

1 学校内のつながりを重視した取組



食に関する授業の充実

食に関する知識や技能を身に付け、望ましい食習慣の実践力を高めます。

「食に関する指導の全体計画・年間指導計画」の作成の際には、どの学年が、どの時期に、どのような内容の学習を行うのかを整理し、発達段階を考慮し、計画的に指導できるようにした。

家庭科や学級活動などにおいて、可能な限り栄養教諭が授業に参画してチームティーチングの授業を行った。

各学級で食に関する授業を行う際、事前に全職員に日時と内容を知らせ、教職員間で自由に参観することができるようにし、お互いの授業を見合うことで指導力の向上を図った。

食に関する指導の全体計画

学習指導要領 食育基本法 食育推進基本計画 宇都宮市学校教育スタンダード	学校教育目標 ○明るく、思いやりのある子 ○自ら考え、進んで学ぶ子 ○元気で、やりぬく子	児童の実態 朝食をきちんと摂っている児童の割合が高い。楽しく会食したり、給食当番活動に取り組みだしている。備食がある児童や正しい食事のマナーが身に付いていない児童が見られる。																																																
<p>食に関する指導の目標</p> <p>① 食事の重要性、食事の喜び、楽しさの理解をする。 ② 身の成長や健康の維持増進の上で望ましい食生活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 食事を大事にし、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。 食地域の産物、食文化や食に関わる歴史等を理解し、尊敬する心をもち、</p>																																																		
幼稚園 保育所	各学年の食に関する指導の目標	小中一貫教育との関連																																																
情報授業の際に、配慮事項についての共通理解を図る。	<table border="1"> <tr> <th>低学年</th> <th>中学年</th> <th>高学年</th> </tr> <tr> <td>・衛生的な学校給食の仕方が分かり、みんなと仲良く楽しく食事ができる。 ・好き嫌いをしないで何でも食べる。</td> <td>・衛生的で自主的な当番活動を行い、協力して楽しく食事ができる。 ・食べ物と栄養に関心をもち、食生活をなくす。</td> <td>・衛生的で自主的・協力的な給食を行い、楽しい食事の場を工夫しよう。 ・献立や栄養について関心を深め、バランスのよい食生活ができる。</td> </tr> </table>	低学年	中学年	高学年	・衛生的な学校給食の仕方が分かり、みんなと仲良く楽しく食事ができる。 ・好き嫌いをしないで何でも食べる。	・衛生的で自主的な当番活動を行い、協力して楽しく食事ができる。 ・食べ物と栄養に関心をもち、食生活をなくす。	・衛生的で自主的・協力的な給食を行い、楽しい食事の場を工夫しよう。 ・献立や栄養について関心を深め、バランスのよい食生活ができる。	情報授業の際に、配慮すべき点等の共通理解を図る。																																										
低学年	中学年	高学年																																																
・衛生的な学校給食の仕方が分かり、みんなと仲良く楽しく食事ができる。 ・好き嫌いをしないで何でも食べる。	・衛生的で自主的な当番活動を行い、協力して楽しく食事ができる。 ・食べ物と栄養に関心をもち、食生活をなくす。	・衛生的で自主的・協力的な給食を行い、楽しい食事の場を工夫しよう。 ・献立や栄養について関心を深め、バランスのよい食生活ができる。																																																
特	<table border="1"> <tr> <th>4月</th> <th>5月</th> <th>6月</th> <th>7月</th> <th>8月</th> <th>9月</th> <th>10月</th> <th>11月</th> <th>12月</th> <th>1月</th> <th>2月</th> <th>3月</th> </tr> <tr> <td>◎給食当番の仕方の説明 ◎楽しい給食にしよう</td> <td></td> <td></td> <td>◎食事を楽しんで食べよう</td> <td></td> <td></td> <td>◎食事の楽しみを工夫しよう</td> <td></td> <td></td> <td>◎楽しい給食にしよう</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>◎給食当番の仕事を見学しよう ◎食品の働きを知ろう ◎楽しい給食にしよう</td> <td></td> <td></td> <td>◎朝食の大切さを知ろう ◎バランスを考えて食べよう</td> <td></td> <td></td> <td>◎食事と運動について知ろう ◎食事の過ごし方を工夫しよう</td> <td></td> <td></td> <td>◎給食の良い食べ方 ◎食生活を振り返ろう ◎感謝して食べよう</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>◎食品の栄養と働きを知ろう ◎楽しい給食にしよう</td> <td></td> <td></td> <td>◎朝食と栄養について知ろう ◎良い食べ方をしよう</td> <td></td> <td></td> <td>◎正しい食事と衛生 ◎食事と運動について知ろう ◎楽しい食事の場を工夫しよう</td> <td></td> <td></td> <td>◎バランスよく食べよう ◎食生活を振り返ろう ◎感謝して食べよう</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	◎給食当番の仕方の説明 ◎楽しい給食にしよう			◎食事を楽しんで食べよう			◎食事の楽しみを工夫しよう			◎楽しい給食にしよう			◎給食当番の仕事を見学しよう ◎食品の働きを知ろう ◎楽しい給食にしよう			◎朝食の大切さを知ろう ◎バランスを考えて食べよう			◎食事と運動について知ろう ◎食事の過ごし方を工夫しよう			◎給食の良い食べ方 ◎食生活を振り返ろう ◎感謝して食べよう			◎食品の栄養と働きを知ろう ◎楽しい給食にしよう			◎朝食と栄養について知ろう ◎良い食べ方をしよう			◎正しい食事と衛生 ◎食事と運動について知ろう ◎楽しい食事の場を工夫しよう			◎バランスよく食べよう ◎食生活を振り返ろう ◎感謝して食べよう			
4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月																																							
◎給食当番の仕方の説明 ◎楽しい給食にしよう			◎食事を楽しんで食べよう			◎食事の楽しみを工夫しよう			◎楽しい給食にしよう																																									
◎給食当番の仕事を見学しよう ◎食品の働きを知ろう ◎楽しい給食にしよう			◎朝食の大切さを知ろう ◎バランスを考えて食べよう			◎食事と運動について知ろう ◎食事の過ごし方を工夫しよう			◎給食の良い食べ方 ◎食生活を振り返ろう ◎感謝して食べよう																																									
◎食品の栄養と働きを知ろう ◎楽しい給食にしよう			◎朝食と栄養について知ろう ◎良い食べ方をしよう			◎正しい食事と衛生 ◎食事と運動について知ろう ◎楽しい食事の場を工夫しよう			◎バランスよく食べよう ◎食生活を振り返ろう ◎感謝して食べよう																																									
活	全校一斉指導等	◎選択給食				◎お弁当の日 ◎リクエスト給食																																												
学校行事	・定期健康診断 ・遠足、移学旅行 ・親子給食・食育月間		◎リクエスト給食	◎個人懇談		◎お弁当の日 ◎ふれあい給食(高齢者)			◎給食週間 ◎ハイキング給食 ◎ふれあい給食(高齢者)																																									
動	児童会活動地	◎お花見給食(学年交流)				◎青空給食(縦割り班)			◎お別れ給食(縦割り班)																																									
教科との関連	1年	2年	3年	4年	5年	6年																																												
国語	・サラダでげんき																																																	
社会			・ものを売ることではたらく人たちが ・ものを作ることはたらく人から	・きれいな水はどこからくるのか ・節水の水のじまん		・私たちの生活と食料生産 ・備前のからから古物のくへへ																																												
理科			・植物の育ちとつくり ・植物の一生																																															
生活	・わたしががっこう いといずみ ・かぞくっていいな	・やさいをそだてよう																																																
家庭						・食べて元気に			・いたがでつくり 毎日のおひき ・工夫しよう おいしい食事																																									
体育(保健領域)			・毎日の生活と健康	・育ちゆく体		・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) A-(3) 2主として他の人との関わりに関すること(低)(中)(高) B-(7)(8) 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) D-(17)(18) 4主として集団や社会との関わりに関すること(低) C-(12)(16) (中)C-(12)(13)(15)(16) (高)C-(14)(15)(16)																																																	
総合的な学習の時間						野菜を育てて食べよう 食べ物の香りをたんでい																																												
家庭・地域との連携の取り組み方	学校で学んだことを家庭で実践するなど、正しい食習慣や食生活を家庭に普及し、家庭・地域との連携を図る。学校がより、食育だより、保健だより、学校保健給食委員会、親子給食、高齢者とのふれあい給食																																																	
地域産物活用の方針	給食メニューの毎日の一口メモ、校内放送等により産地産物の関心を図る。																																																	
個別指導指導の方針	保護者からの申し出、定期健康診断の結果、アンケート調査等から、アレルギー・肥満・朝食欠食傾向を把握し、個別指導を行う。																																																	

栄養教諭の授業参画



5年 家庭科「はじめてみようクッキング」

地域学校園小中学校9年間の食に関する指導の指導計画

校種及び学年	発達段階ごとの指導目標と身につけさせたい資質・能力												
	【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】								
幼稚園	食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。 食への興味・関心を持ち、楽しく食事をすることが出来る。	心身の成長や健康の保持増進の上で望ましい食生活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。	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。	食物を大事にし、食物の生産者にかかわる人々へ感謝する心をもつ。	食事マナーや食事を通じた人間関係形成能力を身に付ける。								
低学年	○食べ物に興味・関心を持ち、楽しく食事をすることが出来る。 ・給食を楽しんで食べている。	○いろいろな食べ物に興味をもち、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。	○食事をしてくれた人に感謝し、心を込めていただきますとそろそろさあいのさつができる。	○食事の基本的なマナーに注意し、友達と一緒に食事が出来る。								
中・高学年	○3食規則正しく食事をとることや楽しく食事をすることが、心身の健康に大切なことが分かる。 ・明るく落ち着いた雰囲気や、給食を食べている姿が周囲に伝わる。	○健康で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。	○いろいろな料理の名前が分かる。	○食事は多くの人の努力があって作られることを知り、感謝の気持ちを持って食べることが出来る。	○楽しく給食を食べるために、みんなで協力して準備したり、食事マナーに気を付けたりすることができる。								
高学年	○楽しく食事をすることが、人と人とのつながりを深め、豊かな食生活につながる事が分かる。	○食品が体に及ぼす影響や食品をバランスよく組み合わせることで栄養を摂ることが出来る。	○安全・衛生を考慮し、食事前や後片付け、簡単な調理をすることができる。	○食事ににかかわる多くの人の努力や、自然の恵みに感謝し、残さず食べることが出来る。	○協力して後片付けや準備を支援するとともに、相手に思いやりや気持ちよさを伝えることができる。								
活用期	○生活の中で食事が果たす役割について理解し、朝食をとることが習慣化している。	○食べ物の3つの働きを理解し、好き嫌いせず食べている。	○給食の準備、後片付けの時に自分が何をすればよいかを考え、責任をもって行動している。	○生産者や自然の恵みに感謝し、ご飯粒や食べかすなどを残さず食べている。	○食事中の会話などに注意し、友達と楽しんでいる。								
1年	○生活の中で食事が果たす役割や自ら調理することの重要性、健康と食事との関わりを理解する。	○体の発達に必要な栄養や食品に含まれる栄養素の働きを知り、自分の健康を保持増進しようとする。	○食品の安全・衛生について判断し、適切な取り扱いができる。	○生産者や自然の恵みに感謝し、食品を無駄なく使って調理をすることができる。	○食生活について関心を持ち、楽しい食事を通じて友達や家族とよりよい関係を築いていくことができる。								
2・3年	○自分の食生活を振り返り、望ましい食習慣を身に付けている。	○1日分の食生活を振り返り、簡単な日常食を調理している。	○食品の品質の良否を見分け、安全で衛生的な食品を選んでいる。	○食べ物の大切さを理解し、生産者等に感謝し、残さず食べたり、無駄なく使ったりしている。	○楽しい食生活になるように、思いやりの心をもって食事をしている。								
○地域学校園及び各校の給食時間等における指導計画													
地域学校園	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
今泉小	○給食のまきりを守り、楽しい給食にしよう ・お正月給食	○みんなで協力して給食の準備をしよう ・親子給食(1年)	○衛生に気をつけて食事をしよう ・食育月間	○好き嫌いをしないで、何でも食べよう	○好き嫌いをしないで、何でも食べよう	○よい食べ方をしよう	○食生活を見よう① ～夏の疲れをとる～	○食生活を見よう② ～夏の疲れをとる～	○食生活を見よう③ ～夏の疲れをとる～	○食生活を見よう④ ～夏の疲れをとる～	○食生活を見よう⑤ ～夏の疲れをとる～	○食生活を見よう⑥ ～夏の疲れをとる～	○食生活を見よう⑦ ～夏の疲れをとる～
泉が丘小	○給食の準備をきちんとし、楽しい給食の時間にしよう	○正しい食事のしかたを身につけよう	○衛生に気をつけよう	○食生活を見よう① ～夏の疲れをとる～	○食生活を見よう② ～夏の疲れをとる～	○食生活を見よう③ ～夏の疲れをとる～	○食生活を見よう④ ～夏の疲れをとる～	○食生活を見よう⑤ ～夏の疲れをとる～	○食生活を見よう⑥ ～夏の疲れをとる～	○食生活を見よう⑦ ～夏の疲れをとる～	○食生活を見よう⑧ ～夏の疲れをとる～	○食生活を見よう⑨ ～夏の疲れをとる～	
泉が丘中	○給食の決まりを知ろう	○協力して給食の準備をしよう	○衛生に気をつけて食事をしよう	○食生活を見よう① ～夏の疲れをとる～	○食生活を見よう② ～夏の疲れをとる～	○食生活を見よう③ ～夏の疲れをとる～	○食生活を見よう④ ～夏の疲れをとる～	○食生活を見よう⑤ ～夏の疲れをとる～	○食生活を見よう⑥ ～夏の疲れをとる～	○食生活を見よう⑦ ～夏の疲れをとる～	○食生活を見よう⑧ ～夏の疲れをとる～	○食生活を見よう⑨ ～夏の疲れをとる～	
○献立作成上の配慮点													
地域学校園	たまねぎ(自給高校)	セロリ(自給高校)	白菜、ねぎ(自給高校)										
旬の食材	きゅうり、キャベツ、グリーンアスパラ、れんげの葉	かつお、きゅうり、グリーンアスパラ、れんげの葉	じゃがいも、たまねぎ	トマト、なす、ずいまいち、かぼちゃ、ゴーヤー、とうもろこし	なす、とうもろこし	黒豆、さや、きのこ	きのこ、さいたまいも、たいこん	ほうろく、みかん	ぶりのこ、おぼろ、たいこん	ぼんかん、こまつな、いんげん	ほうろく、みかん	ほうろく、みかん	
食文化	・お祝い献立	・こどもの日献立	・食育月間献立	・七夕献立	・秋分の日献立	・十五夜献立	・冬至献立	・クリスマス献立	・お正月献立	・お盆献立	・お彼岸献立	・お正月献立	
○各教科・学級活動等における指導計画													
・各教科・学級活動については、各校の年間指導計画により連携させて指導する。													

つながる食育通信

まずは、教職員間が繋がることが大切であると考
え、栄養教諭が「つながる食育通信」を発行し、食に
関する様々な情報を提供した。

教職員間の連携を図り、共通理解のもと、食に関す
る指導を効果的に行うことができた。

校内教職員や保護者への授業公開



1年 学級活動「やさいパワーをもらおう」



4年 学級活動「朝ごはんってすごい」



3年 学級活動「めざせ おはし名人」

1 学校内のつながりを重視した取組



児童会活動の充実

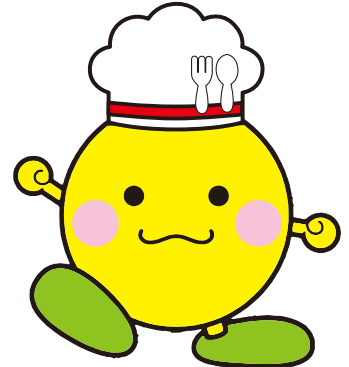
子供の食に関する自主的な実践意欲を高めます。

給食委員会においては、常時活動として行っている、栄養黒板作成や牛乳パック回収の他、食に対する関心を高めるため、全児童を対象とした「食育キャラクター・標語コンクール」を実施した。このコンクールで最優秀賞として選ばれた作品は、食育を啓発するため、正門横に設置した看板やのぼり旗のデザインとして使用している。

その他、保健委員会、スポーツ委員会、代表委員会も、全校生が主体的に健康な生活を送れるよう、栄養教諭がコーディネーターとなり工夫しながら活動している。

給食委員会の活動

- ・栄養黒板の作成（毎日）
- ・牛乳パック回収（週1回）
- ・食育ポスターの作成
- ・リクエスト給食の実施（7月・1月）
- ・給食アンケート用紙作成・集計
- ・食育キャラクターと標語の募集
- ・校内給食週間の食育クイズ放送
- ・学校農園での野菜収穫（いんげん・だいこん）



食育キャンペーン・標語・看板



のぼり旗



シール



食育キャンペーン・標語・看板



マグネット

保健委員会の活動

<歯みがき指導>

健康な歯と口は、しっかり嚙んで食べるだけでなく、精神の安定にもつながるため、学校での歯みがき習慣を家庭でも定着させるために毎年取り組んでいる。

- ・ 歯みがきタイムの指導
- ・ 歯みがき個別指導



<あいうべ体操>

正しい姿勢で口を大きく動かす「あいうべ体操」は口呼吸を改善し鼻で呼吸ができるようにし、さらにしっかり嚙んで食べることができるように活動に取り入れた。また、あいうべ体操カードを全校生に配り、家庭でも毎朝10回、夜の歯みがきの時間にも10回やるよう呼びかけている。



<カミング30運動>

毎月の「かみかみ給食」の実施に合わせ、保健委員会では「一口30回以上かむ」ことを目標に、「カミング30（さんまる）運動」を展開している。給食の前に、各教室に出向いて「きょうのかみかみ献立は〇〇です。よくかんで食べましょう。よくかむと、頭の働きがよくなります・・・」などといった保健委員がそれぞれに考えたメッセージを伝えている。お昼の校内放送でも呼びかけ、呼びかけがあった日は特に意識してよくかんで食べる様子が見える。



1 学校内のつながりを重視した取組



栄養教諭と養護教諭の連携

栄養教諭と養護教諭が中心となり、指導の充実を図ります。



子どもたちの健康な体づくりや自己管理能力の育成を図るためには、栄養教諭と養護教諭の連携は欠かすことができない。日頃からお互いに情報交換を密にしながら指導を行っている。

主な取組として、「よく噛んで食べることの指導」と「食物アレルギー対応」「肥満傾向児童の生活指導」がある。

特に「食物アレルギー対応」については、年度初めに校内研修を実施して教職員間で共通理解を図り、食物アレルギーを有する児童の保護者との面談を行うなどし、安心して学校生活を送れるよう、全校体制で適切な対応ができるようにしている。



給食献立の工夫

図書館教育との連携

○絵本献立

- ・校内読書週間にちなんで実施。市立泉が丘中学校演劇部による読み聞かせ
- ・「じゃがいもポテトくん」図書館で掲示
- ・献立名 わかめごはん 牛乳 いもフライ おひたし とん汁



○かみかみ献立

- ・毎月 8 日（歯の日）前後に実施。かみごたえのある食材を献立にし、その日の給食時間に保健委員が「カミング30」を呼びかけた。
- ・「30 回噛んでから飲み込むと、消化が良くなる」「肥満防止になる」「脳の働きをよくする」「歯ぐきの病気を防ぐ」など

○朝のマッスルタイム「ちょこトレ」

- ・わずかな時間でも運動ができる「ちょこトレ」を体育主任が考案し、各校舎の階段の壁に掲示した。
- ・各クラスでは、朝の会に簡単な運動を実施し、児童にとっては目覚めの時間となり、毎日必ず体を動かす機会となっている。

県産食材100%献立

- ・6月と11月に実施。
- ・6月は県産食材100%和食献立に挑戦したが、だしをとるのに海産物（かつおぶし・昆布）などを使用するため、100%には至らなかった。
- ・11月は秋の恵みのポークカレーにし、100%を達成した。
- ・子どもたちも喜んで食べ、残量も少なかった。



第1回 6月16日



麦入りごはん 牛乳
豚肉のしょうが焼き おひたし
具だくさんみそ汁

15品中14品が栃木県産
(地産地消率93%)

第2回 11月16日



麦入りごはん 牛乳
秋の恵みポークカレー
ゆで野菜 ヨーグルト

13品中13品が栃木県産
(地産地消率100%)

