令和８年１０月２２日
第20回教育委員会定例会資料
教育部学校給食課

食に関する指導の全体計画（中学校）

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4次（立川市第6次地域保健医療計画）】
栄養・食生活（食育推進）P39～P44
本計画における食育推進の考え方
健康な生活習慣の基本とされる食事・運動・休養のうち、健康づくりの基本となる「栄養・食生活」について、子どもから成人、高齢者に至るまでのライフステージに応じた取組をすすめます。また、妊娠期・出産後の母子保健にはじまり、保育園、学校給食、健康教室、農業体験等、生涯を通じて様々な機会を捉え継続的に食育を推進できるよう連携を強化します。
取組の方向性
〇生涯にわたり健康を確保するためには、健全な食生活を実践することが必要です。身体に合わせた望ましい食事の内容や量などについて正しい知識を身に付け、生活状況に応じたバランスの良い食をとることができるよう支援を行います。
・ホームページ等を活用した栄養・食生活に関する普及啓発を行います。
・乳幼児、児童・生徒への食育については、市営の保育園で各園ごとの食育計画や食に関する指導の全体計画に基づいた食育を実施します。
〇食に関する様々な体験のなかで、食を楽しむこころや感謝の気持ち、地域の地場産物の活用などを通じて地域に根差した食育活動や食文化の継承をすすめます。
・即売会、農業体験（栽培・収穫等）により生産者と消費者の交流を図ります。
・学校給食での地場産物の活用等、地産地消を推進します。
・立川市栄養連絡会等、食に関する課題を検討する場を設け、連携を強化します。

【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付け、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 ・野菜に興味をもち、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
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 うど 小松菜 しいたけ	アスパラガス ブロッコリー うど 小松菜 しいたけ	アスパラガス キャベツ 玉ねぎ トマト ブロッコリー 小松菜 しいたけ	じゃが芋 枝豆 キャベツ 玉ねぎ とうもろこし なす 小松菜 ブルーベリー	なす 小松菜 ねぎ 梨 ブルーベリー	小松菜 ねぎ しいたけ	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 しいたけ 小松菜	里芋 キャベツ 大根 人参 ねぎ ほうれん草 白菜 ブロッコリー しいたけ 小松菜	小松菜 人参 ねぎ ほうれん草 大根 白菜 キャベツ しいたけ	うど 小松菜 ねぎ 大根 人参 ほうれん草 白菜 しいたけ	うど 小松菜 ねぎ ほうれん草 人参 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、食育動画配信、施設見学受け入れ、職場体験受け入れ、食育放送原稿配布、食育ポスター配布、リクエスト献立募集										
	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、インスタグラム、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）・農業振興課（地元野菜の活用の検討）										

令和9年4月更新

修正箇所：　　部分