)植物の分類 ・動物の生活と生物の変遷(2)動物のからだのつくりとはたらき「消化吸収」 ・自然と人間(3)自然のなかの生物「食物連鎖」 ・生命の連続性(3)遺伝の規則性と遺伝子「遺伝子組み換え食品」に関して
社会	(地理的分野)・世界のさまざまな地域(1)世界各地の人々の生活と環境・伝統的な生活とその変化 ・日本のさまざまな地域(2)世界から見た日本のすがた・日本の農林水産業 (歴史的分野)・古代までの日本(1)文明のおこりと日本の成り立ち・日本列島の誕生と縄文文化・弥生文化と邪馬台国 (1)古代国家の歩みと東アジア世界・奈良時代の人々のくらし ・近世の日本(2)産業の発達と幕府政治の動き・農業や諸産業の発達・享保の改革と社会の変化 (公民分野)・わたしたちの生活と現代社会(3)わたしたちの生活と文化・日本文化の多様性 ・地球社会とわたしたち(3)国際問題とわたしたち・貧困問題の現状

道徳の関連
1, 主として自分自身に関すること (1) 2, 主として他の人とのかかわりに関すること (6) 3, 主として自然や崇高なもののかかわりに関すること (1) 4, 主として集団や社会とのかかわりに関すること (5)(6)(8)(9)

総合的な学習の時間
1年 身近な職業と社会への貢献 (レポート作成) 2年 働くことの意味や働く人の夢や願い (課題別学習) 3年 将来の夢に向けての職業観の深化 (発表会)

家庭・地域等との連携
家庭との連携: 給食便りや学校報、学年便りの発行を通して食育の大切さを知らせ、家庭における食育教育の充実を図る。 栄養教諭の活用: 各教科・特別活動でのTTの実施。食生活全般から健康についての題材で授業を実践する。

地産産物の活用について
年間指導計画に基づき、JAや個人農家との連携を図りながら、15品目にとらわれず積極的に学校給食への導入を行う。

個別相談指導の方針及び取り組み方
定期健康診断等の結果、日常の食生活の様子等から個別相談指導が必要な生徒を対象に実施する。

教科別「食」に関する指導の年間指導計画(中学校)

	1 年	2 年	3 年
国語	大人になれなかった弟たちへ	字のないはがき	
数学			
理科	植物の世界 ・植物の分類 身のまわりの物質 ・身のまわりの物質とその性質 「白い粉末を区別する」「有機物・無機物」	動物の生活と生物の変遷 ・動物のからだのつくりとはたらき 「消化吸収」 電気の世界 ・電流の性質 「熱量」(ジュール)	自然と人間 ・自然のなかの生物「食物連鎖」 生命の連続性 ・遺伝の規則性と遺伝子 「遺伝子組み換え食品」に関して
社会	<歴史的分野> 古代までの日本 文明のおこりと日本の成り立ち ・日本列島の誕生と縄文文化 ・弥生文化と邪馬台国 古代国家の歩みと東アジア世界 ・奈良時代の人々の暮らし 近世の日本 産業の発達と幕府政治の動き ・農業や諸産業の発達 ・享保の改革と社会の変化	<地理的分野> 世界のさまざまな地域 世界各地の人々の生活と環境 ・伝統的な生活とその変化 日本のさまざまな地域 世界から見た日本のすがた ・日本の農林水産業	<公民分野> わたしたちの生活と現代社会 わたしたちの生活と文化 ・日本文化の多様性 地球社会とわたしたち 国際問題とわたしたち ・貧困問題の現状
保健体育	心身の機能の発達と心の健康 ・からだの発育・発達		健康な生活と病気の予防 ・食生活と健康 ・生活習慣病の予防
美術			
音楽			
技術・家庭	生活の自立と衣食住 ・食生活を自分の手で	生活の自立と衣食住 ・豊かに楽しく食べる 家族と家庭生活 ・子どもの成長	
英語			
道徳			感謝の気持ち
総合			
特別活動	スポーツ栄養 朝食の大切さ	スポーツ栄養 朝食の大切さ	朝食の大切さ スポーツ栄養 受験期の食事