

食に関する指導の全体計画(小学校)【案】

【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、食文化等についての理解を図り、健康で健全な食生活に関する知識や技能を身に付けるようにする。
(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・情報に基づき、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、自他の健康な食生活を実現しようとし、食や食文化、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。

【学校給食の目標】学校給食法第2条
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。

【健やかたちかわ21プラン第3次(立川市第5次地域保健医療計画)】栄養・食生活(食育推進)P55~P56
○健康的な食生活の意義や栄養に関する知識についての普及啓発に取り組みます。
○バランスの良い食事(主食・主菜・副菜のそろった食事、自分の適量など)を食べる習慣づくりを支援します。
○子育て世代への食育を推進します。
○外食・中食を利用する際の工夫(夜遅い時間の食事を含む)の啓発に取り組みます。
○1日に必要な野菜の量(350g)の普及啓発に取り組みます。
○子どもの頃から野菜に興味を持ち、野菜を食べる習慣を付けることを推進します。
○妊娠・出産および子どもの就学を機に、自分および家族の食生活を見直すきっかけづくりをします。
○食に興味を持つための食育(教室・体験・栽培・収穫等)に取り組みます。
○立川市栄養連絡会を開催し、食育に関する課題を検討し、連携を強化します。
○食を介した人と人の交流を推進します。

【食育の視点】
◇食事の重要性: 食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。
◇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。
◇食品を選択する能力: 正しい知識・情報に基づいて、食品の品質及び安全性等について自ら判断できる能力を身に付ける。
◇感謝の心: 食べ物を大事にし、食料の生産等に関わる人々へ感謝する心をもつ。
◇社会性: 食事のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を身に付ける。
◇食文化: 各地域の産物、食文化や食に関わる歴史等を理解し、尊重する心をもつ。

【共同調理場における目標】
生きる力を育て、体と心の栄養となる給食の提供

【目指す児童像】
1. 望ましい食習慣について考え、身に付ける
2. 食に関する正しい知識を身に付ける
3. 豊かな心を育む

		4月	5月	6月	7月	8・9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月		
給食目標		給食について知ろう	食事のマナーを身に付けよう	歯と口の健康について考えよう	夏の食生活と健康について考えよう	食事の大切さを考えよう	季節の食べ物を知ろう	感謝の気持ちをもって食べよう	寒さに負けない体をつくろう	献立に関心をもって食べよう	栄養のバランスを考えて食べよう	一年間の給食を振り返ろう		
ねらい		・給食を通して食べ物に関心をもつ	・正しい姿勢や箸の持ち方を身に付ける ・正しい手洗いを身に付ける	・よくかんで食べる	・旬の食べ物を知る ・夏バテ予防の食事を知る ・水分補給に気を付ける	・朝食の大切さを知る ・野菜に興味を持ち、野菜を食べる習慣を付ける	・旬の食べ物を知る ・地域と食べ物の関わりを知る	・食事のあいさつの意味や食べ物の大切さを知る ・和食について知る	・旬の食べ物を知る ・冬野菜の栄養について知る	・行事食、郷土料理、世界の料理などを知る	・いろいろな食品を食べる	・一年間良い食べ方ができたか振り返る		
献立作成の配慮	行事	入学・進級祝い	八十八夜 端午の節句	食育月間 歯と口の健康週間	七夕	防災の日 重陽の節句 十五夜 お彼岸 野菜の日	十三夜 目の愛護デー	読書週間 いい歯の日 勤労感謝の日 和食の日	冬至	正月 七草 鏡開き 全国学校給食週間	節分	桃の節句 卒業祝い		
	使用する食材	旬の食材	アスパラガス キャベツ グリーンピース たけのこ 玉ねぎ ふき いちご	じゃが芋 ごぼう さやえんどう あじ わかめ 茶	さやいんげん きゅうり トマト 梅 きす きびなご	枝豆 ズッキーニ 冬瓜 とうもろこし トマト なす ピーマン うなぎ	南瓜 チンゲンサイ なす ぶどう さけ さんま	栗 さつま芋 人参 きのこ さけ さば さんま	米 さつま芋 里芋 大根 ねぎ 人参 ブロッコリー ほうれん草 はたはた	里芋 カリフラワー 小松菜 大根 ねぎ 白菜 ブロッコリー ほうれん草 みかん ゆず ぶり	大根 ねぎ 白菜 ほうれん草 れんこん みかん たら ぶり	大根 ねぎ 白菜 ほうれん草 いよかん デコポン わかさぎ	うど かぶ キャベツ 菜の花 デコポン さわら	
		地場産物	立川市	アスパラガス チンゲンサイ しいたけ	キャベツ ブロッコリー	キャベツ きゅうり トマト ブロッコリー ブルーベリー	じゃが芋 枝豆 キャベツ 玉ねぎ とうもろこし トマト なす ブルーベリー	玉ねぎ なす	里芋 チンゲンサイ	里芋 キャベツ 大根 人参 ねぎ 白菜 ブロッコリー ほうれん草	キャベツ ごぼう 大根 人参 ねぎ ほうれん草 白菜	小松菜 人参 ねぎ ほうれん草	うど 小松菜 しいたけ	アスパラガス うど 小松菜 しいたけ
		東京都	明日葉 とびうお	明日葉 とびうお			むろあじ	むろあじ	むろあじ			明日葉 とびうお	明日葉 とびうお	
学校との連携	全校	給食と連携した授業への参画、社会科見学受け入れ、食育一口メモ配付、リクエスト献立募集、選択給食、給食調査												
	個別的な相談指導	食物アレルギーのある児童、偏食のある児童、肥満・やせ傾向にある児童など												
	家庭・地域	献立表、給食だより、試食会、ホームページ、地場産物の活用、地元の給食食材納入業者と連携した食育												
他部署との連携		健康推進課(栄養連絡会)・産業振興課(地元野菜の活用の検討)												

食に関する指導の全体計画(中学校)【案】

令和4年11月10日
第21回教育委員会資料
教育部 学校給食課

立川市教育委員会事務局 教育部 学校給食課

【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、食文化等についての理解を図り、健康で健全な食生活に関する知識や技能を身に付けるようにする。
(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・情報に基づき、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、自他の健康な食生活を実現しようとし、食や食文化、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。

【学校給食の目標】学校給食法第2条
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。

【健やかたちかわ21プラン第3次(立川市第5次地域保健医療計画)】栄養・食生活(食育推進)P55～P56
○健康的な食生活の意義や栄養に関する知識についての普及啓発に取り組みます。
○バランスの良い食事(主食・主菜・副菜のそろった食事、自分の適量など)を食べる習慣づくりを支援します。
○子育て世代への食育を推進します。
○外食・中食を利用する際の工夫(夜遅い時間の食事を含む)の啓発に取り組みます。
○1日に必要な野菜の量(350g)の普及啓発に取り組みます。
○子どもの頃から野菜に興味を持ち、野菜を食べる習慣を付けることを推進します。
○妊娠・出産および子どもの就学を機に、自分および家族の食生活を見直すきっかけづくりをします。
○食に興味を持つための食育(教室・体験・栽培・収穫等)に取り組みます。
○立川市栄養連絡会を開催し、食育に関する課題を検討し、連携を強化します。
○食を介した人と人の交流を推進します。

【食育の視点】
◇食事の重要性: 食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。
◇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。
◇食品を選択する能力: 正しい知識・情報に基づいて、食品の品質及び安全性等について自ら判断できる能力を身に付ける。
◇感謝の心: 食べ物を大事にし、食料の生産等に関わる人々へ感謝する心をもつ。
◇社会性: 食事のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を身に付ける。
◇食文化: 各地域の産物、食文化や食に関わる歴史等を理解し、尊重する心をもつ。

【共同調理場における目標】
生きる力を育て、体と心の栄養となる給食の提供

【目指す生徒像】
1. 望ましい食習慣を身につけ、実践する
2. 食に関する正しい知識を身に付ける
3. 豊かな心を育む

		4月	5月	6月	7月	8・9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
給食目標		給食について知ろう	食事のマナーを身に付けよう	歯と口の健康について考えよう	夏の食生活と健康について考えよう	食事の大切さを考えよう	季節の食べ物を知ろう	感謝の気持ちをもって食べよう	冬の食生活と健康について考えよう	献立に関心をもって食べよう	栄養のバランスを考えて食べよう	一年間の給食を振り返ろう
ねらい		・食べ物にはそれぞれ異なる働きがあることを知る	・手洗いをきちんとする ・自分やまわりの人の気持ちに配慮する	・よくかんで食べる ・歯や骨を作る栄養や食材を知る	・旬の食材を味わう ・夏バテ予防の食事をする ・水分補給に気を付ける	・朝食の大切さを知り、作ってみようとする ・野菜に興味を持ち、野菜を食べる習慣を付ける	・旬の食材を味わう ・地産地消について知り、自らすすんで選ぶ	・自然の恵みや食べ物の尊さを知る ・食に関わる人々について知り、感謝する ・日本の食文化について知る	・旬の食材を味わう ・冬野菜の栄養について知り、料理を作ってみようとする	・行事食、郷土料理、世界の料理など多様な食文化を知る	・主食・主菜・副菜をそろえて食べる	・健康や栄養、食生活について考える ・食を自ら選択し、健康な食生活を実践する
行事		入学・進級祝い	八十八夜 端午の節句	食育月間 歯と口の健康週間	七夕	防災の日 重陽の節句 十五夜 お彼岸 野菜の日	十三夜 目の愛護デー	読書週間 いい歯の日 勤労感謝の日 和食の日	冬至	正月 七草 鏡開き 全国学校給食週間	節分	桃の節句 卒業祝い
献立作成の配慮	使用する食材	アスパラガス キャベツ グリーンピース たけのこ 玉ねぎ ふき いちご	じゃが芋 ごぼう さやえんどう あじわかめ 茶	さやいんげん きゅうり トマト 梅 きす きびなご	枝豆 ブッキーニ 冬瓜 とうもろこし トマト なす ピーマン うなぎ	南瓜 チンゲンサイ なす ぶどう さけ さんま	栗 さつま芋 人参 きのこ さけ さば さんま	米 さつま芋 里芋 大根 ねぎ 人参 ブロッコリー ほうれん草 はたはた	里芋 カリフラワー 小松菜 大根 ねぎ 白菜 ブロッコリー ほうれん草 みかん ゆず ぶり	大根 ねぎ 白菜 ほうれん草 れんこん みかん たら ぶり	大根 ねぎ 白菜 ほうれん草 いよかん デコポン わかさぎ	うど かぶ キャベツ 菜の花 デコポン さわら
	地場産物	立川市	キャベツ ブロッコリー	キャベツ きゅうり トマト ブロッコリー ブルーベリー	じゃが芋 枝豆 キャベツ 玉ねぎ とうもろこし トマト なす ブルーベリー	玉ねぎ なす	里芋 チンゲンサイ	里芋 キャベツ 大根 人参 ねぎ 白菜 ブロッコリー ほうれん草	キャベツ ごぼう 大根 人参 ねぎ ほうれん草 白菜	小松菜 人参 ねぎ ほうれん草	うど 小松菜 しいたけ	アスパラガス うど 小松菜 しいたけ
	東京都	明日葉 とびうお	明日葉 とびうお			むろあじ	むろあじ	むろあじ			明日葉 とびうお	明日葉 とびうお
学校との連携	全校	給食と連携した授業への参画、施設見学受け入れ、職場体験受け入れ(令和6年度～)、食育放送原稿配付、リクエスト献立募集、選択給食、給食調査										
	個別的な相談指導	食物アレルギーのある生徒、偏食のある生徒、肥満・やせ傾向にある生徒など										
	家庭・地域	献立表、給食だより、試食会、ホームページ、地場産物の活用、地元の給食食材納入業者と連携した食育										
他部署との連携		健康推進課(栄養連絡会)・産業振興課(地元野菜の活用の検討)										