学校給食の献立を教材として活用した

食に関する指導事例集

令和
3年度

公益財団法人　愛知県学校給食会

は　じ　め　に

本冊子は、愛知県教育委員会との共催事業である学校食育推進研修会において、発表された栄養教諭14名の課題発表を取りまとめた指導事例集であります。

この事例集は、給食の時間における食に関する指導としての給食指導および食に関する指導、また教科等における食に関する指導として学級活動および教科指導の４つの分野に分けてまとめてありますので、それぞれの場面に応じてご参照いただき、学校における食育のさらなる推進に役立てていただければ幸いです。

令和４年２月

公益財団法人　愛知県学校給食会

もくじ

題材名	自分に合った量のご飯を食べよう

岡崎市立根石小学校
大矢 美代子

【献立名】
- ごはん
- 牛乳
- さばのおかか煮
- 根菜たっぷりみそ汁
- ほうれん草のごま和え
- みかん

こんだてレシピ

レシピは P89 に掲載

献立のねらい

和食の基本である、一汁三菜を知ってもらい、ご飯とおかずを交互に食べることで、適正量のご飯をしっかりと食べきることをねらいとした献立である。
ご飯のおかずとなるように、さばのおかか煮はしっかりと味をつけ、みそ汁は煮干しのだしや、香りのいいごぼうを使うことで、塩分を控えても食べやすくし、味付けにメリハリをつけた。
また、岡崎市産のほうれん草やもやし、法性寺ねぎ、赤みそなどを使用し、地産地消も意識した献立である。

献立を教材として活用した指導

◆給食の時間における食に関する指導
給食指導　　指導者【担】

【題材名】自分に合った量のご飯を食べよう
【指導の目標】学年に合ったご飯の適正量を知ることで、学級分のご飯を盛りきる。
【食育の視点】自分に合ったご飯の量を配膳し、食べることができる。（心身の健康）
【食に関する指導の全体計画との関連】
全体計画②　11 月家庭「食べて元気に」 5 年 学級活動「元気な体に必要な食事」 4 年 食育だより「日本の食文化『和食』」
（低学年）じょうずにごはんをもりつけよう
おわんにどのくらい盛りつけたら学級のご飯がなくなるのか知り、配膳する。
（中学年）（高学年）自分に合った量のご飯を食べよう
各学年の平均的なご飯の適正量を秤を使って確認し、自分に合った量を配膳できるようにする。また、しっかりご飯を食べるために、おかずとご飯を交互に食べることができるようにする。
※食に関する指導を同時に行う。ごはんの栄養的なはたらきを知ることで、なぜご飯をしっかり食べなくてはいけないのか理解する。
（中学校）中学生の自分に合った量のご飯を食べよう
中学生に必要なエネルギーをとるために必要なご飯の量を秤で確認し、自分に合った量を配膳できるようにする。

◆教科等における食に関する指導
教科（教科名：家庭科）　　小 6 学年　指導者【T】

【単元名・題材名】一食分の献立を考えよう
【本時（指導）の目標】
・一食分の献立作成の方法や調理方法について理解し、調理計画を立て、調理している。
・目的に応じた調理手順を考え、工夫して栄養バランスのよい献立に改善している。
・学んだことや話し合いから、家族のために食事について見直し、献立を改善し、実践しようとしている。
【食育の視点】栄養バランスの良い食事を自分で選ぶために、料理や食品の組み合わせ方を身につけている。
（心身の健康）
【食に関する指導の全体計画との関連】
食に関する全体計画②　11 月家庭科「こんだてを工夫して」6 年

小学校第５学年 特別活動（給食の時間）指導案

指導者　学級担任

1 題材

５年生の自分に合った量のごはんを食べよう

2 児童の実態とめざす姿

給食の時間に子どもの様子を見ると、コロナ流行前と比較して偏食傾向が強くなっている子や、行事や部活が自粛・縮小され、活動量が減ったためか、食が細くなっている子が増えたと感じる。全体的に残食が増えており、中でもご飯の残食が顕著に増えた。

エネルギー源であるご飯が不足すると、帰宅後の余分な間食につながり、夕飯に影響を及ぼす恐れがある。そこで、給食の時間に、お椀に盛ったご飯の量を視覚的に示すことで、児童には学年に合った量を盛り付け、主食であるご飯をしっかり食べることで望ましい食生活を送ることができる子になってほしいと考えた。

3 本時の目標

自分に合ったご飯の適正量を知ることで、学級分のご飯を盛りきり、食べることができる。

4 食育の視点

自分に合ったご飯の量を配膳し、食べることができる。（心身の健康）

5 食に関する指導の全体計画との関連

５年家庭科「食べて元気に」、食育だより「日本の食文化『和食』」

6 準備

秤、ご飯の適正量を示した写真、教材提示機

7 展開

時間	学習活動	教師の支援
3	1　５年生のご飯の適正量（184g）を知る。 ・いつもよりしっかり盛り付けないといけないな。	・学年が上がるにつれて、必要なご飯の量が増えることを知らせる。 ・配膳前に、秤を使い、普段お椀に盛り付ける量のご飯と適正量のご飯を教材提示機で示し、比較させる。
2	2　本時の課題を知る。	
	５年生の自分に合った量のごはんを食べよう	
10 15	3　給食当番は適正量を意識して配膳する。 ・お椀の柄の部分まで盛り付けるとちょうどいいな。	・性別・体格・活動量によって個人差があるため、184g はあくまで目安とし、普段の児童の実態に合うように配慮する。
5	4　自分が実際に食べるご飯の量を確認し、おかずと共にご飯を食べる。 5　適正量のご飯を食べるためにはどう工夫したらいいか考える。 ・おかずがなくなると、ご飯が食べづらいので、三角食べをするといいな。	・「いただきます」の前に、希望する児童に実際に食べる量を秤で量ってみるよう指示する。 ・ご飯とおかずを交互に食べることによって、ご飯が食べやすくなることを助言する。

8 評価

５年生に合った量のご飯を盛り付け、適正量のご飯を食べることができたか。（活動３の配膳の様子と活動４の喫食状況より）

食に関する指導 全体計画①　（岡崎市立根石小学校）

【児童の実態】
- 朝ごはんを毎日食べる児童 94.5%（5年）
- 苦手な物も食べようと思う児童（３年）　96.9%
- 肥満度30%以上の児童 4.0%
- 給食残食率 5.9%

【保護者・地域の実態】
- 食育に関心がある 80%
- 野菜摂取量 212.8ｇ

（岡崎市調査）

【学校教育目標】

校訓「全力をつくせ」の下、知・徳・体の調和をとり、心豊かに、たくましく生きる子供の育成をめざす。

【めざす子供の姿】

食に関する正しい知識を身に付け、望ましい食生活を実践できる子

【食育推進の評価】

＜成果指標(数値目標)＞
- 朝ごはんを毎日食べる児童 100%
- 苦手な物も食べようと思う児童（３年）　100%
- 肥満度30%以上の児童 3.0%
- 給食残食率 5.0%

＜活動指標＞
- 食に関する指導
- 連携・調整　　等

【第３次食育推進基本計画】
- 食育に関心を持っている国民の割合　90%
- 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を１日２回以上ほぼ毎日食べている若い世代の割合　55%以上
- 朝食を欠食する子０%

食に関する指導の目標

①食への興味関心をもち、食べ物についての正しい知識を身に付ける（知識・技能）
②栄養バランスや自分に合った食事量について知り、好き嫌いせずに食べることができる（思考力・判断力・表現力等）
③食べ物の命や、食事に関わる人々への感謝の気持ちをもって食べることができる（学びに向かう力・人間性等）

各学年の食に関する指導の目標

幼・こ・保

周りの人と食べることを楽しみ、食べ物への興味関心をもつ。

１、２年

①食べ物に興味関心をもち、食べ物の名前が分かる。
②好き嫌いなく食べることができる。
③食事を作る人に感謝して食べることができる。

３、４年

①料理に使われている食べ物に興味関心をもち、食材に関する知識を身に付ける。
②食べ物の３つのはたらきを意識して、好き嫌いなく食べることができる
③食べ物の命に感謝して食べることができる。

５、６年

①地場産物や行事食、郷土料理などに興味関心をもち、食文化について理解を深める。
②栄養のバランスを考えて自分に合った量を食べることができる。
③食材の生産や流通など、関わる人すべてに感謝して食べることができる。

中学校

自分の食生活を見つめ直し、望ましい食事の仕方や生活習慣を理解し、実践しようとする。

【食育の視点】　食事の重要性・心身の健康・食品を選択する能力・食文化・感謝の心・社会

食育に関連する計画等の策定・進行管理は食育推進組織（食育推進委員会等）が主体となって行う

食に関する指導

教科等における食に関する指導		関連する教科等において食に関する指導の視点を位置付けて指導 社会、理科、生活、家庭、保健体育、道徳、総合的な学習の時間、特別活動等
給食の時間における食に関する指導	食に関する指導	献立を通して学習、教科等で学習したことを確認
	給食指導	準備から片付けまでの一連の指導の中で習得
個別的な相談指導		食物アレルギー・疾患、肥満・やせ傾向、偏食、スポーツ等

家庭・地域との連携

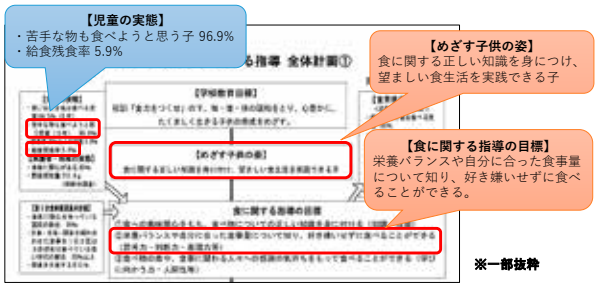
学校だより、食育（給食）だより、保健だより、学校給食試食会、学校保健委員会、
ＰＴＡ教育講演会、自治体広報誌、ホームページ　等

食に関する指導の全体計画②（岡崎市立根石小学校）

教科等		４月	５月	６月	７月	８～９月	１０月	１１月	１２月	１月	２月	３月
学校行事等		入学式 授業参観	体育学習発表会	体力テスト	保護者会	授業参観	キッズデイズ 学習発表会	修学旅行　山の学習 就学時健康診断	マラソン大会 保護者会	授業参観 ふれあいフェスタ	感謝の会	卒業式 修了式
推進体制		計画策定							評価実施	評価結果の分析	計画案作成	
教科・道徳等　総合的な学習の時間	社会	わたしたちの愛知県（４年）		はたらく人とわたしたちのくらし（３年）わたしたちの生活と食料生産（５年）	はたらく人とわたしたちのくらし(３年)わたしたちの生活と食料生産（５年）	はたらく人とわたしたちのくらし（３年）わたしたちの生活と食料生産（５年）	きょう土の伝統・文化と先人たち（４年）わたしたちの生活と食料生産（５年）			市のうつりかわり（３年）	特色ある地いきと人びとのくらし（４年）世界の中の日本（６年）	世界の中の日本（６年）
	理科	植物の育ちかた（３年）	季節と生物・春（４年）生命のつながり（５年）体のつくりとはたらき（６年）	植物の育ちかた（３年）生命のつながり（５年）体のつくりとはたらき（６年）生物どうしのかかわり（６年）	植物の育ちかた（３年）季節と生物・夏（４年）	植物の育ちかた（３年）季節と生物・夏の終わり（４年）生命のつながり（５年）		季節と生物・秋（４年）		季節と生物・冬（４年）		季節と生物・春のおとずれ（４年）生物と地球の環境（６年）
	生活	はなややさいとなかよし（１年）	花ややさいの大きくなるひみつはっけん（２年）	はなややさいとなかよし（１年）	なつはたのしいことがいっぱい（１年）花ややさいの大きくなるひみつはっけん（２年）	わたしの町はっけん（２年）	はなややさいとなかよし（１年）					
	家庭	クッキングはじめの一歩（５年） できることを増やしてクッキング（６年）	クッキングはじめの一歩（５年） できることを増やしてクッキング（６年）					食べて元気に（５年） こんだてを工夫して（６年）	食べて元気に（５年） こんだてを工夫して（６年）		いっしょにほっとタイム（５年） 持続可能な社会を生きる（６年）	
	体育			心の健康（５年）	毎日の生活とけんこう（３年）病気の予防（６年）		体の発育・発達（４年）					
	他教科等				大きなかぶ（１年国） サツマイモのそだて方（２年国）大きくそだて、びっくりやさい(２年図)		サラダでげんき（１年国）海のいのち（６年国）	くらしの中の和と洋（４年国）和の文化を受けつぐ（５年国） What would you like?(５年英) Let's think about our food（６年英）	「ふるさとの食」を伝えよう（４年国）What do you want?（４年英）	おばあちゃんにきいたよ（２年国） Welcome to Japan（５年英）		ゆうすげ村の小さな旅館（３年国）
	道徳								これならできる（１年）	おせちのひみつ（２年）日本のお米世界のお米（２年）		
	総合的な学習の時間		学区探検（２年）	環境（４年）			環境（４年）			環境（４年）		
特別活動	学級活動	みんなでたのしくきゅうしょくをたべよう(１年)	きゅうしょくのたのしいたべかたをかんがえよう（２年）	バランスのよい食事について考えよう（６年）		健康な体について考えよう（５年）	三食しっかり食べよう（３年）バランスのよい食事をしよう（４年）	しょくじをおいしくいただこう（１年）				
	児童会活動	献立紹介の校内放送・配膳室チェック 掲示物作成（好き嫌い、マナー、栄養バランス）										
				マナー啓発動画配信			偏食改善動画配信			学校給食週間の取組		
	学校行事	身体測定						身体測定				
	給食の時間　給食指導	仲良く食べよう 給食のきまりを覚えよう 楽しい給食時間にしよう	よくかんで食べよう 楽しく食べよう			食べ物を大切にしよう 感謝して食べよう				給食の反省をしよう １年間の給食を振り返ろう		
	給食の時間　食に関する指導	給食について知ろう 食べ物の働きを知ろう 季節の食べ物について知ろう				食べ物の名前を知ろう 食べ物の３つの働きを知ろう 食生活について考えよう				食べ物に関心をもとう 食生活を見直そう 食べ物と健康について知ろう		
学校給食の関連事項	月目標	準備や後片付けを安全に気をつけてしよう	マナーを守って食べよう	よくかんで食べよう	きれいな手で食べよう	協力して手早く配膳しよう	上手に配食しよう	好き嫌いなく食べよう	健康を考えて食べよう	感謝して食べよう	楽しく食事をしよう	１年間の給食を振り返ろう
	食文化の伝承	お花見献立	端午の節句献立		七夕献立	重陽の節句献立	お月見献立		冬至の献立	正月、人日の節句献立	節分献立	桃の節句献立
	行事食	入学、進級お祝い献立（赤飯）	八十八夜	愛知を食べる学校給食の日				愛知を食べる学校給食の日		給食週間記念献立		卒業お祝い献立(赤飯)
	その他						ゆかりのまち献立（関ケ原町）	ゆかりのまち献立（佐久市）			姉妹提携市献立（福山市）	ゆかりのまち献立（茅ヶ崎市）
	旬の食材	じゃが芋　あさり　さわらふき　キャベツ　三つ葉　さやいんげん　しいたけ　さやえんどう　たけのこ　グリンピース	じゃが芋　かつお　あさり　山菜　玉ねぎ　しいたけ　グリンピース　なす　さやえんどう　ごぼう　グリーンアスパラガス　にんじん	あじ　玉ねぎ　ピーマン　ズッキーニ　グリンピース　なす　さやいんげん　モロヘイヤ　とうもろこし　グリーンアスパラガス　きゅうり　ごぼう　メロン	あなご　あじ　なす　ズッキーニ　とうもろこし　モロヘイヤ　きゅうり　レタス　かぼちゃ　枝豆　ゴーヤ　オクラ　さやいんげん　巨峰　メロン	じゃが芋　里芋　栗　さけ　いわし　さんま　なす　冬瓜　枝豆　食用菊　かぼちゃ　しいたけ　とうもろこし　梨　巨峰　りんご	じゃが芋　さつま芋　里芋　栗　ぎんなん　さけ　いわし　さんま　しいたけ　にんじん　ごぼう　白菜　梨　りんご	さつま芋　ぎんなん　かぶ　れんこん　ブロッコリー　白菜　ごぼう　ほうれん草　ねぎ　キャベツ　しいたけ　なめこ　りんご　みかん	さば　ブロッコリー　カリフラワー　大根　かぶ　白菜　ごぼう　ほうれん草　れんこん　小松菜　ねぎ　キャベツ　りんご　みかん	さば　ぶり　わかさぎ　メヒカリ　ブロッコリー　カリフラワー　大根　かぶ　白菜　ほうれん草　春の七草　小松菜　キャベツ　れんこん　みかん　きんかん	ぶり　ほたて　ブロッコリー　カリフラワー　大根　かぶ　白菜　ほうれん草　キャベツ　いよかん　きんかん　サンフルーツ　はるみみかん	じゃが芋　さわら　あさり　菜の花　三つ葉　ふき　たけのこ　キャベツ　いよかん　サンフルーツ　清美オレンジ
	地場産物	米、もやし、大豆、にんじん、白菜、ほうれん草、ねぎ	米、もやし、大豆、にんじん、大根、キャベツ、ねぎ、玉ねぎ、磯茶、白菜	米、もやし、大豆、ねぎ、なす、玉ねぎ	米、もやし、大豆、ねぎ、きゅうり、なす、冬瓜	米、もやし、大豆、なす、巨峰	米、もやし、大豆、キャベツ、ねぎ、ほうれん草	米（新米）、もやし、大豆、キャベツ、ねぎ、白菜、大根、むらさき麦、ほうれん草	米、もやし、大豆、ほうれん草、キャベツ、大根、白菜、ねぎ	米、もやし、大豆、ねぎ、白菜、大根、冬春なす、ほうれん草	米、もやし、大豆、ねぎ、ほうれん草、白菜、大根	米、もやし、大豆、ねぎ、ほうれん草、もやし、キャベツ
個別的な相談指導		食物アレルギー対応（通年）										
家庭・地域との連携		・献立表、食育だより、保健だより、けんこう家族										
			・学校給食メニューコンクール	給食試食会						ふれあいフェスタ		

市内小学校の給食喫食状況

食に関する指導の全体計画①



※一部抜粋

食に関する指導の全体計画②

※一部抜粋

教材となる学校給食の献立

献立のねらい

・和食の基本である一汁三菜を知り、ごはんとおかずを交互に食べることで、適正量のご飯をしっかり食べきることができる。

献立の工夫

ご飯のおかずとなるように、さばのおかか煮はしっかりと味をつけ、みそ汁は煮干しだしや香りのいいごぼうを使うことで味にメリハリをつけ、塩分を控えても食べやすくした。

ご飯 牛乳 さばのおかか煮 根菜たっぷりみそ汁
ほうれん草のごま和え みかん

学級担任への働きかけ

職員用の食育だよりの配付

5年生のごはんは１８４gです。

掲示用資料の配付

給食の時間の給食指導

題材名

「５年生の自分に合った量のごはんを食べよう」

本時の目標

自分に合ったご飯の適正量を知ることで、学級分のご飯を盛りきり、食べることができる。

食育の視点

自分に合ったご飯の量を配膳し、食べることができる。（心身の健康）

本校は学級数が多いため、学級担任が実施する給食指導を想定した指導とした。

全学年を対象として、学年に合った内容で実施した。

給食の時間の給食指導

教材提示機で適正量のご飯を紹介

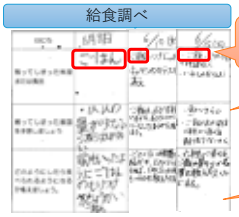
適正量を意識して配膳させる
※　個人差があるため、普段の児童の実態に合うように配慮する。

希望する児童は食べる前にご飯の量を量ってみるように指示をする。

「三角食べ」をすることでご飯が食べやすくなることを助言する。

給食委員会の活動

給食調べ



【残った料理】
ご飯

【ご飯が残ってしまう原因】
・学年に合った量を盛り付けていない。
・減らす子が多い。
・おかずを優先して食べてしまう。

【食べられるようになるために児童が考えた手だて】
・ご飯の盛り付け方を紹介する。
・どのくらい栄養があるのかを紹介する。
・学年に合った量を教えたり、掲示したりする。

動画でご飯の盛り付け方を紹介

題材名	おはし名人になろう

刈谷市立小垣江小学校
二村　翠

【献立名】
- ごはん
- 牛乳
- さわらの西京焼き
- 野菜の卵とじ
- 昆布豆

こんだてレシピ

レシピはP90に掲載

献立のねらい

- 本献立は、ごはんを主食とし、冬が旬の食材を使った和食の献立である。主菜の『さわらの西京焼き』には寒鰆を使用した。副菜の『野菜の卵とじ』には、碧南市産の『へきなん美人』という品種の甘いにんじんや、伝統的な京野菜である水菜を使った。
- 低学年では、はしでご飯粒を「つまむ」「集める」、昆布豆の大豆を「つまむ」練習を行うことをねらいとして作成した。
- 中学年では、はしで魚を切り分けて食べることをねらいとして作成した。
- 高学年では、はしのマナーを指導することをねらいとして作成した。

献立を教材として活用した指導

◆給食の時間における食に関する指導
給食指導　　指導者【T】

【題材名】２年生『おはし名人になろう③』
【指導の目標】・はしに対する興味関心を深める。
・はしの正しい持ち方と使い方を理解し、給食で実践できるようになる。
【食育の視点】・はしの正しい持ち方と使い方が分かり、身に付けている。＜社会性＞
【食に関する指導の全体計画との関連】
・全体計画①食に関する指導の目標（知識・技能）「給食や食と関連した実践を通して、食事のマナーの大切さを再認識し、身に付けている」
・全体計画②２年生学級活動「おはし名人になろう①」　給食指導「おはし名人になろう②」
・全体計画②給食指導の目標７月「食器やはしの持ち方を知ろう」２月「食器やはしを正しく持って食べよう」
（低学年）・正しいはしの持ち方と使い方により、ご飯粒や大豆を食べることができる。
（中学年）・正しいはしの持ち方と使い方により、魚を切り分けて食べることができる。
（高学年）・はしのマナーやはしを使うことによる利点がわかる。
（中学校）・栄養教諭がはしに関する資料を提供し、給食主任、給食委員会の生徒を中心に、放送活動や掲示活動によるはしの指導を実施する。

◆教科等における食に関する指導
学級指導　　小２学年　指導者【T】

【単元名・題材名】『おはし名人になろう①』
【本時（指導）の目標】・はしカードを用いて、はしの正しい持ち方と使い方を理解し、給食で実践できるように練習する。
【食育の視点】・はしの正しい持ち方と使い方が分かり、身に付けている。＜社会性＞
【食に関する指導の全体計画との関連】
・全体計画①食に関する指導の目標（知識・技能）「給食や食と関連した実践を通して、食事のマナーの大切さを再認識し、身に付けている」
・全体計画②２年生給食指導「おはし名人になろう②」　給食指導「おはし名人になろう③」
・全体計画②給食指導の目標７月「食器やはしの持ち方を知ろう」　２月「食器やはしを正しく持って食べよう」

小学校第２学年 給食時の食に関する指導案

令和○年○月○日（○）
場　所　２年生各教室
指導者　栄養教諭

1 題材名

おはし名人になろう③

2 児童の実態と題材設定の理由

本校の２年生は給食を進んで食べる児童が多く、食べ残しが少ない。しかし、給食の片付けに立ち会うと、ご飯粒を指で集めて食べている児童や、ご飯粒が残ったままお椀を返す児童に出会うことがある。お椀にご飯粒が残ってしまうのは、はしの扱い方に原因があると考える。そのため、はしを正しく持つこと、正しく使うことで、お椀に残ったご飯粒をつまんだり、集めたりできることを期待する。また、はしの持ち方と使い方は食育の視点＜社会性＞としても位置づけられている。これらを身に付けることで社会性を養い、よりよい給食時間が過ごせるようになってほしいと考え、本題材を設定した。

７月の学級活動、給食指導に続く「おはし名人になろう③」では、ご飯粒と大豆を「つまむ」「集める」を給食時間に実践する。

3 児童のめざす姿

・はしの正しい持ち方を理解し、進んで練習して給食で実践できる子
・はしを正しく使い、日本の主食である米や和食と縁が深い大豆を上手に食べられる子

4 指導の目標

・はしに対する興味関心を深める。
・はしの正しい持ち方と使い方を理解し、給食で実践できるようになる。

5 食育の視点

・はしの正しい持ち方と使い方が分かり、身に付けている。＜社会性＞

6 食に関する指導に係わる全体計画との関連

・全体計画①食に関する指導の目標（知識・技能）「給食や食と関連した実践を通して、食事のマナーの大切さを再認識し、身に付けている」
・全体計画②２年生学級活動「おはし名人になろう①」
給食指導「おはし名人になろう②」
・全体計画②給食指導の目標７月「食器やはしの持ち方を知ろう」
２月「食器やはしを正しく持って食べよう」

7 指導の流れ

時間	学習活動	指導上の留意点
導入 ２分	○ご飯粒が残ったお椀の写真を見る 「ご飯粒を指できれいにとるのは難しいよ」 「はしを使うときれいに食べられるかな」 おはし名人になろう ③	○ご飯粒が残ったお椀の写真を見せ、はしの持ち方や使い方に注目した意見を取り上げる。
展開 ６分	○はしの正しい持ち方を復習する ①上のはしは、えんぴつの様に持つ。中指は、上のはしの横に添える。…えんぴつと同じ『天使の輪』の持ち方を振り返る。 ②下のはしは、薬指と親指の付け根で支える。…薬指に貼った『魔法のシール』の位置を振り返る。 ○はしの正しい使い方「つまむ」「集める」で、ご飯粒や大豆を食べる ・ご飯粒を「つまむ」「集める」 ・昆布豆の大豆を「つまむ」	○①②の順に正しい持ち方を練習する。 ○机間指導する。 ・ご飯粒を上手に「つまむ」「集める」ができている児童をほめる。 ・食べながらご飯粒を集めている児童をほめる。 ・大豆を「一粒ずつつまんで食べてみよう」と呼びかける。
まとめ ２分	○毎回の食事で 10 回以上練習することを目標にする	○おはし名人になるための目標を示す。

8 板書計画

おはし名人になろう　③

ご飯粒が残ったお椀の写真 ⇨ はしの持ち方① ／ はしの持ち方②

おはし名人になるための目標

毎回の食事で １０ 回は練習しよう！

9 評価

・はしに対する興味関心を深めることができたか。（発言、給食時間の様子より）
・はしの正しい持ち方と使い方を理解し、給食で実践できるようになったか。（給食時間の様子より）

● 食に関する指導の全体計画①（刈谷市立小垣江小学校）

児童の実態（2020）※全児童

- 給食が好きな児童 92.6%
- 朝食を毎日食べる児童 86.5%
- 朝食で野菜を食べる児童 31.4%
- 食まるファイブの５つのグループが分かる児童 84.3%
- 主な野菜のはたらきを知っている児童 80.3%
- 地元の食品を認知して食べている児童 51.2%

保護者の実態（2020）

- 給食の人気料理や野菜料理に関心が高い。
- 子どもが苦手な野菜料理を、家庭でも工夫して取り入れたいと思っている。
- 骨がある魚料理の食べ方を知り、自ら魚を食べられるようになってほしいと感じている。

学校教育目標

人間性豊かで、たくましく、積極的に活動できる児童の育成

校訓
- ○おもいやりのある子
- ○がんばりぬく子
- ○きまりを守る子
- ○え顔を忘れない子

食　育　の　視　点

- 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
- 食文化

あいち食育いきいきプラン数値目標（2025）

- 朝食を毎日食べる習慣がある小中学生　98%以上
- 朝食に野菜を食べている小中学生　80%以上

第２次刈谷市食育推進計画数値目標（2025）

- 食事を楽しいと思う児童　80%
- 食事のあいさつをしている児童 80%
- 食べ残しや捨てることに関してもったいないと感じている児童 75%

食に関する指導の目標

（学びに向かう力・人間性等）

○ おもいやりのある子→食べ物の命や携わる人々の心に寄り添い、感謝する態度を養う。

○ がんばりぬく子→１日３食を栄養バランスよく食べることで、生涯にわたって心身ともに健康に過ごそうとする態度を身に付けている。

（知識・技能）

○ きまりを守る子→給食や食と関連した実践を通して、食事のマナーの大切さを再認識し、身に付けている。

（思考力・判断力・表現力等）

○ え顔を忘れない子→地域の食について親しみを深め、伝統や食文化を尊重して味わうことができる。

幼児園・保育園

- 規則的な食事のリズムを身に付ける。
- 食体験を通じて、食に興味をもつ。

各学年の発達段階に応じた食に関する指導の目標

低学年（1、2年）	中学年（3、4年）	高学年（5、6年）
・食べ物に関心をもち、好き嫌いせずに食べようとすることができる。 ・身近な土地でとれた食べ物や、昔から食べられている料理があることが分かる。 ・食事は、動物や植物を食べていることであると分かる。	・健康と食事の関係が分かり、様々な食べ物を食べようとする。 ・地域の特産物や食文化、旬の食べ物に興味関心をもつことができる。 ・食事に関わる自然や、人々に感謝して食べることができる。	・栄養バランスのとれた食事の大切さを理解し、１日３食を進んで食べようとすることができる。 ・地域や日本の特産物や食文化を理解し、自分の生活に取り入れたり、郷土愛を育んだりすることができる。 ・食事に関わる自然の恵みや多くの人々の苦労や努力に感謝して、食べることができる。

中学校

- 食に関する自己の課題を見つけ、生涯にわたる健康な食生活を身に付ける。

食育推進組織（食育推進プロジェクト委員会） 食育推進委員会	・委員長：校長 ・委員：保健主事、給食主任、家庭科主任、栄養教諭、養護教諭、学年主任、教頭、教務主任、校務主任 ※必要に応じて、保護者代表、学校医、学校歯科医、学校薬剤師の参加	
食に関する指導	・教科等における食に関する指導	(1) 関連する教科等において食に関する指導の視点を位置付けて指導 社会、理科、生活、家庭、体育、道徳、総合的な学習の時間、特別活動等
	・給食の時間における食に関する指導	(1) 食に関する指導：献立を通して学習、教科等で学習したことを確認 (2) 給食指導：準備、会食、片付けまでの一連の指導の中で習得
	・個別的な相談指導	肥満・やせ傾向、食物アレルギー・疾患、偏食、スポーツ、
地場産物の活用	・農政課との連携：地元農産物を活用した学校給食の提供、地場産物を紹介したおたよりの作成、生産者と児童の交流 ・給食時間の指導：校内放送や文字カードを使用した給食時の指導の充実、教科等の学習や体験活動との連携	
家庭・地域との連携	・積極的な情報発信、関係者評価の実施、地域ネットワーク等の活用 学校だより、食まるだより、保健だより、生活点検カード、学校給食試食会、学校保健委員会、献立表、ホームページ、献立ひとくちメモ	
食育推進の評価	・活動指標：給食時間における食に関する指導で、地場産物を毎月２回以上紹介する ・成果指標：刈谷市や愛知県で作られている食べ物を食べている児童　６０%以上	

● 食に関する指導の全体計画②（刈谷市立小垣江小学校）

教科等		4月	5月	6月	7月	8～9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
学校行事等		入学式　始業式	みどりの学校	※刈教研一斉授業研	終業式	始業式	運動会　修学旅行	校内音楽会	終業式	始業式	ありがとう集会	6年生を送る会 修了式　卒業式
推進体制	進行管理	食育全体会	食育全体会	食育3部会	食育3部会	食育全体会	食育3部会	食育3部会	食育3部会	食育3部会	食育全体会	食育全体会
	計画策定	計画策定							評価実施	評価結果の分析	結果・まとめ	計画案作成
教科・道徳・総合的な学習	社　会	身近な地域・土地利用の様子【3年】 わたしたちの県【4年】 国土の学習【5年】		商店の学習・地域とのかかわり【3年】 住みよいくらしをささえる【4年】 縄文・古墳【6年】	スーパーマーケットに見学に行こう【3年】 食料生産の学習【5年】 天皇中心の国作り【6年】	刈谷市の学習【3年】 貿易の学習【5年】 貴族・武士【6年】	食料生産の学習【5年】 戦国・江戸【6年】	農業・工場の学習【3年】 明治【6年】	世界との関係【6年】	昔のくらし・伝統的な食事【3年】 環境の学習【5年】 長く続いた戦争【6年】	国際社会【6年】	
	理　科		しぜんのかんさつをしよう【3年】 植物の発芽【5年】 体のつくりとはたらき【6年】	植物をそだてよう【3年】 植物の実や種子【5年】	季節と生き物（ゴーヤ）【4年】 生物どうしの関わり【6年】		わたしたちの体と運動【4年】				生物と地球環境【6年】	
	生活科		大きくそだてよう（夏やさい）【2年】	大きくなあれ　さつまいもを育てよう【1年】		わたしの町はっけん【2年】 大きくそだてよう（大根）【2年】	食まるとなかよし【1年】 秋冬がしゅんの食べ物について知ろう【2年】					
	家　庭	生活時間をマネジメント【6年】	できることを増やしてクッキング【6年】		クッキングはじめの一歩【5年】		食べて元気に【5年】 こんだてを工夫して【6年】	どんな食事がよいのか考えよう（市内統一指導）【5年】		いっしょにほっとタイム・地域のおやつ【5年】		
	体育 ［保健領域］			毎日の生活とけんこう【3年】 病気の予防【6年】			育ちゆく体とわたし【4年】	病気の予防【6年】				
	他教科等 （国語・算数・音楽・図工）		さとうとしお【国１年】 野菜の名前を覚えよう 【国特支】	果物の名前を覚えよう 【国特支】 肉の名前を覚えよう【国特支】 調理器具の名前を覚えよう 【国特支】	おおきなかぶ【国1年】 大きくそだて　ぴっくりやさい 【図2年】 魚の名前を覚えよう【国特支】	おおきくなあれ【国１年】 ことばあそびうたをつくろう 【国１年】	サラダでげんき【国１年】 くらしの中の和と洋【国4年】 和の文化を受けつぐ【【国5年】 仲間に分けよう【国特支】			かさこじぞう【国2年】		
	道　徳	大すきなきゅうしょく（明るい心）【1年】		ありがとうの手紙【2年】		小さな国際親善大使【5年】	ありがとうがいっぱい【1年】 お手つだい（明るい心）【2年】		これなら　できる【1年】	おせちのひみつ【2年】 日本のお米・世界のお米【2年】	きゅうしょくとうばん【1年】 ミカンのおか（明るい心）【4年】	スーパーパティシエ物語【3年】
	総合的な 学習の時間	いのちをいただく【3年】 カレーを作ろう・ご飯を炊こう【5年】		野菜の栄養を調べよう 【3年】		特産物や郷土料理について調べよう【3年】						
	生活単元学習 （特別支援学級）	元気もりもり！作って食べよう！	（毎月１回、乳・卵アレルギーの子のことを考えてメニューを決め、調理実習を行う）（栄養のバランスのとれたメニューを考える）（全員で協力して買い物、準備や調理、片付けをする）【特支】 夏野菜を育てよう じゃがいも、たまねぎを収穫しよう・じゃがいもやたまねぎを使った料理を調べよう・じゃがいもやたまねぎを使って調理をしよう さつまいもを育てよう 食まるファイブについて知ろう・翠先生にアドバイスしてもらおう	夏野菜を使った料理を調べよう・調理をしよう	おうちごはん（昼食・夕食）＊夏休みの課題		冬野菜を育てよう（大根）	翠先生にアドバイスしてもらおう	おうちごはん（昼食・夕食）＊冬休みの課題	冬野菜を使った料理を調べよう・調理をしよう		
特別活動	学級活動	食物アレルギー紙芝居『たのしくたべるためのマナーをしろう』（食に関する指導の手引）【1年】 片付けの仕方を覚えよう・協力して片付けよう【特支】 翠先生に食まるファイブの働きを教えてもらおう【特支】	食まるファイブを知ろう【1年】 食まるファイブとなかよくなろう【特支】	やさい大すき（関連：生活科）【2年】 残さず食べよう（感謝して食べよう）【4年】 朝食と健康―なぜ・何を食べるといいのか―自分の朝食をバランスよくパワーアップしよう（関連：家庭科）【6年】	おはし名人になろう①②【2年】 朝食で野菜を食べよう―野菜を食べる量について考えよう―（関連:家庭科）【5年】	じょうずなたべかた【1年】 ベジまるとなかよくなろう【特支】	血液検査の見方（養護教諭による血液検査事後指導）【5年】 ほねや歯を強くする食べ物を知ろう【4年】	食まるファイブのひみつのパワーを知ろう（市内統一指導）【2年】 生活習慣病を予防する食生活を考えよう（市内統一指導）【5年】 病気の予防と日本型食生活（関連：体育科）【6年】	よくかんで食べよう【3年】 食まるファイブで元気もりもり朝ごはん【4年】	食まるファイブの歌のいいところさがしをしよう【1年】 家庭や地域に伝わる料理を大切にしよう【3年】 地産地消―刈谷でとれるものを食べよう―【5年】	おはし名人になろう③【2年】 感謝の気持ちを伝えよう 【1～6年】	
	児童会活動	掲示活動・放送活動 →										→
				食まるウィーク Ⅰ			食まるウィーク Ⅱ					
	学校行事等	身体測定　授業参観		歯の衛生週間　授業参観		身体測定		就学時健診		身体測定	入学説明会（校長先生会食）	
	給食時間　給食指導（日常指導）	・給食のきまりを覚えよう ・上手に配膳しよう ・食器の置き方を覚えよう ・食器や箸の持ち方を知ろう				・正しい姿勢で食べよう ・残さず食べよう ・食事のあいさつを心を込めて言おう ・上手な食べ方を知ろう				・日本の食文化を知ろう ・食器や箸を正しく持って食べよう ・１年間を振り返り、よりよい給食時間を工夫しよう		
	給食時間　食に関する指導	・給食や献立表を知ろう ・食べ物の名前を知ろう ・食まるファイブを知ろう ・朝ごはんの大切さを知ろう				・食まるファイブのはたらきを知ろう ・給食を食まるファイブに分けよう ・給食を「主食」「主菜」「副菜」に分けよう ・朝ご飯の栄養バランスを整えよう				・地元の食材や郷土料理を知ろう ・食生活について考えよう ・食べ物と健康について知ろう		
学校給食関連事項	月目標	給食の準備や片付けを覚えよう	食事のマナーを身に付けよう	よくかんで食べよう	味わって食べよう	行儀よく食べよう	好き嫌いなく食べよう	感謝して食べよう	丁寧に手洗いをしよう	地元の食材や地域に伝わる料理を味わおう	食べ物を大切にしよう	仲間と共に食べよう
	食文化の伝承	お花見献立	端午の節句 八十八夜		七夕献立 東京オリンピック献立	十五夜献立　敬老の日 秋分の日（彼岸）		地場産物活用献立 和食の日	冬至の献立	正月料理　七草　鏡開き	節分献立	ひなまつり献立
	行事食	入学進級祝い献立		愛知を食べる学校給食週間 歯と口の健康週間	土用の丑		目の愛護デー	地元の食材を食べよう週間	クリスマス	全国学校給食週間		卒業祝い献立
	その他	我が家の自慢料理 →					リクエスト給食 →				→	→
	旬の食材 地場産物の利用 ※下線は愛知県産 二重下線は刈谷市産	しらす　新じゃが芋　新玉ねぎ　たけのこ　春キャベツ　ふき　三つ葉　青のり　あかもく	かつお　にぎす　めひかり　アスパラガス　キャベツ　新玉ねぎ　大根　たけのこ　ふき　新茶　てん茶　あおさ　あかもく	あじ　いわし　しらす　アスパラガス　きゅうり　さやいんげん　しょうが　新ごぼう　玉ねぎ　トマト　なす　ピーマン　ミニトマト　梅	あなご　いわし　しらす　たこ　大葉　オクラ　きゅうり　しょうが　冬瓜　トマト　なす　にがうり　ピーマン　そうめん	さけ　さんま　にぎす　じゃが芋　枝豆　冬瓜　なす　なし	さんま　さば　里芋　さつま芋　栗　ごぼう　チンゲンサイ　大根　れんこん　しいたけ　りんご	新米　さば　ししゃも　大豆　さつま芋　里芋　カリフラワー　大根　チンゲンサイ　ほうれん草　れんこん　根深ねぎ　ブロッコリー　きのこ　きくらげ　しいたけ　みかん　りんご	めひかり　にぎす　大豆　カリフラワー　かぶ　キャベツ　小松菜　大根　にんじん　根深ねぎ　ブロッコリー　ほうれん草　白菜　パセリ　レタス　れんこん　みかん　ゆず　のり	めひかり　里芋　カリフラワー　キャベツ　きゅうり　小松菜　セロリ　大根　にんじん　ねぎ　白菜　ブロッコリー　ほうれん草　れんこん　切り干し大根　みかん　あおさ　青のり　のり	かぶ　キャベツ　小松菜　にんじん　ねぎ　白菜　ブロッコリー　ほうれん草　れんこん　切り干し大根　みかん　はるみオレンジ　のり　わかめ	キャベツ　菜花　にんじん　ねぎ　パセリ　春キャベツ　ふき　ブロッコリー　三つ葉　れんこん　いよかん　清見オレンジ　ひじき　わかめ
		地場産物等の校内放送や指導カードを使用した給食時の指導充実。教科等の学習や体験活動と関連を図る。										
		年間通して使用する愛知県産食材：米（刈谷市産）　牛乳　うずら卵　大豆　切り干し大根　みそ										
個別的な相談指導					個別懇談会				個別懇談会		アレルギー面談	
家庭・地域との連携		献立表　・　リーフレット（年３回）　・　ホームページ　・　食育だより「食まるとともだち」　・　保健だより　・　学級通信										
			生活点検カード①	食生活アンケート（市５年） 食生活アンケート（全校）①	学校保健委員会	生活点検カード② 給食試食会	アレルギー調査（市）	学校保健委員会	学校評価アンケート	生活点検カード③ 食生活アンケート（全校）②		

令和３年度食育推進研修会

令和３年８月３日（水）
刈谷市立小垣江小学校　栄養教諭　二村　翠

給食の時間における食に関する指導　給食指導
『おはし名人になろう』

＜給食時間の児童の実態＞

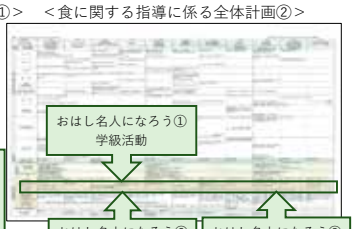
・ご飯粒を指で集めて食べている児童がいる。
・ご飯粒が残ったままお椀を返す児童がいる。

＜めざす子どもの姿＞

・はしの正しい持ち方を理解し、進んで練習して給食で実践できる子
・はしを正しく使い、日本の主食である米や和食と縁が深い大豆を上手に食べられる子

食に関する指導に係る全体計画との関連

＜食に関する指導に係る全体計画①＞　＜食に関する指導に係る全体計画②＞



食に関する指導の目標

（知識・技能）
「給食や食と関連した実践を通して、食事のマナーの大切さを再認識し、身に付けている」

おはし名人になろう①
学級活動

おはし名人になろう②
給食指導

おはし名人になろう③
給食指導

『おはし名人になろう①』（学級活動）


はし


はしカード


丸型のシール

上のはし
鉛筆の持ち方と同じ
『**天使の輪**』です。

下のはし
『**魔法のシール**』と親指の付け根で支えます。

『おはし名人になろう①』（学級活動）

ワークシートの振り返り
「はしカードを使って、はしを正しく動かすことができましたか」

魔法のシールを振り返りで活用！

≪自己評価の結果≫

「うまくできた」	１６人
「少しできた」	７人
「難しかった」	６人

『おはし名人になろう②』（給食指導）

ご飯粒をはしで**つまむ**ことができたよ。

ご飯粒は、食べながら**集める**といいんだね。

家庭への啓発

小学校で使っているはしの**長さは１８ｃｍ**です。

食べ始めの１０回までは、はしの正しい持ち方を意識して食べてみようね。

※一部抜粋

指導の評価

＜良かった点＞

○シールの活用
⇒下のはしを置く位置を児童に強く印象づけることができた。

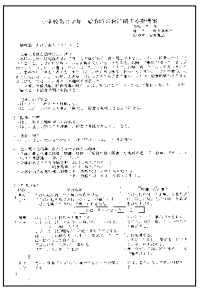
○はしカードの活用
⇒はしの動かし方が限定されることで、正しい持ち方を習得しやすい。

＜課　題＞

△ひじをついた姿勢
⇒はしの動かし方に集中するあまり、ひじをついて練習する児童がいた。

『おはし名人になろう③』（給食指導）

≪献立名≫
ご飯
牛乳
さわらの西京焼き
野菜の卵とじ
昆布豆



題材名	江南市でとれる野菜を知り、進んで食べよう

江南市立西部中学校
竹島 淳子

【献立名】
- ごはん
- 牛乳
- 江南野菜たっぷりひきずり
- 野菜はんぺんの生姜じょうゆ
- 茎わかめのおかか和え

こんだてレシピ

レシピはP91に掲載

献立のねらい

・地域の産物を献立に取り入れ、食べる実体験を通して、地域をより身近に感じられるようにした。
・地域の産物と郷土料理の関わりを理解しやすよう、愛知県の郷土料理に、江南市でとれた野菜を使って確認できるようにした。

献立を教材として活用した指導

◆給食の時間における食に関する指導
食に関する指導　　指導者【栄】

【題材名】江南市でとれる野菜を知り、進んで食べよう
【指導の目標】地域の野菜に着目しながら給食を食べることで、地域の産物への理解を深めることができる。生産者の工夫や努力を知り、野菜をしっかり食べようとしている。
【食育の視点】地域の産物を給食に活用することにより、自分たちが住んでいる地域への愛着を育み、地域の産業や食文化への理解を深める。（食文化）
【食に関する指導の全体計画との関連】
食に関する指導全体計画②
（低学年）11 月　生活「ぐんぐんそだてわたしの野菜」２年
（中学年）　４月　社会「わたしたちの県」４年
（高学年）　６月　社会「わたしたちの生活と食料生産」５年
（中学校）11 月　技術・家庭「私たちの食生活　日常食の調理と地域の食文化」１年
11 月　道徳　郷土の伝統と文化の尊重・郷土を愛する態度「伝えたい味」
11 月　給食時間における食に関する指導「地域の産物を知り、感謝して食べよう」
11 月　食育だより「地元でとれる食べ物」

◆教科等における食に関する指導
教科（教科名：技術・家庭科）　　中１学年　指導者【T】

【単元名・題材名】日常食の調理と地域の食文化
【本時（指導）の目標】地域の産物や伝統的な食文化を理解し、地域や日本の伝統的な食材を生かした料理への関心を高める。
【食育の視点】地域の産物を理解することで、自分たちが住んでいる地域への愛着を育むとともに、生産者の工夫や努力について考え、地域の産業への理解を深める。（食文化）
【食に関する指導の全体計画との関連】
食に関する指導の全体計画②
11 月　技術・家庭「私たちの食生活　日常食の調理と地域の食文化」１年
11 月　道徳　郷土の伝統と文化の尊重・郷土を愛する態度「伝えたい味」
11 月　給食時間における食に関する指導「地域の産物を知り、感謝して食べよう」
11 月　食育だより「地元でとれる食べ物」

中学校第１学年 給食の時間における食に関する学習指導案

１年生教室
指導者　栄養教諭

1 題材名

江南市でとれる野菜を知り、進んで食べよう

2 題材設定の理由

（1）生徒の実態

本校は、周辺に畑が広がり、生徒は登下校中に野菜の生育過程を確認できる環境にある。しかし、実際にどんな野菜が生産されているか、具体的に答えられる生徒は少ない。また、給食では、江南市で生産される季節ごとの野菜を積極的に活用し、地域でとれた野菜を身近に感じ、積極的に食べてほしいと考えているが、実際には野菜を苦手とする生徒が多く、給食アンケートの結果からも、給食で苦手なものがあったら残すと答えた割合が 26.2％と４分の１の生徒が残している。

（2）生徒のめざす姿

地域の野菜を取り入れた献立から、自分たちが住んでいる江南市では多くの野菜がとれることに気付かせ、地域の産物や食文化に愛着をもてるようにしたい。また野菜の生産者の思いを紹介し、野菜をしっかり食べようとする意欲を高めたい。

3 本時の学習

（1）目標

ア　地域の野菜に着目しながら給食を食べることで、地域の産物への理解を深めている。【知識・技能】
イ　生産者の工夫や努力を知り、野菜をしっかり食べようとしている。【主体的に学習に取り組む態度】

（2）食育の視点

江南市でとれた野菜を給食で活用することにより、自分たちが住んでいる地域への愛着を育み、地域の産業や食文化への理解を深める。（食文化）

（3）食に関する指導の全体計画との関連

11 月　技術・家庭「私たちの食生活　日常食の調理と地域の食文化」
11 月　道徳　郷土の伝統と文化の尊重・郷土を愛する態度「伝えたい味」
11 月　食育だより「地元でとれる食べ物」

（4）学習過程

学習活動	教師の支援・評価
1　本時の学習課題をつかむ。 ・江南市でとれる野菜を確認する。	○畑の写真を見せ、何の写真か考えさせる。 ○目印になる建物等と合わせた写真にすることで、江南市の畑であることを思い起こしやすくなるよう支援する。 ○江南市の地図を活用し、どの辺りで野菜がとれるか、写真と照らし合わせながら確認する。
江南市でとれる野菜を知り、進んで食べよう	
2　江南市でとれる野菜について考える。 （1）地域の野菜の特徴や郷土料理との関わりを知る。	○江南市の土地に合った野菜が作られていることを説明する。 ○本日の給食には江南市でとれた野菜を４種類使用していたことを紹介し、郷土料理と地域の食材との関わりを伝える。 **評**　江南市でとれる野菜について考え、理解を深めているか。
（2）給食で地域の野菜を使う理由を考える。 ・新鮮である。 ・栄養価が高い。 ・安全である。	○給食に江南市でとれた野菜を使用する理由を、地産地消の観点から考えるとよいことに気付かせる。
（3）生産者、調理従事者が働いている様子から、その思いを考える。	○大根の収穫の様子、給食センターでの調理の様子をDVDで見せることで、地域の食材への関心を高めさせる。
3　本時のまとめをする。	○地域での産物を食べるよさを確認し、今後の自分の野菜の食べ方を考えられるようにする。 **評**　生産者の思いを知り、これから野菜をしっかり食べようとしているか。

（5）評価

ア　地域の野菜に着目しながら給食を食べることで、地域の産物への理解を深めることができたか。

イ　生産者の工夫や努力を知り、野菜をしっかり食べようとしているか。

食に関する指導の全体計画①（江南市立西部中学校）

学校教育目標

『自主・誠実・健康』の校訓のもとに、知徳体の調和のとれた人間を育てる。

【生徒の実態】
愛知県食育推進調査より（R2.11 月）
・朝食欠食割合（中 2　2.6%）
・朝食に野菜を食べる割合（中 2 45.2%）
・給食残食率(9.1%)
チャレンジ弁当（R2 年度）
・自分で一品以上作った割合（11月 96.3%）
・料理の上達を実感した割合（中 1 11 月 68.6%）

【第3次食育推進基本計画】
・朝食を欠食する子　0%
・栄養バランスに配慮した食生活を実践する国民 70%以上
【あいち食育いきいきプラン2020】
・朝食欠食割合　3%以下（中2）
・朝食に野菜を食べる割合　80%以上
【第2次江南市食育推進計画】
・朝食を欠食する生徒の割合　0%
・毎日、野菜やカルシウムに富む食品を摂取する割合　60%以上

食育の視点
○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
○食文化

食に関する指導の目標

（知識・技能）
日常食べている食品や料理の特徴、栄養素について理解し、これを踏まえて自ら料理を行うための技術を身に付けている。

（思考力・判断力・表現力等）
食品に含まれる栄養素やその働き、特徴について考え、食事作りのための食品、料理について適切な選択ができる。

（学びに向かう力・人間性等）
栄養や食事のとり方を見つめ直して、自ら正しい知識・情報に基づいてよりよい食習慣にしようとする態度を身に付けている。

幼稚園・保育所幼穂連携型認定こども園 ⇒ 小学校	各学年の食に関する指導の目標		
	1 年	2 年	3 年
望ましい食習慣や朝食の必要性などの食育指導を実施し、連携。	日常食べている料理の特徴を理解し、調理することができる。 食品の特徴を捉えて、食事作りに必要な食品の選択ができる。 自分の食生活を振り返り、よりよくするにはどうしたらよいか考えることができる。	食品の栄養的特徴を理解し、食品を組み合わせて調理することができる。 食品に含まれる栄養素やその働きを考え、食事作りに必要な食品の選択ができる。 自分の食生活を振り返り、よりよくするにための目標を立て、実践しようとすることができる。	一食分に必要な栄養を理解し、バランスのよい食事を調理することができる。 心身の健康増進のため、食べる人のことを考え,食事作りに必要な食品の選択ができる。 自分の食生活を振り返り、生涯にわたって健康な生活を送るために必要な食習慣を身に付けるよう努力できる。

食育推進組織（学校保健委員会）
委員長：校長（副委員長：教頭）
委員　：教務主任、校務主任、学年主任、保健主事、養護教諭、栄養教諭
※必要に応じて、保護者代表、学校医・学校薬剤師の参加

食に関する指導
教科等における食に関する指導
関連する教科等において食に関する指導の視点を位置付けて指導
（社会、理科、技術・家庭、保健体育、道徳、総合的な学習の時間、特別活動　等）
給食の時間における食に関する指導
食に関する指導：献立を通して学習、教科等で学習したことを確認
給食指導　　：準備から片付けまでの一連の指導の中で習得
個別的な相談指導
肥満・やせ傾向、食物アレルギー・疾患、偏食

地場産物の活用
物資選定委員会：年11回、構成員（校長（小・中）、給食担当3名、保護者代表2名、給食センター所長、調理主任、栄養教諭）
江南市産食材の年間使用計画作成、JA との連携、地場産物等の校内放送、教科等の学習や体験活動との連携

家庭・地域との連携
積極的な情報発信、関係者評価の実施
家庭配付用献立表のたより、食育だより、保健だより、学校給食試食会、学校保健委員会、親子料理教室、ホームページ、学校運営協議会

食育推進の評価　（1　できた　2　おおむねできた　3　あまりできなかった　4　できなかった）
活動指標：給食時間、教科等における食に関する指導　たより・ホームページ等での啓発
成果指標：　朝食を食べる習慣がある割合（1　98%以上　2　95～98%　3　90～95%　4　90%以下
チャレンジ弁当で料理が上達したと実感した割合（1　75%以上　2　70～75%　3　65～70%　4　65%以下）

食に関する指導の全体計画②（江南市立西部中学校）

教科等		4月	5月	6月	7月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
学校行事等		入学式	修学旅行	自然教室		体育大会			合唱コンクール			卒業式
推進体制	進行管理			委員会								
	計画策定	計画策定							評価実施	評価結果の分析	計画案作成	
教科・道徳等・総合的な学習の時間	社　会	(地)世界と日本の姿「世界の姿」【1年】	(地)世界と日本の姿「世界の姿」「日本の姿」【1年】	(地)世界と日本の姿「日本の姿」【1年】		(地)日本のさまざまな地域「日本の諸地域」【2年】、(公)現代社会と私たち「私たちの生活と文化」【3年】	(地)世界のさまざまな地域「世界の諸地域」【1年】、(地)日本のさまざまな地域「日本の諸地域」【2年】	(地)世界のさまざまな地域「世界の諸地域」【1年】、(地)日本のさまざまな地域「日本の諸地域」【2年】	(地)世界のさまざまな地域「世界の諸地域」【1年】、(地)日本のさまざまな地域「日本の諸地域」【2年】、(公)私たちのくらしと経済「消費生活と市場経済」【3年】	(地)日本のさまざまな地域「日本の諸地域」【2年】	(歴)開国と近代日本の歩み「欧米の進出と日本の開国」【2年】	(公)よりよい社会を目指して【3年】
	理　科	生物の世界「植物のなかま」【1年】			生物の体のつくりとはたらき「植物の体のつくりとはたらき」【2年】	自然界のつながり「生物どうしのつながり」【3年】	生物の体のつくりとはたらき「動物の体のつくりとはたらき」【2年】					
	技術・家庭	(家)私たちの食生活「食事の役割と中学生の栄養の特徴」【1年】	(家)私たちの食生活「食事の役割と中学生の栄養の特徴」【1年】、(技)生物育成の技術「生物育成の技術の原理・法則と仕組み」【2年】	(家)私たちの食生活「中学生に必要な栄養を満たす食事」【1年】、(技)生物育成の技術「生物育成の技術による問題解決」【2年】	(家)私たちの食生活「中学生に必要な栄養を満たす食事」【1年】、(技)生物育成の技術「社会の発展と生物育成の技術」【2年】	(家)私たちの食生活「調理のための食品の選択と購入」【1年】	(家)私たちの食生活「調理のための食品の選択と購入」【1年】	(家)私たちの食生活「日常食の調理と地域の食文化」【1年】	(家)私たちの食生活「日常食の調理と地域の食文化」【1年】、(家)私たちの消費生活と環境「私たちの消費生活」【2年】	(家)私たちの食生活「日常食の調理と地域の食文化」【1年】、(家)これからの家族と地域【3年】	(家)私たちの食生活「日常食の調理と地域の食文化」【1年】、(家)私たちの成長と家族・地域「家族、家庭と地域」【2年】	
	保健体育		健康な生活と病気の予防「健康の成り立ち」「食生活と健康」【1年】、健康と環境「水の役割と飲料水の条件」【3年】	健康な生活と病気の予防「調和のとれた生活」【1年】、健康な生活と病気の予防「生活習慣病の予防」【2年】		心身の機能の発達と心の健康「体の発育・発達」【1年】						
	他教科		新しい視点で「大根は大きな根？」【1国】	Food Travels around the World【2英】		人間のきずな「盆土産」【2国】	論理を捉えて「モアイは語る」【2国】 Foreign Artists in Japan【1英】	Homestay in the United States【2英】	食品の選択【3英】	未来へ向かって「温かいスープ」【3国】	レストラン【1英】	
	道　徳		社会参画・公共の精神「まだ食べられるのに」【2年】、		生命の尊さ「いのちを考える」【1年】		思いやり・感謝「もったいない」、生命の尊さ「いのちを考える」【1年】	郷土の伝統と文化の尊重・郷土を愛する態度「伝えたい味」【1年】、家族愛・家庭生活の充実「テーブルの卵焼き」【3年】				
	総合的な学習の時間	食（健康・文化）に関わる「分野別学習」「地域学習」 →										
特別活動	学級活動 食育教材活用			自分のからだと健康の保持【1年】、食中毒の予防【3年】	心身ともに健康な生活【2年】		バランスのよい食事【3年】		冬の健康と安全【1年】	望ましい食習慣【3年】		
	生徒会活動	配膳室片付け活動 配膳台掃除 呼びかけ →	チャレンジ弁当の呼びかけ				チャレンジ弁当の呼びかけ					
					給食委員会キャンペーン実施					給食委員会キャンペーン実施		
	学校行事		給食試食会									
	給食の時間 給食指導	給食時間の過ごし方 ・手洗いの励行 ・給食当番の身支度・準備 ・後片付けの仕方 ・協力体制			衛生的な食事の仕方 ・手洗いの励行 ・給食当番の身支度 ・正しい配膳		食事のマナー ・食器の置き方 ・はし、食器の持ち方 ・食事のあいさつ			食事・会食の仕方 ・偏食と残食について ・楽しい給食時間の過ごし方		
	給食の時間 食に関する指導	学校給食を知ろう	成長期に必要な栄養を考えよう 中学生に必要な量を知ろう【1年】	よくかんで食べよう	食事のマナーを守って食べよう	楽しく会食しよう	栄養バランスのとれた食事をしよう	地域の産物を知り、感謝して食べよう	成長期とカルシウムの摂取について考えよう	日本の食文化を受け継ごう	朝食におかずを食べよう【2年】	1年間を振り返ろう
学校給食の関連事項	月目標	楽しい給食の場を作ろう	食事のきまりを身に付けよう	よくかんで食べよう	環境を整えて食事をしよう	ふれ合いを深め和やかな給食時間にしよう	偏食をなくしバランスよく食べよう	働く人に感謝し態度や行動に表そう	衛生に配慮した準備をしよう	自然の恩恵に感謝して食べよう	望ましい食事のマナーを身に付けよう	1年を振り返り健康と栄養について考えよう
	食文化の伝承 行事食		端午の節句		半夏生　七夕　土用の丑	重陽の節句　十五夜	十三夜		冬至	正月　人日の節句　鏡開き	節分　事始め	桃の節句
	食文化の伝承 郷土料理	【毎月1回実施】	沖縄・九州・四国・中国　地方			近畿・中部・関東①　地方				関東②・東北・北海道　地方		
	行事食	入学進級お祝い	こうなんDay（7日）	歯と口の衛生週間			目の愛護デー	いい歯の日　和食の日	クリスマス	全国学校給食週間		卒業終業お祝い
	その他	国際料理	国際料理	愛知を食べる学校給食週間 国際料理	国際料理			愛知を食べる学校給食週間				
	旬の食材	ひじき　さわら　めばる しらす　ふき　わらび たけのこ　キャベツ 甘夏　美生柑	あじ　かつお　にぎす 玉ねぎ　じゃがいも　レタス アスパラガス　さやえんどう グリンピース　大根　メロン	あゆ　すずき　たこ　枝豆 しそ　きゅうり　いんげん とうもろこし　にんにく しょうが　さくらんぼ　うめ	とびうお　はも　したびらめ オクラ　にら　ピーマン なす　かぼちゃ　ゴーヤ モロヘイヤ　ズッキーニ すいか	いわし　すずき　たちうお なす　みょうが　とうがん パプリカ　とうがらし　なし	さけ　さんま　ほっけ しじゃも　里いも　なめこ さつまいも　しめじ　まいたけ しいたけ　大豆もやし　巨峰	かじき　かさご　かわはぎ さといも　ごぼう　人参 れんこん　えのきだけ チンゲン菜　かき	あんこう　ぶり　たら まぐろ　かぶ　山いも ほうれん草　春菊　白菜 大根　ブロッコリー りんご　みかん	ぶり　はたはた　のり めひかり　小松菜　ねぎ カリフラワー　水菜 ブロッコリー　いよかん	わかさぎ　ほき　わかめ かれい　ほうれん草 切干大根　チンゲン菜 なばな　デコポン きんかん	さわら　きびなご　にしん あさり　セロリ　みつば いちご
	地場産物	大根　小松菜　きゅうり	大根　小松菜　きゅうり キャベツ	ねぎ　玉ねぎ　大根 小松菜　きゅうり　キャベツ	ねぎ　小松菜　にんじん	ねぎ　小松菜　さつまいも	ねぎ　小松菜　大根 さつまいも	小松菜　大根　きゅうり　白菜 さつまいも キャベツ 越津ねぎ	小松菜　人参　大根　きゅうり 白菜　キャベツ　越津ねぎ	小松菜　大根　人参 きゅうり　なばな　越津ねぎ	小松菜　人参　きゅうり 越津ねぎ	小松菜　きゅうり
個別的な相談指導		食物アレルギー相談（面談）									食物アレルギー相談	
家庭・地域との連携		積極的な情報発信（ホームページ）										
		食育だよりの発行 ・学校給食とは	チャレンジ弁当に向けて	食育アンケート結果	夏の食生活	弁当作りレポート	食事のマナー	バランスのよい食事	冬の食生活	感謝して食べよう（学校給食週間）	日本の食文化	1年間の振り返り
		給食だより(献立表の下) ・学校給食とは	・バランスのよい食事をとるポイント	・地域でとれる食べ物	・暑さに負けない体づくり	・生活リズムを整える ・朝食を食べる	・好き嫌いをなくす	・地元でとれる食べ物	・寒さに負けない体づくり	・食べ物の大切さを知る	・生活習慣病予防	・一年間の生活のまとめ
			給食試食会	学校保健委員会	公民館親子料理教室			学校保健委員会			給食試食会	

本校は周辺に畑が広がり、野菜の生育過程を確認できる環境にある

生徒の実態

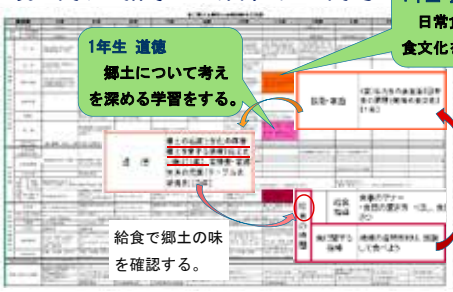
・地域でどんな野菜が生産されているか、具体的に答えられる生徒が少ない。
・給食で苦手なものが出たら残す生徒が多い。
・野菜を苦手とする生徒が多い。

苦手なものを残す生徒 26．2%

残す生徒のほとんどが 野菜のおかず

めざす生徒の姿
地域の産物や食文化に愛着がもてる
野菜をしっかり食べようとする意欲を高める

食に関する指導の全体計画との関連



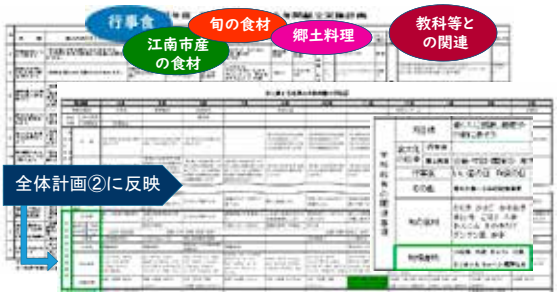
1年生 技術・家庭科
日常食の調理と地域の食文化を学習する。

1年生 道徳
郷土について考えを深める学習をする。

給食で郷土の味を確認する。

給食の時間で事前に指導し、教科での学習につなげる。

食に関する指導の全体計画との関連



教材として活用した献立

献立のねらい
・地域の産物を献立に取り入れ、食べる実体験を通して、地域をより身近に感じられるようにする。
・愛知県の郷土料理に江南市産の野菜を使用し、郷土料理と地域の産物の関わりを理解する。

茎わかめのおかか和え
《愛知県産の野菜》
・キャベツ
・にんじん

野菜入りはんぺんの生姜じょうゆ
《愛知県産の野菜》
・れんこん

牛乳

ご飯

ひきずり
愛知県の郷土料理
【江南市産の野菜】
・小松菜　・大根
・越津ねぎ　・白菜

中学校第1学年 **給食の時間における食に関する指導**

題材名
「江南市でとれる野菜を知り、進んで食べよう」

本時の目標
・地域の野菜に着目しながら食べることで、地域の産物への理解を深めている。
・生産者の工夫や努力を知り、野菜をしっかり食べようとしている。

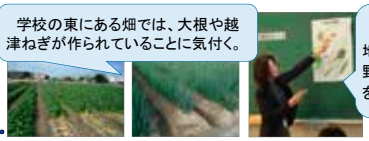
食育の視点
江南市でとれた野菜を給食で活用することにより、自分たちが住んでいる地域への愛着を育み、地域の産業や食文化への理解を深める。（食文化）

給食の時間における食に関する指導

指導の内容

導入
江南市で作られている野菜を知る。

学校の東にある畑では、大根や越津ねぎが作られていることに気付く。



江南市の地図から、野菜の産地を確認する。

展開①
江南市の砂地を生かした野菜が作られている。給食で確認する。

良質な野菜

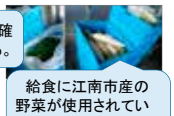
郷土料理のひきずりの中の江南市産の野菜を確認する。

地域の産物　郷土料理

給食の時間における食に関する指導

展開②
生産者の工夫や努力を知り、その思いを考える。

大根収穫の様子をDVDで確認し、生産者の思いを考える。



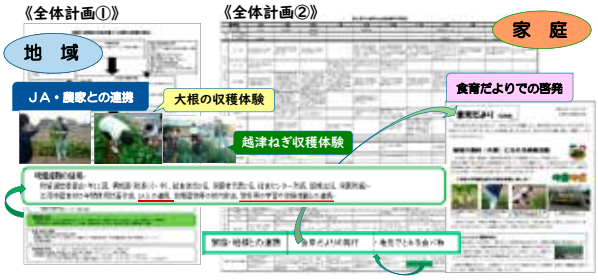
給食に江南市産の野菜が使用されていることを、調理の様子から確認する。

終末
自分の食べ方を考える。

給食の時間
学んだことの実践の場

家庭・地域との連携

《全体計画①》　《全体計画②》



題材名	食べ物に関心をもとう

蟹江町立学戸小学校
奥山 益代

【献立名】
- ごはん
- 牛乳
- さんまのかば焼き
- 沢煮椀
- ひじきのサラダ

こんだてレシピ

レシピはP92に掲載

献立のねらい

本日のさんまは、消費期限が迫っていたため、「お値打ち品」として購入したものであるが、品質には問題はない。食品ロスを減らす観点から給食センターで取り組んだこと、児童自身ができることなどを考えさせたい。

また、ごはんを中心に魚の主菜と海そうと野菜の副菜、汁ものの組み合わせが日本の伝統的な和食であることを伝えたい。

献立を教材として活用した指導

◆給食の時間における食に関する指導
食に関する指導　　指導者【栄】

【題材名】食べ物に関心をもとう（給食にさんまが出たのはなぜだろう）
【指導の目標】食品ロスについて知り、自分ができる食品ロスを減らす方法を考える
【食育の視点】感謝の心　食文化
【食に関する指導の全体計画との関連】
食に関する指導の全体計画①
・高学年：生産者や食事に関わる多くの人々や自然の恵みに感謝し、残さず食べることができる
（低学年）・さんまを食べる季節はいつか考えさせる（導入）
・「もったいない」精神を知らせ、食べ物を大切にすることを伝える（展開）
・苦手なものでも、一口は食べようと努力するように促す（まとめ）
（中学年）・さんまがとれる季節はいつか考えさせる（導入）
・なぜ４月にさんまを出したかを知らせ、食べ物の大切さを伝える（展開）
・食べ物を大切にするため、自分にできることを考え発表する（まとめ）
（高学年）・さんまの旬がいつか考え、なぜ４月の給食に出たかを考えさせる（導入）
・食品ロスについて知らせ、食材廃棄減少のためのセンターの取組を知らせる（展開）
・自分ができる食品ロスを減らす方法を考え発表する（まとめ）
（中学校）・なぜ今日の給食にさんまが出たかを考えさせる（導入）
・給食での食品ロス（賞味期限切れ、食べ残しなど）について知らせる（展開）
・自分ができる給食や生活の中での食品ロス対策を考え行動する意欲を持たせる（まとめ）

◆教科等における食に関する指導
教科（教科名：社会）　　小４学年　指導者【担】

【単元名・題材名】健康なくらしを守る仕事　　ごみのしょりと活用
【本時（指導）の目標】12／14時間　　ごみの減量化を考える
【食育の視点】社会性
【食に関する指導の全体計画との関連】食に関する指導の全体計画②
５月 社会　　４年 ごみのしょりと活用

学戸小学校 第５学年１組 給食時指導案

令和３年４月21日（水）
５年１組教室
指導者　栄養教諭　奥山　益代

1 主題

給食にさんまが出た謎を考えよう！

2 児童の実態

本学級の児童は、出されたものは食べようとする児童が多いものの、食べる前に苦手とする野菜や魚を減らす児童が数名いる。日頃食べ物に関する話を聞く機会が少ないため、給食のメニューや食材の由来や栄養素のはたらきなどの話をして、食べるように声かけをすれば、頑張って食べようとする素直な児童が多い。また、野菜や魚を苦手としていても、調理の方法や味付けによっては、残したり減らしたりせずに食べることができる。

3 めざす児童像

食べ物に関心をもち、生産に関わる人々や自然の恵みに感謝して、残さず食べることができる。また、日本の食文化について理解し、食習慣を見直すことができるようになる。

4 本時の指導

（1）目標
・給食の食品ロス対策を知り、身のまわりの食品ロスについて考える。
・自分ができる食品ロスを減らす方法を考える。
・日本の食文化を知り、魚や野菜を食べようとする意欲をもつ。

（2）本時の評価基準
【思考・判断・表現】
・食品ロスについて、問題意識をもち減らす方法を考えることができる。

（3）食育の視点
・食品ロスについて知り、生き物の命をいただくことに感謝して食べる（感謝の心）
・米、魚、野菜を中心とした和食について知り、魚や野菜を食べようとする意欲をもつ（食文化）

（4）準備・資料　　盛り付け図、さんま絵パネル、文字カード

（5）指導過程

過程	学習内容	指導上の留意点・支援の手だて ・留意点　[支] 支援　◎評価
導入 １分	１　今日の給食メニューを知り、さんまの旬を考える。	・盛り付け図を貼る。 ・和食（ご飯、魚の主菜、野菜の副菜、汁）を伝える。 ・さんま絵パネルを貼り、旬を考えさせる。
	給食にさんまが出た謎を考えよう！	
展開 10分	２　さんまが給食に出た理由を考え、発表する。	・旬ではない４月にさんまを給食に出したかを考えさせる。 〔支〕コロナの影響について知らせる。
	３　食品ロスについて確認し、給食の食品ロスを減らす工夫を知る。	・食品ロスについて知っているか確認する。 ・さんまの賞味期限について知らせ、安価で購入し、食品ロスを減らすために使用したことを伝える。
	４　身のまわりで起こる食品ロスについて考え、発表する。	・食品ロスについて、自分の身のまわりで起きていないか考えさせる。
	５　食品ロスによる問題を知る。	・食品ロスによって起こる問題について知らせる。（ごみの増加、地球温暖化、食料資源の減少、世界の飢餓、生産者や食べ物に対する感謝の念の希薄等）

整理 4分	6　食べ物に感謝し、自分にできる食品ロスを減らす方法を考え、発表する。	・自分にできる食品ロスを減らす方法を考えさせる。 【思考・判断・表現】食品ロスについて、自分にできる減らす方法を考えることができたか。（発表） ・日本の食文化を伝えていくために、これからも給食に魚や野菜を出すこと、食べてほしいことを伝える。

5 反省

6 高評

食に関する指導の全体計画①（海部郡蟹江町立学戸小学校）

〔児 童 の 実 態〕
・朝ごはんを毎日食べる児童　83．2%
・令和2年度の残食率　5．2%
・肥満児傾向のある児童　7．8%
・食物アレルギー対応児童　16名
・エピペン所持児童　2名
〔保護者・地域 の 実 態〕
・朝ごはんを毎日食べる　83．7%

学 校 教 育 目 標

社会の動きを見極め、自立と共生（人・自然）の精神を養いながら、知・体・徳の調和のとれた人間形成を図るとともに、生涯にわたり自己を高め、よりよく生きようとする子どもを育てる。

〔第4次食育推進基本計画〕
・朝食を欠食する子　0%
・食品ロス削減のために何らかの行動をしている国民を増やす　80%以上

〔愛知県食育推進計画〕
・朝食に野菜を食べている児童　80%

〔かにえ活き生きプラン21（第2次）〕
・適正体重を維持できていない人の減少　15%

食育の視点
○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
○食文化

食 に 関 す る 指 導 の 目 標

（知識・技能）
食事の大切さを理解し、望ましい食習慣の形成と自ら管理していく能力を身に付けている。

（思考力・判断力・表現力等）
栄養バランスを考え、3つの食品群から食品を選択することができる。

（学びに向かう力・人間性等）
食物を大切にし、食物の生産に関わる人々へ感謝しようとする態度を身に付けている。

幼稚園
保育所
・アレルギー児への対応等の情報交換をする。

各学年の食に関する指導の目標

1、2年	3、4年	5、6年
・食べ物に興味、関心をもつ。	・生活リズムを整える事の大切さがわかり、3食規則正しく食事をとることができる。	・栄養のバランスのとれた食事の大切さが分かり、いろいろな食品を選ぶことができる。
・好き嫌いせずに食べようする意欲をもつことができる。	・よくかんで食べることの大切さがわかり、かむことを意識して食べることができる。	・生産者や食事に関わる多くの人々や自然の恵みに感謝し、残さず食べることができる。
・正しいはしの持ち方、使い方がわかる。	・衛生的に給食の準備や食事、後片付けができる。	・地場産物や郷土料理、食文化について理解し、日常の食事を関連付けて考えることができる。
・身近な土地でとれた食べ物に興味をもつ。	○地場産物・郷土料理や季節の食べ物に興味を持つ。	

中学校
〔教育目標〕
・基本的生活習慣を身に付け、正しく行動できる生徒

〔連携〕
・アレルギー生徒への対応等の情報交換をする。

食育推進組織（学校保健委員会）
委員長：保健主事　　委員：全職員
アレルギー対応委員会（学校保健委員会）
委員長：保健主事　　委員：全職員

食に関する指導
- 教科等における食に関する指導　：　関連する教科等において食に関する指導の視点を位置付けて指導
  （別紙　全体計画②を参照）
- 給食の時間における食に関する指導　：
  - 食に関する指導　：　献立を通して学習、教科等で学習したことを確認
  - 給食指導　：　準備から片付けまでの一連の指導の中で習得
  （別紙　全体計画②を参照）
- 個別的な相談指導　：　食物アレルギー・疾患、肥満・過度な痩身、偏食の児童等について、保護者と連携しながら個別に相談指導を行う。

地場産物の活用（別紙　全体計画②を参照）
年に1回は町内産のたまねぎを活用し、毎月は1～2品程度指定した近隣市町村の地場産物を活用。
愛知を食べる学校給食の日、いい日本食の日、全国学校給食週間は、啓発資料や放送資料に内容を盛り込んで指導。

家庭・地域との連携
給食献立表、給食だよりの発行、PTA給食試食会の実施

食育推進の評価
活動指標：食物アレルギー児童の対応について、学校、家庭と連携をとり、安心安全な給食時間を過ごすことができたか
成果指標：体のことを考え、好き嫌いせず食べることができたか　残食率5．2%　→　目標値4．5%以下

食に関する指導の全体計画小学校②（海部郡蟹江町立学戸小学校）

教科等		4月	5月	6月	7月	8～9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
学校行事等		入学式		野外学習（5年生）	個人懇談		就学時健康診断・運動会 修学旅行（6年生）		個人懇談・持久走大会 収穫祭（5年）			学戸小発表会（1～6年） 巣立ちの会（6年） 卒業式
推進体制	進行管理	委員会	委員会	委員会	委員会	委員会	委員会	委員会	委員会	委員会	委員会	
	計画策定	計画策定							評価実施	評価結果の分析	計画案作成	
教科・道徳等・総合的な学習の時間	社　会	わたしたちの県のようす（4年）	ごみのしまつと活用（4年） 大昔のくらしとくにの統一（6年）	工場・畑ではたらく人びとの仕事（3年） 私たちの住んでいる市のようす（3年） 食生活を支える食料の産地（5年） 米作りのさかんな地域（5年）	水産業の盛んな地域（5年）	店ではたらく人々の仕事（3年） これからの食料生産（5年）				うつりかわる市とくらし（3年） 県の人々のくらし（4年）	日本とつながりの深い国々（6年）	
	理　科	たねをまこう（3年） あたたかくなると（4年） 春のしぜんにとび出そう（3年）	植物の発芽と成長（5年） 動物のからだのはたらき（6年）	どれくらい育ったかな（3年） 植物のからだのはたらき（6年）	花がさいたよ（3理） 暑くなると（4年）	実ができたよ（3年） 花から実へ（5年）	すずしくなると（4年）			寒くなると（4年）		
	生　活	がっこうだいすき あいうえお（1年） いくぞ！がっこうたんけんたい（1年） 大きくそだてわたしの野さい①（2生）		なつとなかよし（1年）	大きくそだてわたしの野さい②（2年）		あきとなかよし（1年） 大きくそだてわたしの野さい③（2年）	あきとなかよし（1年）		ふゆとなかよし（1年）	ふゆとなかよし（1年）	
	家　庭	朝食から健康な1日の生活を（6年）	おいしい楽しい調理の力（5年） 朝食から健康な1日の生活を（6年）			食べて元気！ご飯とみそ汁（5年）		まかせてね今日の食事（6年）				
	体　育			病気の予防（6年）			毎日の生活とけんこう（3年） 育ちゆく体とわたし（4年）					
	道　徳	がっこうだいすき（1年） たのしいことがいっぱい（1年） 春がいっぱい（2生）	あいさつのことば（1年） きもちのよいせいかつ（1年） いただきます（2年） ある朝のできごと（5年）	かぼちゃのつる（1年） よさこいソーラン祭り・世界にひびく伝統の音（5年） 食事中のメール（6年）		わたしの見たニッポン（3年）	きゅうしょくとうばん（2年） 昔からの味をつたえる野菜（3年） 米百俵（6年）	光和小のさくらの木（1年） 心のこもった給食（3年）	くりのみ（1年） おとうさんのラーメンがいちばん（4年） 礼儀作法と茶道（6年）	おとうさんありがとう（1年）	せい長かいだん（2年） ブータンに日本の農業を（5年）	いつかオーストラリアへ（3年） 昔からの味を伝える野菜（3年） 心のこもった給食（3年）
	他教科等	ふきのとう（2国） はるがいっぱい（2国） 春のくらし（3国） 春のいぶき（6国）		おおきなかぶ（1国）	おおきなかぶ（1国） おむすびころりん（1国） 夏がいっぱい（2国） 夏のくらし（3国） カレーライス（6国）	ごんぎつね（4国）	ごちそうパーティーをはじめよう（1国） 秋がいっぱい（2国） 秋のくらし（3国） ちいちゃんのかげおくり（3年） 秋探し（6国）	すがたをかえる大豆（3国） What would you like?（5外） Let's think about out food.（6外） What do you like?（3外）	かぼちゃ（2音） 冬がいっぱい（2国） 冬のくらし（3国） 冬のおとずれ（6国）	ウナギのなぞを追って（4国）		
	総合的な学習の時間		米作りを学ぼう〔田植え〕（5年）			世界を知ろう〔世界の飲み物を飲んでみよう：社会見学リトルワールド〕	米作りを学ぼう〔稲刈り〕（5年）	米作りを学ぼう〔脱穀〕（5年） さつまいも掘り（1年）	米作りを学ぼう〔収穫祭〕（5年）	キャリア教育〔洋菓子オーナーによる講話〕（6年） 蟹江町の昔のくらし（3年）		
特別活動	学級活動	約束を話し合おう（1年） 野菜を食べてパワーアップしよう（2年）	すききらいしないで食べよう（3年） 一日のスタートは朝ごはんから（4年）	給食には、元気なパワーがいっぱい（1年） 歯の健康（全学年） 生活習慣病を予防する朝食を考えよう（6年）	楽しい夏休みにしよう（全学年）		当番の仕事を考えよう（1年） 元気に過ごすための朝ご飯を考えよう（6年）			かぜの予防を考えよう（1年）		
	児童会活動	栄養黒板、片付け点検										
				歯の健康週間			残菜ゼロ週間			学校給食週間		
	学校行事									給食集会		バイキング給食
	給食の時間 給食指導	学校給食について知ろう	食べ物の働きについて知ろう	地域でとれる食べ物を知ろう	夏の食生活とおやつについて知ろう	朝食をしっかり食べよう	好き嫌いなく何でも食べよう	感謝して食べよう	冬の生活と食べ物について知ろう	給食週間について知ろう	食事のマナーについて知ろう	1年の反省
	給食の時間 食に関する指導	・給食を知ろう ・食べ物の名前を覚えよう	・食べ物に関心をもとう ・季節の食べ物について知ろう			・食べ物の3つの働きを知ろう ・食べ物と健康について知ろう ・季節の食べ物について知ろう				・食生活を見直そう ・食生活について考えよう ・季節の食べ物について知ろう		
学校給食の関連事項	月目標	学校給食について知ろう	食べ物の働きについて知ろう	地域でとれる食べ物を知ろう	夏の食生活とおやつについて知ろう	朝食をしっかり食べよう	好き嫌いなく何でも食べよう	感謝して食べよう	冬の生活と食べ物について知ろう	給食週間について知ろう	食事のマナーについて知ろう	1年の反省
	食文化の伝承	お花見献立	端午の節句		七夕献立	十五夜献立	十三夜献立	和食献立	冬至献立・クリスマス献立	正月料理	節分献立	桃の節句
	行事食	入学進級祝献立		カミカミ献立	セレクト給食		目の愛護デー		セレクト給食	学校給食週間		卒業祝献立・ セレクト給食
	その他			愛知を食べる学校給食の日				地元の旬を味わう和食給食の日		地元の食材を取り入れた和食献立		
		バースディランチ										
	旬の食材	なばな、春キャベツ、たけのこ、新たまねぎ、清美オレンジ、ふき、うど、きぬさや	アスパラガス、グリーンピース、そらまめ、新たまねぎ、いちご、じゃがいも	じゃがいも、にら、びわ、さくらんぼ、えだまめ	おくら、なす、かぼちゃ、ピーマン、とうがん、トマト、すいか、かぼちゃ、十六ささげ	新米、さんま、さといも、かぼちゃ、きのこ、なす、ぶどう、なし、いちじく	さんま、さけ、きのこ、さつまいも、くり、かき、りんご、ぶどう	さんま、さけ、さば、さつまいも、はくさい、ブロッコリー、ほうれんそう、きのこ	ごぼう、だいこん、ブロッコリー、ほうれんそう、みかん	かぶ、ねぎ、ブロッコリー、ほうれんそう、はくさい	ブロッコリー、ほうれんそう、キャベツ、みかん	ブロッコリー、ほうれんそう、いよかん、清見オレンジ
	地場産物	トマト、なす、きゅうり、キャベツ、れんこん、みつば、いちご	トマト、なす、きゅうり、キャベツ、みつば、いちご、たまねぎ、チンゲンサイ	トマト、なす、キャベツ、ねぎ、みつば、たまねぎ、チンゲンサイ	トマト、ねぎ、れんこん、なす、ピーマン、みつば、チンゲンサイ、ごぼう	新米、ねぎ、れんこん、みつば、里芋、さつまいも	トマト、なす、きゅうり、れんこん、里芋、みつば	さつまいも、ねぎ、里芋	にんじん、れんこん、はくさい、小松菜、ねぎ、みつば、ブロッコリー、レタス	トマト、なす、カリフラワー、レタス、キャベツ、だいこん、ほうれんそう、れんこん、さといも、いちご、みつば	レタス、キャベツ、チンゲンサイ、ねぎ、だいこん、はくさい、なばな、ほうれんそう、れんこん、さといも、いちご	トマト、なす、だいこん、はくさい、なばな、ほうれんそう、れんこん、さといも、いちご
		地場産物の校内放送や指導カードを使用した給食時の指導充実。教科等の学習や体験活動と関連を図る。										
個別的な相談指導		保護者からの申し出、および児童本人からの申し出を受け、食物アレルギーなどをもつ児童の個別相談を実施する。							食物アレルギー面談（新1年生、継続希望者）			
家庭・地域との連携		積極的な情報発信（ホームページ）、関係者評価の実施、地域ネットワーク（人材バンク）等の活用										
		学校だより、給食だより、保健だよりの発行										
		学校給食について	食べ物の働きについて	地域でとれる食べ物について	夏休みの生活について	新米について	好き嫌いなく食べよう	感謝して食べよう	冬の生活と食べ物について	学校給食週間について	食事のマナーについて	1年の反省
				ふれあい給食		親子料理教室		PTA試食会	学校保健委員会			

1　はじめに

① 新型コロナウイルの関係で無償提供されたいろいろな愛知県産物資について、献立表や放送資料でしかＰＲできなかったこと

② 令和２年度実力向上研修に、新規採用（任用替え）研修として参加し、無償提供された名古屋コーチンを食品ロスと関連付けて指導されたという実践報告を聞いたこと

③ 新型コロナウイルの影響で売れ残り、賞味期限が７月の「さんま開き」が安価で紹介されたこと

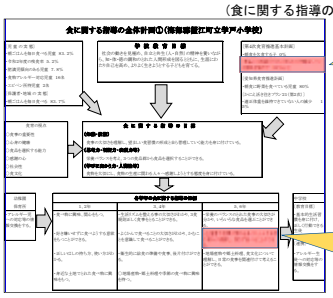
④ 献立に「さんま」を取り入れた理由を考えさせ、知らせることで、食品ロスの問題と関連し、「もったいない」、「食べ物を大切にしよう」、「残さず食べよう」などの気持ちが高まり、行動の変容が見られるのではないか

2　指導内容（案）

対　象　　学戸小学校　第５学年１組
給食時指導（新型コロナ対応のため給食前の指導）・・・４月
主　題　　「給食にさんまが出た謎を考えよう！」
児童の実態　・　野菜や魚を減らす児童が数名いる
　　・　給食の食材について知る機会が少ない
めざす子ども像　・　食べ物に関心をもち、生産に関わる人々や自然の恵みに感謝して、残さず食べることができる
食育の視点　・　食品ロスと生き物の命（感謝の心）
　　・　米、魚、野菜の食事（食文化）

3　各学年の食に関する指導の目標

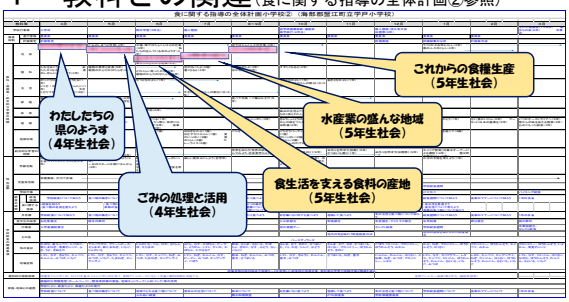
（食に関する指導の全体計画①参照）



〔第４次食育推進基本計画〕
食品ロス削減のために何らかの行動をしている国民を増やす　８０％以上

５、６年
生産者や食事に関わる多くの人々や自然の恵みに感謝し、残さず食べることができる。

4　教科との関連（食に関する指導の全体計画②参照）



5　教具について

盛付図

さんま絵パネル

文字カード

和食	ごはん、魚の主菜、野菜の副菜、汁
さんまの旬	９～１０月　賞味期限
食品ロス	本来食べられるのに、捨てられてしまう食品
ごみの増加	地球温暖化
食料資源の減少	世界の飢餓
感謝の気持ち	
もったいない	

6　指導過程（栄養教諭の進め方）

導入
・　盛付図を貼る
・　和食（ご飯、魚の主菜、野菜の主菜、汁）を伝える
・　さんまの絵を貼り、旬を考えさせる

主題　「給食にさんまが出た謎を考えよう！」を知らせる

展開
・　さんまが給食に出た理由を考え、発表させる
・　新型コロナウイルスの影響について知らせる（支援）
・　食品ロスについて確認する
・　**さんまの賞味期限について知らせ、安価で購入し、食品ロスを減らすために使用したことを伝える**
・　身のまわりの食品ロスについて考えさせる
・　**食品ロスによって起こる問題について知らせる**
（ごみの増加、地球温暖化、食料資源の減少、世界の飢餓、感謝の希薄）

整理
・　**自分にできる食品ロスを減らす方法を考え、発表させる**
・　日本の食文化を伝えるため、給食の和食献立も食べてほしいことを伝える

7　食品ロス月間（１０月）

１０月１６日は　世界食糧デー

１９４５年１０月１６日に、国際連合食糧農業機関（ＦＡＯ）が創設されたことを記念し、毎年１０月１６日は、世界の食料問題を考える日として、国連により１９８１年から「世界食料デー」として定められています。（農林水産省）

8　今後の課題について

第４次食育推進基本計画（令和３～７年度）の基本方針

国民の健康の視点での重点事項	連携	社会・環境・文化の視点での重点事項
生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進		持続可能な食を支える食育の推進

「新たな日常」やデジタル化に対応した食育の推進

これらをＳＤＧｓの観点から相互に連携して総合的に推進

題材名	りっちゃんのサラダのげんきのひみつをさぐろう

西尾市立東幡豆小学校
中川 聡恵

【献立名】
- ごはん
- 牛乳
- カレイフライのレモン煮
- 元気サラダ
- みそけんちん汁

こんだてレシピ

レシピはP93に掲載

献立のねらい

小学校１年生の国語「サラダでげんき」で主人公のりっちゃんが病気のお母さんのために作ったサラダを再現し、給食に取り入れた。このサラダは、一品の中に赤、黄、緑の３色の食べ物が入っており、食材を３色に分ける指導が行いやすい。また、学習した内容を実物として見ることができ、給食への関心を高めることができると考える。

献立を教材として活用した指導

◆給食の時間における食に関する指導
食に関する指導　　指導者【栄】

【題材名】りっちゃんのサラダのげんきのひみつをさぐろう
【指導の目標】サラダに入っている食べ物を３つのげんきっこに分け、元気になるために、３色そろった食事をしようとする意欲を高める。
【食育の視点】食べ物を３つのげんきっこに分けることができる。（心身の健康）
【食に関する指導の全体計画との関連】
食に関する指導の全体計画②
６月学級活動「あか、みどり、きのげんきっこをしろう」　　10月国語「サラダでげんき」
（低学年）サラダに入っている食べ物を３つのげんきっこに分け、３色そろうと元気になれることを知る
（中学年）今日の給食に入っている食べ物を３つのげんきっこに分け、栄養バランスがよいことを知る
（高学年）今日の給食に入っている食べ物を３色と五大栄養素に分け、栄養バランスを確認する
（中学校）今日の給食に入っている食べ物を６群に分け、栄養バランスを確認する

◆教科等における食に関する指導
学級指導　　小１学年　指導者【T】

【単元名・題材名】りっちゃんのサラダにまけない、オリジナルげんきサラダをつくろう
【本時（指導）の目標】自分がさらに元気になるためのオリジナルサラダ作りを通し、３色そろった食事をしようという意欲を高める。
【食育の視点】食べ物を３つのげんきっこに分け、バランスよく選ぶことができる。（心身の健康）
【食に関する指導の全体計画との関連】
食に関する指導の全体計画②
６月学級活動「あか、みどり、きのげんきっこをしろう」　　10月国語「サラダでげんき」

第１学年 給食の時間 食に関する指導 指導案

1 題材名

りっちゃんのサラダのげんきのひみつをさぐろう

2 指導の目標

サラダに入っている食べ物を３つのげんきっこに分け、元気になるために、３色そろった食事をしようとする意欲を高める。

3 食育の視点

食べ物を３つのげんきっこに分けることができる。（心身の健康）

4 題材について

１年生の児童は、給食を毎日とても楽しみにしており、残食も少ない傾向にある。野菜が好きな子も多く、好き嫌いも少ないように感じる。子どもたちは国語の教材で「サラダでげんき」を学習し、食べ物への興味が高まっている。そこで、りっちゃんのサラダを実際の給食で味わいながら、以前学んだ３つのげんきっこを復習し、３つのげんきっこがそろった食事をすると元気になれることに気づかせたい。

5 指導の流れ

時間	学習活動	指導上の留意点
3	1　りっちゃんのサラダに入っている食べ物を思い出しながら、見つける。 ・キャベツ　・にんじん　・とうもろこし ・きゅうり　・ハム　・昆布　・かつお節 ・砂糖　・油　・トマト（給食には入っていない） （・塩　・酢） 2　本時の学習内容を知る。 りっちゃんのサラダのげんきのひみつをさぐろう	・給食の配膳を終えてから指導を行う。 ・実物を見ながら、食べ物の名前を出させる。 ・塩や酢など、げんきっこの仲間ではない調味料があることを知らせる。
10	3（1）お母さんが元気になった理由を考える ・いろんな食べ物が入っているから ・栄養があるから ・げんきっこがそろっているから （2）サラダに入っている食べ物を３つのげんきっこに分ける 赤…ハム、昆布、かつお節 緑…キャベツ、にんじん、とうもろこし きゅうり、トマト 黄…砂糖、油	・げんきっこを思い出すように助言をする。 ・３つのげんきっこがそろうと、元気になれることに気づかせる。
2	4　本時のまとめをする。 ・３つのげんきっこの大切さを確認し、バランスよく食べようとする意欲をもつ。	

6 評価

・食べ物を３つのげんきっこに分けることができ、３色そろった食事をしようとする意欲を高められたか。

食に関する指導の全体計画①（西尾市立東幡豆小学校）

学校教育目標

「すすんでやる子」

自ら気づき、自ら考え・判断（自己決定）し、進んで実行する子であり、人間としてよりよい生き方を求め、仲間とともに助け合い、自己を高めていこうとする子

【第３次食育推進基本計画】
・朝食を欠食する子　0%
・栄養バランスに配慮した食生活を実践する国民 70%
【愛知県食育推進計画】
・朝食に野菜を食べている児童 80%
【西尾市食育推進計画】
・食事を楽しいと思う子 85%
・毎日朝食を食べる子 100%
・学習で食生活を変えたことがある子 15%
・学習したことを家族で話し合う子 40%

【児童の実態】
・朝食を毎日食べる児童 91.4%
・好き嫌いがある児童 76.5%
・肥満の児童 7.7%
・やせ傾向の児童 2.2%
・食物アレルギーを有する児童 3名
（うちエピペン®を携帯している児童2名）

（令和2年度食事アンケート等）

食育の視点
○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
○食文化

食に関する指導の目標

（知識・技能）
心身の成長や健康の保持増進に必要な栄養や朝食を含む1日3度の栄養バランスのよい食事のとり方を理解できる。

（思考力・判断力・表現力等）
健康な生活や健全な食生活を実現するために何が必要かを考え、栄養や食事のとり方などについて、正しい知識・情報に基づいて自ら判断できる。

（学びに向かう力・人間性等）
自分の食生活を見つめ直して、栄養バランスに配慮した食事を規則正しく3食とるなど望ましい食習慣を形成しようと努力する態度を身につけている。

幼稚園・保育所 幼保連携型認定こども園	各学年の食に関する指導の目標		
	1、2年	3、4年	5、6年
・生活を通じて食育を学び、身につける。 ・食の楽しさを感じられる取り組みを行う。	・食事が自分の体に必要で大切なものであることを理解できる。 ・3つのげんきっこを知り、好き嫌いせずに食べることの大切さを考えることができる。 ・朝食の大切さがわかり、毎日食べることができる。	・食事のとり方によって自分の健康に影響を及ぼすことが理解できる。 ・健康に過ごすために、様々な食べ物を好き嫌いせずに3食規則正しく食べようとすることができる。 ・食べ物の働きが分かり、栄養バランスを考えて朝食を食べることができる。	・体に必要な栄養素の種類と働きがわかり、健康に過ごすためにバランスの良い食事が必要であることを理解できる。 ・食品をバランスよく組み合わせて簡単な献立を立てることができる。 ・簡単な朝食を作ることができる。

中学校
・食に関する自己の課題を見つけ、生涯の健康につながる食生活を身につける。 ・食事を通じ、豊かな心と望ましい人間関係を構築する。

食育推進組織（学校保健委員会）
校長・教頭・教務・校務・保健主事・学年主任・養護教諭・栄養教諭・学校医・PTA・児童

食に関する指導
- 教科等における食に関する指導　：関連する教科等において食に関する指導の視点を位置付けて指導
  社会、理科、生活、家庭、体育、道徳、総合的な学習の時間、特別活動　等
- 給食の時間における食に関する指導　：
  - 食に関する指導：献立を通して学習、教科等で学習したことを確認
  - 給食指導：準備から片付けまでの一連の指導の中で習得
- 個別的な相談指導　：肥満・やせ傾向、食物アレルギー、偏食、スポーツ

地場産物の活用
給食への積極的な取り入れ、西尾市の特産品を生かした献立の作成、地場産物についてのおたよりの発行や掲示、給食時の指導の充実

家庭・地域との連携
食育だより発行、給食献立表発行、たべもの教室発行、親子給食会、学校保健委員会、広報、ホームページ、食事アンケート調査、幼保小連携出前授業

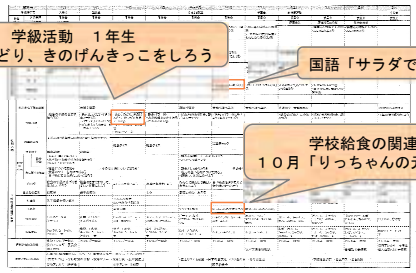
食育推進の評価
活動指標：食に関する指導、学校給食の管理、教職員や地域・家庭との連携・調整
成果指標：食事アンケート、児童の実態、保護者・地域の実態

食に関する指導の全体計画②（西尾市立東幡豆小学校）

教科等		4月	5月	6月	7月	8～9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
学校行事等		入学式	運動会			ふるさと教室		学芸会	かけ足運動			卒業式
推進体制	進行管理	委員会	委員会	委員会	委員会	委員会	委員会	委員会	委員会	委員会	委員会	委員会
	計画策定	計画策定							評価実施	評価結果の分析	計画案作成	
教科・道徳等・総合的な学習の時間	社　会			・はたらく人とわたしたちのくらし（農家の仕事）③ ・くらしを支える食料生	・はたらく人とわたしたちのくらし（うなぎの仕事）③ ・米づくりのさかんな地	・はたらく人とわたしたちのくらし（工場の仕事）③	・はたらく人とわたし（店ではたらく人）③	・水産業のさかんな地域⑤ ・これからの食料生産とわたしたちのくらし⑤		・特色ある地域と人々のくらし（佐久島）④	・特色ある地域と人々のくらし（岡崎）④	
	理　科	・植物の育ち方（たねまき）③		・植物の育ち方（葉・くき・根）③	・植物の育ち方（花）③	・植物の育ち方（花がさいた後）③						
	生　活	・春はっけん②	・いきものとなかよし① ・栽培しよう（夏野菜）②		・夏野菜の観察をし、収穫しよう②	・はなややさいとなかよし①	・あきとあそぼう① ・冬野菜を育てよう②		・ふゆとあそぼう①			・はるをさがそう①
	家　庭	・わたしの生活時間⑥ ・はじめてみようクッキング⑤	・炒めて作ろう朝食のおかず⑥					・くふうしようおいしい食事⑥ ・食べて元気に⑤	・くふうしようおいしい食事⑥ ・食べて元気に⑤			
	体　育											
	他教科等			・サツマイモのそだて方【国】②			・サラダでげんき【国】①	・わたしのはっけん【国】①	・「ありがとう」をつたえよう【国】②	・おせちのひみつ② ・日本のお米、せかいのお米②		
	道　徳		・みんないきている①									
	総合的な学習の時間		田植え体験			稲刈り体験	米作り調べ学習	米作り調べ学習	感謝の会、米料理作り			1年間のふりかえり
特別活動	学級活動	・給食の準備の仕方を知ろう①	・きゅうしょくだいすき（食育ノート）① ・バランスよく食べよう⑤ ・げんきもりもり貯金、朝ごはんチェック	・あか、みどり、きのげんきっこをしろう（食育ノート）① ・マナーの達人への道② ・朝食パワー③	・朝食パワー④ ・清涼飲料水のとり方⑤ ・塩分のとり方⑥	・げんきもりもり貯金、朝ごはんチェック	・やさいパワーをしらべよう（食育ノート）②		・給食のげんきっこを知ろう②	・げんきもりもり貯金、朝ごはんチェック		・1年の振り返りをしよう
	児童会活動	栄養黒板・給食時間の放送・衛生管理チェック →										
				給食クイズ	給食クイズ		完食チェック			さざなみ集会（給食）		
	学校行事	健康診断	運動会					学芸会	かけ足運動			
	給食の時間 給食指導	・仲よく、楽しく食べよう ・食べ物の名前やはたらきを知ろう ・野菜について知ろう				・朝食を見直し、しっかり食べよう ・よくかんで食べよう				・感謝して食べよう ・1年間の給食を振り返ろう		
	給食の時間 食に関する指導	・給食について知ろう ・食事のマナーを身につけよう ・食べ物と丈夫な歯について知ろう	・夏の食生活について知ろう			・朝食をしっかりとろう ・地元の食べものについて知ろう ・感謝して大切に食べよう	・冬の食生活について知ろう			・給食の歴史について知ろう ・食品ロスについて知ろう ・自分の食生活を見つめ直そう		
学校給食の関連事項	月目標	給食の準備や片づけを協力してやろう	給食のきまりを守って、楽しい食事にしよう	よくかんで食べよう	清潔に食事をしよう	みんなで協力して楽しい食事にしよう	食べ物の働きを考えて好き嫌いをへらそう	時間を守って残さず食べよう	楽しい食事の場を作ろう	感謝して食べよう	マナーを守って楽しく食べよう	一年間の給食の反省をしよう
	食文化の伝承	お花見	端午の節句		七夕	重陽の節句、お月見		和食、地場産物活用	冬至	鏡開き	節分	ひな祭り
	行事食	入学進級お祝い献立		かみかみ献立 あいちを食べる給食				あいちを食べる給食	クリスマス献立	学校給食週間 にしおを食べる給食		卒業祝い献立
	その他			食育月間		リクエスト献立	りっちゃんの元気サラダ	新米「あいちのかおり」				
	旬の食材	たけのこ、ふき、キャベツ	抹茶、たけのこ、アスパラガス	じゃがいも、ピーマン、なす、きゅうり	メロン、なす、ピーマン、かぼちゃ、とうがん	ピーマン、なす、とうがん、かぼちゃ、なし	いちじく、くり、さといも、さけ、さんま	みかん、りんご、さつまいも、さといも、新米	だいこん、キャベツ、かぶ、みかん、りんご	だいこん、キャベツ、こまつな、みかん、わかさぎ	ブロッコリー、ねぎ、にんじん、キャベツ、みずな	いよかん、なばな
	地場産物	きゅうり、ミニトマト、たけのこ、米	抹茶、てん茶、きゅうり、ミニトマト、たけのこ、米	抹茶、てん茶、きゅうり、ミニトマト、米	なす、かぼちゃ、とうがん、うなぎ、米	なす、とうがん、なし、いちじく、米	なす、いちじく、米	ねぎ、みかん、米	ねぎ、だいこん、キャベツ、きゅうり、みかん、米	だいこん、キャベツ、こまつな、きゅうり、ねぎ、みかん、米	だいこん、キャベツ、ねぎ、はくさい、ミニトマト、米	きゅうり、ミニトマト、米
個別的な相談指導		食物アレルギー対応 校内アレルギー委員会 個人面談	アレルギー面談	アレルギー面談	アレルギー面談	アレルギー面談	アレルギー面談	アレルギー面談 新入学児個別相談	アレルギー面談	アレルギー面談	アレルギー面談 管理指導表作成	アレルギー面談 校内アレルギー委員会 個人面談・カルテ作成
家庭・地域との連携		積極的な情報発信（ホームページ、自治体広報誌）、献立表、たべもの教室										
		「食育だより」・学校給食の目標・食事マナー・食育月間・夏の食生活				・生活リズムと朝食・日本の食文化・いい歯の日・冬の食生活				・学校給食週間・食品ロス・食と感謝		
		食物アレルギー講習会		食事アンケート調査			親子給食会					

給食の時間における食に関する指導
小学校１年生
「りっちゃんのサラダのげんきのひみつをさぐろう」

食に関する指導の全体計画②



【学級活動】
あか、みどり、きのげんきっこをしろう

食育ノートを使って、あか・みどり・きのげんきっこ
それぞれのはたらきや仲間の食べ物を学習しました

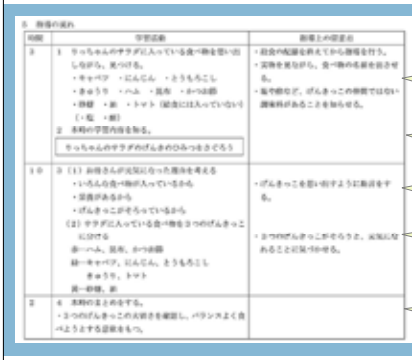
国語　サラダでげんき（角野栄子 作）

病気のお母さんのために、
元気になるサラダを作ってあげよう！

給食で再現

【題材名】
りっちゃんのサラダのげんきのひみつをさぐろう
【指導の目標】
サラダに入っている食べ物を３つのげんきっこに分け、元気になるために、３色そろった食事をしようとする意欲を高める。
【食育の視点】
食べ物を３つのげんきっこに分けることができる。（心身の健康）
【児童の実態】
・給食を楽しみにしており、残食が少ない。
・畑が身近にあり、野菜などの食べ物に興味がある子が多い。

バランスよく食べられる子に



サラダに入っている食べ物を思い出しながら見つける

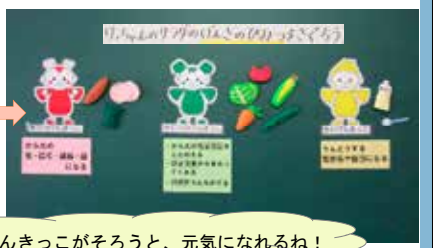
題材名を知る

お母さんが元気になった理由を考える

３つのげんきっこに分ける

まとめ

板書



３つのげんきっこがそろうと、元気になれるね！

委員会活動で栄養黒板を記入

テレビ放送で入っている食材と
げんきっこの数をお知らせ

題材名	魚も食べて元気に体を成長させよう

瀬戸市立西陵小学校
周防 明子

【献立名】
- ごはん
  （瀬戸市産あいちのかおり）
- 牛乳
- メヒカリのフライ
- キャベツと大葉のあえもの
- 瀬戸市産たまねぎのみそ汁

こんだてレシピ

レシピはP94に掲載

献立のねらい

肉料理と魚料理の給食の残菜率を比べてみると、魚料理の方が残菜率が高い傾向がある。また、魚が苦手な理由を尋ねると「骨があるから」「魚くさいから」「にがいところがあるから」等と回答があった。そこで、三河湾で水揚げされた「メヒカリ」を活用して各学年の発達段階や教科との関連を踏まえた給食の時間における食に関する指導を展開することで、魚に興味を持ち、苦手意識が強い魚を進んで食べてみようという気持ちにつなげたい。また、４年生は総合的な学習の時間「魚のひみつ」保健領域「よりよく育つための生活」とも関連させ、骨ごと食べられるメヒカリの栄養面について取り上げ、「偏りなくいろいろな食品をバランスよく食べる」ことを実践的に取り組むための学級活動の教材としてこの献立を活用した。

献立を教材として活用した指導

◆給食の時間における食に関する指導
　食に関する指導　　指導者【担】

【題材名】魚について知り、魚を食べよう
【指導の目標】魚の名前、特徴や栄養、魚に適した調理法、魚と私たちの生活との関わり等を知り、魚を食べようとする意欲を持つ。
【食育の視点】
○「メヒカリ」の名前、特徴、多く含まれる栄養素がわかる。（食品を選択する能力）
○魚に含まれる栄養素や体内での働きを理解し、魚を進んで食べようとする。（心身の健康）
○魚と自分たちとの食生活との関わりがわかる。（食文化）
【食に関する指導の全体計画との関連】食に関する指導の全体計画②（詳細は学年ごとに記載）
（低学年）
１年…魚「メヒカリ」の名前を確認し、メヒカリの名前の由来や住んでいる場所等を説明し、メヒカリに興味を持たせる。関連 1年国語「うみのかくれんぼ」「カタカナをかこう」
２年…野菜と同じように、魚にも一番おいしく食べられる季節があり、「メヒカリ」は冬春においしい魚であることを伝える。メヒカリの体の長さは 15cm くらいであることを知らせる。
関連 2年生活「ぐんぐんそだてわたしの野さい」　算数「長さ」

（中学年）

３年…魚介類を海や川で収穫する「漁師」の仕事があることを確認し、「メヒカリ」をより多く獲るための漁師の工夫を説明する。関連３年社会「はたらく人とわたしたちのくらし」

４年…メヒカリは愛知県の蒲郡市で多く水揚げされており、蒲郡市の特産物となっていることを知らせる。関連４年社会「県の広がり」

（高学年）

５年…メヒカリは水深 200 ～ 400 mの海の底に住んでおり、底引き網で漁獲される魚であること、昔はすり身の材料として主に利用されてきた魚だが、近年になってそのおいしさが知られるようになって鮮魚で広く流通するようになった魚であることを知らせる。メヒカリは五大栄養素の中でもたんぱく質と無機質のカルシウムを多く含み、体をつくるもとになる食品であることを確認する。

関連５年社会「水産業のさかんな地域」　家庭科「食べて元気！ご飯とみそ汁」

６年…メヒカリには、カルシウムやオレイン酸を多く含み、生活習慣病の予防にも良い食べ物であることを知らせる。関連６年保健領域「生活のしかたと病気の予防」

（中学校）メヒカリは、身も骨もやわらかいので唐揚げにしたり、干すことによってうま味が凝縮されるため干物などで食べたりすることが適していることを知らせる。

関連中学家庭分野「日常食の調理と地域の食文化」

◆教科等における食に関する指導
学級活動　　小４学年　指導者【ＴＴ】

【単元名・題材名】魚も食べて元気に体を成長させよう

【本時（指導）の目標】

○魚を食べる良さを理解することができる。（知識及び技能）

○体を元気に成長させるためにどのような食事をすればよいかを考えることができる（思考力, 判断力, 表現力等）

○自分の食事のとり方の偏りに気づき、課題の解決に向けて主体的に取り組もうとしている。（学びに向かう力, 人間性等）

【食育の視点】

○骨ごと食べられる魚の栄養的特徴がわかる。（食品を選択する能力）

○体を元気に成長させるために、偏りなくいろいろな食品を食べようとする。（心身の健康）

【食に関する指導の全体計画との関連】

食に関する指導の全体計画②

４年保健領域「よりよく育つための生活」総合的な学習の時間「魚のひみつ」

３年保健領域「毎日の生活とけんこう」６年保健領域「病気の予防」５年家庭科「食べて元気！ご飯とみそ汁」

６年家庭科「朝食から健康な１日の生活を」「まかせてね今日の食事」、４年用食育だより「魚を食べよう」

第４学年 特別活動【学級活動（2）】学習指導案

令和３年○月○日（○曜） 第○時限
指導者（担　　任）○○　○○
（栄養教諭）○○　○○

1 題材

魚も食べて元気に体を成長させよう（食育の観点を踏まえた学校給食と望ましい食習慣の形成）

2 児童の実態とめざす姿

４年生は総合的な学習の時間に「魚のひみつ」として、魚のくらしや環境、魚が食卓に届くまでに関わる人々、魚の食べ方や外部講師を招いての耳石取り、魚拓作成等を通して魚の生態を学ぶなど主に社会科や理科と関連させて魚について学習をしている。学習を進めていく中で、魚について興味を深めている様子は見られたが、給食時間の食べる様子を見ていると、魚料理はおかわりをする児童が少なかったり、量を減らしたり、食べるスピードが極端に遅くなったり、箸が止まったりと魚をあまり好んでいない様子が見られた。魚についてアンケートを取った結果、「魚と肉どちらが好きか？」に対し「肉 68%」「魚 27%」「同じくらい 5%」と肉の方が好きと答えた児童が圧倒的に多かった。「魚が苦手な理由」と尋ねると、一番多かった回答は「骨があるから」他に、「魚くさいから」「にがいところがあるから」等の回答があった。残菜率を見ても肉料理より、魚料理の残菜率が高い。知っている魚の名前を書かせてみるとマグロやサケやサバ、イワシと言ったよく知られている魚の名前しか書くことができない児童が多かった。

このような実態を踏まえ、年度当初、総合的な学習の時間に尾頭付きの魚を使って食べ方を学習する際に栄養面に触れることになっていた計画を変更し、児童が課題を把握し、「偏りなくいろいろな食品をバランスよく食べる」ことを実践的に取り組むことができるよう、栄養面の内容を学級活動の時間で取り上げることにした。魚が苦手な理由で一番多かった「骨があるから」について、骨があるからこそ肉ではとりにくいカルシウムが多くとれること、給食では骨ごと食べられる魚が多く出ていることを「メヒカリフライ」を使った献立を活用し押さえ、健康な体をつくるために、また、体をよりよく成長させるためにも、好きな肉だけでなく魚も進んで食べようとする意欲を持たせたい。

3 食に関する指導の全体計画との関連

４年保健領域「よりよく育つための生活」
３年保健領域「毎日の生活とけんこう」
５年家庭科「食べて元気！ご飯とみそ汁」
４年生用食育だより「魚を食べよう」
総合的な学習の時間「魚のひみつ」
６年保健領域「病気の予防」
６年家庭科「朝食から健康な１日の生活を」「まかせてね今日の食事」

4 本時のねらい

○魚を食べる良さを理解することができる。（知識及び技能）
○体を元気に成長させるためにどのような食事をすればよいかを考えることができる。（思考力，判断力，表現力等）
○自分の食事のとり方の偏りに気づき、課題の解決に向けて主体的に取り組もうとしている。（学びに向かう力，人間性等）

5 食育の視点

○骨ごと食べられる魚の栄養的特徴がわかる。（食品を選択する能力）
○体を元気に成長させるために、偏りなくいろいろな食品を食べようとする。（心身の健康）

6 事前の指導

児童の活動	指導上の留意点	目指す児童の姿と評価方法
「お魚アンケート」に答える。	アンケート結果を分かりやすくまとめ、学級の実態をつかむようにする。	アンケートや記録カードを記入し、これまでの給食の食べ方などについて考えることができる。（思考・判断・表現）【アンケート・記録カード】
給食記録カードに喫食状況を記録する。	児童の様子を事前に把握しておく。	
給食に使われている魚について知る（給食の時間）。	総合的な学習の時間とも関連させ、魚の名前や特徴を紹介する。	それぞれの魚の名前や特徴を理解することができる。（知識・技能）【観察】

7 準備

（教）事前アンケート結果、給食の写真、給食献立表、３色分け絵パネル、字カード、
肉料理と魚料理のカルシウム量の違い、ワークシート

8 指導過程

時間	児童の活動	指導上の留意点		目指す児童の姿と評価方法
		Ｔ１（学級担任）	Ｔ２（栄養教諭）	
つかむ 7 (7)	1 事前アンケートの結果や残菜の写真を見て、気づいたことを発表する。 ・魚より肉が好きな人が多い。 ・給食の魚料理の食べ残しが多い。 ・給食に出る魚の名前をあまり知らない。	・事前アンケートの集計結果や給食の残菜の写真から、普段の食べている状況を振り返ることができるようにする。 ・アンケート結果や給食記録カードから、学級の課題としてだけではなく、自分の課題として捉えることができるようにする。	・給食の残菜の写真を黒板に貼る。	
さぐる 13 (20)	2 肉だけでなく、魚も食べる必要性を知る。 3 給食に出る魚料理とその中で、骨ごと食べられる魚料理を確認する。	・給食に出る魚料理を献立表を見せながら確認し、その中で、骨ごと食べられる魚料理はどれかを考えさせる。	・保健領域「よりよく育つための生活」で学習した内容を振り返せながら、肉と魚は同じたんぱく質を多く含む食品だが、「メヒカリフライ」のような骨ごと食べられる魚はカルシウムも多く含むことを押さえる。 ・給食で骨ごと食べられる魚料理を伝える。 ・給食では、骨ごと食べられる魚料理が多く出ていることを押さえる。	［知識・技能］ 魚を食べる良さを理解することができたか（発表・ワークシート）。
見つける 15 (35)	4 体を元気に成長させるためには、給食をどのように食べていったら良いかを話し合う。	・最初のアンケート結果や給食の残菜を振り返せながら、これから給食をどのように食べていったら良いかをグループで話し合わせる。	・自分なりの工夫を考え、話し合いができるように助言する。	［思考・判断・表現］ 体を元気に成長させるためにどのような食事をすればよいかを考えることができたか。（観察・発言）
決める 10 (45)	5 話し合いの内容を参考にして、偏りなくいろいろな食品をバランスよく食べていくための自分のめあてや取組を決める。	・自分の課題に合った具体的なめあてや取組を決めてワークシートに記入するようにする。 ・何人かに発表してもらい、めあての修正や取組の参考にできるようにする。 ・めあてを意識し、引き続き、給食記録カードを行うことを知らせる。	・机間指導を行い、必要に応じて具体性のあるめあてや取組が設定できるように助言を行う。	［主体的に学習に取り組む態度］ 自分の食事のとり方の偏りに気づき、課題の解決に向けて主体的に取り組めたか。（発表、ワークシート）

9 事後の指導

児童の活動	指導上の留意点	目指す児童の姿と評価方法
・自分が立てためあてや取組を意識して、給食記録カードを引き続き行う。	・給食後などを利用し、友達同士で取組を確認し合う場を設け、お互いの頑張りを励まし合うことにより、取組の継続を図るようにする。	・話し合いや友達の意見を参考にしながら、立てた具体的なめあてや取組に、進んで取り組んでいる。（主体的に学習に取り組む態度）【観察】

食に関する指導の全体計画①（瀬戸市立西陵小学校）

【児童の実態】
・毎日朝食を食べている児童は９４％
・ごはんとおかずのそろった朝食を食べる児童６２％
・家庭でも「いただきます」「ごちそうさま」をいつもする児童　６９％。
・肥満傾向の児童5.0％、やせ傾向の児童1.6％
（昨年度肥満傾向2.4％、やせ傾向1.8％）　肥満傾向が２倍に
・給食で嫌いな物が出た時食べることが多い児童６７％
・給食残さい率2.5％
・食物アレルギーのため給食での対応が必要な児童が１２名おり、そのうちエピペンを携帯している児童が６名いる。
【保護者・地域の実態】
・朝食を毎日食べる　９３％
・「いただきます」「ごちそうさま」をいつもする７１％
・子どもの嫌いな物は出さない５％、食べなくてよい９％

学校教育目標
みずから学ぶ子　仲よくできる子　つよい子

【国の第4次食育推進基本計画の目標値】
・朝食を欠食する子どもの割合　０％
・主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を１日２回以上ほぼ毎日食べている国民の割合　５０％以上
【あいち食育いきいきプラン2025の目標値】
・朝食を毎日食べる習慣がある小中学生９８％以上
・適正体重の小学生　９１％以上
・朝食に野菜を食べている小中学生の割合
　→ ８０％以上
【第2次瀬戸市食育推進計画の目標値】
・朝食の欠食割合　０％
・朝食に野菜や果物を食べる市民の割合
　現状値 H27　６９％→目標値 R3　７６％～８０％

食育の視点
◇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
◇食文化

食に関する指導の目標
(知識・技能)
・栄養バランスの良い食べ方を理解し、健全な食生活を実践する力を身に付けている。
(思考力・判断力・表現力)
・マナーを通して相手を思いやることや、楽しい食事につなげるために何が必要かを考えることができる。
(学びに向かう力・人間性等)
・食事のあいさつや配膳されたものを残さず食べることで、食に関しての感謝の気持ちを表現しようとする態度を身に付けることができる。

各学年の食に関する指導の目標

幼稚園・保育所幼保連携型認定こども園	1,2年	3、4年	5、6年	中学校
「早寝・早起き・朝ごはん」の生活リズムを身につける。	○正しい手洗いや良い姿勢で食べることが大切なことがわかり、実行できる。**(知識・技能)【健康】** ○楽しい食事につなげるために何が必要か考えることができる。**(思考力・判断力・表現力)【社会】** ○元気に「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをができる。**(学びに向かう力・人間性)【感謝】**	○牛乳、大豆、魚の栄養的な特徴を理解し、自分の健康のために進んで食べることができる。**(知識・技能)【健康】** ○命である食べ物を大切にするために、自分にできることを考えることができる。**(思考力・判断力・表現力)【感謝】** ○瀬戸市や愛知県でとれる食べものや郷土料理に関心を持ち、大切にしようとする。**(学びに向かう力・人間性)【食文化】**	○食べものの３つの働きを理解し、バランス良く組み合わせることができる。**(知識・技能)【健康】** ○自分自身の健康な生活や健全な食生活を実現するために必要なことを考え、自分で決めて実践する。**(思考力・判断力・表現力)【重要】** ○食品表示など食品の品質や安全性の情報をすすんで得ようとする。**(学びに向かう力・人間性)【選択】**	小学校の食育指導内容を共有する。 生涯にわたる健康的な生活の実現について考え、実践することができる。

食育推進組織(給食・食育委員会)
委員長：校長　　副委員長：教頭
　委員：栄養教諭、教務主任、保険主事、養護教諭、学年主任、給食主任

(総合学習推進委員会)
委員長：総合学習主任　　副委員長：教務主任
　委員：校長、教頭、校務主任、各担当者

食に関する指導
教科等における食に関する指導：　社会「給食の材料はどこからくるの」、生活「やさいとなかよし」、家庭「毎日の朝食をふりかえろう」
体育「生活習慣病を予防しよう」
総合的な学習の時間「牛にゅうのひみつ」「大豆のひみつ」「魚のひみつ」「お米のひみつ」
「こだわりのお弁当をつくろう」「だしのひみつ」
特別活動「げんきになるしょくじ」「はしの使い方名人になろう」「自分に合った量のごはんをしっかり食べよう」

給食の時間における食に関する指導：　食に関する指導：　献立を通して、栄養のバランスの良い食品の組み合わせ方、食品の加工、地場産物、郷土料理、旬、食品表示の読み方、だしの味等、教科で学習したことを確認
給食指導 ：　準備から片付けまでの一連の指導の中で安全や衛生、周りへの思いやり、マナーなどを習得

個別な相談指導：　食物アレルギー、偏食

地場産物の活用
・学校給食地場食材利用拡大に向けた生産・供給システムの構築に係る調査検討会議
・学校給食への瀬戸市産米の提供
・学校給食への瀬戸市産たまねぎの提供
・学校給食での瀬戸市産なす、さつまいも、さといもの使用
・献立表、放送資料、食育カードを使用した給食時の指導の充実

家庭・地域との連携
小学校からこんにちは　食育だより　給食だより　学年通信　給食試食会　地域と給食試食会　西陵カフェ（親子料理教室含む）
学校保健委員会
西陵地域力推進会議子育て支援グループとの協力
水野中学校・水野小学校・水北保育園等と食育指導の内容を共有

食育推進の評価
活動指標:
・学級担任による給食の時間における食に関する指導を計画通りに実施できたか。（給食の時間における食に関する指導）
・教科等の学習内容に「食育の視点」を位置付けることができたか。（教科等における食に関する指導）
・瀬戸市学校給食食物アレルギー対応指針に基づき、適切なアレルギー対応ができたか。（給食管理・衛生管理）
・栄養教諭は学級担任、養護教諭、家庭等と連携して食に関する指導、栄養管理、衛生管理ができたか。（連携・調整）

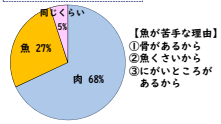
成果指標:
・毎日朝食を食べている児童　目標値９８％
　評価基準　98％以上なら＝Ａ（◎）96％～97％なら＝Ｂ（○）94％～95％なら＝Ｃ（△）　93％以下なら＝Ｄ（×）
・ごはんとおかずのそろった朝食を食べる児童　目標値６６％
　評価基準　66％以上なら＝Ａ（◎）64％～65％なら＝Ｂ（○）62％～63％なら＝Ｃ（△）　61％以下なら＝Ｄ（×）
・家庭でも「いただきます」「ごちそうさま」をいつもする児童　目標値７５％
　評価基準　75％以上なら＝Ａ（◎）72％～74％なら＝Ｂ（○）69％～71％なら＝Ｃ（△）　68％以下なら＝Ｄ（×）
・給食で嫌いな物が出た時食べることが多い児童　目標値７１％
　評価基準　71％以上なら＝Ａ（◎）69％～70％なら＝Ｂ（○）67％～68％なら＝Ｃ（△）　66％以下なら＝Ｄ（×）

食に関する指導の全体計画 ②（瀬戸市立西陵小学校）

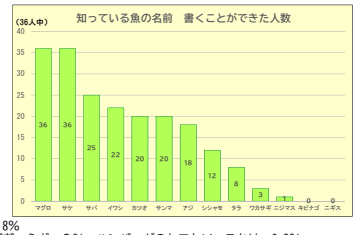
教科等		4月	5月	6月	7月	8～9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
推進体制	進行管理	委員会									委員会	
	計画策定	計画策定							評価実施	評価結果の分析	計画案作成	
教科・道徳等 総合的な学習の時間	社会	県の広がり【4年】	住みよいくらしをつくる（ごみのしょりと利用）【4年】	はたらく人とわたしたちのくらし（農家の仕事・店ではたらく人）【3年】 わたしたちの国土（あたたかい土地のくらし・寒い土地のくらし）【選択・5年】 縄文のむらから古墳のくにへ【6年】	わたしたちの生活と食料生産 【5年】	自然災害からくらしを守る【4年】 貴族のくらし【6年】	これからの食料生産とわたしたち【5年】					
	理科		動物のからだのはたらき【6年】	生き物のくらしと環境【6年】							地球に生きる【6年】	
	生活	どきどきわくわく1ねんせい【1年生】 がっこうだいすき【1年】 春だ今日から2年生【2年】	ぐんぐんそだてわたしの野さい【2年】 どきどきわくわくまちたんけん【2年】	なつがやってきた【1年】			たのしいあきいっぱい【1年】 もっとなかよしまちたんけん【2年】	じぶんでできるよ【1年】		ふゆをたのしもう【1年】		
	家庭		おいしい楽しい調理の力【5年】 朝食から健康な1日の生活を【6年】	夏をすずしく　さわやかに【6年】		持続可能な暮らしへ物やお金の使い方【5年】	食べて元気！ごはんとみそ汁【5年】	物を生かして　住みやすく【5年】 まかせてね　今日の食事【6年】		冬を明るく暖かく【6年】	あなたは家庭や地域の宝物【6年】	
	保健領域			毎日の生活とけんこう【3年】 育ちゆく体とわたし【4年】 病気の予防【6年】								
	他教科等	春のくらし【3年・国】	長さ【2年・算】	夏のくらし【3年・国】 スイミー【2年・国】		重さ【3年・算】	秋のくらし【3年・国】	れいの書かれ方に気をつけて読み、それをいかして書こう（すがたをかえる大豆）【3年・国】	冬のくらし【3年・国】			学びをいかそう【5年・算】
	道徳	きもちのよいせいかつ【1年】	いきているとかんじるとき【1年】 大切な命【4年】	かけがえのない命【3年】	生きている仲間【3年】 命をつなぐ【6年】	いきているっていいな【1年】		郷土を大切に【6年】	がんばってはたらく・かぞくのために【1年】 他の国の人となかよくなる【3年】 伝統や文化を知る【5年】 他国の人々を理解して【5年】	日本のぶんか【2年】 せかいのことを知ろう【2年】		周りの人にありがとう【4年】
	総合的な学習の時間		魚のひみつ【4年】5月～7月	わたしたちのお米を守ろう【5年】			牛にゅうのひみつ【3年】	大豆はかせになろう【3年】 こだわりのお弁当を作ろう【6年】	だしのひみつ【5年】 自分に合ったごはん量のごはんを食べよう【5年】	お雑煮について調べよう【6年】		郷土の行事食を知ろう・おこしもん【3年】
特別活動	学級活動・食育教材活用	きゅうしょくがはじまるよ【1年】			魚も食べて元気に体を成長させよう【4年】	めざせ！はし使い名人【2年】	げんきになるしょくじ【1年】 りっちゃんサラダ作り【1年】			食べ物の命をいただきます【4年】		
	児童会活動	掲示用給食献立表作成、給食の放送、片付け点検										
			マナーに関する啓発活動	→	→		栄養に関する啓発活動→	→	学校給食週間の取組準備	学校給食週間の取組	白衣のチェック	
	学校行事	入学式・身体計測	運動会			身体測定	野外活動	修学旅行		身体測定		卒業式
	給食の時間 給食指導	給食のきまり（準備、手洗い、配食、配膳、後片付けの仕方、給食当番の服装、食物アレルギー） 食事のマナー（あいさつ、食器の置き方・持ち方、姿勢、はしの持ち方） かむことの効果、かみごたえのある食品				食べ物の働きと健康（心身の健康を考えて何でも食べる） 食事時間の配分（食べる早さ、決められた時間内に食べる、食べ終わった後の時間の過ごし方） 和やかな食事の場作りの工夫				食に携わる人々への感謝、自然の恵みへの感謝 食事のあいさつの意味、心のこもったあいさつ		
	食に関する指導	地産地消（給食の愛知県産、瀬戸市産）【社・道】、伝統的食文化（行事食、節句献立、七夕献立、郷土料理）【社、道、家】、給食で出るごみの処理【社】、野菜（栄養、給食で出る野菜の切り方・ゆで方）【家、生】、筋肉や骨を作る食べ物【理】、食事と健康【保、家】、夏の食事（夏野菜、水分補給、夏バテ防止）【生・保】 食材の原産地・栄養的特徴、栄養素の体内での働き、旬の食べ物、望ましい食事のとり方				給食の米づくり【社】、食糧自給率、給食食材の産地【社】、根、茎、葉、花、実を食べる野菜【理、生】、 給食に使われている大豆製品【国】、主食・主菜・副菜の組み合わせ、給食献立の立て方【家】、 給食のみそ汁のだし【家】、冬の食事（冬野菜、冬至、かぼちゃ、かぜ予防）【保】 食材の原産地・栄養的特徴、栄養素の体内での働き、旬の食べ物、望ましい食事のとり方				学校給食週間（歴史、郷土料理、地場産物）【社、道】、食べ物の命【道、理】 働く人々への感謝【道・社】、 伝統的食文化（正月献立、節分献立、桃の節句献立） 食材の原産地・栄養的特徴、栄養素の体内での働き、旬の食べ物、望ましい食事のとり方		
学校給食の関連事項	月目標	上手に準備や後片付けをしよう	食器を正しい位置におこう	よくかんで食べよう	食器を持ってよい姿勢で食べよう		好ききらいなく食べよう	時間を守って食べよう	和やかな給食時間にしよう	感謝して食べよう	マナーを守って残さず食べよう	1年間の給食を振り返ろう
	食文化の伝承		端午の節句献立	地場産物活用献立	七夕献立	お月見献立		地場産物活用献立	冬至献立	正月献立	節分献立、立春献立	桃の節句献立
	行事食	入学進級祝献立		かみかみ献立			目の愛護デー			学校給食週間行事献立		卒業祝献立・卒業バイキング
	その他			愛知を食べる学校給食の日 沖縄料理・北海道料理				地元の旬を味わう学校給食の日 大豆製品を使った料理		郷土料理		
	旬の食材	たけのこ、キャベツ、さわら、菜の花、みつば、ふき、あさり	アスパラガス、たけのこ、山菜、じゃがいも、メロン、夏ミカン、かつお、あじ、あさり	きゅうり、にんじん、たまねぎ、さくらんぼ、大葉、メロン、たこ、いわし	とうがん、トマト、ピーマン、なす、とうもろこし、かぼちゃ、きゅうり、枝豆、スイカ、メロン、うなぎ、あゆ	かぼちゃ、里芋、なす、とうがん、れんこん、ぶどう、梨、いちじく、さんま、いか	きのこ、まつたけ、さつまいも、れんこん、栗、ぶどう、かき、リンゴ、いちじく、梨、ぶどう、さんま、さば	白菜、かぶ、ほうれん草、ねぐ、チンゲンサイ、リンゴ、いわし、ししゃも、さけ	大根、白菜、カリフラワー、かぶ、ほうれん草、ブロッコリー、ねぎ、リンゴ	ブロッコリー、白菜、ねぎ、大根、ほうれん草、れんこん、りんご、ほたて貝	小松菜、ほうれん草、ねぎ、キャベツ、白菜、大根、いよかん	菜の花、ふき、キャベツ、みつば、いよかん、いちご、さわら、あさり
	地場産物	米	米	米、たまねぎ	米、なす、たまねぎ	米、なす	さつまいも	米、さつまいも	米、里芋	米	米	米
個別的な相談指導								学校生活管理指導表希望者配布		学校生活管理指導表提出・個人面談	個人面談	対応決定書作成
家庭・地域との連携								食と学校に関するアンケート実施		食と学校に関するアンケート結果報告		
		学校給食献立表、食育だより、給食だより、ホームページ				学校給食献立表、食育だより、給食だより、ホームページ				学校給食献立表、食育だより、給食だより、ホームページ		
					親子料理教室	西陵カフェおうちの方といっしょ	学校給食試食会			地域の方と給食試食会		

【児童の実態】

肉と魚どちらが好きですか？



【魚が苦手な理由】
①骨があるから
②魚くさいから
③にがいところがあるから



【給食の残菜率】（全校の残菜率）
＜魚料理＞ きびなごフライ：2.4%
いわしの梅煮：3.5%、あゆの甘露煮：4.8%
＜肉料理＞ 鶏肉のてりかけ：0.2%、揚げぎょうざ：0%、ハンバーグのトマトソースかけ：0.3%

給食の残菜率など児童の実態を担任と共有し、課題の解決に向けて「偏りなくいろいろな食品をバランスよく食べる」ことを実践的に取り組むために、栄養面については、保健領域と関連させて、学級活動の時間で取り上げることにした。

学校給食の献立を教材として活用

児童の実態から
給食に使われている魚をあまり知らない → 給食の時間における食に関する指導

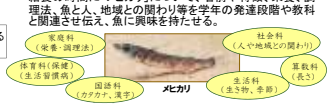
児童の実態から
魚が苦手な理由で一番多かった回答
➡「骨があるから」

教科等における食に関する指導：学級活動

【メヒカリのフライ】
骨ごと食べられる魚料理の一つ。
児童の好きな料理「鶏肉のてりかけ」の鶏肉とメヒカリのカルシウム量を比較。
カルシウムを取ることができる食品は、牛乳だけでなく、骨ごと食べられる魚からも多く取ることができることを献立を通じて理解させる。

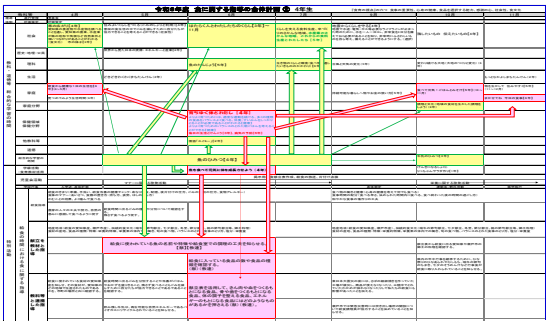
いろいろな食品を偏りなく食べようとする意欲を持たせる。

給食の時間に「メヒカリ」について、名前や特徴、栄養、調理法、魚と人、地域との関わり等を学年の発達段階や教科と関連させ伝え、魚に興味を持たせる。



4年生 全体計画②との関連

学級担任がつながりを意識できるように



学級活動　第４学年
「魚も食べて元気に体を成長させよう」

【本時のねらい】
- 魚を食べる良さを理解することができる。（知識・技能）
- 体を元気に成長させるためにどのような食事をすればよいかを考えることができる。（思考力・判断力・表現力）
- 自分の食事のとり方の偏りに気づき、課題の解決に向けて主体的に取り組もうとしている。（学びに向かう力・人間性等）

【食育の視点】
- 骨ごと食べられる魚の栄養的特徴がわかる。（食品を選択する能力）
- 体を元気に成長させるために偏りなくいろいろな食品を食べようとする。（心身の健康）

【事前指導】

（1）給食に魚料理が出た時には、使われている魚の名前や特徴などを紹介する。総合的な学習の時間とも関連させた資料を 栄養教諭が作成、提供。

（2）児童は給食を食べた状況を記録するカードを行い、自分の給食の喫食状況を確認させた。

【指導過程】

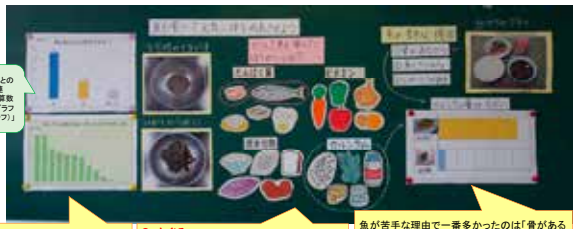
1. つかむ（実態や現状の把握）

事前のアンケート結果と給食の残菜から課題を把握させる。

➡ 気づいたことを発表
- 魚より肉が好きな人が多い。
- 給食はよく食べているクラスだと思っていたけれど、魚があんなに残っているとは思っていなかった。
- 給食で出ている魚の名前をあまり知らない人が多い。回転寿司でよく食べる魚の名前は知っているけど、他はあまり知らなかった。

➡ **事前に記録していた給食記録カードも確認しながら、学級全体の課題としてだけでなく、自分自身の課題として捉えることができるようにする。**

2. さぐる（肉だけでなく、魚も食べる必要性をさぐる）



他教科との関連
3年生算数「棒グラフ（棒グラフ）」

1. つかむ
事前のアンケート結果と給食の残菜から課題を把握させる。

2. さぐる
保健「育ちゆく体とわたし」の内容と関連させて説明する。

魚が苦手な理由で一番多かったのは「骨があるから」。骨があるからこそ良い点を知らせる。給食は骨ごと食べられる魚料理が多いことも押さえる。（さばの銀紙焼き、ししゃもフライ、甘露煮等）

3. 見つける（体を元気に成長させるためにできることを見つける）

4. 決める（自分に合った具体的なめあてを決める）

給食記録カードを振り返りながら、自分の食事のとり方の偏りを改善するためのめあてを決める。

【事後指導】

夏休み中に魚料理を食べたら、その記録をするカードを配布。
家庭への啓発として、学級活動で学んだ内容を中心にまとめた食育だよりもカードと一緒に配布。9月以降も給食記録カードを継続して行っていく予定。

題材名	よくかんで食べることのよさを知ろう

あま市立甚目寺南小学校
増田 志津恵

【献立名】
- ごはん
- 牛乳
- たこのから揚げ
- 小松菜の和え物
- 呉汁
- オレンジ

こんだてレシピ

レシピはP95に掲載

献立のねらい

６月の給食の月目標である「よくかんで食べよう」の指導に関連させ、かみごたえのあるたこを取り入れた。

献立を教材として活用した指導

◆給食の時間における食に関する指導
給食指導　　指導者【担】

【題材名】よくかんで食べよう
【指導の目標】かむことの大切さを知り、よくかんで食べることへの意欲を高める。
【食育の視点】よくかんで食べることは、心身の健康のためによいことを理解する。（心身の健康）
【食に関する指導の全体計画との関連】
食に関する指導の全体計画②　６月　よくかんで食べよう
（低学年）　よくかむことを意識する
（中学年）　かむことの大切さを知る
（高学年）　かみごたえのある食品を知る
（中学校）　よくかんで食べよう

◆教科等における食に関する指導
学級活動　　小５学年　指導者【T】

【単元名・題材名】よくかんで食べることのよさを知ろう
【本時（指導）の目標】かむことのよさを理解し、よくかんで食べるためにはどうすればよいか考え、実行することができる。
【食育の視点】よくかんで食べることが心身の健康のためによいことを知り、よくかんで食べることへの意欲を高める。（心身の健康）
【食に関する指導の全体計画との関連】
食に関する指導の全体計画①　生活習慣と健康の関わりを知り、望ましい食事の仕方が分かる。
食に関する指導の全体計画②　かみごたえのある食品

第５学年○組　学級活動指導案

令和○年○月○日（○）
指導者　栄養教諭（Ｔ１）
学級担任（Ｔ２）

1 題材　よくかんで食べることのよさを知ろう（本時　１／１）

2 児童の実態とめざす姿

児童が給食を食べている様子を観察してみると、かむ回数には個人差があり、多い児童は 20 回ほどかんでいるものの、少ない児童は５～６回ほどで、飲み込むように食べる姿も見られた。マーボー豆腐やカレーライス、ラーメンなど、よくかまなくても食べられるおかずは残食が少ない一方、かみごたえのある煮物や魚は時間内に食べきれず残してしまう児童がいる。

よくかんで食べることは、様々な面で心身の健康によい効果があるが、５年生の児童にとって特に関心の高い勉強や運動、心の健康への効果を中心に取り上げることで、かむことへの意欲を高めさせたいと考えた。児童が自分の課題に合った実践方法を考えられるように、自身の咀嚼の様子を確認し、よくかんで食べていない理由から、よくかんで食べるための方法を考えさせたい。また、考えた方法を給食の時間に継続して実践することで、習慣化へとつなげていきたい。

3 本時の目標

かむことのよさを理解し、よくかんで食べるためにはどうすればよいか考え、実行することができる。

4 食育の視点

・よくかんで食べることが心身の健康のためによいことを知り、よくかんで食べることへの意欲を高める。
・＜心身の健康＞

5 準備・資料

・昔と現代の食事の写真　タブレット　学習プリント　画用紙　マジックペン　タイマー

6 指導過程

段階 時間	学習活動	・留意点　[支]支援　評　価	
		Ｔ１	Ｔ２
つかむ ３分	１　昔と現代の食事の違いについて考える。 ２　本時のめあてを知る。	・昔の食事と現代の食事の写真を見比べさせて、食べ物の硬さやかむ回数に違いがあることに気付かせる。	[支] 意見が出ないときは、食べ物の硬さに注目させる。
	よくかんで食べることのよさを知ろう		
知る 10 分	３　よくかんで食べることのよさを知る。	・かむことは、勉強や運動など、児童にとって関心の高いことにもよい効果があることを知らせることで、かむことへの意欲を高めさせる。	
深める 22 分	４　自分の食べ方を振り返る。 （１）自分が給食を食べている様子をタブレットで確認する。	・事前に一人一人の児童が食べている様子を撮っておく。 ・よくかんでいるかどうか、学習プリントに記入させた後に、学級全体の状況を把握するために、挙手をさせて確認する。	・学習プリントを配付する。

深める 22 分	（2）どのような食べ方が「よくかんで食べる」ことなのかを知り、再度、自分の食べ方を確認する。 5　よくかむための方法を考える。 （1）「かむかむ大作戦」を個人で考える。 （2）グループで意見を交換し、グループの「かむかむ大作戦」を画用紙に書いて発表する。	・よくかむとはどういうことかを明確にさせるため、よくかんで給食を食べている栄養教諭の映像を見せる。 ・「かむかむ大作戦」を考えやすいように、よくかんで食べることができていない理由を考えさせる。 ・他のグループとの違いに注目させる。 ・発表した内容に偏りが出たときには、他の視点からの考えがあることを助言し考えさせる。	・栄養教諭は一口あたりのかんでいる回数が多いことに気付かせる。 ・画用紙とマジックペンを配付する。 ・話し合いが進まないグループには、よくかんで食べていない理由を解決できる方法を考えるよう助言する。
		よくかんで食べるためにはどうすればよいか 考えることができたか。（行動・観察）	
振り返る 10 分	6　自分の食事の様子を振り返り、実践したい「かむかむ大作戦」を書く。	・自分がよくかんで食べることができていない理由が解決できるような作戦を書くようにさせる。 ・給食を食べた後に、感じたことや分かったことを学習プリントに記入することを知らせる。	［支］なかなか考えられない児童には、各グループが発表した中から選ぶよう助言する。
		かむことのよさを理解し、よくかんで食べようという 意欲を高めることができたか。(ワークシート)	

7 反省

8 高評

食に関する指導の全体計画①（あま市立甚目寺南小学校）

【児童の実態】
・朝ごはんを毎日食べる児童　79.5％（5年生）
・朝食を欠食する児童　1.8％（5年生）
・朝食で野菜を食べている児童　75.9％（5年生）
・給食残食率　4.7％（11 月）
【保護者・地域の実態】
・朝ごはんを毎日食べる　87.4％（5年生保護者）
・子どもの朝食に野菜を用意している　71.1％（5年生保護者）

学校教育目標

確かな学力とゆたかな心を身につけ、基本的生活習慣の確立した南っ子の育成

考える子　－　学ぶことが楽しいと感じられる子
心ゆたかな子　－　自他を大切にする思いやりのある子
たくましい子　－　根気強く、最後までやりぬく子

【第３次食育推進基本計画】
・朝食を欠食する子　0％
・栄養バランスに配慮した食生活を実践する国民　70％
【愛知県食育推進計画】
・朝食に野菜を食べている児童　80％
【あま市健康づくり計画】
・朝食を欠食する子　1％以下
（小学5年生、令和3年度目標値）

食育の視点
○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
○食文化

食に関する指導の目標

（知識・技能）
食事の重要性や栄養バランス、食文化などについて正しく理解し、望ましい食習慣を実現するための知識や技能を身に付ける。

（思考力・判断力・表現力等）
望ましい食習慣を理解し、自らの健康を管理する力を身に付ける。

（学びに向かう力・人間性等）
食に関わる人たちや、自然の恵みに感謝する心をもつ。

幼稚園・保育所 幼保連携型認定 こども園	各学年の食に関する指導の目標			中学校
	1、2 年	3、4 年	5、6 年	
・食事のマナーを知る。 ・友だちに不快感を与えない食べ方ができる。	・食べものに関心をもち、食べることの大切さが分かる。 ・食事を作ってくれている人に感謝し、食べものを大切にする心をもつ。 ・食事のマナーを身に付け、楽しく仲よく何でも食べようとする。	・食べものの働きについて知り、食事・運動・休養の必要性が分かる。 ・地域の食文化を支える人や自然への感謝の気持ちをもち、食環境を大切にする。 ・栄養について関心をもち、好き嫌いなく食べようとする。	・生活習慣と健康の関わりを知り、望ましい食事の仕方が分かる。 ・日本や世界の食文化を大切にする。 ・栄養のバランスを考えながら、調理したり食べたりする。 ・“弁当の日”の実施により、食の自立を促し、家族への感謝の心をもつ。	・自分の体の健康を考えた食べ方ができる。 ・食べ物を大切にすることができる。

食育推進組織（食育推進委員会）
委員長：校長
委員：教頭・教務・校務・栄養教諭・給食主任・保健主事・養護教諭

食に関する指導
- 教科等における食に関する指導 ： 関連する教科等において食に関する指導の視点を位置付けて指導
  社会、理科、生活、家庭、体育、道徳、総合的な学習の時間、特別活動　等
- 給食の時間における食に関する指導
  - 食に関する指導 ： 献立を通しての学習、教科等で学習したことの確認
  - 給食指導 ： 準備から片付けまでの一連の指導を通して習得
- 個別的な相談指導
  保護者からの申し出、および児童本人からの申し出等を受け、食物アレルギー、肥満、偏食などをもつ児童の個別指導を実施する

地場産物の活用
・食べよう愛知の野菜（毎月2品目愛知県産の野菜を取り入れる）
・新米贈呈式、新米給食の実施（年 1 回、JA より海部地区産の新米を提供）
・みんなで食べる！あま市の野菜（12～3 月、あま市で収穫された小松菜・ねぎ・ほうれん草を給食で使用）

家庭・地域との連携
・給食たよりの発行（児童生徒・保護者向け、毎月発行）
・食育たよりの発行（保護者向け、年2回発行）
・「弁当の日」の実施
・給食試食会の実施
・学校保健委員会の実施

食育推進の評価
活動指標：食に関する指導、学校給食の管理、学校・給食センター間の連携調整
成果指標：児童の実態、保護者・地域の実態

食に関する指導の全体計画②（あま市立甚目寺南小学校）

【】は学年

教科等		4月	5月	6月	7月	8～9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
学校行事等		入学式・エピペン講習会	スポーツフェスティバル	家庭教育学級			就学時健診・給食試食会				家庭教育学級	卒業式
推進体制	進行管理		委員会								委員会	
	計画策定	計画策定								評価実施	評価結果分析・計画案作成	
教科・道徳等・総合的な学習の時間	社　会	住んでいる市のようす【3】 わたしたちの県【4】	ごみしょりと活用【4】食生活を支える食料の産地【5】	畑ではたらく人びとの仕事【3】くらしをささえる水【4】 米作りのさかんな地域【5】	水産業のさかんな地域【5】	店ではたらく人びとの仕事【3】これからの食料生産【5】	くらしのなかに伝わる願い【4】			うつりかわる市とくらし【3】 わたしたちの住んでいる県【4】	世界とつながる地域【4】つながりの深い国々のくらし【6】	
	理　科		たねをまこう【3】植物の発芽と成長【5】動物のからだのはたらき【6】	どれくらい育ったかな【3】 植物のからだのはたらき【6】	花がさいたよ【3】生き物のくらしと環境【6】	実ができたよ【3】						
	生　活	がっこうだいすきあいうえお【1】大きくそだてわたしの野さい①【2】	げんきにそだてわたしのはな①【1】とびだせ！町のたんけんたい【2】	げんきにそだてわたしのはな②【1】	なつとなかよし【1】 大きくそだてわたしの野さい②【2】	げんきにそだてわたしのはな③【1】	あきとなかよし【1】 大きくそだてわたしの野さい③【2】			ふゆとなかよし【1】		
	家　庭		おいしい楽しい調理の力【5】朝食から健康な一日の生活を【6】			食べて元気！ご飯とみそ汁【5】		まかせてね今日の食事【6】				
	体　育			病気の予防【6】		病気の予防【6】	毎日の生活とけんこう【3】 育ちゆく体とわたし【4】					
	他教科等		音楽：茶つみ【3】	国語：おおきなかぶ【1】	国語：おむすびころりん【1】 国語：カレーライス【5】		図工：ごちそうパーティーをはじめよう！【1】	国語：すがたをかえる大豆【3】食べ物の秘密を教えます【3】英：ほしいものは何かな？【3】英：What would youlike?【5】英：Let's think about our food.【6】			国語：ウナギのなぞを追って【4】	
	道　徳	がっこうだいすき【1】 たのしいことがいっぱい【1】	あいさつのことば【1】 いただきます【2】	かぼちゃのつる【1】 食事中のメール【6】		あいさつでつながる【4】	きゅう食とうばん【2】昔からの味をつたえる野菜【3】 米百俵【6】	心のこもった給食【3】 栄和小のさくらの木【1】	くりのみ【1】お父さんのラーメンがいちばん【4】礼儀作法と茶道【6】	きつねとぶどう【2】	まどガラスと魚【3】	おばあちゃんとの思い出【4】命ーせいいっぱい生きるー【4】
	総合的な学習の時間											
特別活動	学級活動		一日のスタートは朝ごはんから【4】 給食を食べて元気で大きくなろう【1】	むし歯にならないように【4】 給食を残さず食べよう【4】 生活習慣病を予防する朝食を考えよう【6】	すききらいをしないで給食を残さず食べよう【3】	野菜について知ろう【2】	元気に過ごすための朝ご飯を考えよう【5】	日本の食文化のよさを考えよう【5】	感謝の気持ちをもって食べよう【6】			
	児童会活動	片付け点検確認・3色黒板の掲示（毎日） 掲示物作成 配膳台磨き	→	→	→	→	→	→	→	→	→	→
										給食委員会クイズウィーク		
	給食の時間　給食指導・食に関する指導	給食当番の仕事【1】 協力して給食当番の仕事【2】 安全で清潔に配膳【3】 丁寧に食器を扱う【4】 正しい配膳について【5】 工夫して残らないよう配膳【6】	正しい食器の並べ方【1】 食器の正しい持ち方【2】 箸の正しい使い方【3】 よい姿勢の大切さ【4】 食事中のマナー【5】 日本と外国のマナー【6】	よくかむことを意識する【1】 よくかんで時間内に食べる【2】 かむことの大切さ【3】 味わって食べる【4】 かみごたえのある食品【5】 早食いの危険性【6】	牛乳をしっかり飲もう【1】 トマトの栄養【2】 夏が旬の野菜【3】 夏が旬の果物【4】 夏バテ予防の食事【5】 夏バテ予防の食事【6】	じょうぶな体【1】 食べ物の栄養【2】 食べ物の消化と吸収【3】 1日3食の意義【4】 ご飯の栄養【5】 病気の予防と食事【6】	いろいろな食べ物の名前【1】 牛乳の栄養【2】 野菜の栄養【3】 魚の栄養【4】 卵の栄養【5】 学校給食の栄養【6】	食べ物に感謝【1】 作ってくれた人への感謝【2】 給食に関わる人への感謝【3】 もったいないの意味【4】 ごちそうさまの意味【5】 いただきますの意味【6】	残さず食べよう【1】 感謝して残さず食べよう【2】 元気な体を作ろう【3】 食料廃棄【4】 お米ができるまで【5】 食べ物の命を無駄にしない【6】	料理の名前【1】 愛知の野菜【2】 地域の特産物【3】 地産地消と環境【4】 地産地消と食料自給率【5】 地産地消と日本の食文化【6】	楽しくおいしく食べよう【1】 食事中気をつけること【2】 食事中に気を付けたい会話【3】 食事中にふさわしい会話【4】 食事のマナー【5】 会食のマナー【6】	1年間の食事を振り返って【1～5】 小学校6年間の食事【6】
学校給食の関連事項	月目標	みんなで協力して給食の準備と片付けをしよう	マナーを守って楽しい給食の場をつくろう	よくかんで食べよう	暑さに負けずもりもり食べよう	しっかり食べて元気になろう	好き嫌いなく何でも食べよう	感謝して食べよう	残さず食べよう	地域の食文化を知ろう	みんなで楽しく食べよう	自分の食事を振り返ろう
	食文化の伝承	入学進級祝い	端午の節句		七夕	お月見		地場産物活用・新米	冬至	正月	節分	桃の節句・卒業祝い
	食育の日献立	春を感じる献立	カルシウム強化献立	愛知を食べる献立	スタミナ満点献立	鉄分強化献立	秋の実り献立	米を味わう献立	かぜ予防献立	食物繊維強化献立	豆を味わう献立	ビタミン強化献立
	かみかみの日	ごぼう	たくあん	たこ	いか	枝豆	小魚	れんこん	りんご	切干大根	大豆	昆布
	旬の食材	なばな、春キャベツ、たけのこ、新たまねぎ、きよみ	アスパラガス、グリンピース、新たまねぎ、いちご	じゃがいも、にら、さくらんぼ	おくら、なす、かぼちゃ、ピーマン、きゅうり	さんま、さといも、とうもろこし、かぼちゃ、枝豆、きのこ、なす、ぶどう、なし	さんま、さけ、きのこ、さつまいも、くり、かき、りんご、ぶどう	新米、さんま、さけ、さば、さつまいも、はくさい、ほうれんそう	のり、ごぼう、だいこん、ブロッコリー、ほうれん草、ねぎ、みかん	かぶ、ねぎ、ブロッコリー、ほうれん草、ねぎ	しゅんぎく、ブロッコリー、ほうれん草、ねぎ、みかん、伊予柑	ブロッコリー、ほうれん草、伊予柑、きよみ
	愛知の野菜	キャベツ・こまつな	たまねぎ・ねぎ	きゅうり・キャベツ	十六ささげ・なす	なす・みつば	れんこん・みつば	れんこん・ねぎ	ほうれん草・ブロッコリー	大根・白菜	ねぎ・にんじん	こまつな・菜の花
	あま市の野菜								ねぎ・小松菜・ほうれん草			
	世界の料理	毎月（8月を除く）1回、世界の料理を給食献立に取り入れる										
個別的な相談指導		食物アレルギー面談					次年度食物アレルギー等対応申請受付開始			次年度食物アレルギー等対応申請受付締切		食物アレルギー面談
家庭・地域との連携		情報発信（ホームページ、給食だより、保健だよりの発行）										
				食育だより発行				食育だより発行			家庭教育学級	
					学校保健委員会・個人懇談会				個人懇談会・弁当の日【6】	学校保健委員会		

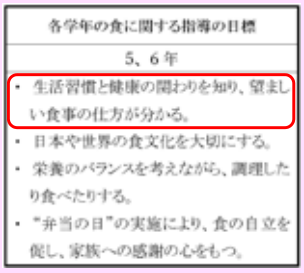
第5学年　学級活動
「よくかんで食べることのよさを知ろう」

【児童の実態】
- 給食の時間を楽しみにしている児童が多い
- マーボー豆腐やカレーライス、ラーメンなど、よくかまなくても食べられるおかずの人気が高く、かみごたえのある魚や煮物は時間内に食べきれず残してしまう姿が見られる

【目指す児童の姿】
- 自分の今までの食べ方を振り返り、自分の健康を考えよくかんで食べることができる

全体計画との関連

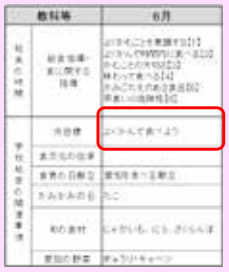
食に関する指導の全体計画①


各学年の食に関する指導の目標

5、6年

- 生活習慣と健康の関わりを知り、望ましい食事の仕方が分かる。
- 日本や世界の食文化を大切にする。
- 栄養のバランスを考えながら、調理したり食べたりする。
- "弁当の日"の実施により、食の自立を促し、家族への感謝の心をもつ。

食に関する指導の全体計画②



第5学年　学級活動
「よくかんで食べることのよさを知ろう」

【本時の目標】
かむことのよさを理解し、よくかんで食べるためにはどうすればよいか考え実行することができる。

【食育の視点】
よくかんで食べることが心身の健康のためによいことを知り、よくかんで食べる意欲を高める。
＜心身の健康＞

本時の学習　「知る」

よくかんで食べることのよさを知る

「勉強」「運動」「心の健康」を中心にかむことのよさを伝える

「30回かんで」と言われたことがあるけれど、理由が分かった

サッカーがうまくなりたいから、よくかんで食べよう

本時の学習　「深める」

自分が「よくかんで食べているか」を確認する

児童には意図を伝えずに、給食を食べている様子を撮影し、授業前に本人のタブレットに保存しておく。

タブレットを活用することで、自分の食べている様子を全員が同時に確認できた。

本時の学習　「深める」

よくかんでいない理由

- かむことを意識していなかった
- 苦手なものはあまりかんでいない
- 時間が足りない

よくかんで食べるためにはどうしたらよいか

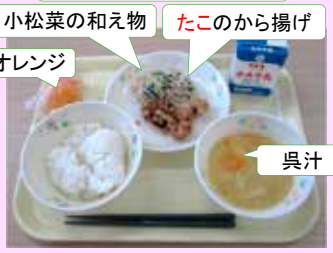
- よくかむと、こんなによいことがあると思いながら食べる
- 作ってくれた人に感謝の気持ちをもって食べる
- みんなで協力して準備を早くする

6月の歯と口の健康週間の給食献立

【使用した食品】
ごぼう
れんこん
切り干し大根
大豆
いわし
ヨーグルト　など

給食放送で献立とかむことの大切さを紹介

「かみかみの日」の献立



本時の学習　「振り返る」

給食後に学習プリントへ記入

児童の記述	栄養教諭からのコメント
かむことを意識することができた これからもよくかんで食べたい	今日、みんなで考えたことを思い出しながら食べましょう
いつもより給食がおいしかった	味わって食べてもらえると、作ってくれた人たちも喜びます
あごがつかれてしまった	少しずつかむ回数を増やして、あごや歯を強くしていきましょう
時間が足りなくなってしまった	給食の準備をさらに早くして、食べる時間を長くしましょう

題材名	食品ロスについて考えよう

大治町立大治南小学校
森田 咲紀

【献立名】
- 牛乳
- 名古屋コーチンのそぼろごはん
- 大治にんじんとたまねぎのカリカリ揚げ
- ふるさとのみそ汁
- 冷凍みかん

こんだてレシピ
レシピはP96に掲載

献立のねらい

愛知を食べる学校給食の日に、大治町産や愛知県産の食材、愛知県の特産物を多く取り入れた献立を実施し、ふるさとの魅力を知らせ、地域に関心をもち、感謝の心を育む。

新型コロナウイルス感染拡大により影響を受けた県の特産物を応援するため、無償でいただいた名古屋コーチンに感謝するとともに、食べ物を無駄にしないことの大切さを知らせる。

献立を教材として活用した指導

◆給食の時間における食に関する指導
食に関する指導　　指導者【栄養教諭】

【題材名】給食に関わる人に感謝しよう
【指導の目標】給食が届くまでに多くの人が関わっていることを知り、感謝の気持ちをもつ。
【食育の視点】・給食が教室に届くまでに多くの人が関わっていることを知る。（社会性）
・給食が届くまでに関わっている人への感謝の気持ちをもつ。（感謝の心）
【食に関する指導の全体計画との関連】食に関する指導の全体計画②
教科：６月社会畑ではたらく人びとの仕事３年、６月社会米づくりのさかんな地域５年
学校給食の関連事項：６月愛知を食べる献立
給食指導・食に関する指導：11 月作ってくれた人への感謝２年、給食に関わる人への感謝３年、お米ができるまで５年
（低学年）給食が届くまでには、どのような人が関わっているのかを知らせ、仕事の大変さに気付かせ、感謝の気持ちをもつ。
（中学年）大治町の給食用の野菜を作っている大治町地産地消学校給食会について知らせ、どのような思いで野菜を作ってくれているのか伝え、感謝の気持ちをもつ。
（高学年）大治町の給食用の野菜を作っている大治町地産地消学校給食会の方の仕事内容について、生産から収穫、学校に届くまでの過程を知らせ、感謝の気持ちをもつとともに、地産地消のよさを考える。

◆教科等における食に関する指導
学級活動　　小４学年　指導者【T】

【単元名・題材名】食品ロスについて考えよう
【本時（指導）の目標】・給食の残食から食品ロスとはどういうものか、日本ではどれくらいのあるのかなど、現状を知る。
・食品ロスとＳＤＧｓの関連を考えながら、食品ロスを減らすためにできることを考える。
【食育の視点】・環境や資源に配慮した食生活を実践するために何が必要か考える。（感謝の心）
【食に関する指導の全体計画との関連】食に関する指導の全体計画②
・５月社会ごみしょりと活用４年、６月学級活動食品ロスについて４年

第４学年　学級活動指導案

指導者　T1 学級担任
T2 栄養教諭

1 主題　食品ロスについて考えよう

2 児童の実態

本校は、児童数 620 人の学校、自校給食で出来立ての給食が提供できることもあり、児童の学校自慢の上位に給食が登場するなど、給食を楽しみにしている児童が多い。栄養教諭として在籍校のみで勤務できるため、食物アレルギーの除去代替食の対応を含めた給食指導や、給食時間における食に関する指導、委員会やクラブ活動、全学年において担任と連携した学級活動の時間や教科等の時間における食に関する指導など、多くの機会で児童と関わることができる。

学校目標の一つに「好き嫌いなく感謝して食べる子」と掲げられていて、給食指導は学校全体で熱心に取り組んでいる結果､毎日の残食はほとんどない。しかし､個々を見ると苦手だからと安易に野菜を減らしてしまったり､すべてを極端に減らしたりするなど、偏食の改善が必要と思われる児童も少なくない。

2015 年国連総会において、全ての国と地域が取り組むべき 17 の目標ＳＤＧｓ（持続可能な開発目標）が示されたことや、学習指導要領の前文と総則に、「持続可能な社会の創り手を育成する」という理念が明記されたことにより、本校では、総合学習を中心にＳＤＧｓの視点を取り入れた授業が行われたり、校内にＳＤＧｓの掲示コーナーを設けたりしている。メディアでもＳＤＧｓを目にする機会が増え、ＳＤＧｓに興味関心をもっている児童が多いと思われる。食育基本法に基づく第４次食育推進基本計画（農林水産省）においても、その重点事項の一つに「持続可能な食を支える食育の推進」が示されたこともあり、食育においても、ＳＤＧｓとの関連を考えていくことで、効果的な食育の推進につながることが期待できると考えた。愛知を食べる学校給食の日に、「地産地消とＳＤＧｓについて」をテーマとした給食だよりを発行したり、給食委員会によるＰＲを行ったりなど、さまざまな場面において、ＳＤＧｓと関連した食に関する指導を実践している。

3 児童のめざす姿

・食に興味関心をもち、食べ物を大切にし、感謝して残さず食べる子
・食品ロスを減らすために自分にできることを考え実践できる子

4 食に関する全体計画との関連

食に関する指導の全体計画②
・５月社会ごみしょりと活用４年、６月学級活動食品ロスについて４年

5 本時の指導

（1）目標
・給食の残食から食品ロスとはどういうものか、日本ではどれくらいのあるのかなど、現状を知る。
・食品ロスとＳＤＧｓの関連を考えながら、食品ロスを減らすためにできることを考える。
（2）食育の視点
・環境や資源に配慮した食生活を実践するために何が必要か考える。（感謝の心）
（3）評価規準
観　点
【関心・意欲・態度】
食品ロスについて問題意識をもち、自分にできることを実践しようとする意欲をもとうとしている。
【知識・理解】
食品ロスの現状について理解している。

（4）指導過程

段階 時間	学習内容 予想される児童・生徒の反応（●）	留意点（・）教師の支援（支） **焦点化「焦」視覚化「視」共有化「共」**
つかむ 5分	1　給食を残さず食べることの大切さについて考える。 ●元気な体をつくるために大切。 ●食べ過ぎると健康によくない。 2　本時の課題を知る。 ねらい：食品ロスについて考えよう	・残さない方がよいと思う理由だけでなく、残してもよいと思う理由、どちらも自由に考えさせる。（T1） ・本時の課題を知らせる。（T1） 「焦」本時のねらいを黒板に示す。
広げる 20分	3　残った食べ物に注目する。 （1）食べ物が残っている写真を見て気づいたことを発表する。 （2）食品ロスの意味を知る。 （3）一人一口残した場合の食品ロスについて、学校全体でどれくらいになるのかを計算する。	・学校全体でどれくらいの残さいになるのか想起させる。（T1） ・食品ロスとは、食べられるのに捨てられる食品であることを確認する。（T2） （支）計算ができてない児童に声をかけ指導する。（T1）（T2）
	4　残った給食がどうなるのかを知り環境への影響について考える。	・残さいがごみとして処理される過程から環境への負荷や、健康面や感謝の心の面などから、食品ロスへの問題意識をもたせる。（T2） **「視」写真やイラストなどの映像で示す。**
深める 15分	5　食品ロスとＳＤＧｓの17の目標と関連について考える。 （1）グループで話し合う。 （2）発表する。	**「共」グループで意見交換してまとめる。** ・社会科の学習とも関連させて、自由にいろいろな意見が言えるように配慮する。（T1）（T2） （支）話し合いが活発に行われていないグループに、毎日の生活からヒントを示して考えやすいようにする。（T1）（T2）
まとめる 5分	6　今後の目標をワークシートに記入する。	・日頃の給食で、食品ロス削減が実践できている学級の現状にも触れ、今後の意欲につなげる。（T1）

6 反省

7 高評

食に関する指導の全体計画①（大治町立大治南小学校）

【児童の実態】
給食の時間が楽しいと思っている児童が多い。（ ９６ ％）
給食は全体では毎日ほとんど残さず食べられている。しかし、極端に偏食の子、少食の子、野菜を苦手とする子も見られ、個人差が大きい。
朝食を食べてない児童も多い（ ３．４％ ）
朝食に野菜を食べている児童が少ない（ ５２％ ）

【保護者・地域の実態】
地元農産物を給食へ納入する取組を通し、地元生産者との交流を図るなど、地域との交流を大切にしている。
ボランティアの協力も積極的に行われている。

学校教育目標

○まじめな子　生命や人権を尊重し、礼儀作法をわきまえ、感謝の気持ちをもつ子
○じょうぶな子　健康で活動力に富み、明朗にして心身共に健全な子、好き嫌いなく感謝して食べる子
○よく考える子　基礎・基本的な学力を身につけ、進んで学習する子

【愛知県第4次食育推進基本計画】
（愛知食育いききプラン） R3→R7
・朝食を毎日食べる習慣がある
小中学生の割合 93.2%→98%以上
・適正体重の小学生の割合　88.8%→91%以上
・朝食に野菜を食べている小中学生の割合
55.9%→80%以上
・学校給食において全食品数に占める
県産食品数の割合 40.4%→45%以上
【大治町食育推進計画】H25→R6
・メタボリックシンドローム該当者の割合を
減らす　21.8%→19.0%

食育の視点
○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
○食文化

食に関する指導の目標

（知識・技能）
食事と健康の関わりを理解し、望ましい食習慣を身につける。
（思考力・判断力・表現力等）
食物や環境の大切さ、食物の生産等に関わる人のことを考え、感謝して残さず食べることができる。
（学びに向かう力・人間性等）
食事のマナーや食事を通した人間関係形成能力を養う。

幼稚園・保育所 幼穂連携型認定こども園	各学年の食に関する指導の目標			中学校
	1、2年	3、4年	5、6年	
○様々な体験を通して子どもたちの表現力や感性・最後までやりきる力を育み、生きる力に繋げる。	○食べ物に興味関心をもつ。 ○食事や食べ物を作ってくれている人たちに感謝の気持ちをもつ。 ○好き嫌いせずに食べようとする。	○食べ物の働きについて知り、いろいろな食べ物をバランスよく食べようとする。 ○地域の生産や食文化を支える人や自然に感謝の気持ちをもつ。 ○食事のマナーについて考え、楽しく食事をしようとする。	○食事の楽しさや、協力することの大切さを知り、食を通して人と人とのつながりを深めることができる。 ○食に関わる人たちに感謝の気持ちをもち、食文化を大切にしようとする。 ○食事と健康の関わりを知り、自分や家族のために簡単な調理ができる。	○食の自立に向けて食の自己管理ができるようになる。

食育推進組織（食育推進委員会）

委員長　校長
委員　栄養教諭、教頭、教務、校務、学年主任、保健主事、給食主任、養護教諭
※必要に応じて、保護者代表、学校医、学校歯科医、学校薬剤師等の参加

食に関する指導

教科等における食に関する指導：関連する教科等について食に関する指導の視点を位置づけて指導
家庭科、社会、理科、生活、体育、道徳、総合的な学習の時間、特別活動　等
給食委員会によるPR活動、食育掲示、ホームページ、給食だよりの発行、食育だよりの発行　等
給食の時間における食に関する指導：食に関する指導：献立を通して学習、教科等で学習したことを確認、給食放送、資料配布等
給食指導：学校全体で共通理解のもと、準備から片付けまでの一連の中で習得　個別の指導
個別的な相談指導：偏食、肥満、やせ傾向、食物アレルギー疾患、スポーツ等

地場産物の活用

大治町地産地消学校給食会と連携し、毎月２～5品目を使用し、献立表等で紹介。
地産地消学校給食会の方の招待給食を実施し、大治町の野菜について紹介してもらう。
校内掲示や家庭向け、児童向けのお便りを通して、地場産物や地産地消学校給食会を紹介する。

家庭・地域との連携

毎日の献立をホームページで紹介
大治町産の米粉を使用しての米粉パン作りを開催
調理実習でボランティアとして参加協力
地場産物の畑見学、講師等

食育推進の評価

活動指標：全体計画に沿った授業の実施状況、給食の時間を活用し担任と連携した指導の実施状況
個別的な相談指導の実施状況、地域や保護者と連携した指導の実施状況
成果指標：食に関する知識の定着状況、食に関する意識の改善状況、朝食を欠食している児童の改善状況、朝食で野菜を食べる児童の改善状況肥満・痩身傾向の児童の改善状況、地場産物・国産食材の活用状況

食に関する指導の全体計画②（大治町立大治南小学校）

【】は学年

教科等		4月	5月	6月	7月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
学校行事等		入学式 1年生を迎える会	運動会	学校保健委員会		野外活動【5】	就学時健康診断 修学旅行【6】	合唱発表会	持久走大会			6年生を送る会 卒業式
推進体制	進行管理		委員会								委員会	
	計画策定	計画策定								評価実施	評価結果分析・計画案作成	
教科・道徳等・総合的な学習の時間	社　会	住んでいる市のようす【3】 わたしたちの県【4】	ごみしょりと活用【4】 食生活を支える食料の産地【5】	畑ではたらく人びとの仕事【3】 くらしをささえる水【4】 米作りのさかんな地域【5】	水産業のさかんな地域【5】	店ではたらく人びとの仕事【3】 これからの食料生産【5】	くらしのなかに伝わる願い【4】			うつりかわる市とくらし【3】 わたしたちの住んでいる県【4】	世界とつながる地域【4】 つながりの深い国々のくらし【6】	
	理　科		たねをまこう【3】 植物の発芽と成長【5】 動物のからだのはたらき【6】	どれくらい育ったかな【3】 植物のからだのはたらき【6】	花がさいたよ【3】 生き物のくらしと環境【6】	実ができたよ【3】						
	生　活	がっこうだいすきあいうえお【1】 大きくそだてわたしの野さい①【2】	げんきにそだてわたしのはな①【1】 とびだせ！町のたんけんたい【2】	げんきにそだてわたしのはな②【1】	なつとなかよし【1】 大きくそだてわたしの野さい②【2】	げんきにそだてわたしのはな③【1】	あきとなかよし【1】 大きくそだてわたしの野さい③【2】			ふゆとなかよし【1】		
	家　庭		おいしい楽しい調理の力【5】 **朝食から健康な一日の生活を【6】**			**食べて元気！ご飯とみそ汁【5】**		まかせてね今日の食事【6】				
	体　育			心の健康【5】	**よりよく生活するための生活【4】**	けがの防止【5】 **病気の予防【6】**	**けんこうによい生活かんきょう【3】** 育ちゆく体とわたし【4】					
	他教科等		音楽：茶つみ【3】	国語：おおきなかぶ【1】	国語：おむすびころりん【1】 国語：カレーライス【5】		図工：ごちそうパーティーをはじめよう！【1】	国語：すがたをかえる大豆【3】 食べ物の秘密を教えます【3】 英：ほしいものは何かな？【3】 英：What would youlike?【5】 英：Let's think about our food.【6】			国語：ウナギのなぞを追って【4】	
	道　徳	がっこうだいすき【1】 たのしいことがいっぱい【1】	あいさつのことば【1】 いただきます【2】	かぼちゃのつる【1】 食事中のメール【6】		あいさつでつながる【4】	きゅう食とうばん【2】 昔からの味をつたえる野菜【3】 米百俵【6】	心のこもった給食【3】 栄和小のさくらの木【1】	くりのみ【1】 お父さんのラーメンがいちばん【4】	きつねとぶどう【2】 **命をいただきます【6】**	まどガラスと魚【3】	おばあちゃんとの思い出【4】 命ーせいいっぱい生きるー【4】 日本のぎょうじ【1】
	総合的な学習の時間							米粉パンをつくろう【5】				
特別活動	学級活動における食に関する指導	**楽しい給食ははじまるよ【1】**	**給食を食べてパワーアップ【1】** **野菜はかせになろう【2】**	**野菜のなかまを知ろう【3】** **食品ロスについて（給食のゴミ）【4】**			**好き嫌いしないで食べよう【3】**	**日本型食生活について知ろう【5】**	**味わって食べよう【4】**		**マナーをまもってたべよう【1】**	**食生活の自己管理【6】**
	委員会活動		ワゴンチェック	ワゴンチェック 畑見学	ワゴンチェック	ワゴンチェック	ワゴンチェック	ワゴンチェック	ワゴンチェック	ワゴンチェック 全国学校給食週間	ワゴンチェック	
	委員会行事			残さず食べよう作戦				残さず食べよう作戦				
	給食の時間　給食指導・食に関する指導	配膳をズムーズに行おう	マナーを守って楽しく食べよう	よくかんで食べよう	暑さに負けず夏を元気に過ごそう	健康な体は食事から	好き嫌いなく食べよう	感謝して食べよう	残さず食べよう	地元の恵みに感謝して食べよう	楽しい会食の場をつくろう	1年間を振り返ろう
		給食当番の仕事【1】 協力して給食当番の仕事【2】 安全で清潔に配膳【3】 丁寧に食器を扱う【4】 正しい配膳について【5】 工夫して残らないよう配膳【6】	正しい食器の並べ方【1】 食器の正しい持ち方【2】 箸の正しい使い方【3】 よい姿勢の大切さ【4】 食事中のマナー【5】 日本と外国のマナー【6】	よくかむことを意識する【1】 よくかんで時間内に食べる【2】 かむことの大切さ【3】 味わって食べる【4】 かみごたえのある食品【5】 早食いの危険性【6】	牛乳をしっかり飲もう【1】 トマトの栄養【2】 夏が旬の野菜【3】 夏が旬の果物【4】 夏バテ予防の食事【5】 夏バテ予防の食事【6】	じょうぶな体【1】 食べ物の栄養【2】 食べ物の消化と吸収【3】 1日3食の意義【4】 ご飯の栄養【5】 病気の予防と食事【6】	いろいろな食べ物の名前【1】 牛乳の栄養【2】 野菜の栄養【3】 魚の栄養【4】 卵の栄養【5】 学校給食の栄養【6】	食べ物に感謝【1】 作ってくれた人への感謝【2】 給食に関わる人への感謝【3】 もったいないの意味【4】 ごちそうさまの意味【5】 いただきますの意味【6】	残さず食べよう【1】 感謝して残さず食べよう【2】 元気な体を作ろう【3】 食料廃棄【4】 お米ができるまで【5】 食べ物の命を無駄にしない【6】	料理の名前【1】 愛知の野菜【2】 地域の特産物【3】 地産地消と環境【4】 地産地消と食料自給率【5】 地産地消と日本の食文化【6】	楽しくおいしく食べよう【1】 食事中気をつけること【2】 食事中に気を付けたい会話【3】 食事中にふさわしい会話【4】 食事のマナー【5】 会食のマナー【6】	1年間の食事を振り返って【1～5】 小学校6年間の食事【6】
学校給食の関連事項	月目標	みんなで協力して給食の準備と片付けをしよう	マナーを守って楽しい給食の場をつくろう	よくかんで食べよう	楽しい会食の場をつくろう	みんなで協力して楽しい食事をしよう	好き嫌いなく何でも食べよう	時間を守って残さず食べよう	マナーを守って楽しく食べよう	感謝して食べよう	食後を静かに過ごそう	1年間を振り返ろう
	行事食等	入学進級祝い（赤飯）	端午の節句 八十八夜		七夕	十五夜	十三夜	地場産物活用・新米	冬至	正月・小正月・七草 全国学校給食週間	節分	桃の節句・卒業祝い
	食育の日献立	春を感じる献立	カルシウム強化献立	愛知を食べる献立	スタミナ満点献立	鉄分強化献立	秋の実り献立	米を味わう献立	かぜ予防献立	食物繊維強化献立	豆を味わう献立	ビタミン強化献立
	かみかみメニュー	ごぼう	たくあん	たこ	いか	枝豆	小魚	れんこん	りんご	切干大根	大豆	昆布
	旬の食材	なばな、春キャベツ、たけのこ、新たまねぎ、きよみ	アスパラガス、グリンピース、新たまねぎ、いちご	じゃがいも、にら、さくらんぼ	おくら、なす、かぼちゃ、ピーマン、きゅうり	さんま、さといも、とうもろこし、かぼちゃ、枝豆、きのこ、なす、ぶどう、なし	さんま、さけ、きのこ、さつまいも、くり、かき、りんご、ぶどう	新米、さんま、さけ、さば、さつまいも、はくさい、ほうれんそう	のり、ごぼう、だいこん、ブロッコリー、ほうれん草、ねぎ、みかん	かぶ、ねぎ、ブロッコリー、ほうれん草、ねぎ	しゅんぎく、ブロッコリー、ほうれん草、ねぎ、みかん、伊予柑	ブロッコリー、ほうれん草、伊予柑、きよみ
	愛知の野菜	キャベツ・こまつな	たまねぎ・ねぎ	きゅうり・キャベツ	十六ささげ・なす	なす・みつば	れんこん・みつば	れんこん・ねぎ	ほうれん草・ブロッコリー	大根・白菜	ねぎ・にんじん	こまつな・菜の花
	大治町の野菜	ほうれん草	たまねぎ	たまねぎ・赤しそ・ にんじん	モロヘイヤ・ たまねぎ・赤しそ	冬瓜・小松菜	小松菜・さつまいも	小松菜・ほうれん草・ 大根・ねぎ	小松菜・大根・ほうれん草・ ねぎ・白菜	小松菜・大根・ほうれん草・ ねぎ・白菜	小松菜・大根・ほうれん草・ ねぎ・白菜	小松菜・ほうれん草・ねぎ
個別的な相談指導		肥満・痩身・偏食・ 食物アレルギー等　随時 →										
家庭・地域との連携		ホームページでの情報発信 →										
		給食だより・食育だよりの発行 →										
					個人懇談		給食試食会		個人懇談			

児童の実態

・給食を楽しみにしている児童が多い
・学級活動の時間や教科等の時間において、計画的に食に関する指導を実施
・給食指導は学校全体で熱心に取り組み、毎日残食はほとんどない
・給食委員会の活動でも残さず食べることの大切さを呼びかけている
・個々を見ると偏食の改善が必要と思われる児童も少なくない



児童の実態

本校での取組

・総合的な学習の時間等にSDGsの視点を取り入れた授業
・校内掲示でPR

第4次食育基本計画

重点事項

(1)生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進
(2)持続可能な食を支える食育の推進 食と環境の調和:環境の環(わ)
(3)「新たな日常」やデジタル化に対応した食育の推進

食育の推進に当たっての目標

(13)食品ロス削減のために何らかの行動をしている国民を増やす

SDGsの観点から食育を推進

児童の実態　あいちを食べる学校給食の日

地場産物を活用した献立　委員会児童のPR



給食だより「地産地消とSDDsについて」

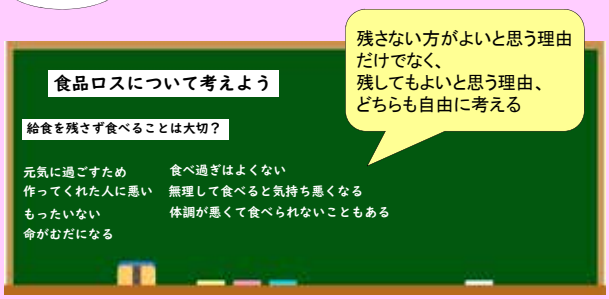
4年生社会科　ごみしょりと活用と関連させた指導を計画

学級活動　「食品ロスについて考えよう」

児童のめざす姿
・食に興味関心をもち、食べ物を大切にし、感謝して残さず食べる子
・食品ロスを減らすために自分にできることを考え実践できる子

本時の指導
(1) 目　　標
・給食の残食から食品ロスとはどういうものか、日本ではどれくらいのあるのかなど、現状を知る。
・食品ロスとSDGsの関連を考えながら、食品ロスを減らすためにできることを考える。
(2)　食育の視点
・環境や資源に配慮した食生活を実践するために何が必要か考える。
（感謝の心）

つかむ　★給食を残さず食べることの大切さについて考える



残さない方がよいと思う理由だけでなく、
残してもよいと思う理由、
どちらも自由に考える

広げる・深める

★残った食べ物に注目する
(1) 野菜くずの写真と給食の残さいの写真を比べ、気づいたことを発表する。
(2) 食品ロスの意味を知る。
(3) 一人一口残した場合の食品ロスについて、学校全体でどれくらいになるのかを計算する。

【ACジャパンのテレビCM】

みんなが一口残すとこんなに多くなるのだから、残ったときはみんなで一口ずつ食べると残らないね！

★残った給食がどうなるのかを知り環境への影響について考える

環境 ＋ 健康（体） 感謝（心）

広げる・深める　★食品ロスとSDGsの17の目標と関連について考える

(1) グループで話し合う。
(2) 発表する。


まとめる　★今後の目標をワークシートに記入

給食は栄養が考えられているので残さず食べて元気に過ごしたいそして地球を守っていきたい。	にがてなものもがんばって食べてみようと思った。いつも野菜を減らしてしまうので、減らさないようにする。
1日におにぎり1こもすてているなんてびっくりした。家でも残さないようにしていただいた命をむだにしないようにする。	日本は食品ロスがすごく多いので残念。ぼくたちのクラスは食品ロスがなくてよかった。これからもぜったいに残さず食べる。

みんなのクラスは、毎日残さず食べてくれているから、食品ロスゼロでSDGsに貢献！
給食の野菜くずや食べ残しは、肥料にもしているので、体調が悪いときは残していいですよ！食べ過ぎもよくないので、みんなで分けて、これからも食品ロスゼロを続けて！

題材名	やさいのパワーちょうさたい

東海市立三ツ池小学校
西尾 絵美

【献立名】
- ごはん
- 牛乳
- ワンタンスープ
- 豚肉と野菜のスタミナ炒め
- 冷凍みかん

こんだてレシピ

レシピはP97に掲載

献立のねらい

今日の献立は、野菜の量も種類もたくさん使った献立です。
炒め物の野菜は、和え物に比べ、比較的食べやすいことに加え、「スタミナ炒め」は、ご飯に混ぜても食べられるようしっかりとした味付けに仕上げています。
色々な種類の野菜を食べることの大切さと、食べやすい献立であっても食べ残しが出ていることから食品ロスについて伝えたい。

献立を教材として活用した指導

◆給食の時間における食に関する指導
食に関する指導　　指導者【栄】

【題材名】もったいないを意識しよう
【指導の目標】食べ物を大切にし、感謝して食べよう
【食育の視点】感謝の心
【食に関する指導の全体計画との関連】食に関する指導全体計画②（年間）
５月４年生社会「ごみの処理と活用」　６月５年生社会「食生活を支える食料の産地」
（低学年）「給食ができるまで」を１年生で行うので、「給食をたべたあと」として、２年生に食べ終わった食器や食缶の洗浄や、食べ残しが給食センターで処理されている様子を伝える。
（中学年）クラスで給食の食べ残しの量を測ったり、写真を見せたりして、給食の食べ残しはどこへ行きどうなるのか考える。
（高学年）給食で使われている食材はどの地域が多いだろう、地産地消やフードロスについて考える。
（中学校）任意の数日の給食と献立を提示し、その給食が返却され、どのくらいの食べ残しがあるのか写真や動画で紹介し、自分が取り組める対策を考える。

◆教科等における食に関する指導
学級活動　　小２学年　指導者【Ｔ・Ｔ】

【単元名・題材名】やさいのパワーちょうさたい
【本時（指導）の目標】野菜の色々な種類やはたらきを知り、体にとって大切な食材であることを理解する。
【食育の視点】野菜を食べることの大切さを理解する。（食事の重要性）
【食に関する指導の全体計画との関連】
食に関する指導全体計画②　５月～２年生生活「大きくなあれ私の野菜」

第２学年２組　特別活動（学級活動）指導案

令和３年６月18日金曜日第２時
指導者　Ｔ１　学級担任
Ｔ２　西尾絵美

1 主題名

やさいのパワーちょうさたい

2 主題設定の理由

２年生になり，生活科で野菜を育てはじめ，意欲的に水やりや観察を行う姿が見られる。また，収穫を楽しみにし，野菜に興味を持つ児童が増えている。学校給食ではいろいろな野菜が入った献立を食べてきているが，給食時の様子を見ていると野菜に苦手意識をもっている児童も見られる。野菜は体の調子を整える栄養素が多く含まれており，発育盛りの児童にとっては毎日の食事に欠かすことのできない食材である。味覚が発達し，偏食も直しやすい今の時期に野菜のはたらきについて知ることで，少しでも好き嫌いなく食べられる児童を育てたいと考え本主題を設定した。

3 本時のねらい

o 野菜のいろいろな種類やはたらきを知り，体にとって大切な食材であることを理解することができる。
o 野菜を好き嫌いなくしっかり食べようとする意欲を高めている。

4 準備・資料

o 教師…野菜の断面図，ワークシート，献立表，野菜カード，やさいずかん，スクリーン，教師用タブレット

5 関連

２年生活科わたしたちの野さいばたけ（野菜を育てるための準備や工夫して，世話をする。）

6 活動過程

段階	活動内容	時間	指導上の留意事項	
			Ｔ１	Ｔ２
つかむ	1　野菜の断面図クイズを行い，学習課題をつかむ。 (1) 野菜の断面図を見て，何の野菜かを考え，発表する。 ・トマト ・たまねぎ ・きゅうり ・とうもろこし (2) 本時の学習課題をつかむ。 やさいのパワーをちょうさしよう。	5	o 答えが分かった理由を問い，見た目の違いに着目させ，栄養にも違いがあることを伝え，本時の学習課題につなげる。 o「やさいちょうさたい」として，野菜のはたらきに関する３つの調査に取り組むことを伝える。	o 見た目に特徴のある４種類の野菜の断面図を用意し，スクリーンに投影する。
追究する	2　野菜のはたらきについて知る。 (1) 野菜を食べるとどんなよいことがあるかを予想する。 ・健康になる。 ・頭がよくなる。 ・背が伸びる。 ・元気が出る。 (2) ワークシートの「いらい１」に取り組み，野菜のはたらきについて考える。		o 意見が出ないときには，普段の生活経験を想起させたり，なぜ野菜を食べるのかを考えさせたりする。	o ワークシートを配る。

追究する	(3) 答え合わせをして，野菜には様々なはたらきがあることを知る。 ・肌をつるつるにする。 ・うんちが出やすくなり，おなかがすっきりする。 ・病気にかかりにくくなる。 ・血液をサラサラにする。	15	o ４つのはたらきを黒板に提示する。	o 机間指導を行う。 o 健康のためにはどれもかかせない働きであることをおさえ，毎日好き嫌いなく野菜を食べることが大切であることを伝える。
深める	3　給食に出ている野菜の種類やはたらきについて考える。 (1) ワークシートの「いらい２」に取り組み，昨日の給食のメニューにはどのような野菜が入っていたかを考え発表する。 (2) 献立表を見て，たくさんの野菜が入っていることを確認する。 ・にんじん ・チンゲン菜 ・きくらげ ・たまねぎ ・ねぎ　　など 11 種類 (3) それぞれの野菜がもつはたらきを知る。 (4) 気付いたことを発表する。 ・野菜によってはたらきが違う。 ・昨日の給食には，４つのはたらきをもつすべての野菜が入っている。 ・給食を残さず食べると身体によいことがたくさんある。	35	o 給食の野菜について考えさせることにより，野菜をより身近な食材として感じられるようにする。 o 児童から出た野菜の名前をスクリーンにメモしていく。 o 拡大した献立表を投影し，野菜の名前に丸をつけ提示する。 評　野菜のはたらきを知り，健康を保つために野菜を食べる大切さを理解している。（ワークシート・発表）	o 昨日の給食の写真を提示する。 o 何種類の野菜が使われていたかを確認し，給食には様々な野菜が使われていることに気付かせる。 o 野菜カードをはたらきごとに分類しながら提示し，給食を残さず食べると栄養バランスよく食べられることに気付かせる。
まとめる	4　本時の振り返りをする。 (1) ワークシートの「いらい３」に取り組み，発表する。 ・これからもいろんな野菜を食べたい。 ・嫌いなものも残さず食べて，健康な体をつくりたい。 (2) やさいずかんを作り，主な野菜のはたらきについて確認する。	45	o 数人に感想を発表させる。 評　野菜のはたらきを知り，いろいろな野菜を好き嫌いなく食べようとしている。（ワークシート・発表） o 今日の給食では，野菜のはたらきを確認しながら食べるよう伝える。	o 机間指導を行い，初めて知ったことやこれから頑張りたいことなどを記入させる。 o 主な野菜のはたらきが書かれた「やさいずかん」を配付する。

7 本時の評価

o 野菜のはたらきを知ることで，体にとって大切な食材であることを理解している。（ワークシート・発表）
o いろいろな野菜を好き嫌いなく進んで食べようとしている。（ワークシート・発表）

8 備考

(1) 学級の実態
o 野菜が好きという児童が多くいる一方で，野菜全般を苦手とする児童も数名いる。しかし，給食を残すということはほとんどなく，好き嫌いなく食べようと努力している姿が見られる。
o 学年園でミニトマト・大豆・なす・きゅうり・とうもろこし・さつまいもを育てており，野菜に興味をもち，身近に感じているが，野菜のはたらきについては知らない児童も多い。
(2) 指導の力点
o 導入では，スクリーンに大きく野菜の断面図を写し，断面図クイズを行うことで，野菜について考える意欲が高まるようにする。
o 全児童の共通の食体験である学校給食の献立を参考に，栄養教諭の専門性をいかしながら，いろいろな野菜を食べることの大切さに気付かせる。

9 食育の視点

o 野菜を食べることの大切さを理解している。（食事の重要性）

10 指導と評価

食に関する指導の全体計画①（東海市立三ツ池小学校）

【児童の実態】
・給食の残食率が，市の平均3.47％と比べて2.34％と給食の食べ残しは少ないが，野菜が苦手な児童は多い。
【地域・保護者の実態】
・朝食欠食率は0.9％と低く，ほとんどの家庭で朝食を食べさせている。

学　校　教　育　目　標

【学ぶ（知）】 意欲を持ち学び続ける子
【行う（徳）】 目標に向かって行動する子
【鍛える（体）】 ねばり強くやりとげる子

【あいち食育いきいきプラン2020】
・朝食を欠食する子　0%
・朝食に野菜を食べている子の割合　80%以上
・肥満の子の割合　6%以下
・成人1日当たりの野菜摂取量　350g以上
・家族や友人と一緒に楽しく食事をする人の増加
【いきいき元気推進プラン（東海市）】
・適量やバランスを意識する機会を増やす

食育の視点

○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
○食文化

食に関する指導の目標

（知識・技能）
・食に関する知識を理解し、規則正しい食習慣を身に付けている
（思考力・判断力・表現力等）
・自らの健康について考え、食に関する望ましい選択ができる
（学びに向かう力・人間性等）
・自己の健康に関する課題を見つけ、改善しようとする態度を身に付けている

各学年の食に関する指導の目標

幼稚園・保育所 幼保連携型認定 こども園	1・2年	3・4年	5・6年	中学校
・乳幼児期の元気な体をつくるための望ましい食習慣を身に付ける。	・食事のマナーを身につける ・好き嫌いせず，残さず食べようとする ・食事を作ってくれた人の努力を知り，感謝することができる ・心を込めて食事のあいさつができる	・食事のマナーを考え，会話を工夫しながら，楽しく食事ができる ・健康な体をつくるために，好き嫌いせず食べることができる ・よく噛んで食事ができる ・食べ物に感謝して食事ができる	・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ことが分かる ・健康な体を作るために，栄養のバランスを考えて食べるようとする ・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	心身の健康に関心をもち、自他共に大切にする生徒の育成（心磨き）

食育推進組織（保健安全指導部）
　構成員：校長，教頭，校務主任，保健主事，養護教諭，給食主任，栄養教諭等

食に関する指導
・教科等における食に関する指導：関連する教科等において食に関する指導の視点を位置付けて指導
　社会，理科，生活，家庭，体育，道徳，総合的な学習の時間，特別活動等
・給食の時間における食に関する指導：　食に関する指導‥献立を通して学習，教科等で学習したことの確認
　給食指導‥‥‥‥準備から片付けまでの一連の指導の中で習得
・個別的な相談指導：食物アレルギーを有する児童に面談等を実施，アレルギー対応委員会の開催，
　教職員間で情報を共有，肥満・やせ傾向、偏食等の実態把握

地場産物の活用
・物資選定委員会：年12回，構成委員（給食センター所長，主幹，栄養教諭，物資担当事務職員）
・学校給食の食材は，東海市，知多半島，愛知県産の物を優先的に使用
・地場産物等の校内放送や給食時の指導、給食掲示板の充実、トマト給食の実施、トマト新聞の配布、
　もぐもぐ食育デーの実施

家庭・地域との連携
・食育だより，給食だより，ホームページなどによる積極的な情報発信
・給食試食会，ＰＴＡ研修会，学校保健委員会などで，食に関するテーマを取り上げる
・健康推進課，カゴメと協働で，トマトを中心とした野菜を食べる習慣を身に付けさせる事業の実施
　（毎月10日はトマト給食を実施，毎月トマト新聞を発行，トマト給食コンテストの実施，トマト給食試食会の実施）
・野菜の栽培
・地域の農家の方，学校支援協議会の方と交流給食を実施
・夏休み親子料理教室

食育推進の評価
　成果指標　・朝食を毎日食べる児童　90％　　など

　活動指標　食に関する指導，学校給食の管理，連携・調整について評価

食に関する指導の全体計画②（東海市立三ツ池小学校）

		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
学校行事等		入学式 身体測定		運動会				就学時健診			入学説明会		卒業式
推進体制	進行管理		委員会				委員会					委員会	
	計画策定	計画策定								評価実施	評価結果の分析	計画案作成	
教科・道徳等 総合的な学習の時間	社　会	わたしたちの県のようす【4年】	私たちの住んでいる市の様子【3年】 ごみのしょりと活用【4年】	食生活を支える食料の産地【5年】くらしを支える水【5年】	畑ではたらく人びとの仕事【3年】米作りのさかんな地域【5年】		水産業の盛んな地域【5年】	店ではたらく人びとの仕事【3年】 これからの食料生産【5年】				つながりの深い国々のくらし【6年】土地の特色を活かした地域【4年】	
	理　科	植物を育てよう【3年】生命のふるさと・地球【6年】	体のつくりと運動【4年】 植物の発芽や成長【5年】 人や他の動物の体【6年】	植物の体【6年】			花をさかせた後【3年】 花から実へ【5年】 生き物と食べ物・空気・水【6年】						
	生　活	学校だいすき【1年】	町探検【2年】 大きくなあれ私の野菜【2年】	→	→			大きくなあれ私の野菜(冬野菜)【2年】	→	→	→	→	
	家　庭	朝食から健康な1日の生活を【6年】	おいしい楽しい調理の力【5年】				持続可能な暮らし方へ，物やお金の使い方【5年】	食べて元気！ご飯とみそ汁【5年】	まかせてね今日の食事【6年】	気持ちがつながる家族の時間【5年】		あなたは家庭や地域の宝物【6年】	
	体育科（保健領域）							毎日の生活と健康【3年】健康な生活【4年】病気の予防【6年】					
	他教科等							What do you want? ほしいものは何かな【4年英】	すがたをかえる大豆【3国】、食べ物のひみつを教えます【3国】				
	道　徳		学校にはね【1年】 目覚まし時計【4年】					日本を愛する心【5年】		お父さんのラーメンがいちばん【4年】		ブータンに日本の農業を【5年】	
	総合的な学習の時間	トマト博士になろう【3年】	→	→	カレー作りに挑戦しよう【5年】	→	→	→					
特別活動	学級活動 ＊食育教材活用	楽しい給食*【1年】	食生活を考えよう*【6年】	野菜について知ろう*【4年】	給食のひみつを知ろう【1年】				牛乳ついて知ろう*【2年】	バランスのよい朝ごはんを食べよう*【5年】		好き嫌いせずなんでも食べよう＊【3年】	
	児童会活動	活動計画 配膳室の片付け点検・	給食時間の校内放送	→	→	→	→	→	→	→	学校給食週間の取組	→	→
				学校保健委員会					学校保健委員会		給食感謝の会		
	学校行事	身体測定		修学旅行 学校保健委員会		林間学習		就学時健診				給食感謝の会	
	給食の時間 給食指導	【給食の仕方を覚えよう】 ・身支度の仕方、配膳の仕方、片付け方 ・食事のあいさつ	【食事のマナーを身につけよう】 ・食べる時の姿勢、箸の持ち方 ・食器を持って食べる	【和やかに会食をしよう】 ・仲良く食べる ・食事中にふさわしい楽しい話題を考える	【衛生に気をつけて食事をしよう】 ・手洗いの順序を覚え，清潔なハンカチでふく		【盛りつけ考えよう】 ・平等に盛りつける ・最初に配られた量を残さず食べる努力をする	【地元でとれる食べ物を知ろう】 ・地元でとれる食べ物を知り，親しみをもつ	【好き嫌いせず何でも食べよう】 ・好き嫌いをしない ・嫌いな物も一口食べる	【協力して準備をしよう】 ・給食準備の時間を守り，手際よく配膳する ・会食時間をとり，決められた時間内に食べる	【郷土料理について知ろう】 ・地元でとれる食べ物や郷土料理について知り，親しみをもつ	【感謝して食べよう】 ・農家の人や給食関係者の苦労や努力に感謝の気持ちをもつ	【一年間の食生活を振り返ろう】 ・給食当番の振り返り ・何でも食べられるようになったか
	食に関する指導	食事のマナーを身につけよう					好き嫌いせず食べよう					感謝して残さず食べよう	
学校給食の関連事項	月目標												
	献立テーマ	春の食べ物を食べよう	魚を食べよう	よくかんで食べよう	夏野菜を食べよう		きのこを食べよう	いもを食べよう	地元の食べ物を食べよう	冬野菜を食べよう	郷土料理について知ろう	豆を食べよう	海藻を食べよう
	食文化の伝承		端午の節句		七夕献立			お月見献立		冬至の献立	正月料理	節分献立	桃の節句
	行事食	入学進級祝献立	姉妹都市・トルコ	かみかみ献立 愛知を食べる学校給食の日	夏のデザートセレクト			秋のデザートセレクト 姉妹都市・ﾏｾﾄﾞﾝﾚﾝｼﾞｽ市、米沢市	地元の旬を食べる学校給食の日 姉妹都市・沖縄市	冬のデザートセレクト	給食週間献立（各地の郷土料理）		ｽﾍﾟｼｬﾙｽｸｰﾙﾗﾝﾁ 卒業お祝い献立 姉妹都市・釜石市
	その他	毎月10日トマトの日 毎月19日もぐもぐ食育デー 毎月教室掲示（たべものカレンダー）	→	→	→	→	→	→	→	→	→	→	→
	旬の食材	新たまねぎ、たけのこ、ふき、春キャベツ、さわら、夏みかん	アスパラガス、たまねぎ、たけのこ、山菜、かつお	ごぼう、たまねぎ、じゃがいも、なす、ピーマン、ｱｽﾊﾟﾗｶﾞｽ、メロン、あじ	なす、えだまめ、にがうり、トマト、ピーマン、かぼちゃ、きゅうり、オクラ、とうがん		なす、かぼちゃ、さといも、にがうり、とうがん、きのこ、巨峰、なし、さんま	さといも、さつまいも、くり、きのこ、りんご、さんま、さけ	新米、さつまいも、だいこん、れんこん、ごぼう、りんご、みかん、さけ、さば	だいこん、ブロッコリー、かぶ、ごぼう、ねぎ、カリフラワー、れんこん、みかん	はくさい、かぶ、だいこん、にんじん、ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ、ねぎ、ぽんかん	ｷｬﾍﾞﾂ、なばな、はくさい、ほうれんそう、いよかん、はっさく	ふき、いよかん、いちご、さわら
	地場産物	こまつな、ｴﾘﾝｷﾞ、ぶなしめじ なす、トマト、ふき、たまねぎ、きゅうり	なす、トマト、ふき、たまねぎ、きゅうり	なす、トマト、たまねぎ、きゅうり、じゃがいも、かりもり	トマト、たまねぎ、じゃがいも、かりもり、にがうり、オクラ、なす		なす、とうがん、かぼちゃ、オクラ、巨峰	とうがん	なす、ふき、カリフラワー、みかん	なす、ｷｬﾍﾞﾂ、きゅうり、はくさい、かぶ、ｶﾘﾌﾗﾜｰ、ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ、みかん	なす、ｷｬﾍﾞﾂ、きゅうり、はくさい、だいこん、にんじん、なばな、かぶ、ｶﾘﾌﾗﾜｰ、ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ、ぽんかん	なす、ｷｬﾍﾞﾂ、きゅうり、だいこん、にんじん、なばな、かぶ、ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ、しゅんぎく、ぽんかん	→ なす、トマト、ふき、たまねぎ、きゅうり、キャベツ、きゅうり、だいこん、にんじん
個別的な相談活動		面談（食物アレルギー）											
家庭・地域との連携		市役所ホームページで給食について情報発信　健康推進課、カゴメと協働でトマト新聞の発行、トマト給食レシピコンテストの開催											
		給食だより、食育だより	→	→	→	→	→	→	→	→	→	→	→
				給食試食会　学校保健委員会　ﾄﾏﾄ給食ﾚｼﾋﾟｺﾝﾃｽﾄ　親子料理教室					学校保健委員会				

第２学年　学級活動
「やさいのパワーちょうさたい」

児童の実態

- 給食を残す児童は少ない。
- 好き嫌いなく食べようと努力する姿が見られる。
- 野菜を好きな児童は多いが、苦手とする児童もいる。

目指す児童の姿

- 野菜のはたらきについて知ることで、少しでも好き嫌いなく食べようとする。

①野菜の断面クイズで生活科と関連した導入

- 生活科で学年園で野菜を育てている。
- 野菜の断面クイズをスクリーンに映し出し、野菜について考える意欲を高めた。

②給食や献立表を活用した授業

- 野菜のはたらきについて考える。

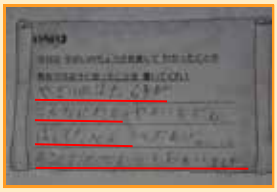
②給食や献立表を活用した授業

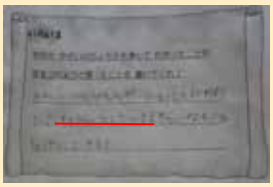
- 前日の給食の写真と献立表を活用し、野菜の種類や数を確認。
- 野菜をはたらき別に分け、残さず好き嫌いなく食べる大切さに気付かせる。

③コロナ禍に対応した指導

- 授業の最後に、「やさいずかん」を作成した。コロナ禍で会話ができない会食中も、野菜のはたらきを確認できるようにした。
- その後の給食時間では、「やさいずかん」で確認する児童の姿が見られた。

児童たちの感想





- 野菜のはたらきを知り、少しでも好き嫌いなく食べよう、頑張って食べようとする気持ちをもたせることができた。

課題

- 家庭との連携ができればもっと長く継続的な指導につながっていくと感じました。
- ４年生でも野菜のはたらきについてよく知らない児童がいたので、この授業だけで終わらず、継続して伝えていくことが大切である。

ご静聴ありがとうございました

題材名	私の生活、大発見！自分にできそうな家庭の仕事をみつけよう

春日井市立東野小学校
佐藤 真澄

【献立名】
- ごはん
- 牛乳
- ちくわのお茶天ぷら
- 新玉ねぎと新じゃがいもの卵とじ
- キャベツのたくあん和え
- ミニアセロラゼリー

こんだてレシピ

レシピはP98に掲載

献立のねらい

・八十八夜の行事食として、お茶を使った料理を取り入れていることを知らせる。
・八十八夜は、茶摘みや種まきなど、農業を始める大切な時期であることを知ることで、総合的な学習の米作り体験の発展的な学習につなげる。
・無償提供の西尾市産の抹茶を使用することで、地域の産物に関心を持ち、生産者など食料生産に携わる人たちへの感謝の心を持てるようにする。

献立を教材として活用した指導

◆給食の時間における食に関する指導
食に関する指導　　指導者【栄】

【題材名】お茶を味わおう
【指導の目標】給食を通してお茶の文化に触れる。
【食育の視点】私たちの住む県の産物、食文化や歴史等を理解し、尊重する。【食文化】
【食に関する指導の全体計画との関連】食に関する指導の全体計画②
５月生活「給食ができるまで」１年　　５月生活「ぐんぐんそだてわたしの野さい」２年
５月音楽「茶摘み」３年　６月「総合的な学習の時間」田植え５月「理科」植物の発芽と成長５年
５月家庭科「私の生活、大発見！」５年
（低学年）　お茶の献立を味わうことで、季節を感じ、お茶の葉っぱを食べていることを理解することができる。
（中学年）　茶摘みの歌とともに、日本文化に触れることで、旬のお茶の献立を味わうことができる。
（高学年）　お茶の献立を味わうことで、八十八夜の意味を理解し、農業（米作り）を中心として発展した日本の食文化に気づくことができる。
（中学校）　愛知県の特産品の抹茶を使った献立であることを知らせることで「地産地消について理解を深めることができる。

◆教科等における食に関する指導
教科（教科名：家庭科）　　小５学年　指導者【T】

【単元名・題材名】私の生活、大発見！自分にできそうな家庭の仕事をみつけよう。（お茶の入れ方）
【本時（指導）の目標】
〇お茶のいれ方について理解することができる（知能・技能）
〇八十八夜の意味を知ることで、米作りの関わりと行事と関係について理解を深めるができる。（思考力・判断力・表現力）
〇家庭でお茶をいれることで、家庭の一員として、できる仕事をしようという意欲を持つ。（学びに向かう力・人間性等）
【食育の視点】昔から伝わる季節・行事にちなんだ慣習や食べ物あることを理解し、お米作りとの関連について興味・関心をもつことができる。（食文化）
【食に関する指導の全体計画との関連】食に関する指導の全体計画②
５月「理科」植物の発芽と成長５年
６月「総合的な学習の時間」田植え５年　　９月「社会」米作りのさかんな地域５年

第５年〇組　家庭科学習指導案

５月　日(　)第５校時　５年〇組教室
指導者：Ｔ１　教　　諭
：Ｔ２　栄養教諭

1 単元名

私の生活、大発見！自分にできそうな家庭の仕事をみつけよう

2 単元の目標

（1）家庭には、家庭生活を支える仕事があり、互いに協力し分担する必要があることを理解することができる（知識・技能）
（2）家庭の仕事について課題を見つけ、その解決を目指し、知識を活用して家族との協力などの視点から、家庭の仕事の計画を考え、工夫することができる（思考力・判断力・表現力）
（3）家族との協力などの視点から、家庭の仕事をよりよく理解しようとする（学びに向かう力・人間性等）

3 児童の実態

落合公園に隣接した自然環境に恵まれた本校では、果樹の収穫体験や米作りなど、食に関する体験活動が盛んである。５年生では、ボランティアの方とともに田植え体験を行い、「田んぼと仲良くなり隊」として１年かけて学習する。社会科や家庭科等の学習と関連させ、ＳＤＧｓの観点から、食糧問題や環境問題など、米作りを通して、自ら課題を見付け、自ら学び、考え、主体的に判断し、よりよく問題を解決する資質や能力を育成することをねらいとして取り組んでいる。そのため、本校の食育アンケートでは、給食がとてもすき・すきと答えた児童は 73％と高く、「すきでない」と答えた児童は 3％と低い。また、食に関わる授業や調理実習をすることがすきだと「とてもすき」と答えた児童 53％、「すき」と答えた児童 27％で、合わせて 80％と高く、食に興味・関心高い児童が多いことがうかがえる。また、給食の食べ残しも年間平均 3％以下であり、市内で最も少ない学校である。

4 児童のめざす姿

今年度は家庭科では実際に調理実習ができないが、学習したことを家庭で生かせるように、家庭でお茶をいれることを通して、家庭でできることを増やせるようにしたい。同時期に、５年生は理科では種子の発芽を学習する。八十八夜の茶摘みの季節は、米作りの開始として大切な日とされており、稲作を始めるための、苗を作るための種まきの時期である。お米も種子の発芽と同様に捉え、苗作りが始まることを意識させたい。また、八十八夜の八十八はお米作りに関連した言葉であることも気づかせ、今後の総合的な学習の時間につなげていきたい。

5 指導計画（４時間完了）

第１次（１時間）どんな生活をしてるのかな
第２次（２時間）自分にできそうな家庭の仕事を見つけよう
家庭で使う用具を知り、その用具を使って活動してみよう。（１時間）
（本時）おいしいお茶のいれ方を学ぼう（１時間）
第３次（１時間）できることを増やしていこう

6 本時の指導

（1）目標
〇お茶のいれ方について理解することができる（知識・技能）
〇八十八夜の意味を知ることで、米作りと行事との関係について理解を深めるができる。
（思考力・判断力・表現力）
〇家庭でお茶をいれることで、家庭の一員としてできる仕事をしようという意欲を持つ。
（学びに向かう力・人間性等）

(2) 食育の視点

○昔から伝わる季節・行事にちなんだ慣習や食べ物あることを理解し、お米作りとの関連について興味・関心をもつことができる。(食文化)

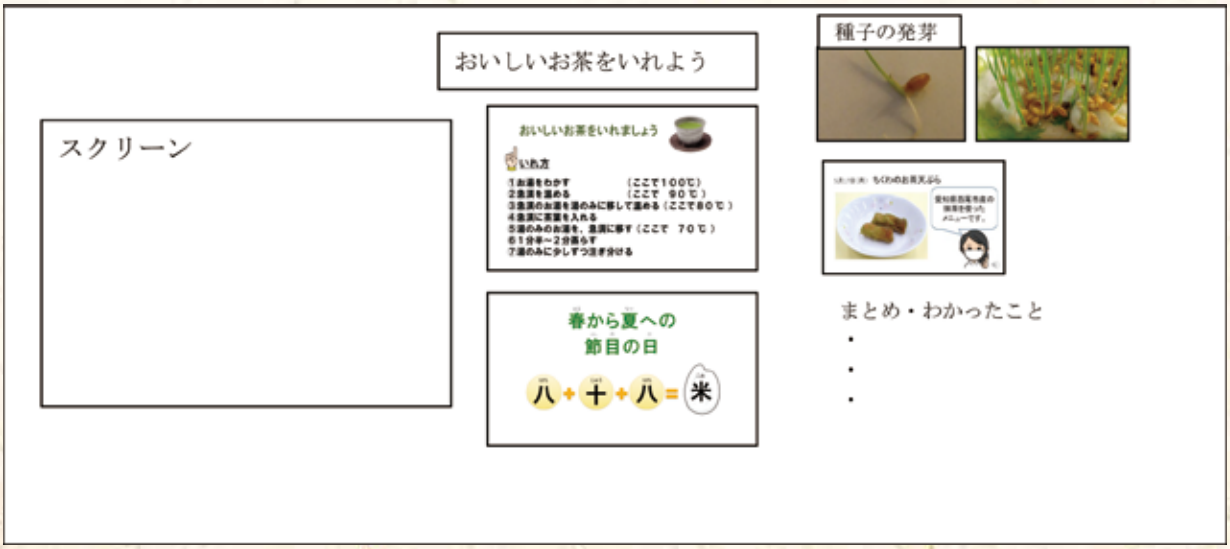
(3) 準備

デジタル教科書、お茶についてのパワーポイント、アルミカップに入れた一人分のお茶用の茶葉　児童数分、ゆのみ、急須、茶たく、お盆、茶さじ、電気ポット、茶葉、稲、種もみを発芽させたもの

(4) 指導過程

時間	学習の流れ	教師の働きかけと支援・留意点		評価
		T1（学級担任）	T2（栄養教諭）	
5 (5)	1　本時のめあてをつかむ。 (1) お茶のクイズをする。 (2) 本時の学習のめあてを知る。 おいしいお茶をいれよう。	○前時を振り返り、家庭でできることを思い起こさせる。 ○本時のめあてを提示する。	○お茶のクイズを行う。 ○ワークシートを配付する。	
15 (20)	2　お茶のいれ方を学習する。 (1) ワークシートに記載する。 (2) 新茶の香りをかぐ。 (3) 実際のお茶のいれ方を見る。回し注ぎの方法や、均等なお茶の量や色を確認する。	○デジタル教科書を使用し、お茶のいれ方を確認する。 ○全員が配られるまで触れないように指示し、揃ったところで、マスクから鼻を出し、静かにかぐように手順を説明する。	○机間指導する。 ○１人分の茶葉を配る。 ○実物投影機で実際にお茶のいれ方を見せる。	[知識・技能] ○お茶のいれ方について理解することができたか。 （ワークシート・観察）
20 (40)	3　八十八夜について学習する。 (1) 茶摘みの歌の八十八夜について知る。 ・八十八からできる漢字を考える。 ・5月1日が農業の開始日、田植えの苗作りを始める時期と知る。 (2) 種まきと種の発芽を関連付けて考える。 ・お米は、稲のどの部分を食べているか考える。 ・種子の発芽について理解する。 (3) 新茶について学ぶ。 ・新茶の良さ、行事食となる給食の献立に気づく。	○茶摘みの歌を聴かせる。 ○田植えの期日について知らせ、田植え体験に向けて意欲づける。 ○理科の種子の発芽について復習する。	○パワーポイントで茶畑の景色を写す。 ○八十八夜の文字についてクイズを出す。 ○八十八夜が種まきなどを始める農業にとって大切な日とされてきたことを伝える。 ○稲を見せ、もみが種であることを、実際に発芽させた種もみの状態を見せて気づかせる。 ○新茶について説明する。 ○給食でお茶を使ったメニューについて紹介する。	[思考力・判断力・表現力] 八十八夜の意味を知ることで、米作りの関わりと行事と関係について理解を深めるができる（発表・ワークシート）
5 (45)	4　本時の学習のまとめをする。 (1) 学習でわかったことや、生活に生かしたいことをワークシートに書かせ、発表する。	○授業の振り返りを書かせる。	○新茶を持ち帰ることで、家庭でいれてみるよう促す。	[学びに向かう力・人間性等] 家庭でお茶をいれることで、家庭の一員としてできる仕事をしようという意欲を持てたか。（実践後のワークシート）

(5) 板書計画



食 に 関 す る 指 導 全 体 計 画 ①　（春日井市立東野小学校）

【児童の実態】
・朝食を毎日食べる子　93%
・給食残食率　2.9%
・肥満・やせの割合　5.2%
・肥満傾向の児童　4.1%
・給食の管理を有する食物アレルギー
　エピペン　4名
　卵アレルギー給食　1名
　豆乳代替　1名
　その他アレルギー対応　7名
　1.9%

学　校　教　育　目　標
「明るく健康な子　よく学びよく働く子
思いやりのある子　礼儀正しく規則を守る子」

【第３次食育推進基本計画】
・朝食を欠食する子　０%
・栄養バランスに配慮した食生活を実践する国民　７０%
【愛知県食育推進計画】
・朝食に野菜を食べている小学生の割合　８０%以上
・肥満・やせの割合
　肥満　６%以下
【かすがい健康計画】
・朝食を欠食する割合　０%
・週の半分以上夕食を家族のだれかととる者の割合　１００%

食育の視点
◇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
◇食文化

食に関する指導目標

（知識・技能）
　食事の重要性や栄養バランスについて理解し、健康で健全な食生活に関する知識や技能を身に付けている。
（思考力・判断力・表現力等）
　食生活や食の選択について考え、正しい知識・情報に基づき、自ら管理したり、判断したりすることができる。
（学びに向かう力・人間性等）
　主体的に、自他の健康な食生活を実現ようとし、食や食文化、食料の生産等にかかわる人々に対して感謝する心を育んだりする態度を身につけている。

幼稚園保育所
幼保連携型認定こども園

各　学　年　の　食　に　関　す　る　指　導　の　目　標

１．２　年	３．４　年	５．６　年
食べ物に関心をもち、楽しく食事をすることができる。	食べ物の働きを正しく理解し、健康に過ごすことを意識して、好き嫌いなく食事をしようとする。	栄養バランスのとれた食事の大切さを理解し、食品を組み合わせて献立を立てることができる。
基本的な食事のマナーを身につけ、好き嫌いなく食べることの大切さを考えることができる。	協力して衛生的に食事の準備をしたり、マナーを考えたりするできる	食の安全に関心をもち、衛生面に気を付けながら簡単な調理をすることができる。
給食ができるまでを思い、心を込めて食事のあいさつができる。	生産者や自然の恩恵に感謝し、食事をすることができる。	日本の伝統な食文化や食に係る歴史等に関心をもち、多様な食文化を尊重することができる。

中学校
中１
『カルシウムをとろう』食育指導の実施

食育推進委員会
委員長：校長（副委員長：教頭）
委員：教務主任、校務主任、保健主事、養護教諭、学年主任、給食主任、栄養教諭

食に関する指導
教科等における食に関する指導：関連する教科等において食に関する指導の視点を位置づけて指導
　社会、理科、生活、家庭、体育、道徳、総合的な学習の時間、特別活動等
給食の時間における食に関する指導：食に関する指導：献立を通して学習、教科等で学習したことを確認
　給食指導：準備から片づけまでの一連の指導の中で習得
個別的な相談指導：食物アレルギー、肥満・やせ願望、疾患、偏食、スポーツ

地場産物の活用
サボテン農家見学(3 年)　名城ボランティアとの米作り体験(5 年)・梅収穫体験(3 年)・くり収穫体験(3 年)の交流等
地場産物等の校内放送や掲示資料を使用した給食時の指導の充実、教科等の学習や体験活動と連携を図る。

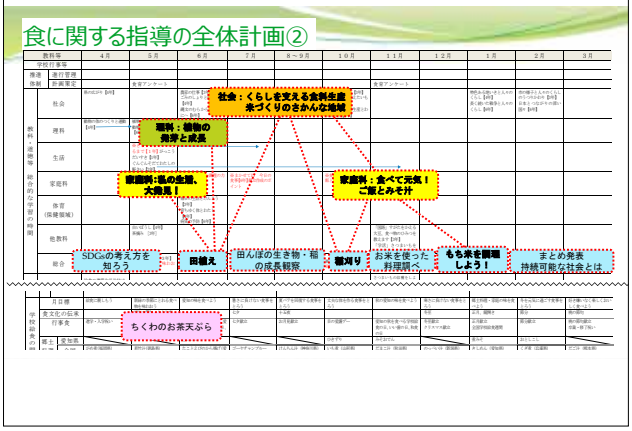
家庭・地域との連携
積極的な情報発信、関係者評価の実施、地域ネットワーク（人材バンク）等の活用
食育だより、学校給食試食会、学校保健委員会、ホームページ

食育推進の評価
活動指標：食に関する指導
　教科や学級活動・総合の時間に、各学年の栄養教諭等の食に関する指導、担任教諭と栄養教諭等による TT の食に関する指導、担任による食に関する指導ができたか。また、食に関する指導資料パワーポイント、C4th「食育のページ」の資料等を活用して各教科で食に関する指導ができたか。
　給食の時間
　C4th「食育のページ」の資料等を活用して、学級担任による給食時の指導ができたか。
　給食メモを活用して、校内放送や各学級で給食時の指導ができたか。
成果指標：給食で嫌いなものを残さず半分は食べる割合　86%（令和元年度）→　88%以上
　朝食を毎日食べる割合　93→95%以上　給食残食率　2.9→継続して 3%以下

食に関する指導全体計画②　（春日井市立東野小学校）

教科等		４月	５月	６月	７月	８～９月	１０月	１１月	１２月	１月	２月	３月
学校行事等												
推進体制	進行管理											
	計画策定		食育アンケート					食育アンケート				
教科・道徳等　総合的な学習の時間	社会	県の広がり【4年】		農家の仕事【3年】 ごみのしょりと利用【4年】 縄文のむらから古墳のくにへ【6年】	くらしを支える食料生産【5年】	米づくりのさかんな地域【5年】	店ではたらく人【3年】 残したいもの伝えたいもの【4年】 これからの食料生産とわたしたち【5年】			特色ある地いきと人々のくらし【4年】 長く続いた戦争と人々のくらし【6年】	市の様子と人々のくらしのうつりかわり【3年】 日本とつながりの深い国々【6年】	
	理科	動物の体のつくりと運動【4年】→	植物の発芽と成長【5年】→ 動物のからだとはたらき【6年】→	どれぐらい育ったかな【3年】								
	生活		※きゅうしょくができるまで【１年】がっこうだいすき【1年】 ぐんぐんそだてわたしの野さい【2年】	→	→			→				
	家庭科		※朝食から健康な1日の生活を【6年】 ※私の生活、大発見！【5年】	おいしい楽しい調理の力【5年】	※まかせてね　今日の食事【6年】献立作成のポイント		※食べて元気！毎日のご飯とみそ汁【5年】	※まかせてね　今日の食事【6年】				
	体育（保健領域）			毎日の生活とけんこう【3年】 育ちゆく体とわたし【4年】 病気の予防【6年】								
	他教科		白いぼうし【4年】 茶摘み　［3年］					「国語」すがたをかえる大豆、食べ物のひみつを教えます【3年】 「学活」さつまいもをしゅうかくしよう【2年】				
	総合		梅収穫体験【３年】 ※梅をおいしく味わおう【3年】	田植え【５年】			栗収穫体験【３年】 ※栗を味わおう【3年】	お米収穫体験【5年】 ※味の素だし出前授業【5年】	※大豆の栄養について知ろう【3年】	※もち米を調理しよう【５年】		※夏みかんの話【３年】
特別活動	学級活動	給食の準備や後片付け【１年】※給食がはじまるぞう紙芝居【１年】		※やさいはかせになろう【２年】	※給食の食べ残しについて考えよう【4年】	※朝ごはんコンテストに応募しよう！（夏休み課題）【６年】	味覚の授業【４年】 ※食べ物の働きについて知ろうついて知ろう	さつまいもの収穫をしよう【２年】 ※さつまいもで鬼まんじゅうを作ろう【２年】 ※和食の良さを知ろう				
	委員会活動	給食一口メモ放送　　栄養白板（献立の食品紹介）・学校給食週間掲示・配膳台・牛乳すのこ掃除										
	学校行事	入学式・始業式				運動会						卒業式・修了式
	給食の時間　給食指導	給食の準備と片づけをきちんとしよう	食事の決まりを守ろう	よくかんで食べよう	身の回りをきれいにして食べよう	協力して楽しい食事をしよう	好き嫌いなく食べよう	働く人に感謝して食べよう	きれいに手を洗おう	食べ物に感謝して食べよう	マナーを守って楽しく食べよう	1年間の給食をふりかえろう
	給食の時間　食に関する指導	決まりを守って準備や片づけを協力して行い、味わって給食を食べよう（食事の重要性・社会性）				食事内容や食品に関心を持ち、栄養バランスについて考えながら健康を意識して食べよう。（心身の健康・食品を選択する能力）				食べものや給食に関わる人たちに感謝をして、食事のあいさつをしっかりして食べよう（感謝の心・食文化）		
学校給食の関連事項	月目標	給食に親しもう	新緑の季節にとれる食べ物を味わおう	愛知の味を食べよう	暑さに負けない食事をとろう	夏バテを回復する食事をとろう	丈夫な体を作る食事をとろう	秋の愛知の味を食べよう	寒さに負けない食事をとろう	郷土料理・家庭の味を食べよう	冬を元気に過ごす食事をとろう	好き嫌いなく楽しくおいしく食べよう
	食文化の伝承		端午の節句　八十八夜		七夕	十五夜			冬至	正月、鏡開き	節分	桃の節句
	行事食	進学・入学祝い	端午の節句献立	市制記念日、食育月間、愛知を食べる学校給食の日、歯と口の健康週間	七夕献立	お月見献立	目の愛護デー	愛知の秋を食べる学校給食の日、いい歯の日、和食の日	冬至献立 クリスマス献立	正月献立 全国学校給食週間	節分献立	桃の節句献立 卒業・修了祝い
	郷土料理　愛知県			きしめん			ひきずり	みそおでん		煮みそ	おとしこし	
	郷土料理　全国	がめ煮(福岡県)	若竹汁(徳島県)	たことえびのから揚げ(愛知県)	ゴーヤチャンプルー（沖縄県）	けんちん汁（神奈川県）	いも煮（山形県） 男鹿なし（秋田県）	だまこ汁（秋田県）	のっぺい汁（新潟県）	きしめん（愛知県）	くぎ煮（兵庫県）	だご汁（熊本県）
	旬の食材	ふき（ふきを入れた煮物）、たけのこ	新茶（ちくわのお茶天ぷら）・新たまねぎ（新たまねぎのスープ）・たけのこ（若竹汁）	アスパラガス・なす・とうもろこし・ピーマン・枝豆	とうもろこし・枝豆・かぼちゃ・なす・サポテン・おくら（七夕汁）	里芋・豆・とうがん ピーマン・なす・月見だんご	チンゲンサイ・里芋	新米・大豆・さつまいも・さんま・りんご・白菜	小松菜・ほうれん草・大根・にんじん・ごうぼう・わかさぎ	キャベツ・小松菜・ほうれん草・大根・にんじん・ねぎ・もち	ブロッコリー・いよかん・ほうれん草・きよみ	菜花・みつば・きよみ
	地場産物	ふき	たまねぎ・ニギス	なす・サポテン	サポテン	とうがん	チンゲンサイ	白菜	にんじん	キャベツ	ブロッコリー	みつば
個別的な相談指導		アレルギー面談									アレルギー面談	
家庭・地域との連携		食育だより→						給食試食会→				

※栄養教諭がTT授業を実施予定



指導計画（４時間完了）

第１次（１時間）どんな生活をしてるのかな

第２次（２時間）自分にできそうな家庭の仕事を見つけよう

○家庭で使う用具を知り、その用具を使って活動してみよう。（１時間）

（本時）○おいしいお茶のいれ方を学ぼう（１時間）

第３次（１時間）できることを増やしていこう

本時の指導

目標

○お茶のいれ方について理解することができる（知識・技能）

○八十八夜の意味を知ることで、米作りと行事との関係について理解を深めるができる（思考力・判断力・表現力）

○家庭でお茶をいれることで、家庭の一員としてできる仕事をしようという意欲を持つ。（学びに向かう力・人間性等）

【食育の視点】

○昔から伝わる季節・行事にちなんだ慣習や食べ物あることを理解し、お米作りとの関連について興味・関心をもつことができる。（食文化）

ICT機器を活用し、実際のお茶の色を見て、香りを感じることでUD化した。

３年音楽で学習した「茶摘み」の歌のフレーズを歌い、「八十八夜」の言葉を児童から引き出す。

「八十八」からできる漢字を考えさせ、「米」作りにつなげ、「八十八夜」の説明をする。

米作りと同じ時期に、苗床づくりのための、種まきが始まる。理科の「種子の発芽」を関連させ、種もみの発芽した実物を見せた。

日本人が大切にしてきた行事である「八十八夜」の行事食として、給食のお茶を使った「ちくわのお茶天ぷら」を紹介した。

題材名	日常食の調理と地域の食文化

瀬戸市立品野中学校
栗田 陽子

【献立名】
- 麦ごはん
- 牛乳
- みそおでん
- 五色和え
- 納豆

こんだてレシピ

レシピはP99に掲載

献立のねらい

豆みそ、生揚げ、納豆を使用し、大豆製品を多く使用した献立にした。この献立を通して、大豆を加工して、様々な食品で食する日本の文化を子どもたちに伝え、味わってもらうことをねらいとした。

また、中学校の家庭科で、日本の食文化や、日本各地の郷土料理について学習する時期に合わせてこの献立を提供することで、家庭科で学習したことを給食で振り返り、理解を深められるようにしたい。

献立を教材として活用した指導

◆給食の時間における食に関する指導
食に関する指導　　指導者【T】

【題材名】大豆からできる食品を知り、残さず食べよう
【指導の目標】大豆の加工品や、大豆の栄養を知ることで、積極的に食べることができる。
【食育の視点】大豆を通して、日本に伝わる食文化を大切にする気持ちを育む。（食文化）
【食に関する指導の全体計画との関連】食に関する指導の全体計画②
・　３月 家庭「中学生に必要な栄養を満たす食事」中学１年
・10 月 家庭「日常食の調理と地域の食文化」中学１年
・　３月 学級活動「健康的な食事を心がけよう」中学３年
（低学年）１年生「すききらいせず　のこさずたべよう」給食には、肉や魚、野菜、豆など様々な食品が出ること伝え、すすんで食べられるようにする。
（中学年）３年生「大豆から作られる食べものをさがして、すすんで食べよう」給食で使われる大豆製品を探し、積極的に食べようとする。
（高学年）６年生「日本の食文化を味わおう」大豆の加工品や、海藻をうまく取り入れる日本の食文化について知り、先人の知恵を尊重し、味わって食べようとする。
（中学校）３年生「バランスの良い食事を心がけて毎日の生活を送ろう」給食の献立を参考にして、卒業後もバランスの良い食事を心がけ、健康な体を育もうとする気持ちをもつ。

◆教科等における食に関する指導
教科（教科名：家庭科）　　中学１学年　指導者【T】

【単元名・題材名】日常食の調理と地域の食文化　「和食の良さについて考えよう」
【本時（指導）の目標】教科書で紹介されているユネスコ無形文化遺産に選ばれた和食を参考にして、栄養バランスの良い食事について理解を深め、自分自身の食生活の改善につなげる。
【食育の視点】・和食の献立を参考にし、栄養バランスの良い食事をとろうとする。（心身の健康）
・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を知り、日本の食文化を大切にする気持ちを高める。（食文化）
【食に関する指導の全体計画との関連】
・　６月 家庭「中学生に必要な栄養を満たす食事」中学１年
・11 月 美術「生活の中の焼き物」中学１年
・　１月 道徳「郷土の伝統や文化を受け継ぐ」中学１年

第１学年◯組　技術・家庭科学習指導案

令和３年◯月◯日（◯曜）第◯時限
指導者　家庭科担任（T1）
栄養教諭（T2）

1 単元

日常食の調理と地域の食文化

2 目標

安全や衛生に注意して、日常食の調理をしたり、地域の食材や生かした調理を工夫したりしようとする。

3 指導計画（15 時間完了）

第１次（1 時間）	日常食の調理
第２次（3 時間）	野菜・いもの調理
第２～４時	野菜料理・いも料理の調理計画を立てる。
	野菜料理・いも料理の実習をする。
第３次（3 時間）	肉の調理
第５～７時	肉料理の調理計画を立てる。
	肉料理の実習をする。
第４次（3 時間）	魚の調理
第８～10 時	魚料理の調理計画を立てる。
	魚料理の実習をする。
第５次（3 時間）	日本の食文化と和食の調理
第 11 ～ 13 時	(本時) 和食の良さについて考える。
	地域の食材やそれを使った伝統的な料理を調べ、実習の計画を立てる。
	郷土料理や行事食の実習をする。
第６次（2 時間）	持続可能な食生活を目指して
第１・２時	食生活を取り巻く課題を知り、自分たちにできることを考え話し合う。

4 本時の目標

（1）栄養バランスの良い食事について理解を深め、自分自身の食生活の改善につなげる。
（思考力・判断力・表現力）

（2）和食は栄養バランスが良く、季節や旬を楽しむことや、行事との関わりがあることを理解する。
（知識・技能）

5 生徒の実態

本学級の生徒は、給食の時間落ち着いて準備をして会話を楽しみ、良い雰囲気の中で給食の時間を過ごしている。給食の残りも少なく、どのような献立でも全体的によく食べている。しかし、生徒たちに好きな食事についてたずねると、ハンバーグや、オムライス、スパゲティなどの洋食を好む生徒が半数以上いることがわかり、和食を選び、好んで食べるという生徒が少ないことがわかった。

6 生徒の目指す姿

和食の良さを知ることで、生徒が自分自身の食事を見直し、より健康的な食生活を育もうとする。また、昔から伝わる行事や文化と和食とのつながりを知ることで、和食の文化を大切に思う気持ちを高める。

7 食に関する指導の全体計画との関連

食に関する全体計画②

- ６月　家庭「中学生に必要な栄養を満たす食事」
- 11 月　美術「生活の中の焼き物」
- １月　道徳「郷土の伝統や文化を受け継ぐ」

8 食育の視点

・和食の献立を参考にし、栄養バランスの良い食事をとろうとする。（心身の健康）
・昔から伝わる料理や季節、行事食を知り、日本の食文化を大切にする気持ちを高める。（食文化）

9 指導計画

時間	学習の流れ	指導上の留意点	評価
10	1　外国からみた和食についての印象を知る。 （1）外国にある和食レストランの数、外国からの観光客からみた和食についての印象を知る。 （2）和食が世界的に注目され、ユネスコ無形文化遺産に選ばれたことを知る。 和食の良さについて考えよう	○外国の繁華街など、レストランが並ぶ写真を提示する。（T2） ○写真の中から、和食レストランを探させ、外国に和食のお店があることを知らせる。（T1） ○教科書 P41 を見せ、和食がユネスコ無形文化遺産に選ばれたことを伝える。（T2）	○和食が世界で注目されていることが理解できたか。（観察）
15 (25)	2　和食の良い点を考える。 （1）和食がなぜ世界的に注目されているのかを班で考える。 ・栄養バランスが良い。 ・おいしい。 ・食器がきれい。 ・旬の食材を使用する。 ・見ためが良い。 ・行事食がある。 （2）班で考えたことをホワイトボードにまとめ、発表する。	○和食が世界的に注目されている理由を班で考えさせる。 ○班の意見をホワイトボードに書かせ、発表させる。（T1）	○和食が世界で注目されている理由を班で話し合い、意見を深めることができたか。（発表）
10 (35)	3　和食の良い点を大きく４つにわけて、整理する。 ・栄養バランスが良い。 ・旬の食材を使っている。 ・目で見て楽しめる。 ・行事との関わりがある。	○子どもたちから出た意見をまとめ、和食のポイントを整理させる。（T1） ○給食の和食を例に、和食は栄養バランスが良く、文化（行事）と、深くつながりがあることに気付かせる。（T2）	［知識・技能］ 和食は栄養バランスが良く、季節や旬を楽しむことや、行事との関わりがあることを理解することができたか。 （ワークシート） B：和食のポイントをワークシートにまとめることができる。
10 (45)	4　和食をこの先も日本に残していくために、自分に何ができるのかを考え、発表する。 ・和食を進んで食べて、自分自身が健康になる。 ・おせち料理作りに挑戦し、家族で食べる。	○和食をこの先も日本に残していくために、自分にできることを考えさせる。（T1） ○一人ずつ発表させ、意見を共有させる。（T1）	［思考力・判断力・表現力］ 栄養バランスの良い食事について理解を深め、自分自身の食生活の改善につなげることができたか。 （ワークシート） B：自分にできることをワークシートに記入することができる。
5 (50)	5　学習を振り返り、次時の予告を聞く。	○本時の振り返りをし、次時は調理実習（雑煮作り）の計画を立てることを伝える。（T1）	○本時を振り返ることができたか。 （ワークシート）

板書計画

食に関する指導の全体計画①（瀬戸市立品野中学校）

【生徒の実態】
・朝食の摂取状況(R1 年度)
　毎日食べる　８９．７％
　時々食べない　８．７％
　全く食べない　１．６％
・給食残菜率　R1年度４．８％
⇒R2 年度2．8％
・肥満傾向　R1年度６．５％(17名)**⇒R2 年度9．2％(24名)**
・痩身傾向　R1年度２．３％(6名)**⇒R2 年度3．1％(8名)**
・アレルギー対応 **6名**
・エピペン所持 **2名**

学校教育目標
正しく　明るく　健やかに
・命を大切にし、夢をはぐくむ、心身共に健康な生徒の育成
・自己を正しく見つめ、責任を果たす生徒の育成
・自ら学び、明朗で他を思いやる、協調できる生徒の育成

【あいち食育いきいきプラン **2025**】
・朝食を毎日食べる習慣がある小中学生の割合（目標９８％以上）
・朝食に野菜を食べている小中学生の割合（目標 80％以上）
【第２次瀬戸市食育推進計画】
・朝食に野菜や果物を食べる市民の割合（目標７６％以上）
・栄養バランスのとれた食事を心がけている家庭の割合（目標 23.5％以上）

食育の視点
・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
・食文化

食に関する指導の目標
（知識・技能）
食事の重要性を理解し、望ましい食習慣を身に付ける
（思考力・判断力・表現力等）
健康について考え、自ら健康管理ができるようになる
（学びに向かう力・人間性等）
食事が大切なコミュニケーションの場であることを理解し、食事を通してより良い人間関係を築こうとする態度を身に付ける

下品野小
品野台小
掛川小
情報･指導内容の共有･望ましい食習慣について連携

1年
●毎日に食生活を振り返り、正しい食習慣を身に付ける。
●食事を通して望ましい人間関係を構築する。
●給食の栄養素について理解を深め、自分の健康について考えることができる。

2年
●成長期の食生活の重要性を知り、健康に良い食事のとることができる。
●給食の準備や後片付けのきまりを守り、協力して楽しく食べることができる。

3年
●給食を通して日本の食生活を知り、地域の食文化や、外国の食文化を尊重することができる。
●生涯における食生活のあり方を理解し、実践することができる。

食に関する指導	
1年	「バランスの良い食事を心がけよう」技術家庭科Ｔ・Ｔ　１学期 中学生に必要な栄養素や摂取量の目安を知り、何をどのくらいたべればよいのかを理解する。 「和食について考えよう」技術家庭科Ｔ・Ｔ２学期 和食の特徴（栄養バランス、旬、行事食等）を理解し、昔から伝わる文化を大切にし、進んで食べようとする。
2年	**「朝ごはんをしっかり食べよう」朝学習の時間　1学期** 「主食の適量を知ろう」朝学習の時間の時間・給食の時間　２学期 身体測定の結果から、自分に必要な主食量を割り出し、給食で実際に計量し、適量を食べる。
3年	「バランスのよい食事を心がけよう」朝学習の時間　**2学期** 健康な体を維持、増進するために、基本的な食事の在り方や、自分で作れる弁当について紹介する。

〈日常の給食指導〉
●基本的な食事マナーについて理解させる。
●給食を通して、旬の食材や行事食について伝える。
●教科で学習したことを給食を活用して振り返る。
●適量を意識しつつ、残さず食べるようにする。

ICT の活用を進める

家庭･地域との連携	･給食試食会を開催し、学校給食への保護者の理解を高め、食育活動について啓発する。 ･応募料理を募集し、給食で実際に提供する。瀬戸市の広報誌にも掲載する。 ･市内統一の給食だより「楽しい給食」や、本校独自の給食だよりを保護者に配布し、給食や、食育活動について啓発する。（ホームページでも情報を発信する）
地場産物の活用	瀬戸市アグリカルチャー推進係や、JA、道の駅しなの生産者の会等と連携し、地元でとれた農作物を積極的に給食で使用する。
個別相談	アレルギーをもつ生徒や偏食･肥満･痩身など各家庭や生徒の状況を正しく把握して、学校医･保健主事や養護教諭、栄養教諭が連携して支援や働きかけを行う。

食に関する指導の全体計画②（瀬戸市立品野中学校）

		4月	5月	6月	7月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
学校行事等		入学式　始業式			終業式	始業式			終業式			卒業式　終了式
教科・道徳等　総合的な学習の時間	社会	世界のさまざまな地域【地１年】近世の日本【歴２年】	世界各地の人々の生活と環境【地1年】	日本のさまざまな地域【地2年】現代の日本と私たち【歴3年】	古代までの日本【歴1年】日本の様々な地域【地2年】現代社会と私たち【公3年】	古代までの日本【歴1年】日本の諸地域【地2年】私たちの生活と文化【公3年】	古代までの日本【歴1年】日本の諸地域【地2年】	世界の諸地域【地1年】日本の諸地域【地2年】	世界の諸地域【地1年】私たちの暮らしと経済【公３年】			
	理科		植物の分類【1年】動物の分類【１年】		植物のからだのつくりとはたらき【2年】	動物のからだのつくりとはたらき【2年】	刺激と反応【2年】			自然のなかの生物【3年】	持続可能な社会をつくるために(3年)	
	技術・家庭		食事の役割と中学生の栄養の特徴【１年】	中学生に必要な栄養を満たす食事【１年】		調理のための食品の選択と購入【１年】	日常食の調理と地域の食文化【１年】私たちの消費生活【2年】	責任ある消費者になるために【2年】				
	保健体育					健康な生活と病気の予防【1年】	健康な生活と病気の予防【2年】【3年】		健康と環境【３年】			
	他教科		Unit1 HOME ECONOMICS【2年英】季節感のある暮らしを楽しむ【3年美】	Unit2　Food Travels around the World【2年英】Learning SCIENCE【3年英】		Unit2　Foreign Artists in Japan【1年英】		生活の中の焼き物【1年美】	Let's Talk3 食品の選択【3年英】	Let's Talk4 レストラン【1年英】		
	道徳		持続可能な社会の実現【2年】			伝統の継承【３年】		感謝の気持ち【1年】	働くということ【1年】	郷土の伝統や文化を受け継ぐ【1年】郷土のよさや強み【2年】日本の伝統、文化の継承【3年】		
	総合的な学習の時間・美術									働く人から学ぼう【総2年】生活の中の焼き物【美1年】		
	A組	・食物を観察しよう　・全国の特産物について調べよう　・食べ物の名前を英語で言おう　・季節の野菜を育てよう										
特別活動	学級活動等・食育教材活用		「朝ごはんをしっかり食べよう」2年					「主食の適量を知りしっかり食べよう」2年				「バランスの良い食事を心がけよう」3年
	委員会活動	残滓調べ、片付け点検確認、呼びかけ等										
				歯と口の健康週間						全国学校給食週間		
	学校行事	健康診断				体育祭	野外活動・文化祭	修学旅行	マラソン大会			
	給食の時間　給食指導	給食時間の過ごし方 ・準備、後片付け、協力体制　・当番の身支度　・手洗いの励行				準備・後片付けの協力の仕方 ・給食当番と当番以外の効率的な動き				正しい食事マナー ・はし、食器の持ち方・会話の内容・食事のあいさつ		
	給食の時間　食に関する指導	・食生活のリズム　・夏の食事（夏野菜・水分補給）				・和食の良さについて　・バランスの良い食事				・学校給食週間（給食の歴史）　・食文化（行事食・節句料理・郷土料理）　・生活習慣病について		
学校給食の関連事項	月目標	給食の準備をきちんとしよう	きれいな白衣を身に付けよう	よくかんで食べよう	楽しく食事をしよう	正しく配膳しよう	後片付けをきちんとしよう	食事のあいさつをきちんとしよう	手をきれいに洗おう	給食について考えよう	食事のマナーを意識して食べよう	1年間の給食を振り返ろう
	食文化の伝承		端午の節句	愛知を食べる学校給食の日	七夕献立	お月見献立 重陽の節句		地元の旬を味わう学校給食の日	冬至献立	給食の歴史を知る献立	節分献立、立春献立	桃の節句献立
	行事食	入学進級祝献立		カミカミ献立			目の愛護デー			給食週間行事献立		卒業祝献立
	旬の食材	たけのこ、キャベツ、さわら、菜の花、みつば、ふき、あさり	アスパラガス、たけのこ、山菜、じゃがいも、メロン、夏ミカン、かつお、あじ、あさり	きゅうり、にんじん、たまねぎ、さくらんぼ、大葉、メロン、たこ、いわし	とうがん、トマト、ピーマン、なす、とうもろこし、かぼちゃ、きゅうり、枝豆、スイカ、メロン、うなぎ、あゆ	かぼちゃ、里芋、なす、とうがん、れんこん、ぶどう、梨、いちじく、さんま、いか	きのこ、まつたけ、さつまいも、れんこん、栗、ぶどう、かき、リンゴ、いちじく、梨、ぶどう、さんま、さば	白菜、かぶ、ほうれん草、ねぐ、チンゲンサイ、リンゴ、いわし、ししゃも、さけ	大根、白菜、カリフラワー、かぶ、ほうれん草、ブロッコリー、ねぎ、リンゴ	ブロッコリー、白菜、ねぎ、大根、ほうれん草、れんこん、りんご、ほたて貝	小松菜、ほうれん草、ねぎ、キャベツ、白菜、大根、いよかん	菜の花、ふき、キャベツ、みつば、いよかん、いちご、さわら、あさり
	地場産物	米	米	米、たまねぎ	米、なす、たまねぎ	米、なす	さつまいも	米、さつまいも・ヤーコン	米、里芋	米	米	米
個別的な相談指導									管理指導表提出	アレルギー面談	アレルギー面談	アレルギー記録表作成
家庭・地域との連携		・食育（給食）だより、ホームページ等で食育活動について積極的に情報を発信する　・瀬戸市アグリカルチャー推進係、JA,道の駅しなの生産者の会等と連携										

瀬戸市立品野中学校　栗田陽子

教科等における食に関する指導

1年生 技術・家庭科：単元名　日常食と地域の食文化「和食の良さについて考えよう」

日常食の調理と地域の食文化【15時間完了】

第１次　日常食の調理（1時間）
第２次　野菜、いもの調理（3時間）
第３次　肉の調理（３時間）
第４次　魚の調理（３時間）
第５次　日本の食文化と和食の調理（3時間）
第６次　持続可能な食生活を目指して（２時間）

小単元の目標
・日本の食文化について理解するこができる
・地域の食材や食文化の特徴を知り。和食の調理ができる。

本時の目標

・教科書で紹介されているユネスコ無形文化遺産に選ばれた和食を参考にして、日本の食文化の特徴を知り、栄養バランスの良い食事について理解を深める

食育の視点

・和食の献立を参考にし、栄養バランスの良い食事について理解する（心身の健康）
・昔から伝わる料理や、季節、行事にちなんだ料理を知り日本の食文化を大切にする気持ちを高める。（食文化）

食に関する指導の全体計画との関連

教科等		5月	6月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
教科・道徳等	社会	世界各地の人々の生活と環境【地1年】	日本のさまざまな地域【地2年】現代の日本と私たち【歴1年】	古代までの日本【歴1年】歴史の舞台【地2年】私たちの生活と環境【地2年】	古代までの日本【歴1年】日本の諸地域【地2年】	世界の諸地域【地1年】日本の諸地域【地2年】	世界の諸地域【地1年】私たちの暮らしと経済【公3年】			
	技術・家庭	食事の役割と中学生の栄養の特徴【1年】	中学生に必要な栄養を満たす食事【1年】	調理のための食品の選択と購入【1年】	日常食の調理と地域の食文化【1年】私たちの消費生活【2年】	食住ある消費者になるために【2年】				
	保健体育			健康な生活と病気の予防【1年】	健康な生活と傷害の予防【2年】【3年】		健康と環境【2年】			
	道徳	持続可能な社会の実現【2年】		伝統の継承【3年】		感謝の気持ち【1年】	働くということ【1年】	郷土の伝統や文化を重んじ、郷土を愛する心を育てる【1年】日本の伝統、文化の尊重【3年】		
	美術							生活の中の装飾【1年】		
	学校行事	野外活動	食育の日	体育祭	文化祭	修学旅行	マラソン大会	学校給食週間		卒業式
	常に関する指導			・和食の良さについて　・バランスの良い食事				・学校給食週間（給食の歴史）・食文化（行事食・節句料理・郷土料理）・生活習慣病について		
食文化の伝承		端午の節句	家族で食べる学校給食の日	お月見献立 重陽の節句		地元の旬を味わう学校給食の日	冬至献立	給食の歴史を知る献立	節分豆、立春献立	桃の節句献立
家庭地域との連携				学校だより、学級だより、給食だより ・地元の野菜と彩色・地場産物の日	食・日本型食生活のよさ			学校だより、食育だより、保健だより ・健康と栄養・バランスのとれた朝主加圧・心の栄養		

授業計画のポイント

教科書P.92

和食のすばらしさをどのように理解させるか。

和食を積極的に食べたいと思わせるにはどうしたらよいか。

和食の文化を後世に受け継ぐ担い手であることを実感させるにはどうしたらよいか。

学校給食を生きた教材として活用



献立のねらい

【献立名】麦ごはん、牛乳、みそおでん、五色あえ、納豆

ひじき（乾物）を使用した色鮮やかなあえ物

みそ、生揚げ、納豆などの大豆製品

尾張地方に伝わる赤みそ使用

家庭科の授業で給食の献立を取り上げて学習し、給食で食べることで、理解を深められるようにした。

授業の実際

フランスの大通りの写真

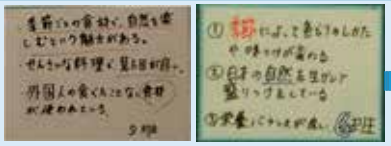
世界にある和食レストランの店舗数

2013年　無形文化遺産に登録

グループ活動で話し合った内容

・和食はなぜ世界で人気があるのか。
・ユネスコに登録された理由は何か。

グループ活動で話し合った内容



子どもたちが考えたキーワード

季節・行事
味付け（だし）　素材の味
栄養バランス　見た目
調理の工夫

和食の良さを取り入れた給食の紹介

行事食

乾物

子どもたちが考えたキーワード

季節・行事
味付け（だし）
素材の味
栄養バランス
見た目
調理の工夫

子どもたちのワークシートより

・和食には、良いことがたくさんあることがわかった。
　親から作り方を学び、自分も作りたい。
・和食の良さをもっと多くの人に伝えたい。
・給食も和食の良さがぎゅっとつまっていることがわかった。
　味わって食べたい。

まとめ
　教科・単元の目標達成を目指す中で、栄養教諭としてできることがたくさんあった。
　これからも多くの先生方と連携して積極的に関わり、子どもたちの健やかな成長につなげていきたい。

題材名	給食のみそ汁の美味しさの秘密を解こう　～食べて元気に～

西尾市立八ツ面小学校
冨田 直美

【献立名】
- ごはん
- 牛乳
- おから入り和風ハンバーグ
- キャベツのごまゆかり和え
- 青菜のみそ汁

こんだてレシピ

レシピはP100に掲載

献立のねらい

- 「食事の基本」主食・主菜・副菜・汁ものを組み合わせ、ごはんを主食とした日本型食生活の１食分として理解できる。
- 冬の野菜である大根、キャベツ、チンゲン菜など特に地域でとれ、流通している食材を活用し、農林水産物との関係が理解できる。
- 米の品種は「あいちのかおり」、みそ汁のみそは三河の「赤みそ」、を使用し三河の食文化の特徴がわかる。
- 大豆製品を複数組み入れ、１年生の生活科教材として活用できる。

献立を教材として活用した指導

◆給食の時間における食に関する指導
食に関する指導　　指導者【栄】

【題材名】季節の食べ物を知り、自然の恵みに感謝して食べよう
【指導の目標】旬や地域の食べ物を知り、日本の食文化の特徴を理解することができる。
食事にかかわる人々や自然の恵みに感謝して残さず食べることができる。
【食育の視点】食文化、感謝の心
【食に関する指導の全体計画との関連】
食に関する指導の全体計画①　各学年の目標
（低学年）・自分の住んでいる地域でとれた食べ物や、季節の食べ物に興味・関心をもち、楽しく食事ができる。
（中学年）・日常の食事が地域の農林水産物と関連していることが理解できる。
（高学年）・日本の伝統的な食文化に興味・関心をもち、食料の生産、流通、消費について理解できる。
（中学校）・日本の風土、食文化を理解できる。

◆教科等における食に関する指導
教科（教科名：家庭科）　　小５学年　指導者【T】

【単元名・題材名】給食のみそ汁の美味しさの秘密を解こう　～食べて元気に～
【本時（指導）の目標】・美味しく食べるために、みそ汁に使われているだしについて考えを深めることができる。（思考力・判断力・表現力）
【食育の視点】・望ましい栄養や食事のとり方を理解し、食品の組み合わせや栄養的なバランスを考え、食べようとすることができる。【心身の健康】
【食に関する指導の全体計画との関連】食に関する指導の全体計画②　12月　家庭科「食べて元気に」５年

第５学年Ａ組　家庭科学習指導案

教室　指導者　Ｔ１　学級担任
Ｔ２　栄養教諭

1 単元名

給食のみそ汁の美味しさの秘密を解こう　～食べて元気に～

2 単元の目標

・食品の栄養的な特徴について理解することができる。（知識・技能）
・おいしく食べるために、みそ汁に使われるだしについて考えを深めることができる。（思考力･判断力･表現力）
・伝統的な日常食である米飯及びみそ汁の調理の仕方や栄養を考えた食事について、課題の解決に向けて主体的に取り組もうとしている。（主体的に学習に取り組む態度）

【食育の視点】
・望ましい栄養や食事のとり方を理解し、食品の組み合わせや栄養的なバランスを考え、食べようとすることができる。【心身の健康】

3 単元を貫く問い（大テーマ）について

本学級の児童は、給食をよく食べ、給食時間を楽しみにしている児童が多い。少食の児童は、自分の体格、運動量に合わせて調整をする姿が見られる。運動部に所属する児童は特に給食をよくおかわりをし、ほぼ毎日完食となる。朝食については、みそ汁を食べている児童は、約３割程度で、調理については、家族のために調理している児童は少ない。しかし、「あったらいいな。こんな給食」などの課題に対する取り組みには、食材にこだわるなど、すすんで行っている様子がうかがえた。

そこで本単元では、調理には欠かせない「だし」についての知識や考えを深めることができれば、料理をつくることに楽しみを感じられると考えた。自分の好みにあっただしや実を考えることで、調理実践の意欲につながり、これからの食生活において、食事を味わうことの喜びを感じられるとともに、食材と作り手に対する感謝の気持ちを再認識し、自ら料理に取り組もうとする意識を育てたい。

「問いをもつ」では、給食の献立に記載されていない「だし」があることを児童に伝え、「だし」の役割を意識させたい。「できた・わかった」では、だしの種類やだしの取り方を知り、本時に実際に飲み比べるだしソムリエに挑戦する。飲み比べの中に、だしが入っていないものを用意し、だしのあるなしでの比較や、自分の好みにあったものを選ぶ場を設ける。さらに、だしやみそ、実の組み合わせの工夫があることに気付くことができるように、給食のみそ汁と授業のために作ったみそ汁を比較することで、食べ物と一緒になるとうま味成分が増すことを実感するだろう。そのために、本時の授業日の給食にみそ汁をメニューに入れ、その調理の様子や、授業で使うだしを取る様子を撮影し、児童に提示することで、意欲を高め、大テーマにせまりたい。「使えた」では、五大栄養素を意識した栄養バランスのよいみそ汁作りについて考え、実践する。みそ汁に使われるだしの種類や美味しさに着目し、だしの存在や必要性について体験を通して学んだことを活かして調理実習に取り組みたい。

4 指導計画（７時間完了）

大テーマ　給食のみそ汁の美味しさの秘密を解こう
①給食のみそ汁には何が入っているんだろう…… １時間　「問いをもつ」
②だしにはどんなものがあるのだろう　…… １時間　「できた・わかった」
③だしソムリエに挑戦しよう　…… １時間（本時）
解決　みそ汁はだしと実の味が合わさって、おいしくなっていることがわかった
④栄養バランスもよい３つの実を考えよう　…… ２時間　「使えた」
⑤みそ汁を作ってみよう　…… ２時間

5 本時の学習（3 ／ 7　できた・わかった　2時間目）

（1）目標

・おいしく食べるために、みそ汁に使われるだしについて考えを深めることができる。（思考力･判断力･表現力）

【食育の視点】・望ましい栄養や食事のとり方を理解し、食品の組み合わせや栄養的なバランスを考え、食べようとすることができる。【心身の健康】

（2）学習過程

過程	児童の活動	教師の手だて
つかむ 5分	1　本時の課題をつかむ。	・授業で飲むだしと給食で使っているだしの違いに気付きやすくするために、事前にワークシートに今日食べた給食のみそ汁（香り、味、実など）について記録する場を設定する。
	だしソムリエに挑戦しよう	
できた・わかった 30分	2　自分の好みに合っただしを見つけよう。 A　にぼしとみそ B　だし無しとみそ C　給食で使っているだしとみそ（かつお） ・香りの違いはなんとなくわかるけど、味はちょっとしか、変わらないと思う。 ・Bはうすい感じがする、さっぱりしているのがいいな。 3　全体で話し合う。 ・味が濃かったAが一番好きなだしだった。 ・Cは給食のみそ汁に似ていて、食べ慣れているからおいしかった。 ・にぼしのだしのとり方を初めて見た。 ・実からも味が染み出しているから、給食のみそ汁はおいしいんだね。	・だしの必要性に気付くために、だし無しのみそ汁を用意し、飲み比べる活動を設定する。 仮１手① ・味の違いに気付きにくい児童には、みその香りと一緒にだしの香りがあることを伝え、香ってみるよう声をかける。（T2） ・自分の好みに合っただしには、何が入っているかを知るために、だしをとってみそ汁を作る映像を見せる。（T2） （話）実があることで味わいに違いが出ることを引き出すために、Cが給食のみそ汁であることを発表し、今日の給食と味が同じであるかを補助発問する。 仮２手②
ふり返る 10分	4　本時のふり返りをする。 ・だしによって香りや味が変わることがわかった。 ・実が入ると味が変わるのがわかった。入れる実を変えて、自分が好きなみそ汁を作ってみたい。 みそ汁はだしと実の味が合わさって、うま味がたくさん汁に入っているため、おいしくなっていることがわかった。	・おいしいみそ汁を作るには、だしと実が深く関係していることを理解するために、だしからのうま味と実から出る味について説明する。（話し合いの内容と関連付けながら）（T2） ・本時の課題について自分の考えを明らかにできるよう、以下の視点でふり返りの場を設定する。 仮２手③ （ふり返りの視点） ①だしの違いを感じたところ ②友達の意見から学んだこと

食に関する指導の全体計画①（西尾市立八ツ面小学校）

【児童の実態】
・朝食を毎日食べる児童　87.8%
・好き嫌いがある児童　　61.1%
・肥満傾向の児童　　9.7%
・痩せ傾向の児童　　2.6%
・給食を残さず食べる児童　　80.0%
・給食残食率　　1.0%
（令和2年度食事アンケート調査等）
・食物アレルギー対応を有する児童　　5名
（内エピペン携帯児童　2名）
【保護者・地域の実態】
・朝食は毎日食べるが栄養バランスは偏りがち
・野菜に関して、特に朝食の野菜摂取不足の傾向
（食に関するアンケート調査等）

学校教育目標

校訓「勤勉」

よく学び	学習の習慣を身に付け、楽しんで学ぶ子
すすんで働き	働くことをいとわない子
きまりは正しく	社会の一員として自覚をもち、規律を守ることができる子
明るくたくましく	心身ともに健康で個性や能力を発揮できる子。

【第３次食育推進基本計画】
・朝食を欠食する子　　0%
・栄養バランスに配慮した食生活を実践する国民　70%
【愛知県食育推進計画】
・朝食に野菜を食べている児童　80%
【西尾市食育推進計画】
・食事を楽しいと思う子　85%
・毎日朝食を食べる子　100%
・学習で食生活を変えたことがある子　15%
・学習したことを家族で話し合う子　40%

食育の視点
○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
○食文化

食に関する指導の目標

（知識・技能）
心身の成長や健康の保持増進に必要な栄養や朝食を含む1日3度の栄養バランスのよい食事のとり方を理解できる。

（思考力・判断力・表現力等）
健康な生活や健全な食生活を実現するために何が必要かを考え、栄養や食事のとり方などについて、正しい知識・情報に基づいて自ら判断できる。

（学びに向かう力・人間性等）
自分の食生活を見つめ直して、栄養バランスに配慮した食事を規則正しく3食とるなど望ましい食習慣を形成しようと努力する態度を身に付けている。

各学年の食に関する指導の目標

幼稚園・保育所 幼保連携型認定こども園	1、2年	3、4年	5、6年	中学校
・規則的な食事のリズムを身に付ける。 ・食体験を通じ、好きなものを増やす。	・自分の住んでいる地域でとれた食べ物や、季節の食べ物に興味・関心をもち、楽しく食事ができる。 ・いろいろな食べ物が分かり、好き嫌いせずに食べることの大切さを考えることができる。 ・朝食の大切さが分かり、毎日食べることができる。	・日常の食事が地域の農林水産物と関連していることが理解できる。 ・健康に過ごすために、様々な食べ物を好き嫌いせずに３食規則正しく食べようとすることができる。 ・食べ物の働きが分かり、栄養バランスを考えて朝食を食べることができる。	・日本の伝統的な食文化に興味・関心をもち、食料の生産、流通、消費について理解できる。 ・体に必要な栄養素の種類と働きが分かり、食品をバランスよく組み合わせて簡単な献立を立てることができる。 ・簡単な朝食を作ることができる。	・食に関する自己の課題を見つけ、生涯の健康につながる食生活を身に付ける。 ・食事を通じ、豊かな心と望ましい人間関係を構築する。

食育推進組織（保健体育指導部）
指導部長：保健主事
部員：栄養教諭、養護教諭、体育主任、学級担任（各学年1名）

食に関する指導
- 教科等における食に関する指導：関連する教科等において食に関する指導の視点を位置付けて指導
  社会、理科、生活、家庭、体育、道徳、総合的な学習の時間、特別活動　等
- 給食の時間における食に関する指導：
  - 食に関する指導：献立を通して学習、教科等で学習したことを確認
  - 給食指導：準備から片付けまでの一連の指導の中で習得
- 個別的な相談指導：肥満・やせ傾向、食物アレルギー、偏食、スポーツ

地場産物の活用
給食への積極的な取り入れ、西尾市の特産品を生かした献立や手作りの料理の作成、地場産物についての校内放送や実物を用いた給食時の指導の充実

食物アレルギー対応
給食対応委員会において、個に応じた食物アレルギー対応の方針を示した「個別の取組プラン」に基づいた対応の実施
給食時間、食物関連授業において安全な指導の管理

家庭・地域との連携
食育だより、給食献立表、たべもの教室、応募献立、親子給食会、学校保健委員会、就学時検診、ホームページ、食事アンケート調査、出前授業　等

食育推進の評価
活動指標：食に関する指導、学校給食の管理、教職員や地域・家庭との連携・調整
成果指標：食事アンケート、児童の実態、保護者・地域の実態

食に関する指導の全体計画②（西尾市立八ツ面小学校）

教科等		4月	5月	6月	7月	8～9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
学校行事等		入学式	運動会					学芸会			感謝の会	卒業式
推進体制	進行管理											
	計画策定											
教科・道徳等・総合的な学習の時間	社　会			・はたらく人とわたしたち（農家の仕事）③ ・くらしを支える食料生産⑤	・はたらく人とわたしたちのくらし（うなぎの仕事）③ ・米づくりのさかんな地域⑤	・はたらく人とわたしたちのくらし（工場の仕事）③	・はたらく人とわたし（店ではたらく人）③	・水産業のさかんな地域⑤ ・これからの食料生産とわたし⑤		・特色ある地域と人々のくらし（佐久島）④	・特色ある地域と人々のくらし④	
	理　科	・植物の育ち方（たねまき）③		・植物の育ち方（葉・くき・根）③	・植物の育ち方（花）③	・植物の育ち方（花がさいた後）③						
	生　活	・春はっけん②	・いきものとなかよし① ・栽培しよう（夏野菜）② 【食育ノート】		・大豆の種まきをしよう① ・夏野菜の観察をし、収穫しよう② 【食育ノート】	・はなややさいとなかよし① 【食育ノート】	・枝豆を収穫し食べよう① ・あきとあそぼう① ・冬野菜を育てよう② 【食育ノート】	・さつまいもを収穫しよう①①	・ふゆとあそぼう① ・大豆を収穫して食べよう① 【食育ノート】		・へんしん大豆を調べよう①【食育ノート】	・大豆のおやつを考えて作ろう① ・はるをさがそう① 【食育ノート】
	家　庭	・わたしの生活時間⑥ ・はじめてみようクッキング⑤	・炒めて作ろう朝食のおかず⑥					・くふうしようおいしい食事⑥ ・食べて元気に⑤	・くふうしようおいしい食事⑥ ・食べて元気に⑤			
	体　育											
	他教科等			・サツマイモのそだて方【国】②			・サラダでげんき【国】①	・わたしのはっけん【国】①	・「ありがとう」をつたえよう【国】②			
	道　徳		・みんないきてる①						・おせちのひみつ② ・日本のお米、せかいのお米②			
	総合的な学習の時間	「米米ワールド」支援学級 もみまき見学	代かきを体験	田植え体験	かかし作り	かかし立て	稲を刈り、脱穀体験	米について調べる	米について調べる	五平餅を作ろう	感謝の会	1年間のふりかえり
特別活動	学級活動	・給食の準備の仕方を知ろう①	・きゅうしょくだいすき【食育ノート】① ・バランスよく食べよう⑤ ・早寝早起き朝ごはん運動⑤	・健康と食事③	・好き嫌いなく食べよう②	・きゅうしょくしつの見学【食育ノート】① ・調理員さんの仕事を知ろう【食育ノート】① ・3つのパワーですくすく育て④	・マナーについて考えよう③	・1週間分の献立を考えよう⑥	・給食のげんきっこを知ろう【食育ノート】②	・あか、みどり、きいろのげんきっこをしろう（食育ノート）① ・つながるいのち③ ・早寝早起き朝ごはん運動⑤	・1週間分の献立を全校に発表しよう⑥	・1年の振り返りをしよう
	児童会活動	栄養黒板・給食時間放送・衛生管理・給食当番チェック	給食ワゴンチェック（前期）	ぱくぱくぴっかり・ワゴンチェック			ぱくぱくぴっかり・ワゴンチェック（後期）			給食ワゴンチェック		
	学校行事	健康診断	運動会			学校保健委員会		学芸会	マラソン大会			
	給食の時間 給食指導	・仲よく食べよう ・給食のきまりを覚えよう ・正しいマナーで楽しく食事をしよう				・好き嫌いなく何でも食べよう ・食べ物を大切にしよう				・感謝して食べよう ・1年間の給食を振り返ろう		
	給食の時間 食に関する指導	・給食の役割を知ろう ・食べ物の働きを知ろう ・季節の食べ物について知ろう				・食べ物に関心をもとう ・食べ物の仲間わけを知ろう ・朝食の大切さを知ろう				・食べ物と健康について知ろう ・栄養バランスについて考えよう ・食生活を見直そう		
学校給食の関連事項	月目標	給食の準備や片づけをきちんとしよう	正しい姿勢・食事マナー・はしの持ち方で食べよう	よくかんで食べよう	夏野菜を進んで食べよう	好き嫌いなく何でも食べよう	食事のあいさつをきちんとしよう	季節の食材を意識して食べよう	冬野菜を進んで食べよう	地元の食材や郷土料理を知ろう	感謝の気持ちをもって食べよう	正しい食事マナーで楽しく食べよう
	食文化の伝承	お花見	端午の節句		七夕	重陽の節句、お月見		和食、地場産物活用	冬至	鏡開き	節分	ひな祭り
	行事食	入学進級お祝い献立		食育月間 あいちを食べる給食				あいちを食べる給食 新米「あいちのかおり」	クリスマス献立	学校給食週間 あいちを食べる給食		卒業祝い献立
	その他		運動会らくらく配膳給食	あったらいいなこんな給食応募実施	セレクトメニュー	あったらいいなこんな給食応募メニュー実施	りっちゃんの元気サラダ	学芸会らくらく配膳給食			リクエスト献立	6年生お祝い給食
	旬の食材	たけのこ、ふき、キャベツ	抹茶、たけのこ、アスパラガス	じゃがいも、ピーマン、なす、きゅうり	メロン、なす、ピーマン、かぼちゃ、とうがん	ピーマン、なす、とうがん、かぼちゃ、なし	いちじく、くり、さといも、さけ、さんま	みかん、りんご、さつまいも、さといも、新米	だいこん、キャベツ、かぶ、みかん、りんご	だいこん、キャベツ、こまつな、みかん、わかさぎ	ブロッコリー、ねぎ、にんじん、キャベツ、みずな	いよかん、なばな
	地場産物	きゅうり、ミニトマト、たけのこ、米	抹茶、てん茶、きゅうり、ミニトマト、たけのこ、米	抹茶、てん茶、きゅうり、ミニトマト、米	なす、かぼちゃ、とうがん、うなぎ、米	なす、とうがん、なし、いちじく、米	なす、いちじく、米	ねぎ、みかん、米	ねぎ、だいこん、キャベツ、きゅうり、みかん、米	だいこん、キャベツ、こまつな、きゅうり、ねぎ、みかん、米	だいこん、キャベツ、ねぎ、はくさい、ミニトマト、米	きゅうり、ミニトマト、米
個別的な相談指導		食物アレルギー対応確認 校内給食対応委員会 個人面談						新入学時個人相談			個人面談 管理指導表作成	校内給食対応委員会 「個別の取組プラン」作成
家庭・地域との連携		積極的な情報発信（ホームページ、広報誌）、献立表、たべもの教室										
		「食育だより」　・学校給食　・食事マナー　・食育月間　・夏の食生活				・生活リズムと朝食　・日本の食文化　・いい歯の日　・冬の食生活				・学校給食週間　・食品ロス　・食と感謝		
		エビペン講習会	献立募集	食事アンケート調査			親子給食					

学校給食の献立を教材として活用した食に関する指導計画

ご飯・牛乳・おから入り和風ハンバーグ・キャベツのごま中かり和え・青菜のみそけ

食に関する指導の全体計画②（一部抜粋）

教科等		6月	7月	11月	12月	2月
教科・道徳・総合的な学習の時間	社会	・はたらく人とわたしたち（地域の社会）③ ・くらしを支える食料生産 [illegible]	・はたらく人とわたしたちのくらし （くらしの中の社会）③ ・水づくりのまちから ・全体的に	・次期国のまちからの物語 ・これからの食料生産とわたし③		・特色豊かな地域と人々のくらし③
	理科	・植物の育ち方（花・くき・葉）③	・植物の育ち方（実）③			
	生活		・大豆の種まきをしよう③ ・夏野菜の観察をしよう③ 【食育ノート】	・さつまいもを収穫しよう③	・大豆を収穫して食べよう③ 【食育ノート】	・へらしの大豆を食べよう③ 【食育ノート】
	家庭			・くふうしようおいしい食事③ ・食べて元気に③	・くふうしようおいしい食事③ ・食べて元気に③	
	体育					
	特別活動	・ランドセルのそだて方（面）③		・わたしのはっけん（面）①	・「ありがとう」をつたえよう（面）③ ・大切なものはなに？ ・日本の食事、せかいの食事③	
	道徳					
	総合的な学習の時間	所組又体験	かかし作り	米について調べる	米について調べる	感謝の会

- 「食事の基本」主食・主菜・副菜・汁物を組み合わせた１食分の食事を理解する。
- 地域で収穫され流通している農林水産物との関係を理解する。
- 愛知の米の品種や三河地区のみそ、みそ汁の特徴を理解する。
- 大豆や大豆製品を理解する。

本校の研究との関連：学ぶ喜びを味わう～「活動」と「話し合い」を大切にして～

目ざす子どもの姿
①問をもち、主体的に考え続ける子ども
②仲間の見方・考え方を大切にしながら、自分の考えを明らかにする子ども

手だて１
・子どもにとって必要感がある、興味がもてる「問い」の設定　大テーマとなる
・「問をもつ」「できた・わかった」「使えた」からなる単元構想

〈問をもつ〉「なぜだろう」「どうしたらよいのだろう」「もっと知りたい」という問題意識をもつこと → 〈できた・わかった〉問を解決するための「知識・技能」や「考え方」を身につけること → 〈使えた〉「できた・わかった」で身につけた「知識・技能」や「考え方」を使って問いを解決すること

手だて２
・「問をもつ」「できた・わかった」「使えた」を引き出す協働の場の工夫

「出し合い」仲間がどんな考えをもっているのかを確認する時間
「活動」見たり体験したりする話し合いを活性化させるもの
「話し合い」自分の考えを明らかにし、問や課題を解決するための対話
「教師の出」話し合いのなかで、問や課題を解決へと導く教師の働きかけ　意図的指名 補助発問など

教科における食に関する指導
第５学年　家庭科
単元名　給食のみそ汁の美味しさの秘密を解こう～食べて元気に～

本学年児童の実態
・朝食にごはんとみそ汁を食べている児童が少ない。
・家族のために調理している児童は少ない。

単元を貫く問い
【大テーマ：給食のみそ汁の美味しさの秘密を解こう】
・食品の栄養的な特徴について理解する。
・美味しく食べるためにみそ汁に使われる「だし」について考えを深める。

目ざす子どもの姿
・食品の組み合わせや栄養的なバランスを考え、食べようとする子。
・食生活において、料理作りに取り組もうとする子。

指導計画（７時間完了）
給食のみそ汁の美味しさの秘密を解こう

①給食のみそ汁には何が入っているのだろう・１時間「問をもつ」

②だしにはどんなものがあるのだろう・１時間「できた・わかった」

③だしソムリエに挑戦しよう・１時間「できた・わかった」（本時）
〈解決〉　みそ汁はだしと実が合わさって、美味しくなっていることがわかった

④栄養バランスのよい３つの実を考えよう・２時間「使えた」

⑤みそ汁を作ってみよう・２時間「使えた」

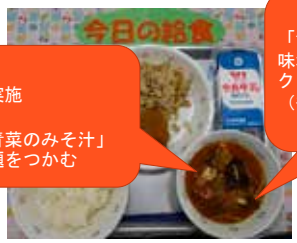
【本時　だしソムリエに挑戦しよう】
（３／７　できた・わかった　２時間目）

【本時の目標】
・おいしく食べるために、みそ汁に使われるだしについて考えを深めることができる。
（思考力・判断力・表現力）

【食育の視点】
・望ましい栄養や食事のとり方を理解し、食品の組み合わせや栄養的なバランスを考え、食べようとすることができる。
＜心身の健康＞

本時の授業の流れ

１　本時の課題をつかむ



授業は、
５時限目に実施

給食時間「青菜のみそ汁」を教材に課題をつかむ

「青菜のみそ汁」を味わいながら、ワークシートに記入する。（香り・味・実等）

本時：だしソムリエに挑戦しよう

２　自分の好みに合っただしを見つけよう

Ａ　煮干しだし＋みそ
Ｂ　だし無し＋みそ
Ｃ　給食のだし＋みそ
（かつおだし）

「出し合い」
Ａは海鮮の味がする。Ａが自分に合っている。

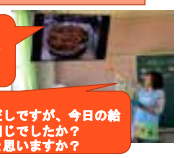
「出し合い」
自分の好きなうま味は、Ｃだ。香りが他と違う。

「活動」
好きなのはＣだ。いつも飲んでいる味だから、美味しい。

本時：だしソムリエに挑戦しよう

３　全体で話し合う

ＡＢＣのだしには何が使われていたのか、作る過程の映像を見せる。



補助発問
Ｔ２：Ｃは、給食のだしですが、今日の給食のみそ汁と同じでしたか？
違いはなぜだと思いますか？

４　本時の振り返り

児童Ａ・給食のだしはＣだけど、給食のほうが美味しかった。
児童Ｂ・みそ汁はだしと実の味が合わさって、より美味しくなることが分かった。
児童Ｃ・自分の好きなだしと実を組み合わせてみそ汁を作ってみたい。

題材名	かみかみ、モグモグして元気をつくろう

豊橋市立くすのき特別支援学校
梅田 恭子

【献立名】
- ごはん
- 牛乳
- めひかりフライ
- 茎わかめのきんぴら
- 白みそ汁

こんだてレシピ

レシピはP101に掲載

献立のねらい

６月は、食育月間、歯と口の健康週間もあることから、かみごたえのある食材を意識してかむように指導する教材とする。食の自立のための支援教材として、よくかむことが、健康の保持増進につながることを知らせたい。この献立を通して地元でとれる食材を知り、愛知県にはおいしい食べ物が多数あることを知らせたい。学校の畑で栽培される野菜を知り、野菜に親しみをもってもらいたい。

献立を教材として活用した指導

◆給食の時間における食に関する指導
食に関する指導　　指導者【栄】

【題材名】よくかんで楽しく食べよう（いろいろな食べ物を知ろう）
【指導の目標】よくかむことの大切さを知り、実践への意欲をもつことができる。
【食育の視点】食事のマナーや食事を通した人間関係形成能力を身に付ける。（社会性）
【食に関する指導の全体計画との関連】
・６月給食目標「よくかんで食べよう」
・６月の歯と口の健康週間
（低学年）　給食を一口で何回かんだか数えさせる。よくかむことで、むし歯を防ぐ効果があることを伝え、一口 30 回を目標にかむことを伝える。
（中学年）　給食を一口で何回かんだか数えさせる。よくかむことで、むし歯を防いだり、脳やおなかの働きがよくなることを伝える。一口 30 回を目標にかむことを伝える。
（高学年）　給食を一口で何回かんでいるか数えさせ、普段何回かんでいるか気付かせる。かむことの効果を知らせ、よくかむための目標設定をする。
（中学部）　給食を一口で何回かんだか数えさせる。かむことの効果とよくかむ食材を知らせ、かみごたえのある食材を食べようとする意欲をもたせる。
（高等部）　給食のかみごたえのある食材から、生活習慣病予防のためにもよくかむことの大切さを伝え、よくかんでたべることを習慣とする態度を養う。

◆教科等における食に関する指導
教科（教科名：生活単元学習）　　小５学年　指導者【栄】

【単元名・題材名】かみかみ、モグモグして元気をつくろう
【本時（指導）の目標】・給食の材料の名前を知る
・よくかむと体によいことがあることを知る
・給食をよくかんで、元気な体をつくろうとする
【食育の視点】・体は食べ物でつくられていることを知る（心身の健康）
・給食は栄養バランスがよく残さず食べると体が元気（健康）になることを知る（心身の健康）
【食に関する指導の全体計画との関連】
・給食月目標、６月学級活動「よくかんで食べよう」自立活動（健康の保持）

小学部第５学年３組　生活単元学習指導案

指導者　栄養教諭　梅田　恭子
担任

1 日時

令和○年○月○日（○）第４時限

2 場所

小学部　第５学年３組教室

3 単元名

かみかみ、モグモグして元気をつくろう

4 単元における目標

（1）　給食の食材の特徴・働きや、よくかむことで健康な体をつくることを知る。（知・技）
（2）　体は食べ物でできていることを体の模型を見て考える。（思・判・表）
（3）　給食の食材を意識してよくかんで食べようとする。（態）

食育の視点

心身の健康（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。）

5 本時の計画

（1）目標

ア　今日の給食の食材を発表する。

イ　かみごたえのある食材を選び、よくかむことに結び付く目標をもつ。

（2）児童の様子と目標

児童氏名	児童の様子（児童の実態）	目標（めざす姿）
A	給食に興味・関心が高く、給食を励みに学習に取り組むことができる。 体験的な活動が大好きで、新しい活動でも教師の手本を見て、積極的に活動に取り組むことができる。	給食の材料の名前を発表する。 かみごたえのある食材を選んで、よくかもうとする目標をもつ。
B	食材の見た目や今までの経験から給食を食べることを渋るときがある。 好きな食べ物を見ると、教師の肩をたたいて、知らせることができる。 体験的な活動では、嫌がるときがある。	好きな食べ物カードを選び、教師と一緒に発表する。 友達の活動を見た後に、よくかもうとする食材を教師と一緒に決める。
C	給食が好きで、積極的に食べる。 体験的な活動が好きで、友達の活動に注目することができるが、参加できないときがある。	好きな給食の食材の名前を進んで発表する。 自分で食材を選び、よくかんで食べることを意識する内容の目標を考える。
D	好き嫌いがあり、かむことが苦手なために、食べることが遅い。 また、少しずつ口に入れるため時間がかかってしまう。	好きな給食の材料の絵カードを自分で選び、発表する。 かみごたえのある食材を考えて、一人で選ぶ。 目標は教師とともに考える。
E	食べられるものが少しずつ増えてきた。 嫌いだった野菜も食べられるようになってきている。 体験的な活動には積極的に取り組むことができる。	給食の食材の発表をする。 嫌いな食材でも選ぶことができ、食べようとする考えをもつ。

（3）準備

給食の献立の写真、食材の絵カード（食べ物カード）
給食時間に食べている様子を撮影した画像（大型テレビ又はタブレット端末）
よくかむとよいことを知らせるカード、パペット（歯のある動物）
給食の材料の実物、ワークシート

（4）展開（40 分）

<table>
<tr><th>時刻</th><th>（数字）学習内容　（○）学習活動　（・）支援の手だて　（◇）留意事項</th></tr>
<tr><td>11:30</td><td>1　始めの挨拶
○日直の合図で挨拶をする。
2　本時の学習
○本時の学習について知る。
・本時の内容が書いてあるカードを提示する。
○今日の給食の献立を声に出して一緒に確認する。
・今日の給食の写真を見せ、分かりやすくするために材料の絵カードを示す。
○好きな給食の材料を挙手して発表する。
・Ｃが姿勢よく座り、他の児童の発言を聞けるように促す。</td></tr>
<tr><td>11:40</td><td>3　かむことの確認。
○何回かんでいるか、給食時間の様子を撮影した画像で調べる。
・一緒にかむ回数を数える。
・「ひ・み・こ・の・は・は・が・いー・ぜ」の頭文字で始まるよくかむことによる体によいことの絵カードを説明する。
・今日の給食の材料の絵カードをかみごたえのある順番に並べる。</td></tr>
<tr><td>11:50</td><td>4　元気な体づくり
○今日の給食でよくかんで食べる食材を決める。
○実物を触り、硬さを確認する。
○ワークシートの食材の絵に○を付けて、よくかむためにがんばりたいことを考え、発表する。
<table>
<tr><th>A</th><th>B</th><th>C</th><th>D</th><th>E</th></tr>
<tr><td>・めひかり
かむ意欲の表現方法として、動物のパペットを用意し、口をもぐもぐするように促す。</td><td>・めひかり
骨の硬さに気付き、何度もかむことを一緒に確認する。</td><td>・れんこん
かむときにシャキシャキする音に気付き、かむ意欲に結び付けるようにする。</td><td>・茎わかめ
食べられる食材が増えてきているので、給食にはあまり出ない食材に挑戦するよう言葉かけをする。</td><td>・にんじん
新しい食材には、抵抗があるので、毎日のように給食に出る食材を考えられるようにする。</td></tr>
</table>
5　目標発表
◇絵カードを示す、かむ動作をする、元気のよいポーズをするなど、よい行動、意見を全体に広める。</td></tr>
<tr><td>12:05</td><td>6　本時の振り返り
○学習を振り返る。
・児童のがんばっていたことを褒め、達成感を味わうことができるようにする。</td></tr>
<tr><td>12:10</td><td>7　終わりの挨拶
○日直の合図で挨拶をする。</td></tr>
</table>

（5）評価

ア　今日の給食の食材の名前を進んで発表できたか。（A、C、E）

イ　今日の給食の食材を、食べ物カードから選ぶことができたか。（B、D）

ウ　食材の名前を意識して、よくかんで食べるための目標がもてたか。（全員）

（6）全体計画との関連

（給食）よくかんで食べよう（学級活動）よくかんで食べよう（食育だより）よくかんで食べよう

（自立活動の視点からの学校給食を活用した食に関する指導）

健康の保持　①生活のリズムや生活習慣の形成⇒適切な食事内容・食行動（偏食や異食、過食、多飲、反芻、嘔吐など）の改善を図る。

②病気の状態の理解と生活管理⇒自分の体によい食べ方をしようとする気持ちや態度を養う。

③健康状態の維持・改善⇒食生活と健康について理解する。

食に関する指導の全体計画 ①（豊橋市立くすのき特別支援学校）

【児童・生徒の実態】
・給食を楽しみにしている。
・丸のみ、早食いをする。
・よく噛まない。
・一口の量が多い。
・偏食のある児童生徒が多い。
・活動量が少ない。
・肥満傾向の児童生徒　22.2%
・食物アレルギーにより給食対応が必要な児童生徒が５名いる。

学校教育目標
一人一人の障がい、能力・適性等を踏まえ、個に応じた指導・支援によって、その子の可能性を引き出し、学校、家庭、地域社会でたくましく生きることのできる人間の育成を目指す。
校訓：「力を高め、心を磨き、夢を育む」

【第４次食育推進基本計画】
・朝食を欠食する子　０%
・食育に関心をもっている国民　９０%以上
・栄養バランスを配慮した食生活を実践する国民を増やす
　○主食・主菜・副菜を組み合わせた食事
　○食塩摂取量　８ｇ以下
　○野菜摂取量の平均値　３５０ｇ以上
【愛知県食育推進計画】
・朝食に野菜を食べる子　８０%以上
【豊橋市教育振興基本計画】
・食育の推進を図り、食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身に付ける

食育の視点
◇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
◇食文化

食に関する指導の目標
（知識・技能）
　食事の重要性や栄養バランス等について理解し、健康で健全な食生活に関する知識や技能を身に付けている。
（思考力・判断力・表現力等）
　食生活や食の選択について、正しい知識・選択に基づき、自ら管理したり、判断したりできる能力を養う。
（学びに向かう力・人間性等）
　主体的に、自他の健康的な食生活を実現しようとし、食料の生産等に関わる人々に対して感謝する心を育み、食事のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を養う。

	小学部	中学部	高等部（普通科）	高等部（産業科）
低学年	・食べることに関心をもち、楽しく食事ができる。 ・箸やスプーンの正しい使い方ができる。	・食べ物と体は深いつながりがあることを知り、好き嫌いせずにバランスよく食べる習慣を身に付ける。 ・自分の健康状態に合った食事の量を理解する。 ・食事のマナーやきまりを理解し、仲間と楽しく会食することができる。	・卒業後の生活を健康的に過ごせるように望ましい食習慣を身に付ける。 ・食事のマナーや決まりを身に付け、仲間と協力して、食事の準備をしたり、楽しく会食したりすることができる。 ・季節の食べ物や地域の食文化に関心をもち、日々の生活を豊かにする。	・卒業後の生活を健康的に過ごせるように望ましい食習慣を身に付け、さまざまな食品の中から有用なものを選択できる力を身に付ける。 ・マナーを考え、会話を楽しみながら、会食することができる。 ・食べ物の生産、流通に関心をもち、食に関わるさまざまな人たちに感謝する気持ちをもつことができる。 ・衛生的で安全な食品の取扱いができる
中学年	・いろいろな食べ物の名前を知り、好き嫌いなく食べることができる。 ・安全で正しい片付けができる。			
高学年	・自分が食べられる量を知り、伝えることができる。 ・三角食べができ、バランスよく何でも食べることができる。 ・食事のマナーを守って楽しく食べることができる。			

食育推進組織（食育推進委員会）
委員長：校長
委員：教頭、部主事、保健主事、教務主任、栄養教諭、養護教諭、各部代表

食に関する指導
教科等における食に関する指導：各教科等を合わせた指導、国語、音楽、数学、保健体育、作業学習（屋外作業）、家庭、流通サービス、農業（食品加工）、道徳、自立活動
給食の時間における食に関する指導：食に関する指導：献立を通して学習、教科等で学習したことを確認
給食指導：準備から片付けまでの一連の指導の中で習得
個別的な相談指導：肥満・やせ傾向、偏食、食物アレルギー・疾患、スポーツ
食生活指導：食べ物に興味をもとう、食事のマナー、よくかんで食べよう、おやつのとり方

地場産物の活用
出前講座（ちくわ作り(高)、豊橋カレーうどん作り（高））、食育だよりや調理場だよりを活用した地場産物紹介、スマイルカフェ

家庭・地域との連携
献立表、食育だより、保健だより、調理場だより、学校給食懇談会（小１）、調理場見学（小３）・ホームページ（給食、ランチルームの様子紹介）
学校保健委員会

食育推進の評価
活動指標：手洗い、給食準備片付け、食事マナーなど日常的な給食指導を継続的に実施できたか。
　　肥満傾向、偏食傾向等の児童生徒に適切な指導ができたか。
成果指標：食に関する意識が５%以上高まったか（職員アンケートにより評価）

食に関する指導の全体計画②（豊橋市立くすのき特別支援学校）

		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	学級活動 小学部	・食べ物に興味をもとう	・はし、スプーンの正しい持ち方を知ろう		・よくかんで食べよう		食生活指導月間→					
	学級活動 中学部	・給食が届くまで	・はし、食器の正しい使い方を知ろう		・好き嫌いしないで食べよう		食生活指導月間→					
	学級活動 高等部（普通科）	・食事のマナーを身に付けよう	・おやつのとり方		・朝ごはんを食べよう		食生活指導月間→					
	学級活動 高等部（産業科）	・食べ物の栄養	・朝食の大切さを知ろう		・望ましい食習慣を身につけよう		食生活指導月間→					
	生徒会活動	片付け点検確認・呼びかけ・身支度チェック→								給食集会→		
	学校行事	運動会・校外学習				修学旅行・宿泊学習・くすのき祭・マスクをしよう月間、マスクデザインコンテスト				給食週間		
	給食の時間 給食指導 小学部	仲良く食べよう	よくかんで楽しく食べよう 給食のきまりを覚えよう 楽しい給食時間にしよう			食べ物を大切にしよう 食事の環境について考えよう 感謝して食べよう				給食の反省をしよう 1年間の給食を振り返ろう		
	給食の時間 給食指導 中学部	給食の準備 ・正しい手洗いを行う。 ・食事にふさわしい環境を整える				給食の後片付け ・決まりを守り、手順よく行う				正しい食事のマナー ・はし、食器の持ち方 ・食事のあいさつ		
	給食の時間 給食指導 高等部	給食の準備 ・一人分の盛り付け量を盛る ・正しい食器の並べ方をする				給食の後片付け ・みんなで協力して、決まりを守り、手順よく行う ・ごみの分別の決まりを守る				正しい食事のマナー ・はし、食器の持ち方　・会話の内容 ・食事のあいさつ		
	食に関する指導 小学部		・いろいろな食べ物を知ろう		・季節の食べ物について知ろう		・食べ物の3つの働きを知ろう					
	食に関する指導 中学部		・地域の特産物や郷土料理を知ろう		・食べ物と健康について知ろう							
	食に関する指導 高等部		・伝統的食文化（行事食・節句料理・郷土料理）を知ろう		・朝食の大切さを見直そう	・生活リズム・夏の食事（夏野菜・水分補給・夏バテ予防）		・バランスのよい食事（3食のバランス、寒さに負けない食事）			・生活習慣病予防	

	4月	5月	6月	7月	8月～9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
学校給食の関連事項 月目標	仲間と一緒に楽しく食事をしよう	食前食後のあいさつをしよう	よくかんで食べよう	正しい手洗いをしよう	残さず食べよう	主食とおかずを交互に食べよう	栄養バランスのとれた食事を知ろう	地域の特産物や郷土料理を知ろう	感謝して食べよう	食事のマナーを身に付けよう	一年間の食生活を振り返ろう
食文化の伝承		郷土料理（福井県・栃木県）		郷土料理（福岡県）		郷土料理（群馬県）	郷土料理（鹿児島県・山形県）		郷土料理（愛知県・豊橋市）	郷土料理（奈良県）	郷土料理（北海道）
行事食	入学・進級祝い献立 （赤飯）		歯と口の健康週間	七夕献立	月見献立	目の愛護デー献立		クリスマス献立・冬至献立		節分献立	桃の節句献立 卒業祝い献立
その他			愛知を食べる学校給食の日	ドイツ・リトアニア料理 アイディア料理			愛知を食べる学校給食の日		愛知を食べる学校給食の日		
旬の食材	新キャベツ，新にんじん，新たまねぎ，ミニトマト，イタリアントマト，あまなつ	新たけのこ，新ごぼう，新じゃがいも，グリーンアスパラ，さやえんどう，さやいんげん,ミニトマト，あまなつ	かぼちゃ，さやいんげん，なす，メロン，ミニトマト，トマト	イタリアントマト，ピーマン，なす，とうがん，オクラ	とうがん，トマト，なし，巨峰	さつまいも，ぶなしめじ，さといも，みかん，りんご	だいこん，ごぼう，れんこん，なめこ，さつまいも，さといも，根深ねぎ，はくさい，セロリー，みかん，りんご，かき	だいこん，ごぼう，根深ねぎ，はくさい，ほうれんそう，れんこん，チンゲンサイ，さといも，みかん，りんご	はくさい，だいこん，ほうれんそう，根深ねぎ，ブロッコリー，カリフラワー，ごぼう，さといも，みかん，りんご	だいこん，ごぼう，さといも，れんこん，根深ねぎ，はくさい，いよかん，はるみ	はっさく，清見
地場産物	うずら卵，**ミニトマト（豊橋産）**，イタリアントマト，ねぎ，キャベツ，だいこん，あまなつ，もやし 今日の給食一口メモ、**調理場だより等を活用し給食時の指導を充実**	うずら卵，ミニトマト，ねぎ，キャベツ，たまねぎ，みつば，チンゲンサイ，イタリアントマト，だいこん，もやし	**トマト（豊橋産）**，なす，ねぎ，たまねぎ，キャベツ，ピーマン，うずら卵，かぼちゃ，メロン，青じそ，きゅうり，みつば，チンゲンサイ，ミニトマト，もやし,めひかり	**とうがん（豊橋産）**，なす，たまねぎ，ピーマン，ねぎ，チンゲンサイ，もやし	とうがん，ねぎ，トマト，うずら卵，なし，みつば，もやし	とうがん，ねぎ，みつば，きゅうり，もやし	**次郎かき（豊橋産）**，うずら卵，チンゲンサイ，ねぎ，キャベツ，だいこん，ほうれんそう，ブロッコリー，パセリ，きゅうり，チンゲンサイ，ミニトマト，もやし	ねぎ，パセリ，だいこん，ほうれんそう，はくさい，**キャベツ（豊橋産）**，にんじん，もやし，きゅうり，みつば	キャベツ，ねぎ，はくさい，にんじん，うずら卵，だいこん，根深ねぎ，みつば，パセリ，カリフラワー，ほうれんそう，もやし	うずら卵，はくさい，ねぎ，だいこん，キャベツ，根深ねぎ，にんじん，パセリ，もやし	うずら卵，キャベツ，ねぎ，だいこん，にんじん，きゅうり，根深ねぎ，みつば，パセリ，チンゲンサイ，もやし→
個別的な相談指導	個別面談				管理指導表提出・食生活指導		食生活指導		個別面談	食生活指導	個人カルテ作成
家庭・地域との連携	食育だより、保健だより、学校だより→		学校給食懇談会	アイデア料理コンテスト						学校保健委員会	

自立活動の視点からの学校給食を活用した食に関する指導

（くすのき特別支援学校自立活動部）

健康の保持　①生活のリズムや生活習慣の形成
⇒適切な食事内容・食行動（偏食や異食、過食、多飲、反芻、 嘔吐など）の改善を図る。
②病気の状態の理解と生活管理
⇒自分の体によい食べ方をしようとする気持ちや態度を養う。
③健康状態の維持・改善
⇒食生活と健康について理解する。

「令和の日本型学校教育」の構築を目指して ～全ての子供たちの可能性を引き出す、個別最適な学びと、協働的な学びの実現～

（令和３年１月２６日　中央教育審議会答申）

・中心的なテーマは、
「全ての子供たちの可能性を引き出す、
個別最適な学びと、
協働的な学び」

※個に応じた指導は、教育の根本

食に関する指導

★かみごたえ★

くきわかめのきんぴら
くきわかめ
れんこん
にんじん
めひかりフライ
めひかり
白みそ汁
だいこん
しめじ

個々の児童生徒の実態把握
↑↓
教科での指導（目標設定）
↑↓
給食時間での食に関する指導
↓
担任が評価
↓
2月の食育推進委員会
（個別の教育支援計画へ）

かみごたえのある献立を活用した指導

○生活単元学習

単元名　かみかみ、モグモグして元気をつくろう

単元における目標
（1）給食の食材の特徴・働きや、**よくかむことで健康な体をつくる**ことを知る。（知・技）
（2）体は食べ物でできていることを体の模型を見て考える。（思・判・表）
（3）**給食の食材を意識してよくかんで食べようとする**。（態）

食育の視点
心身の健康（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。）

本時の計画
（1）**目標**
・ア　今日の給食の食材を発表する。←個々に表現の仕方が異なる
・イ　**かみごたえのある食材**を選び、**よくかむこと**に結び付く**目標をもつ**。←個々の目標
食材の選択（自分で）

児童の様子と目標⇒個別の支援

Dさんの場合・・・

◎児童の様子
・好き嫌いがあるが、最近、食べられる食材が増えつつある。前向きな行動が見られる。
・少しずつ口に入れるため、時間がかかる。よくかんで食べることが難しい。

◎食行動に関する目標
・新しい食材に挑戦し、食べられる食材を増やす。

◎本時の目標
・かみごたえのある食材を考えて、一人で選ぶ。
・給食の時間に取り組む目標は、教師とともに考える。

◎個別の支援
・食べられる食材が増えてきているので、給食には、あまり出ない食材に挑戦するように、言葉かけをする。

◎本時の個別の支援
・食材の選択がしやすいように、かみごたえのある食材を選び、数を少なくする。

板書と指導教材

・献立写真や食材の絵
・大型テレビ（タブレット端末）
（ＩＣＴ機器利用で給食の様子を客観的に見る、コロナ対策）
・パペット
（表現が難しい児童への支援）
・実物
（硬さをさわって確かめる）
・ワークシート
（食材の絵で示す）

学校給食：年間約190回くりかえし 達成感をあじわうことのできる生きた教材

A児、B児
めひかりフライ
骨⇒よくかむ
もぐもぐ口をうごかす

くきわかめのきんぴら
C児　れんこん⇒かむと、シャキシャキ音がする（確かめてみたい）
D児　くきわかめ⇒どんな味かな？挑戦してみよう
E児　にんじん⇒給食によくでる（安心）

できそうだ⇒できた⇒達成感

保健体育部の取り組み【協働】

○食育推進委員会
○全体計画作成
○食生活指導月間（栄養教諭の授業）
○個別指導（偏食・肥満指導）
○食育の評価
○食育だより 月目標や旬の食材
○食育一口メモ（毎日）
○食育掲示

新型コロナウイルス対策
消毒（電解水・オゾン除菌）
教職員による配膳
マスクをしよう！月間（9月）
くすのき！マスクデザインコンテスト
ソーシャルディスタンスを知らせる掲示

題材名	農家の仕事

愛知県立豊橋聾学校
髙橋　萌

【献立名】
- しらすと大葉のチャーハン
  ～うずら卵入り野菜あんかけ～
- 牛乳
- めひかりフライ
- 田原産牛乳のヨーグルト

こんだてレシピ

レシピはP102に掲載

献立のねらい

愛知を食べる学校給食の日の献立として、地元豊橋市の地場産物を多く使用した。特に、豊橋市の生産量が全国１位である大葉とうずら卵を生かした料理とし、地元の食材に誇りをもてるようにした。また、蒲郡市ならではの魚、めひかりや、碧南市のしらす干しなど、愛知の魚を取り入れることで、魚への関心を高められるようにした。

献立を教材として活用した指導

◆給食の時間における食に関する指導

食に関する指導　　指導者【栄】

【題材名】愛知県や豊橋市の地場産物を知ろう

【指導の目標】愛知県や豊橋市の地場産物を知り、地元に愛着をもつことができる。

【食育の視点】地場産物に誇りをもつとともに、地産地消について理解し、積極的に地元の食材を選ぶことができる。（食文化）（食品を選択する能力）

【食に関する指導の全体計画との関連】全体計画②

各教科等　：小学部　３年社会「農家の仕事」、４年社会「わたしたちの愛知県」

給食の時間：幼稚部「食べ物の名前を知ろう」
小学部「食品の名前を知ろう」「どこで生産されているのかな」
中学部「野菜の旬について」
高等部「野菜の旬」「流通活動（食品）」

（幼稚部）「おさかなの おなまえは なあに？」
写真を見て、魚の名前とめひかりがどんな色や形の魚であるかを知り、親しみをもって食べることができるようにする。

（小学部）
○低学年：「さかなのなまえをしろう！」
めひかりの写真を見て、特徴を見つけることで、名前を覚えられるようにする。また、愛知でとれる魚であることを知り、関心をもって食べられるようにする。

○中学年：「豊橋市の食材を見つけよう！」

社会の教科書を活用し、給食から豊橋市でとれる食材を探し、見つけられるようにする。また、豊橋市の食材が多く使われた給食を味わい、地元への愛着を深められるようにする。

○高学年：「愛知県や豊橋市の食材を見つけよう！」

掲示物を活用し、給食の中から愛知県や豊橋市でとれる食材を見つけられるようにする。愛知県ではたくさんの野菜や魚がとれることを知り、誇りの気持ちをもてるようにする。

（中学部）「地産地消ってなんだろう？」

地産地消について知り、地元の食材を食べるとよいことがたくさんあることを理解できるようにする。

（高等部）「地産地消のよさを考えよう！」

食品流通の観点から、地産地消のよさについて考え、積極的に地元の食材を選ぼうとする意欲を高められるようにする。

◆教科等における食に関する指導

教科（教科名：社会科）　小３学年　指導者【T】

【単元名・題材名】「農家の仕事」

【本時（指導）の目標】

（1）給食では、地元の食材をいろいろな料理に使っていることが分かる。

（2）地産地消のよいところを考え、発表することができる。

（3）地元の食材に関心をもち、調べたいことを見付け出そうとすることができる。

【食育の視点】地場産物を知り、愛着をもつことができる。（食文化）

【食に関する指導の全体計画との関連】全体計画②　３年　社会「農家の仕事」

小学部第３学年１組 社会科 教科等における食に関する指導案

指導者　T1　教　　諭
T2　栄養教諭

1 日時、場所

令和３年７月 14 日（水）第２校時（9:45 ～ 10:30）小学部３、４年１組教室

2 単元名

農家の仕事（「新しい社会３」東京書籍「かがやく豊橋」豊橋市教育委員会）

3 単元の目標

（1）農家の人の仕事の様子と、仕事の工夫について知る。【知識・理解】
（2）豊橋市で作られる野菜や果物について知る。【知識・理解】
（3）作られた野菜や果物は、地域の人々と密接な関わりをもつことを理解し、地産地消のよさを考える。【思考力・判断力・表現力】

4 学習計画

全 11 時間（本時 11 ／ 11）

5 児童の実態とめざす姿

児童は、カレーうどんやうなぎ、うずら卵などが豊橋市の有名な食べ物であることは知っており、関心をもっているが、豊橋市には、大葉やキャベツなど、全国でも１位、２位の生産量を誇る野菜があることはよく知らない。そこで、豊橋市には、全国に誇る地場産物があることを知ることで、地場産物に愛着をもち、自分の住む地域をもっと好きになってほしいと考える。また、給食を通して地産地消について考え、日々の食事の中から地元の食材を見付けたり、食材の産地について考えたりしようとする意欲を高めたい。

6 本時の目標

（1）給食では、地元の食材をいろいろな料理に使っていることが分かる。
（2）地産地消のよいところを考え、発表することができる。
（3）地元の食材に関心をもち、調べたいことを見付け出そうとすることができる。

7 食育の視点

地場産物を知り、愛着をもつことができる。（食文化）

8 食に関する指導の全体計画との関連

全体計画②６月　３年社会「農家の仕事」

9 学習過程（45分）

段階	学習活動	指導上の配慮事項	
		T1（教諭）	T2（栄養教諭）
導入 10分	・6月18日の愛知を食べる学校給食の日の献立写真と使用食材を見て、豊橋市で生産が盛んな食材を見付け、発表する。 【予想される児童の発言】 ・豊橋といえばうずら卵だね。 ・キャベツもあるよ。 ・キャベツを使った料理を考える。 ・7月の給食献立表の原材料からキャベツを探し、赤丸で囲む。	・見付けられない場合は、教科書P17を見るように言葉を掛ける。 ・キャベツに絞って考えることを知らせる。 ・キャベツを使った料理を聞くことで関心を高め、使う食材と食べる料理を結び付けて考えられるようにする。	・発表したら、黒板に貼った食材カードに丸を付け、視覚的に分かりやすくする。 ・献立表を使い、給食ではいろいろな料理にキャベツが使われていることが分かるようにする。
展開 25分	給食にキャベツがたくさん使われている理由を考えよう ・給食にキャベツがたくさん使われている理由を考える。 【予想される児童の発言】 ・おいしいからだと思う。 ・たくさん作っているからだと思う。 ・教科書p20を読んで、地産地消という言葉を見付ける。 ・ＪＡの方の話を思い出す。 ・空欄に入る言葉を考え、地産地消について理解する。 豊橋市でとれたキャベツを使って、やきそばを作り、食べること。 ・献立表を確認し、空欄に言葉を入れる。 豊橋市でとれたキャベツを使って、スープを作り、食べること。 ・給食は地産地消であると分かる。 地産地消のよいところを考えよう ・地産地消のよいところを考える。 【予想される児童の発言】 ・近いからすぐ運んで来られると思う。 ・新しくておいしい野菜が食べられると思う。	・意見が出ない場合は、キャベツ畑を見たことがあるか尋ね、近くにいっぱいあることが想像できるようにする。 ・栄養教諭に話を振り、児童が注目して聞けるようにする。 ・穴埋め形式の具体例を挙げ、地産地消について理解を深められるようにする。 ・献立表から地元の食材を使った他の料理を探すよう促し、大葉にも気付けるようにする。 ・地図を活用し、遠くから来る野菜と、近くから来る野菜の違い（距離の違い）が分かるようにする。 **評** 地産地消のよいところを考え、発表することができたか。【思・判・表】（児童の発言）	・地産地消について、分かりやすい言葉で説明する。 ・赤丸を付けた献立表を再度見るように指示し、給食が地産地消であることが実感できるようにする。 ・野菜が産地から食卓に届くまでの様子を実演し、新鮮さについての気付きを与える。
まとめ 10分	・板書をノートに書き、まとめをする。 ・学習を振り返り、これから調べたいことや、やってみたいことを話し合い、ノートに記入する。 【予想される児童の発言】 ・スーパーに行って、野菜の産地を確認してみたい。 ・私の家でも豊橋市の野菜を買っているのか確認したい。	・次の単元（店ではたらく人、スーパーの見学）に関連した言葉掛けをし、学習の繋がりが意識できるようにする。 **評** 地元の食材について、調べたいことを見付け出そうとしているか。【態】（児童の発言、ノート）	・児童の調べたい、やってみたいことに対し、事後報告するように依頼し、学習への意欲を高められるようにする。

食に関する指導の全体計画①（愛知県立豊橋聾学校）

【幼児児童生徒の実態】
○給食を楽しみにしている
幼稚部
○食材に興味をもち、楽しく食事ができる
●そしゃくが苦手な子が多い
●食事のマナーが身に付いていない
小学部
●苦手な食べ物がある児童がいる
●早食いや十分にそしゃくしないで飲み込む児童がいる
●メニューや食材について尋ねたり調べたりすることに消極的な傾向がある
●時間内に食べきるために食事の量を加減する　●規定量を食べきれない
●機能的な問題から食べる能力が発達していない児童がいる
中学部
○自分で食べきれる量に調整できている
●少食や食べるのが遅い生徒が増えた
●特定のものばかりを食べ他を残してしまう生徒がいる
高等部・寄宿
○VTR や掲示物を見て食材や栄養について関心をもつようになった
●早食い、大食いの生徒がいる
・食物アレルギーを有する幼児児童生徒2名
・肥満の幼児児童生徒　4名
・やせの幼児児童生徒　4名
・刻み食を提供している幼児児童生徒　2名
【保護者・地域の実態】
・保護者は学校給食に理解を示している
【感染症予防対策】
・食事前後の手洗いと机の消毒をする
・前を向き、黙食をする
・各部感染予防に配慮した当番活動とする

学校教育目標

幼児児童生徒一人一人のよさや能力、特性を踏まえて可能性を伸ばしていくとともに、幼小中高での目標を見据えた一貫教育及び発達段階を踏まえた継続した指導を通して社会の変化に主体的に向き合ってたくましく生きる人間を育成する。
（ア）　明るく豊かで思いやりのある心、健康な体をつくる
（イ）　何事にも最後までやり抜く力を付ける
（ウ）　主体性をもって、常に挑戦する強い心をもつ
（エ）　個性を生かして積極的に社会に参加し、社会生活への適応力を高める

【第4次食育推進基本計画】
・朝食を欠食する子どもの割合　0%
・郷土料理や伝統料理を月1回以上食べている国民の割合　50%以上
・ゆっくりよく噛んで食べる国民の割合　55%
【第4次愛知県食育推進計画】
・朝食に野菜を食べている小中学生の割合　80%以上

食育の視点
○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
○食文化

食に関する指導の目標

（知識・技能）
食事の重要性や栄養バランス、食文化等について理解し、健康で健全な食生活に関する知識や技能を身に付けている。

（思考力・判断力・表現力等）
食生活や食の選択について考え、正しい知識・選択に基づき、自ら管理したり、判断したりできる。

（学びに向かう力・人間性等）
主体的に、自他の健康な食生活を実現し、食や食文化、食料の生産等に関わる人々に対して感謝の心をもっている。また、食事のマナーを身に付け、食事を通してよりよい人間関係を形成しようとする態度を身に付けている。

各部の食に関する指導の目標

	幼稚部	小学部	中学部	高等部
知識・技能	・食器や箸を正しく持つ。 ・身支度の仕方と正しい手洗いの方法が分かり、実践できる。	・正しい箸の持ち方や使い方ができる。【全】 ・そしゃくの大切さが分かる。【全】 ・食事のマナーが分かる。【全】 ・簡単な調理方法が分かる。【高】	・自国の食事のマナーだけでなく、諸外国の食事作法も知る。	・食料の生産は、全て自然の恩恵の上に成り立っていて、動植物の命を受け継ぐことであることを理解する。
	・食品や料理の名前を知る。 ・味や食感などを表わす言葉を知る。	・食品の名前がわかる。【低】 ・食品に含まれる栄養素によって3つの色に分けられることを知る。【高】 ・バランスのとれた食事の大切さを知る。【高】 ・食品の安全衛生について理解できる。【高】	・食事と健康には深いつながりがあることを理解し、1日3食バランスよく食事をすることができる。 ・食料の生産、流通、消費について理解し、地域で収穫されたものを選択できる。	・自国や諸外国の食文化、食料自給率等を理解し、諸外国と深く結び付いていることが分かる。 ・健康の保持増進には規則正しい食生活が欠かせないことを理解し、卒業後の生活を健康的に過ごせるよう、望ましい食習慣を身に付ける。
思考力・判断力・表現力等	・仲よく、安全に食事ができる。	・食事のマナー（姿勢や挨拶、食べ方）を守りながら、気持ちよく食事ができる。【全】	・食事のマナーや決まりを理解し、食事の場にふさわしい行動ができる。	・自身の食生活で不足している栄養素に気づき、必要な食品を選択できる。
	・好き嫌いをしないで残さず食べる。	・栄養のバランスを考え、好き嫌いをせず食事ができる。【全】	・栄養のバランスを考えて簡単な献立を立てることができる。	・我が国の食品ロスについて知り、環境や資源に対し、無駄のない食生活を送ろうとする。
		・安全な食品の選択方法を知り、簡単な調理ができる。【高】	・食品の安全管理や、衛生面に配慮をして調理をすることができる。	・食品の安全性や環境衛生に配慮し、献立作成、食品購入、調理、片付けまでの作業ができる。
学びに向かう力・人間性	・食べ物に興味、関心をもつ。	・家庭での食事や毎日の給食の献立、食材に関心をもつ。【全】	・我が国の伝統的な食文化や歴史について興味・関心をもつことができる。	・食文化や歴史を学び、自身の食生活に取り入れることができる。
	・給食を感謝して食べる。	・給食に関わる様々な人に感謝の気持ちをもつ。【全】 ・調理に興味をもつ。【高】	・給食ができるまでに関わる人々や食品の流通について知り、感謝の気持ちをもつ。	・地域で収穫される農作物等のよさを知り、受け継がれてきた食文化を継承しようとすることができる。
	・友達と仲よく準備や片付けをする。	・友達と協力をして食事の準備や後片付けができる。【全】 ・家族や友人と食事を楽しむ。【全】	・給食の準備や片付け、会食を通して、人間関係形成能力を身に付ける。	・食事を通して、人間関係を構築できるよう配慮することができる。
寄宿舎				
・自分の生活に必要な摂取エネルギー量を知り、健康を考えバランスのよい食事の選択ができる。				

卒業後	進路先 家庭等
・進路先や関係機関に、本人の健康状態について必要な情報を引き継ぐ。	

食育推進組織（給食委員会）

委員長：校長

委員：教頭、部主事、担当教務主任、保健主事、栄養教諭、養護教諭、保健体育部職員、関係職員

食に関する指導

教科等における食に関する指導：関連する教科等において、食育の視点を位置付けて指導
国語、社会、理科、生活、家庭、体育、道徳、総合的な学習の時間、特別活動、自立活動、生活単元等

給食の時間における食に関する指導：　給食指導：準備から片付けまでの一連の指導の中で習得
食に関する指導：献立を通して食材や料理、教科等で学習したことを確認

全体的な指導：給食室前掲示物、給食の一口メモ・月目標の配布

個別的な相談指導：肥満、食物アレルギー、個別の指導計画、個別の教育支援計画、対応食の実施（刻み食）

地場産物の活用

地場産物を意識して使用

給食時に一口メモや資料を活用した指導の充実や教科等の学習、体験活動との関連を図る

自立活動と関連、学級等で育てた野菜の給食への活用と掲示

寄宿舎との連携

寄宿舎献立指導、肥満指導、栄養指導

家庭・地域との連携

学部だより、食育だより、ほけんだより、学校保健委員会、講演会

積極的な情報発信、ホームページ、栄養状態（要注意）に対する事後措置

食育推進の評価

活動指標：食に関する指導、学校給食の管理

成果指標：幼児児童生徒の実態

小学部　　食に関する指導の全体計画②　（愛知県立豊橋聾学校）

学校行事等		入学式・始業式	体育大会	愛知を食べる学校給食の日①	修学旅行(高) 終業式	始業式 修学旅行(中)	愛知を食べる学校給食の日② 修学旅行(小)	文化祭	終業式	給業式、食育推進強化期間・給食週間・愛知を食べる給食週間③		卒業式・終業式
推進体制	進行管理	校務会(保健体育部)	校務会(保健体育部、教務部)・部会								校務会(保健体育部)	給食委員会
	計画策定	全体計画①、②(給食の時間)策定	全体計画②(教科)策定・周知								アンケート実施・評価結果分析	見直しと次年度の計画提案
教科・総合的な学習の時間	教科等	4月	5月	6月	7月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
小学部	国語					和の文化を受け継ぐ【5】	くらしの中の和と洋と中【4】	ふるさとの食を伝えよう【4】				
	社会	わたしたちの愛知県【4】(特産品)		農家の仕事【3】(豊橋市で作られる野菜や果物) 縄文のむらから古墳のくにへ【6】		農家の仕事【3】(工場の仕事) 店で働く人【3】(販売の工夫)	くらしを支える食料生産【5】 江戸幕府と政治の安定【6】	米づくりのさかんな地域【5】 水産業のさかんな地域【5】	これからの食料生産とわたしたち【5】(食料自給) 長く続いた戦争と人々のくらし【6】	特色ある地いきと人々のくらし【4】(田原市、豊橋市)		
	算数											
	理科	たねまき(葉・くき・根)【3】	発芽と養分【5】(種子と発芽)	成長と日光の関わり【6】(でんぷん)・血液に取り入れられた酸素のゆくえ【6】食べ物のゆくえ【6】(消化・吸収)		花がさいた後(花)【3】 花のつくり【5】(実と種子)			わたしたちの体と運動【4】(骨、筋肉)			
	生活			花や野菜の大きくなるひみつはっけん【2】(栽培した野菜の収穫、観察)								
	音楽											
	図画工作											
	家庭	できることを増やしてクッキング【6】(いため方)	クッキングはじめの一歩【5】(ゆで方)					こんだてを工夫して【6】(栄養のバランス)		食べて元気に【5】(ご飯とみそ汁、五大栄養素)		
	体育			1日の生活のしかた【3・4】(1日の生活リズム、運動・食事・睡眠)		歯の健康【4】(出前講座)						よりよく育つための食事【4】(調和のとれた食事)
	道徳								おせちのひみつ【2】(日本の伝統や文化に親しむ)	日本のお米、せかいのお米【2】(日本以外の文化に親しむ気持ち)		
	外国語科 外国語活動								What do you like？【5】(世界の食文化)	Welcome to Japan【5】(日本の年中行事)		
	自立活動	春の食べ物			夏の食べ物		秋の食べ物			冬の食べ物		
	総合的な学習の時間						食事マナーについて【5・6】(修学旅行)					

教育課程B・C		4月	5月	6月	7月	8月～9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
	生活単元学習 自立活動	給食調べ(通年)	野菜を育てよう→ (きゅうり・落花生・さつまいも) 苗植え	→	野菜を育てよう (収穫：きゅうり)		なまえなんだ(野菜) 野菜を育てよう→ (収穫：落花生・さつまいも) 種まき	→			好きな給食ランキングを作ろう 野菜を育てよう(収穫)	

特別活動			1学期	2学期	3学期
学級活動	小学部	低学年			給食週間(調理員の方への手紙・望ましい食生活週間)
		中学年			給食週間に向けて(調理員への感謝の手紙)・望ましい食習慣とは(自分の食生活を見つめ、望ましい食生活について考える)
		高学年		実りの秋(旬の食材について知る)	食事のバランスを考えよう、給食週間に向けて(感謝の手紙)
	中学部				食育指導強化期間
	高等部				食育指導強化期間
	児童会活動 生徒会活動				
				・給食週間(保健運動委員)	・給食週間(保健運動委員)
	学校行事		入学式・始業式、遠足(小)、体育大会、宿泊学習(小4・5)、とよろう参観日Ⅰ、職場体験(中3)、社会見学(高)、修学旅行(高)、終業式	芸能フェスティバル(小)、始業式、野外活動(中1・2)、修学旅行(中)、修学旅行(小5・6)、遠足(幼)、とよろう参観日Ⅱ、文化祭、ジョギングタイム(中・高)、社会見学(中)、マラソン大会(小)、終業式	始業式、食育指導強化期間、給食週間、とよろう参観日Ⅲ、卒業式、終業式

給食の時間				
給食指導	幼稚部	安全に食べよう ・よくかんで食べよう ・手洗いや身支度をしよう	食事マナーを覚えよう ・正しい姿勢や食器の持ち方で食べよう	残さず食べよう ・好き嫌いしないで何でも食べよう
	小学部	＜給食の準備、片付け＞ ・身支度、手洗い、消毒、爪を切るなどの衛生管理　・みんなで協力する気持ち ・給食当番の健康チェック(体調の把握、怪我の有無)　・思いやりや責任感	＜配膳＞ ・正しい食器の並べ方　・安全な運び方 ・衛生的な盛り付けや一人分の量の調整	＜食事のマナー＞ ・「いただきます」「ごちそうさまでした」の挨拶　・食べ方(三角食べ、たくさんかむ、きれいに食べる) ・食器や箸の持ち方、姿勢　・食べ物を大切にする・感謝の気持ち　・食事に集中する
	中学部	安全に食べるための適切な空間づくり ・手洗い、消毒、爪を切るなど衛生管理の徹底、確認　・正しい配膳(食器の位置) ・感染症予防に配慮した準備、片付けの体制づくり　・食事中の会話は控える	正しい食事のマナー ・配膳、姿勢、食器とはしの持ち方、咀嚼、きれいに食べる ・食の大切さ	よりよい食事環境にするための工夫 ・給食当番の効率的な動き、協力(献立内容の確認、配膳の工夫等) ・作ってくれた人への感謝(あいさつ)
	高等部	安全に食べるための適切な空間づくり ・手洗いや消毒などの衛生管理の徹底　・食事中の会話は控える ・感染症予防に配慮した準備、片付けの体制づくり	正しい食事のマナー ・配膳、姿勢、食器とはしの持ち方、咀嚼、きれいに食べる ・食の大切さ	よりよい食事環境にするための工夫 ・安全性や環境衛生に配慮した準備、配膳、片付けの工夫　・給食当番の効率的な働き ・食事中のコミュニケーションを工夫する
食に関する指導	幼稚部	食べ物の名前を知ろう ・栽培活動を通して季節の食べ物を知ろう	食べ物に興味、関心をもとう ・料理名を知ろう　・味や食感などを表わす言葉を知ろう	食べ物への関心を深めよう ・給食週間を通して食べ物に感謝しよう
	小学部	・食品の名前を知ろう　・様々な栄養とその効果を知ろう ・どうやって作ってるのかな　・朝食何食べた？ ・どこで生産されているのかな　・栄養と体のつくり	・栄養素の3色分けをしてみよう・安全な食品について考えよう・栄養バランスについて考えよう ・食材の旬な時期　・健康と野菜の関係　・おいしいカレーとは　・農家の仕事について	・学校給食週間(郷土料理・給食の歴史・給食を支えてくれている人たち・地場産物・世界の料理) ・感謝の気持ちをもって食べよう
	中学部	・生活のリズムを整えよう　・食事の重要性(1日3食)　・夏の生活(水分補給) ・野菜の旬について(栽培活動を通して)　・食材の働き	・咀嚼の大切さを知ろう(消化吸収)　・地域の特産品について知ろう　・日本と世界の食文化 ・栄養バランスのよい食事　・地場産物(栽培活動を通して)　・伝統食について　・食事の適正量　・食品ロス	・学校給食週間(郷土料理・給食の歴史・給食を支えてくれている人たち・地場産物・世界の料理)　・冬の行事食・冬の野菜(栽培活動を通して)・給食の時間の振り返りをしよう
	高等部	・食品添加物について　・食事と健康(健康的な食生活、生活習慣病) ・野菜の旬　・食文化(日本の伝統食、行事食など) ・流通活動(食品)	・食品の栄養素　・飲食業界について ・食文化(世界の食文化、行事食など)	・食品衛生活動　・栄養バランスを考えた食事の選択 ・食文化(地元・日本・世界の食文化、行事食など)　・食事のマナー・食料問題(日本、世界)　・食事中のコミュニケーションの大切さ

学校給食の関連事項		4月	5月	6月	7月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
	月目標	給食のきまりを身に付けよう【社会性】	正しい手洗いをしよう【心身の健康】	よくかんで食べよう【心身の健康】	正しく配膳して良い姿勢で食べよう【心身の健康】	食事のマナーを身に付けよう【社会性】	好き嫌いせず何でも食べよう【心身の健康】	食の文化を考えよう【食文化】	寒さに負けない食事をしよう【食品を選択する能力】	感謝して食べよう【感謝の心】	楽しく食べよう【食事の重要性】	一年間の食事を振り返ろう
	食文化の伝承	お花見献立 子どもの日献立		入梅献立	七夕献立	お月見献立 重陽の節句献立			冬至献立	お正月献立 鏡開き献立	節分献立 立春献立	ひな祭り献立
	行事食	入学進級お祝い献立	体育大会応援献立	かみかみ献立 愛知を食べる学校給食の日①		防災献立	目の愛護デー献立 愛知を食べる学校給食の日②	いい歯の日献立 和食献立	クリスマス献立	給食週間献立 愛知を食べる学校給食の日③		卒業お祝い献立 復興支援献立
	旬の食材	たけのこ　ふき　菜花 春キャベツ　新たまねぎ 新じゃがいも　新ごぼう	アスパラガス　たまねぎ じゃがいも　グリンピース かつお　さやえんどう	じゃがいも　にら 甘夏　メロン　さくらんぼ いわし　あじ	おくら　なす　かぼちゃ ピーマン　トマト とうもろこし　きゅうり	さといも　枝豆　きのこ なす　ぶどう　なし さんま	さんま　さけ　きのこ さつまいも　栗　柿 ぶどう	新米　さけ　さんま 白菜　ブロッコリー ほうれん草　りんご	ごぼう　大根　人参 れんこん　小松菜 みかん　白ねぎ　たら	ぶり　白ねぎ　白菜 水菜　ほうれん草 小松菜　ぽんかん	春菊　ブロッコリー カリフラワー　春菊 さば	春キャベツ　はっさく いちご　さば
	地場産物	キャベツ　ねぎ　きゅうり	キャベツ　きゅうり　小松菜	キャベツ　ミニトマト	冬瓜　なす　トマト	葉ねぎ　きゅうり　なす	きゅうり　葉ねぎ 小松菜	れんこん　大根　ほうれん草	水菜　大根　白菜　人参	白菜　キャベツ　ブロッコリー	大根　白菜　白ねぎ　ブロッコリー	白菜　大根　葉ねぎ　レタス
個別的な相談指導		・食物アレルギー対応食、刻み対応食の実施									面談	
寄宿舎との連携		毎月寄宿舎の献立を確認										

家庭・地域・事業所等との連携										
	たより	4月：学校給食について　5月：朝ごはんのパワーを知ろう　6月：じょうぶな歯をつくろう　◎愛知の恵みに感謝しよう 7月：夏野菜を知ろう　夏休み、夏を元気に過ごそう　◎行事食について(端午の節句、七夕)				9月：バランスのよい食事をしよう　10月：食べ物のパワーを知ろう　◎秋が旬の食べ物を知ろう 11月：感謝して食べよう　12月：寒さに負けない食事をしよう　◎行事食について(お月見、和食、冬至)				1月：全国学校給食週間について　◎愛知の郷土料理を知ろう　2月：日本型食生活の良さを知ろう 3月：1年間の給食の時間を振り返ろう　◎行事食について(おせち、節分、ひな祭り)		
	行事等	個人懇談会(幼) 学校保健委員会Ⅰ		とよろう参観日Ⅰ 歯科健診	個人懇談会		とよろう参観日		個人懇談会	全国学校給食週間	とよろう参観日Ⅲ 個人懇談会 学校保健委員会Ⅲ	個人懇談会
	年間	学校ホームページに毎月の献立表と、毎日の給食の写真を掲載										

学級活動（食育教材活用）		
小学部	低学年	・給食がはじまるよ※　・食事をおいしくするまほうの言葉※　・はし名人になろう※　・みんなで食べるとおいしいね※　・食べ物の旬※　・元気のもと朝ごはん※　・おやつの食べ方について考えよう※　・きせつのごちそう(行事食)※
	中学年	・野菜やいものひみつ※　・食べ物が届くまで※　・食べ物の大変身※　・マナーのもつ意味※　・生活のリズムを調べてみよう※　・好き嫌いしないで食べよう※　・元気な体に必要な食事※　・地域に伝わる行事食を調べてみよう※　・昔の生活と今の生活を比べてみよう※
	高学年	・食べ物の栄養※　・食べ物はどこから※・食事と健康について考えてみよう※　・朝ごはんを作ってみよう※　・日本の食文化を伝えよう※・地域に伝わる食べ物を大切にしよう※　・食べ物から世界をみよう※
中学部		・中学生期の発育の特徴を知りましょう※　・生活習慣病と食習慣について考えてみましょう※　・毎日の食生活について考えてみましょう※　・朝食をとりましょう※　・間食、夜食について考えてみましょう※ ・ファーストフード店やコンビニエンスストアを賢く利用しましょう※　・ダイエットについて考えてみましょう※　・スポーツのための効果的な食事※　・昔の食事と今の食事を比べてみましょう※　・日本の食生活のよさを知りましょう※ ・外国の食文化とのかかわりについて考えてみましょう※
高等部		

＜教科等における食に関する指導＞
小学部第３学年　社会科　単元名「農家の仕事」

１．単元の目標

（１）農家の人の仕事の様子と、仕事の工夫について知る。

（２）豊橋市で作られる野菜や果物について知る。

（３）作られた野菜や果物は、地域の人々と密接な関わりをもつことを理解し、地産地消のよさを考えることができる。

☆学びを深める手立て☆

- ①JAさんとの質問タイム
- ②給食を教材として活用
- ③栄養教諭が関わり、TTで授業を実施

＜教科等における食に関する指導＞
小学部第３学年　社会科　単元名「農家の仕事」

２．児童の実態と目指す姿

◎豊橋市の有名な食べ物はいくつか知っており、関心をもっている。（カレーうどん・うなぎ・うずら玉子など）

△豊橋市には、大葉やキャベツなど全国でも１位、２位の生産量を誇る地場産物があることはよく知らない。

食育の視点：地場産物に愛着をもつ

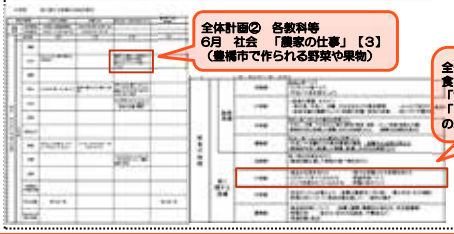
知識・理解：豊橋市には、全国に誇る地場産物があることを知る

教科の目標：地産地消について考える

給食　食材の産地に関心をもつ　スーパー

＜教科等における食に関する指導＞
小学部第３学年　社会科　単元名「農家の仕事」

３．食に関する指導の全体計画との関連



全体計画②　各教科等
6月　社会　「農家の仕事」【３】
（豊橋市で作られる野菜や果物）

全体計画②　給食の時間
食に関する指導
「食品の名前を知ろう」
「どこで生産されているのかな」

＜教科等における食に関する指導＞
小学部第３学年　社会科　単元名「農家の仕事」

４．給食献立のねらい

◎愛知を食べる学校給食の日の献立であり、地元豊橋市の地場産物を多く使用している。

❶豊橋市の生産量が全国１位である、大葉とうずら玉子を生かした料理とし、地元の食材に誇りをもてるようにした。

❷蒲郡市ならではの魚、めひかりや、碧南市のしらす干しなど、愛知の魚を取り入れることで、魚への関心を高められるようにした。

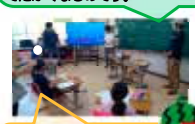
＜献立名＞
☆しらすと大葉のチャーハン
～うずら玉子入り野菜あんかけ～
☆牛乳　☆めひかりフライ
☆田原産牛乳のヨーグルト

５．JAさんとの質問タイム

Q.（しつもん）
キャベツはたくさんとれるので、はこにつめて店に運ぶのがすごいと思いました。どんなふうにして運んでいますか。

A.（こたえ）
キャベツはダンボールのはこに８こ入れて、それを60はこ分トラックにつんではこびます。

A.（こたえ）
たくさんとれるきせつ（しゅん）は、おいしくてねだんがやすくなります。でも、スイカはたくさんとれるきせつでも、おいしくするためにたくさん工夫をしているのでたかくなるのです。



Q.（しつもん）
スイカは１０００円ぐらいするのでたかすぎです。
どうしてねだんがたかいのですか。

６．教科等における食に関する指導（社会科TT）

導入

①愛知を食べる学校給食の日の献立を見て、豊橋市で生産が盛んな食材を見付ける。

②献立表からキャベツを探し、赤丸で囲む。

展開

①給食にキャベツがたくさん使われている理由を考える。

②地産地消について理解する。　給食は、地産地消。

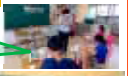
③地産地消のよいところを考える。

とれたらすぐトラックでもってきてくれる。　新しいといいと思う。

まとめ

○これから調べたいことや、やってみたいことをノートに書く。

お米かなあ…
うずら玉子！
キャベツ！！



キャベツはJAの人がたくさんしゅうかくしているからだと思う。

７．給食の時間における食に関する指導（事後指導）

①言葉（地産地消）の確認

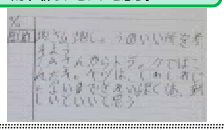
＜指導日（４限後）の給食献立＞
☆冷やし中華　☆牛乳
☆かぼちゃひき肉フライ
☆冷凍みかん

②言葉（地産地消）の理解の確認

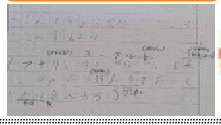
８．指導後の児童の様子（成果）

＜授業後の児童の感想＞

JAさんからトラックではこんだキャベツは、しわしわじゃないのできれい。ぼくは、新しいといいと思う。



アサリ、ヨーグルト、お米、キャベツは、げんき一（スーパー）でおいしいものを食べられる。



＜その後の給食時の様子＞
☆給食でヨーグルトが出た時に…

どこのかな？

牛乳と同じ。豊橋だよ。

（カップの側面の表示を探して）豊橋って書いてある。

食材の産地への関心が高まっている。

自分に合った量のご飯を食べよう

岡崎市立根石小学校
大矢　美代子

材料・使用量

ごはん

精白米	70 g

牛乳

牛乳	206 g

さばのおかか煮

冷）さばの切身	40 g
三温糖	3.6 g
しょうゆ	3.6 g
本みりん	1 g
酒	2 g
でんぷん	0.6 g
水	1.5 g
かつおぶし	0.8 g

根菜たっぷりみそ汁

煮干しパウダー	0.8 g
にんじん	5 g
大根	10 g
里芋（5㎜スライス）	15 g
ごぼう（ささがき）	10 g
えのき茸	5 g
みそ	8 g
葉ねぎ	9 g
乾）カットわかめ	0.4 g

ほうれん草のごま和え

ほうれん草	35 g
もやし	10 g
三温糖	0.6 g
しょうゆ	1.6 g
白いりごま	1 g

みかん

みかん（1 個）	85 g

作り方

さばのおかか煮

1. さばの切身をスチームコンベクション 200℃ 12 分焼き、5 分蒸らす。
2. 三温糖、しょうゆ、本みりん、酒を回転釜で煮立て、水溶きでんぷんでとろみをつける。
3. フライバットに焼いたさばを並べ、たれをかけた後、かつおぶしをふりかけたら出来上がり。

根菜たっぷりみそ汁

1. にんじん、大根は 5㎜のいちょう切りにする。えのきは 3㎝に切る。葉ねぎは 5㎜に切る。みそはミキサーで溶いておく。
2. 回転釜に水と煮干しパウダーを入れて加熱する。
3. ②へにんじん、大根、里芋、ごぼうの順に入れ、煮ていく。
4. ③へみそを入れ、葉ねぎ、わかめを入れたら出来上がり。

ほうれん草のごま和え

1. ほうれん草は 3㎝に切っておく。三温糖としょうゆを混ぜておく。
2. 回転釜でもやしとほうれん草をゆでて、真空冷却器で冷却する。
3. 和え釜で野菜とたれ、ごまを入れて混ぜたら出来上がり。

みかん

1. みかんを洗浄した後、塩素消毒し、ゆすぐ。

栄養価

エネルギー	たんぱく質	脂質（g）	脂質（%）	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜鉛
646kcal	23.5 g	20.5 g	28 %	332 mg	117 mg	3.1 mg	2.9 mg

ビタミン				食物繊維	食塩相当量	1 食の価格
A	B1	B2	C			
338μgRAE	0.62 mg	0.63 mg	47 mg	4.7 g	1.9 g	**228 円 11 銭**

おはし名人になろう

刈谷市立小垣江小学校
二村　翠

材料・使用量

ごはん

精白米	80 g

牛乳

牛乳	206 g

さわらの西京焼き

さわらの西京焼き	40 g

野菜の卵とじ

鶏肉（もも皮つきぶつ切り）	15 g
卵（液卵）	22 g
ちくわ	8 g
水菜	8 g
にんじん	13 g
れんこん（いちょう5mm）	13 g
たけのこ（千切り）	10 g
玉ねぎ	34 g
干ししいたけ	0.8 g
中双糖	1.6 g
塩	0.08 g
しょうゆ（濃口）	2.9 g
本みりん	0.8 g
だしの素（和風）	1.5 g

昆布豆

大豆	24 g
角昆布（乾燥）	0.8 g
しょうゆ	1.6 g
中双糖	3.5 g

作り方

さわらの西京焼き

1. ＳＶロースターを 200℃ 10 分程度に設定する。
2. 間隔を空けてさわらを鉄板に並べる。
3. 少し焼き目がつくように焼く。

野菜の卵とじ

1. 干ししいたけは、異物確認をした後、洗って戻す。
2. にんじんは 5㎜のいちょう切り、水菜は 30㎜の長さに切り、玉ねぎは 10㎜の色紙切り、ちくわは 6㎜の輪切りにする。
3. 釜を温め、鶏肉を入れて炒める。
4. れんこん、たけのこ、干ししいたけ、水、和風だしを入れて、あくをとりながら煮る。
5. にんじん、玉ねぎ、中双糖を入れて煮る。
6. ちくわ、しょうゆを入れて煮る。
7. 液卵を数回に分けて入れ、ふたをして火を通す。
8. 水菜を入れ、塩で味を整える。

昆布豆

1. 角昆布を水で 30 分以上戻す。
2. 大豆、昆布、水を入れて煮る。
3. 中双糖を入れてしばらく煮た後、しょうゆを加えて煮る。

栄養価

エネルギー	たんぱく質	脂質（g）	脂質（%）	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜鉛
666kcal	30 g	18.2 g	24.6 %	304 mg	78 mg	2.7 mg	3 mg

ビタミン				食物繊維	食塩相当量	1 食の価格
A	B1	B2	C			
225μgRAE	0.59 mg	0.66 mg	18 mg	3.6 g	1.9 g	**249 円 26 銭**

江南市でとれる野菜を知り、進んで食べよう

江南市立西部中学校
竹島　淳子

材料・使用量

麦ごはん

精白米	100 g

牛乳

牛乳	206 g

江南野菜たっぷりひきずり

鶏肉（もも）	40 g
焼き豆腐	40 g
糸こんにゃく	28 g
角ふ	18 g
本しめじ	15 g
大根	20 g
越津ねぎ	25 g
白菜	20 g
小松菜	15 g
菜種油	1 g
上白糖	4 g
しょうゆ	6.5 g
酒	1.3 g

野菜入りはんぺんの生姜じょうゆ

野菜入りはんぺん	60 g
菜種油	1.3 g
おろし生姜	0.4 g
上白糖	0.8 g
本みりん	0.5 g
しょうゆ	1 g
でんぷん	0.3 g

茎わかめのおかか和え

茎わかめ	8 g
にんじん	15 g
キャベツ	20 g
しょうゆ	1 g
上白糖	0.8 g
花かつお	0.5 g

作り方

江南野菜たっぷりひきずり

1. 大根は拍子切り、白菜、小松菜は2㎝幅、越津ねぎは1㎝幅に切る。本しめじは石づきをとって、ほぐしておく。
2. 焼き豆腐は角切り、糸こんにゃくは下ゆでをする。
3. 油を熱し、鶏肉を炒めながら、酒をふりかける。大根、しめじを入れてしばらく煮た後、こんにゃく、角ふ、豆腐、ねぎを加える。
4. ③に上白糖、しょうゆで味を付け、最後にねぎ、小松菜を入れる。

野菜入りはんぺんの生姜じょうゆ

1. 野菜入りはんぺんを焼く。
2. 調味料と適量の水を煮立てて、たれをつくる。
3. ①の上に②をかける。

茎わかめのおかか和え

1. にんじん、キャベツは千切りにする。
2. ①と茎わかめをゆでて冷まし、水気をきる。
3. 調味料で味を付ける。

栄養価

エネルギー	たんぱく質	脂質（g）	脂質（%）	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜鉛
827 kcal	35.1 g	21.2 g	23.1 %	407 mg	116 mg	4.2 mg	3.5 mg

ビタミン				食物繊維	食塩相当量	1食の価格
A	B1	B2	C			
343μgRAE	0.69 mg	0.61 mg	33 mg	6 g	2.9 g	**264円71銭**

食べ物に関心をもとう

蟹江町立学戸小学校
奥山　益代

材料・使用量

ごはん

精白米	……	60 g

牛乳

牛乳	……	206 g

さんまの蒲焼き

さんま開き	……	40 g
大豆白絞油	……	4 g
しょうゆ	……	3 g
上白糖	……	2.5 g
本みりん	……	0.5 g
水	……	10 g
でん粉	……	0.2 g

沢煮椀

豚肉スライス細切	……	12 g
大根	……	18 g
ごぼうささがき	……	15 g
にんじん	……	10 g
ねぎ	……	6 g
干ししいたけ	……	0.5 g
薄口しょうゆ	……	4 g
酒	……	0.5 g
塩	……	0.04 g
削り節パック	……	3.5 g
水	……	110 g

ひじきのサラダ

米ひじき	……	2 g
ささみ油漬け	……	8 g
キャベツ	……	20 g
冷ホールコーン	……	5 g
薄口しょうゆ	……	1 g
上白糖	……	1 g
青じそドレッシング	……	3 g
塩	……	0.01 g
こしょう	……	0.01 g

作り方

さんまの蒲焼き

1. しょうゆ、上白糖、本みりん、水を煮立て、水溶きでんぷんを入れてたれを作る。
2. さんま（粉付）を 175 度 2 分半位で揚げる。
3. 揚げたさんまに①のたれをからめる。

沢煮椀

下処理

大根、にんじんは、千切（にんじん切刃）
ねぎは、細目の小口切（L－4 刃）
ごぼうささがきは、洗う
干ししいたけは、洗って戻し、戻し汁使用
削り節パックで出汁をとる

1. 豚肉をほぐして炒める。
2. ごぼうを入れて炒め、出汁を入れて煮る。
3. にんじん、だいこん、戻ししいたけを入れて煮る。
4. アクや油をとり、調味料を入れて味付けをする。
5. ねぎを入れて仕上げる。

ひじきのサラダ

下処理

ひじきは、洗って戻す
キャベツは細切（L－4 刃）
ささみ油漬けは、消毒、開封
青じそドレッシングは、消毒、開封

1. 薄口しょうゆ、上白糖は煮立てて冷ます。
2. 米ひじき、キャベツ、冷凍ホールコーンはボイルし、真空冷却する。
3. ひじきにたれを混ぜて、味をなじませる。
4. 他の材料を入れて混ぜ、調味料を入れて和える。

栄養価

エネルギー	たんぱく質	脂質（g）	脂質（%）	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜鉛
590 kcal	26.4 g	24.1 g	36.8 %	295 mg	90 mg	2 mg	2.4 mg

ビタミン				食物繊維	食塩相当量	1 食の価格
A	B1	B2	C			
172μgRAE	0.3 mg	0.57 mg	15 mg	3.8 g	1.6 g	**216 円 37 銭**

りっちゃんのサラダのげんきのひみつをさぐろう

西尾市立東幡豆小学校
中川　聡恵

材料・使用量

ごはん

精白米	……	80 g

牛乳

牛乳	……	206 g

カレイフライのレモン煮

カレイフライ		……	50 g
揚げ油		……	適量
A	上白糖	……	3.5 g
	本みりん	……	5 g
	しょうゆ	……	4 g
	レモン汁	……	2 g

元気サラダ

ハム		……	7 g
にんじん		……	5 g
キャベツ		……	18 g
きゅうり		……	5 g
コーン		……	8 g
塩昆布		……	1 g
花かつお		……	0.5 g
B	サラダ油	……	1 g
	酢	……	2 g
	上白糖	……	1.5 g
	塩	……	0.05 g

みそけんちん汁

ごぼう	……	10 g
木綿豆腐	……	45 g
油揚げ	……	3 g
にんじん	……	12 g
ねぎ	……	5 g
大根	……	15 g
厚削り節	……	1.5 g
和風だしの素	……	0.5 g
豆みそ	……	11.5 g
ごま油	……	0.5 g

作り方

カレイフライのレモン煮

1. カレイフライを揚げる。
2. Aの調味料を加熱して溶かす。
3. 揚がったカレイフライに②のタレをかける。

元気サラダ

1. Bの調味料を混ぜてドレッシングを作る。
2. ハムは短冊、にんじんは千切り、キャベツはスライス、きゅうりは輪切りにする。
3. ハム、切った野菜をゆでる。
4. ゆでた食材にコーン、塩昆布、花かつお、①のドレッシングを和える。

みそけんちん汁

1. ごぼうはささがき、豆腐はさいの目、油揚げは短冊、にんじんと大根は千切り、ねぎは小口切りにする。
2. 厚削りでだしを取る。
3. 火の通りにくいものから入れて煮込み、和風だし、豆みそを溶いて加える。ごま油を入れて仕上げる。

栄養価

エネルギー	たんぱく質	脂質（g）	脂質（%）	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜鉛
692 kcal	26.3 g	19.9 g	25.8 %	642 mg	148 mg	2.8 mg	3 mg

ビタミン				食物繊維	食塩相当量	1食の価格
A	B1	B2	C			
206μgRAE	0.59 mg	0.5 mg	18 mg	4.2 g	3 g	**246円84銭**

魚も食べて元気に体を成長させよう

瀬戸市立西陵小学校
周防　明子

材料・使用量

ごはん

精白米	……	70 g

牛乳

牛乳	……	206 g

メヒカリのフライ

メヒカリフライ	……	40 g
揚げ油	……	4 g

キャベツと大葉のあえもの

キャベツ	……	25 g
緑豆もやし	……	20 g
大葉	……	1 g
しょうゆ	……	1 g
米酢	……	0.5 g
上白糖	……	0.5 g
いりごま	……	2 g

たまねぎのみそ汁

豚肉ももスライス	……	15 g
木綿豆腐	……	25 g
じゃがいも	……	20 g
たまねぎ	……	40 g
にんじん	……	8 g
えのきたけ	……	10 g
生わかめ	……	3 g
葉ねぎ	……	8 g
かつお厚削り	……	3 g
豆みそ	……	8 g

作り方

メヒカリのフライ

1. メヒカリのフライを揚げる。

キャベツと大葉のあえもの

1. キャベツ、大葉は千切り、緑豆もやしは食べやすい長さに包丁を入れる。
2. キャベツ、大葉、緑豆もやしをゆでて、冷却する。
3. 調味料を合わせておく。
4. ②の野菜と調味料を混ぜ合わせ、いりごまを振り入れ、あえる。

瀬戸市産たまねぎのみそ汁

1. かつお厚削りでだしをとる。
2. 木綿豆腐はさいの目切り、じゃがいもは 1.5㎝角切りにし水にさらす。たまねぎは 5㎜スライス、にんじん 5㎜いちょう切り、えのきたけは 2㎝の長さ、生わかめは細かく切る。ねぎは 5㎜小口切りにする。
3. ①のだしに豚肉、にんじん、じゃがいもを入れる。
4. ③の材料に火が通ったら、たまねぎ、豆腐、えのきたけを入れる。
5. みそを入れ、わかめ、ねぎを入れて、仕上げる。

栄養価

エネルギー	たんぱく質	脂質（g）	脂質（%）	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜鉛
648 kcal	29.4 g	23.4 g	32.5 %	483mg	115 mg	3 mg	3.6 mg

ビタミン				食物繊維	食塩相当量	1 食の価格
A	B1	B2	C			
213μgRAE	0.39 mg	0.57 mg	25 mg	5.5 g	1.8 g	**253 円 24 銭**

よくかんで食べることのよさを知ろう

あま市立甚目寺南小学校
増田　志津恵

材料・使用量

ごはん

精白米	60 g

牛乳

牛乳	206 g

たこのから揚げ

たこのから揚げ	50 g
なたね油	5 g
しょうゆ	1.5 g
上白糖	1.5 g
米酢	0.3 g
本みりん	0.5 g
片栗粉	0.1 g

小松菜の和え物

小松菜	20 g
もやし	15 g
ロースハム	8 g
薄口しょうゆ	2 g
上白糖	0.6 g

呉汁

冷凍豆腐	25 g
たまねぎ	18 g
にんじん	10 g
かぼちゃ	15 g
油揚げ	3 g
根深ねぎ	5 g
大豆ペースト	10 g
白みそ	9 g
削り節パック	2.5 g

オレンジ

オレンジ	40 g

作り方

たこのから揚げ

1. しょうゆ、上白糖、米酢、本みりん、片栗粉でタレを作る。
2. たこのから揚げを揚げて、タレを絡める。

小松菜の和え物

1. 小松菜は２cmにカットする。
2. 小松菜、もやし、ロースハムをそれぞれボイルし、冷却する。
3. 薄口しょうゆと上白糖で和える。

呉汁

1. 削り節でだしをとる。
2. 大豆ペーストはだしで溶いておく。
3. たまねぎはスライス、にんじんはイチョウ切り、かぼちゃは 1.5cmの角切り、根深ねぎは小口切りにする。油揚げは細切りにして油抜きしておく。
4. だし汁で、にんじん、たまねぎを煮て、油揚げ、豆腐、かぼちゃを加え、大豆ペーストと白みそを加える。
5. 根深ねぎを加える。

栄養価

エネルギー	たんぱく質	脂質（g）	脂質（%）	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜鉛
619 kcal	29.5 g	17.7 g	25.7 %	326 mg	112 mg	2.4 mg	3.3 mg

ビタミン				食物繊維	食塩相当量	1 食の価格
A	B1	B2	C			
259μgRAE	0.58 mg	0.47 mg	40mg	3.7 g	1.8 g	**277 円 64 銭**

食品ロスについて考えよう

大治町立大治南小学校
森田　咲紀

材料・使用量

ごはん

精白米	60 g

牛乳

牛乳	206 g

名古屋コーチンのそぼろご飯

鶏ひき肉	40 g
しょうが	0.5 g
枝豆	8 g
植物油	0.5 g
酒	1 g
上白糖	1.5 g
薄口しょうゆ	2 g
鶏卵	20 g
塩	0.2 g
酒	1 g
上白糖	1 g
植物油	0.5 g

大治にんじんとたまねぎのカリカリ揚げ

にんじん	20 g
たまねぎ	20 g
でんぷん	5 g
植物油	4 g
塩	0.2 g
こしょう	0.2 g

ふるさとのみそ汁

冷凍豆腐	20 g
油揚げ	2 g
キャベツ	25 g
小松菜	15 g
みつば	2 g
削り節	2 g
豆みそ	9 g

冷凍みかん

冷凍みかん	120 g

作り方

名古屋コーチンのそぼろご飯

1. 枝豆は、ゆでておく。
2. しょうがは、すりおろしておく。
3. 鍋に油を入れて熱し、鶏ひき肉、酒、しょうがを加えて炒める。
4. 上白糖と薄口しょうゆを加えて、そぼろ状になるように炒める。
5. 鶏卵に、塩、酒、上白糖を入れて、よく混ぜておく。
6. 別の鍋に油を入れて熱し、⑤を入れて、できるだけ細かい炒り卵を作る。
7. ご飯に、④のそぼろ、⑤の炒り卵、①の枝豆をかける。

大治にんじんとたまねぎのカリカリ揚げ

1. にんじんは千切り、たまねぎはスライスにしておく。
2. ①に、それぞれ片栗粉をまぶしておく。
3. 170℃くらいの油で、カリッとなるように②をそれぞれ揚げる。
4. ③の油をしっかり切って、塩こしょうで味を調える。

ふるさとのみそ汁

1. 油揚げは油抜きをしておく。
2. キャベツは千切り、小松菜、みつばは 1㎝くらいに切っておく。
3. 鍋に水を入れ、削り節でだしをとっておく。
4. ③に油揚げ、キャベツ、豆腐を入れ、火が通ったら、溶かしたみそを加える。
5. 小松菜、みつばを入れて味を調えて仕上げる。

栄養価

エネルギー	たんぱく質	脂質（g）	脂質（%）	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜鉛
644 kcal	27 g	20.8 g	29 %	346 mg	102 mg	2.8 mg	2.9 mg

ビタミン				食物繊維	食塩相当量	1 食の価格
A	B1	B2	C			
408μgRAE	0.36 mg	0.57 mg	67mg	4.4 g	2 g	**231 円 06 銭**

やさいのパワーちょうさたい

東海市立三ツ池小学校
西尾　絵美

材料・使用量

ごはん

精白米	70 g

牛乳

牛乳	206 g

ワンタンスープ

鶏肉	12 g
にんじん	8 g
玉ねぎ	25 g
チンゲン菜	12 g
ねぎ	8 g
きくらげ（乾）	0.5 g
ワンタンの皮	6 g
鶏ガラスープ	3 g
中華だし	0.5 g
薄口しょうゆ	4 g
食塩	0.2 g
こしょう	0.03 g
水	100 g

豚肉と野菜のスタミナ炒め

豚肉	40 g
小松菜	10 g
にら	10 g
もやし	15 g
にんじん	12 g
こんにゃく寒天	0.4 g
にんにく	0.3 g
赤みそ	2.4 g
しょうゆ	2.4 g
上白糖	2.1 g
本みりん	0.8 g
食塩	0.15 g
ごま油	0.3 g
コチジャン	0.2 g

冷凍みかん

冷凍みかん	80 g

作り方

ワンタンスープ

1. 鶏肉は一口大、にんじんは 6㎜幅の短冊切り、玉ねぎは薄切り、チンゲンサイは 1㎝、ねぎは 5mm の小口切りにする。
2. 少量の水で鶏肉を炒める。
3. にんじん、玉ねぎと塩こしょうを加え炒める。
4. 定量の水を入れて煮る。
5. きくらげ、チンゲンサイ、ワンタンの皮、ねぎ、調味料を入れて煮る。
6. 塩で味を整えて仕上げる。

豚肉と野菜のスタミナ炒め

1. 豚肉は 1㎝幅の平切り、小松菜とにら、もやしは 2㎝に切る、にんじんは 6㎜幅の短冊切り、にんにくはおろしておく。
2. 鍋に豚肉とにんにくを入れ炒める。
3. ②に火が通った、にんじんと半量の塩を加え炒める。
4. にんじんにある程度火が通ったら小松菜、もやし、にらを入れ炒める。
5. 火が通り水が出てきたら余分な水を捨て、こんにゃく寒天を入れ簡単に炒め混ぜる。
6. 上白糖、みそ、コチジャン、本みりん、しょうゆ、塩、ごま、ごま油を加え炒め味が整ったら完成。

冷凍みかん

1. 冷凍庫から時間を見ながら出す。

栄養価

エネルギー	たんぱく質	脂質（g）	脂質（%）	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜鉛
607 kcal	26.4 g	16.2 g	24 %	307 mg	72 mg	1.8 mg	3 mg

ビタミン				食物繊維	食塩相当量	1 食の価格
A	B1	B2	C			
246μgRAE	0.48 mg	0.59 mg	13 mg	3.1 g	2.4 g	**272 円 73 銭**

私の生活、大発見！

春日井市立東野小学校
佐藤　真澄

材料・使用量

ごはん

精白米	70 g

牛乳

牛乳	206 g

新玉ねぎと新じゃがいもの卵とじ

液卵	40 g
たまねぎ	35 g
じゃがいも	20 g
にんじん	10 g
冷凍さやいんげん	10 g
高野豆腐	7 g
しょうゆ	5 g
むろ削り	3.5 g
中双糖	2.5 g
本みりん	2 g
塩	0.1 g

ちくわのお茶天ぷら

焼きちくわ	40 g
お茶の粉	0.3 g
小麦粉	3 g
でん粉	1 g
米油	4 g

キャベツのたくあん和え

キャベツ	25 g
たくあん	8 g
白ごま	1 g

ミニアセロラゼリー

ミニアセロラゼリー	22 g

作り方

新玉ねぎと新じゃがいもの卵とじ

1. 新玉ねぎは薄切り、にんじんはいちょう切り、新じゃがいもは角切りにする。さやいんげんは解凍する。むろ削りで一人 40ml 分のだしをとっておく。
2. 鶏肉を炒め、だしをとり、にんじんとたまねぎを入れて煮る。
3. じゃがいもと調味料を入れて煮る。
4. 高野豆腐を入れて、液卵を半分流し入れて煮る。
5. 半分固まったら、残りの液卵を入れて煮る。
6. いんげんを仕上げに入れ、温度を上げ仕上げる。

ちくわのお茶天ぷら

1. 小麦粉、でん粉、お茶の粉を水で溶いて、バッター液を作る。
2. ちくわを①のバッター液ににくぐらせ、175℃の油で揚げる。

キャベツのたくあん和え

1. キャベツは 5㎜スライスで切る。
2. 熱湯でゆでて、冷却機で冷やす。
3. ②のキャベツときざみたくあんをごまといっしょに和える。

栄養価

エネルギー	たんぱく質	脂質（g）	脂質（%）	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜鉛
667 kcal	29.4 g	20.3 g	26.7 %	326 mg	79 mg	5.1 mg	3.2 mg

ビタミン				食物繊維	食塩相当量	1 食の価格
A	B1	B2	C			
193μgRAE	0.47 mg	0.54 mg	50 mg	4 g	2.3 g	**212 円 5 銭**

日常食の調理と地域の食文化

瀬戸市立品野中学校
栗田　陽子

材料・使用量

麦ごはん

精白米	90 g
精麦	10 g
強化米	0.9 g

牛乳

牛乳	206 g

みそおでん

豚もも肉	18 g
はんぺん	15 g
焼きちくわ	15 g
さといも	35 g
大根	40 g
にんじん	12 g
板こんにゃく	30 g
生あげ	30 g
うずら卵	25 g
豆みそ	7 g
三温糖	8 g
本みりん	2.4 g
かつお（厚削り）	4 g

五色和え

ショルダーベーコン	20 g
小松菜	20 g
ほうれん草	20 g
にんじん	10 g
もやし	20 g
ひじき	1.2 g
ホールコーン	7 g
上白糖	4 g
濃口しょうゆ	3.5 g

納豆

作り方

みそおでん

1. かつお（厚削り）でだしをとる。
2. 食材を食べやすい大きさに切る。
   豚肉…2～3cm、　はんぺん…一口大
   焼きちくわ…1cm輪切り　、さといも…一口大
   にんじん、だいこん…いちょう切り
   こんにゃく…色紙切り　、生揚げ…色紙切り
3. 釜にだし汁を入れて、豚肉、にんじん、だいこんを入れる。
4. さといも、こんにゃく、生揚げ、うずら卵を加えて煮る。
5. 具材に火が通ったら、調味料を入れる。
6. 煮込んで仕上げる。

五色あえ

1. にんじんは小短、小松菜とほうれん草は３～4cmに切ってボイルする。
2. ひじきは水でもどしてよく洗い、ボイルする。ベーコンもボイルする。
3. ①と②を冷却する。
4. すべての材料と調味料を和えて、仕上げる。

納豆

1. 数をかぞえ、クラスごとに分ける。

栄養価

エネルギー	たんぱく質	脂質（g）	脂質（%）	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜鉛
828 kcal	39.6 g	23.9 g	25.9 %	417 mg	156 mg	6.2 mg	4.7 mg

ビタミン				食物繊維	食塩相当量	1食の価格
A	B1	B2	C			
426μgRAE	0.87 mg	0.85 mg	29 mg	8 g	2.6 g	**308円86銭**

給食のみそ汁の美味しさの秘密を解こう　～食べて元気に～

西尾市立八ツ面小学校
冨田　直美

材料・使用量

ごはん

精白米	80	g

牛乳

牛乳	206	g

おから入り和風ハンバーグ

豚ひき肉	15	g
牛ひき肉	15	g
おから	10	g
たまねぎ	20	g
にんじん	8	g
れんこん	5	g
むきえだまめ	3	g
干しひじき	0.2	g
パン粉	6	g
塩	0.1	g
こしょう	0.01	g
A しょうゆ	2	g
A 本みりん	2	g
A 三温糖	2	g
A 焼肉のたれ	5	g
A だいこん	20	g

キャベツのごまゆかり和え

キャベツ	36	g
ゆかり粉	0.3	g
すりごま	1	g

青菜のみそ汁

木綿豆腐	30	g
油揚げ	2	g
もやし	12	g
だいこん	12	g
チンゲン菜	10	g
ねぎ	5	g
えのき	8	g
豆みそ	10	g
鰹節	1.8	g

作り方

おから入り和風ハンバーグ

1. たまねぎ、にんじんはみじん切りにする。れんこんは半分みじん切りにして、残りはすりおろす。
2. ひじきは、戻しておく。えだまめはゆでておく。
3. 豚ひき肉、牛ひき肉、①②を合わせてパン粉、塩を加えてよく練り混ぜる。ハンバーグ型に成型する。
4. A で和風おろしのソースを作る。だいこんはすりおろし、A の調味料を入れ一度煮立て、ソースを作る。

キャベツのごまゆかり和え

1. キャベツは 1㎝幅程度に切る。
2. ①をゆでて冷却をする。
3. ②にゆかり粉、すりごまを加えて和える。

青菜のみそ汁

1. 豆腐はさいの目に切る。油揚げは短冊に切る。チンゲン菜は 1㎝程度の幅に切る。だいこんは短冊に切る。ねぎは小口切り。えのきは 1/2 に切る。もやしは食べやすい大きさに切る。
2. 鰹節でだし汁をとる。
3. ②にだいこん、えのき、チンゲン菜、もやし、豆腐、油揚げを入れて火を通す。
4. みそを溶き入れ、仕上げにねぎを加える。

栄養価

エネルギー	たんぱく質	脂質（g）	脂質（%）	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜鉛
656 kcal	27 g	19.3 g	26 %	357 mg	136 mg	3.4 mg	4.3 mg

ビタミン A	ビタミン B1	ビタミン B2	ビタミン C	食物繊維	食塩相当量	1 食の価格
239μgRAE	0.67 mg	0.51 mg	31 mg	5.9 g	2.1 g	**245 円 80 銭**

かみかみ、モグモグして元気をつくろう

豊橋市立くすのき特別支援学校
梅田　恭子

材料・使用量

ごはん

精白米	80 g

牛乳

牛乳	206 g

めひかりフライ

めひかりフライ（2尾）	32 g
米白絞油	6.4 g

茎わかめのきんぴら

糸こんにゃく	4 g
にんじん	15 g
れんこん	20 g
米酢	0.4 g
茎わかめ	8 g
三温糖	0.4 g
濃口しょうゆ	0.8 g
本みりん	0.8 g
酒	0.8 g
米サラダ油	1.6 g

白みそ汁

じゃがいも	20 g
油揚げ	5 g
冷凍豆腐	30 g
たまねぎ	20 g
だいこん	10 g
ぶなしめじ	4 g
根深ねぎ	10 g
空芯菜	10 g
白みそ	11.2 g
削節	3 g

作り方

めひかりフライ

1. 米白絞油でめひかりフライを揚げる。
2. 中心温度計で温度を確認する。

茎わかめのきんぴら

1. 糸こんにゃくは、ボイルし、あく抜きをする。
2. れんこんはスライスし、酢水につける。茎わかめは洗う。
3. 材料は短冊切りにし、かみごたえのあるように厚めに切る。
4. 米サラダ油で、にんじん、こんにゃく、れんこん、茎わかめを炒め、調味料で味付けする。
5. 中心温度計で温度を確認する。

白みそ汁

1. 削節でだしをとる。
2. 油揚げは油抜きをする。
3. だいこん、じゃがいもは短冊切り、たまねぎは半分に切り4㎜カット、ぶなしめじは、石づきを切り、ほぐす。根深ねぎは、ななめに切る。
4. だし汁にだいこん、じゃがいも、たまねぎ、ぶなしめじ、根深ねぎ、油揚げ、豆腐、溶いたみそを入れ、空芯菜を入れ、仕上げる。
5. 中心温度計で温度を確認する。

栄養価

エネルギー	たんぱく質	脂質（g）	脂質（%）	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜鉛
645kcal	22.8 g	19.1 g	27 %	370 mg	109 mg	4.0 mg	2.5 mg

ビタミン				食物繊維	食塩相当量	1食の価格
A	B1	B2	C			
222μgRAE	0.59 mg	0.45 mg	24 mg	5.7 g	2.0 g	**253円37銭**

農家の仕事

愛知県立豊橋聾学校
髙橋　　萌

材料・使用量

しらすと大葉のチャーハン

無洗米	……	70 g
強化米	……	0.48 g
鶏ひき肉	……	45 g
しらす干し	……	8 g
赤パプリカ	……	8 g
黄パプリカ	……	8 g
大葉	……	1 g
ごま油	……	1 g
中華風だしの素	……	1.5 g
濃口しょうゆ	……	0.5 g
こしょう	……	少々

うずら卵入り野菜あんかけ

うずら卵	……	20 g
たまねぎ	……	30 g
にんじん	……	10 g
キャベツ	……	50 g
葉ねぎ	……	5 g
ごま油	……	1 g
中華風だしの素	……	1.5 g
濃口しょうゆ	……	1.5 g
オイスターソース	……	2 g
ガーリックパウダー	……	0.5 g
でんぷん	……	4 g

牛乳

牛乳	……	206 g

めひかりフライ

めひかりフライ	……	2 個
大豆白絞油	……	4 g

田原産牛乳のヨーグルト

田原産牛乳のヨーグルト	……	1 個

作り方

しらすと大葉のチャーハン

1. パプリカは１㎝の角切り、大葉は千切りにする。
2. しらす干しをごま油で炒め、パチパチと音がして表面が乾いてきたら取り出す。
3. 大葉をさっとゆでて中心温度を確認したら取り出し、水気を絞る。
4. 鶏ひき肉をごま油で炒め、さらにパプリカを加えて炒めて調味する。
5. 大葉をほぐし、しらす干しと合わせておく。
6. 炊いたごはんに④と⑤を混ぜる。

うずら卵入り野菜あんかけ

1. たまねぎは縦半分に切ってから横半分に切り、５㎜幅にスライスする。にんじん、キャベツは１㎝幅の短冊切りにする。葉ねぎは小口切りにする。
2. うずら卵は下茹でしておく。
3. たまねぎ、にんじんをごま油とガーリックパウダーでさっと炒め、ひたひたの水で煮る。
4. にんじんが軟らかくなってきたら、キャベツとうずら卵を加えて調味し、一人当たり 200ml になるように水を加えて再度煮る。
5. 水溶き片栗粉と葉ねぎを加えて仕上げる。

めひかりフライ

1. めひかりフライは、170 度で５分ほど揚げる。

栄養価

エネルギー	たんぱく質	脂質（g）	脂質（%）	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜鉛
743kcal	31 g	25.3 g	30.6 %	441 mg	93 mg	2.2 mg	3.4 mg
ビタミン				食物繊維	食塩相当量	１食の価格	
A	B1	B2	C			**400 円 68 銭**	
263μgRAE	0.61 mg	0.49 mg	26 mg	2.8 g	2.3 g		

まぐろと大豆のみそがらめ

豊田市立稲武小学校　大見　友子

材料・使用量　（小学生一人分量）

まぐろ角切り	35 g
すりおろししょうが	0.8 g
大豆水煮	20 g
でんぷん	4 g
米ぬか油	5.5 g
豆みそ	3.5 g
濃口しょうゆ	1 g
三温糖	1.5 g
本みりん	1 g
すりごま	1 g
いりごま	0.4 g

作り方

1. 豆みそとしょうゆ、三温糖、本みりんを煮立て、たれを作る。
2. まぐろをすりおろししょうがにまぜ、下味をつけておく。
3. まぐろと大豆はそれぞれでんぷんをまぶして油で揚げる。
4. まぐろと大豆が熱いうちに、①のたれと、すりごま、いりごまを加えてからめる。

栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂　質	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜　鉛	ビタミン A	ビタミン B1	ビタミン B2	ビタミン C	食物繊維	食塩相当量
	151kcal	11.2g	8.2g	40mg	42mg	1.3mg	0.8mg	1μgRAE	0.09mg	0.05mg	0mg	1.7g	0.5g

夏!! マーボー

豊橋市立飯村小学校　小菅　理恵

材料・使用量　（小学生一人分量）

豚ひき肉	28 g
にんにく	0.24 g
しょうが	0.24 g
たまねぎ	48 g
なす	12 g
トマト	12 g
豆腐	78.4 g
葉ねぎ	6.4 g
赤みそ	5.6 g
テンメンジャン	1.6 g
片栗粉	0.8 g
たまりしょうゆ	1.6 g
中華だしの素	0.8 g
ケチャップ	1.6 g
トウバンジャン	0.4 g
三温糖	0.16 g
ごま油	0.4 g
米サラダ油	0.5 g

作り方

＜下処理＞

- にんにく、しょうがをみじん切りにする。
- たまねぎを 1cm のさいの目切り、なす、トマトを 1.5cm のさいの目切りにする。
- 葉ねぎを 0.5cm の小口切りにする。

1. 油、豚肉、にんにく、しょうがを入れ、炒める。
2. 豚肉に火が通ったら、たまねぎを入れ、しんなりするまで炒め、調味料を入れ、混ぜる。
3. なす、トマトの順に入れ、なすに火が通るまで炒める。
4. 豆腐をボイルして入れ、優しく混ぜる。
5. 全体的に味がなじんだら、水溶き片栗粉を入れ、優しく混ぜる。
6. 最後に、葉ねぎ、ごま油を入れ、混ぜて出来上がり。

栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂　質	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜　鉛	ビタミン A	ビタミン B1	ビタミン B2	ビタミン C	食物繊維	食塩相当量
	172kcal	13.4g	8.2g	97mg	127mg	1.4mg	1.3mg	17μgRAE	0.36mg	0.11mg	8mg	2.1g	1.3g

豊橋やさいたっぷりラタトゥイユ

豊橋市立石巻中学校　宮下　　茜

材料・使用量　（中学生一人分量）

ベーコン（短冊）	10 g
にんにく	0.2 g
にんじん	25 g
なす	35 g
トマト	20 g
かぼちゃ	40 g
たまねぎ	60 g
青じそ	0.5 g
白ぶどう酒	2 g
ケチャップ	12 g
洋風だしの素	0.5 g
塩	0.2 g
こしょう	0.02 g
オリーブ油	1 g

作り方

1. にんにくはみじん切り、にんじんはいちょうの 5mm、なす、トマト、たまねぎ、かぼちゃは 1.5cm 角のさいの目切り、青じそは千切りにする。
2. オリーブ油でにんにくを炒め香りを出し、ベーコンを加え炒める。
3. ベーコン検温
4. にんじん、たまねぎを加え、よく炒める。
5. かぼちゃ、なす、トマトの順に入れ、適量の水を加えて煮る。
6. 灰汁をとり、調味料を加えてよく煮込む。
7. 野菜が煮えたら、青じそを加える。
8. 検温をして、できあがり。

栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂　質	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜　鉛	ビタミン A	ビタミン B1	ビタミン B2	ビタミン C	食物繊維	食塩相当量
	141kcal	4.1g	4.2g	36mg	28mg	0.6mg	0.6mg	328μgRAE	0.13mg	0.1mg	28mg	4.2g	0.8g

豆乳鍋

小牧市立篠岡小学校　田邉みゆき

材料・使用量　（小学生一人分量）

豚肉	20 g
にんじん	15 g
はくさい	40 g
しらたき	20 g
焼き豆腐	20 g
ねぎ	10 g
豆乳	20 g
白みそ	11 g
むろ削り	2 g
油	0.5 g

作り方

1. むろ削りでだしをとる。
2. しらたきは下茹でする。
3. にんじんは 5mm のいちょう切り、はくさいは 2cm ざく切り、ねぎは 1cm の輪切り、焼き豆腐は一口大に切る。
4. 油を入れ、豚肉を炒める。
5. ④に、にんじんを加え炒めたら、むろ削りを入れ、はくさいを加え煮る。
6. ミキサーで溶いた白みそと焼き豆腐、しらたきを加え煮る。
7. 豆乳とねぎを加えさらに加熱し、温度を確認する。

栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂　質	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜　鉛	ビタミン A	ビタミン B1	ビタミン B2	ビタミン C	食物繊維	食塩相当量
	116kcal	9.6g	4.4g	104mg	33mg	1.4mg	1.1mg	124μgRAE	0.25mg	0.11mg	12mg	2.5g	0.7g

だいコ～ンイタリアンきんぴら

愛西市立佐屋小学校　津原　　涼

材料・使用量　（小学生一人分量）

だいこん	35 g
ベーコン（細切）	8 g
にんじん	5 g
冷凍ホールコーン	5 g
にんにく	0.3 g
オリーブ油	0.5 g
しょうゆ	2.5 g
上白糖	0.7 g
塩	0.1 g
こしょう	0.01 g

作り方

1. だいこん、にんじんは拍子木切りにする。ホールコーンは解凍しておく。にんにくはみじん切りにする。
2. オリーブ油を入れた釜に、にんにく、ベーコン、だいこん、にんじん、ホールコーンの順に入れて炒める。
3. 調味料を加えて炒め合わせる。

栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂　質	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜　鉛	ビタミン				食物繊維	食塩相当量
								A	B1	B2	C		
	55kcal	1.6g	3.7g	10mg	10mg	0.1mg	0.3mg	75μgRAE	0.06mg	0.02mg	7mg	0.8g	0.7g

糸寒天のごま酢和え

津島市立南小学校　杉本　昌子

材料・使用量　（小学生一人分量）

ハム（短冊）	5 g
糸寒天	0.5 g
きゅうり	18 g
もやし	15 g
酢	1.2 g
薄口しょうゆ	2 g
上白糖	1.2 g
ごま油	0.2 g
白炒りごま	0.5 g

作り方

1. きゅうりはせん切りにする。
2. 糸寒天はもどしてゆでる。
3. きゅうり、ハム、もやしをゆでる。
4. 酢、薄口しょうゆ、上白糖を合わせて加熱しタレを作る。
5. ②、③のゆでた材料と、④のタレを和える。
6. ごま油、白炒りごまと和える。

栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂　質	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜　鉛	ビタミン				食物繊維	食塩相当量
								A	B1	B2	C		
	27kcal	1.5g	1.2g	11mg	9mg	0.1mg	0.1mg	5μgRAE	0.06mg	0.03mg	7mg	0.9g	0.4g

ごまけんちん汁

東郷町立東郷中学校　浅井　友惟

材料・使用量　（中学生一人分量）

豚肉もも	8 g
こんにゃく	10 g
洗いさといも	12 g
ごぼう（ささがき）	8 g
大根	15 g
にんじん	10 g
油揚げ	3 g
豆腐（木綿）	20 g
酒	1.2 g
食塩	0.1 g
濃口しょうゆ	4 g
白練りごま	4 g
ねぎ	5 g
ごま油	0.8 g
だし昆布	0.7 g
だししょうゆ	0.7 g
むろ厚削り	2.8 g

作り方

1. むろ厚削り、昆布でだしをとる。
2. さといも短冊、ごぼうささがき、大根イチョウ、にんじん短冊、豆腐はさいの目に切る。
3. こんにゃくを下茹でする。
4. 釜にごま油をひき、豚肉を炒める。豚肉に火が通ったら、大根、にんじん、こんにゃく、油揚げを炒めてしんなりしてきたら、だしを加えて煮る。
5. あくをとりながら煮て、火が通ったら豆腐を加えて調味料で味付けをする。

栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂　質	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜　鉛	ビタミン				食物繊維	食塩相当量
								A	B1	B2	C		
	121kcal	6.6g	7.7g	59mg	57mg	0.7mg	0.5mg	119μgRAE	0.14mg	0.05mg	5mg	2g	0.9g

カラフル揚げ

瀬戸市立瀬戸特別支援学校　渡邉　志保

材料・使用量　（小学生一人分量）

にんじん	7
たまねぎ	20
しらす干し	2
水煮大豆	15
ホールコーン	4
青じそ	1
小麦粉	7
でんぷん	3
濃口しょうゆ	0.8
塩	0.1
米油	4

作り方

1. にんじんはさいの目、たまねぎはスライス、青じそは細切りにする。ホールコーンと水煮大豆は水気をきる。
2. 油を 180℃に熱する。
3. 具材に小麦粉、でんぷん、しょうゆ、塩、水を加えて混ぜ合わせる。
4. 1 個ずつ形を整えて揚げる。

栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂　質	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜　鉛	ビタミン				食物繊維	食塩相当量
								A	B1	B2	C		
	105kcal	3.8g	5.2g	33mg	18mg	0.4mg	0.3mg	62μgRAE	0.02mg	0mg	1mg	1.9g	0.5g

愛知の玉ねぎたっぷりジンジャーチキン

尾張旭市立瑞鳳小学校　佐藤　　彩

材料・使用量　（小学生一人分量）

鶏もも肉（皮なし）	50 g
玉ねぎ	15 g
おろししょうが	0.5 g
おろしにんにく	0.2 g
濃口しょうゆ	3 g
酒	3 g
三温糖	2 g
本みりん	1 g
でんぷん	0.3 g

作り方

1. 鶏肉は広げて焼く。
2. 玉ねぎはスライスしておく。
3. ②をおろししょうが、おろしにんにくとともにあめ色になるまでよく炒める。
4. ③に調味料を加え、でんぷんでとろみをつける。
5. ①に④をたっぷりかける。

栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂　質	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜　鉛	ビタミン A	ビタミン B1	ビタミン B2	ビタミン C	食物繊維	食塩相当量
	80kcal	9.8g	2g	7mg	15mg	1mg	1mg	0μgRAE	0mg	0.1mg	4mg	0.2g	0.5g

豚肉のエスニック焼き

弥富市立弥生小学校　道越　彩花

材料・使用量　（小学生一人分量）

豚肉スライス	50 g
にんにく	0.3 g
食塩	0.2 g
カレー粉	0.1 g
ケチャップ	2 g
濃口しょうゆ	1.5 g

作り方

1. にんにくをみじん切りにし、塩、カレー粉、ケチャップ、濃口しょうゆと合わせて調味液を作る。
2. 豚肉を調味液に漬け込み、オーブンで 180 度、18 分焼く。

栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂　質	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜　鉛	ビタミン A	ビタミン B1	ビタミン B2	ビタミン C	食物繊維	食塩相当量
	79kcal	10.4g	3.4g	3mg	13mg	0.7mg	1.9mg	3μgRAE	0.41mg	0.15mg	1mg	0g	0.6g

さわらの梅みそ焼き

大府もちのき特別支援学校　濱口　真帆

材料・使用量　（中学生一人分量）

さわら	60 g
A 練り梅	2.0 g
A 豆みそ	2.0 g
A 白みそ	3.0 g
A 酒	1.0 g
A 上白糖	3.5 g
A みりん風味調味料	3.0 g

作り方

1. A を合わせ、火にかける。
2. ①の粗熱を取り、さわらの表面にぬる。
3. スチームコンベクションオーブンで焼く。

栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂　質	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜　鉛	ビタミン A	ビタミン B1	ビタミン B2	ビタミン C	食物繊維	食塩相当量
	138kcal	12.8g	6.2g	14mg	24mg	0.7mg	0.6mg	7μgRAE	0.05mg	0.21mg	0mg	0.2g	1.0g

さばのおかか煮

岡崎市立東海中学校　森岡　恵奈

材料・使用量　（中学生一人分量）

さばの切身	50 g
上白糖	4.5 g
しょうゆ	4.5 g
本みりん	1.35 g
酒	2.16 g
でんぷん	0.72 g
水	1.8 g
かつお節（刻み）	1.0 g

作り方

1. さばの切身をスチームコンベクションオーブン焼き 200℃で 15 分焼く。
2. たれ作り
   上白糖、しょうゆ、本みりん、酒を煮込み、上白糖が溶けたら水で溶いたでんぷんでとろみをつける。
3. 焼いたさばにたれをかけ、最後にかつお節をかけたら出来上がり。

栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂　質	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜　鉛	ビタミン				食物繊維	食塩相当量
								A	B1	B2	C		
	194kcal	9.8g	13.4g	5mg	18mg	0.7mg	0.5mg	22μgRAE	0.08mg	0.19mg	1mg	0g	0.8g

ひじきとじゃこのふりかけ

西尾市立一色南部小学校　齋藤　由貴

材料・使用量　（小学生一人分量）

まぐろ油漬け	8 g
しらす干し	5 g
芽ひじき	1.2 g
にんじん	5 g
かつお節	0.5 g
濃口しょうゆ	1 g
酒	0.5 g
三温糖	1.2 g

作り方

1. 芽ひじきは水で戻し、洗う。
2. しらす干しは釜でゆでておく。
3. にんじんは 3cm の千切りにする。
4. 釜に芽ひじきとにんじんと少量の水を入れ、煮る。
5. まぐろ油漬け、しらす干し、濃口しょうゆ、酒、三温糖を加え、水気を飛ばしながら炒める。
6. かつお節を入れ、水気がなくなるまで炒める。

栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂　質	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜　鉛	ビタミン				食物繊維	食塩相当量
								A	B1	B2	C		
	31kcal	3.1g	0.8g	24mg	13mg	0.1mg	0.1mg	47μgRAE	0.0.1mg	0.04mg	0mg	0.7g	0.3g

さといものジャーマンポテト

愛知県立岡崎聾学校　佐宗　郁江

材料・使用量　（中学生一人分量）

さといも 1/4 カット（冷）	50
大豆白絞油	3
たまねぎ	30
ベーコン短冊	10
きざみパセリ	0.01
有塩バター	1
チキンコンソメ	0.3

作り方

1. さといもは素揚げする。
2. たまねぎは 5mm くらいの薄さに切る。
3. バターで、たまねぎ、ベーコンを炒める。
4. ①のさといもを入れて調味し、きざみパセリをふる。

栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂　質	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜　鉛	ビタミン				食物繊維	食塩相当量
								A	B1	B2	C		
	124kcal	2.7g	4.8g	17mg	15mg	0.5mg	0.5mg	4μgRAE	0.06mg	0.01mg	4mg	1.5g	0.3g

和風ポテトサラダ

北名古屋市立白木小学校　吉田　朋世

材料・使用量　（小学生一人分量）

じゃがいも	33 g
キャベツ	15 g
きゅうり	7 g
かつお節	0.7 g
薄口しょうゆ	1.5 g
マヨネーズ（卵不使用）	6.8 g

作り方

1. じゃがいもは拍子切り、キャベツときゅうりは太めの千切りにする。
2. ①の野菜をボイルして冷却し、水気を切る。
3. ②に調味料、かつお節を加えて混ぜ合わせる。

栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂　質	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜　鉛	ビタミン A	ビタミン B1	ビタミン B2	ビタミン C	食物繊維	食塩相当量
	74kcal	1.5g	4.6g	10mg	12mg	0.2mg	0.1mg	4μgRAE	0.04mg	0.01mg	19mg	0.8g	0.4g

かりもりのごましょうゆ和え

高浜市立吉浜小学校　長谷川順子

材料・使用量　（小学生一人分量）

かりもり	20 g
きゅうり	15 g
ごま	1 g
しょうゆ	2.8 g
ごま油	0.8 g

作り方

1. かりもりは、縞模様程度に皮をむき、縦 1/2 に切った後、中のわたを取る。その後、さらに縦 1/2 に切り、5mm のスライスにする。きゅうりは、5mm の輪切りにする。
2. かりもり、きゅうりをゆで、冷ます。
3. しょうゆ、ごま油、ごまでタレを作り、冷ます。
4. かりもり、きゅうり、タレを混ぜ合わせる。

栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂　質	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜　鉛	ビタミン A	ビタミン B1	ビタミン B2	ビタミン C	食物繊維	食塩相当量
	20kcal	0.8g	1.3g	24mg	10mg	0.1mg	0.1mg	5μgRAE	0.01mg	0.01mg	4mg	0.5g	0.4g

令和３年度
学校給食の献立を教材として活用した
食に関する指導事例集

発行日　令和４年２月
発行者　公益財団法人愛知県学校給食会
〒470-1141 愛知県豊明市阿野町惣作87番地の1
TEL(0562)92-3161　FAX(0562)92-8781