

小学生用食育教材

指導者用

たのしい食事 つながる食育



はじめに

学校における食育では、子供たちが生涯にわたって健全な食生活を営むことができるよう、食に関する正しい知識を習得し、自ら判断する力を身に付け、望ましい食習慣の定着につなげていくことが大切です。

この教材は、児童が毎日元気に過ごすために、食事の重要性や望ましい生活習慣の必要性などについて、各教科・領域や給食の時間の中で学習することを目的に作成しました。

また、児童の発達段階に応じて、食事のマナーや楽しく食事をすることの大切さといった基本的な内容や、食品の生産・加工・流通、食事と健康の関係、我が国の食文化といった食生活に関連する内容を体系的に記述しています。

この教材が、学校の教育活動全体を通じて活用されることによって、全ての児童が食に興味・関心を持ち、考えて行動する力を身に付けるとともに、全ての教職員がそれぞれの地域や学校に合わせて工夫しながら食育を展開していくことを願っています。

目次

※総合的な学習の時間は「総合」としています。

低学年

- さあ、みんなの給食が始まるよ！ 1年 特別活動 …… 1
- 食事をおいしくするまほうの言葉 1年 道徳、特別活動 …… 2
- はし名人になろう 1年 特別活動 …… 3
- みんなで食べるとおいしいね 1年 特別活動 …… 4
- 食べ物の「旬」 2年 生活 …… 5
- 元気のもと朝ごはん 2年 特別活動、道徳 …… 6
- おやつのお食べ方を考えてみよう 2年 特別活動 …… 7
- きせつのごちそう（行事食） 2年 生活 …… 8

中学年

- 野菜やいものひみつ（根・くき・葉・花・実） 3年 理科 …… 9
- 食べ物が届くまで 3年 社会 …… 10
- 食べ物大变身 3年 総合、国語 …… 11
- マナーのもつ意味 3年 特別活動 …… 13
- 自分の生活リズムを調べてみよう 3年 体育、特別活動 …… 14
- 好ききらいしないで食べよう 3年 体育、特別活動 …… 15
- 元気な体に必要な食事 4年 体育、特別活動 …… 16
- 地域に伝わる行事食を調べてみよう 4年 社会、総合、道徳 …… 17
- 昔の生活と今の生活をくらべてみよう 4年 社会、総合、道徳 …… 18

高学年

- 食べ物の栄養 5年 家庭、総合 …… 19
- バイキング給食にチャレンジ 5年 家庭、総合 …… 20
- 食べ物はどこから 5年 社会、総合 …… 21
- 食事と健康について考えてみよう 6年 体育 …… 22
- 朝ごはんを作ってみよう 6年 家庭 …… 23
- 日本の食文化を伝えよう 6年 家庭、総合 …… 25
- 地域に伝わる食べ物を大切にしよう 6年 総合、道徳 …… 26
- 食べ物から世界を見よう 6年 社会、家庭、総合 …… 27

ここには、活用が想定される主な教科・領域を示しました。
これ以外にも、総合的な学習の時間や給食の時間など、様々な教科等において活用してください。

制作協力 小学生用食生活学習教材作成委員会

座長	馬場 錬成	特定非営利活動法人 21世紀構想研究会理事長
	市川 篤史	埼玉県教育委員会指導主事
	太田 敦弘	鳥取県教育委員会事務局西部教育局指導主事
	金子 佳代子	横浜国立大学名誉教授
	駒場 啓子	公益社団法人 全国学校栄養士協議会副会長
	関口 健一	宇都宮大学教育学部附属小学校教諭
	土屋 康子	東京都渋谷区立臨川小学校校長
	藤本 勇二	武庫川女子大学専任講師
	前園 兼作	神奈川県横浜市立大岡小学校教諭
	真鍋 美枝子	香川県観音寺市立大野原小学校栄養教諭
特別顧問	服部 幸應	服部学園理事長

編 集 文部科学省初等中等教育局健康教育・食育課

参考資料 季刊誌「食品安全」特集（キッズボックス総集編）（内閣府 食品安全委員会）
aff（あふ）2010年2月号（農林水産省）
和食 WASHOKU（農林水産省）

