

# 学校（園）における食育指針

令和2年3月

目黒区教育委員会

## は じ め に

「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。」

これは、平成17年7月に施行された「食育基本法」の前文に記された一文です。

この後には、「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。」と続きます。

子どもたちに対する食育は、心身の成長と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、豊かな人間関係を育んでいく基礎となるものであり、積極的に子どもの食育の推進に関する活動に取り組む必要があります。

教育委員会では、学校と家庭・地域が連携しながら、楽しい食生活を通じて、子どもたち一人ひとりが健康な体を培い、豊かな人間性を養い、食を支える自然や社会に感謝する気持ちを育てることを目標に掲げた「学校における食育指針」を平成22年6月に策定し、平成27年3月には、これまでの食育の取組内容を検証しつつ、学校において取り組む方向性を示すため指針を改定しました。

昨今、急速な社会経済の発展に伴い、食に関する価値観やライフスタイル等が多様化する中、インターネット等の普及により食の情報が入手しやすくなり、食への関心が高まる一方で、食の安全、朝食の欠食、孤食、肥満や過度のやせやアレルギー疾患への対応に加え、持続可能な開発目標(SDGs)の視点を踏まえた食品ロスへの取組など、食に関する課題等は多くみられます。

文部科学省は、平成31年3月に、小学校は令和2年度から、中学校では令和3年度から全面实施となる新学習指導要領の内容に沿って改訂された「食に関する指導の手引き」の第二次改訂版を示しました。

このような動向等を踏まえ、教育委員会としても、これまでの食育の取組の成果を踏まえ、より実践的な食育の取組に向けて、「学校(園)における食育指針」として改定することとしました。

今後、学校(園)において、子どもがその発達段階に応じて食生活に対する正しい知識と望ましい食習慣を身に付けることができるよう、教育活動全体で食に関する指導に取り組むとともに、家庭や地域、学校(園)間や保育園など他の施設との連携を深めながら、学校(園)における食育のより一層の推進を図っていきます。

# 目 次

|                      |   |
|----------------------|---|
| I 改定の背景              | 1 |
| II 学校（園）における食育の目標    | 2 |
| III 目標達成に向けた食育の視点    | 2 |
| IV 食育の推進体制           | 5 |
| V 教科等における食に関する指導     | 7 |
| VI 給食の時間における食に関する指導  | 7 |
| VII 個別的な相談指導         | 8 |
| VIII 学校（園）・家庭・地域との連携 | 9 |

この指針は、目黒区立幼稚園・こども園・小学校・中学校を対象としたものです。  
文中では、小学校・中学校を「学校」、幼稚園・こども園を「園」と表記しています。  
また、記載内容のうち、特に幼稚園・こども園と明記していないものについて、各園は学校  
に準じるものとします。

## I 改定の背景

平成17年7月に「食育基本法」が施行され、食育は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ものとして、食育の推進が求められるとされています。

文部科学省は、学習指導要領や食に関する指導の手引きの中で、学校における食育の推進について、児童・生徒の発達段階を考慮して、学校の教育活動全体を通じて適切に行うものとし、各教科等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しています。

教育委員会では、平成22年6月に「学校における食育指針」を策定し、学校と家庭・地域が連携を図りながら、子どもたちの「食」への意識を高め、幼児、児童、生徒一人ひとりが健全な食生活を実践することができるように、食育リーダーや食育推進チーム、区に配置された栄養教諭（平成22年度から配置）・学校栄養職員を中心として、伝統文化日本の行事食、郷土料理、地場産物を取り入れた給食の取組や、給食の時間をはじめ各教科等の時間における食に関する指導など、様々な食育の取組を進めてきました。

また、平成25年度には、区立こども園を開設し、給食の提供が始まるとともに、平成27年3月には、この間の食育の取組内容を検証しつつ、学校において取り組む方向性を示すため、「学校における食育指針」を改定しました。

一方で、平成29年3月に、幼稚園教育要領、小・中学校学習指導要領が改訂され、平成31年3月には新学習指導要領の内容を盛り込んだ「食に関する指導の手引き（第二次改訂版）」が文部科学省から示されました。

新学習指導要領には、食育の推進を踏まえ、体育科（保健体育科）、家庭科（技術・家庭科）及び特別活動の時間はもとより、各教科、道徳科、外国語活動及び総合的な学習の時間等、学校教育活動全体を通じて食育を組織的・計画的に推進することが示されています。

また、「食に関する指導の手引き（第二次改訂版）」では、学校における食育の必要性、食に関する指導の目標、食に関する指導の全体計画、食に関する指導の基本的な考え方や指導方法、食育の評価について示されています。

このような背景を踏まえ、教育委員会では、「新学習指導要領」、「食に関する指導の手引き（第二次改訂版）」の内容などとの整合性を図りつつ、「学校（園）における食育指針」として改定し、食育をより一層推進していくこととしました。

今回の改定では、小・中学校を対象としていたものに幼稚園・こども園を新たに加えるとともに、目標を達成するための六つの視点を定め、さらにその内容を「知識及び技能」「思考力、判断力、表現力等」「学びに向かう力、人間性等」の「三つの柱」で整理しました。

今後、食に関する国や都、区などの計画の見直しや、社会情勢の変化など、本指針をめぐる状況に大きな変化があった場合は、必要に応じて見直しを行っていきます。

## Ⅱ 学校（園）における食育の目標

幼児、児童、生徒一人ひとりが、子どものうちから食との健全なかかわりをもつことができるよう、学校（園）における食育の目標を次のとおり定めます。

### 学校（園）における食育の目標

楽しい食生活を通じて、子どもたち一人ひとりの健康な心と体を培い、豊かな人間性を養い、食を支える自然や社会に感謝する気持ちを育てる。

## Ⅲ 目標達成に向けた食育の視点

食育の目標を達成するにあたり六つの視点を定めます。

各視点の内容についてはそれぞれに、①知識及び技能、②思考力、判断力、表現力等、③学びに向かう力、人間性等の三つの柱で整理します。

### 視点1【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。**

（知識及び技能）

- ・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、食事には空腹感を満たしたり気持ちを鎮めたりする働きがあること、仲間との食事や食味のよさは心を豊かにすること、朝食をとるなど食事は規則正しくとることが大切であり、心と体を活動できる状態にし、持てる力を十分に発揮できるようになることなど、食事の重要性や食事の喜び、楽しさを理解できるようにする。

（思考力、判断力、表現力等）

- ・食環境と自分の食生活との関わりなどを見つめ、必要な情報を収集し、健康な生活や健全な食生活を実現するために何が必要かを考え、適切に意思決定して行動できるようにする。

（学びに向かう力、人間性等）

- ・食事に興味・関心を持ち、健全な日常生活の基盤を支えるために、自ら調理して食事の準備をしたり栄養バランスに配慮した食生活を実践したりしようとする態度を養う。

## 視点2【心身の健康】

生活リズムと食事の栄養バランスを考えて心身の健康増進を図る。

(知識及び技能)

- ・望ましい栄養や食事のとり方とともに、手洗いやよく噛むこと、よい姿勢や和やかな雰囲気づくりは、食事の基本であることを理解し、健全な食生活に必要な技能を身に付ける。
- ・心身の成長や健康の保持増進には、朝食を含む1日3度の主食・主菜・副菜などがそろった栄養バランスのよい食事、適切な間食、適切な運動、休養、睡眠（早寝早起き）及び排せつが必要であることや、様々な食品にはそれぞれ栄養的な特徴があることを理解できるようにする。

(思考力、判断力、表現力等)

- ・1日分の献立をふまえ、栄養のバランスをよくするために、簡単な日常食の調理を考えることができるようにする。
- ・栄養や食事のとり方などについて、正しい知識・情報に基づいて自ら判断できるようにする。
- ・自分の食生活を見つめ直して、主体的によりよい食習慣を形成しようと努力する態度を養う。

(学びに向かう力、人間性等)

## 視点3【食品を選択する能力】

正しい知識・情報に基づいて、食品の品質や安全について判断できるようにする。

(知識及び技能)

- ・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、料理の名前、形、品質や栄養素及び安全面、衛生面等について理解し、これらを踏まえて簡単な調理を行うために必要な技術を身に付ける。

(思考力、判断力、表現力等)

- ・食事の準備や調理、後片付けを行う際に、安全や衛生についてどういった点に気を付けることが必要かを考えることができるようにする。
- ・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、適切な選択ができるようにする。
- ・外食や調理済み食品を購入して家で食事をする場合は、成分表示を確認し、栄養バランスを考えることができるようにする。

(学びに向かう力、人間性等)

- ・食品表示など食品の品質や安全性等の情報を進んで得ようとする態度を養う。

## 視点4【感謝の心】

日々の生活の中で食に対する感謝の心をもつ。

(知識及び技能)

- ・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を理解できるようにする。

- ・食生活は、生産者や流通に携わる人を始め多くの人々の苦労や努力に支えられていることや食という行為は、動植物の命を受け継ぐことであることを理解し、食品を無駄なく使って調理するために必要な技能を身に付ける。

(思考力、判断力、表現力等)

- ・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、食品ロス視点も含めて環境や資源に配慮した食生活を実践するために何が必要かを考えることができるようにする。

(学びに向かう力、人間性等)

- ・食事のあいさつで、食に関しての感謝の気持ちを表現しようとする態度を養う。
- ・食べ物と自然環境との関わりを知り、自然やそれを支える社会への感謝の気持ちとともに、環境を大切にすることを養う。

## 視点5【社会性】

**食事のマナーや食事を通じたコミュニケーション能力を身に付け、豊かな人間関係を育む。**

(知識及び技能)

- ・はしの使い方、食器の並べ方、よい姿勢、話題の選び方などの食事のマナーを身に付け、協力して食事の準備や後片付けをするために必要な技能を身に付ける。

(思考力、判断力、表現力等)

- ・相手を思いやることや、楽しい食事につながるために何が必要かを考えることができるようにする。

(学びに向かう力、人間性等)

- ・食事が大切なコミュニケーションの場であるということを理解し、コミュニケーションを図ろうとする態度を養う。
- ・健康で安心な社会づくりに貢献しようとする態度を養う。

## 視点6【食文化】

**日本の行事にちなんだ行事食や各地の郷土料理、世界の料理などに親しみ、食文化を理解する。**

(知識及び技能)

- ・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や、日常の食事は、地域の農林水産物と関連していることを理解できるようにする。

- ・自分たちの食生活は、他の地域や諸外国とも深い関わりがあることを理解できるようにする。

(思考力、判断力、表現力等)

- ・日本の食文化や食に関わる歴史にふれたり、諸外国の食事の様子を知ったりすることで、日本や諸外国の伝統や食文化を大切にするためには、何が必要かを考えることができるようにする。

(学びに向かう力、人間性等)

- ・各地域の伝統や気候風土と深く結び付き、先人によって培われてきた多様な食文化を尊重しようとする態度を養う。

## IV 食育の推進体制

家庭における食を取り巻く状況の変化を背景として、学校教育・幼児教育においても、子どもたちの生活面や学習面を支える食に関する指導の充実が求められています。幼稚園教育要領、小・中学校学習指導要領では食育の推進を明確に位置付け、幼児、児童、生徒の発達段階を踏まえつつ、各学年を通して一貫した取組を推進するとされています。

また、特別支援学級においても、子どもたちの心身の状況に合わせた食育の取組が求められます。

食育を推進するにあたっては、各学校（園）の実情に合わせてできることから取り組み、定期的にその成果を確認していくことが大切です。

### 1 学校（園）における指導体制の充実

食育その他の心身の健康増進に関する指導のうち、学校（園）では専門性を有する栄養教諭・学校栄養職員・養護教諭が積極的に役割を果たすことや、学校（園）内にとどまらず、学校（園）外の様々な分野の専門家の参加・協力を得ることなどにより、指導の効果を高めることが大切です。

各学校（園）では、校内に食に関する指導の推進体制を整備するため、校長、園長、副校長、学級担任、教科担任、保健主任、給食主任、養護教諭、栄養教諭、学校栄養職員などから構成する「食育推進チーム」を編成し校務分掌に位置付けるとともに、学校（園）における食に関する指導計画の調整や、家庭への情報の発信、地域との連絡調整を中心となって行う食育リーダーを設置します。（園は副園長を食育リーダーとします。）

こうした指導体制の充実を図るために、学校（園）長のリーダーシップのもと食育リーダー及び食育推進チームが中心となって校（園）内研修や情報の共有化を図り、食に関する意識を全教職員が高めていくことが必要です。

また、指導の効果についてP D C Aサイクルの考え方を取り入れ取組を振り返ることで、さらに次のより良い指導へとつなげていくことが大切です。

### 2 学校（園）における食に関する指導の全体計画の作成

学校（園）における食育は、給食の時間をはじめ、各教科や特別活動等の教育の内容と密接な関わりをもっており、その推進のために様々な取組が求められます。食に関する指導を学校（園）教育活動全体の中で総合的に育むという観点から全体計画を作成し、教職員全体で食育の目標や具体的な取組についての共通理解をもつことが必要です。

### 3 教育委員会の推進体制

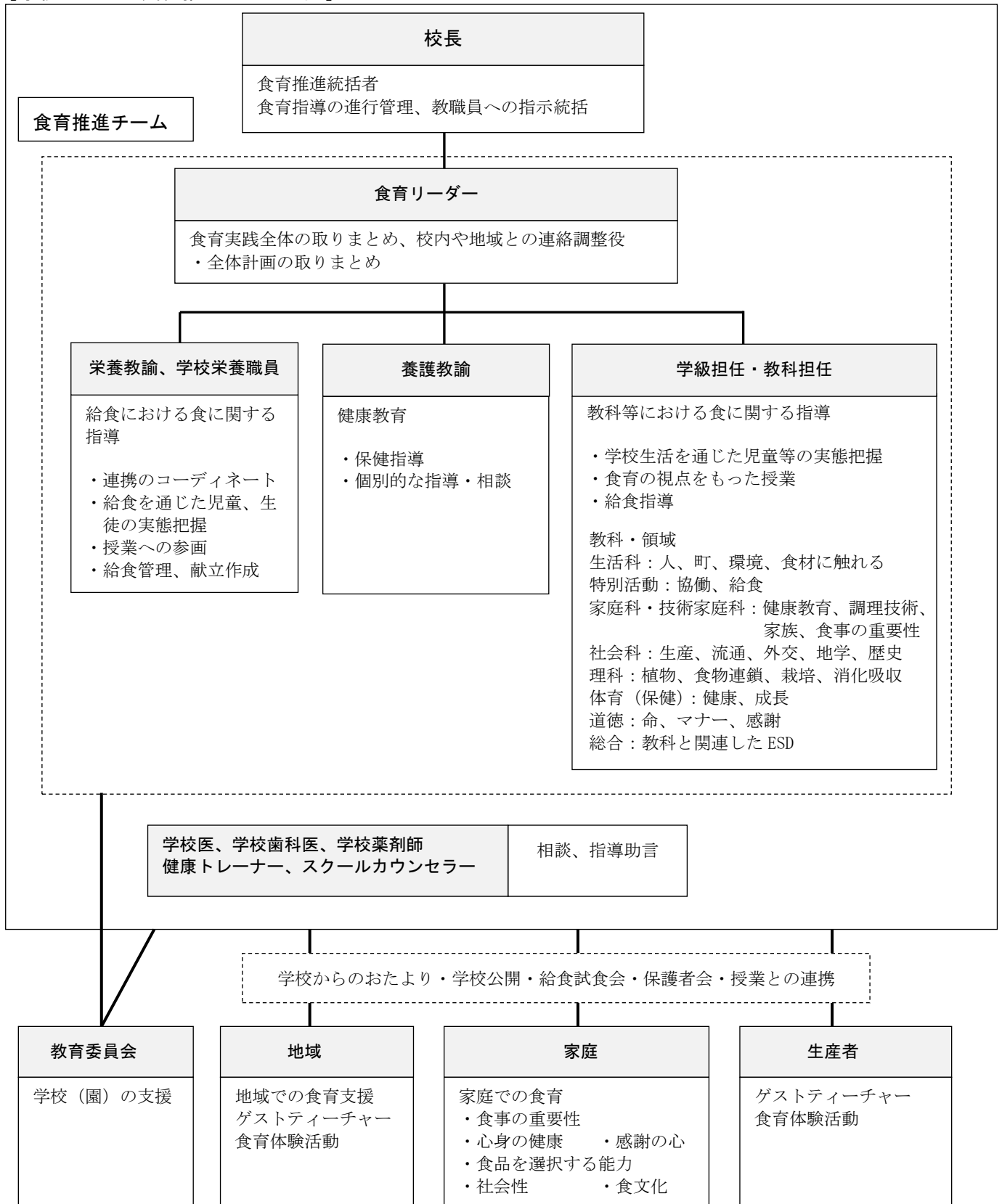
区では、全こども園・学校に学校栄養職員（うち2校は栄養教諭）を配置し、給食の献立作成や食材発注などの業務のほか、給食時間に教室を巡回して、幼児、児童、生徒の状況を把握するなど、よりよい献立の作成や食育の推進に向けて、きめ細やかな対応をしています。

また、栄養教諭は配置校においてその職務を果たしつつ、教育委員会と連携して研修体制を構



築し食育リーダーへの支援を行うほか、食に関する指導の全体計画の作成において中心的な役割を果たすなど、高い専門性を生かした多くの役割が期待されています。

【学校における食育推進イメージ図】



## V 教科等における食に関する指導

### 各教科等における食育の推進

学校における食育を推進するためには、各教科や領域等の目標を明確にし、食育の視点を取り入れることが大切です。

体育科（保健体育科）、家庭科（技術・家庭科）及び特別活動の時間はもとより、各教科、道徳科、外国語活動及び総合的な学習の時間といった学校の教育活動全体を通して行われることが必要です。

各教科等では、それぞれの特質に応じた見方・考え方を働かせ、三つの柱に沿った資質・能力の育成を目指し目標を示しています。関連する教科等において食に関する指導を進めるにあたっては、食育の充実につなげることのみならず、当該教科の目標がよりよく達成されることを目指します。

## VI 給食の時間における食に関する指導

平成21年に施行された改正学校給食法は、給食の普及充実及び学校における食育の推進を図ることを目的として定められています。

給食は、成長期にある幼児、児童、生徒の心身の健全な発達のため、栄養バランスのとれた豊かな食事を提供することにより、健康の増進、体力の向上を図るとともに、食育の推進にあたって、最も大きな役割を果たしています。

学習指導要領には、特別活動の「学級活動」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」について示されています。給食の時間においては、準備から後片付けまでの実践活動を通して、計画的・継続的な指導を行うことにより、子どもたちに望ましい食習慣と食に関する実践力を身に付けさせることができます。

また、給食に地場産物を活用したり、日本の行事にちなんだ行事食や各地の郷土料理を提供したりすることを通じて、地域の文化や伝統に対する理解と関心を深めることにもつながるなど、高い教育効果が期待できます。

区では現在、給食を活用した食育の観点から、以下のような取組を行っており、その成果を確認しながら、充実を図っていきます。

### 1 特別給食

幼児、児童、生徒が伝統的な食文化に親しみ、それを継承することの大切さを理解するよう、日本の行事にちなんだ行事食や友好都市も含めた各地の郷土料理、国際理解を深めるための世界の料理などを取り入れた「特別給食」を実施します。

## 2 地場産物の活用

子どもたちが、身近な地域の自然・食文化・産業等に関する理解を深め、食に関する感謝の気持ちを抱くことができるように、地場産物（都内産の農水産物など）を使用した献立を取り入れます。

## 3 持続可能な社会づくりの担い手をはぐくむ教育

食品ロスの視点も含め、子どもたちに、残さずに食べることの大切さを指導するとともに、食品廃棄物の発生抑制や破損食器の再生利用など、循環型社会に対する理解を深める指導を行います。

# Ⅶ 個別的な相談指導

授業や学級活動など全体の指導では解決できない、健康課題のある幼児、児童、生徒に対して改善を促すためには個別的な相談指導が必要です。適正な食事が健康づくりに欠かせないことを幼児、児童、生徒に認識させ、正しい食習慣を身につけさせるための指導相談を行います。相談指導にあたっては、幼児、児童、生徒のプライバシーを守り、成果にとらわれ、過度な圧力をかけることのないよう、気持ちに寄り添いながらすすめることが大切です。

## 1 個別指導の対象

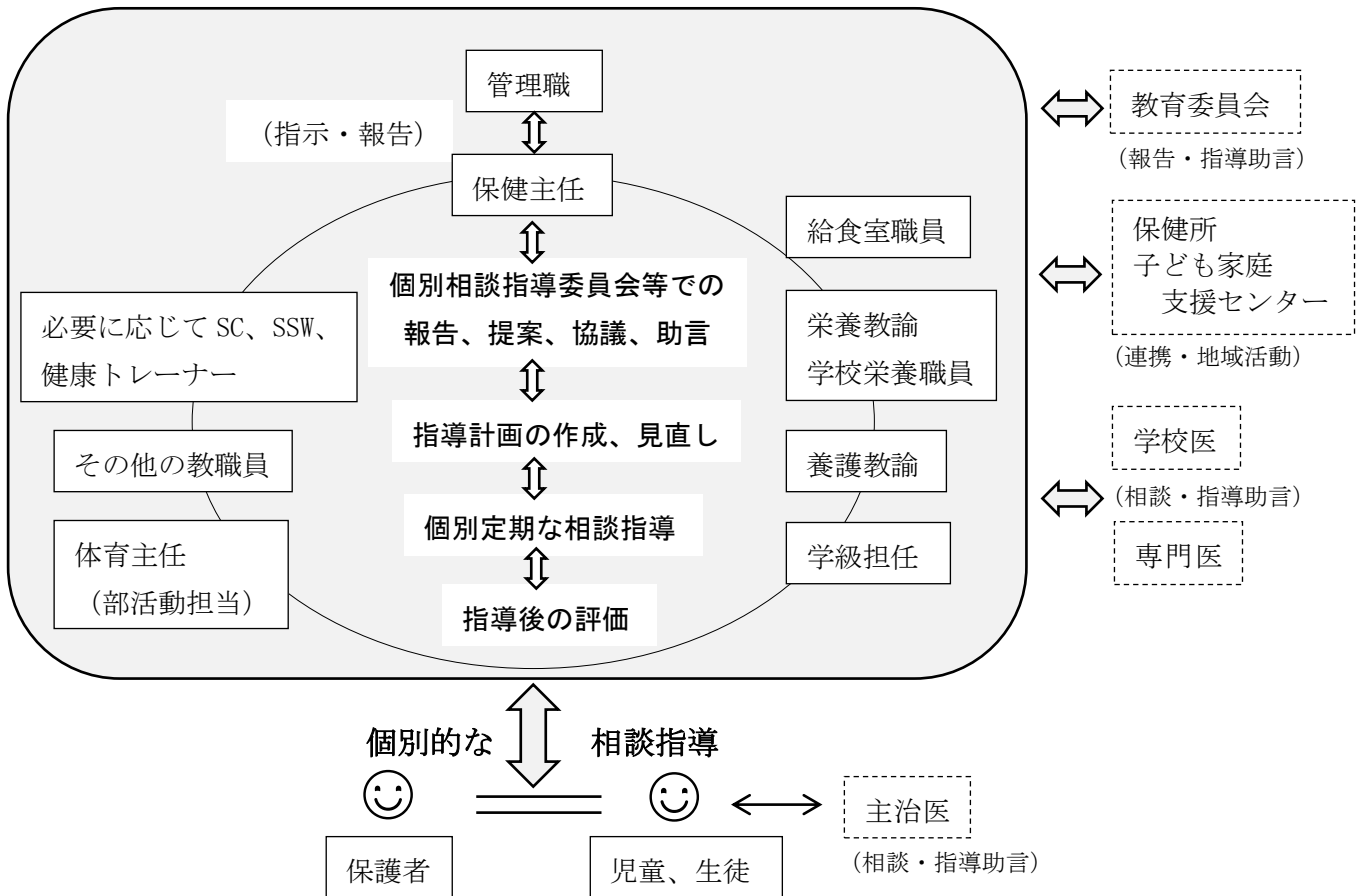
- (1) 肥満、やせ傾向にある者
- (2) 偏食のある者
- (3) 食行動に問題を抱える者
- (4) 食物アレルギーのある者
- (5) スポーツをする者

## 2 相談指導体制

学校（園）では日ごろから偏食や肥満など健康課題のある幼児、児童、生徒の状況把握に努めます。

学校（園）が行う相談指導は、保健室に当該幼児、児童、生徒が来室した機会をとらえるなど幼児、児童、生徒のプライバシーに配慮して行います。また必要に応じ、保護者面談時を活用するなどし、学校（園）での幼児、児童、生徒の状況やそれに対する取組の説明を行うとともに、家庭での食生活指導について保護者との連携を図り行います。

## 【学校における個別的な相談指導体制】



※ SC：スクールカウンセラー、SSW：スクールソーシャルワーカー

出典：「食に関する指導の手引き 第二次改訂版」文部科学省

## VIII 学校（園）・家庭・地域との連携

望ましい食習慣や生活習慣は、家庭の中で形づくられていくものです。学校（園）における取組と合わせ、家庭や地域が互いに連携して食育に取り組んでいくことが、幼児、児童、生徒の健康づくりのために重要です。

### 1 家庭との連携

食育基本法には、子どもの食育における役割として、保護者には「家庭が食育において重要な役割を有していることを認識する」ことが、教育関係者等には「積極的に子どもの食育の推進に関する活動に取り組む」ことが定められています。この役割に基づき、学校（園）における食育の取組を家庭につなげていくことや、家庭で行っている食育の取組例を他の幼児、児童、生徒の参考となるように紹介するなど、学校（園）と家庭の連携を進めます。

## **(1) 家庭への啓発**

学校（園）は、食の指導に関する指導の目標や計画、各教科等における食育の視点や指導内容、教育活動の様子、給食の意義、役割等について、家庭や地域に積極的に公開したり、情報を発信したりして、家庭や地域の理解や協力を得やすい環境を整える必要があります。

家庭への啓発にあたっては、学校（園）で毎月発行する「給食だより」や「献立表」を通じて、学校（園）で実施する食育の内容やそれに対する子どもたちの反応などを伝えるほか、給食メニューのレシピやそこに盛り込まれた栄養バランスの考え方など、家庭で子どもの食事について心掛けてほしいことを盛り込み、家庭での食育に役立つ情報を発信していくことが必要です。

また、家族が一緒になって食事作りにかかわることも大切なことです。休みの日には子どもも家族の食事作りに加わるなど、食事作りを通じ改めて食事の大切さを知ることや、食事を作る人への感謝の心をもつことができるよう、親子でできる食事作りの事例を紹介することも大切です。

学校（園）が直接行う啓発活動以外にも、教育委員会の事業である家庭教育学級などを通じて、学校（園）で行っている食育を、家庭が連携して行うことができるよう実践例を紹介するなどの取組も効果的です。

## **(2) 給食試食会等の実施**

保護者に食育の一環としての学校（園）の給食や食育への理解を深めていくための取組として給食試食会、公開授業、給食運営協議会、学校保健委員会等の実施があります。

実施に際しては、幼児、児童、生徒の給食時の様子、食育の取組の成果や課題を共有することをはじめ、保護者と食に関しての意見を交換する場とします。試食会等で食育や給食に対する意見・要望があったときは、それらを参考にしてよりよい学校（園）の給食実施や食育の取組につなげられるよう家庭との連携を図ることが大切です。意見・要望を受けての改善点などを学校（園）の保護者全体に伝えていくことも、保護者の食育や給食に対する関心を高めていく上で有用です。

## **2 地域との連携**

子どもの食育を進めるにあたっては、家庭との連携と併せて地域との連携を図っていくことも必要です。子どもたちが、地域における食育の取組の中で成長していくことができるよう、長期的な視点で学校（園）から地域への働きかけを継続的に行っていくことが大切です。

### **(1) 生産者との連携**

目黒区のような都市部では生産体験を重ねることや、学校給食の食材の調達にあたって地産地消の取組を展開していくことには難しい面もありますが、こうした取組も、対象地域を広げたり、学校（園）で交流のある地域の産物を食材として活用したりするといった工夫によって対応していくことができます。校（園）外学習の場で、幼児、児童、生徒が生産者と交流するなど、小さなこと、できることから始め、食に対しての理解を深められるようにすることも大切です。

## **(2) 校種間の連携**

就学前の子どもから大人になるまでの間、食に関する経験を切れ目なく発達に応じて積み重ねる必要があります。幼児期には食べる喜びや楽しさ、食べ物への興味や関心を通じて自ら進んで残さず食べようとする気持ちを育むことが重要です。子どもたちが就学後の給食などを通じた食育の取組に早くからなじめるような体験を積み重ねることが大切です。このためにも、地域全体の子どもたちの食に関する共通の課題を共有し、小学校に入学する幼児及び小学校から中学校に入学する児童に対する連携した指導が行われる必要があります。

また、保育園、こども園、小学校での食物アレルギー等の個別対応内容を進学後の学校に伝えスムーズに対応できるようにすることも重要です。保育園・こども園と小学校、小学校と中学校などそれぞれの職員が連絡を取り合い、個別対応の情報を共有することが必要です。

## **(3) 招待給食の実施**

招待給食を実施することの意義は、学校に地域の方を招待し、学校給食を通じた交流によって豊かな人間関係をつくり、食事が私たちに与えてくれる喜びや楽しさを実感するところにあります。

招待給食の実施にあたっては、日ごろお世話になっている地域の方や近隣の保育園・こども園・幼稚園の園児たち、食品の生産や流通に携わっている人々など、高齢者、異年齢の子どもや障害のある児童、生徒など地域における世代を超えた交流の機会を設け、多様な関係者と連携・協力しながら取り組んでいくことが大切です。

## **(4) 料理教室の実施**

地域と連携した料理教室を通じ食事を作ることの楽しさや、食品を理解すること、無駄なく調理することなどを学び、地域での親子のふれあいの場とするとともに、食に関しての理解を深めていくことができます。ゲストティーチャーとして、学校給食の食材の生産者や地域の販売店の方を招き、食材について講演を依頼することも考えられます。それらにより、食材への関心をさらに高める効果も期待できます。

## **(5) 地域で行われる食育の取組情報の発信**

目黒区内で行われる、関係機関や団体が実施している料理教室、収穫体験活動等のイベントに参加することは子どもたちが食に関する興味や関心を高め、自主的に活動できる良い機会です。教育委員会や学校（園）は開催にあたっての情報発信に努めます。