

学校における食育の目標

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



バイキング給食による指導

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。

- 日常食べている食品や料理の名前や形を知ること。
- 食品表示など食品の品質や安全性等の情報について関心をもつこと。
- 食品の品質の良否を見分け、食品に含まれる栄養素やその働きを考え、適切な選択をすること。等

食物を大事にし、
食物の生産等にかかわる
人々へ感謝する心をもつ。

- 食生活は、生産者をはじめ多くの人の苦勞や努力に支えられていること。
- 食料の生産は、すべて自然の恩恵の上に成り立っていること。
- 食という行為は、動植物の命を受け継ぐことであること。等



農業体験活動(稲刈り作業)

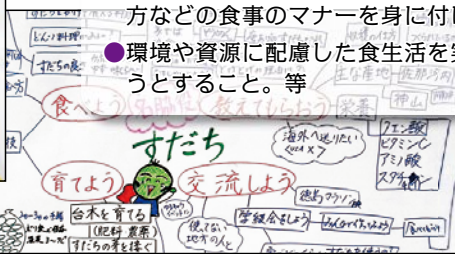
食事のマナーや食事を通じた
人間関係形成能力を身に付ける。

- 協力して食事の準備や後片付けをすること。
- はしの使い方、食器の並べ方、話題の選び方などの食事のマナーを身に付けること。
- 環境や資源に配慮した食生活を実践しようとする。等



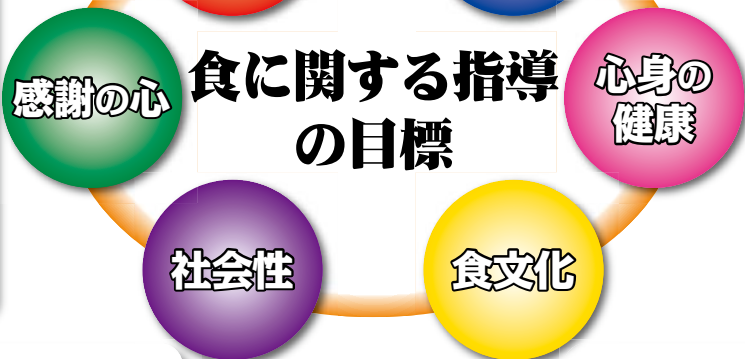
はしの持ち方
指導教具

ウェビングマップによる
単元開発

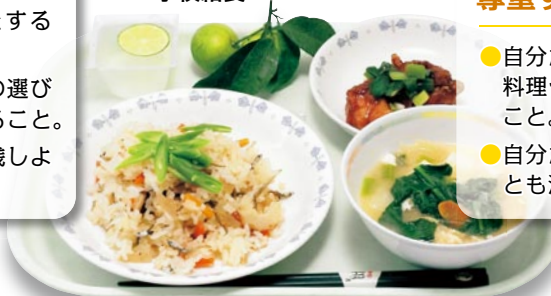


食品を選択
する能力

食事の
重要性



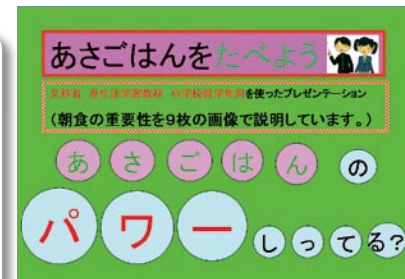
「生きた教材」としての
学校給食



地場産物の活用

食事の重要性、食事の喜び、
楽しさを理解する。

- 食事は、人間が生きていく上で欠かすことのできないものであること。
- 仲間との食事や食味の良さは、心を豊かにすること。
- 食事は規則正しくとることが大切であること。(特に朝食)等



文部科学省「食生活教材」を使った
プレゼンテーション (小松島市)

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。

- 手洗いやよくかむこと、良いしせいや和やかな雰囲気作りは、食事の基本であること。
- 規則正しい1日3度の栄養バランスのよい食事は、心身の成長の基本であること。等



赤・黄・緑の「栄養トリオ」

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。

- 自分たちの住む地域には、昔から伝わる料理や季節、行事にちなんだ料理があること。
- 自分たちの食生活は、他の地域や諸外国とも深いかわりがあること。等



郷土料理を取り入れた学校給食
「村のきゅうしょく」いりめし他

給食食材自給自足の取組
(美馬市岩倉小学校)
「岩倉スペシャルカレー」



学校・家庭・地域で
進めよう

毎月19日は「とくしま学校食育の日」 —徳島す・だ・ち大作戦—

1日3食規則正しく食べよう

心身の成長期にある子どもにとって食事はとても大切です。特に、朝ごはんは眠っていた脳や身体を目覚めさせ、勉強したり運動したりするためのパワーの源です。毎朝決まった時間に朝ごはんを食べて、体のリズムを整えましょう。

●「早寝・早起き・朝ごはん」の推進、朝食の重要性指導、栄養バランスのとれた食事の指導等

家族と食べよう

食生活は、身体の健康だけでなく、心の成長にも深く関わっています。家族と一緒に食べる楽しい食事は、親の愛情を自然に子どもに伝え、そこでの満足感・信頼感は子どもの心を明るく強いものに発達させます。

●給食試食会や交流給食会の推進、家族そろっての食事推進等

地場産物を食べよう

自分の住む地域で取れたものを食べることを「地産地消」といいます。徳島には新鮮でおいしい農林水産物がたくさんあります。また、生産者の顔が見え、安心して食べることができます。徳島産の旬の食材をしっかり食べましょう。

●地場産物を活用した学校給食や農業体験活動の推進等

参考文献：家庭教育手帳（文部科学省）

平成20年度文部科学省「子どもの健康を育む総合食育推進事業」

