



食育全体計画に基づき、食に関する授業を実施した。より日常の食生活の改善につながるよう、指導には「生きた教材」として、また、授業後の児童生徒の変容を確認する場として学校給食を活用した。

実施学年と単元名

小学校

1年 ・(学活)いろいろなたべものをたべよう

2年 ・(学活)たべもののひみつ

3年 ・(学活)おやつのおべ方を考えよう  
・(学活)たいせつな朝ごはん

4年 ・(学活)やさいのひみつ

5年 ・(家庭)魚の栄養  
・(学活)しっかり食べよう朝ごはん

6年 ・(体育・保健)生活習慣病の予防

中学校

1年(学活)

食生活を見直そう  
～学習と部活の両立  
を目指して～

2年(学活)

望ましい食生活  
を送ろう～正しい知識・情報で食品を選択～

3年(学活)

受験期の望ましい食生活  
を考えよう  
～自己目標達成  
を目指して～

食べもののひみつ

1 食べもののひみつせしろう

黄色の「はたらき」は 赤色の「はたらき」は みどり色の「はたらき」は

体を 強く します。 体を 強く します。 体を 強く します。

体を 強く します。 体を 強く します。 体を 強く します。

2 これからの食べかたを考えよう

わたしは、\_\_\_\_\_ をのこしてしまいました。

それには、\_\_\_\_\_ ひみつがありました。

これからは、\_\_\_\_\_

3 献立作りチャレンジ!

19日(火) 20日(水) 21日(木) 22日(金)

ぜんぶ食べたら、少しがんばったら、つぎにがんばるときは、



やさいのひみつ

ふりかえろう

わたしは、1週は、今まで \_\_\_\_\_

はたらきを知ろう

色のごいちいはいはどれでしょう

必要量を知らう

一日に必要な野菜はどれくらいかな。

私たちが毎日、\_\_\_\_\_ でした。



授業例 5年生「しっかり食べよう朝ごはん」

実態把握

A 小学校  
「さわやか調べ」より  
ほとんどの児童が朝食を  
食べてきている。

8割の児童に副菜や味噌汁を  
とっていない日がある。

課題をつかむ



昼に食べた給食から副菜、  
汁物を除いて提示

野菜が不足する。

深める1

一日に必要な野菜は350g、  
給食で130gを摂取、残り  
は?



深める2



野菜が不足すると、「保健  
室におなかが痛い」と来る  
人は...」

深める3

しっかりと朝食  
にするために、解決  
方法を話し合う。



しっかり食べよう朝ごはん

しっかり朝ごはんを食べるためには

早寝 早起きを1時間以上  
よゆうを持って  
好きな物に、さら、な物  
をまらせる

簡単なら誰でもいいから  
お手伝いをする  
(味とさ、お皿やコップはごめん)  
みそ汁、ごはん作り  
(お母さんでごはんは自分で作って  
おかわりも頼むかな)

まとめる

自分が見直していくところと、その改善  
方法を考えていく。



## テーマ2 地域食材の良さを知り、感謝の心や郷土愛を醸成する方途

### 給食

#### (1) 毎週水曜日は日本型食生活の日

児童生徒に「日本型食生活」がどのような食事であるかを理解させる手立てとして、曜日を決め実施する。毎週水曜日をごはん、魚料理、野菜料理、味噌汁の献立とし、季節の食材を取り入れながら繰り返し提供した。



ごはん 牛乳  
さんまの香味煮  
きんぴら  
野菜汁



ごはん 牛乳  
鮭の味噌チーズ  
ひじきの炒め物  
さえんどう汁



ごはん 牛乳  
さばの味噌煮  
ほうれん草の  
お浸し 根菜汁

#### (2) 地産地消の推進

相互の理解が深まるよう2月に一度、各直売所の代表者の他、市の農政課や県北農林事務所の職員も入った地元農産物活用推進会議を開いた。

継続的に使用するための規格、品質、価格等の安定化やセンターでは使用の難しい、いんげん、ほうれん草等の納入方法などについて話し合い改善を図っていった。



ピーマンのタネを取って納品



インゲンの筋を取って納品



ほうれん草は根を落として納品



### 学校

#### (1) 給食訪問での実践

多くの児童生徒が、給食がどのように作られているかを見る機会がないまま毎日の給食を食べている。給食センター職員学校に出向いて児童生徒と会食をする「給食訪問」時に食材の搬入から配送、後片付けまでの給食センターの様子のビデオを視聴してもらった。



#### (2) 地元の米づくりの様子を知らせる実践

学校給食では、100%地元産の米を食べている。

米づくりの様子を伝えることにより、地域の自然、郷土の理解を図っていった。

給食だより 6月号より

#### ごはんを残さず食べよう



福島県は、農林水産省発表の水稲作付面積で全国4位に入っている米どころです。浜通り・中通り・会津の3地方でそれぞれの気候に合わせた米作りが盛んです。

その中でも、本宮市、大玉村は阿武隈川流域の肥沃な土地、豊かな水に恵まれた自然の中で、おいしいお米が作られています。

#### 給食のお米は100%地元産のコシヒカリです。

田おこしから、秋の収穫まで、季節とともに田んぼの風景が変く様子にも目をむけて、地元産のおいしいごはんを残さず食べたいものです。



#### 給食のごはんが新米になります。

給食では100%地元産のお米を使っています。今週の後半からは新米となります。新米は水分が多く、柔らかくて香りがよく炊きあがります。

おいしい新米をいただくこの機会に地産地消に関心を高め、感謝の心を育みたいものです。



田おこし



代かき



田植え



現在の田んぼの様子