

第 3 編

「食に関する
指導」編



第1章 学校における食育推進の必要性

1 食育基本法の制定、食育推進基本計画の施行

食育基本法は、食育の基本理念と方向性を明らかにするとともに、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進するため制定された。

(1) 食育基本法

食育基本法が平成17年6月10日に成立し、同年7月15日に施行された。本法律前文において、子どもたちへの食育の重要性が示されている。

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。今、改めて、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付けるとともに、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。もとより、食育はあらゆる世代の国民に必要なものであるが、子ども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ものである。

(食育基本法前文 一部抜粋)

そこで、総則第5条において食育における教職員の役割を規定し、

子どもの教育、保育等を行う者にとっては、教育、保育等における食育の重要性を十分に自覚し、積極的に子どもの食育の推進に関する活動に取り組むこととなるよう、行われなければならない。

(食育基本法第1章総則第5条 一部抜粋)

子どもに対する食育の推進への取組みを強く求めている。

(2) 食育推進基本計画

食育基本法に基づき、食育推進基本計画が平成18年3月に定められた。

学校において、魅力ある食育推進活動を行い、子どもの健全な食生活の実現と豊かな人間形成を図るため、取り組むべき施策が示された。

指導体制の充実

- 学校栄養職員の栄養教諭への移行促進と早期配置

食育基本計画は、食育基本法に基づき、食育推進に関する施策の総合的かつ計画的な推進を図るために必要な基本的事項を定めたものである。

- 給食時間、各教科及び総合的な学習の時間等における食に関する指導の充実

子どもへの指導内容の充実

- 食に関する指導に係る全体計画の作成と指導時間の十分な確保
- 食に関する学習教材の作成と活用
- 地域の生産者団体等との連携を通じた子どもの体験活動等の推進

学校給食の充実

- 学校給食の一層の普及や献立内容の充実
- 食物アレルギー等への対応
- 各教科等で学校給食を「生きた教材」として活用
- 地場産物の活用
- 米飯給食の一層の普及、定着

食育を通じた健康状態の改善等の推進

- 食生活が健康や意欲に及ぼす影響等の調査研究と指導プログラムの開発
- 過度の痩身や肥満の改善等に必要な知識の普及と実践

2 学習指導要領の改訂

平成20年1月中央教育審議会より「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」が答申された。

平成20年1月の中央教育審議会答申において、食育は、情報教育、環境教育などとともに「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」として示された。食育基本法の制定など食育の推進が国民的課題となっている中、中央教育審議会の提言もふまえ、平成20年3月告示の学習指導要領総則に「学校における食育の推進」が位置付けられた。

(第1章 総則 第1 教育課程編成の一般方針)

3 学校における体育・健康に関する指導は、児童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。また、それらの指導を通して、家庭や地域

社会との連携を図りながら、日常生活において適切な体育・健康に関する活動の実践を促し、生涯を通じて健康・安全で活力ある生活を送るための基礎が培われるよう配慮しなければならない。

(一部抜粋)

3 学校給食法の改正

平成20年6月「学校保健法等の一部を改正する法律」により、昭和29年に制定された学校給食法は創設以来初めて改正され、平成21年4月1日施行された。

今回の改正において、第1章「総則」第1条（この法律の目的）、第2条（学校給食の目標）が食育推進の観点から見直され、法律の目的に「学校における食育の推進」が新たに追加され、学校給食の目標について、新たな内容の追加や規定の整理が行われた。

第3章「学校給食を活用した食に関する指導」が新設され、第10条第1項に学校給食を活用した食に関する実践的な指導が規定された。

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。

また、栄養教諭が指導を行うに当たっては、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ことが同条第2項で規定されている。

同条第3項には、栄養教諭以外の学校給食栄養管理者は、栄養教諭に準じて第1項前段の指導を行うよう努めるものとされている。

4 学校における食育の推進

平成19年3月文部科学省「食に関する指導の手引」（平成22年3月第1次改訂版発行）において、食に関する

児童生徒が健全な食生活を実践し、健康で豊かな人間性をはぐくんでいけるよう、栄養や食事のとり方などについて、正しい知識に基づいて自ら判断し、自ら実践していく能力などを身に付けさせるために、「健やかな体を育む教育の在り方に関する専門部会の報告書「これまでの審議の状況」（H17.7）及び幼稚園、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

指導の目標が設定された。

各学校においては、各地域や学校の状況等に応じて、右記以外についても食に関する指導の目標として掲げ、各教科等において積極的に指導を行っていることが期待されている。

についての答申（H20.1）」をふまえ、次のような食に関する指導の目標を設定した。これらの目標の達成に向け、継続性に配慮し、意図的に学校給食を教材として活用しつつ、給食の時間をはじめとする関連教科等における食に関する指導を体系付け、学校教育活動全体を通じて総合的に推進することを「学校における食育を推進すること」とする。

【食に関する指導の目標】

- 食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。
- 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。
- 正しい知識・情報に基づいて、食物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。
- 食物を大事にし、食物の生産等にかかわる人々へ感謝する心をもつ。
- 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。
- 各地域の産物、食文化や食にかかわる歴史等を理解し、尊重する心をもつ。

上記6つの目標に沿って、それぞれ「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」の観点から、食に関する指導の内容について例示されている。

【食に関する指導の内容】

食事の重要性

- 食事は、人間が生きていく上で欠かすことのできないものであること。
- 食事は、空腹感を満たし気持ちを鎮める働きがあること。
- 仲間との食事や食味のよさは、心を豊かにすること。
- 食事は規則正しくとることが大切であり、特に、朝食をとることは、心と体を活動できる状態にし、もてる力を十分に発揮できるようになること。
- 外食や中食、自動販売機やコンビニエンスストア等の食環境と自分の食生活とのかかわりを理解すること。
- 自ら調理して食事の準備ができることは、健全な日常生活の基盤を支える技術であること。

心身の健康

- 手洗いやよくかむこと、よい姿勢や和やかな雰囲気作りは、食事の基本であること。
- 規則正しい1日3度の栄養バランスのよい食事は、心身の成長の基本であること。
- 栄養のバランスをよくするために、好き嫌い無く食べることが必要であること。
- 様々な食品にはそれぞれ栄養的な特徴があること。
- 健康の保持増進には、栄養バランスのとれた食事とともに、適切な運動、休養及び睡眠が必要であること。
- 自分の食生活を見つめ直し、よりよい食習慣を形成しようと努力すること。
- 1日分の献立をふまえ、簡単な日常食の調理をすること。

食品を選択する能力

- 学校給食にはいろいろな食品が使われていること。
- 日常食べている食品や料理の名前や形を知ること。
- 食事の準備や後片付けは、安全や衛生に気を付けて行うこと。
- 食品表示など食品の品質や安全性等の情報について関心をもつこと。
- 食品の品質の良否を見分け、食品に含まれる栄養素やその働きを考え、適切な選択をすること。
- 食品の衛生に気を付けて、簡単な調理をすること。

感謝の心

- 食生活は、生産者をはじめ多くの人々の苦勞や努力に支えられていること。
- 食料の生産は、すべて自然の恩恵の上に成り立っていること。
- 食という行為は、動植物の命を受け継ぐことであること。
- 食事のあいさつは、食に関しての感謝の気持ちの表現であること。
- 感謝の気持ちの表れとして、残さず食べたり無駄なく調理したりすること。

社会性

- 協力して食事の準備や後片付けをすること。
- はしの使い方、食器の並べ方、話題の選び方などの食事のマナーを身に付けること。
- 協力したりマナーを考えたりすることは、相手を思いやることであり、楽しい食事につながる。
- マナーを考え、会話を楽しみながら気持ちよく会食をすること。
- 自然界の中で動植物と共に生きている自分の存在について考え、環境や資源に配慮した食生活を実践しようとする。

食文化

- 自分たちの住む地域には、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。
- 日常の食事は、地域の農林水産物と関連していること。
- 地域の伝統や気候風土と深く結びつき、先人によって培われてきた多様な食文化があること。
- 自分たちの食生活は、他の地域や諸外国とも深いかわりがあること。
- 諸外国の食事の様子を知ることは、国際理解につながるとともに、日本の風土や食文化の理解を深めることになること。