

教職員用手引書

学校における 食育実践プログラム (改訂版)

平成25年3月

兵庫県教育委員会

は じ め に

近年、食生活を取り巻く社会環境が大きく変化し、朝食欠食など不規則な食生活や孤食、偏った栄養摂取、肥満傾向の増加などが見られ、子どもたちの心身の健康をめぐる諸問題が生じています。

そのような中、国では平成 17 年 7 月に「食育基本法」が、本県では平成 18 年 4 月に「食の安全安心と食育に関する条例」が施行されるなど、子どもたちが豊かな人間性を育み、生きる力を身に付ける食育を推進していくことが求められており、学校における食育を充実させていくことは大変重要となっています。

その後、平成 19 年度より本県でも栄養教諭の配置が始まり、平成 24 年 4 月 1 日現在 331 人で、全国でも 3 番目に多い配置数となっています。また、平成 20 年に小中学校の学習指導要領が改訂され、総則に「学校における食育の推進について、様々な教科等において食育を行う」という内容が明記されました。さらに、本県では平成 24 年 3 月に第 2 次食育推進計画が策定され、「校長のリーダーシップのもと、栄養教諭をはじめとして、全ての教職員が連携を図りながら、食育に組織的・計画的・継続的に取り組むことや、学校・家庭・地域が連携して様々な体験を通して推進していくこと」などが記載されました。

本プログラムの初版は、平成 17・18 年度の「食で育む子どもの未来」食育推進事業において、県下 10 校の食育推進研究校に対し、組織的・計画的な食育の実践研究をお願いし、その成果等を食育のあり方検討委員会で、平成 18 年度にまとめていただいたものですが、今回、学習指導要領の改訂やこれまでの取組等を踏まえて改訂しました。

本プログラムは、本県の食育の基本的な考え方を示し、学校で食育を進める上で、どのような考えに基づき、どのように取り組めばよいか、その手引きとなる内容を掲載しています。

学校においては、これまでも栄養教諭等の専門性を活かした給食指導や教科等における食に関する指導を実施してきていますが、食育を推進していくためには、学校の教育活動全体で取り組む必要があります。

児童・生徒の実態や地域性は異なりますが、本プログラムを有効に活用することにより、県内全ての学校において、食育が知育・徳育・体育の基礎として定着していくとともに、子どもたちが様々な体験を通じて、食に関する知識と食を選択する力を習得し、健全な食生活を実践できるようになることを心から期待しています。

最後に、本プログラムの作成にあたって、多大なご支援、ご協力をいただきました食育実践推進委員会「食育実践プログラム改訂部会」の各委員をはじめ、関係者の皆様に厚く感謝申し上げます。

平成 25 年 3 月

兵庫県教育長 大西 孝

も く じ

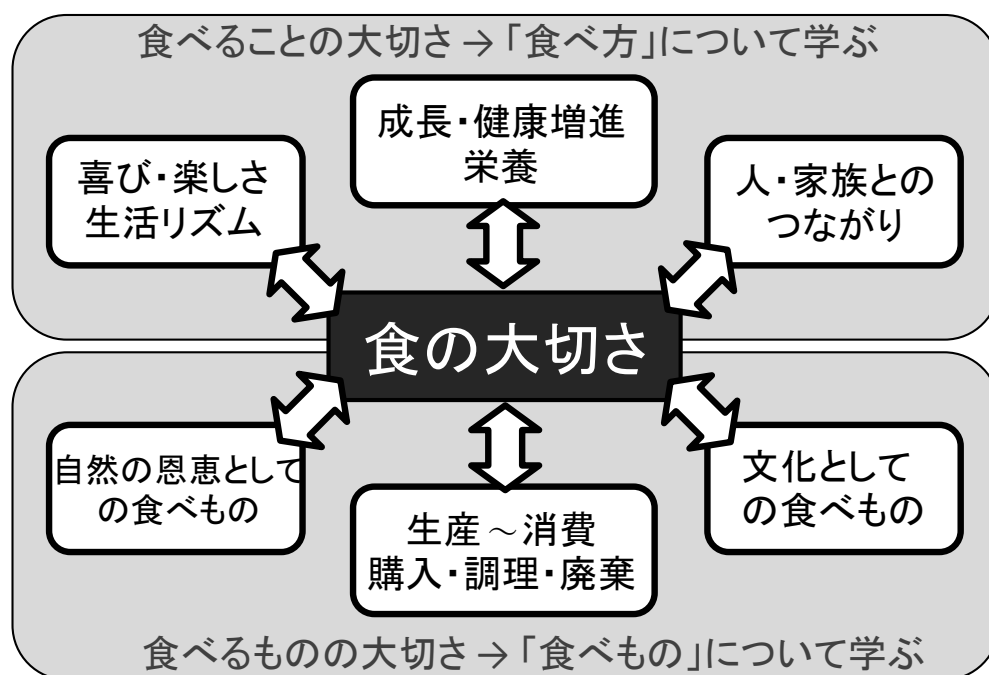
はじめに	・・・	1
第Ⅰ章 本県の学校における食育の基本的な考え方		
1 食育の意義とその指導のあり方	・・・	3
2 本県の現状と食育の基本的な考え方		
(1) 本県の現状	・・・	4
(2) 本県における食育の基本的な考え方	・・・	6
3 本県のめざす学校における食育のイメージ	・・・	8
第Ⅱ章 学校における食育の進め方		
1 取組にあたっての留意事項	・・・	9
2 食育の目標設定の考え方		
(1) 「食育基本法」「本プログラム」の枠組みと様々な学習目標の枠組みの対比	・・・	10
(2) 枠組みに基づいた食育目標の設定	・・・	11
3 学校全体で取り組むための留意点		
(1) 食育指導体制の整備	・・・	13
(2) 教職員研修の充実	・・・	13
(3) 家庭・地域との連携	・・・	13
4 食育実践のプロセスにおける留意点	・・・	14
5 食育における目標設定と評価の実際		
(1) 学習目標設定の実際	・・・	22
(2) 目標に基づく学習評価の実際	・・・	32
(3) 食生活変容の評価の実際	・・・	36
(4) 食育の取組評価の実際	・・・	37
＝資料と解説＝	・・・	41

第 I 章 本県の学校における食育の基本的な考え方

1 食育の意義とその指導のあり方

生活環境等の変化に伴う食習慣の多様化が進む中、人々は食の大切さを忘れがちであり、子どもたちの食生活の乱れが様々な形で報告されている。生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育てていくために、学校における食育の充実が重要な課題とされ、児童・生徒が食の大切さ（図表1）を、実感を伴って学ぶことが求められる。

図表1 「食」の大切さ



「食」は、「食べること」や「食べるもの」に関わる様々な内容を指している。
「食べること」は、栄養維持や健康増進のために大切であり、同時に、生活リズム、人・家族とのつながりとも密接に関わっている。また、「食べるもの」は、生産者の多大な努力・労力のたまものとして、流通や調理の過程を経てもたらされること、そして、何より自然の恵みであり、また、文化として育まれてきたものである。

食育の基本理念は食育基本法^{資料と解説1)}に定められている。食育とは、「様々な経験を通じて食への関心を高め、食に関する適切な知識と食を選択する力を習得し、健全な食生活を実践できる人間を育てること」であり、「生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきもの」と位置付けられている。そして、「子どもたちが豊かな人間性をはぐくみ、生きる力を身に付けていくためには、何よりも『食』が重要である」とあるように、特に子ども達にとって必要であることが指摘されている。また、心身の健康を増進することに加え、自然の恩恵や生産に携わる人々への感謝の念や理解を深めることも食育の目的とされ、伝統的な食文化の継承や環境と調和した生産等の配慮、さらには農山漁村の活性化、食料自給率の向上等に資することが期待されている。

改訂された学習指導要領^{資料と解説2)}では、食育基本法の制定を受けて、学校における食育の推進

が新たに明記された。総則では「児童・生徒の発達の段階を考慮して、学校の教育活動全体を通じて適切に行うものとする。特に、学校における食育の推進に関する指導については、体育科／保健体育科の時間はもとより、家庭科／技術・家庭科、特別活動などにおいてもそれぞれの特質に応じて適切に行うよう努めることとする」とされ、家庭科／技術・家庭科と体育科／保健体育科の内容の取り扱いとして、「食育の充実に資する」等が加えられた。また、特別活動〔学級活動〕の内容として「食育の観点を踏まえた学校給食」が示されたが、これは、平成20年6月改正の学校給食法^{資料と解説3)}に、「食育の推進を図ること」が学校給食の目的として明記されたことと対応している。

学校では、従来からも給食指導や教科等で食育に取り組んできた。児童・生徒が食の持つ多様な側面に気づき、食の大切さを学ぶことができるよう*、学校教育活動全体を通じて、さらに充実した食育実践としていくことが求められている。そのためには、学校長のリーダーシップのもと、「食育の目標」を明確に示し、全ての教職員がこれを十分に認識した上で、組織的・計画的・継続的に取り組んでいくことが必要となる。

* p 8「3 本県のめざす学校における食育のイメージ」参照

2 本県の現状と食育の基本的な考え方

(1) 本県の現状

ア 栄養教諭等の配置

本県では、平成17年度から食育の研究校を指定して食育に取り組み、市町では食育推進委員会等の組織の設置がなされ、学校全体、地域全体で食育推進に取り組む体制づくりが進められてきた。また、平成19年度からは、食育のコーディネーターの役割を担う栄養教諭を段階的に配置し、平成24年4月1日現在331人で、全国で3番目に多い配置数となっている。

研究校においては、栄養教諭等と連携して、効果的な実践や様々な体験活動の実施などがなされてきており、その研究成果を県全体に広めてきている。

《栄養教諭について》

食育は、栄養に関すること以外の幅広い内容が含まれており、教科や総合的な学習の時間等で行われている。栄養教諭は、学校での食育推進において重要な役割を担っていることから、学級担任等と一緒にチームティーチングで授業を行うのが基本である。しかし、栄養教諭のみに任せるのではなく、学校教育活動全体で取り組むための指導体制を整備し、全ての教職員が食育の目標と全体計画を理解した上で実践することが大切である。

また、栄養教諭は栄養の専門家として、学校給食の現場からの情報を児童・生徒や保護者へ伝えたり、専門的知識を要する様々な質問に答えたりすること、さらには、学級担任等がより正しい知識・情報を見分け、的確な教材を選択できるよう支援することなど、専門性を活かした役割を担っている。

<職 務>

栄養教諭は、栄養に関する専門性と教育に関する資質を活かして、子どもたちに対する「学校給食の管理」と「食に関する指導」を一体的に行う。

《栄養教諭の職務》

学校給食管理

- 学校給食に関する基本計画の策定への参画
- 学校給食における栄養量、食品構成に配慮した献立作成
- 学校給食の調理、配食及び施設設備の使用方法等に関する指導・助言
- 調理員、施設整備の衛生管理
- 食品に関する衛生管理
- 学校給食用物資の選定、購入、保管

+

食に関する指導の教職員間、家庭や地域との連携・調整

- 食に関する指導に係る全体計画作成等への参画
- 学校給食だよりなどを活用した家庭への働きかけや地域の生産者等と連携した体験学習の実施

個別的な相談指導

- 肥満・過度の痩身、偏食傾向やアレルギー等に関する児童・生徒への個別的指導

教科等における指導

- 学校給食を生きた教材として活用し、学級担任や教科担任と連携した食に関する指導

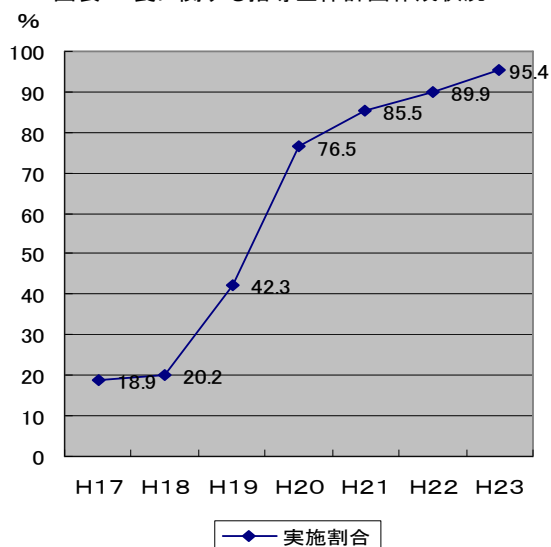
〔参考文献:「栄養教諭制度について」文部科学省資料〕

イ 食に関する指導計画の作成状況

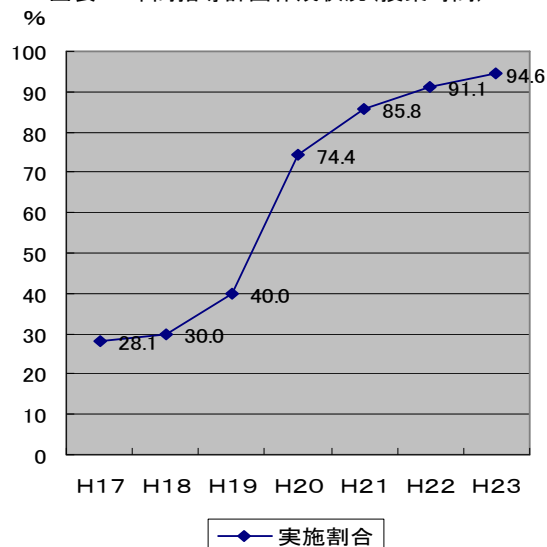
食に関する指導の全体計画及び年間指導計画（授業時間）の作成は、ほぼすべての学校において行われ、指導体制の整備が進められてきている（図表2、3参照）。

今後、学校教育目標等との関連性も考慮し、設定した「食育の目標」を指導計画（全体計画・年間指導計画）に位置づけ、目標達成に向けて取り組む必要がある。

図表2 食に関する指導全体計画作成状況



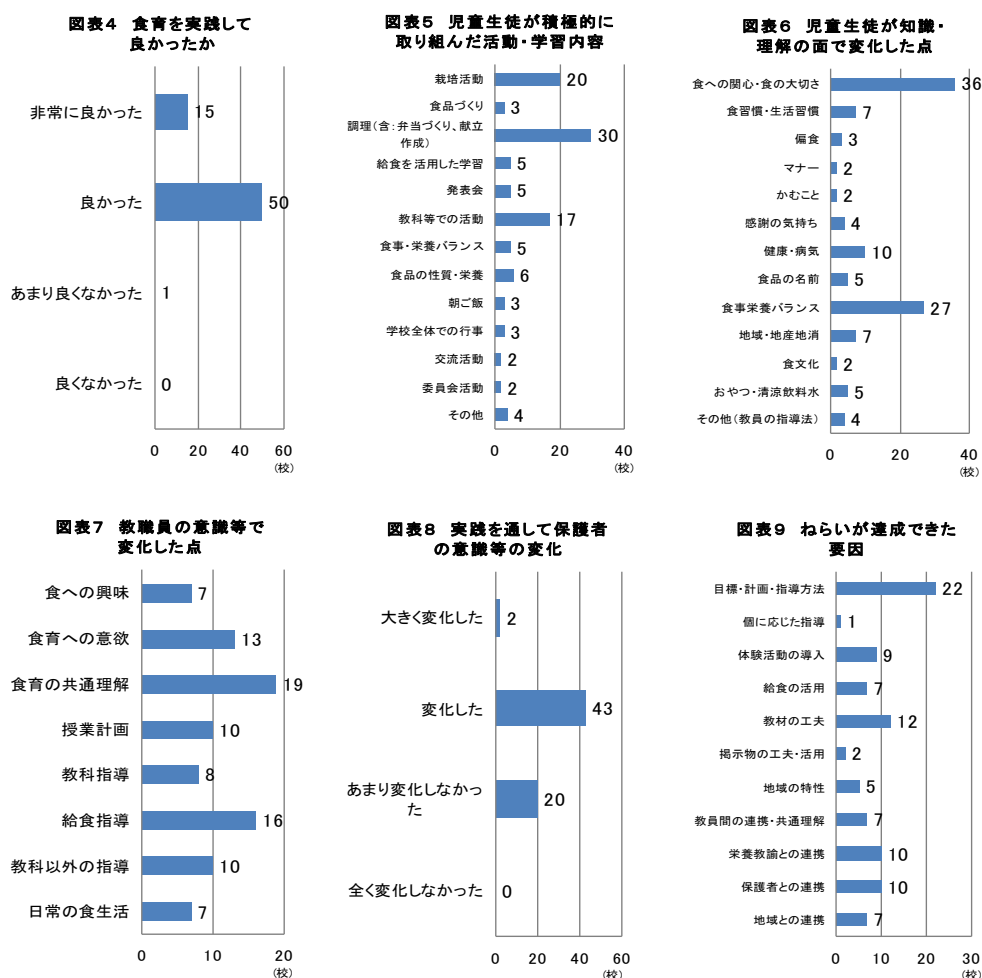
図表3 年間指導計画作成状況(授業時間)



ウ 食育推進研究校のアンケート結果

食育推進研究校に対して行ったアンケート結果※をみると、児童・生徒は食への関心、食の大切さを理解し、食事栄養バランスについての理解が向上した。また、教職員は、食育の共通理解が深まり、保護者の食育に対する意識も変化した（図表6～8参照）。さらに、ねらいが達成できた要因として、目標の設定、計画の作成、教材の工夫、教職員間をはじめ関係者との連携が図れたこと等があげられている。（図表9参照）

※図表4～9は、平成22年度に、兵庫県教育委員会体育保健課が研究校を対象に実施した「ひょうごの学校食育推進に関するアンケート」で回答のあった69校の結果である。＜回答校種内訳＞小学校55、中学校8、特別支援6



(2) 本県における食育の基本的な考え方

平成19年、学校給食の実施の有無や学校栄養職員等の配置の有無、さらには、児童・生徒の実態や地域性等も考慮しながら、学校における食育のあり方を検討し、初版の食育実践プログラムを作成したが、本県における食育の実践状況を改めて検討した結果、本県の学校における食育推進の基本的な考え方は、次ページに示すように、ほぼ同様の内容となった。

また、この基本的な考え方に沿った食育のイメージは、「3 本県のめざす学校における食育のイメージ」（p 8）に示す。

＝本県の学校における食育推進の基本的な考え方＝

① 食育の目的

食育の目的の第一は、食への関心を高め、食に関する適切な知識と食を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てることにある。食育を通して、心身の健康の増進を図り、豊かな人間性と生きる力を育む。

② 食の持つ多様な側面を学ぶ

「生きる力」の重要な柱である「心身の健康」を中心課題と捉えつつも、生活リズムや人とのつながりに食事が重要な役割を持つこと、さらには、食料の生産に関わる人々の活動、食べものが自然の恩恵であり、人の長い歴史を踏まえた文化であることを理解し、感謝できるように取り扱う。さらに、児童・生徒が食に関する様々な学習項目を体験的に理解することを通して、食の持つ多様な側面に気づき、「食」の大切さを学ぶことができる取組（計画作成、食育実践等）を行う。

③ 学校教育活動全体を通じて食育に取り組む

学校における食育の取組は、各教科、特別活動、道徳及び総合的な学習の時間など、学校教育活動全体で実践する。

また、「生きた教材」としての学校給食を活用した指導（特別活動）は、従来と同様に重要な役割を果たすが、各教科等に示されている食育の基礎・基本となる内容の定着を心がけることが必要不可欠である。そして、各教科・道徳と特別活動を効果的に関連づけ、これらを統合することで、充実した食育実践が可能となる。そのためには、総合的な学習の時間や生活科を有効に活用することが必要である。

なお、「食べ方」「調理」の基礎・基本は、家庭/技術・家庭〔家庭分野〕、体育/保健体育における「食」に係る内容及び「食生活指針」資料と解説4）に示されていることを押さえておくことが大切である。

また、「食べもの」「栽培」に関する具体的な内容は、技術・家庭〔技術分野〕（作物の栽培）、社会（地域学習、農業及び水産業における生産・流通・消費）、理科（体のつくりと働き、生命の尊重、生命の連続性、自然環境の保全）、生活（栽培）、国語（書くこと、話すこと等）と関連づけるように留意する。

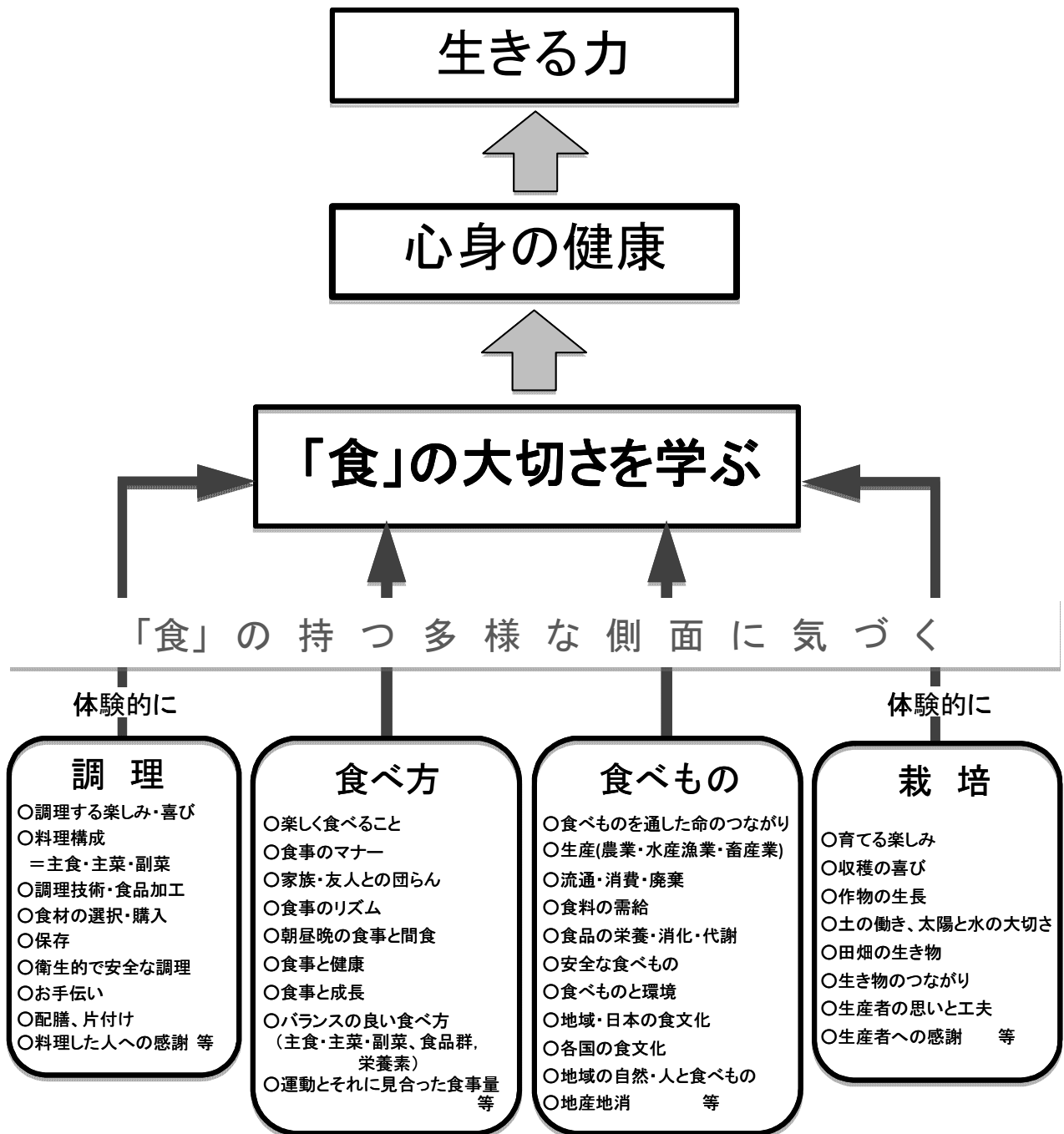
④ 家庭・地域と連携する

家庭との連携を重視し、食を大切にする子どもたちを学校と家庭で共に育てていくことに留意する。また、地域の協力を得た「食」に関する体験活動を実施することなどを通して、学校・家庭・地域が連携した取組も進めるようにする。

⑤ 指導目標を設定し評価する

各学校が食育の取組を進めるにあたって、児童・生徒や地域の実態等に即した指導目標を設定し、それに基づいて評価することが重要である。

3 本県のめざす学校における食育のイメージ



- 「食べ方」「食べもの」「栽培」「調理」について、各教科（家庭／技術・家庭、体育／保健体育、社会、理科、生活、国語等）、特別活動（学級活動・給食指導、学校行事等）、道徳、総合的な学習の時間等を通して学習することにより、児童・生徒が「食」の持つ多様な側面に気づき、「食の大切さ」を学ぶことができるようにすることを目標とする。
- 「食べ方」については、図表1（p 3）の成長・健康増進、栄養、喜び・楽しさ、生活リズム、人・家族とのつながりと関連した内容を学ぶ。
- 「食べもの」については、図表1（p 3）の生産～消費、購入・廃棄、自然の恩恵としての食べもの、文化としての食べものと関連した内容を学ぶ。
- 「栽培」「調理」を通して、食の大切さを体験的に学ぶ。また、育てる楽しみ、収穫の喜び、調理する楽しみ・喜びなどと同時に、調理技術を身につけたり、生産者の思いと工夫に気づいたりする学習をめざす。
- それぞれの学習活動では、家庭・地域との連携を図る必要がある。

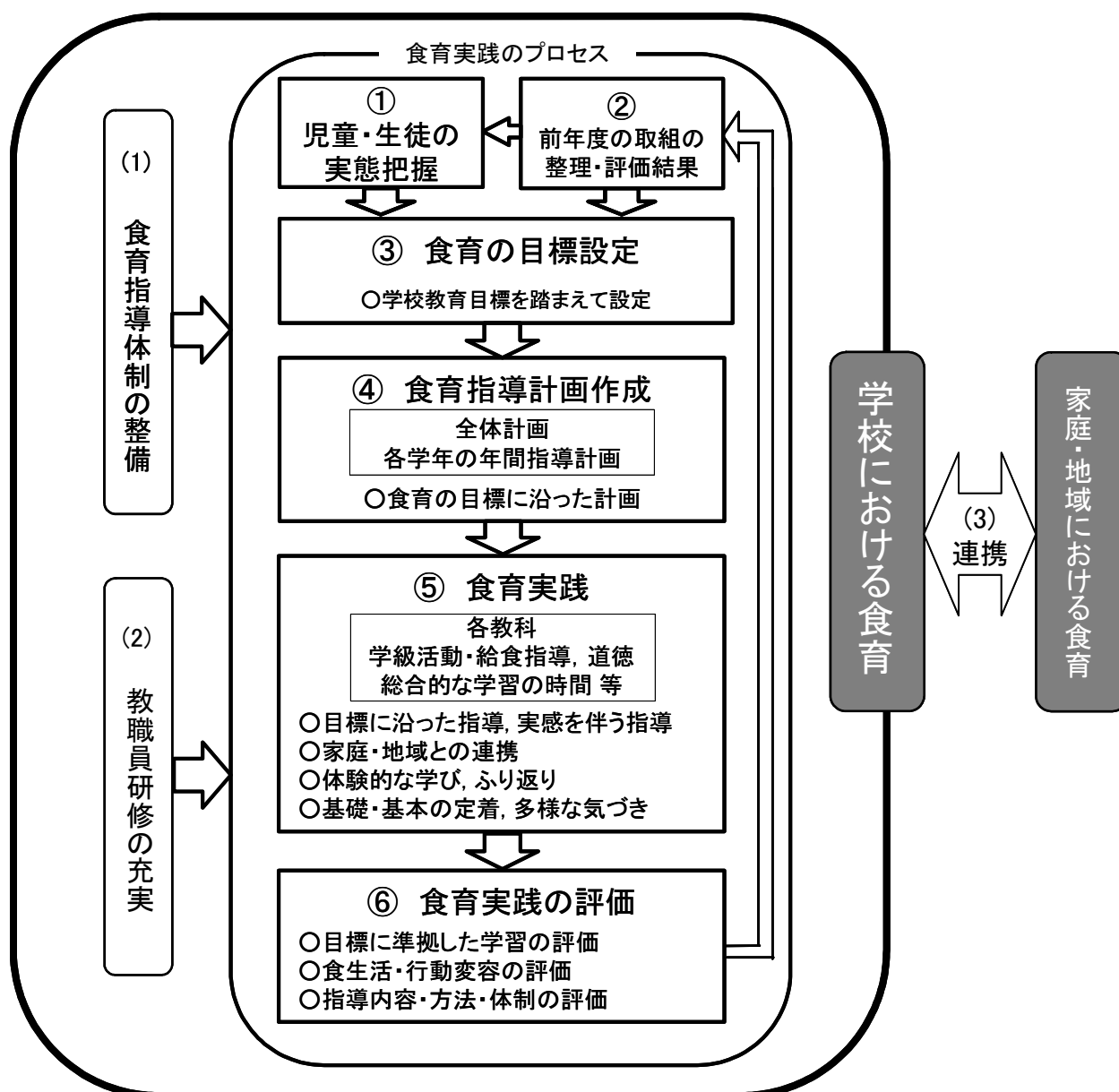
第 II 章 学校における食育の進め方

1 取組にあたっての留意事項

食育は学校教育活動全体で取り組まなくてはならないが、そのためには、図表10に示したように(1)食育指導体制の整備、(2)教職員研修の充実、(3)学校と家庭・地域との連携が必要とされる。

また、食育実践は、図表10の、①児童・生徒の実態把握、②前年度の取組の整理・評価結果、③食育の目標設定、④食育指導計画作成（全体計画、各学年の年間指導計画）、⑤食育実践（各教科、学級活動・給食指導、道徳、総合的な学習の時間等）、⑥食育実践の評価、の6つのプロセスで進め、目標設定・計画→実践→評価→改善を行うことを目指す必要がある。

図表 10 学校における食育実践



「本県の学校における食育推進の基本的な考え方」（p 7）や「本県のめざす学校における食育のイメージ」（p 8）を踏まえ、学校における食育実践の全体像を示したものである。

取組にあたっては

ア 食育の内容・領域を把握し、学校の実態に合わせた目標を設定して実践すること

イ 学校教育活動全体で取り組む環境（図表10の(1)～(3)）を整備すること

ウ 食育実践のプロセス（図表10の①～⑥）を踏まえ、育てたい子ども像に沿って一貫した指導を継続的に行うとともに、評価に基づく改善に努めること

が求められる。

2 食育の目標設定の考え方

どのような目標（学習目標）を設定するかは、食育実践のプロセス（図表10①～⑥）に一貫性を持たせ、子どもたちが何を学んだかを評価するために最も大切である。そして、目標を設定するためには、あらかじめ食育の内容・領域を把握した上で、「どんな子どもに育てたいか」という子どもの姿をイメージし、学校として必要とされる目標の枠組みを考えることが必要である。

ただし、目標の枠組みには定められたものではなく、児童・生徒の実態をもとに、学校独自の判断によって様々な枠組みを選択・設定し、具体的な目標を決定していくことが望ましい。しかし、一方では、食育として学ぶべき幅広い範囲を網羅した実践が望まれる場合も多い。以下に、食育の内容・領域を把握し、幅広い食育の内容のほぼ全てに対応した目標の枠組みとしてどのようなものが考えられるかを示す。

(1) 「食育基本法」「本プログラム」の枠組みと様々な学習目標の枠組みの対比

図表11は、食育における様々な学習目標の枠組みを整理し、「食育基本法」「本プログラム」

図表 11 「食育基本法」「本プログラム」の枠組みと様々な学習目標の枠組みの対比

「食育基本法」		本プログラム 「食の大切さ」より		⑦ 「食に関する指導の手引 (文部科学省)」より	① (自給力・環境を 重視して)	② (体験活動を重視して)	
③ 食育の内容・領域							
健康増進・健全な食生活	食べ方	成長・健康増進・栄養	望ましい栄養・食事のとり方	健康	食べ方	健康・栄養	
		喜び・楽しさ・生活リズム	食事の重要性・楽しさ・喜び			食の楽しみ 生活リズム・共食	
		人・家族とのつながり	マナー・人間関係				
食に関わる人々の活動	食べもの	生産～消費 購入・調理・廃棄	食物を大事にする心 生産者に感謝する心	食料の自給力	食べもの	生産～消費	
食料需給・自給率							
環境と調和した生産・消費		自然の恩恵としての食べもの	環境	自然の恩恵			
自然の恩恵							
食文化		文化としての食べもの	地域産物・食文化	食文化		食文化	
④ 育てようとする資質・能力・態度							
信頼できる 食情報に基づく判断力				品質や安全性の判断力			
⑤ 食育の方法							
食に関わる体験活動 (生産～消費)						体験	調理 栽培
⑥ 食育の方向							
					生活能力		
健全な心身 → 豊かな人間性		心身の健康 → 「生きる力」の育成			人間形成		

をもとに3つの枠組み例（㉑～㉓）を比較できるようにまとめたものである。食育の枠組みの選定と絞り込みの際の参考となるよう、㉑食育の内容・領域、㉒育てようとする資質・能力・態度、㉓食育の方法、㉔食育の方向の4つに分類して示している。

食育の内容や目標の枠組みを考えるための基盤は、食育基本法^{資料と解説1)}である。図表11の左に、食育基本法の前文・条文を9つの目標の枠組みとして整理して示した。「健康増進・健全な食生活」から「食文化」にいたる上段の6つは、食育の内容・領域を示している。「信頼できる食情報に基づく判断力」は、育てようとする資質・能力・態度に属する。「食に関わる体験活動（生産～消費）」は食育の方法に、「健全な心身→豊かな人間性」は食育の方向に分類できる。

本県においては、中学校では給食が実施されていないところも多いこと、また栄養教諭未配置校において食育を推進することから、食育基本法に基づき実践していくことが適当であると考えられる。

本プログラムでは、第1章図表1「食の大切さ」として、6項目の内容を示したが（p 3）、この6項目は食育の内容・領域に相当する（図表11本プログラム「食の大切さ」より（以下「食の大切さ」という））。食育基本法の「健康増進・健全な食生活」は、「食の大切さ」では3項目の内容・領域に細分化してある。これは「健康づくりのための食生活指針」^{資料と解説4)}の考え方を取り入れたためである。一方、「食に関わる人々の活動」「食料需給・自給率」「環境と調和した生産・消費」は、「食の大切さ」では「生産～消費/購入・調理・廃棄」として1つの項目にまとめている。

図表11の㉑は、「食に関する指導の手引 ー第一次改訂版ー」（平成22年3月）に示された目標を枠組みとして整理したものである。この手引には、学校給食指導を中心とした食育の推進方策として6項目の目標が明示され、それに基づく計画や指導案等も例示されているため、栄養教諭を中核とした食育推進のための指針となっている。

図表11の㉒は、本県の学校で行われてきた実践の枠組みの一つである。食料の自給力・環境に重点を置き、生活能力、人間形成という、食育を健康課題だけに限定せず、大きな視点で捉えたものである。

図表11の㉓は、本プログラムでの「食の大切さ」を枠組みの基本とし、体験活動としての調理と栽培を新たな枠組みとして設定したものである。調理活動・栽培活動を基本に食育を組み立てる場合が多い小学校や特別支援学校などでの取組に有用な枠組みである。

（2）枠組みに基づいた食育目標の設定

図表12に、食育の内容・領域と方法をバランスよくほぼ全て網羅できる目標の枠組みと、各枠組みごとの目標の具体例を示した。いずれも、本プログラムの内容と過去の実践をもとに作成し、目標の枠組みは図表11（p 10）の㉑と㉓の長所を取り入れた形で設定している。

学校の目標は、子どもの姿としての目標と、枠組み別の目標を併記してあるが、どちらか一

方でも良い。また、図表12Aでは、学年の目標で用いられた7項目の枠組み（図表12B）を3項目にまとめ、各々に目標を記述している。

学年の目標は、枠組みを定め各項目について目標を記述しており（図表12B）、食育の内容・領域に基づく目標を立てやすい。枠組みは各学年共通とし、食育の全体計画に反映させる。食育の学習目標は、実施可能な食育実践の内容・領域と「どんな子どもに育てたいか」という子どもの姿から決定するのがよい。また、食育は幅広い内容・領域の学習を必要とし、内容・領域ごとに目標を定めると学習内容との関連がわかり、評価もしやすくなる。図表12Bの食べ方と食べものに対応した5つの枠組みは、「食育の内容・領域」を示している。体験に対応した2つの枠組みは、体験的に学ぶことを強調する「食育の方法」として位置づけている。ただし、栽培や調理は、具体的な目標を「栽培や調理を体験的に学ぶ」とし、栽培や調理に直接関連する内容は、「食べものについて学ぶ」の目標の記述から除いている。また、図12Bでは、「理解する」「できる」を用いた例を示している。各学校・学年で重要と考えられる目標では、「理解する」「できる」とすることで目標が明確になり、評価にまで結びつけやすい利点がある。

各学校の実践においては、児童・生徒の実態に合わせ、枠組みを絞り込み、目標の数を減らして良い。また、具体的な目標の文章は、各学校で工夫し、できればより簡潔なものとした方がよい。

このような目標の枠組みに沿った具体的な目標の立て方については、以下の「4 食育実践のプロセスにおける留意点 ③食育の目標設定（p16）」及び「5 食育における目標設定と評価の実例（p22）」に記載する。

図表 12 枠組みに基づいた食育目標の設定例

図表 12A 学校の食育目標 例

学校の目標 例	目標の枠組み	枠組み別 学校の目標 例
子どもの姿 「食べものを大切に、みんなで楽しく食べられる子」 体験的な活動を生かして「食」の多様な側面を理解し、「食」を大切にしようとする心を育む。	食べ方	食べ方について学ぶ： 食事バランスについて理解し、みんなと楽しく、リズムに気をつけて食べることができる。
	食べもの	食べものについて学ぶ： 自然の恵みを実感し、生産する人の工夫や努力に感謝して、食文化を尊重した食生活を送ることができる。
	体験	体験的に学ぶ： 栽培・調理の楽しさや楽しさを体験し、協力して活動できる。

図表 12B 学年の食育目標（5 学年）の設定（例示）

目標の枠組み		目標 例	
食べ方	健康・栄養	食べ方について学ぶ	主食・主菜・副菜を基本とした食事バランスを理解し、食生活に生かすことができる。
	食の楽しみ/生活リズム・共食		食事リズムと友達・家族と共に食べることの大切さを理解し、マナーを守って、楽しく食べることができる。
食べもの	生産～消費 / 食料の需給	食べものについて学ぶ	地域を生かした食料生産のあり方や工夫を理解し、食の問題を考えることができる。
	自然 / 環境		食べ物を通じた命のつながりを理解し、自然の恵みに感謝できる。
	食文化		多様な食文化を理解し、地域や日本の食文化を大切に食生活を送ることができる。
体験	調理	体験的に学ぶ	調理の基礎・基本を身につけ、家族や友達と協力して楽しく調理できる。
	栽培		栽培の基礎的な知識・技術を身につけ、協力して作物を育てて、収穫の喜びを知る。

3 学校全体で取り組むための留意点

(1) 食育指導体制の整備

ア 学校教育活動全体で取り組むための指導体制整備と役割の明確化

学校における食育は、全ての教職員が参画し、学校教育活動全体で取り組まなければならないため、食育を推進するための委員会を設置するなど、目標や計画づくりの中心を担う組織や教職員の役割の明確化が必要である。また、前年度の評価をもとに指導体制を見直していくことは、体制の整備に最も有効な手段である。

なお、市町教育委員会が中心となって、食育推進体制の整備と機能の充実を図り、学校における食育の指導体制の整備を支援することが求められる。

イ 栄養教諭等が持つ専門知識・技術の活用（p 4、5 参照）

食育推進の主体は全ての教職員であることを一人ひとりが自覚し、栄養教諭等に全てを任せることがないよう留意する必要がある。このことを十分意識した上で、食育のコーディネーターを担う栄養教諭等が持つ専門知識・技術の活用は、食育実践を充実したものとするためにきわめて有効である。

栄養教諭等は、調理の知識を持ち、給食の献立を作成し、安全で美味しく、食育にも役立つ学校給食を提供している。加えて、給食を「生きた教材」として活用することや、給食に関連づけた食育だより等を通した家庭への発信が、栄養教諭等に期待されており、未配置校においては、他校や共同調理場で勤務している栄養教諭等との連携が大切になる。「本県のめざす学校における食育のイメージ」（p 8）における調理や食べ方の指導、給食指導、更には食育指導計画の作成には、栄養教諭等の専門知識を有効に活用することが望まれる。

なお、本プログラムでは詳しく扱わないが、学校での食育には、肥満や痩身、偏食傾向などに対する個別的な相談指導も含まれる。この役割にも栄養教諭等の専門知識が活かされる。

(2) 教職員研修の充実

食育を推進していくためには、全ての教職員が「食育」に関心を持って、食の大切さを認識し、「食育の目標」を十分に理解するとともに、それぞれの役割を果たすための意識と意欲の向上が必要である。学校長のリーダーシップのもと、全ての教職員が関わって目標設定と計画作成を行うことにより意識と意欲の向上を図ることが可能となるが、状況に応じて、専門家等による研修を実施することで、より明確な目標・計画にすることができる。

また、授業研究を通した指導技術の向上や学期ごとあるいは年度末に事前・事後の様々な調査結果等を踏まえての推進状況の評価の際に研修を実施し、また、適宜研修内容を点検し、その充実を図ることにより、全ての教職員が実践過程を把握、確認できるようにすることが望ましい。

(3) 家庭・地域との連携

児童・生徒にとって第一の食育の場は、本来家庭にあると考えられ、家庭との連携を強化す

ることが重要となる。また、地域やその他の関係機関・団体の参画は、幅広い領域にわたる食育の学習を深めるために必要となる。そして、このような家庭や地域との連携を、学校全体で取り組む食育の一環として位置づけることが必要である。

ア 家庭との連携

家庭との連携においては、保護者の要望や家庭での児童・生徒の食生活を把握すること、学校における食育の考え方を十分説明すること、そして、このような双方向のコミュニケーションに基づき、同じ意識、同じ目線で食育に取り組んでいく体制を築いていくことが求められる。学校での児童・生徒の学習内容・取組を知らせるとともに、食育に関する授業や給食参観、食育関連の行事等への積極的な参加を求め、必要に応じて講演会等の研修の機会を設定して、コミュニケーションを促し、啓発活動に努めていくことが必要となる。研修においては、児童・生徒に関わること、大人自身にも関係することなど、できるだけ具体的な事例を取り上げ、時には実習等の体験活動も組み入れながら行うことが有効である。

このようなあらゆる機会を活用して、保護者の要望を受け、学校の考え方を伝えて、食を大切にしていける子どもたちを学校と家庭で共に育てていくことが必要である。

イ 地域との連携

各学校の特色に合わせ、地域と連携することで、食に関する幅広い領域を学ぶことができる。学校教育のあり方や計画した指導の目的について十分な理解を得た上で参画を求め、様々な食の領域における地域の専門家等と可能な限り計画段階から連携を図ることが重要である。

伝統食・郷土食等の導入支援、体験学習における支援など、設定した目標や食育の指導計画の内容に応じた専門的な知識・技術を有した地域の人材*に協力を求めていくことで、実感を伴う指導や学びの深まりが期待できる。また、食育関連の行事等を開催するときには、地域住民に参加や協力を得ることが望ましい。

* 専門的な知識・技術を有した地域の人材としては、例えば「農業従事者、食品流通業者、栄養や医療等専門職種に通じた人々、地域の歴史や文化に通じた高齢者等」が考えられる。

4 食育実践のプロセスにおける留意点 (図表10 ①～⑥) (p 9)

① 児童・生徒の実態把握

学校における食育を推進するにあたり、各学校の食育の目標を明確にするためには、食生活の調査を行うなど児童・生徒の実態を把握する必要がある、これは、具体的な指導を的確に行うためにも必須である。この時、食生活の実態把握だけではなく、児童・生徒の食に関する知識や技能、食全体に対する様々な意識・理解、食生活の改善に向けての意欲等も把握しておかなければならない。また、農村地帯と都市部では、食全体に対する意識が大きく異なること等が予想されることから、家庭・地域の状況も理解しておくことが望ましい。

なお、食生活の実態把握においては、家庭独自の方針やプライバシーには十分注意を払い、

その後の実践においても性急な食生活の改善を求めることがないよう留意する必要がある。

② 前年度の取組の整理・評価

新年度の食育実践は、児童・生徒の実態把握に加え、前年度の取組の整理と評価に基づいて計画されるべきである。食育は、各教科、特別活動（学級活動・給食指導、学校行事等）、道徳、総合的な学習の時間において取り組まれるが、時間枠ごとに取組を整理・評価（学習の評価）し、これを新たな目標の設定と年間指導計画に役立てていく必要がある。

評価方法の妥当性や結果の客観性は、データを元に分析的に評価することで高められるが、目標が明確で教職員間でしっかり共有されていれば、児童・生徒の学習活動の姿を見取った意見を、食育推進のための組織や各学年・教科ごとの教職員組織で集約することで十分な場合も多い（③、⑥（p 20）及び5 食育における目標設定と評価の実際（p 22）、図表29（p39）参照）。このようにして得られた評価・検証結果をもとに新年度の目標を考え、指導計画の作成、食育実践につなげていく。

ア 教科内容に関わる取組の整理・評価

食育の基礎・基本の多くは、教科の学習内容として学ばれている。また、教科学習を深めたり、身近に感じさせるために、食育に関連した教材が用いられている場合も多い。そのため、食育と各学年の教科内容の関連性を十分に整理し、各教科内容を食育と関連づけることから始める必要がある。

ただし、食育に関連づけることができる各学年の教科内容は、同じ教科書を用いている限り、毎年ほぼ同様と考えられる。家庭科／技術・家庭科の食生活の単元、体育科／保健体育科の健康の3要素に関わる単元、社会科の農業に関わる単元や地域学習の単元などを何学年でどのように扱うかは、教科書にかかわらずどの学校でもほぼ毎年同じと考えられる。

その上で、どのような目標を立てて食育と関連づけた授業を行ったかを各教科・各学年で整理し、目標が達成できたかどうか、目標は妥当だったかどうかを評価・検証する。

イ 特別活動（学級活動・給食指導、学校行事等）で行われる取組の整理・評価

教科の内容ほど定められたものではないが、学習指導要領には、学級活動の指導事項として、「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」が明記されており、一般的に各学校とも「食べ方」に関わる内容を扱う。給食指導における「食べ方」の指導は、小学校低学年では最も大切な生活指導の一つである。そして、「食べ方」は食生活調査等で評価しやすい領域でもある。食生活の調査結果は、「食べ方」に関わる学校の目標と各学年の目標を定める重要な指標の一つとなり、また、食生活調査の結果を踏まえた目標は、新年度の学級活動・給食指導における食育の内容の改善につながる。

ただし、「食べ方」は教科としての家庭科／技術・家庭科の食生活分野で最も詳しく系統的な学習がなされるため、この教科学習の評価を、該当する学年の取組の整理・評価に加える必要がある。

ウ 総合的な学習の時間で行われる取組の整理・評価

総合的な学習の時間における学習内容は定められていないため、前年度の食育の取組の整理・評価は、必ずしも今年度の目標設定や指導計画の作成に直接生かされるとは限らない。

しかし、この時間枠は、食育の目標に従って学校・学年独自に学習内容を定めていく時に最も重要な役割を果たすため、取組の整理・評価は、食育の目標設定→指導計画作成→食育実践にとって必須と考えられる。

また、小学校では、栽培活動など、特に体験的な食育の学習が、ほぼ毎年この時間枠を使って同じように行われていることが多い。このような場合には、前年度の取組の整理・評価が、今年度の取組の目標設定にきわめて重要な役割を果たす。

エ 道徳で行われる取組の整理・評価

学習指導要領では、道徳の評価について「児童・生徒の道徳性については、常にその実態を把握して指導に生かすよう努める必要がある。ただし、道徳の時間に関して数値などによる評価は行わないものとする。」と記載されている。

児童・生徒が自己のよりよい生き方を求めていく努力を評価し、新たな目標への努力を支援するとともに、それぞれの時間のねらいとのかかわりにおいて、児童・生徒の心の変容を様々な方法でとらえ、適切に評価し、指導の改善に活かすことが求められている。したがって、道徳の中で行われる食育についても目標を定め評価を行うのが適当である。

③ 食育の目標設定

学習目標の設定は、食育実践のプロセスで最も大切な事項である。実施可能な食育実践の内容と「どんな子どもに育てたいか」という子どもの姿、そして、児童・生徒の実態と前年度の取組の整理・評価結果から目標を設定する。食育の目標には、学校の目標、各学年の目標、単元の目標、本時の目標があるが、ここでは、指導計画の作成に重要である、学校の目標と各学年の目標に焦点を当てる。

学校の食育の目標は、国、県、市町等の食育に関する法、条例、方針に配慮しつつ、学校教育目標を踏まえ、そして、何よりも各学校の児童・生徒の実態に即して設定する。実態把握に加え、前年度の取組の整理と評価も、食育の目標を設定するために重要な役割を果たす。学校の目標の設定段階から、図表11（p 10）、図表12（p 12）に示したような食育の目標の枠組みを考え、学校として必要とされる項目を絞り込んで、目標を設定することが望ましい。この時「どんな子どもに育てたいか」という子どもの姿を学校の目標として示すことで、イメージの共有を図ることができる。

各学年の目標は、学校の目標との整合性を考慮しつつ、また、実際に行うことが可能な食育実践の内容を見据えて作成する。小学校では、学年目標を、低学年・中学年・高学年の目標という形で定めている場合が多い。

図表13に学年目標と教科等の実践内容の関係を示した。食育の目標の枠組みを考え、各項目

ごとに具体的な活動と学年目標との関連を図表13のように把握することで、年間指導計画の骨格が定まるとともに、食育実践と目標に準拠した学習評価が可能になる(目標→学習内容→評価)。

総合的な学習の時間の時間枠を食育で十分に使える場合には、食育の目標に自由度が増し、目標から学習内容を定めることが容易である。しかし、教科学習を中心に指導計画を立てた場合、学校における食育の学習や活動内容は教科の内容に制約を受けるため、目標を学習内容に沿うようにする必要がある。

例えば、小学校5年生の1学期の社会科では農業と米作りを扱うのが一般的であるが、その場合、5年生の1学期の食育の目標の1つに、食料の需給に関わる目標を重点項目として設定することが考えられる。このように、可能な食育実践の内容を考えた上で目標を定めていく(学習内容→目標) ことが必要な場合も多い。

図表 13 食育実践における学校の目標、学年の目標、単元目標の関連(例)

学校の目標	(「育てたい子どもの姿」を記載。文章での記載に代替させても良い)					
	(学校の目標を文章で記載。「育てたい子どもの姿」に代替させても良い。目標の枠組みごとの整合性を考慮)					
	A	B	C	D	E	F
	(選択した目標の枠組みA～F各項目ごとの具体的な目標を記載)					
学年の目標	(学校の目標との整合性、発達段階、教科の内容との整合性を考慮して目標を記載)					
教科単元 a			◎			
教科単元 b	○			◎	○	○
教科単元 c						◎
教科単元 d						○
学級活動	◎	◎	○	○		○
総合的な学習の時間	◎		○		◎	◎

(学年の目標達成に最も関連が高い単元に◎ 学年の目標に関連を持つ単元に○)

④ 食育指導計画作成(全体計画、各学年の年間指導計画)

食育指導計画は、目標設定と一体化した形で作成することが必要である。このような形で作成された指導計画は、充実した食育実践と目標に準拠した学習評価につながる。

図表14に小学校5学年1学期の目標と教科等の内容との関連を示したが、5学年の年間指導計画の骨格を示したものとなっている。図表14では、調理の目標と生産～消費/食料の需給の目標は教科学習に依存している。教科の学習内容を把握した上で、目標達成のために更に必要とされる食育の内容を総合的な学習の時間や学級活動で学ぶように計画していくことで、学年目標と実践内容との整合が図れ、学年の年間指導計画はほぼ完成する。

図表 14 食育実践における学校の目標、学年の目標、単元目標の例示（5 学年 1 学期）

学校の目標	「食べものを大切にして、みんなで楽しく食べられる子」 体験的な活動を生かして「食」の多様な側面を理解し、「食」を大切にしようとする心を育む						
	食べ方について学ぶ		食べ物について学ぶ			体験的に学ぶ	
	食事バランスについて理解し、みんなと楽しく、リズムに気をつけて食べることができる		自然の恵みを実感し、生産する人の工夫や努力に感謝して、食文化を尊重した食生活を送ることができる			栽培・調理の難しさや楽しさを体験し、協力して活動できる	
5 学年の目標	食の楽しみ/ 生活リズム・共食	健康・栄養	自然 / 環境	生産～消費 / 食料の需給	食文化	栽培	調理
	食事リズムや「共食」の大切さを理解し、マナーを守って、楽しく食べることができる	主食主菜副菜を基本とした食事バランスを理解し、食生活に生かすことができる	食べ物を通した命のつながりを理解し、自然の恵みに感謝できる	地域を生かした食料生産のあり方や工夫を理解し、食の問題を考えることができる	多様な食文化を理解し、食文化を大切にした食生活を送ることができる	栽培の基礎的な知識・技術を身につけ、家族や友達と協力して作物を育て、収穫の喜びを知る	調理の基礎を身につけ、家族や友達と協力して、楽しく調理できる
社会科 これからの食料生産		○	○	◎	○		
家庭科 元気な毎日と食べもの	○	◎		○	○		◎
学級活動 楽しく食べる工夫	◎	◎					
総合的な学習の時間 パケツ稲栽培活動			○	◎	○	◎	

全体計画は、各学年の年間指導計画の作成によりほぼ完成する。そして、全体計画の目標との整合が図れ、また、食育全体の活動が「第 1 章で記した『本県の学校における食育推進の基本的な考え方』の①～⑤」（p 7）に沿って実践できるかどうかを確認することにより、指導計画が完成する。

⑤ 食育実践

食育実践は、各教科、特別活動（学級活動・給食指導、学校行事等）、道徳、総合的な学習の時間等を活用して進められる。各時間の特性を生かし、またそれぞれの目標を踏まえて食育の学習を組み込んでいく必要がある。

ア 各教科での取組

各教科には、教科の目標があり、指導事項が定められている。単元計画に食育を明示する場合には、教科の目標とは別に食育の視点を書き入れると良い（5 食育における目標設定と評価の実際（p 22）参照）。そして、教科の内容を学ぶことで、結果として食育の目標も達成することにつながる計画とすることが最も望ましい。ただし、家庭科／技術・家庭科の食生活分野や社会科の農業に係る単元等では、食育の目標に一致している内容を学ぶため、食育の視点を特に示す必要はないと考えられる。

イ 特別活動での取組

学級活動では、学校で設定した食育の目標、特に食べ方の目標を学習計画に直接反映できる。望ましい食習慣や食事マナーに関わる基礎・基本の習得を目標として、繰り返しや振り返りを組み込んで、学習の定着を図ることが望ましい。

ウ 道徳での取組

食育と関連する道徳の内容を十分理解した上で、道徳的な心情、判断力、実践意欲と態度などの道徳性を養うことが大切である。

エ 総合的な学習の時間での取組

総合的な学習の時間は、学校の実態に合わせた食育の目標を学習計画に直接反映できる。学習指導要領に記載された目標に合致する範囲内で、栽培活動などを積極的に取り入れて体験的な学びを促したり、問題解決的・探求的な学習を組み込むことが大切である。また、教科の発展学習や体験的な学習を目的に合わせて計画することが可能であり、食の持つ多様な側面を関連づけ、新たな気づきを促すために活用することが望まれる。

オ 生活指導での取組

食育は、学習としての側面と同時に、生活指導の一環としての役割も併せ持っている。学級活動に限らず、生活指導の様々な場面に食育の指導を組み込むことで、生活習慣全般の改善に結びつけることも期待できる。

カ 取り組む上での留意事項

<目標に沿った指導、多様な気づき、体験的な学び、実感を伴う指導>

- ・食育実践は、各学校の実態に基づいて設定した目標に沿ったものとするを心がける。
- ・児童・生徒が食の持つ多様な側面に気づき、食の大切さを学ぶことができる指導とする。
- ・「食べ方」の指導においては、栄養バランス^{資料と解説4）5）}に加え、生活リズムや人とのつながりも大切であることを押さえる。
- ・「食べもの」が、食料の生産に関わる人々や自然の恩恵であり、人の長い歴史を踏まえた文化であることを理解し、感謝できるように扱う。
- ・体験的な学習等を活用し、実感を伴う指導となるよう留意する必要がある。
- ・「食べもの」「栽培」に関しては、特に発達段階に応じた指導、実感を伴う指導が求められる。
- ・生きた教材としての学校給食や各教科、道徳、特別活動と体験的・探求的に学ぶ総合的な学習の時間を関連づけて実践することが有効である。
- ・学校給食や児童・生徒が作る弁当を「生きた教材」として活用した学級活動・給食指導や家庭科／技術・家庭科等は、重要な実践の場となる。

<食育の基礎・基本の定着、繰り返しと振り返り、教科内容との関連づけ>

- ・「食べ方」「調理」に関する学習においては、食育の基礎・基本の定着が求められる。（図表15）
- ・体験活動等を通じた実感を伴う指導は、基礎・基本の定着のためにも必要と考える。

- ・基礎・基本の定着には、繰り返しと振り返りを組み込んだ指導も効果的と考える。
- ・「食べもの」に関する内容については、社会科（地域学習、農業及び水産業における生産・流通・消費）、理科（体のつくりと働き、生命の尊重、生命の連続性、自然環境の保全）、生活科（栽培）、技術・家庭科〔技術分野〕（作物の栽培）等の内容と関連づけると良い。
- ・家庭科、技術・家庭科〔家庭分野〕、体育科、保健体育科における「食」に係る内容、及び「食生活指針」^{資料と解説4}を押さえておくことが基礎・基本にとって重要となる。

図表 15 食育「食べ方」の基礎基本と教科学習・食生活指針

食育の基礎・基本で教科の内容となっているもの	
【家庭、技術・家庭〔家庭分野〕】	【体育、保健体育】
食に関心を持つ、バランスのよい食事のとり方、食品群・料理構成の考え方の理解、栄養素の理解（中学校）、調理技術の習得、安全衛生の留意、食品の購入（中学校）	健康によい生活の仕方（食事・運動・睡眠の大切さ、調和のとれた生活）、病気予防の大切さ

食育の基礎・基本で食生活指針に示されているもの
○ 食生活指針： 我が国の食生活の状況をふまえ、国民の望ましい食生活のあり方をわかりやすい実践的な指針として文章表現したもので、国民各層の理解と実践の促進が、平成12年に国レベルで決定されている。10の大項目（指針）とその中の小項目（実践のために取り組むべき具体的内容）からなり、大項目としては例えば次のような項目が記載されている。 ・食事を楽しみましょう （小項目ではおいしい食事を味わうこと、家族団らんの大切さも記載されている） ・食事のリズムから、健やかな生活リズムを （小項目では、朝食摂取の大切さ、夜食・間食の注意が記載されている） ・主食・主菜・副菜を基本とした食事バランスを （「食事バランスガイド」の理解・活用も求められている） ・適正体重を知り、日々の活動に見合った食事量を ・食文化や地域の産物を活かし、ときには新しい料理も

＜家庭・地域との連携＞

- ・保護者の要望や家庭での児童・生徒の食生活を把握することや学校における食育の考え方を十分説明することが大切である。
- ・家庭・地域と双方向のコミュニケーションをとり、同じ意識、同じ目線で食育に取り組んでいく体制を築いていくことが求められる。
- ・学校での児童・生徒の学習内容・取組を知らせるとともに、食育に関する授業や給食参観、食育関連の行事（講演会）等への積極的な参加を求める。
- ・食を大切にする子どもたちを学校と家庭で共に育てていく意識を醸成する。

⑥ 食育実践の評価

食育実践の評価としては、ア 学習の評価 イ 食生活・行動変容の評価 ウ 指導内容・方法や指導体制の評価が考えられる。イの「食生活・行動変容の評価」を除いて実践事例は少ないが、次項の「5 食育における目標設定と評価の実践」も参照しながら、各学校の実態に合わせた工夫が求められる。

ア 学習の評価

学校や学年の目標の達成度は、目標に沿った学習活動における望ましい子どもの姿について、教職員が共通理解をすることにより、学校全体としての評価ができる。

しかし、各単元の目標の達成度をもとにした、分析的な評価を加えることで、妥当性や客観性はより高まるであろう。各単元の学習評価のためには評価規準を明文化することが望ましく、必要に応じて観点別に設定する。評価規準に沿って単元での学習を評価し、さらに、図表13、図表14（p 17、18）に示したような単元計画と年間指導計画・全体計画の関連性を踏まえることで、年度もしくは各学期の食育実践における分析的な学習評価を行うことができる。

各単元の目標の達成度は、通常、授業中での形成的評価のためのテストや単元末の総括的評価のためのテストで行われる。しかし、ペーパーテスト以外の評価方法、例えばポートフォリオ、パフォーマンスなどの評価を組み合わせ、工夫して評価することが大切である。児童・生徒の自由な振り返りや特定の課題に関する記述を一定の基準を決めて評価したり、KJ法もしくはそれに類する質的分析法で評価していくことが有効である場合も多い。

イ 食生活・行動変容の評価

様々な食生活調査の様式が活用できる。全国の傾向との比較ができることから、日本スポーツ振興センターの児童・生徒の食事状況調査報告書（p 36）をそのまま使う場合も多い。ただし、各学校で、各時間枠の目標に準拠して評価していくことが原則となる。目標を改めて考え、そのために必要な評価項目を各学校で設定していくことが望まれる。

ウ 指導内容・方法や指導体制の評価

指導方法や指導体制の評価においても、学校独自の評価方法が本来は必要と考えられる。

しかしながら既存の評価方法を用いることで十分な場合も多く、例えば、食に関する指導の手引（文部科学省）に記載されている評価方法も有効である。

5 食育における目標設定と評価の実際

(1) 学習目標設定の実際

目標設定は、食育実践に一貫性を持たせ、さらに子どもたちが何を学んだかを評価するために最も大切なことである。目標設定については、「2 食育の目標設定の考え方」(p 10)、「4 食育実践のプロセスにおける留意点③」(p 16)のとおりである。ここでは、具体例を示しながら要点を改めて整理する。

ア 学校と学年の目標設定の要点

本プログラムでは、「目標の枠組み」(図表11 p 10)に食育の内容・領域を例示しており、食育の評価のためには、具体的な目標を各枠組みごとに設定することが望ましい。

食育の目標は、

- ① 食育の内容・領域
- ② 「どんな子どもに育てたいか」という子どもの姿（「食育において育てようとする資質・能力・態度」）
- ③ 児童・生徒の実態
- ④ 前年度の取組の評価結果

から、決定される。したがって、各学校は、図表11を参考にして目標の枠組みを整理・決定し、各枠組みごとに②～④を踏まえ、具体的な目標を設定していくことになる。その際、実際に目標に沿ってどのような学習が可能か（目標→学習内容）、どのような内容が教科として学ばれ、目標につながっているか（学習内容→目標）を十分に検討して、最終的な目標を設定する必要がある。各学校における目標はそれぞれ異なってくるであろうし、独自のものとすることが望ましい。しかし、各学校での検討の上、優れた他校の実践、本プログラムや食に関する指導の手引等に記載された目標をそのまま使用しても良い。

イ 事例に見る学校、学年の目標の設定

図表13 (p 17)に加え、目標を書き込んだ全体計画の例(図表16A～16C)と学校の実態に合わせた様々な目標設定の例(図表17)を示している。また、各図表の解説をp 27に示している。

図表 16 食育全体計画例
図表 16A (小学校)

食育(食に関する指導)の全体計画							研究校(一部改変)						
児童の実態 ○素直で明るく、給食が好きだが、マナーが身につけていない子もいる。 ○自然環境には恵まれているが、畑の作物や地域の自然に興味を持つ子が少ない。 ○教育熱心で協力的な家庭が多いが、保護者の考え方が多様化してきている。		学校教育目標 よく考え、やさしく、たのしい子				【家庭の願い】 ・明るく健康で、元気な子に ・何でもおいしくマナーを守って食べる子に ・食べものを大切にできる子に ・自然を大切にできる子に							
		食育の目標 食べものを大切にして、みんなで楽しく食べられる子 ○食事バランスを理解し、皆と楽しく、マナーを守って食べることができる。 ○自然の恵みを実感し、生産する人の努力と工夫に感謝して、食文化を尊重した食生活を送ることができる。 ○栽培・調理の難しさや楽しさを体験し、協力して活動できる。											
食育の到達目標													
		低学年		中学年		高学年							
(楽しみ・リズム・共食)		マナーを守って、みなと一つよにたのしく食べることができる。		マナーを守って、みなと一つよに、リズムを守って楽しく食べることができる。		食事リズムや共食の大切さを理解し、マナーを守って、楽しく食べることができる。							
(健康・栄養)		食べものの名前とかんたんなどはたらきを知り、しゅよくとおかずを一つよに食べることができる。		主食を中心とした食品の組み合わせについて理解し、バランスよく食べることができる。		主食・主菜・副菜の役割と食品群の関係を理解し、バランスよく食べることができる。							
(自然の恩恵)		いのちのつながりを感じ、食べものを大切にできる。		命のつながりを実感し、食べものを大切にできる。		食べ物を通して命のつながりを実感し、自然の恵みに感謝して食べることができる。							
(生産～消費、食料需給)		いろいろなことがあることを知り、田畑ではたらく人にかんしゃできる。		地域の田畑で働く人の工夫と努力を理解し、感謝できる。		地域を生かした食料生産の工夫と努力を理解し、食の問題を考えることができる。							
(食文化)		ちいきの恵みを知り、ちいきでとれた食べものを大切にできる。		地域のくらしと食べ物との関係を理解し、地域の食文化を大切にできる。		多様な食文化を理解し、食文化を大切にしたい食生活を送ることができる。							
(栽培)		ともだちと力を合わせて作物を育てることができる。		かんたんな栽培方法がわかり、協力して作物を育てることができる。		基礎的な知識・技術を身につけ、協力して作物を育てることができる。							
(調理)		みんなときょうりよくして配ぜんや片づけができる。		食事のお手伝いができ、友だちや家族と協力してかんたんな調理ができる。		調理の基礎を身につけ、家族や友達と協力して調理できる。							
教科	第 1 学年		第 2 学年		第 3 学年		第 4 学年		第 5 学年		第 6 学年		
	国語	おおきなかぶ だれがたべたのでしょう	さがが大きくなるまで かさこじぞう		白菜ぎしぎし 生き物のとくちようを説明しよう		花を見つける手がかり						
	社会				わたしたちのくらし 買い物に行く店 町の人たちがうけつづける行事		健康なくらしとまちづくり わたしたちの県のまちづくり		食料生産を支える人々 これからの食料生産		米づくりの起り 戦中戦後の日本 世界の国々のくらしと文化		
	理科				植物をそだてよう 植物の体をしらべよう 花と実をしらべよう		あたたかくなると 生き物の1年を振り返って		生命のつながり 花から実へ		生き物のくらしとかんきょう 植物の体のほたらき 動物の体のほたらき		
	生活	大きく育て、あたらしいのちを育てる いもほりをしよう 給食はどうやってできているのかな？	きんちゃんばたけをつくらう おいしいやさしいなあ～れ どんなお仕事？ 家の仕事にちようせん										
	体育				けんこうによい一日の生活		よくかんで食べよう 育ちゆくからだ				生活の仕方と病気の予防		
	家庭								かんたんな調理をしてみよう 元気な毎日と食べ物(主食主菜副菜と食品群) 家族とほっとタイム		見直そう朝の生活 朝食に合うおかずづくり(主食主菜副菜と食品群) くふうしよう楽しい食事		
道徳		おとうさんのカレーライス きゅうしよくじまん	いただきます 大きくなるためのえいよう		わたしとりようり、 世界文化ウオッチング		夕飯のしたく、正の手つだい、 半分のおにぎり		いただきます 土は命のお母さん		おばあちゃんの心		
総合的な学習の時間					育てよう！味わおう！ EM菌パワーを調べよう 菌ちゃん畑をつくらう さつまいもを使った料理 ほかしづくり		グリーンカーテン・さつまいもの栽培・エコクッキング・さつまいもを使った料理 命について考えよう 身近な環境を考えよう		バケツ稲に挑戦しよう サツマイモを使ったお菓子 地域の方々と交流しよう ほかしづくり		米づくり体験 サツマイモを使ったお菓子 お弁当づくりに挑戦		
特別活動	学級活動	きゅうしよくとうばんのしごと げんきなうんこ ごはんとおかず・3色の大切さ さつまいもパーティー	今日のきゅうしよくはなーに？ 給食の仕事 ごはんとおかず・3色の大切さ 親子でおいにぎりをつくろ		給食の食材はどこから？ ごはんとおかず・3色の大切さ よい水分補給おやつとり方		みんなで楽しく食べるために ごはんとおかず・3色の大切さ 朝食の大切さ 虫歯の予防		給食の歴史を調べよう 楽しく食べる工夫 虫歯の予防 風邪の予防		中学生の心構え 食事と運動を大切にした生活		
		1学期		2学期		3学期							
	給食の時間	低学年	給食を知ろう、友だちと協力した準備や片づけ 楽しく食べよう、よくかんで食べよう、正しい箸の使い方、給食を作ってくれる人たちに感謝して食べよう 食べものの名前を知ろう、しゅよくとおかずについて知ろう、3色と食べものの働きを知ろう いのちのつながりにいただきます、季節の食べ物を味わおう										
		中学年	友だちと協力した準備や片づけ 協力し合って楽しく食べよう、よく噛んで食べよう、正しい箸の使い方、給食を作ってくれる人たちに感謝して食べよう 主食・主菜・副菜の役割と3色の大切さを知ろう、食べ物の働きと大切さを知ろう 命のつながりにいただきます、給食の食材はどこから？ 季節の食べ物を味わおう										
		高学年	友だちと協力して、責任を持って準備や片づけをしよう 協力し合って楽しく食べよう、よく噛んで食べよう、正しい箸の使い方、給食を作ってくれる人たちに感謝して食べよう 主食・主菜・副菜の役割と食品群の関係を理解しよう、食べ物の働きと大切さを知ろう 命のつながりにいただきます、給食の食材はどこから？ 季節の食べ物を味わおう										
	学校行事 等	身体測定、学校医検診、家庭訪問、自然学校 オープンスクール にこにこ給食				身体測定、運動会、健康フォーラム オープンスクール、就学時健康診断 にこにこ給食				身体測定、参観日、学級懇談 にこにこ給食			
	児童会活動	新入生を迎える会 チャレンジランニング集会				おやつ集会、食に関するクイズ集会				ビデオ委員会による給食振り返り 6年生を送る集い			
個別指導		肥満傾向・痩身傾向の児童や相談希望者に長期休業中を含め、生活チェックや食事内容について栄養教諭等と養護教諭による個別指導を実施											
家庭・地域との連携		・食に関する授業参観日 ・オープンスクールでの啓発授業 ・学校だより発行 ・学年、学級だより発行 ・保健だより発行 ・食育通信発行 ・「健康フォーラム」の開催											

図表 16B (小学校)

食育(食に関する指導)の全体計画

研究校(一部改変)

[illegible]

つながろう	食を楽しもう	かしこく食べよう
・周りの人と仲よく食事をすることができる。 ・食を通して、人と人とのつながりやふれあいを深めることができる。 ・日常の食事に興味・関心を持ち、自然や周りの人と積極的に関わろうとすることができる。 ・毎日の生活の中にある「食」について考え、自分の食べている物について考えることができる。 ・地域の産物に興味を持ち、それらを通して人や自然とふれあうことができる。 ・食べ物に関心を持ち、季節や行事にちなんだ料理があることを知る。 ・食べ物に関心を持ち、自分の身近な土地ととれた食べ物を知る。	・みんなで楽しく食事をするすることができる。 ・楽しい食を通して相手を思いやる気持ちをもち、心豊かな食生活をするすることができる。 ・生産者や自然の恵みに感謝して、楽しく食事をするすることができる。 ・楽しい会話をしながら食事をするすることができる。 ・食事のマナーを考えて楽しく食事ができる。 ・食事を作ってくれた人の思いを知り、楽しく食事ができる。 ・周りの人と楽しく食事をするすることができる。	・食べ物に関心を持ち、食べ物の名前を知る。 ・栄養のバランスを考えて一食分の食事を考えることができる。 ・栄養のバランスのとれた食事の大切さが分かる。 ・健康に過ごすことを意識して、好き嫌いをくいと食べようとする。 ・好き嫌いせず残さず食べようとする。 ・好き嫌いせずに食べようとする。 ・嫌いな食べ物でも親しみを持つことができる。

図表 16 食育全体計画例

図表 16C (中学校)

食育(食に関する指導)の全体計画

研究校
(複数校の実践を合わせて記載、
一部改変)

生徒の実態		学校教育目標 みんなが安心して勉強できる、楽しい学校づくり		・教育基本法 ・学校教育法 ・食育基本法 ・県指導の重点 ・市教育努力目標 【家庭の願い】 ・食事、睡眠、運動の大切さに気づいて、健全な生活を送る中で学習に励んで欲しい
・朝食摂取は良好であるが、高学年ほど就寝時間が遅くなる ・給食は好きであるが、献立により残食がみられ、食に偏りのある生徒がいる		食育の目標 ○規則正しい食生活を基本にして、十分に運動し必要な睡眠をとることができる ○自分に必要な食事内容を理解し、バランスのとれた食事をとることができる ○自然の恩恵と日本の食文化を理解し、食べものの大切さに気づくことができる		

食育の到達目標				
	第 1 学年	第 2 学年	第 3 学年	
生活習慣	規則正しい食生活を基本にして、十分に運動し必要な睡眠をとることができる	規則正しい食生活を基本にして、十分に運動し必要な睡眠をとることができる	規則正しい食生活を基本にして、十分に運動し必要な睡眠をとることができる	
食事と栄養調理	三食食べることの大切さと食事バランスについて理解し、望ましい食事を選択することができる 栽培・調理を楽しむことができる	栄養素の基本的なはたらきを理解し、バランスのとれた食事をとることができる 基礎的な調理技術を身につけることができる	食生活の自立に向け、「食の実践力」(食情報の選択、バランスの良い食事の選択、調理技術の向上等)を高めることができる	
自然環境 食料生産 食文化	日本の自然環境と食料生産の関連を理解し、生産者の努力と食べものの大切さに気づくことができる	日本における稲作の歴史的な位置づけを理解できる 生命を維持する体の働きを理解し、栄養の大切さに気づくことができる	食文化の多様性を理解し、様々な食文化を楽しむと共に、和食の大切さに気づくことができる 食物連鎖を通じた「自然のつり合い」を理解し、食べものの大切さに気づくことができる	

教科		第 1 学年	第 2 学年	第 3 学年
	国語	「コンビニ弁当十六万キロの旅」	「食の世界遺産一鯉節」	「命は」 「絶滅の意味」
	社会	・自然の様子と人々の暮らし ・社会の様子と人々の暮らし ・農業について調べる ・日本各地の自然環境と農業	・稲作・水田の歴史 (稲作の広まりと弥生時代、班田収授、墾田永年私財法、荘園、商品作物、五穀、窓、太閤検地、百姓と年貢、新田開発、地租改正、地主と小作人、農地改革、高度経済成長)	・文化の多様性と日本の伝統文化 ・ものの流れとお金の流れ ・資源・エネルギー問題と食料問題
	理科	「光合成の仕組み」	「生命を維持するはたらき」 栄養分をとり入れるしくみ、 栄養分はどのようにしてエネルギーになるか 血液はどのようなはたらきをしているか	「自然界のつり合い」 「人間と環境」
	英語	「Field Trip」	「Enjoy Sushi」	・英語で料理
	保健体育	・食生活と健康、運動と健康 ・休養及び睡眠と健康 ・熱中症について ・心と健康	・熱中症について	・生活習慣病について
	技術	「生物育成」 栽培活動(大根) 食料自給率について		
	家庭	「食生活を考えよう」 小学校のふり返り、食事・運動・睡眠 給食について、朝食の大切さ、間食について ・ファーストフードやコンビニとうまくつき合う方法 ・夏休みの食生活について ・調理実習・大根の煮物	「栄養素の種類とはたらき」 栄養素 中学生に必要な栄養の特徴 「1日分の献立作成」 6つの基礎食品群 給食献立作り 「食品の選択と購入」 調理の基礎」 ・夏休みの食生活について ・食肉について ・宿泊体験(ソーセージづくりについて)	「地域の食文化」 地域の食文化からた 沖縄の食文化について 韓国の食文化について 「幼児の生活の特徴」 幼児の食べ物 幼児のおやつ
	道徳	・元気ですか あなたの心と体	・かけがえのない命	・新しい出発
	総合的な学習の時間		宿泊体験(ソーセージづくり)	

特別活動	学級活動	「給食について」 「夏休みの生活について」 「生活記録作成」 食・運動・睡眠の目標設定 「生活アンケート」	「給食について」 「夏休みの生活について」 「生活記録作成」 食・運動・睡眠の目標設定 「生活アンケート」	「給食について」 「夏休みの生活について」 「生活記録作成」 食・運動・睡眠の目標設定 「生活アンケート」 「食情報について」
	給食の時間	共食を大切にし学級のまとまりを深めよう 何でも楽しんで食べられるように努力しよう	共食を大切にし学級のまとまりを深めよう 何でも楽しんで食べられるように努力しよう 給食献立メニュー作り(生徒が作成)	共食を大切にし学級のまとまりを深めよう 何でも楽しんで食べられるように努力しよう
	学校行事等		宿泊体験	修学旅行
	生徒会活動	(部活動)夏休みキャンプ ・運動と栄養の講習会	(部活動)夏休みキャンプ ・運動と栄養の講習会	
	個別指導	生活チェックや食事内容について学校栄養職員と養護教諭による個別指導を実施		

家庭・地域との連携	「朝食づくり」「生活習慣についての保護者向けプリント」「入学前保護者説明会・中学校の生活について」 給食だより 保健だより 給食試食会 学校だより 学年だより
-----------	--

図表 17 兵庫県の研究校における様々な食育の目標設定例

	校種	学校	食育の目標	各学年（低学年・中学年・高学年）食育の目標		
A	小学校	○食べものの大切さが分かる子 ○楽しくおいしく食べる子 ○より良い食習慣を身につける子	低学年	・食べものに興味を持ち、食品の名前が分かる。 ・栽培収穫活動を通して食べものにふれ、みんなと楽しく食べることができる。 ・自分のためにいろいろなものを食べようと努力する。		
			中学年	・食べものは働きによって3つのグループに分けられることが分かる。 ・地域の食材を知り、感謝の気持ちを持って、楽しく食事をすることができる。 ・自分の生活を見つめ、より良い食事のリズムを身につけようと努力する。		
			高学年	・食べものを選択し、バランスよく食べることの大切さがわかる。 ・楽しい食事を通して豊かな心を育み、望ましい人間関係を築くことができる。 ・自分の生活を見つめ直し、より良い食習慣を身につけようと努力する。		
			特別支援	・食べものに興味を持ち、食品の名前を知る。 ・栽培、収穫、調理などの活動を通して食べものや人とふれあい、楽しく食べることができる。 ・何でもしっかりと飲んで食べようとする。		
B	小学校	(知) ・健康は自分で守るという意識を持ち、正しい食生活をしようとする「自己管理能力」を身につける。 (徳) ・楽しい食事の工夫や体験活動から得た思いやりと感謝の心、体を大切に作る豊かな心を育む。 ・自然の恵みに感謝し、環境に配慮する態度を育てる。 (体) ・健康で充実した生活ができる健やかな体をつくるために、望ましい食行動をとることができる態度を育てる。	低学年	○自分の食生活に興味を持つことができる。 ・生命の大切さと自然のすばらしさに気づく。 ・好き嫌いをなく、何でも食べる。		
			中学年	○自分の食生活を見つめることができる。 ・地域につながる食生活を知る ・食べものの働きを知り、食生活に役立てようとする。 ・食べ物の働きを考えて、好き嫌いをなく、食べることができる。		
			高学年	○自分の食生活に生かすことができる ・食生活を見直し正しい食生活を心がけることができる ・食料に関わる人々の工夫や努力を知り、感謝し、応えることができる。 ・自分の健康を考えながら質や量を考えることができる。		
C	小学校	○生涯にわたって健康で生き生きとした生活を送ろうとする子 ○正しい食事のあり方や望ましい食生活を身につけようとする子 ○食事を通して自らの健康管理をしようとする子 ○楽しい食事や給食活動を通じて、豊かな心を育もうとする子	低学年	・食べものに興味を持ち、食品の名前が分かる。 ・みんなと楽しく食べることができる。		
			中学年	・食べものは働きによって、3つのグループに分けられることが分かる。 ・好き嫌いをなく食べることができる。		
			高学年	・日常の食事に関心を持ち、バランスのとれた食事の大切さが分かる。 ・食事を通して豊かな心と好ましい人間関係を育てる。		
D	小学校	○食に関する正しい知識をもとに、健康的な生活を実践しようとする子ども ○実体験をもとに、広い視野から食を理解し、心豊かに生きる子ども ○食事を楽しみ、人とのつながりを深めることができる子ども	低学年	・健康のために好き嫌いをなく食べようと努力することができる ・食べものに関心を持ち、食材の名前が分かる ・いただきますとごちそうさまの意味が分かり、心を込めて挨拶することができる。 ・季節や行事にちなんだ料理があることを知る。 ・食事のマナーが分かり、友だちと仲良く給食を食べることができる。 ・協力して準備や後片付けができるようにする		
			中学年	・栄養と健康の関わりを知り、自分の食行動を振り返ることができる。 ・安全や衛生に気をつけて食品を選ぶ事が大切であると分かる。 ・食べものや、自分の食生活を支えてくれる人々に感謝の気持ちを持つことができる。 ・地域の産物に興味を持ち、日常の食事と関連づけて考えることができる。 ・食事のマナーに気をつけて、楽しい雰囲気の中で食べることができる。 ・安全と衛生に気をつけて配膳活動ができる。		
			高学年	・栄養のバランスがとれた食事のとり方がわかり、健康の自己管理ができる。 ・食品の品質及び安全性について情報をもとに選択することができる。 ・自分の食生活を支える要因を理解し、感謝の気持ちを持って、それに応える行動ができる。 ・食文化や食料の生産、流通、消費について理解を深め、また、食の歴史、外国とのつながりについても関心を持つ。 ・望ましいマナーを身につけ、楽しい雰囲気作りを工夫し、食事を楽しむことができる。 ・自覚と責任を持って配膳活動ができる。		
E	小学校	○豊かな人間性を育む ○生活能力を高める ○食文化を継承する ○健康に生きる知恵を学ぶ ○環境の大切さを知る ○食料自給力について考える	1 学年	・サツマイモや野菜作りの栽培活動を通して、身近な野菜に愛着を持ち、成長に気づき、食べものを大切にしようとする心を育てる。		
			2 学年	・地域の町探検を通して、自分の住んでいる町と食生活についての関わりについて知り、ふるさとへの愛着を深める。		
			3 学年	・食べものや食べものを育む地元の自然に関心を持ち、自分たちの食生活を支えてくれている自然や人々に感謝する気持ちを育てる。		
			4 学年	・先人たちが培ってきた生活の工夫や地域の自然の恵みに気づき、その食文化や環境を守り伝えていこうとする気持ちを育てる。		
			5 学年	・環境を守ることや地産地消をすすめることは、安全で安心な食生活のために必要なことに気づき、食糧自給率向上に向けて、自分たちにできることをしていこうとする意欲を育てる。		
			6 学年	・ふるさとをはじめ我が国に伝わる食文化や歴史に興味関心を持ち、人々の営みや自然の恵みに感謝し、豊かな心とより良い人間関係を育てる。また、世界の食文化や世界と我が国・自分たちの生活のつながりについて探り理解を深めていくことができる。そして、自分たちが健やかに生きるための生活についてすすんで考え、実践しようとする意欲を高める。		
			特別支援	・一人でご飯を炊くことに興味・関心を持ったり、四季の野菜や果物があることがわかったりすることを通して、その時期の旬の野菜や果物を使って、弁当をつくる楽しさや喜びを感じ、豊かな心を育てる。		
F	中学校	○食べ方は生き方 ～身につけよう食の知識、育もう豊かな心～ ・命の大切さを知り、心豊かに健康に生きることのできる生徒 ・食と環境を関連させて考えることができる生徒 ・食に関する正しい知識を持ち、自己管理のできる生徒		・自然界の食物連鎖の仕組みと自分の存在について考え、自然を大切にする心を養う。 ・食料の生産・流通・消費について広い視野に立って理解を深める。 ・思春期の栄養について理解し、バランスのとれた食事のとり方がわかる。 ・自分の健康を食事・運動・休養（睡眠）の生活習慣から考え、望ましい食生活を送る。		
G	特別支援学校（小学部）	楽しもう（食べることを） 親しもう（食べものに） つくってみよう（育てた野菜で）	低学年	あいさつをして たのしくたべよう	たべもののなまえを おぼえよう	おやつをつくってみよう
			高学年	よくかんで たのしくたべよう	たべもののなまえを おぼえて、たいせつにしよう	そだてたやさいで りょうりをしよう

<図表16Aの解説>

- ・図表12（p 12）と図表14（p 18）で例示した目標を組み込んだ全体計画の例である。
- ・幅広い食育の内容のほぼ全てに対応した目標を設定している。
- ・学年進行に伴う発達段階を考慮して、低学年・中学年・高学年の目標が少しずつ高度な内容になっている。
- ・栽培活動は総合的な学習の時間と生活科で、食べ方については、1～4学年は主に特別活動で、5・6学年は家庭科と特別活動で学ぶことを想定している。

<図表16Bの解説>

- ・学校・各学年とも目標はシンプルでわかりやすい。教員や児童・生徒に目標を意識づけていくためには、効果が高いと学校は考えていると思われる。
- ・この3つの目標に対応する学習内容を別個に整理していることが特徴的である。
- ・目標を達成する学習内容を評価規準の形で書き表すことで、評価にもつながられる。
- ・「つながろう」の内容から、目標設定に真剣に取り組んだ様子がうかがえる。身近な人や先人、生産・流通にたずさわる人々、自然の命やものの循環と自分の間の「食べものを介したつながり」を意識させ、考えることは、食育の大切な役割の1つである。

<図表16Cの解説>

- ・学校全体で生活習慣の改善に取り組んでいる中学校を中心に、幾つかの実践校の計画を合わせて作成した。
- ・生活習慣の改善の他、家庭科の内容と理科・社会科の内容に沿ったものを加えて3つ目標を設定している。
- ・生活習慣の改善には、家庭科と保健体育科の内容に沿って3年間取り組む。関連する家庭科、保健体育科の授業を1学年に組み込み、学習の連続性を重視した小中連携も行っている。その上で、学級活動の時間を使って、夏休みの生活記録（図表27 p37）の目標設定、記録と自己評価・個別指導を行うというカリキュラムとなっている。

<図表17の解説>

〔A小学校～C小学校〕

- ・長い間研究校として、多くの食育実践を積み重ねて成果を上げてきた学校である。
- ・目標はシンプルで食べ方を中心にしたものとなっている。
- ・活動としては栽培や調理を含め広範囲な学習を行っていても、学校の方針としては、食べ方を身につけ、生活習慣の改善につなげることを優先していると考えられる。

〔D小学校〕

- ・食に関する指導の手引に示された目標の枠組み（図表11㉔ p 10）を詳細に検討し、3つの目標にまとめている。
- ・低学年・中学年・高学年それぞれに対しては、学年進行に伴った目標を、食に関する指導の手引の6つの枠組みに対応させて設定している。

〔E小学校〕

- ・図表11の㉔の枠組みをそのまま学校の目標として掲げ、各学年の目標は、地域の生産活動、自然環境、人とのつながりを意識させることを目指したものとなっている。
- ・高学年ではこのような視点をさらに世界へと広げると同時に、食料の自給の問題にも目を向けさせる目標が設定されており、食に関する大きな課題を考えさせることを食育の中心に据えた活動を展開している。

〔F中学校〕

- ・中学校の食育をどのようにすすめるかは今後の課題として残されている。
- ・学校の目標として命の大切さ、環境、食生活の改善の3つを掲げ、学年の目標は示さず、理科、社会科、技術・家庭科、保健体育科の内容に応じた目標を下位項目で挙げている。
- ・教科担任制による指導を中心とした中学校らしい目標である。食育を生活指導の重要な柱として位置づけるような目標がさらに加わっても良いように思われる。

〔G特別支援学校〕

- ・特別支援学校では、食育は生活指導も含めて、生活単元の重要な内容となっている。
- ・目標は教員が児童に指導している内容に即したものである。各特別支援学校・学級ごとに、それぞれの児童の実態に即した目標を設定することが大切である。

ウ 単元の目標設定と評価規準設定

〈教科学習における食育の目標と評価規準〉

食育の目標を教科学習の指導案に記載している事例は少ない。また、記載してあっても、教科の目標と書き分けてある例はほとんど見られず、食育の目標のみが単独で書かれている場合も多い。

しかし、各教科には学習指導要領に示された目標と指導事項があり、何をどのようなねらいで学習するかのかの枠組みが定められている。食育を考えるあまり、食育の側面のみを強調して教科学習の目標をおろそかにしてはならない。

教科内容に応じて以下の①～③のように考えることが必要である。

- ① 教科学習を「食育の基礎・基本を教科内容として学ぶ」時間として位置づける。（例えば、家庭科食生活分野の内容は食育の基礎・基本となる。）
- ② 教科内容の学習を深めるために、児童・生徒に身近な食の教材を扱い、自らの問題として考えさせる。このことが食育として学ばせたい内容と重なる。（例えば、社会科食料生産の単元は食育の基礎・基本と考えられるが、さらに、地元の農業も扱ったり家庭や学校給食の食材がどこで生産されたのかを調べさせることで、食育で学ばせたい内容と重なる。）
- ③ 教科内容の学習を深めるため、または、教科で学んだ内容を生かして、教科の発展学習として食育を位置づける。（例えば、国語科「かむ力」の要旨をまとめ、かむことの大切さを考え理解させる。その発展学習として、学級活動「よくかんで食べよう」「虫歯の予防」等を組み入れ、関連させて学習する。）

図表18に、単元の目標を記入した単元計画（指導案）の冒頭部分を記載した。図表14（p 18）、図表16Aの全体計画例1（p 23）、における5学年社会科の単元計画に相当している。食料生産に関わる内容を扱う単元であり、そのまま食育の内容・領域の1つと考えられるが、社会科として指導案を立案しなくてはならない。

食育としても捉えていく場合には、図表18のように、社会科としての「1 単元の概要」とは別に、「2 食育としての視点」を書き加えることが求められる。この考え方は、環境教育指導資料（国立教育政策研究所）における環境教育の単元計画の作成に準じたものである。環境教育も各教科を通して学ぶこととされているため、「環境教育としての視点」を書き入れることが提言されている。「2 食育としての視点」には、食育としての側面や発展学習の内容を記入すると良い。また、「3 他教科等との関連」の項を設けることで、食育の全体計画・年間指導計画での位置づけをより明確にできる。

単元のねらいや評価規準においても、教科としてのねらい・評価規準を記載することが原則である。教科の指導案に食育としての評価規準を書き入れることは必ずしも適当とは言えないが、食育の評価につなげるためには、「2 食育としての視点」に基づいて、「食育の視点からの評価規準」を別に定めておく必要がある。

図表18 教科学習を通した食育実践の指導計画の例示
 一食育としての視点・他教科との関連・評価規準の明確化一

5 学年社会科単元計画				
第5 学年『私たちの食生活と食料生産』				
1 単元の概要と児童の実態 単元の概要：本単元は、第5 学年社会科『食料生産を支える人びと』（教育出版）をもとに計画を立てたものである（全11 時間）。単元の展開に当たっては、まず農業、次に水産業が盛んな地域の様子を調べ、食料生産の相違や人々が生産を高めるための工夫や努力を理解させ、生産や輸送のコストにも目を向け、日本の農業・水産業の現状と課題をとらえる。 また、統計などの資料を収集・選択し、食料生産と自然環境の関わりや国民生活を支える食料生産の意味など、食を多面的に考えるようにする。さらに、消費者として食料生産を考え、よりよい消費の在り方を考える単元とする。 本単元では、学校給食など身近な食生活を意識させたり、地産地消の重要性を強調した単元構成も可能である。地域の稲作農家や地元ＪＡ（農協）と連携した体験的な学習と関連させることも内容の理解に有効と考えられる。 児童の実態：（略）				
2 食育としての視点 本単元は、食育の重要な枠組みの1 つである「生産～流通／食料の需給」に関する内容を扱っている。そのため、本年度の食育年間指導計画5 学年の目標「地域を生かした食料生産のあり方や工夫を理解し、食の問題を考えることができる。」の中核を担う単元として位置づけることが可能である。上記の社会科としての単元内容はほぼ全て食育としても大切な内容と言え、さらに、食料生産が地域の伝統行事、農村風景や人々のくらしと深くつながっていること、米を中心とした日本の食文化の良さを考えさせることで、食育としての内容をさらに充実させることができるとともに、このような学習は社会科としての学習に広がりを持たせる事にもつながる。				
3 他教科等との関連 社会科の第5 学年単元「わたしたちのくらしと国土」、理科「生命のつながり」や総合的な学習の時間「米づくりに挑戦しよう」、さらに、家庭科「かんたん調理をしてみよう」と関連が深い。他単元や他教科（理科・家庭科・学級活動）や総合的な学習の時間での活動や内容を取り上げ、児童の意識の流れに沿って学習の展開を考えることが、社会科としてもまた食育としての視点からも良い学習効果を生むことが期待できる。				
単元のねらい ○日本の農業について調べ、食料生産に携わる人々が生産を高めるために工夫や努力をしていることや生産や輸送に関する費用や米の価格に目を向け、日本の農業の現状と課題を理解する。 ○水産業がさかんな地域について調べ、その地域の特色や、人々の工夫や努力、悩みを理解するし、水産業が加工や運輸などの仕事と密接にかかわっていること、水産資源や環境を守りながら漁業を進めていることに気づく。 ○日本の食料生産が抱えている問題を調べ、食料を安定的に確保する必要性に気づく。				
社会的事象への関心・意欲・態度	社会的な思考・判断・表現	観察・資料活用技能	社会的事象についての知識・理解	食育の視点からの評価規準
日本の農業や水産業等に関心をもち、食料生産について学習問題や予想、学習計画を立てて意欲的に取り組む。 国民生活を支えている食料生産の重要性や発展について考えようとしている。	食料の自給や地産地消の大切さに気づく。国民生活を支えている食料生産の重要性や自然環境との深い関わりについて考え、まとめたことを発表できる。	地図や地球儀、統計などの資料を活用しながら、日本の農業や水産業、様々な食料生産の現状や課題を読み取り、調べたことを白地図などにまとめている。	日本の食料生産の特徴や自然環境との関わり、食料生産が国民の食生活を支えていること、生産地と消費地を結ぶ運輸などはたらきについて理解している。	・地域に適した食料生産の工夫と努力を理解し、生産者に感謝できる。 ・食料生産と地域生活との関連を理解し、食の問題を他教科等での学習も踏まえて考えることができる。 ・日本の食文化における米の重要性に気づく。 ○上記の他、社会科の評価規準を食育の評価にも適用する。

図表18には食育の視点からの評価規準を書き入れた例を示しているが、その内容は社会科の目標の範囲内にある。また、図表18に例示した単元の場合には、学習内容がそのまま食育と重なるため、社会科としての評価規準をそのまま食育の評価規準としても用いることができる。

家庭科「日常の食事と調理の基礎」、技術・家庭科「食生活と自立」「生物育成に関する技術」、体育「毎日の生活と健康」、保健・体育「健康な生活と疾病予防」、生活科「動植物の飼育・栽培」、理科「人の体のつくりと働き」「生物と環境」「動物の体のつくりと働き」などにおいても、同様な考え方で教科学習の評価規準の全てまたは一部を食育としての評価規準として用いることができる。

図表19に、国語科、生活科、理科の「単元の概要」「食育の視点」「評価規準」を例示する。国語科の目標は、そのまま食育の目標とはならない。したがって、食育としての視点の明示

図表 19 教科の「単元の概要」「食育の視点」「評価規準」の例示

図表 19A	小学校	国語科	第4学年「『かむ』ことの力」			
単元の概要			食育の視点		他教科等との関連	
「はじめ・中・終わり」という典型的な説明文の構成で書かれており、段落のつながりや切れ目がはっきりしている。各段落の役割に着目して内容を読み取ると同時に、説明文の構成理解を目標に授業を組み立てることができる。また、「『かむ』ことの力」の内容は、児童の日常生活に密着したものであり、興味を持って読みすすめることができ、要旨を書くことで「かむことの大切さ」を理解できる。			かむことは、食事にとって大切な要素の一つであり、よくかむ習慣をつけることは食育の目標の一つと考えられる。国語科の目標に沿って授業を進め、本文の要点をつかむことで、かむことの大切さを自覚することに結びつけることができる。		本単元終了後に、発展学習として学級活動「よくかんで食べよう」を配置している。	
単元のねらい	関心・意欲・態度	読む能力	書く能力	言語についての知識・理解・技能	食育の視点からの評価規準	
説明文の構成を理解し、内容を的確に読み取って、段落の要点と要旨をまとめることができる。自分の生活習慣と比較しながら、感想文を書くことができる。	「かむ」ことに興味をもち、学習課題に沿って本文を読み進めようとしている。	中心となる語や文に気づき、段落ごとのつながりと大きなまとまりに着目して読むことができる。	段落ごとの要点と全体の要旨をまとめ、自分の歯を磨く習慣と比較しながら感想文を書くことができる。	指示語や接続語の役割を知り、文章構成や各段落の役割を理解できる。	かむことの大切さを理解できる。 学級活動「よくかんで食べよう」とつなげて、給食の食べ方を考えたり、歯磨きの大切さに気づくことができる。	

図表 19B	小学校	生活科	第2学年「ぐんぐんのびろ」			
単元の概要			食育の視点		他教科等との関連	
1年生でのアサガオ栽培の経験を思い出し、一人一鉢で自分の野菜を育てる体験を通して野菜への愛着を持ち、世話をする大切さや自然への感謝の気持ちを持つことが期待できる。また、目、鼻、手、口、心を使って詳しく観察させたり、どのような世話が必要か予想したり身近な野菜名人に質問したりすることで、主体的に関わらせていく。また、野菜を食べることで元気になることを映像資料で見て野菜を摂る大切さに気づいたり、野菜パーティーで育てた野菜を食べることで野菜嫌いを少なくすることが期待できる。			本単元はそのまま食育の単元として捉えることができる。児童の嫌いな食品には、野菜が最も多い。しかし、愛着を持って育てることで、植物の育つ力や世話することの大切さを知り、生産者の努力や自然の力、更には野菜を食べることのよさに気づくことが期待できる。		給食の時間での目標「好き嫌いなく食べよう」と関連させて学習する。	
単元のねらい	生活への関心・意欲・態度	活動や体験についての思考・表現	身近な環境や自分についての気づき		食育の視点からの評価規準	
友だちと協力して、野菜を植え、野菜の育ちに関心を持って世話をする。生長の様子を観察し、どのような世話が必要か予想したり、植物の生命力を感じ、成長の喜びを絵や言葉で表現することができる。野菜のはたらきの学習、野菜パーティーなどを通して、野菜の大切さに気づく。	野菜の育ちに関心を持って、協力しながら主体的に世話をすることができる。	観察記録を丁寧に書き、どのような世話が必要かを一生懸命考えることができる。野菜への愛着を持ち、成長の喜びを絵や言葉で表現できる。	野菜の生長の力強さや、育てた野菜のおいしさに気づく。いつも食べている野菜が大切に育てられたものであることや、野菜は体にとって大切な食べ物であることに気づく。		生活科の評価規準を、そのまま食育の評価規準として用いる。	

図表 19C	中学校	理科	第2学年「生命を維持するはたらき」 (この例では、循環や肺の仕組みを除いて、消化・吸収・呼吸のみにについて記述してある)			
単元の概要			食育の視点		他教科等との関連	
動物の体が必要な物質を取り入れ、運搬し、生命を維持している仕組みを実験の結果や体のつくりと関連付けてとらえ、消化酵素の働き、小腸での吸収の仕組みを理解すること、さらに、細胞呼吸によってエネルギーが取り出されることを理解させる。食べものの体の中での行方という身近な課題でもあるため、生徒の日常生活と関連させた説明を心がけることで興味関心を高めることができる。実験としては唾液による消化実験が中心となるため、準備段階から生徒の参加を求め、実験操作や対照実験等の重要性を一つ一つ説明させ、理解させる。			本単元は食育の内容とほぼ重なると考えられる。栄養素のはたらきは、食育では、最も重要な基礎・基本の一つであり、本単元の内容を三大栄養素のはたらきとして捉えさせることが大切となる。また、食事量と運動により、体重の増減が決まることを理解させ、日常の食生活に注意を向けさせることができる。		家庭科の「食生活と自立」、保健・体育科「健康な生活と疾病予防」の自然科学的な基礎として捉え、関連させて学習する。	
単元のねらい	自然事象への関心・意欲・態度	科学的な思考・判断・表現	観察・実験の技能	自然事象についての知識・理解	食育の視点からの評価規準	
消化や呼吸についての観察、実験と結びつけて動物の体が必要な物質を取り入れているしくみを捉える。唾液による消化実験などを通して、消化液で栄養分を分解するしくみを理解する。栄養分が小腸で吸収されることや細胞呼吸によってエネルギーが取り出されるしくみについて理解する。	唾液のはたらきを調べる実験に興味をもち、積極的に取り組もうとする。栄養分の消化のしくみや、そのゆくえに関心を持つ。食物から取り入れた栄養分が、どのようにしてエネルギーとなるのかに興味を持つ。	唾液の実験結果から、デンプンの分解のしくみを推論することができる。小腸の内面に多数の柔毛の役割を考察することができる。呼吸の役割を考察し、説明できる。	唾液がデンプンを分解する実験で、必要な器具や試薬の役割を理解して、揃えることができる。対照実験の意味や記録することの大切さに気づくことができる。	おもな消化酵素の種類とはたらきについて理解する。消化された栄養分が吸収される道すじや細胞呼吸の役割を理解する。	三大栄養素の行方を理解し、日常の食べ方と運動の大切さと結びつけて考えることができる。 (理科の評価規準は、そのまま食育の評価規準として用いることも可能)	

や食育の視点からの評価規準が別に必要となる。生活科や理科は、その内容によっては、評価規準の全てまたは一部を食育の評価規準として用いることができるが、教科学習を本来の目標に沿って進めるためにも、食育の視点からの評価規準を定めた方が良く、食育の評価のためには必須である。なお、各教科の評価規準については、国立教育政策研究所の「評価規準の作成、評価方法等の工夫改善のための参考資料」が参考となる。

〈学級活動と総合的な学習の時間における食育の目標と評価規準〉

教科学習と異なり、学級活動や総合的な学習の時間では、学習内容を食育に特化することも可能であるため、学校の食育の目標に合わせた学習・活動が可能となる。しかし、それぞ

れの時間枠には、学習指導要領により目標が明記されていることを考慮する必要がある。

学級活動には「日常の生活や学習への適応及び健康安全」の項目の1つに「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」と明記されている。食べ方の学習は、家庭科に加えて、学級活動で行われることが一般的であるが、学習項目にしたがって、「集団活動や生活への関心・意欲・態度」「集団の一員としての思考・判断・実践」「集団や生活についての知識・理解」の観点から評価規準を定めることが適当である。

総合的な学習の時間は、今まで、評価の観点について、さまざまな検討が加えられてきたが、平成23年、文部科学省初等中等局長通知として3つの評価の観点の考え方が例示されている。

- ①学習指導要領に示された総合的な学習の時間の目標、ないしは、それを踏まえて各学校で定めた目標及び内容に基づいた観点

(例)「よりよく問題を解決する資質や能力」、「学び方やものの考え方」、「主体的、創造的、協同的に取り組む態度」、「自己の生き方」等

- ②学習指導要領に示された「学習方法に関すること」、「自分自身に関すること」、「他者や社会とのかかわりに関すること」等の視点に沿って各学校で定めた、育てようとする資質や能力及び態度を踏まえた観点

(例)「課題設定の力」(学習方法)、「情報収集の力」(学習方法)、「将来展望の力」(自分自身)、「社会参画の力」(他者や社会とのかかわり)等

- ③各教科の「評価の観点」との関連を明確にした観点

(例)「関心・意欲・態度」、「思考・判断・表現」、「技能」、「知識・理解」等

「総合的な学習の時間における評価方法等の工夫改善のための参考資料
(国立教育政策研究所 平成23年)」では、「総合的な学習の時間の全体計

図表 20 総合的な学習の時間における「単元の概要」「食育の視点」「評価規準」の例示

図表 20	小学校	総合的な学習の時間	第5学年 さつまいも収穫祭		
小単元の概要			食育の視点		他教科との関連
自分たちで育てたさつまいもを収穫した後、各自さつまいもとその他一品の秋の食材について調べ、各食材の特徴をまとめて発表する。さつまいもの栄養成分から発展させて、バランスの良い食事についても理解を促し、料理やお菓子のレシピをインターネットを使ったり、家族に聞いて調べ、グループごとに料理を決める。収穫祭を計画、実施し、収穫祭ではさつまいも料理・菓子をつくって祝う。調理の段取りや無駄のない食材の利用法を含め調理計画を立て、教員や地域の方々の助けを受けながら料理する。さつまいもの調理における協働と情報収集、さつまいもの栄養成分の理解等もそれぞれ目標とする。単元全体を通して、「よりよく問題を解決する資質や能力」「主体的、創造的、協同的に取り組む態度」「情報収集の力」「他者と関わり理解し受け入れる態度」を育てることをめざすが、特に他者理解を重点目標とする。			本単元は総合的な学習の時間の時間枠を用いた食育の学習である。単元全体を通して食育の内容・領域のうち、「栽培」「調理」「栄養」「食の楽しみ」「共食」に関わる内容を、総合的な学習のねらいに沿って学習する計画となっている。		家庭科で学んだ調理技術や栄養に対する知識、社会科で学んだ食料生産がベースとなった単元である。
単元のねらい	関心・意欲・態度	思考・判断・表現	技能	知識・理解	食育の視点からの評価規準
さつまいも等秋の食材の調理法や特徴を調べることができる。 さつまいもの栄養成分等の特徴を理解し、調理の基礎的な技術を学ぶとともに、無駄のない調理について考え実践する。 バランスのとれた食事を考え、共食の大切さを理解する。 食体験活動を通して、他者と自分の関わりに関心を持ち、他者を理解して協同的に取り組む態度を養う。 情報収集能力を養う。	秋の食材やさつまいも料理に興味を持ちすすんで調べようとする。 調理等の活動に興味を持ちすすんで取り組もうとする。 仲間と協力して草抜きをしたり、収穫したり、調理できる。	調理の手順を考え、無駄のない適切な方法を選ぶことができる。 調べたことをまとめ、わかりやすく発表できる。	調理の基礎的な技術を習得する。 インターネットを使ったり家族に聞いたりして必要な情報を収集することができる。	育てた作物を調理してみんなで食べる喜びを知る。 さつまいもやその他の秋の食材の栄養や食材としての特徴を知るとともに、バランスのとれた食事についての理解を深める。 情報を収集する方法を理解する。 友人と協力する大切さを知る。	左記の上段が食育としての評価規準である。

画は、目標、内容、育てようとする資質や能力及び態度の3つを中心に構成される」とし、「①は、目標を踏まえている。また、②は、全体計画の構成要素である、育てようとする資質や能力及び態度を踏まえた観点であり、新たに追加された観点の例示である。そして、③は具体的な学習対象や学習事項に対する『関心・意欲・態度』『知識・理解』などの評価がなされることから、内容とのつながりが深い観点である。」と解説している。

食育を中心にした総合的な学習の時間の単元を構成した場合には、③の考え方に従い、食育の内容をもとにした評価規準を、①や②の考え方を取り入れて設定するのが適当と思われる。図表20は、この考え方で作成した評価規準の例示であるが、この単元の学習内容では、食育の視点からの評価規準の枠はなくてもよい。

各評価規準は、食育の内容に基づくものと、総合的な学習の時間のねらいに基づくものとを分けて記載してあるが、必ずしも分けて記載する必要はない。ただし、分けて記載できれば、食育の内容を学習する目標と総合的な学習の時間のねらいをバランスよく考えた授業構成となると思われる。

(2) 目標に基づく学習評価の実践

食育の学習評価も、他の教科等と同様に目標に準拠して行うことをめざす。

目標が達成できたかどうかは、児童・生徒の学習活動の観察、理解度等のテスト、学習カード等の記録、作成物、感想文等の自由記述及びこれらを記録したポートフォリオ等から判断することになる。児童・生徒の学習活動をしっかり見取ることが基本であるが、評価方法の妥当性や結果の客観性は、データを元に分析的に評価することでさらに高められ、改善の方向性も明瞭となると考えられる。そして、目標に対する評価方法の妥当性や、評価結果の信頼性を常に意識し改善をはかっていく必要がある。

ア 学校、学年の目標に基づいた評価

目標が明確で教職員間でしっかり共有されていれば、学習活動における児童・生徒の姿を見取った意見を、食育推進のための組織や各学年・教科ごとの教職員組織で集約することで学校として、また学年としての食育の評価が可能である（(4)食育の取組評価の実践 p 37）。しかし、改善の方向性を把握するためには、より分析的に評価していく必要がある。図表13（p 17）に示したような食育実践における学校の目標、学年の目標、単元目標の関係を把握し、学年の目標が、どの単元で達成されることをねらって設定されたかを踏まえて評価すること、更には、以下のイに示すような、単元目標の達成度を把握して評価することが必要となる。

図表21に各単元における目標の達成度に基づいた学年の分析的な食育の評価の例を示している。大文字（A, B, C, D）で示したような評価が得られる単元、すなわち、目標の枠組みに沿って設定した具体的な目標の達成に関連が高い教科等の評価結果が、学年目標の

図表 21 食育の学年目標の達成度評価：分析的な評価の例示

A～C 目標達成に関連が高い教科等における評価結果 A：達成できた B：概ね達成できた C：達成は不十分 D：達成できなかった a～c 目標達成に関連した教科等における評価結果 a：達成できた b：概ね達成できた c：達成は不十分 d：達成できなかった									
		単元名	目標の枠組み						
			食の楽しみ /生活リズム 共食	健康・栄養	自然 /環境	生産～消費 /食料の需給	食文化	栽培	調理
5 学年	1学期	総合的な学習の時間 「バケツ稲栽培に挑戦」	c	c	b	B	－	A	－
		理科 「生命のつながり」	－	－	B	－	－	－	－
		社会科 「食料生産を支える人々」	－	b	b	A	b	b	－
		家庭科 「かんたん調理をしよう」	b	b	－	－	c	－	B
		学級活動・給食指導 「命のつながりにいただきます」等	B	a	a	－	b	－	－
	2学期	総合的な学習の時間 「バケツ稲栽培に挑戦」	－	－	b	A	b	A	－
		社会科 「これからの食料生産」	－	b	c	B	a	－	－
		家庭科 「元気な毎日と食べ物」	c	B	－	－	b	－	B
		学級活動・給食指導 「楽しく食べる工夫」等	B	a	－	－	b	－	－
	1・2学期の評価		概ね達成	概ね達成	概ね達成	達成	(計画不十分)	達成	概ね達成
概ね達成									

達成に最も関連しているとみなして評価することになる。

イ 単元の目標に基づいた評価とそのための様々な工夫

到達度目標の達成度は、形成的評価のための授業中の小テストや単元末の総括的なテストで評価されるのが一般的である。しかし、ペーパーテスト以外の評価方法、例えばポートフォリオ、パフォーマンスなどの評価を組み合わせ、工夫して評価していく必要がある。児童・生徒の振り返り等、自由記述の分析も目標の達成度を知る上で有効である。以下に幾つかの事例を示す。

図表 22 理解度チェックのための小テストの例示

<理解度チェック>

授業中、児童・生徒がどの程度内容を理解しているかを常に把握しておく必要があり、図表22のような簡単な小テストを利用することが多い。

<ループリック>

総合的な学習の時間などでは、児童・生徒の作品や教員による観察記録などいわゆるポートフォリオを評価する必要があり、そのためにはループリック（評価指標）を用いることが有効とされている。

図表23に食育の内容を取り上げた総合的な学習の時間で試行されたループリックを例示

あなたの「食のバランス」理解度をチェック！

年 組	
1. さつまいものよさをいくつか書けるかな？	
・ねだんが安い。 ・作りやすい。 ・野菜や果物がとれない時に、代わりになる食べ物である。 ・食物せいを多くふくみ、おなかのそうじをしてくれる。うんこが出やすくなる。 ・3色の黄色のはたらきだけではなく、緑のはたらきもする。 ・炭水化物やビタミンCを多くふくむ。 ・おいしい。 ・たくさんとれる。 など	
A：栄養面でのことをふくみ、5つ以上書けている。 B：栄養面でのことをふくみ、1つから4つ書けている。 C：何も書けていない。または、まちがったことを書いている。	
2. 『3：1：2の弁当箱』、()の中に入る言葉は何でしょう？	
(主食) (主菜) (副菜)	A：3つとも正答である。 B：1つだけ正答である。 C：正答がない。
3. バランスよく食べるとはどういうことか説明できるかな。	
食材に、赤・黄・緑の3色のものが入り、主食・主菜・副菜が、3：1：2の割合になっている、質的にも量的にも栄養のバランスがとれたものを食べることをいう。 A：「量」と「質」の両面から、食事のバランスについての記述が見られる。 B：「量」と「質」のどちらかの面でもとらえた食事のバランスについての記述が見られる。 C：「量」と「質」のいずれの面からも食事のバランスについての記述が見られない。	

図表 23 ポートフォリオ評価と学習活動の見取りのための評価指標（ルーブリック）の例示

5 学年 総合的な学習の時間 単元名「アイデアクッキング 三色カレーをつくらう」					
単元目標	○野外調理に必要な情報（栄養バランスのとれたカレー具材、火のおこし方、調理の段取り、調理法）を調べ、まとめ、発表できる。 ○仲間と意見を出し合ったり教員に聞いて、カレーレシピを決め、準備し（買い物、火おこし等）、野外で調理することができる。 ○野外調理を振り返り、仲間との協力や活動の工夫・新たな気づき・課題や問題点をまとめることができる。 ◎つけたたい力：主体的に協力して取り組む力。課題追求の方法を考える力。情報を集めまとめ発表する力。学びを生かし振り返る力。				
	評価規準	レベル4	レベル3	レベル2	レベル1
関心意欲態度	食に関心を持ち、野外での調理活動で、自分の考えを大切にしながら皆で意見を出し合い、粘り強く課題を追求しようとしている。	興味・関心を持っている。 自分の考え、仲間の意見・協力、について書いている。 最後まであきらめず楽しんで活動している。	興味・関心を持っている。 自分の考え、仲間の意見・協力、について書いている。 楽しんで活動している。	楽しんで活動している。	楽しんで活動していない、または参加できていない。
思考判断表現	食の課題追求の方法を考え、見通しを立て、計画することができる。 食の課題解決のため計画を整理し、わかりやすく発表できる。	栄養バランスのとれた具材を考え、量や値段を考えた買い物計画ができる。 自分で情報を整理し、仲間と協力してまとめ、わかりやすくまとめた発表できる。	栄養バランスのとれた具材を考え、量や値段を考えた発表ができる。 自分で情報を整理し、まとめた発表できる。	バランスに偏りのある具材。 情報が整理できない。	具材を考えられていない。 情報の整理、発表ができない。
技能	食の課題追求に向けて、必要な情報を集め、比較できる。	対話、資料、インターネット等3つ以上の手段で必要な情報を集め、比較できる。	2つの手段で必要な情報を集め比較できる。	1つの情報に頼っている。	必要な情報が集められない。
知識理解	食の知識を総合し、課題解決に生かすことができる。 活動を振り返り、新たな気づきや課題を見つけ、全体像を理解できる。	学んだ知識（家庭科や調べ学習）を生かし、課題に適した準備・料理ができる。 活動を振り返り、仲間との協力、努力・工夫・新たな気づき、課題を見つけることができる。	学んだ知識を生かし、課題に適した料理ができる。 仲間との協力、努力・工夫・気づき、課題の内、2つを見つけることができる。	課題に適した準備・料理ができる。 仲間との協力等1つのことを振り返ることができる。	課題に適した活動ができていない。 振り返りができていない。

する。客観性を高めるためには複数の教員で作成し評価することが望ましい。作成に時間がかかり、研究授業以外では作ることが困難という声もあるが、考え方は知っておきたい。

＜学習見通しカード＞

図表24は、県内の小学校の実践で用いられた1枚の中に単元の流れが全て見えている「学習の見通しカード」である。児童一人ひとりの変容が一目でわかり、教員にとって指導や評価に役立てやすいと思われる。下図に記述されている文言は複数の担任とともに

図表 24 学習見通しカードと各学習活動に対する評価規準

さつまいも収穫祭！

年 組 班

（学習前）
【秋の恵みにはどんなものがある？】
さんま、さつまいも、柿、栗、
まつたけ・・・
など

（学習①）
【さんまなど 調べ（方法）】
・安価で庶民の手に入りやすい魚（食材）
・日本近海でたくさんとれる。
・たんぱく質（栄養）も豊富。
など

【さつまいも調べ（方法）】
・サトウキビや品種があり
ます。（インターネット）
・3色の黄色の栄養を多く
含んでいます。（教科書）
・戦後、食糧の無い（家族の
運）に
など

（学習②）
【さつまいものおやつ作り】
（夫）べ
・食
す
き
切
た。
（できた事・もつとしてみたい事）
・グループで協力してできた
・自分の役割の〇〇をしっ
りできた。
・他のおやつも作ってみたい。
（学習③）
【さつまいも収穫祭！】
も
ま
が
て
・
さ
い
い
つ
い
た
さ
お
で
助
こ
・
の
け
成
る
・
は
大
変
だ
ら
う
な
あ
と
思
っ
た。
（先生より）
自分でお料理して食べた
たのしみ、食の大切さ、
感謝の気持ちを伝えることが
できた。お疲れ様です。

（学習④）
【この学習で学んだことは何ですか？】
・よく知っていると思っていたさつまいもの栄養について全
然知らなかったことが驚き、食の大切さを学んだ。
・一つ一つの食材を食べればよいことではない。いろいろな物
を食べてバランスのよい食事を心がけることが大切だ。
・栄養バランスのことなど、学習したことを家で生かした
い。

（学習⑤）
【先生より】
自分でお料理して食べた
たのしみ、食の大切さ、
感謝の気持ちを伝えることが
できた。お疲れ様です。

（学習⑥）
【さつまいも収穫祭！】
も
ま
が
て
・
さ
い
い
つ
い
た
さ
お
で
助
こ
・
の
け
成
る
・
は
大
変
だ
ら
う
な
あ
と
思
っ
た。
（先生より）
自分でお料理して食べた
たのしみ、食の大切さ、
感謝の気持ちを伝えることが
できた。お疲れ様です。

に考えた評価規準で、記述されているようなことが概ね達成できていればB、さらに高度な内容が達成できていればA、達成できていなければCと評価する。

＜自由記述分析＞

授業後の振り返りは、児童・生徒自らが学習の状態を確認し、見通しを持つために必要とされ、記述内容から、教員は児童・生徒の学習状態を把握できる。K J法と同様な質的分析は、このような自由記述文の内容を、一定の妥当性を持って量的にも把握するために、有効な方法である。

図表 25 料理カードを使った実践での児童・生徒の振り返り（自由記述文）の分析例

図表 25A

家庭科「元気な毎日と食べもの」2時間目
5年 全席

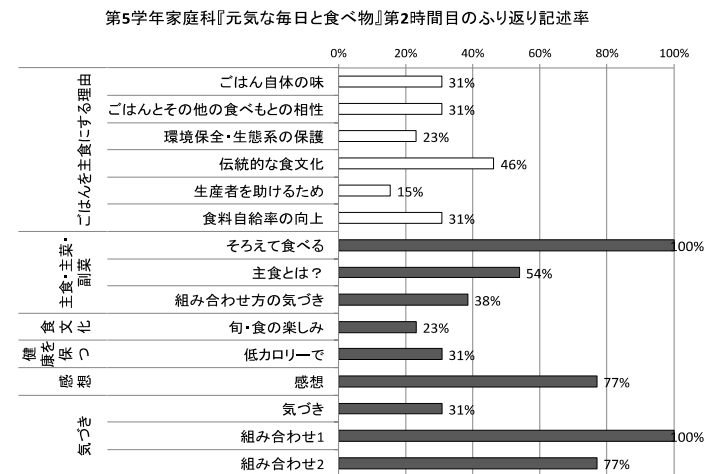
◎今日のめあて

○食べ方に関する課題を書きましょう。

○今日の学習の振り返り
学習のめあてについて学んだことを書きましょう。

今日の学習で一番心に残ったことを書きましょう。

図表 25B



図表 25C

児童名	記述あり	主食・主菜・副菜			食文化	健康を保つ	感想	気づき	組み合わせ			
		そろえて食べる	主食とは？	組み合わせ方の気づき					旬・食の楽しみ	低カロリーで栄養たっぷり		一組目
a	✓	バランスよくの基本は、主食・主菜・副菜をちゃんと揃えることだとわかった。					自分で食べ物を選んで楽しかった。		サンマの塩焼き ひじきの煮物 みそ汁		3	
b	✓	主食・主菜・副菜を必ず食べていることがわかった。	ご飯は主食であり、日本の伝統的な食文化に欠かせない食べものだと言った。						サンマの塩焼き きゅうりの塩もみ	鮭のムニエル みそ汁	4	
c	✓	主食と主菜、副菜をそろえることがわかった。		日本人が伝統食として食べてきたものは、野菜や魚類が多いことがわかった。	日本食はヘルシーで旬のものを使うので体にいいかもしれないことがわかった。	日本食はヘルシーで旬のものを使うので体にいいかもしれないことがわかった。	自分が考えた食品の組み合わせを調理してみたかった。		サンマの塩焼き ほうれん草のおひたし みそ汁	切り身魚のホイル焼き ひじきの煮物 みそ汁	7	
d	✓	主食に主菜と副菜を組み合わせることで栄養がとれることが大切だとわかった。	ご飯は主食だとわかった。				友達と食品の組み合わせを考えて楽しかった。		魚のホイル焼き 根菜のみそ汁	サンマの塩焼き ひじきの煮物	5	
e	✓	ごはんには主菜と副菜を加えて組み合わせを考えることが大切だとわかった。	ごはんは主食であることがわかった。	ごはんは組み合わせを考えるとき、最初に考えることがわかった。			自分で献立を考える時に、主食・主菜・副菜を意識したのが、わからなかった。	みそ汁は、主要なのか、わからなかった。	麻婆豆腐 ひじきの煮物 みそ汁	納豆 じゃがいもの炒め煮 みそ汁	7	
f	✓	食事は、主食・主菜・副菜を組み合わせることが大事なんだなと思いました。			日本の食事はカロリーが低く栄養があるので、よく考えられているなと思いました。	日本の食事はカロリーが低く栄養があるので、よく考えられているなと思いました。			サンマの塩焼き ひじきの煮物 みそ汁	魚のホイル焼き 里芋の煮物 みそ汁	5	
g	✓	食事は、主食・主菜・副菜のバランスが大事だとわかった。			日本の食事を考えた昔の人は、よく考えているなと思った。	日本の食事は、栄養があり、カロリーも低い。	日本の食事を考えた昔の人は、よく考えているなと思った。		サンマの塩焼き ひじきの煮物 みそ汁	切り身魚のホイル焼き 里芋の煮物 みそ汁	6	
h	✓	主食・主菜・副菜のバランスが大事。	ごはんは主食として考える	ごはんは組み合わせの順番としてまず第一に考える			ごはんを主食としているものや食べ物をつくったのがとても楽しかった。		鮭のムニエル カボチャの煮物	冷やっこ ほうれん草のおひたし	5	
i	✓	バランスよく食べるというのは、主食・主菜・副菜をそろえて食べることだとわかった。	ごはんは主食として昔から日本人が大切に食べてきたことがわかった。			栄養のバランスを考えるのは、健康にもつながるので大切なことだとわかった。	自分たちで食品を組み合わせるのが楽しかった。	納豆や豆腐が主食だったので、びっくりしました。	サンマの塩焼き ひじきの煮物	切り身魚のホイル焼き 根菜のみそ汁	7	
j	✓	バランスよく食べるために、主食・主菜・副菜をきちんとそろえることがわかった。		旬のものを食べるとおいしかった。			食品選びがとても楽しかった。もっとしたかった。		切り身魚のホイル焼き ひじきの煮物 みそ汁	サンマの塩焼き ほうれん草のおひたし みそ汁	5	
K	✓	バランスよく食べるために、ごはんを日本人は主食として食べていることがわかった。	ごはんを日本人は主食として昔から食べている。	ごはんを中心に考えることを初めて知った。			ごはんはこれから食生活のバランスを考えていきたいです。	ごはんは、毎食、副菜をあまり食べていないことがわかった。	鮭のムニエル コンソメのきんぴら		6	
l	✓	食事は、主食・主菜・副菜を組み合わせることが大切だとわかりました。					カードで献立をいろいろ考えて作るのが楽しかったです。		じゃがいもの炒め煮 みそ汁	冷やっこ ひじきの煮物 みそ汁	4	
m	✓	主食・主菜・副菜はどれも大切なんだなと思った。	ごはんは昔から日本では主食として食べてきたから、					最近では、忙しいからか、主食・主菜・副菜をそろえて食べている人が減っているんだなと思った。	サンマの塩焼き きゅうりの塩もみ		4	
		13 100%	13 100%	7 54%	5 38%	3 23%	4 31%	10 77%	4 31%	13 100%	10 77%	4.9

図表25に振り返り文を分析した例を示してある。児童・生徒が自由に記述したもの（図表25A）を、内容によって分類し、表を作成する（図表 25C）。分類項目は、あらかじめ決めずに記述内容から決定する。児童・生徒の記述の広がり、分類項目の数として数値化され（図表 25C右に集計）、また、クラス全体で、どのような項目について記述していたかは、分類項目ごとの数値として集計できる（図表 25C下）。これをグラフ化したもの（図表 25B）から、児童・生徒の学習の状態を読み取ることができる。

(3) 食生活変容の評価の実際

食育の目的の第一に「健全な食生活を実践できる人間を育てること」があげられており、食生活が改善されているかどうかを評価することが大切である。

評価項目を作成するにあたり、様々な食生活調査の様式が活用できるが、独立行政法人日本スポーツ振興センターの児童・生徒の食事状況調査報告書をそのまま使う場合も多いことから、以下に例示する。

図表 26 平成22年度児童・生徒の食生活実態調査の項目【食生活実態調査編】

独立行政法人日本スポーツ振興センター作成

【児童・生徒】	【保護者】
1 学校給食が好きですか	1 お子さんの朝食・夕食の摂り方
2 学校給食が好きな理由	2 お子さんの朝食・夕食の食事時間
3 学校給食で好きな料理	3 朝食の摂取状況
4 学校給食できれいな料理	4 朝食の欠食理由
5 学校給食を残しますか	5 献立を決めるときに気をつけること
6 学校給食を残す理由	6 誰の嗜好に合わせて料理を作りますか
7 食事のときに気をつけていること	7 調理済み食品の使用頻度
8 食品のはたらき	8 調理済み食品の使用理由
9 学校給食前の空腹度	9 朝食・夕食の調理時間
10 朝、起きる時刻・夜、寝る時刻	10 お子さんと料理を作りますか
11 起床時の状態	11 食品を選ぶときに気をつけること
12 朝食の摂取状況	12 はしの持ち方
13 朝食の欠食理由	13 お子さんの生活時間
14 学校の授業以外の運動	14 学校給食に関する資料の活用度
15 食事前の手洗い	15 学校給食に関する資料で参考になること
16 おやつ摂取状況	16 学校給食で良いと思われること
17 よく食べるおやつ	17 学校給食に望むこと
18 夜食の摂取状況	18 お子さんに食に関する事で教えていること
19 よく食べる夜食	19 お子さんの生活習慣で心配なこと
20 家での食事の手伝い	20 健康状態
21 自分だけで料理が作れますか	21 1週間の朝食摂取状況
22 自分だけで作れる料理	
23 食事のときのあいさつ	【学級担任】
24 はしの持ち方	1 学校給食で指導していること
25 朝食・夕食の摂り方	2 児童・生徒の生活習慣や身体状況で心配なこと
26 家庭での食事のマナー	3 学校給食を残さず食べることを指導していますか
27 食事が楽しいと感じるとき	4 学習指導要領に食育の推進に記載があることの理解
28 きれいな食べ物	5 学校給食に関する資料で参考になること
29 きれいな食べ物への対応	6 保護者から児童・生徒へ食に関して教えてほしいこと
30 好きな料理	7 はしの持ち方
31 きれいな料理	
32 健康状態	
33 1週間の朝食摂取状況	

図表27に、中学生のための夏休みの生活記録用紙、生徒自らが記入した目標の質的分析結果、振り返りの記述例を示した。生徒に食事・運動・睡眠の大切さを学ばせた後、夏休みの目標を自ら立てることで自覚が生まれ、より良い生活習慣を送ることを促す効果があると考えられる。

中学校1年生
夏休みの宿題

夏休みの生活記録

1年組 番()

長い夏休みがやってきました。規則正しい生活をしましょう! 毎日「運動」「食事」「睡眠」のチェックをしましょう。

口夏休みの「運動」「食事」「睡眠」「学習」目標をたてましょう!
※具体的に書きましょう。時間や回数などを目標に入れましょう!

運動

食事

睡眠

学習

口毎日の生活チェックをしましょう

[記入例]

日・月	朝食	昼食	夕食	間食	運動	学習	睡眠時間記録(夜寝ている時間を塗りつぶしてみよう)	日記(今日のできごと・反省・感想など) (日記は必ず書くこと、寝る前は必ず読むこと)
1日	○	○	○	×	○	○		

[7月]

予定・行事	朝食	昼食	夕食	間食	運動	学習	睡眠時間記録(夜寝ている時間を塗りつぶしてみよう)	日記(今日のできごと・反省・感想など)
20日水	結果式						1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24	
21日水							1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24	
22日木							1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24	
23日金							1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24	
24日土							1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24	
25日日							1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24	

(略)

[8月]

日・月	朝食	昼食	夕食	間食	運動	学習	睡眠時間記録(夜寝ている時間を塗りつぶしてみよう)	日記(今日のできごと・反省・感想など)
28日							1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24	
29日							1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24	
30日火							1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24	
31日水							1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24	

口自己評価 夏休みをふりかえろう! 夏休みの目標は達成できましたか?

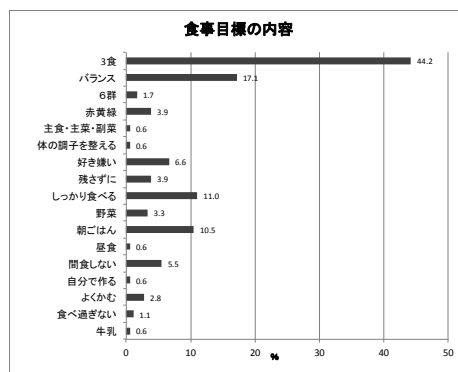
できた ←────────→ できなかった

- ・ 「運動」の目標達成度 5 ・ 4 ・ 3 ・ 2 ・ 1
- ・ 「食事」の目標達成度 5 ・ 4 ・ 3 ・ 2 ・ 1
- ・ 「睡眠」の目標達成度 5 ・ 4 ・ 3 ・ 2 ・ 1
- ・ 「学習」の目標達成度 5 ・ 4 ・ 3 ・ 2 ・ 1

口「運動」「食事」「睡眠」「学習」についてふり返ってみよう。規則正しい生活ができましたか?
2学期からの生活はどうになりますか? (80字以上書きましょう)

【保護者の方から一言お願いします】

※提出日・・・9月1日始業式 必ず提出して下さい!



- ・目標も結構達成できたのでよかったと思います。食事の中では、間食はほぼ毎日しているなあと思えました。運動はもっとしたほうがいいと思いました。睡眠はけっこうとれたと思います。学習もけっこうしたと思います。この夏休み規則正しい生活でできたと思います。
- ・運動は部活以外しなかったけど、食事は3食ほとんどとれた。睡眠は寝るのが遅いけど、起きるのは家の誰よりも早かった。学習は最近1時間だけやっています。

・“3食をきっちり食べ”“よく睡眠をとり”
“運動”と“学習”と充実した夏休みを過ごしてました。一日が早く感じるほどです。毎日の暑い中を自分で計画を立てて学習もしていたので、この調子で2学期も頑張っていきたいと思います。間食は少量しか食べてないようなので、気分転換にもなり、ストレス解消にもなると思うので、このぐらいならOKだと思えます。

食育の評価を、学校評価における評価項目として位置付け、学校の実情や児童・生徒の実態に応じた目標を設定し、その達成状況を評価することが大切である。また、保護者等による家庭・地域での取組状況を踏まえた自己評価や、学校における食育の推進体制に対する学校関係者評価（家庭・地域による外部評価）を行い、総合的に評価することが求められている。

評価の結果は、公表するとともに、保護者や地域住民等と意見交換を行うことを通じて相互理解を深め、学校、家庭、地域の連携体制の改善・強化を図り、組織的・計画的・継続的に食育の推進に取り組むことが重要である。

以下に、食育の推進体制整備等の教職員の取組をはじめ、児童・生徒の実態に応じた学びの評価を行っている研究校の事例を示す。

＜研究校の事例＞

ア 評価のねらいと方法

学年末に食に関する様々な教育活動を振り返り、1年間の推進の成果と課題を検証する。そして、その成果と課題を来年度の実践へとつなげていく。

評価する内容は、『Ⅰ教職員の取組』と『Ⅱ児童の学び』である。『Ⅰ教職員の取組』の評価は、学校教育活動全体を通して、組織的、計画的、継続的に食育を実施することができたかを評価する。『Ⅱ児童の学び』の評価は、子どもにどのような力を身につけさせることができたのか、また指導目標が達成できたのかなど、子どもの成長や変容を評価する。

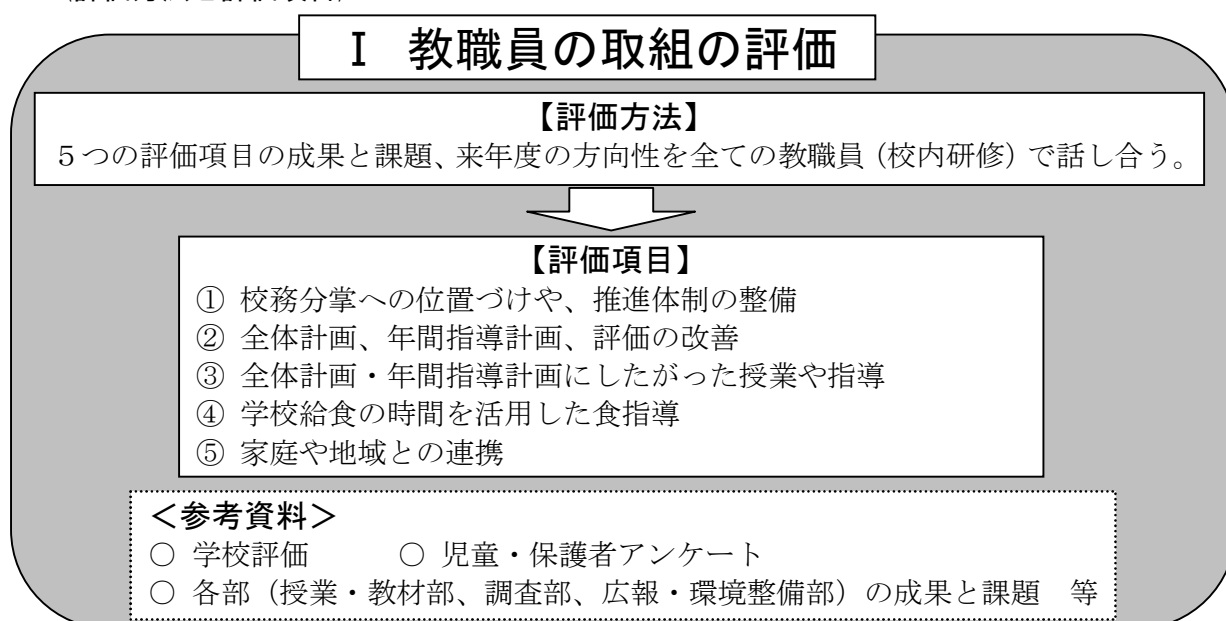
イ 具体的な評価の取組

(7) 教職員の取組の評価

学校評価や児童・保護者アンケート、食育推進委員会の各部（授業・教材部、調査部、広報・環境整備部）の成果と課題等を参考にしながら、全ての教職員で推進体制の整備等の5つの評価項目について、教職員の取組の評価を行う。そして、今年度の取組の成果と課題を明らかにし、来年度の取組の方向性を検討する。

図表 28 教職員の取組の評価 （例）

＜評価方法と評価項目＞



<教職員の取組の評価結果>

③「食育全体計画」、「年間指導計画」にしたがって授業や指導を行うことができたか。

○できた ●できなかった ◇来年度に向けて

○全体計画を意識して、授業や指導ができた。

○地域の人や食べ物を活用した実践をどの学年も積極的に行うことができた。

○栄養教諭や養護教諭が、授業に参画し、担任と協力して適切な授業や指導ができた。

●「感謝の気持ちを伝える」授業や、食べ物の「旬」に関わる授業ができなかった。

●教科や道徳の授業で、食育の視点を意識して授業ができていなかった。

●高学年で郷土食の実践など、食文化の継承（食育6目標の1つ）ができなかった。

◇給食センターの見学は、めあてや目標を決めて行きたい。学年によって見学の視点が違うので、来年度からは2年生と4年生が見学に行く。

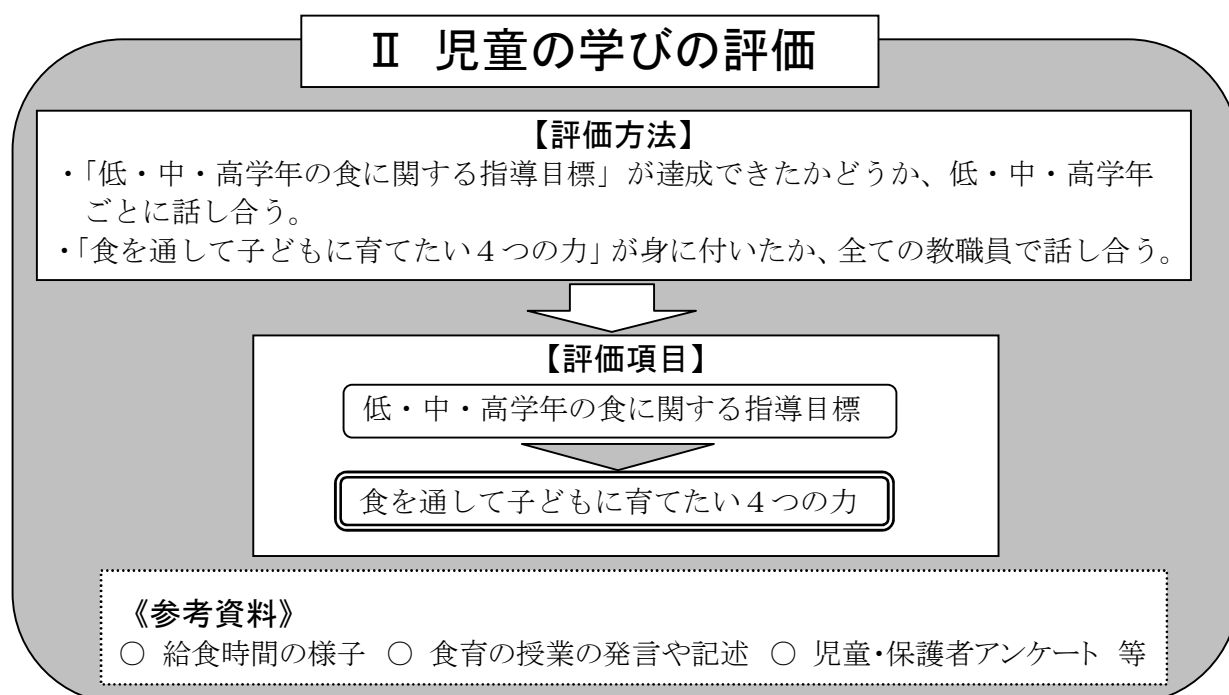
◇全校朝会の時間を活用し、毎月1回食育の話や発表ができるように計画していく。

(イ) 児童の学びの評価

児童の学びの評価は、まず、給食の時間の様子、食育の授業の発言や記述、児童・保護者アンケート等を参考にして、食に関する指導の全体計画の「低・中・高学年の食に関する指導目標」が達成できたかどうかを低・中・高学年ごとに振り返る。次に、その指導目標の達成状況を踏まえ、全ての教職員で「食を通して子どもに育てたい4つの力」を身に付けさせることができたのかを振り返る。このような方法で、1年間の子どもの成長や変容を評価し、来年度の食育の目標や子どもに育てたい力、指導内容等について検討する。

図表 29 児童の学びの評価（例）

〈評価方法と評価項目〉



〈児童の学びの評価結果（例）〉

【実践力（行い）】・体によい食べ方ができる力 ○力がついた ●力がついていない ◇来年度へ向けて
○栄養のバランスを意識して食べようとする児童が増えた。 ○おやつの学習を通して、時間や量を決めて食べる児童が増えた。 ○食育参観日などを通して保護者と連携することで、食べ物を残さず食べる児童や、バランスの良い朝ご飯を食べる児童が増えた。 ●体によい食べ方ができる児童が増えてきたが、それを継続していけるかが課題。例えば、バランスのよい朝ご飯を毎日食べ続けることができるか。 ●給食では、好ききらいをせずに残さず食べることができているが、家庭では苦手なものを食べない児童の割合が高くなっている。 ◇学校で学んだり実践したりしていることを家庭に伝えることによって、学びが家庭に広がっていく。家庭との連携の工夫が必要である。

〈低・中・高学年の食に関する指導目標〉

【低学年】 ・食事を作ってくれた人に感謝し、その気持ちを素直に伝える。 ・食器を持って正しい姿勢で食べることができる。 ・自分たちで育てたお米や野菜を味わって、おいしく食べることができる。 ・食べ物の名前や栄養を知り、何でも食べようとする。
【中学年】 ・食にかかわる人々に感謝し、その気持ちを素直に伝える。 ・食べ物の旬を知る。 ・黒豆の栽培や調理を通して、黒豆を大切にしていこうとする心を持つ。 ・かむことの大切さや、望ましい清涼飲料水の飲み方を知り、実践する。 ・環境を大切にするとともに、地域食材のよさを知る。
【高学年】 ・自ら食事の準備や片付け、簡単な調理ができる。 ・日本や地域の産物・食文化を大切にすることを持ち、学んだことを伝える。 ・食の安心・安全や生活習慣病について理解し、よりよい食習慣を身につける。 ・食料自給力を高める方法を考え、実践する。 ・地産地消のよさに気づき、地域でとれたものを大切にする。

〈食を通して子どもに育てたい4つの力〉

①洞察力（気づき） ・食べ物のいのちや、食にかかわる人々の思いを感じる力 ・食文化の大切さに気づく力	②判断力（考え） ・食べ物の味や栄養が分かる力 ・体によい食べ物を選ぶ力
③実践力（行い） ・体によい食べ方ができる力 ・調理をしたりご飯を炊いたりする力 ・食事のマナーを身につける力	④表現力（伝える） ・感謝の気持ちを素直に伝える力 ・学びを家庭で話し合ったり、学校や地域で発表したりする力

＝資料と解説＝

1 食育基本法に示された食育の考え方・基本理念

(総務省行政管理局 e-Gov (イーガブ) <http://law.e-gov.go.jp/htmldata/H17/H17H0063.html>、
内閣府食育推進施策 <http://www8.cao.go.jp/syokuiku/index.html>、
食生活情報サービスセンター <http://www.e-shokuiku.com/index.html>)

食育基本法（平成 17 年法律第 63 号）は、食育に関しての基本理念を定め、国及び、地方公共団体等の責務を明らかにするとともに、食育に関する施策の基本となる事項を定めたものです。この法律に示された食育の考え方や基本理念等を、前文における記載を中心に図表 30 にまとめています。

図表 30 食育基本法前文に示された食育の考え方・基本理念等（抜粋）

項目	食育基本法前文の内容	関連する条文
食育とは	様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てる。	第 1 条 第 2 条
現在の「食」の問題点	1. 国民の意識：社会経済情勢がめまぐるしく変化し、日々忙しい生活を送る中で、人々は毎日の「食」の大切さを忘れがちである。 2. 食生活：栄養の偏り、不規則な食事、肥満や生活習慣病の増加、過度の痩身志向。 3. 食品・食料：新たな「食」の安全上の問題や、「食」の海外への依存の問題が生じている。 4. 食文化：豊かな緑と水に恵まれた自然の下で先人からはぐくまれてきた、地域の多様性と豊かな味覚や文化の香りあふれる日本の「食」が失われる危機にある。 5. 食情報：「食」に関する情報が社会に氾濫する中で、食生活の改善の面からも食の安全の確保の面からも、自らの「食」のあり方を学ぶ事が求められている。	
「食」の重要性	子供たちが豊かな人間性をはぐくみ、生きる力を身に付けるためには何よりも「食」が重要である。	
食育の位置づけ	食育を生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきものと位置づける。	
食育の役割	子供たちに対する食育は、心身の成長及び人格の形成に大きな影響を及ぼし、生涯にわたって健全な心と身体を培い豊かな人間性をはぐくんでいく基礎となる。	
食育の目的・目標	○食育推進の目的 国民一人一人が「食」について改めて意識を高め、自然の恩恵や「食」に関わる人々の様々な活動への感謝の念や理解を深めつつ、「食」に関して信頼できる情報に基づく適切な判断を行う能力を身に付けることによって、心身の健康を推進する健全な食生活を実践するため。	
	○目的・目標の分類（食育の内容・領域、方向性、方法、身に付ける資質・能力 等）と記載内容	
	1. 健全な心身 →豊かな人間性：豊かな人間性をはぐくみ、生きる力を身に付ける。	第 1 条 第 2 条
	2. 健康増進・健全な食生活：心身の健康を推進する健全な食生活を実践する。	第 1 条 第 2 条
	3. 自然の恩恵：自然の恩恵への感謝の念や理解を深める。	第 3 条
	4. 食に関わる人々の活動：「食」に関わる人々の様々な活動への感謝の念や理解を深める。	第 3 条
	5. 信頼できる食情報に基づく判断力：「食」を選択する力を習得する。 「食」に関して信頼できる情報に基づく適切な判断を行う能力を身に付ける。 * 条文（第 2 条）では「食に関する適切な判断力を養い、生涯にわたって健全な食生活を実現すること」による健康増進について言及 * 条文（第 8 条）では、「食品の安全性をはじめとする食に関する幅広い情報の提供及びこれについての意見交換」の必要性に言及	第 2 条 第 8 条
	6. 食料需給・自給率：食料自給率の向上に寄与する。 * 条文（第 7 条）では「我が国の食料の需要及び供給の状況についての国民の理解を深め、我が国の食料自給率の向上に資する。」	第 7 条 第 20 条
	7. 生産者・消費者の信頼関係構築と地域の活性化：都市と農山漁村の共生・対流を進め、「食」に関する消費者と生産者との信頼関係を構築して地域社会の活性化に寄与する。	第 7 条 第 20 条
	8. 食文化：豊かな食文化の継承及び発展に寄与する。	第 7 条 第 20 条
「食」に関わる体験活動の重要性（食育の方法として）	9. 環境と調和した生産・消費：環境と調和のとれた食料の生産及び消費の推進に寄与する。	第 7 条 第 20 条
	様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得する。 * 条文（6 条・20 条）の記載では「あらゆる機会とあらゆる場所を利用して、食料の生産から消費等に至るまでの食に関する様々な体験活動を行う。」（第 6 条） 「教育の一環として行われる農場等における実習、食品の調理、食品廃棄物の再生利用等様々な体験活動を通じた子どもの食に関する理解の促進。」（第 20 条）	第 6 条 第 20 条
教育関係者等の責務	* 条文（11 条）でのみ記載 教育並びに保育、介護その他の社会福祉、医療及び保健（以下「教育等」という。）に関する職務に従事する者並びに教育等に関する関係機関及び関係団体（以下「教育関係者等」という。）は、食に関する関心及び理解の増進に果たすべき重要な役割にかんがみ、基本理念にのっとり、あらゆる機会とあらゆる場所を利用して、積極的に食育を推進するよう努めるとともに、他の者の行う食育の推進に関する活動に協力するよう努めるものとする。	第 11 条
過度の痩身又は肥満の防止（学校、保育所等における食育の推進に係る施策として）	* 条文（20 条）でのみ記載 子どもの健全な食生活の実現及び健全な心身の成長が図られるよう、過度の痩身又は肥満の心身の健康に及ぼす影響等についての知識の啓発その他必要な施策を講ずる。	第 20 条

食育基本法前文では、「食の大切さを忘れがち」など、5つの項目にわたる「食」の問題点を挙げ、「様々な経験を通じて『食』に関する知識と『食』を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てる食育を推進することが求められている」としています。さらに、食育はあらゆる世代、とりわけ子供たちに対して必要であることを指摘し、食育を「生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきもの」と位置づけました。そして、第11条では、教育関係者の責務を、「基本理念にのっとり、あらゆる機会とあらゆる場所を利用して、積極的に食育を推進するよう努める」と定めています。

食育の目的・目標は、細かく分類すれば図表30に示したように9つに分類でき、食育基本法は「食」に関わる幅広い分野について学ぶことを求めているといえます。学校での食育においても、どのように食べたらいいか、どのようにしたらよい食習慣が身につけられるか、という栄養・健康に関わる内容の学習だけではなく、食べものの持つ多様な側面に気づくような取組が求められており、また、このような多様な取組があってはじめて「『食』に関する知識と『食』を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てる」ことができるといえます。

本プログラムでは、図表11(p10)に食育基本法から導いた目的・目標の枠組みを示していますが、図表30に示したものの内、学校教育で扱うことがやや困難な「7.生産者-消費者の信頼関係構築と地域の活性化」を食料需給・自給率に含めて考え、代わりに、食育の方法として食育基本法で特に重要視されている「食に関わる体験活動」を加えて、9つの学習目標の枠組みとして提示しました。

2 新しい学習指導要領における食育の位置づけ

(文部科学省トップ＞教育＞小学校、中学校、高等学校＞新学習指導要領・生きる力＞新学習指導要領の基本的な考え方 http://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/new-cs/idea/)

従来から、学校における食育は、学校給食や関連教科などにおいて指導が行われてきましたが、平成20年3月告示の小・中学校及び平成21年3月告示の特別支援学校の学習指導要領では、食育の推進が初めて明記されました。

今回の学習指導要領では、改訂の3つのポイントの1つに「道徳教育や体育などの充実により、豊かな心や健やかな体を育成」が挙げられ、その中で食育については「体験活動を活用しながら、道徳教育や体力の向上についての指導、安全教育や食育などを発達の段階に応じ充実し、豊かな心や健やかな体を育成」と記載されています。

また、教育内容の主な改善事項の1つに「体験活動の充実」が挙げられ、これに関しては平成18年2月の教育課程部会の「審議経過報告」で「体験は、体を育て、心を育てる源である。子どもには、生活の根本にある食を見直し、その意義を知るための食育から始まり、自然や社会に接し、生きること、働くことの尊さを実感する機会をもたせることが重要である」とされています。また、「社会の変化への対応の観点から教科等を横断して改善すべき事項」7項目の1つにも食育が取り上げられています(平成20年1月17日 幼稚園、小学校、中学校、高等学校及び特別支援学校の学習指導要領等の改善について(答申))。

その結果、各学校段階の改訂の要点に「体力の向上に加え、安全に関する指導や食育を重視」が挙げられ、総則に「学校における食育の推進」が位置付けられるとともに、体育科/保健体育科、家庭科/技術・家庭科や特別活動など、関連する教科等においても、それぞれの特質に応じて適切に行うことが明記されました。

図表31 学習指導要領(抜粋)

【小学校学習指導要領】	
第1章 総則	第1－3 特に、学校における食育の推進並びに体力の向上に関する指導、安全に関する指導及び心身の健康の保持増進に関する指導については、体育科の時間はもとより、家庭科、特別活動などにおいてもそれぞれの特質に応じて適切に行うよう努めることとする。
第8節 家庭	第2－B－(1) ア食事の役割を知り、日常の食事の大切さに気付くこと。 イ楽しく食事をするための工夫をすること。

	第2-B-(2) ア体に必要な栄養素の種類と働きについて知ること。 イ食品の栄養的な特徴を知り、食品を組み合わせるとる必要があることが分かること。 ウ1食分の献立を考えること。 第2-B-(3) ア調理に関心をもち、必要な材料の分量や手順を考えて、調理計画を立てること。 イ材料の洗い方、切り方、味の付け方、盛り付け、配膳及び後片付けが適切にできること。 ウゆでたり、いためたりして調理ができること。 エ米飯及びみそ汁の調理ができること。 オ調理に必要な用具や食器の安全で衛生的な取扱い及びこんろの安全な取扱いができること。 第3-2-(1)-ウ 食に関する指導については、家庭科の特質に応じて、食育の充実に資するよう配慮すること。
第9節 体育	第3-1-(5) 保健の内容のうち食事、運動、休養及び睡眠については、食育の観点も踏まえつつ健康的な生活習慣の形成に結び付くよう配慮するとともに、保健を除く第3学年以上の各領域及び学校給食に関する指導においても関連した指導を行うよう配慮すること。
第6章 特別活動	第2〔学級活動〕-2〔共通事項〕-(2)-キ 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
【中学校学習指導要領】	
第1章 総則	第1-3 特に、学校における食育の推進並びに体力の向上に関する指導、安全に関する指導及び心身の健康の保持増進に関する指導については、保健体育科の時間はもとより、技術・家庭科、特別活動などにおいてもそれぞれの特質に応じて適切に行うよう努めることとする。
第7節 保健体育	第2〔保健分野〕-2-(4)-イ 健康の保持増進には、年齢、生活環境等に応じた食事、運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活を続ける必要があること。また、食事の量や質の偏り、運動不足、休養や睡眠の不足などの生活習慣の乱れは、生活習慣病などの要因となること。 第2〔保健分野〕-3-(7) 内容の(4)のイについては、食育の観点も踏まえつつ健康的な生活習慣の形成に結び付くよう配慮するとともに、必要に応じて、コンピュータなどの情報機器の使用と健康とのかかわりについて取り扱うことも配慮するものとする。
第8節 技術・家庭	第2〔家庭分野〕-2-B-(1) ア 自分の食生活に関心をもち、生活の中で食事が果たす役割を理解し、健康によい食習慣について考えること。 イ 栄養素の種類と働きを知り、中学生に必要な栄養の特徴について考えること。 第2〔家庭分野〕-2-B-(2) ア 食品の栄養的特質や中学生の1日に必要な食品の種類と概量について知ること。 イ 中学生の1日分の献立を考えること。 ウ 食品の品質を見分け、用途に応じて選択できること。 第2〔家庭分野〕-2-B-(3) ア 基礎的な日常食の調理ができること。また、安全と衛生に留意し、食品や調理用具等の適切な管理ができること。 イ 地域の食材を生かすなどの調理を通して、地域の食文化について理解すること。 ウ 食生活に関心をもち、課題をもって日常食又は地域の食材を生かした調理などの活動について工夫し、計画を立てて実践できること。 第2〔家庭分野〕-3-(2)-エ 食に関する指導については、技術・家庭科の特質に応じて、食育の充実に資するよう配慮すること。
第5章 特別活動	第2〔学級活動〕-2-(2)-ケ 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
【特別支援学校小学部・中学部学習指導要領】	
第1章 総則 第2節	第1-3 特に、学校における食育の推進並びに体力の向上に関する指導、安全に関する指導及び心身健康の保持増進に関する指導については、小学部の体育科及び中学部の保健体育科の時間はもとより、小学部の家庭科（知的障害者である児童に対する教育を行う特別支援学校においては生活科）、中学部の技術・家庭科（知的障害者である生徒に対する教育を行う特別支援学校においては職業・家庭科）、特別活動、自立活動などにおいてもそれぞれの特質に応じて適切に行うよう努めることとする。

3 学校給食法における食育の位置づけ

平成 20 年 6 月の改正（平成 21 年 4 月 1 日施行）により、第 1 条（この法律の目的）及び第 2 条（学校給食の目標）が食育の推進の観点から見直されました。第 1 条では、学校給食の普及充実に加えて「食育の推進を図ること」が目的として明記され、第 2 条は、食育の観点を踏まえて 7 項に整理・充実に加えて、「生命及び自然を尊重する精神を養う」「食にかかわる人々の活動の理解」「伝統的な食文化の理解」など新たな内容が追加されました。

この改正により、学校給食は栄養補給のための食事という意味だけではなく、学校教育の一環であるということがより明確となりました。

なお、第 10 条では、「栄養教諭が学校給食を活用した食に関する実践的な指導を行う」「当該地域の産物を学校給食に活用するなどの創意工夫を行う」などが追加されました。

図表 32 学校給食法抜粋

第 1 条（この法律の目的）	この法律は、学校給食が児童及び生徒の心身の健全な発達に資するものであり、かつ、児童及び生徒の食に関する正しい理解と適切な判断力を養う上で重要な役割を果たすものであることにかんがみ、学校給食及び学校給食を活用した食に関する指導の実施に関し必要な事項を定め、もって学校給食の普及充実に及び学校における食育の推進を図ることを目的とする。
第 2 条（学校給食の目標）	学校給食を実施するに当たっては、義務教育諸学校における教育の目的を実現するために、次に掲げる目標が達成されるよう努めなければならない。 - 一 適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。 - 二 日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。 - 三 学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。 - 四 食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。 - 五 食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。 - 六 我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。 - 七 食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。
第 10 条	栄養教諭は、児童又は生徒が健全な食生活を自ら営むことができる知識及び態度を養うため、学校給食において摂取する食品と健康の保持増進との関連性についての指導、食に関して特別の配慮を必要とする児童又は生徒に対する個別的な指導その他の学校給食を活用した食に関する実践的な指導を行うものとする。この場合において、校長は、当該指導が効果的に行われるよう、学校給食と関連付けつつ当該義務教育諸学校における食に関する指導の全体的な計画を作成することその他の必要な措置を講ずるものとする。 2 栄養教諭が前項前段の指導を行うに当たっては、当該義務教育諸学校が所在する地域の産物を学校給食に活用することその他の創意工夫を地域の実情に応じて行い、当該地域の食文化、食に係る産業又は自然環境の恵沢に対する児童又は生徒の理解の増進を図るよう努めるものとする。

4 「健康づくりのための食生活指針」と「食べ方」の基礎・基本

国民の健康の増進、生活の質（QOL）の向上及び食料の安定供給の確保を図るために、平成 12 年に文部省、厚生省及び農林水産省が連携して策定し、その普及が閣議決定されたもので、10 項目の指針と、各項目ごとにその実践のために取り組むべき具体的内容が示されています（図表 33）。

この食生活指針は、ほぼ同時に制定された「健康日本 21」（健康・体力づくり事業財団「健康日本 21」<http://www.kenkounippon21.gr.jp/>）の栄養・食生活分野で設定された目標に向けて具体的な実践を進めていく手だてを示し、また、食料・農業・農村基本計画の「食料自給率目標」を踏まえ、これを達成していく取組の一環として策定されたもので、その後の食育基本法制定の先駆けとなる内容で構成されています。

日本人の伝統的食生活が強く意識されており、食事のとり方（指針 3～7）だけではなく、生活の質（QOL）の向上（指針 1、2）、食料の安定供給や食文化（指針 8）さらには食料資源・環境問題（指針 9）に言及している点で、諸外国の指針にはない、食についての幅広い視野に立った指針となっています。学

校での食育においても、この食生活指針を学習のねらいの設定等に活用することで、適切な実践に結びつけることができます。

10 項目の指針はどれも大切ですが、小中学生の食べ方に関しては、「食事を楽しみましょう」「1 日の食事のリズムから、健やかな生活リズムを」「主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを」を基本と考え、これに「適正体重を知り、日々の活動に見合った食事量を」を加えて、自分の食生活を見直せるよう指導するとよいでしょう。

図表33 健康づくりのための食生活指針 : 文部省、厚生省、農林水産省 2000

食生活指針 (番号は解説のために付けたもの)	食生活指針実践のために取り組むべき具体的内容
1. 食事を楽しみましょう	・心とからだにおいしい食事を、味わって食べましょう。 ・毎日の食事で、健康寿命をのばしましょう。 ・家族の団らんや人との交流を大切に、また、食事づくりに参加しましょう。
2. 1 日の食事のリズムから、健やかな生活リズムを	・朝食で、いきいきした 1 日を始めましょう。 ・夜食や間食はとりすぎないようにしましょう。 ・飲酒はほどほどにしましょう。
3. 主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを	・多様な食品を組み合わせましょう。 ・調理方法が偏らないようにしましょう。 ・手作りや外食や加工食品・調理食品を上手に組み合わせましょう。
4. ごはんなどの穀類をしっかり	・穀類を毎食とって、糖質からのエネルギー摂取を適正に保ちましょう。 ・日本の気候・風土に適している米などの穀類を利用しましょう。
5. 野菜・果物、牛乳・乳製品、豆類、魚なども組み合わせ	・たっぷり野菜と毎日の果物で、ビタミン、ミネラル、食物繊維をとりましょう。 ・牛乳・乳製品、緑黄色野菜、豆類、小魚などで、カルシウムを十分にとりましょう。
6. 食塩や脂肪は控えめに	・塩辛い食品を控えめに、食塩は 1 日 10 g 未満にしましょう。 ・脂肪のとりすぎをやめ、動物、植物、魚由来の脂肪をバランスよくとりましょう。 ・栄養成分表示を見て、食品や外食を選ぶ習慣を身につけましょう。
7. 適正体重を知り、日々の活動に見合った食事量を	・太ってきたかなと感じたら、体重を量りましょう。 ・普段から意識して身体を動かすようにしましょう。 ・美しさは健康から。無理な減量はやめましょう。 ・しっかりかんで、ゆっくり食べましょう。
8. 食文化や地域の産物を活かし、ときには新しい料理も	・地域の産物や旬の素材を使うとともに、行事食を取り入れながら、自然の恵みや四季の変化を楽しみましょう。 ・食文化を大切にして、日々の食生活に活かしましょう。 ・食材に関する知識や料理技術を身につけましょう。 ・ときには新しい料理を作ってみましょう。
9. 調理や保存を上手にして無駄や廃棄を少なく	・買いすぎ、作りすぎに注意して、食べ残しのない適量を心がけましょう。 ・賞味期限や消費期限を考えて利用しましょう。 ・定期的に冷蔵庫の中身や家庭内の食材を点検し、献立を工夫して食べましょう。
10. 自分の食生活を見直してみよう	・自分の健康目標をつくり、食生活を点検する習慣を持ちましょう。 ・家族や仲間と、食生活を考えたり、話し合ったりしてみましょう。 ・学校や家庭で食生活の正しい理解や望ましい習慣を身につけましょう。 ・子どものころから、食生活を大切にしましょう。

5 「食品群」と「主食・主菜・副菜を基本とした食事バランス」の対応

○食品群の考え方

食品群とは、日常よく食べられる主な食品について、体の中での役割が類似した食品をグループに集めて分類したもので、様々な食品群が考案されてきました。栄養素等の専門的知識がない場合にも、各グループの食品を組み合わせることでバランスの良い食事とすることができるため、栄養計算を用いない場合の栄養教育で最も基本的な、そして最も大切な教材となっています。

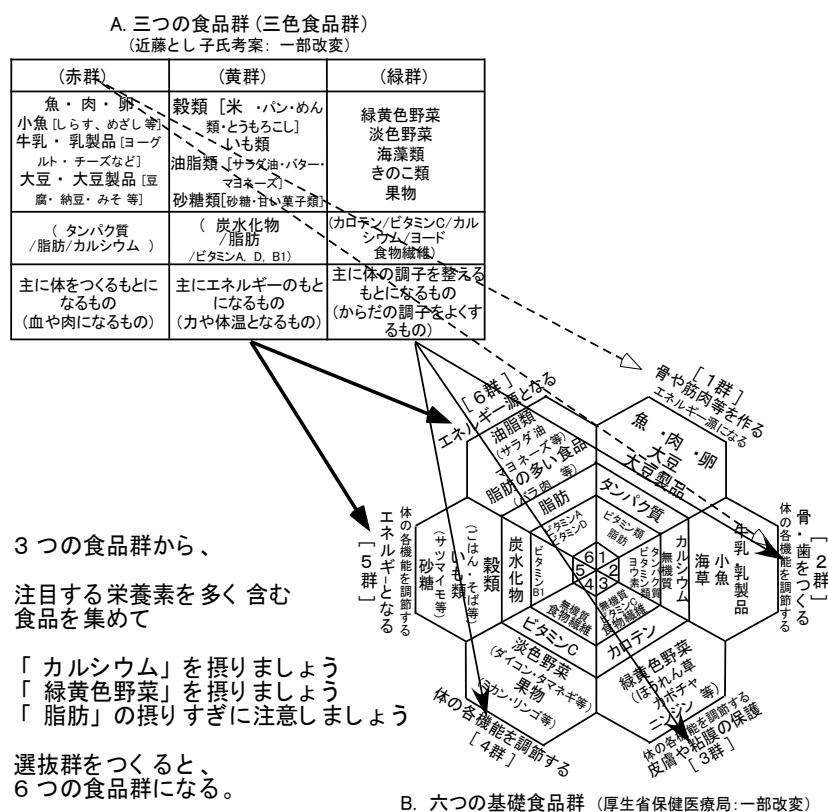
現在の学習指導要領では、どのような食品群を用いるかを指定していませんが、家庭科の教科書では、小学校では 3 つ、中学校では 6 つに分けた食品群が用いられ、それぞれ、近藤とし子氏考案の三色食品群（図表 34）、厚生省保健医療局発表の 6 つの基礎食品群に基礎を置くものとなっています。なお、家庭科の教科書では 6 つの食品群を 2 つずつまとめると 3 つになるとの図が掲載されてきましたが、元々は別々に考案されたもので、三色食品群と 6 つの基礎食品群の関係は図表 35 のようになっています。

図表 34 3つの食品群（三色食品群）

考案者近藤とし子の図を一部改変して示した。（ ）内は三色食品群における説明。

(赤群)	(黄群)	(緑群)
魚・肉・卵 牛乳・乳製品 大豆・大豆製品	穀類 いも類 油脂類 砂糖類	緑黄色野菜・淡色野菜 海藻類 きのこ類 果物
(タンパク質 /脂肪/カルシウム)	(炭水化物 /脂肪 /ビタミンA、D、B1)	(カロテン/ビタミンC /カルシウム/ヨード 食物繊維)
主に体をつくるもとになるもの (血や肉になるもの)	主にエネルギーのもとになるもの (力や体温となるもの)	主に体の調子を整える もとになるもの (からだの調子をよくするもの)

図表 35 3つの食品群と6つの食品群の関係



食品群を用いた食べ方の指導は、思ったより難しい側面があり、使用する際の混乱も多くみられます。学校現場から寄せられた疑問等をふまえ、その問題点の幾つかをまとめてみました。

- 1) 3つの食品群や6つの食品群は、主な食品をグループ分けしたものですから、うまく分類できない食品もあります。例えば、ナッツ類やデンプンを多く含む豆類（いんげん豆、小豆等）は分類が困難です。また、こんにゃくは「こんにゃく芋」からつくられるものですが、「黄」群に分類することはできません。食物繊維が多い点で「緑」群の方が適当でしょう。乳製品といってもバターははじめから「黄」群に分類されていて、同じように生クリームも「黄」群であって、「赤」群とは考えられません。分類が困難な食品については、無理にグループに分けずに、「分類は難しい」と伝えて、理由を説明する方が良いでしょう。
- 2) 食品群は、体の中での役割が類似した食品のグループ分けですが、1つの食品は多くの栄養素を含

みます。従って複数の役割に関わることが一般的です。たとえば、穀類は、主にエネルギー源と考えられますが、たんぱく質もかなり含んでいます。小学校高学年でもこのことに触れておくことが必要で、これが、中学生になってからの栄養素の理解を促すことにもつながるでしょう。

ただし、食品群の優れた点は、栄養素の知識が無くても、食品・食材の分類のみを知ることにより、バランスの良い食事と調理を可能とする点にあることを忘れないようにしましょう。

- 3) 給食指導に3つの食品群を用いると、「なぜいつも牛乳を飲むの？」という児童の疑問をうまく説明できません。肉や魚とは役割が異なるために牛乳を飲むのですから、「赤・黄・緑（三色食品群表示）＋牛乳」とし、「三色だけでは骨や歯を十分に強くすることができないから」と教えるのが最もスムーズな説明でしょう。これは、給食の献立作成をそのまま反映した説明でもあり、実際、給食指導用の教材としても用いられ、次の図表 37 に記載した食事バランスガイドの考え方でもあります。
- 4) 家庭科の教科書の3つの食品群では、はじめに考案された三色食品群とは異なり、海藻が肉や魚と同じ群に分類されています。しかし、海藻を野菜と同じ群に入れても間違いではないばかりか、図表 37 にあるように、主食・主菜・副菜にうまく対応する点で、また、体をつくる主役はタンパク質であるため、むしろ優れていると考えられます。

○食品群と主食・主菜・副菜

健康づくりのための食生活指針に示された「主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを」と食品群の関係はどのように考えればよいのでしょうか。

次の図表 36 はこの2つの食事バランスの関係、さらには、5大栄養素との関係を表しています。主食は穀類など（黄群）、主菜は肉・魚・大豆（赤群）、副菜は野菜・海藻・きのこ類（緑群）と対応しているこ

図表 36 栄養教育の枠組み : 楽しく食べる子どもに（日本児童福祉協会 2004）記載の図をもとに作成

栄養教育の枠組み	栄養素選択型	食材選択型	料理選択型		
主な行動・営み	エネルギー・栄養素の種類・量の把握	食材入手・購入・料理	料理選択/献立作成・調理・食事		
基準	日本人の食事摂取基準	食品群・食品構成	料理群・料理構成	[料理選択型における食事量]	
行動目標	一日に必要な栄養素のバランスをとしましょう	一日の食事に三群の(三色)食品を組み合わせましょう	一食に主食・主菜・副菜を組み合わせましょう	食事バランスガイド (成人：性・年齢・活動量によって異なる)	お弁当箱なら：
料理食品栄養素の対応	エネルギー 炭水化物 脂質(主に脂肪) たんぱく質 ビタミン ミネラル 食物繊維	穀類 芋類 砂糖・油脂	主食	主食 5-7SV	主食 3
		魚/肉/豆類/卵/乳	主菜	主菜 3-5SV	主菜 1
		緑黄色野菜 淡色野菜 海藻・きのこ	副菜	副菜 5-6SV	副菜 2
			(汁など)	(牛乳 2SV) (果物 2SV)	

とをしっかり把握しておくべきでしょう。ただし、家庭科教科書では海藻を肉・魚・大豆と一緒にした3つの食品群を掲載しているため、主菜・副菜と食品群の対応がうまくできなくなっています。

なお、食生活指針を補完するために考案された食事バランスガイドは、主食・主菜・副菜を基本とした食事バランスを数値化したもので、三色食品群と対応しており、牛乳、果物を別にすることで、「学校給食での牛乳」や「デザートとしての果物」という日常の摂取の仕方に対応できるようになっていることが特徴的です。

○食育に関連したウェブサイト一覧

- 1 内閣府政策統括官（共生社会政策担当）ホームページ内「食育推進」
<http://www8.cao.go.jp/syokuiku/>
- 2 第2次食育推進基本計画
<http://www8.cao.go.jp/syokuiku/about/plan/index.html>
- 3 農林水産省 なぜ？なに？食育！！
<http://www.maff.go.jp/j/syokuiku>
- 4 農林水産省 食生活指針の解説要領
<http://www.maff.go.jp/j/syokuiku/pdf/yo-ryo-.pdf>
- 5 厚生労働省 「食事バランスガイド」について
<http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/eiyou-syokuji.html>
- 6 財団法人食生活情報サービスセンター
<http://www.e-shokuiku.com/>
- 7 食事バランスガイド フードガイド検討会（仮称）報告書概要
http://www.maff.go.jp/j/balance_guide/b_report/gaiyou.html
- 8 早ね早おき朝ごはん全国協議会
<http://www.hayanehayaoki.jp/>
- 9 国立健康・栄養研究所 「健康食品」の安全性・有効性情報
<http://hfnet.nih.go.jp/>
- 10 健康・体力づくり事業財団のホームページ「健康日本21」
<http://www.kenkounippon21.gr.jp/>
- 11 ひょうごの食育の推進 ～食育推進計画（第2次）
<http://web.pref.hyogo.lg.jp/kf17/hyogosityokuikusuishin.html>
- 12 ひょうご“食の健康”運動
http://web.pref.hyogo.jp/hw03/hw03_000000001.html
- 13 ひょうご健康づくり県民行動指標（健康ひょうご21）
<http://www.kenko-hyogo21.jp/sihyo.html>
- 14 文部科学省 学校における食育の推進・学校給食の充実
http://www.mext.go.jp/a_menu/sports/syokuiku/index.htm
- 15 文部科学省 食べるが「価値」。
<http://www.mext.go.jp/syokuiku/index.html>
- 16 文部科学省 新学習指導要領・生きる力
http://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/new-cs/index.htm
- 17 国立教育政策研究所
 - ① 環境教育指導資料
<http://www.nier.go.jp/kaihatsu/shidou/shiryo01/kankyo02.pdf>
 - ② 評価規準の作成、評価方法等の工夫改善のための参考資料
<http://www.nier.go.jp/kaihatsu/shidousiryou.html>

平成24年度 食育実践推進委員会 委員名簿（14名）

区 分	氏 名	役 職 等	改訂部会
学 識 経 験 者	◎ 保田 茂	兵庫農漁村社会研究所 代表	
	○ 増澤 康男	兵庫教育大学大学院 教授	部会長
	藤本 勇二	武庫川女子大学 専任講師	
	奥澤 絹江	兵庫教育文化研究所 副所長	委 員
学 校 関 係 者	橋本 栄	姫路市立船津小学校長	委 員
	森本 信一	小野市立河合中学校 教頭	
	高見 成幸	篠山市立城東小学校 教諭	委 員
	中西 淳子	西宮市立瓦木中学校 栄養教諭	
	圓谷 昌子	三田市立三輪小学校 栄養教諭	委 員
	宮前眞智子	県立東はりま特別支援学校 栄養教諭	
保 護 者 代 表	尾崎 国彦	兵庫県PTA協議会 理事	
地 域 代 表	西山 農	西山牧場 代表	
教育行政関係者	辻田 昇司	加東市教育委員会 学校教育課長	委 員
関 係 団 体	林 勇二	兵庫県学校給食・食育支援センター 食育支援課長	

食育実践推進委員会 委員長 … ◎

食育実践推進委員会 副委員長 … ○

教職員用手引書「学校における食育実践プログラム」（平成 24 年度改訂版）

平成 2 5 年 3 月 発行

兵庫県教育委員会事務局 体育保健課 食育係
〒650-8567 神戸市中央区下山手通 5 丁目 10 番 1 号
TEL 078-362-3790 FAX 078-362-3959

24教T1-O22A4