

# 学校における食育の目標と基本方針

米沢市教育委員会

平成23年 4月

## 1 はじめに

食育の目標は、生涯にわたって健康で生き生きとした生活を送ることを目指し、児童生徒一人一人が正しい食事のあり方や望ましい食習慣を身につけ、食事を通して自らの健康管理ができるようにすることである。

本市の第3期教育文化計画では、めざす子ども像を「がってしない子ども」とし、温かな心を持ち、たくましく粘り強く夢に挑戦する子どもの育成を目指していく。たくましく粘り強い子どもの育成のためには、健全な心と健康な体が必要である。

学校において、毎日の給食活動を通して、温かな心や社会性を育成することとともに、食育を通して、健康な体づくりに必要な食の知識や技能を身につけることは本市教育目標達成のためにも重要である。

## 2 本市の学校における食育の目標

食を通して、子どもたち一人一人が、温かな心を培い、健康な体づくりに必要な能力を身につける。

## 3 基本方針

- ① 食育はすべての学校で行うものとし、校内指導体制の充実を図る。
- ② 発達段階に合わせた重点指導内容を明確にし、9年間を見通した指導を充実する。
- ③ 学校・家庭・地域の協力を促進し、学校での学びを積極的に発信する。
- ④ 生きた教材としての学校給食の活用の充実を図る。
- ⑤ 食を含めた生活リズムを身につけるための取り組みを重視する。
- ⑥ 肥満・痩身・食物アレルギーや偏食など個々の問題に対応する個別指導を充実する。

## 4 重点内容

食の大切さを学ぶことを通して、温かな心づくりをめざす

- ① 食事の重要性や喜び、楽しさを理解し、食にかかわる人々への感謝の心を育てる。
- ② 食生活のマナーを通して、温かな人間関係を身につける。
- ③ 地域の産物、調理方法などに興味を持ち、食文化を尊重しようとする心を培う。

食を通して健康な生活を営む力を身につけ、**健康な体づくり**をめざす

- ① 栄養バランスのよい食事のとり方などを理解し、実践する能力を身につける。
- ② 正しい知識や情報に基づいて食品を選択する能力を身につける。
- ③ 食事、運動、休養、睡眠など規則正しい生活習慣の必要性を理解し、自ら管理する能力を身につける。

## 5 各学年の発達段階に応じた食に関する重点指導内容

### 小学校低学年

- 心づくり 食事のマナーを知り、いただきます ごちそうさまなどの挨拶がきちんとできる。
- 体づくり 食品に興味を持ち、食品の名前がわかる。  
いろいろな食品を食べようと努力する。

### 小学校中学年

- 心づくり 栽培・収穫活動などを通して身近な食べ物に触れ、感謝の心を持って、楽しく食事をするができる。
- 体づくり 食品ははたらきによって大きく3つに分けられることを知り、自分の食事に関心を持つ。  
規則正しい生活が、健康につながることを知り、自分の生活を見つめ、よりよい生活リズムを身につけようと努力する。

### 小学校高学年

- 心づくり マナーを考え、会話を楽しみながら食事をするすることで、望ましい人間関係を築くことができる。  
米沢の特産物や農業の特色を知り、伝統的な食文化や調理法に関心を持つ。
- 体づくり 食品を選択して、バランスよく食べることの大切さがわかる。  
自分の生活を見直し、よりよい食習慣を身につけようと努力する。

### 中学校 1年

- 心づくり 食物連鎖など自然界の仕組みについて理解し、生産者や自然の恩恵に感謝する心を養う。
- 体づくり 健康と食事のかかわりを知り、中学生の体づくりに必要な栄養の特徴を理解することができる。  
毎日規則正しく食事を取ることができる。

## 中学校 2・3年

- 心づくり 環境や資源に配慮した食生活について関心を高める。  
地産地消で築かれた食文化や歴史と自分の食生活との関連を考え、伝統食や郷土食など地域の食文化についての理解を深める。
- 体づくり 食事、運動、睡眠、休養などの生活習慣を振り返り、望ましい食生活を実践することができる。  
食品を適切に選択し、栄養のバランスを考えた献立を作成し、安全や衛生に気をつけながら、簡単な調理ができる。

### 6 学校における食育指導の留意点

- ① 児童生徒、保護者、地域の「食」についての意識、知識、経験など、実態把握を十分に行う。
- ② 本市の食育の目標に基づき、各教科、道徳、特別活動、総合的な学習の時間などとの関連を図りつつ、各学校の実態や学校の教育目標との関連性を考慮した目標を設定し、食に関する指導計画を作成し、計画的に実施する。
- ③ 学校教育活動全体で取り組むための指導体制を確立し、栄養教諭・学校栄養士などと連携した指導を行う。
- ④ 評価を生かして実践内容を改善していく。
- ⑤ 家庭、地域、食に関する機関、団体と連携し、研修の機会を充実する。
- ⑥ 学校給食において、児童・生徒が食材の産地や生産者などに興味関心を持たせるような環境作りを行うとともに、行事食や郷土食を取り入れた季節感のある献立作りを工夫する。