

第4章 各教科等における食に関する指導の展開

第1節 総論

学校における食育は、食に関する指導によって推進されます。食に関する指導の基本的な考え方、指導方針等を明確にし、教職員の共通理解を図り、学校給食を生きた教材として活用しつつ、給食の時間はもとより、各教科や外国語活動、総合的な学習の時間、特別活動、自立活動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。

食に関する指導は「給食の時間における食に関する指導」、「教科等における食に関する指導」と「個別的な相談指導」に大別されますが、本章では「教科等における食に関する指導」について解説します。

1 教科等における食に関する指導の基本的な考え方

食育の推進について、小学校、中学校学習指導要領（平成29年告示）では「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。」と示されています。教科等における食に関する指導の実施においては、各教科等の特質によって食との関わりの程度が異なっていることに配慮する必要があります。

(1) 教科等の特質に応じた食に関する指導と「食育の視点」

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行うことで、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。

食に関する指導と関連している主な教科等は、社会科、理科、生活科、家庭科、技術・家庭科、体育科、保健体育科などの教科のほか、特別な教科 道徳、総合的な学習の時間、特別活動です。これらの教科等においては、目標や内容、教材や題材、学習活動など様々な面で食に関する指導と関連付けて指導することができます。このことは、これらの教科等において食に関する指導を一層充実させることによって、学校として食育の充実につながることを意味しています。

一方で、教科等にはそれぞれ目標や内容があります。そのために、それらと食に関する指導の目標や内容とが必ずしも一致しない場合もあり、教科等における指導の目標が曖昧になってしまうことがあります。ここでは、児童生徒に当該教科等の目標や内容を身に付けさせ目標がよりよく達成されることを第一義的に考え、その実現の過程に「食育の視点」（16ページ参照）を位置付け、意図的に指導することが重要です。

「食育の視点」とは、先に第1章第6節で示した「食に関する指導の目標」（16ページ参照）を達成するために、従来の食に関する指導の目標を再整理した、取組上の視点です。それぞれの視点には三つの柱に沿った資質・能力が例示されていますので、それらの内容を手掛かりとしながら、児童生徒の実態に応じて、当該教科等における食に関する指導が目指す児童生徒の姿として示します。

(2) 「主体的・対話的で深い学び」の視点からの授業改善

答申の提言を受け、学習指導要領総則において資質・能力の育成に向けた授業改善の視点として、「主体的・対話的で深い学び」が示されました。教科等における食に関する指導においても、「食育の視点」で例示された三つの柱に沿った資質・能力（16～19ページ参照）を踏まえ「何ができるようになるか」を意識した指導が求められます。育成を目指す資質・能力を確実に育成していくため、関連する教科等の特性を踏まえた見方・考え方を適切に働かせているかなど、主体的・対話的で深い学びの視点からの授業改善を進めていくことが重要です。

(3) 食に関する指導の評価の考え方

教科等における食に関する指導では、当該教科等の目標がよりよく達成されることを第一義的に考えますので、評価は改訂された学習指導要領に基づき当該教科等の評価として行います。

(4) 食育の視点と食育の推進の評価

「食育の視点」に関しては、学校における食育の推進を評価するための指標として活用することから、「食育の視点」に示した姿に到達したかどうか、児童生徒の変容等を見取るようにします。栄養教諭は、学級担任や教科担任が行う指導の参考となる資料として提供するとともに、食育の推進の評価のための資料として、児童生徒の変容を「食育の視点」別に整理・蓄積しておくことが重要です。

(5) 各論の内容構成

各論では、学習指導要領における各教科等での食に関する指導の位置付けを明確にし、学校給食との関連や指導の可能性など事例を交えて、以下の項目立てを原則に整理しています。

なお、「ウ 食に関連する内容」については、小学校学習指導要領解説総則編及び中学校学習指導要領解説総則編の付録6「食に関する教育（現代的な諸課題に関する教科等横断的な教育内容）」に記載されている内容としています。

また、各教科等の説明の末尾に、「オ 食に関する題材を活用する例」を掲げています。

ア 目標：学習指導要領に示されている目標

イ 教科等の特徴：当該教科等の特徴を分かりやすく紹介

ウ 食に関連する内容

(ア) 食に関連する内容：学習指導要領の記述から、食に関連している内容を抽出

(イ) 当該教科等で指導することが考えられる例：食に関する指導例を紹介

(ウ) 実践事例：食に関する指導のチームティーチングによる展開例を紹介

単元（題材）名、目標、食育の視点、指導計画、展開例、本時の目標

（展開例には、評価、文科省作成冊子の活用、栄養教諭の留意点等を示す。特に栄養教諭に関しては「*」で示す。）

(エ) 他教科等との関連：関連する教科等とのつながりについて記述

エ 栄養教諭の関わり方：栄養教諭が指導する場合、どのような関わり方が可能なの

かを、教科等の特質に応じて例示
オ 食に関する題材を活用する例：食に関する題材例を紹介

各論における食に関する指導の実践事例は、それぞれの学校において実施することが可能と考えられる内容を示したものです。本手引を参考にした上で、学校や児童生徒の実態に合わせてさらなる創意工夫に努め、食に関する指導が展開されることを想定しています。

なお、今回、記述をしなかった国語、算数、数学、音楽、図画工作、美術、外国語、外国語活動といった教科等においても、各教科等の目標を踏まえて指導をする際に、食に関する題材を活用することが可能です。例えば、国語では、目的や意図に応じて自分の考えを効果的に書く学習の際に、健康や食に関する記録文や報告文などの題材を活用したり、図画工作の時間に、図画工作の目標や内容を踏まえて、学校給食やむし歯予防のポスターを作成したりすることが考えられます。

第2節 各論

1 社会

(1) 小学校

ア 目標

社会的な見方・考え方を働かせ、課題を追究したり解決したりする活動を通して、グローバル化する国際社会に主体的に生きる平和で民主的な国家及び社会の形成者に必要な公民としての資質・能力の基礎を次のとおり育成することを目指す。

- (1) 地域や我が国の国土の地理的環境，現代社会の仕組みや働き，地域や我が国の歴史や伝統と文化を通して社会生活について理解するとともに，様々な資料や調査活動を通して情報を適切に調べまとめる技能を身に付けるようにする。
- (2) 社会的事象の特色や相互の関連，意味を多角的に考えたり，社会に見られる課題を把握して，その解決に向けて社会への関わり方を選択・判断したりする力，考えたことや選択・判断したことを適切に表現する力を養う。
- (3) 社会的事象について，よりよい社会を考え主体的に問題解決しようとする態度を養うとともに，多角的な思考や理解を通して，地域社会に対する誇りと愛情，地域社会の一員としての自覚，我が国の国土と歴史に対する愛情，我が国の将来を担う国民としての自覚，世界の国々の人々と共に生きていくことの大切さについての自覚などを養う。

イ 教科の特徴

小学校の社会科は、社会的な見方・考え方を働かせ、課題を追究したり解決したりする活動を通して、グローバル化する国際社会に主体的に生きる平和で民主的な国家及び社会の形成者に必要な公民としての資質・能力の基礎を育成する教科です。そのために、問題解決的な学習の一層の充実を図り、社会的事象について、よりよい社会を考え主体的に問題解決しようとする態度を養うことが大切です。

食に関する指導においては、教科の目標の実現に向け、学習指導要領に示された内容と関連付けることが大切です。そのために、児童が興味・関心をもって学習に取り組むことができる地域の実態を生かした教材を取り上げて学習の問題を設定するとともに、問題の解決に向けた調査活動や体験的な活動などを設定します。

ウ 各学年の食に関連する内容

[第5学年]

(ア) 食に関連する内容

(2) 我が国の農業や水産業における食料生産について、学習の問題を追究・解決する活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

ア 次のような知識及び技能を身に付けること。

(ア) 我が国の食料生産は、自然条件を生かして営まれていることや、国民の食料を確保する重要な役割を果たしていることを理解すること。

(イ) 食料生産に関わる人々は、生産性や品質を高めるよう努力したり輸送方法や販売方法を工夫したりして、良質な食料を消費地に届けるなど、食料生産を支えていることを理解すること。

(ウ) 地図帳や地球儀、各種の資料で調べ、まとめること。

イ 次のような思考力、判断力、表現力等を身に付けること。

(ア) 生産物の種類や分布、生産量の変化、輸入など外国との関わりなどに着目して、食料生産の概要を捉え、食料生産が国民生活に果たす役割を考え、表現すること。

(イ) 生産の工程、人々の協力関係、技術の向上、輸送、価格や費用などに着目して、食料生産に関わる人々の工夫や努力を捉え、その働きを考え、表現すること。

(イ) 当該教科で指導することが考えられる例

○ 米づくりの盛んな地域を取り上げ、生産技術の向上（機械化による効率化や省力化、収穫量の増加、品種改良や情報の活用など）に着目して、国民の主食である米の生産に関わる人々の工夫について調べられるようにします。 [(2) イ(イ)]

○ 野菜づくりの盛んな地域を取り上げ、生産技術の向上に着目して、野菜の生産に関わる人々の工夫について調べられるようにします。 [(2) イ(イ)]

○ 生産物の種類や分布、生産量の変化、輸入など外国との関わりなどに着目して調べ、食料生産の概要を捉えられるようにします。 [(2) イ(ア)]

○ 日本の食料生産における問題を取り上げ、生産性や品質を高める工夫を消費者や生産者の立場に立って、多角的に考え、これからの農業や水産業における食料生産の発展に向けて自分の考えをまとめることができるようにします。

[(2) イ(ア)、(イ)]

(ウ) 実践事例

① 単元名

「我が国の食料生産の特色」

② 単元の目標

○ 我が国の農業や水産業における食料生産について、生産物の種類や分布、生産量の変化、輸入など外国との関わりなどに着目して、地図帳や地球儀、各

種資料で調べてまとめ、食料生産の概要を捉え、生産額と自然条件などを関連付けて考え、我が国の食料生産は、自然条件を生かして営まれていることや、国民の食料を確保する重要な役割を果たしていることを理解できるようにする。

- 食料生産の概要や食料生産が国民生活に果たす役割について、学習の問題の解決に向けて意欲的に追究するとともに、我が国の食料生産について関心をもてるようにする。

③ 食育の視点

- 私たちの食生活は、外国から輸入されている食料にも支えられていることから、正しい知識・情報に基づいて、自ら判断し、食品を選択する能力を身に付ける。＜食品を選択する能力＞
- 食料の生産は日本各地の自然の恩恵の上に成り立っていることを知り、食料の生産等にかかわる人々に対する感謝の心をもつ。＜感謝の心＞

④ 指導計画（全6時間）

- 1 私たちが普段食べているものの産地に関心をもつ。（1時間）
- 2 学校給食やてんぷらそばの食材の産地を調べ、外国から輸入している食材があることが分かる。（1時間）
- 3 日本の主な食材の輸出入の種類や割合を調べ、移り変わりを理解する。（1時間）
- 4 日本の地形や気候の特色と食材の輸出入を関連付けて考える。（1時間）
- 5 地形や気候の条件に着目して調べ、それぞれの地域で盛んに生産されている食材があることが分かる。（1時間）
- 6 日本の食料生産の特色を考える。（1時間）

⑤ 展開例（3/6時）

- 本時の目標

日本の主な食材の輸出入の種類や割合を調べ、移り変わりが分かる。

主な学習活動	指導上の留意点
<ul style="list-style-type: none"> ○学校給食やてんぷらそばの食材の主な産地調べを振り返り、ほとんどが国産の食材とほとんどが外国産の食材を分類する。 <ul style="list-style-type: none"> ・ほとんどが国産の食材 米、ねぎ、かつお など ・ほとんどが外国産の食材 小麦、大豆、えび、白身魚 など 	<ul style="list-style-type: none"> ○できるだけ新しい資料で調べられるように準備する。 ○「ほとんど」を90%以上とするなど、分類の基準を明確にする。 *栄養教諭は、学校給食の食材について、安全を前提にしながら、多様な食材を価格、栄養バランス等を総合的に判断して選択し、献立を立てていることを説明する。
<p>日本の食料の輸入の種類や割合は、どのように移り変わってきたのだろう。</p>	
<ul style="list-style-type: none"> ○日本の食料の輸入の種類や割合の移り変わりを予想する。 ○統計資料を活用して、日本の食料の輸入の種類や割合の移り変わりを調べる。 <ul style="list-style-type: none"> ・だんだん輸入する食材の種類が増えてきた。 ・米はずっとほとんどが国産だが、輸入もしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ○用語「食料自給率（カロリーベース）」について確認する。 ○例えば、調べる対象とする時期を父母が子どもの頃（1970～80年頃）などを設定することが考えられる。 ○食材の産地である外国については、名称と位置を地図帳で確認する。

<ul style="list-style-type: none"> ・最近魚介類の輸入が増えている。 ・大豆や小麦の輸入が多いのは、広い土地が必要だからではないか。 ・輸入した食料の価格は国産に比べて安いのではないか。 <p>○日本の食料生産の特色について話し合う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・地形や気候の特色を生かして生産している。 ・全体的に外国からの輸入が増えている。 ・日本が輸出している食料にはどのようなものがあるのだろうか。 	<ul style="list-style-type: none"> ○輸入の割合が高い食材があることに気付けるようにする。 ○児童が輸入の割合が高い食材の特徴に着目できるように助言する。 <p>○日本がどのような食料を輸出しているのか、立場を変えて考えられるように助言し、次時の追究につなげる。</p>
--	--

エ 栄養教諭の関わり方

- 市の土地利用の様子、地域に見られる生産や販売の仕事、我が国の農業や水産業における食料生産、我が国とつながりの深い国々などの学習において、農産物や水産物、料理や郷土食・行事食等を教材として取り上げ、興味・関心をもてるようにします。その際、自然条件や歴史などと関連付けて考えられるようにします。例えば、農産物等の分布や土地の様子、風土との関係性や文化、人々の工夫などを取り上げ、理解を深められるようにします。
- 地域（必要に応じて日本各地・外国等）の生産者等とのネットワークを作るなど、授業における学習指導への参画、児童の生産現場への訪問における協力確保等のためのコーディネーターとしての役割を担います。

オ 食に関する題材を活用する例

- 土地利用や産地の分布に着目する際に、田や畑などの分布や県内の主要な産業や特色ある産業の分布について調べることが考えられます。（第3学年、第4学年）
- 地域に見られる生産の学習において、他地域や外国との関わりに着目する際に、外国の商品（食品）の産地を調べることが考えられます。（第3学年）
- 県内の文化財や年中行事の具体的事例として、郷土食や行事食などを取り上げることが考えられます。（第4学年）
- 地域の発展に尽くした先人の具体的事例として、地域の農業や漁業などの産業の発展に尽くした先人を取り上げることが考えられます。（第4学年）
- 外国の人々の生活の様子に着目する際、料理や食事の習慣などの生活の様子について調べることが考えられます。（第6学年）
- 地球規模で発生している課題の具体的事例として、飢餓など国境を越えた課題について取り上げることが考えられます。（第6学年）

(2) 中学校

ア 目標

社会的な見方・考え方を働かせ、課題を追究したり解決したりする活動を通して、広い視野に立ち、グローバル化する国際社会に主体的に生きる平和で民主的な国家及び社会の形成者に必要な公民としての資質・能力の基礎を次のとおり育成することを目指す。

- (1) 我が国の国土と歴史，現代の政治，経済，国際関係等に関して理解するとともに，調査や諸資料から様々な情報を効果的に調べまとめる技能を身に付けるようにする。
- (2) 社会的事象の意味や意義，特色や相互の関連を多面的・多角的に考察したり，社会に見られる課題の解決に向けて選択・判断したりする力，思考・判断したことを説明したり，それらを基に議論したりする力を養う。
- (3) 社会的事象について，よりよい社会の実現を視野に課題を主体的に解決しようとする態度を養うとともに，多面的・多角的な考察や深い理解を通して涵養される我が国の国土や歴史に対する愛情，国民主権を担う公民として，自国を愛し，その平和と繁栄を図ることや，他国や他国の文化を尊重することの大切さについての自覚などを深める。

イ 教科の特徴

中学校の社会科は、社会的な見方・考え方を働かせ、課題を追究したり解決したりする活動を通して、グローバル化する国際社会に主体的に生きる平和で民主的な国家及び社会の形成者に必要な公民としての資質・能力の基礎を育成する教科です。そのために、各分野の特性を生かし、適切な課題を設けて行う学習の一層の充実を図り、社会的事象について、よりよい社会の実現を視野に課題を主体的に解決しようとする態度を養うことが大切です。

食に関する指導においては、教科の目標の実現に向け、学習指導要領に示された内容と関連付けることが大切です。そのために、生徒が興味・関心をもって学習に取り組むことができる地域の実態を生かした教材を取り上げて課題を設定するとともに、課題の解決に向けた調査活動などの社会科ならではの具体的な体験を伴った学習活動を設定します。

ウ 各分野の食に関連する内容

[地理的分野]

(ア) 食に関する内容

2 内容

B 世界の様々な地域

- (1) 世界各地の人々の生活と環境場所や人間と自然環境との相互依存関係などに着目して，課題を追究したり解決したりする活動を通して，次の事項を身に付けることができるよう指導する。

ア 次のような知識を身に付けること。

(ア) 人々の生活は、その生活が営まれる場所の自然及び社会的条件から影響を受けたり、その場所の自然及び社会的条件に影響を与えたりすることを理解すること。

(イ) 世界各地における人々の生活やその変容を基に、世界の人々の生活や環境の多様性を理解すること。その際、世界の主な宗教の分布についても理解すること。

イ 次のような思考力、判断力、表現力等を身に付けること。

(ア) 世界各地における人々の生活の特色やその変容の理由を、その生活が営まれる場所の自然及び社会的条件などに着目して多面的・多角的に考察し、表現すること。

3 内容の取扱い

(4) 内容のBについては、次のとおり取り扱うものとする

ア (1)については、世界各地の人々の生活の特色やその変容の理由と、その生活が営まれる場所の自然及び社会的条件との関係を考察するに当たって、衣食住の特色や、生活と宗教との関わりなどを取り上げるようにすること。

(イ) 当該教科で指導することが考えられる例

○ 世界の人々の衣食住などの生活や、同じ地域の過去と現在の生活の変化に着目し、世界の人々の生活や環境の多様性が理解できるようにします。〔B(1)ア(イ)〕

(ウ) 他教科等との関連

○ 技術・家庭科（家庭分野）で、取り上げた地域の食材を用いた和食の調理実習を通して、地域の食材を生かした調理を工夫することができます。

[公民的分野]

(ア) 食に関連する内容

2 内容

A 私たちと現代社会

(1) 私たちが生きる現代社会と文化の特色

位置や空間的な広がり、推移や変化などに着目して、課題を追究したり解決したりする活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

イ 次のような思考力、判断力、表現力等を身に付けること。

(ア) 少子高齢化、情報化、グローバル化などが現在と将来の政治、経済、国際関係に与える影響について多面的・多角的に考察し、表現すること。

(イ) 文化の継承と創造の意義について多面的・多角的に考察し、表現すること。

B 私たちと経済

(1) 市場の働きと経済

対立と合意、効率と公正、分業と交換、希少性などに着目して、課題を追究したり解決したりする活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

ア 次のような知識を身に付けること。

(ア) 身近な消費生活を中心に経済活動の意義について理解すること。

(イ) 市場経済の基本的な考え方について理解すること。その際、市場における価格の決め方や資源の配分について理解すること。

3 内容の取扱い

(2) 内容のAについては、次のとおり取り扱うものとする。

(イ) イの(イ)の「文化の継承と創造の意義」については、我が国の伝統と文化などを取り扱うこと。

(イ) 当該教科で指導することが考えられる例

- 食生活を事例として、現代日本の特色としてグローバル化が見られることについて理解するとともに、グローバル化が現在と将来の政治、経済、国際関係に与える影響について、多面的・多角的に考察し、表現できるようにします。〔A (1) イ (ア)〕
- 和食や郷土料理、行事食を具体的事例として、文化の継承と創造の意義について、多面的・多角的に考察し、表現できるようにします。〔A (1) イ (イ)〕

(ウ) 実践事例

① 単元名

「現代社会における文化」

② 単元の目標

- 現代社会における文化の意義や影響について、科学、芸術、宗教を事例として理解できるようにする。
- 文化の継承と創造の意義について、和食を事例として多面的・多角的に考察し、表現することができるようにする。

③ 食育の視点

- 和食の伝統、文化を理解し、尊重する心を育む〈食文化〉

④ 指導計画（全4時間）

- 1 私たちの生活と文化1 「私たちにとって文化とは何だろうか～科学、芸術、宗教から考える～」(2時間)
- 2 私たちの生活と文化2 「どのようにしたら和食の魅力を伝えられるだろうか～和食をPRするプレゼンテーションのナレーションを考えよう～」(2時間)

⑤ 展開例（3及び4/4時）

○ 本時の目標

食文化の継承と創造の意義について、多面的・多角的に考察し、表現できる。

(思考・判断・表現)

主な学習活動	指導上の留意点
<p>[学習課題の設定]</p> <p>○食に関する世論調査の結果などから、食文化、特に和食について追究の意欲を高める。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ほとんどの人が1日に2度以上白米を食べる。 ・好きな食事の多くが和食である。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>学習課題 どうすれば和食の魅力を伝えられるだろうか ～和食をPRするプレゼンテーションのナレーションを考えよう～</p> </div> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>準備するスライド</p> <ol style="list-style-type: none"> ① ユネスコ無形文化遺産に登録された和食 ② 先人の知恵が生み出した和食 ③ 今も進化を続ける和食の世界 ④ 世界に広がる和食と「和食のピンチ」 </div> <p>[見通しを立てる]</p> <p>○学習課題を解決するため、見通しを立てる。</p> <ol style="list-style-type: none"> ①どんなナレーションにすると和食の魅力が伝わるか ②これまで学んだことで役立ちそうなことはないか ③どのようにして情報を集めるか <p>[課題の解決]</p> <p>○グループでナレーションの作成に取り組む。</p> <ol style="list-style-type: none"> ①農林水産省が作成したリーフレット「和食」から和食の特徴を読み取り、まとめる。 ②技術・家庭科（家庭分野）での学習を生かして、栄養面から見た和食のよさについてまとめる。 ③スライドにある米の品種改良や炊飯器の改善以外にも和食に関わる文化の創造の事例を紹介する。 ④スライドのグラフから読み取ったこと以外にも、和食の海外への広がりや和食の抱える課題について発表する。 	<p>○農林水産省等が実施している意識調査の結果等を利用する。</p> <p>○プレゼンテーションのスライドを見せ、学習課題の具体的なイメージをもたせる。</p> <p>○郷土食や行事食もPRの対象であることを告げる。</p> <p>○地理的分野、歴史的分野や技術・家庭科（家庭分野）で学習したことを思い出させる。</p> <p>○給食をはじめ、自身の食生活も考える足がかりとするよう助言する。</p> <p>○おうちの方や栄養教諭への聞き取りで情報を得ることも有効であることを助言する。</p> <p>○ユネスコ無形文化遺産申請の際にアピールした四つの特徴が書かれていることに着目させる。</p> <p>○②では、食器、自然との関わり方、マナーなどにも着目させ、日本の伝統的な考え方に着目させる。</p> <p>○④の「和食のピンチ」は、魅力を伝えることと関連させなくてよいことを伝える。</p> <p>○地理的分野の学習の成果を生かして、世界の食文化の多様性と普遍性にも気付かせるよう助言する。</p>

<p>[発表・成果の共有・発展]</p> <p>○プレゼンテーション用ソフトを映写しながら、各グループが発表する</p> <ul style="list-style-type: none"> ・和食の栄養バランス ・漬物や伝統食に見られる保存などの知恵 ・行事食に込められた願いや思い ・和食食材の生産が生み出す日本の景観 ・和食に見られる自然のとらえ方、自然との関わり方 ・現在の和食が海外の調理法等を工夫し、独自に発達したものであること ・食に関する普遍性と多様性 ・世界の注目 ・現代の日本人の食をめぐる状況 <p>○5枚目のスライドに「これから私は…（文化の継承と創造について自らの考えを書くもの）」をつくる場合、どのようなナレーションを入れるか、相談しながら各自まとめる。</p> <p>[振り返り]</p> <p>○以下の点から振り返りを行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・先人が育んできた伝統文化 ・和食の魅力を伝えるナレーションを考える上で役立ったこと 	<p>*栄養教諭は、郷土食や伝統食に込められた願い、工夫、知恵などについて説明する。（これまでに作成した給食だよりなどを活用する。）</p> <p>○次の活動（5枚目のスライドのナレーションを考える）に生かせるように、各発表に左記のことが含まれていることを確認し、適宜指導する。</p> <p>*発表するグループ数など発表に要する時間は、生徒の実態や授業の目標に応じて変更する。</p> <p>○必要に応じて、「食育に関する意識調査報告書」のうち「6食文化の継承及び伝承について」のデータ等を紹介する。</p> <p>○振り返りに入る前に、伝統的な文化は和食だけでなく、衣服など他にもあることに気付かせる。</p>
---	---

(エ) 他教科等との関連

- 技術・家庭科（家庭分野）で、和食について学習したことを関連付けて指導することができます。

エ 栄養教諭の関わり方

- 郷土料理・行事食について、それらの分布や歴史、郷土料理や行事食を受け継ぐ人々の営みといった視点から教材を作成したり、授業で説明したりします。

オ 食に関する題材を活用する例

- 地域で見られる地球的課題の具体的事例として、人口・食料問題などに関わる課題を取り上げることが考えられます。

- 日本の地域的特色と地域区分を学習する際、国内の産業の動向として、農業や水産業などについて取り上げることが考えられます。
- 日本をいくつかの地域に分ける際に、日本の地域的特色を見だしやすくなるよう、例えば、水田単作地域、酪農地域などで分けたり、農業地域、工業地域などで分けたりすることが考えられます。
- 消費者の保護について学習する際、食に関する問題を取り上げることが考えられます。

2 理科

(1) 小学校

ア 目標

自然に親しみ、理科の見方・考え方を働かせ、見通しをもって観察、実験を行うことなどを通して、自然の事物・現象についての問題を科学的に解決するために必要な資質・能力を次のとおり育成することを目指す。

- (1) 自然の事物・現象についての理解を図り、観察、実験などに関する基本的な技能を身に付けるようにする。
- (2) 観察、実験などを行い、問題解決の力を養う。
- (3) 自然を愛する心情や主体的に問題解決しようとする態度を養う。

イ 教科の特徴

小学校の理科は、自然に親しみ、理科の見方・考え方を働かせ、見通しをもって観察、実験を行うことなどを通して、自然の事物・現象についての問題を科学的に解決するために必要な資質・能力を育成する教科です。

学習を進める際は、児童がどのような視点で自然の事物・現象を捉え、どのような考え方で思考すればよいのかを自覚しながら、目的や問題意識をもって意図的に自然の事物・現象に働きかけながら、観察、実験などの活動を行っていくことが大切です。

食に関する指導に当たっては、身近な自然や食生活の中で自然の事物・現象の性質や働き、規則性などに気付いたり、それらが生活の中で役立てられていることを確かめたりすることによって、食に関する指導の充実を図ることができます。さらに、動植物の成長の仕組み・生命の連続性などを学ぶことや自然を愛する心情を育てることが、食べ物を大切にすることにつながり、人が健康に生きることそのものを学ぶことになることを捉えておくことが必要です。

ウ 各学年の食に関連する内容

[第4学年]

(ア) 食に関連する内容

B 生命・地球

(1) 人の体のつくりと運動

人や他の動物について、骨や筋肉のつくりと働きに着目して、それらを関係付けて調べる活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

ア 次のことを理解するとともに、観察、実験などに関する技能を身に付けること。

(イ) 人が体を動かすことができるのは、骨、筋肉の働きによること。

イ 人や他の動物について追究する中で、既習の内容や生活経験を基に、人や他の動物の骨や筋肉のつくりと働きについて、根拠のある予想や仮説を発想し、表現すること。

(イ) 当該教科で指導することが考えられる例

- 骨や筋肉の働きを知り、かむときに使うそれらの働きを理解できるようにします。

[第5学年]

(ア) 食に関連する内容

B 生命・地球

(1) 植物の発芽、成長、結実

植物の育ち方について、発芽、成長及び結実の様子に着目して、それらに関わる条件を制御しながら調べる活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

ア 次のことを理解するとともに、観察、実験などに関する技能を身に付けること。

(ア) 植物は、種子の中の養分を基にして発芽すること。

(ウ) 植物の成長には、日光や肥料などが関係していること。

イ 植物の育ち方について追究する中で、植物の発芽、成長及び結実とそれらに関わる条件についての予想や仮説を基に、解決の方法を発想し、表現すること。

(2) 動物の誕生

動物の発生や成長について、魚を育てたり人の発生についての資料を活用したりする中で、卵や胎児の様子に着目して、時間の経過と関係付けて調べる活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

ア 次のことを理解するとともに、観察、実験などに関する技能を身に付けること。

(イ) 人は、母体内で成長して生まれること。

イ 動物の発生や成長について追究する中で、動物の発生や成長の様子と経過についての予想や仮説を基に、解決の方法を発想し、表現すること。

(イ) 当該教科で指導することが考えられる例

- 農作物の成長の様子に着目して、日光や肥料などの与え方によって成長が異なることを捉えられるようにします。 [B (1) ア(イ)(ウ)]

[第6学年]

(ア) 食に関連する内容

B 生命・地球

(1) 人の体のつくりと働き

人や他の動物について、体のつくりと呼吸、消化、排出及び循環の働きに着目して、生命を維持する働きを多面的に調べる活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

ア 次のことを理解するとともに、観察、実験などに関する技能を身に付けること。

(ア) 体内に酸素が取り入れられ、体外に二酸化炭素などが出されていること。

(イ) 食べ物は、口、胃、腸などを通る間に消化、吸収され、吸収されなかった物

は排出されること。

(ウ) 血液は、心臓の働きで体内を巡り、養分、酸素及び二酸化炭素などを運んでいること。

(エ) 体内には、生命活動を維持するための様々な臓器があること。

イ 人や他の動物の体のつくりと働きについて追究する中で、体のつくりと呼吸、消化、排出及び循環の働きについて、より妥当な考えをつくりだし、表現すること

(3) 生物と環境

生物と環境について、動物や植物の生活を観察したり資料を活用したりする中で、生物と環境との関わりに着目して、それらを多面的に調べる活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

ア 次のことを理解するとともに、観察、実験などに関する技能を身に付けること。

(イ) 生物の間には、食う食われるという関係があること。

イ 生物と環境について追究する中で、生物と環境との関わりについて、より妥当な考えをつくりだし、表現すること。

(イ) 当該教科で指導することが考えられる例

- 食べ物は、口、胃、腸などを通る間に消化、吸収されることや、吸収されなかった物は排出されることについて理解できるようにします。〔B (1) ア (イ)〕
- 消化、吸収された栄養が、血液の働きで体中に運ばれ、生命を維持していることについて理解できるようにします。〔B (1) ア (ウ)〕
- 消化、吸収、排出には、主に胃、小腸、大腸、肝臓が関係していることや、これらの臓器のはたらきについて理解できるようにします。〔B (1) ア (エ)〕
- 様々な動物の食べ物に着目して、生物同士の関わりを多面的に調べる活動を通して、生物同士の関わりについて、植物を食べている動物がいることや、その動物も他の動物に食べられることがあること、生物には食う食われるという関係があるということをつかえるようにします。〔B (3) ア (イ)〕

(ウ) 実践事例

① 単元名

「生物と環境」

② 目標

- 生物と水、空気及び食べ物との関わりに着目して、それらを多面的に調べる活動を通して、生物と持続可能な環境との関わりについて理解を図り、観察、実験などに関する技能を身に付ける。

- 生物と環境について追究する中で、生物と環境との関わりについて、より妥当な考えをつくりだし、表現する。
- 生命を尊重する態度、主体的に問題解決しようとする態度を育成する。

③ 食育の視点

植物は自らでんぷんをつくりだしているが、人や他の動物は植物あるいは動物を食べていることから、食べ物を通して生物が関わり合って生きていることを整理し、相互の関係付けを図ることを通して、食事の重要性を理解し、生命を尊重する態度を身に付ける。

＜食事の重要性＞＜社会性＞

④ 指導計画（全12時間）

- 生物は、水及び空気を通して周囲の環境と関わって生きていることを調べる。（6時間）
- 生物の間には、食う食われるという関係があることを調べる。（4時間）
- 人は、環境と関わり、工夫して生活していることについて考える。（2時間）

⑤ 展開例（9・10／12）

本時のねらい

- ・ 生物には食う食われるという関係があるということを捉える。
- ・ 食物に含まれる主な栄養分とそのはたらきについて捉える。

主な学習活動	指導上の留意点
<ul style="list-style-type: none"> ○いつも食べている料理にはどのような食材が含まれているだろう。 ○給食の献立を例にして、食べ物がどのような材料からできているか話し合う。 ・ 給食の食材には、野菜や肉などが使われている。 ・ 野菜は植物であり、肉は動物である。 	<ul style="list-style-type: none"> ○料理の食材に着目させるようにする。 ○給食の献立表を使って、食材を書き出し、気付いたことをグループで話し合わせる。 ・ 給食の食材は植物や動物であるという視点で整理しながら話し合いを進めさせる。 * 栄養教諭から、給食の献立でどのような食材が使われているか説明をする。
<p>食べ物の元は何だろうか。</p>	
<ul style="list-style-type: none"> ○給食の献立を用いて、使われている食材の元をたどる活動を行う。 ・ 動物は植物や他の動物などを食べている。 ・ 牛や豚、鶏などの動物を飼育する際の飼料は、植物や動物などである。 ○給食の元をたどる活動を通して、気付いたことを話し合う。 	<ul style="list-style-type: none"> ○中心に給食の献立を書き、その周囲に材料を書き出し、それ以上たどることができないところまで考えさせるようにする。 ・ 動物の食べ物や飼料などについては、インターネット等を活用して調べさせる。 ○人は、植物も動物も食べ、生命を維持していることを認識させるようにする。

- ・動物は植物を食べている。
- ・最後は植物に行き着く。
- ・植物は自分で養分をつくっている。
- 食う食われるの関係を図で表現する。
- ・人や動物は植物に支えられて生きている。
- 学習を振り返りまとめる。
- ・地球上の生き物は、食を通して、互いに
わり合って生きている。

*栄養教諭から、給食の食材からどのような栄養をとることができるかについて説明をする。

- 図や表を用いて食う食われるの関係を整理し、発表させる。
- これまでの学習を振り返り、植物は日光を受けて、自ら養分をつくっていることのすばらしさにも目を向けさせるようにする。

☆（仮）食べ物を通した生物の関わりについて、多面的に考察し、表現している。

【思考・判断・表現】

（エ）他教科等との関連

家庭科「B 衣食住の生活」における「食生活」の内容と関連を図り、課題をもって健康・安全で豊かな食生活に向けて考え工夫する活動を通して、食生活の課題を解決する力を養うことや、食生活をよりよくしようと工夫する態度の育成と関連付けて実践的に学習を進めると効果的です。

また、体育科（保健領域）において、食べ物と栄養、食べ物と健康、生活習慣病の予防などの関係について、人の成長や健康等に関する知識等を生かした指導との関連を図り、食に関する正しい知識と望ましい生活習慣を身に付けられるようにしていくことも大切です。

エ 栄養教諭の関わり方

- 給食の時間に献立について説明を行う際に、理科の学習で栽培したオクラ、ツルレイシ、インゲンマメ、ジャガイモなどの野菜について取り上げ、食材としての栄養面について指導を行います。
- 家庭科の調理の学習で、身近な野菜の調理を行う際に、理科の学習で扱ったオクラ、ツルレイシ、インゲンマメ、ジャガイモなどの野菜を取り上げながら、栄養価の損なわない調理の仕方や素材を生かした盛り付けの仕方等について指導を行います。
- 消化によいものや体をつくる栄養のあるものなど、食と健康や成長の関係について、栄養教諭の専門性を生かして、具体的な指導を行います。
- 地域の生産者等による学校における食に関する指導への参画、児童の生産現場への訪問における協力を得るなど、地域の生産者等と学校とをつなぐコーディネーターとしての役割を担います。

オ 食に関する題材を活用する例

- 飼育・栽培や継続的な観察など体験的な活動を行うことを通して、一人一人が生物の成長や変化を感じるにより、生命を尊重することや自然への親しみが一層深まるよう指導を工夫することが考えられます。(第3学年)
- 植物は、種子から発芽して、子葉が出て、葉がしげり、花が咲き、果実がなって種子ができた後に個体は枯死するという一定の順序があることを学習する際に、具体例として、食材が芽や葉、果実、種子など植物の様々な成長の過程にあることを取り上げることが考えられます。(第3学年)
- 栽培したツルレイシの実や、継続的に観察したイチヨウの実など、理科の授業で扱ったものが、食材であることについて触れることが考えられます。(第4学年)
- でんぷんについて学習する際、具体的事例として、インゲンマメやトウモロコシ、イネなどの食品を取り上げることが考えられます。(第5学年、第6学年)

(2) 中学校

ア 目標

自然の事物・現象に関わり、理科の見方・考え方を働かせ、見通しをもって観察、実験を行うことなどを通して、自然の事物・現象を科学的に探究するために必要な資質・能力を次のとおり育成することを旨とする。

- (1) 自然の事物・現象についての理解を深め、科学的に探究するために必要な観察、実験などに関する基本的な技能を身に付けるようにする。
- (2) 観察、実験などを行い、科学的に探究する力を養う。
- (3) 自然の事物・現象に進んで関わり、科学的に探究しようとする態度を養う。

イ 教科の特徴

中学校の理科は、自然の事物・現象に関わり、理科の見方・考え方を働かせ、見通しをもって観察、実験を行うことなどを通して、自然の事物・現象を科学的に探究するために必要な資質・能力を育成する教科です。

その際、生徒が自然の事物・現象に進んで関わり、質的・量的な関係や時間的・空間的な関係などの科学的な視点で捉えるとともに、比較したり、関係付けたりするなど、科学的に探究する方法を用いて考えながら、見通しをもって観察、実験などの活動を行っていくことが大切です。

食に関する指導に当たっては、科学的な根拠に基づいて賢明な意思決定ができる力を身に付けることによって、食に対する科学的な判断力に基づいた、健全な食生活を実現していく力を育てていくようにします。あわせて、食の安全や自然環境の保全と科学技術の利用の在り方といった食の抱える今日的な課題についても科学的に考察することができるようしていきます。さらに、生命や自然環境を扱う学習において、生物の飼育・栽培、生物や生命現象についての観察、実験などを通して、生命を尊重する態度を培っていくことも大切です。

ウ 各学年の食に関連する内容

【第2分野】

(ア) 食に関連する内容

(3) 生物の体のつくりと働き

生物の体のつくりと働きについての観察、実験などを通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

ア 生物の体のつくりと働きとの関係に着目しながら、次のことを理解するとともに、それらの観察、実験などに関する技能を身に付けること。

(ア) 生物と細胞

① 生物と細胞

生物の組織などの観察を行い、生物の体が細胞からできていること及び植

物と動物の細胞のつくりの特徴を見いだして理解するとともに、観察器具の操作、観察記録の仕方などの技能を身に付けること。

(ウ) 動物の体のつくりと働き

㊦ 生命を維持する働き

消化や呼吸についての観察、実験などを行い、動物の体が必要な物質を取り入れ運搬している仕組みを観察、実験の結果などに関連付けて理解すること。また、不要となった物質を排出する仕組みがあることについて理解すること。

㊧ 刺激と反応

動物が外界の刺激に適切に反応している様子の観察を行い、その仕組みを感覚器官、神経系及び運動器官のつくりと関連付けて理解すること。

イ 身近な植物や動物の体のつくりと働きについて、見通しをもって解決する方法を立案して観察、実験などを行い、その結果を分析して解釈し、生物の体のつくりと働きについての規則性や関係性を見いだして表現すること。

(5) 生命の連続性

生命の連続性についての観察、実験などを通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

ア 生命の連続性に関する事物・現象の特徴に着目しながら、次のことを理解するとともに、それらの観察、実験などに関する技能を身に付けること。

(ア) 生物の成長と殖え方

㊦ 細胞分裂と生物の成長

体細胞分裂の観察を行い、その順序性を見いだして理解するとともに、細胞の分裂と生物の成長とを関連付けて理解すること。

㊧ 生物の殖え方

生物の殖え方を観察し、有性生殖と無性生殖の特徴を見いだして理解するとともに、生物が殖えていくときに親の形質が子に伝わることを見いだして理解すること。

(イ) 遺伝の規則性と遺伝子

㊦ 遺伝の規則性と遺伝子

交配実験の結果などに基づいて、親の形質が子に伝わる時の規則性を見いだして理解すること。

(ウ) 生物の種類の多様性と進化

㊦ 生物の種類の多様性と進化

現存の生物及び化石の比較などを通して、現存の多様な生物は過去の生物が長い時間の経過の中で変化して生じてきたものであることを体のつくりと関連付けて理解すること。

イ 生命の連続性について、観察、実験などを行い、その結果や資料を分析して解釈し、生物の成長と殖え方、遺伝現象、生物の種類の多様性と進化についての特徴や規則性を見いだして表現すること。また、探究の過程を振り返ること。

(7) 自然と人間

自然環境を調べる観察，実験などを通して，次の事項を身に付けることができるよう指導する。

ア 日常生活や社会と関連付けながら，次のことを理解するとともに，自然環境を調べる観察，実験などに関する技能を身に付けること。

(ア) 生物と環境

㊦ 自然界のつり合い

微生物の働きを調べ，植物，動物及び微生物を栄養の面から相互に関連付けて理解するとともに，自然界では，これらの生物がつり合いを保って生活していることを見いだして理解すること。

(イ) 当該教科で指導することが考えられる例

- 食べ物の中の栄養分や栄養分の吸収の仕組みについて理解できるようにします。
〔第2分野(3)ア(ウ)㊦〕
- 代表的な消化酵素の働きについて理解し，消化の仕組みについて考察することができるようにします。
〔第2分野(3)ア(ウ)㊦〕
- 消化によって得られた栄養分は血液によって体中に運搬されることを理解し，食べ物と血液との関係について考察できるようにします。〔第2分野(3)ア(ウ)㊦〕
- 動物によって食べ物やその摂取の仕方が異なることから，動物と食べ物との関係について多面的に理解を深めるようにします。
〔第2分野(3)ア(ウ)㊦〕
- 生命の連続性（生物の成長と増え方，遺伝の規則性と遺伝子，生物の種類の多様性と進化）についての学習を通して，生命の連続性に食が関連していることについて考察できるようにします。
〔第2分野(5)〕
- 食物連鎖の学習を通して，生物同士は食べ物でつながっていることについて理解を深め，生物と食べ物との関係について多面的に考察できるようにします。
〔第2分野(7)ア(ア)㊦〕
- 菌類や細菌類などの微生物が生物の遺体や排出物中の有機物を分解して無機物にし，それを植物が利用していることを調べることを通して，自然界における生物相互のつながりや物質の循環などについて考察できるようにします。
〔第2分野(7)ア(ア)㊦〕

(ウ) 実践事例

① 単元名

「生物の体のつくりと働き」

② 目標

- 細胞レベルで見た生物の共通点と相違点に気付かせ、生物と細胞、植物と動物の体のつくりと働きについての特徴を見いだして理解させるとともに、それらの観察、実験などに関する技能を身に付けさせる。
- 身近な植物や動物の体のつくりと働きについて、見通しをもって解決する方法を立案して観察、実験などを行い、その結果を分析して解釈し、生物の体のつくりと働きについての規則性や関係性を見いだして表現する。
- 生物の体のつくりと働きを総合的に理解することを通して、生命を尊重する態度を育成する。

③ 食育の視点

消化の実験や食べ物の中の栄養分や栄養分が吸収される仕組みの学習を通して、動物の体には必要な物質を取り入れる仕組みがあることを観察や実験の結果と関連付けて捉え、ヒトの生活のエネルギーとなる栄養について理解を深める。

＜食事の重要性＞＜心身の健康＞

④ 指導計画 (ウ) 動物の体のつくりと働き ○ア生命を維持する働き (全12時間)

- 食べ物の栄養分はどのように体に取り込まれるか調べる (3時間)
- 胃、腸などの消化器官と消化液について調べる (3時間)
- 排出の仕組みについて調べる (2時間)
- 呼吸の働きについて調べる (2時間)
- 血液の働きについて調べる (2時間)

⑤ 展開例 (1～6 / 12)

- 本時のねらい
 - ・動物が生きるために必要な物質を取り入れ吸収している仕組みを捉える。
 - ・食物に含まれるおもな栄養分とそのはたらきについて捉える。

主な学習活動	指導上の留意点
○動物が生きるためには、食べ物を外界から取り入れ、養分として吸収する必要があることを話し合う。 ・動物によって歯の形が違っている。 ・人の歯でも前歯と奥歯で形が違う。	○動物の種類によって食べ物が違い、歯の形が異なることから、食べ物と消化との関係について様々な視点から議論させる。

食べ物の栄養分はどのようにして取り込まれているのだろうか。

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ○咀嚼の役割について話し合う。 <ul style="list-style-type: none"> ・食べ物を消化しやすくするために細かくする必要がある。 ○だ液の働きを実験により明らかにする。 <ul style="list-style-type: none"> ・だ液によって、でんぷんが糖に分解された。 ○食べ物の栄養分は、体のどこで吸収されるのかを調べまとめる。 <ul style="list-style-type: none"> ・食べ物は、胃や小腸、大腸などの消化器官を通して別な物に変わっていく。 ・消化される間に養分を吸収していく。 ○体に吸収される栄養分にはどのようなものがあるかを調べまとめる。 <ul style="list-style-type: none"> ・ブドウ糖、アミノ酸、ビタミン類などは、小腸の柔毛の毛細血管から吸収される。 ○学習を振り返り、食べ物が消化液によってどのように変化し、各器官でどのように吸収されていくのかまとめ発表する。 | <ul style="list-style-type: none"> ○咀嚼と食物の吸収との関係について、見通しをもって考え実験計画を立てさせる。 ○ご飯やパンを噛み続けると甘くなるということなど、実験結果と生活経験とを結び付けて、だ液の働きについてまとめさせる。 ○食べたものが体のどの器官を通して吸収されるのか、図や写真などを活用してまとめさせ、消化のしくみの全体像について説明できるようにする。 <p>*食べ物の中に含まれる炭水化物、脂肪、タンパク質、食塩、カルシウムなどの栄養分とその働きについて、栄養教諭が解説を行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○消化によって必要な栄養分を吸収し生命の営みを行っていることについて考察させる。 |
|--|--|

(エ) 他教科等との関連

保健体育科における望ましい生活習慣の育成や、技術・家庭科（家庭分野）における食生活に関する指導、給食の時間を中心とした指導などを相互に関連させながら、学校教育活動全体として効果的に取り組むことが重要です。また、栄養教諭の専門性を生かすために教師間の連携に努めるとともに、地域の産物を学校給食に使用するなどの創意工夫を行いつつ、学校給食の教育的効果を引き出すよう取り組むことも重要です。

エ 栄養教諭の関わり方

- 消化によいものや栄養のあるものなど、食と健康や成長との関係について、栄養教諭の専門性を生かして、具体的な指導を行います。
- 献立で使用した食材の栄養と、理科の学習で行った食べ物の消化、吸収、排出等と関連付け、給食の時間等を活用して指導を行います。
- 地域の生産者や、地域住民等とのネットワークを作り、学校での指導への参画、生徒の生産現場への訪問における協力確保等のためのコーディネーターとしての役割を担います。

オ 食に関する題材を活用する例

- いろいろな植物の葉・茎・根のつくりを観察する際に、食材としている野菜が植物の体のつくりのどの部分に当たるかについて取り上げることが考えられます。
(第2学年)

- 実際に栄養生殖で殖えつつあるジャガイモやイチゴなどを観察する際に、栄養生殖や植物体が命を繋ぐ営みについて取り上げることが考えられます。
(第3学年)

- 微生物の働きを調べる活動を行う際に、食品加工にも応用されていることについて取り上げることが考えられます。
(第3学年)

3 生活（小学校）

（1）目標

具体的な活動や体験を通して、身近な生活に関わる見方・考え方を生かし、自立し生活を豊かにしていくための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。

- (1) 活動や体験の過程において、自分自身、身近な人々、社会及び自然の特徴やよさ、それらの関わり等に気付くとともに、生活上必要な習慣や技能を身に付けるようにする。
- (2) 身近な人々、社会及び自然を自分との関わりで捉え、自分自身や自分の生活について考え、表現することができるようにする。
- (3) 身近な人々、社会及び自然に自ら働きかけ、意欲や自信をもって学んだり生活を豊かにしたりしようとする態度を養う。

（2）教科の特徴

生活科は、児童の身近な生活圏を学習の場や対象とし、児童が具体的な活動や体験を通して、それらを自分との関わりにおいて一体的に捉えるとともに、自分自身の成長に気付いていくことで、「自立し生活を豊かにしていく」教科です。そのために、児童の思いや願いを実現していく過程を重視します。特に、直接体験による対象との関わりや、振り返り、表現する活動によって気付きの質を高める指導を大切にします。

食に関する指導においても、食事や睡眠などに関する習慣や技能を身に付けることで、規則正しく健康に気を付けて生活できるようにします。また、自分で野菜を育て、食べる活動などを通して、食の安全や命の大切さについて考えます。生活科の学習は、食に関する理解を、より身近に実感をもって深めることにつながります。

（3）各学年の食に関連する内容

〔第1学年及び第2学年〕

ア 食に関連する内容

〔学校、家庭及び地域の生活に関する内容〕

(2) 家庭生活に関わる活動を通して、家庭における家族のことや自分でできることなどについて考えることができ、家庭での生活は互いに支え合っていることが分かり、自分の役割を積極的に果たしたり、規則正しく健康に気を付けて生活したりしようとする。

(3) 地域に関わる活動を通して、地域の場所やそこで生活したり働いたりしている人々について考えることができ、自分たちの生活は様々な人や場所と関わっていることが分かり、それらに親しみや愛着をもち、適切に接したり安全に生活したりしようとする。

〔身近な人々、社会及び自然と関わる活動に関する内容〕

(5) 身近な自然を観察したり、季節や地域の行事に関わったりするなどの活動を通して、それらの違いや特徴を見付けることができ、自然の様子や四季の変化、季節に

よって生活の様子が変わること気付くとともに、それらを取り入れ自分の生活を楽しくしようとする。

- (7) 動物を飼ったり植物を育てたりする活動を通して、それらの育つ場所、変化や成長の様子に関心をもって働きかけることができ、それらは生命をもっていることや成長していることに気付くとともに、生き物への親しみをもち、大切にしようとする。

イ 当該教科で指導することが考えられる例

- 児童が家庭での食に関わる自分の生活、例えば家族と一緒に食事をしたり、料理の手伝いなどをしたりしたことを振り返ります。その際、絵日記やカルタなどに表すことを通して、食事の喜びや楽しさに気付くようにします。 内容(2)

- 食べ物の好き嫌いが減り、給食で食べる量が増えたことに気付いたり、料理の手伝いに挑戦したりして、食事の楽しさや自分の成長に気付くようにします。 内容(2)

- 季節の変化と関わりをもつ地域の伝統行事等について調べたり参加したりすることを通して、郷土食や産物について親しみをもつようにします。さらに名産物を活かした表現活動（名産物の歌やおどり、紙芝居、劇の創作等）を行うことで、地域への愛着を深めるようにします。 内容(3)(5)

- 地域探検で出会った地域の人々との交流から野菜を育て、それらを使ったおすすめ料理を作り会食を楽しんだりする会を計画します。楽しかった活動を振り返り表現する活動を通して、植物への興味・関心を高め、それらが命をもっていることや成長していること、食べ物の大切さに気付くようにします。 内容(5)(7)

ウ 実践事例

① 単元名 やさいはかせになろう [内容(7)]

② 単元の目標

主体的に野菜を育てる活動を通して、変化や成長の様子に関心をもって働きかけることができ、それらは生命をもっていることや成長していることに気付くとともに、野菜への親しみをもち、世話をする楽しさや喜びを味わわせる。

③ 食育の視点

○ 食べ物には栄養があり、好き嫌いをなく食べることの大切さが分かる。

＜心身の健康＞

○ 食べ物を大切にし、残さずに感謝をして食べようとする。＜感謝の心＞

④ 指導計画（全12時間）

○ やさいパワーを見つけよう（2時間）

○ そだてるやさいをきめてうえよう（2時間）

○ やさいのせわをしよう（6時間）

○ やさい作りをふりかえろう（2時間）

⑤ 展開例（1・2／12）

○ 本時の目標

野菜に触れたり調理の様子を見学したりすることを通して、手触りや形、におい等に違いがあることから、野菜への関心を高め、意欲的に栽培活動に取り組もうとする。

主な学習活動	指導上の留意点
<p>○はてなボックスの中の野菜に触れた特徴から野菜の名前を予想して発表し合い、野菜への興味・関心を高める。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ピーマン→でこぼこ・ふわふわ ・なす→すべすべ・とげとげ ・ミニトマト→丸い・つるつる ・オクラ→細長い・ちくちく 	<p>○大きさ、形、手触りをカード等へ書き、発表・掲示することで、学級全体の様子を把握する。</p> <p>*栄養教諭は、担任や養護教諭と情報共有し、食物アレルギーを有する児童の把握と配慮を行う。</p>
<p>○野菜を食べた経験や給食での食べ方を振り返り、自分の食生活に野菜がたくさん取り入れられていることに気付く。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・好きな野菜や苦手な野菜がある。 ・知っている野菜がいろいろ献立に使われている。 ・季節ごとによく食べられる野菜がある。 	<p>○これから育てる野菜が身近な給食にも使われていることを知らせ、給食での食べ方を思い出させる。</p> <p>*栄養教諭は、野菜には大切な働きがあり、学校給食の献立には様々な野菜が使われていることに気付かせる。</p> <p>*栄養教諭は、ピーマンの栄養や旬の食材のよさや働きについて紹介する。</p>

<p>○これから育てる野菜の一つピーマンの種取りや、教師が炒める様子を見学し、野菜の特徴に気付く。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・中には種がたくさんついている。 ・油で炒めるとにおいが変わった。 <p>○野菜料理を食べ、気付いたことを発表することで、野菜を育てる意欲を高める。</p>	<p>○野菜の色や形、におい、味など諸感覚を働かせた観察の視点を明確にする。</p> <p>*栄養教諭は、おいしく野菜料理を食べるための工夫を紹介する。(カラーピーマンといっしょに炒め、見た目にもおいしそうに感じて食べられるなど。)</p> <p>○発表し合う中で、野菜を食べることの大切さにも触れ、これから野菜を育てていこうとする気持ちを高めていく。</p>
---	--

エ 他教科等との関連

- 道徳第1・2学年D自然愛護(18)と関連させ、植物の世話を通し生命の営みを実感させたり、自分の成長を振り返るに当たっては、道徳第1・2学年A節度・節制(4)と関連させたりして指導の充実を図ることも大切です。

(4) 栄養教諭の関わり方

- 学校の探検等を通して学校給食の調理場や配膳室の設備や調理等に関わる人々の存在や役割、それらが安全や衛生を守り支えていることについて分かり易く説明します。
- 学校給食における食材選択の方法や、献立作成の工夫について分かり易く説明します。
- 学校給食に使用した地域の特産物や農作物を実際に見せることで、食事への関心を一層高めたり、調和のよい食事のとり方を具体的に指導したりします。
- 地域の特産物や農作物の生産等に関する伝統的な調理法や、現在の調理法について、ポイントを絞って分かり易く説明します。
- 地域の特産物が給食に利用されていることを、地場産業の活用など地域の人々の取組と関連させながら、児童の発達の段階に合わせて紹介します。
- 地域の生産者等とのネットワークを作り、学校での指導への参画、児童の生産現場への訪問における協力確保等のためのコーディネートをします。

(5) 食に関する題材を活用する例

- 学校の施設の様子や学校生活を支えている人々などについて考える際、給食室や調理員等との関わりなどを取り上げることが考えられます。(第1学年)

4 家庭、技術・家庭

(1) 小学校

ア 目標

生活の営みに係る見方・考え方を働かせ、衣食住などに関する実践的・体験的な活動を通して、生活をよりよくしようと工夫する資質・能力を次のとおり育成することを目指す。

- (1) 家族や家庭，衣食住，消費や環境などについて，日常生活に必要な基礎的な理解を図るとともに，それらに係る技能を身に付けるようにする。
- (2) 日常生活の中から問題を見いだして課題を設定し，様々な解決方法を考え，実践を評価・改善し，考えたことを表現するなど，課題を解決する力を養う。
- (3) 家庭生活を大切にする心情を育み，家族や地域の人々との関わりを考え，家族の一員として，生活をよりよくしようと工夫する実践的な態度を養う。

イ 教科の特徴

家庭科では、生活の営みに係る見方・考え方を働かせ、衣食住などに関する実践的・体験的な活動を通して、生活をよりよくしようと工夫する資質・能力を育成します。そのため、一人一人の児童が自分を生かすことができるように、題材構成や使用する教材を個に応じて工夫したり、問題解決的な学習により個に応じた課題を選択し追究したりするなど、弾力的な学習ができるようにすることが重要です。

また、食生活を家庭生活の中で総合的に捉えるという家庭科の特質を生かし、家庭や地域との連携を図りながら健康で安全な食生活を実践するための基礎を培います。中学校との系統性を図り、食事の役割、調理の基礎、栄養を考えた食事などの基礎的・基本的な知識及び技能を確実に習得して、生活や学習の基盤となる食育を一層推進します。

ウ 各学年の食に関連する内容

[第5学年及び第6学年]

(ア) 食に関連する内容

2 内容

B 衣食住の生活

次の(1)から(6)までの項目について、課題をもって、健康・快適・安全で豊かな食生活、衣生活、住生活に向けて考え、工夫する活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

(1) 食事の役割

- ア 食事の役割が分かり、日常の食事の大切さと食事の仕方について理解すること。
- イ 楽しく食べるために日常の食事の仕方を考え、工夫すること。

(2) 調理の基礎

ア 次のような知識及び技能を身に付けること。

(ア) 調理に必要な材料の分量や手順が分かり、調理計画について理解すること。

(イ) 調理に必要な用具や食器の安全で衛生的な取扱い及び加熱用調理器具の安全な取扱いについて理解し、適切に使用できること。

(ウ) 材料に応じた洗い方、調理に適した切り方、味の付け方、盛り付け、配膳及び後片付けを理解し、適切にできること。

(エ) 材料に適したゆで方、いため方を理解し、適切にできること。

(オ) 伝統的な日常食である米飯及びみそ汁の調理の仕方を理解し、適切にできること。

イ おいしく食べるために調理計画を考え、調理の仕方を工夫すること。

(3) 栄養を考えた食事

ア 次のような知識を身に付けること。

(ア) 体に必要な栄養素の種類と主な働きについて理解すること。

(イ) 食品の栄養的な特徴が分かり、料理や食品を組み合わせるとる必要があることを理解すること。

(ウ) 献立を構成する要素が分かり、1食分の献立作成の方法について理解すること。

イ 1食分の献立について栄養のバランスを考え、工夫すること。

2 内容の取扱い

(2) 内容の「B衣食住の生活」については、次のとおり取り扱うこと。

イ (2) のアの(エ)については、ゆでる材料として青菜やじゃがいもなどを扱うこと。(オ)については、和食の基本となるだしの役割についても触れること。

ウ (3) のアの(ア)については、五大栄養素と食品の体内での主な働きを中心に扱うこと。(ウ)については、献立を構成する要素として主食、主菜、副菜について扱うこと。

エ 食に関する指導については、家庭科の特質に応じて、食育の充実に資するよう配慮すること。また、第4学年までの食に関する学習との関連を図ること。

第3 指導計画の作成と内容の取扱い

3 実習の指導に当たっては、次の事項に配慮するものとする。

(3) 調理に用いる食品については、生の魚や肉は扱わないなど、安全・衛生に留意すること。また、食物アレルギーについても配慮すること。

(イ) 当該教科で指導することが考えられる題材例

B (1)「食事の役割」、(2)「調理の基礎」、(3)「栄養を考えた食事」の項目を相互に関連させて取り扱うとともに、「A家族・家庭生活」、「C消費生活・環境」の内容と関連を図るよう配慮します。

また、理科、体育科などの教科等や学校給食との関連を考慮するとともに、第4学年までの食に関する学習との関連を図り、家庭科の特質に応じて、食育の充実に資するよう配慮します。

- 食事の役割や食事の仕方については、例えば、家庭の食事や学校給食などについて振り返り、おいしかったことや楽しかったことを話し合ったり、なぜ食べるのか

について考えたりすることを通して食事の役割を知り、日常の食事の大切さについて気付くようにします。食事の仕方については、お茶の入れ方・供し方、調理実習の試食等を体験しながら、日常の食事に必要とされるマナーや食事の配膳の仕方を具体的に扱うようにします。〔B (1) ア〕

- 日常の食事の仕方については、児童の日常の生活の中から、人と共に楽しく食べるためのマナーや食卓の工夫について問題を見いだし、課題を設定するようにします。例えば、A (3)「家族や地域の人々との関わり」と関連させて、学校給食の時間に低学年の児童と共に楽しく食べるための計画を立て、自分の食事の仕方を振り返り、改善するために考え、工夫する活動などが考えられます。〔B (1) イ〕
- 調理に必要な材料の分量や手順については、必要な分量は、一人分の量から考えておよその量が分かるようにします。また、食品をおいしく調理するためには、材料や調味料を正しく計量して用いるようにし、計量スプーン、計量カップ、はかりなどの計量器具の使い方を理解できるようにします。手順については、例えば、複数の料理を作るときには、でき上がりの時間を考えて、何をどのような手順で調理するかを考えたり、身支度などの準備、食卓の用意、後片付けの時期なども考えたりする必要があることを理解できるようにします。〔B (2) ア(ア)〕
- 加熱用調理器具の安全な取扱いについては、実習で使用する加熱調理器具の特徴が分かり、加熱の仕方と関連させた火力の調節や、火傷の防止などに留意した安全な取扱いができるようにします。〔B (2) ア(イ)〕
- 材料に応じた洗い方や調理に適した切り方については、洗い方や切り方を示範する際に、実物投影機やタブレット端末等の情報機器を活用して、手元がよく見えるようにします。また、盛り付けや配膳については、B (1) のイと関連させたり、学校給食の時間なども活用したりします。例えば、米飯及びみそ汁、はしなどを配膳する際には、我が国の伝統的な配膳の仕方があることが分かり、適切に配膳できるようにします。〔B (2) ア(ウ)〕
- ゆでたり、いためたりする調理については、材料を変えたり調理法を組み合わせたりして、平易なものから段階的に学習できるよう計画することが大切です。また、ゆでる材料として青菜やじゃがいもなどを扱い、調理の特性を理解できるようにします。じゃがいもは芽や緑化した部分には、食中毒を起こす成分が含まれているので取り除く必要があることにも触れるようにします。〔B (2) ア(エ)〕
- 材料に適したゆで方・いため方については、観察、実験、実習を取り入れ、調理に伴う食品の変化などについて理解を深めたり、調理の手順の根拠について考えたりできるよう配慮します。例えば、ゆで方については、食品の変化を実感させるために、野菜やいも類、卵などのゆで時間を変えて実験を行い、硬さ、色、

味などを観察する活動などが考えられます。

〔B (2) ア (エ) (オ)〕

- 伝統的な日常食である米飯及びみそ汁については、和食の基本となるだしは、煮干しや昆布、かつお節など様々な材料からとることに触れ、例えば、だしをとって作ったみそ汁とだしをとらずに作ったみそ汁を比較し、だしの役割について話し合う活動を取り入れるなど、みそ汁にだしを使うことで風味が増すことを理解できるようにします。〔B (2) ア (オ)〕

- 調理計画については、効率よく作業するために、調理の手順やグループでの協力の仕方、時間配分などについて問題を見だし、課題を設定するようにします。さらに、学校での実習を家庭での実践として展開し、実生活で活用するためには、調理計画において、一人で調理する場合も考えることができるよう配慮します。〔B (2) イ〕

- 実習の指導については、調理に用いる用具や食器の安全・衛生に留意する必要があります。特に、生の魚や肉については調理の基礎を学習していないので、衛生的な取扱いが難しいことから用いないようにします。また、児童の食物アレルギーに関する正確な情報を把握し、調理実習で扱う材料に食物アレルギーの原因となる物質を含む食品が含まれていないかなどを確認し、事故の防止に努めるようにします。〔3 実習の指導〕

- 体に必要な栄養素の種類とその主な働きについては、名称や働きを覚えることだけに重点を置くのではなく、体に必要な栄養素を食事によってとっていることに気付き、栄養を考えて食事をとることの大切さが分かるようにします。

〔B (3) ア (ア)〕

- 食品の栄養的な特徴については、グループに分けることについて、食品には複数の栄養素が含まれていることから、必ずしもいずれかのグループに厳密に分類しなくてもよい場合もあることに配慮します。例えば、日常の食事や学校給食に使われている食品、調理実習で使った食品を調べてグループ分けする活動などを通して、多数の食品を食べていることを実感したり、食品の栄養的な特徴を具体的に理解できるようにしたりする活動などが考えられます。〔B (3) ア (イ)〕

- 1食分の献立作成の方法については、献立を構成する要素として主食、主菜、副菜を扱い、これらの組合せで1食分の食事が構成されていることが分かるようにします。また、主食、主菜、副菜などの組合せを考え、それぞれの料理に含まれる食品を三つのグループに分けて栄養バランスを確認し、必要に応じて料理や汁物の実などを工夫すればよいことを理解できるようにします。例えば、主菜、副菜を例示の中から選択し、献立に含まれる食品を三つのグループに分けて栄養バランスを確認する活動などが考えられます。

1食分の献立については、例えば、調理実習と関連を図り、米飯とみそ汁、ゆ

でたりいためたりしたおかずにどのような料理や食品を加えれば1食分の献立として栄養のバランスがよくなるかを考え、工夫する活動などが考えられます。

〔B(3)ア(ウ)・イ〕

- 調理実習においては、C(1)「物や金銭の使い方と買物」と関連を図り、食品等に付けられた日付などの簡単な表示やマークなどを確認する必要があることを理解できるようにします。例えば、調理実習に使う材料を購入する場面を想定して、表示やマークなどから、必要な情報を収集・整理し、選んだ理由や買い方について意見を交換し合う活動や計画を立てて購入の仕方を工夫する活動などが考えられます。また、C(2)「環境に配慮した生活」と関連を図り、例えば、実習材料の無駄のない使い方について発表し合うことを通して、使い方を見直す必要があることに気付かせる活動や水、電気、ガスなどの使い方を振り返り、グループで話し合う活動などが考えられます。
- 〔B(3)ア、イ〕

(ウ) 実践事例

① 題材名

「休日ランチ」の献立を考えよう（第6学年）

② 題材の目標

休日の昼食の献立作成を通して、栄養を考えた食事について理解し、日常の食生活から問題を見だし課題をもって、米飯及びみそ汁、おかずを中心とした昼食の献立を工夫することができるようにする。また、自分の食生活をよりよくしようと取り組むことができるようにする。

③ 食育の視点

- 望ましい栄養や食事のとり方を理解し、食品の組み合わせや栄養的なバランスを考え、食べようとする事ができる。
- ＜心身の健康＞

④ 指導計画（全4時間）

- 1 献立の立て方を考えよう（1時間）
- 2 昼食の献立を工夫しよう（3時間）

⑤ 展開（4時間）

主な学習活動	指導上の留意点
<p>○1週間分の給食の献立（写真）を見て、気付いたことを話し合う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・たくさんおかずがあるね。 ・毎日たくさんの食品が使われているね。 ・ごはんやパンは必ずあるね。 <p>○給食の献立の主食、主菜、副菜に使われている食品を調べ、三つのグループに分け、気付いたことを話し合う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・どのグループにも食品があるね。 ・主食には「主にエネルギーのもとになる」食品が含まれているね。 <p>○米飯とみそ汁に合う料理（主菜と副菜）を例示の中から選択し、1食分の献立を考える。</p> <p>○考えた献立に含まれる食品を三つのグループに分け、栄養のバランスを確かめる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「主に体の調子を整える」食品が少ないな。 ・三つのグループがそろっているから、栄養のバランスはいいかな。 ・色どりはいいかな。 <p>○1食分の献立を考える際の手順や留意点をグループで話し合う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・主食・主菜・副菜を考える ・三つのグループの食品がそろうようにする。 	<p>○給食の献立を取り上げ、1食の食事にはたくさんの食品が使われていることやご飯やパン、めん類などの主食が必ず含まれていることなどに気付くことができるようにする。</p> <p>○食品を三つのグループに分けることにより、主食には「主にエネルギー」となる食品、主菜には「主に体をつくるもとになる」食品、副菜には「主に体の調子を整える」食品が含まれているため、主食、主菜、副菜を組み合わせることで、三つのグループの食品がそろった献立になることを理解できるようにする。</p> <p>*栄養教諭が給食の献立表等を活用し、主食、主菜、副菜の組み合わせにより、栄養のバランスがよくなることを確認する。</p> <p>○米飯とみそ汁を中心とした1食分の献立の場合、みそ汁の実に野菜などをたくさん使うと、副菜として扱うこともできることを確認する。</p> <p>○1食分の献立作成の手順を確認する。</p> <p>*栄養教諭が、献立を考えるときの留意点について説明する。</p>

- 自分の日常生活を振り返り、休日の昼食についての問題を見だし、課題を見付ける。
 - ・野菜が少ないな。
 - ・給食と比べると、食品の数が少ないな。
 - ・休日は栄養のバランスがとれてないな。
- 各自が自分の課題を基に、米飯、みそ汁に主菜、副菜を組み合わせ、「休日ランチ」の献立を作成する。(2時間)

「休日ランチ」の献立を考えよう

- ・主菜を絵カードの中から選ぶ。
- ・これまで学習したゆでたりいためたりするおかずやデジタル教材を活用して副菜を考える。

- 事前に自分の食生活調べを行わせ、児童が各自の問題を見付けられるようにする。食事調べを行う際には、プライバシーには十分配慮する。
- 献立は、食品の組み合わせに重点を置いて主に栄養のバランスを中心に考えさせるが、色どりや味のバランスも大切であることに気付くことができるようにする。
- 主菜、副菜どちらも考えることが難しい場合は、数種類の主菜の絵カードを教師が準備し、その中から児童に選ばせ、副菜のみを考えられるようにする。
*栄養教諭が、食品の組み合わせや休日の昼食としてふさわしい料理について説明し、米飯とみそ汁に合う、ゆでたりいためたりしたおかずにどのような料理や食品を加えればよいかを助言する。
- 調理カードやデジタル教材を活用して日常食によく用いられる簡単な料理を例示したり、地域の食材を用いた料理について説明したりする。

- 作成した「休日ランチ」の献立について、三つの食品のグループの分け、栄養のバランスがとれているかどうかを確かめる。

- ・主にエネルギーのもとになる
- ・主に体をつくるもとになる
- ・主に体の調子を整えるもとになる

- 「休日ランチ」の献立の工夫や栄養のバランスについて、グループで発表し合い、話し合う。

- ・献立作成で考えたこと
- ・自分で工夫したところ
- ・友達へのアドバイス

- 自分の休日の昼食のとり方の課題を踏まえ、児童が課題解決に向けて、栄養のバランスのよい食事が考えられるようにする。
- 「たのしい食事つながる食育P23」を参考に作成したワークシートなどを活用して、児童が栄養のバランスを確認できるようにする。
- 交流活動を通して、児童が各自の考えを広めたり深めたりできるようにする。

<p>○他の児童のアドバイスなどをもとに、「休日ランチ」の献立の主菜・副菜を見直す。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ゆで野菜に季節の野菜を一つ入れてみよう。 ・色どりをよくするために、何か追加しよう。 	<p>*栄養教諭が、児童の作成した1食分の献立に季節の物や地域で取れる物（地域の産物）などの具体的なアドバイスを行い、児童が調和のよい食事のとり方について一層理解を深められるようにする。</p> <p>○作成した献立を休日に家庭で実践できる機会を設ける場合には、魚・肉などを扱う主菜は、家族に調理をしてもらい、児童は学校で学習した調理（副菜、汁物）を担当するなど、家族で協力して調理することを確認する。</p>
---	---

(エ) 他教科等との関連

- 体育科の第3学年及び第4学年における健康によい生活に関する学習、第4学年までの食育に関する学習を振り返り、食事の役割や日常の食事の大切さや食事の仕方についての理解を深めます。 [B (1) ア]
- 理科の第5学年における植物の種子の中の養分に関する学習で扱うでんぷんとの関連を図り、でんぷんは炭水化物の一つであることに触れて指導することもできます。 [B (3) ア(ア)]

エ 栄養教諭の関わり方

- 給食を提供する際の留意点について説明し、食物アレルギーを有する児童がいる場合は、材料にアレルギーの原因となる物質を含む食品がないかなど、学級担任や教科担当と複数で確認し、事故の防止に努めるようにします。
- 給食に用いられている食品、献立の工夫、給食ができるまでの過程、児童の給食の摂取状況及び課題などについて説明したり、食品を実際に見せることにより、児童の日常の食事への関心を一層高めたりして、栄養のバランスを考えた食事のとり方の理解を一層深めます。
- 給食の献立を取り上げながら、食品の種類や組み合わせ、健康に良い食事のとり方などについて説明したり、児童の作成した1食分の献立に具体的なアドバイスを行ったりします。
また、児童の作成した1食分の献立を、給食の献立の中に組み込むことなどにより、児童の食事作りへの関心を高めます。

- 給食における衛生管理の取組や工夫について知らせ、調理に必要な用具や食器の安全で衛生的な取扱い及び加熱調理器具の安全な取扱い方等の具体的なアドバイスを通して、基礎的な取扱いについて理解させます。

(2) 中学校 技術・家庭（家庭分野）

ア 目標

生活の営みに係る見方・考え方を働かせ、衣食住などに関する実践的・体験的な活動を通して、よりよい生活の実現に向けて、生活を工夫し創造する資質・能力を次のとおり育成することを目指す。

- (1) 家族・家庭の機能について理解を深め、家族・家庭、衣食住、消費や環境などについて、生活の自立に必要な基礎的な理解を図るとともに、それらに係る技能を身に付けるようにする。
- (2) 家族・家庭や地域における生活の中から問題を見いだして課題を設定し、解決策を構想し、実践を評価・改善し、考察したことを論理的に表現するなど、これからの生活を展望して課題を解決する力を養う。
- (3) 自分と家族、家庭生活と地域との関わりを考え、家族や地域の人々と協働し、よりよい生活の実現に向けて、生活を工夫し創造しようとする実践的な態度を養う。

イ 教科の特徴

技術・家庭科（家庭分野）では、生活の営みに係る見方・考え方を働かせ、衣食住などに関する実践的・体験的な活動を通して、生活を工夫し創造する資質・能力を育成します。そのため、生徒が家族・家庭や衣食住、消費・環境などの内容について個別に捉えるだけでなく、生活全体を見通し、総合的に捉えて課題を解決する方法を見いだすなど、よりよい生活の実践や社会の構築に向けて学習を進めていくことが重要です。技術・家庭科（家庭分野）の学習は、小学校家庭科の学習を踏まえ、その系統性を考慮しながら指導する必要があります。

また、食生活を家庭生活の中で総合的に捉えるという技術・家庭科（家庭分野）の特質を生かし、家庭や地域との連携を図りながら健康で安全な食生活を実践するための基礎を培います。小学校における学習を踏まえ、他教科等との連携や学校給食との関連、高等学校家庭科との系統性を図るとともに、基礎的・基本的な知識及び技能を確実に習得し、食育を一層推進します。

ウ 分野の食に関連する内容（家庭分野）

（ア）食に関連する内容

B 衣食住の生活

次の(1)から(7)までの項目について、課題をもって、健康・快適・安全で豊かな食生活、衣生活、住生活に向けて考え、工夫する活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

(1) 食事の役割と中学生の栄養の特徴

ア 次のような知識を身に付けること。

(ア) 生活の中で食事が果たす役割について理解すること。

- (イ) 中学生に必要な栄養の特徴が分かり、健康によい食習慣について理解すること。
- イ 健康によい食習慣について考え、工夫すること。
- (2) 中学生に必要な栄養を満たす食事
 - ア 次のような知識を身に付けること。
 - (ア) 栄養素の種類と働きが分かり、食品の栄養的な特質について理解すること。
 - (イ) 中学生の1日に必要な食品の種類と概量が分かり、1日分の献立作成の方法について理解すること。
 - イ 中学生の1日分の献立について考え、工夫すること。
- (3) 日常食の調理と地域の食文化
 - ア 次のような知識及び技能を身に付けること。
 - (ア) 日常生活と関連付け、用途に応じた食品の選択について理解し、適切にできること。
 - (イ) 食品や調理用具等の安全と衛生に留意した管理について理解し、適切にできること。
 - (ウ) 材料に適した加熱調理の仕方について理解し、基礎的な日常食の調理が適切にできること。
 - (エ) 地域の食文化について理解し、地域の食材を用いた和食の調理が適切にできること。
 - イ 日常の1食分の調理について、食品の選択や調理の仕方、調理計画を考え、工夫すること。

3 内容の取扱い

- (3) 内容の「B衣食住の生活」については、次のとおり取り扱うものとする。
 - イ (1)のア(ア)については、食事を共にする意義や食文化を継承することについても扱うこと。
 - ウ (2)のア(ア)については、水の働きや食物繊維についても触れること。
 - エ (3)のア(ア)については、主として調理実習で用いる生鮮食品と加工食品の表示を扱うこと。(ウ)については、煮る、焼く、蒸す等を扱うこと。また、魚、肉、野菜を中心として扱い、基礎的な題材を取り上げること。(エ)については、だしを用いた煮物又は汁物を取り上げること。また、地域の伝統的な行事食や郷土料理を扱うこともできること。
 - オ 食に関する指導については、技術・家庭科の特質に応じて、食育の充実に資するよう配慮すること。

第3 指導計画の作成と内容の取扱い

- 3 実習の指導に当たっては、施設・設備の安全管理に配慮し、学習環境を整備するとともに、火気、用具、材料などの取扱いに注意して事故防止の指導を徹底し、安全と衛生に十分留意するものとする。
 - <中略>また、調理実習については、食物アレルギーにも配慮するものとする。

(イ) 当該教科で指導することが考えられる例

小学校家庭科で学習した「B衣食住の生活」の(1)「食事の役割」、(2)「調理の基礎」、(3)「栄養を考えた食事」に関する基礎的・基本的な知識及び技能などを踏まえ、(1)、(2)、(3)の項目を相互に関連させて適切な題材を設定し、総合的に展開できるよう配慮します。

また、食事の役割を取り上げる際には、「A家族・家庭生活」の(1)の家族・家庭の基本的な機能と関連させ、健康・快適・安全・生活文化の継承などの視点から考えることが大切であることに気付くようにします。

さらに、理科、保健体育科等の他教科等の学習と関連を図るために、指導の時間等にも配慮します。食育については、小学校における学習を踏まえ、他教科等との連携や学校給食との関連、高等学校家庭科との系統性を図るとともに、基礎的・基本的な知識及び技能の確実な定着を図るようにします。

- 生活の中で食事が果たす役割については、小学校の学習を踏まえ、食事を共にすることが人間関係を深めたり、偏食を改善し、栄養のバランスのよい食事につながったりすること、行事食や郷土料理など、食事が文化を伝える役割もあることを食生活調べや話し合いなどの活動を通して、具体的に理解できるようにします。なお、食生活調べなど生徒の家庭での食事を取り上げる場合には、生徒のプライバシーに十分配慮します。〔B(1)ア(ア)〕
- 中学生に必要な栄養の特徴については、身体の成長が盛んで活動が活発な時期であるため、エネルギー及びたんぱく質やカルシウムなどの栄養素を十分に摂取する必要があることが分かり、日常生活で栄養的に過不足のない食事をとる必要があることを理解できるようにします。例えば、身長や体重などの身体的発達の変化と食事摂取基準などから、調べる活動などが考えられます。〔B(1)ア(イ)〕
- 健康によい食習慣については、健康などを視点として、自分の食習慣について課題を設定し、その解決方法を話し合い、自分の考えを明確にしたり、他者と意見を共有して互いの考えを深めたりできるようにします。〔B(1)イ〕
- 栄養素の種類と働きについては、小学校における五大栄養素の基礎的学習を踏まえ、いろいろな栄養素が相互に関連し合い健康の保持増進や成長のために役立っていることが理解できるようにします。また、食品の栄養的な特徴については、食品に含まれる栄養素の種類と量など栄養的な特質によって食品は食品群に分類されることを理解できるようにします。例えば、学校給食や弁当の献立、家庭での食事などに使われている食品の栄養成分を日本食品標準成分表を用いて調べたり、それらの食品を食品群に分類したりして、食品の栄養的な特質を確認する活動などが考えられます。〔B(2)ア(ア)〕
- 中学生の1日に必要な食品の種類と概量については、実際の食品を食品群に分類したり、計量したりすることなどの活動を通して、1日に必要な食品の概量を

実感できるようにします。その際、食品群別摂取量の目安などの細かな数値にとられるのではなく、食事を食品の概量で捉えられるようにします。〔B(2)ア(イ)〕

- 中学生の1日分の献立作成の方法については、給食の献立や料理カード、デジタル教材などを活用して、1日3食のうち幾つかを指定して残りの献立を立案するなど、1日分の献立について全体的な栄養のバランスを考えることができますようにします。例えば、(3)「日常食の調理と地域の食文化」のアの(ウ)や(エ)との関連を図り、実習する献立や伝統的な郷土料理、自分で作る昼食の弁当の献立を中心に1日分の献立を考える活動などが考えられます。また、学校給食が実施されている学校では、給食の献立も活用することができます。〔B(2)イ〕
- 用途に応じた食品の選択については、目的、栄養、価格、調理の能率、環境への配慮などの諸条件を考えて選択することが大切であることを理解できるようにします。(3)のアの(イ)、(ウ)又は(エ)との関連を図り、例えば、調理実習で使用する生鮮食品や加工食品の表示を調べたり、手作りのものと市販の加工食品などを比較して用途に応じた選択について話し合ったりする活動などが考えられます。〔B(3)ア(ア)〕
- 食品の安全と衛生に留意した管理については、特に、魚や肉などの生の食品について、食中毒予防のために、安全で衛生的に取り扱うことができるようにします。食品の保存方法と保存期間の関係については、食品の腐敗や食中毒の原因と関連付けて理解できるようにします。〔B(3)ア(イ)〕
- 材料に適した加熱調理の仕方については、小学校で学習したゆでる、いためる調理に加え、煮る、焼く、蒸す等を扱います。蒸すについては、ゆでる、いためる調理などと比較することにより、水蒸気で加熱する蒸し料理の特徴を理解できるようにします。また、火加減の調節が大切であることを理解させ、加熱器具を適切に操作して、魚、肉、野菜などを用いた基礎的な調理ができるようにします。〔B(3)ア(ウ)〕
- 地域の食材を用いた和食の調理については、日常食べられている和食として、だしと地域又は季節の食材を用いた煮物又は汁物を取り上げ、地域との連携を図るようにします。例えば、地域又は季節の食材について調べ、それらを用いた煮物又は汁物などの和食の調理を扱います。また、地域の実態に応じて、地域の伝統的な行事食や郷土料理を扱うことも考えられます。〔B(3)ア(エ)〕
- 日常の1食分の調理については、例えば(3)のアの(ウ)や(エ)で扱う料理を用いた栄養のバランスのよい1食分の献立を実習題材として設定し、そのための食品の選択や調理の仕方を考え、調理計画を立てて実践することが考えられます。1食分の調理については、グループで行う場合や、1人で行う場合などが考えられますが、いずれにおいても、実践を通して考えたことや学んだことをグループや学級内で話し合う活動などを工夫し、効果的に学習を展開できるようにします。〔B(3)イ〕

- 「食生活についての課題と実践」については、食生活を見直して課題を設定し、計画、実践、評価、改善という一連の学習活動を重視し、問題解決的な学習を進めるようにします。例えばB (3)「日常食の調理と地域の食文化」とC (2)「消費者の権利と責任」との関連を図り、環境に配慮して調理することを課題として設定し、計画を立てて実践する活動などが考えられます。 [B (7)ア]
- 実習の指導については、調理実習で扱う食材にアレルギーの原因となる物質を含む食品が含まれていないかを確認します。食品によっては直接口に入れなくても、手に触れたり、調理したときの蒸気を吸ったりすることで発症する場合もあるため、生徒の食物アレルギーに関する正確な情報把握に努めます。 [3 実習の指導]

(ウ) 実践事例

① 題材名

「地域の食材を用いた和食を作ろう」

② 題材の目標

地域の食材を用いた和食の調理を通して、地域の食材のよさや食文化について理解し、それらを用いた和食の調理ができるようにする。

③ 食育の視点

- 自分たちの住む地域には、昔から伝わる調理や季節・行事にちなんだ料理があることを理解し、興味・関心をもつことができる。 <食文化>

④ 指導計画 (全5時間)

- 1 地域の食材を用いた和食の調理を調べよう (1時間)
- 2 地域の食材を用いた1食分の和食の献立を立てよう (1時間)
- 3 地域の食材を用いた1食分の和食の調理の計画を立てよう (1時間)
- 4 地域の食材を用いた1食分の和食の調理をしよう (2時間)

⑤ 展開 (5時間)

主な学習活動	指導上の留意点
<p>○地域又は季節の食材やそれらを用いた調理のよさについて話し合う。</p> <p>○事前のインタビューや広告などを基に、身近な地域で生産されている食材についてグループで調べる。</p> <p>・家の周りでは、〇〇が育てられていたよ。</p> <p>・スーパーには地元で生産された〇〇が売っ</p>	<p>*栄養教諭が、給食に取り入れている地域又は季節の食材やそれらを用いた調理について説明する。</p> <p>○事前にインタビューなどを行うことで、地域の食材に関心をもたせ、主体的に学習に取り組めるようにする。また、地域のお店の広告なども活用して調べることができるよう助言する。ま</p>

<p>ていたよ。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・給食の献立表にも書いてあったね。 <p>○地域又は季節の食材を用いた料理や地域に伝わる料理についてグループで調べる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・地域の祭りのときにいつも食べている料理があるね。 ・私の家では、お母さんがおばあちゃんから教わったと話していたよ。 <p>○学級全体で、グループで話し合ったことを発表し合う。</p>	<p>た、地域のお店の広告なども活用して調べることができるよう助言する。さらに地域の人材を招いたり、インタビューのVTRを視聴したりすることも考えられる。</p> <p>○学級全体で話し合ったり、カード等でまとめたものを掲示したりして、地域の食材や地域に伝わる料理について、生徒が共有できるようにする。</p>
<p>○グループで地域の食材を用いた1食分の和食の献立を立てる。</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <ul style="list-style-type: none"> ・献立（主食、主菜、副菜） ・調理法（煮る、焼く、蒸す等） </div> <p>○立てた献立を他のグループと交換し、アドバイスをし合う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・付箋紙にアドバイスを記入し、献立表に貼る。 <p style="padding-left: 20px;">青・・・よいところ</p> <p style="padding-left: 20px;">黄色・・・改善した方がよいところ</p> <p>○他のグループからのアドバイスを基に献立を見直す。</p>	<p>○日常食べられる和食として、だしを用いた煮物又は汁物を取り上げる。</p> <p>○献立の学習や前時に交流した地域の食材や料理についての学習を生かして献立を考えることができるよう助言する。</p> <p>○調理カード等の資料を準備し、生徒が地域の食材を生かし、工夫した献立を考えられるようにする。その際、栄養教諭が学校給食の献立を例に、季節の食材や栄養のバランスについて補足する。</p> <p>○付箋紙などを活用し、他のグループの献立について、検討できるようにする。</p>
<p>○グループで見直した1食分の和食の献立の調理計画を立てる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・主食、主菜、副菜の調理の手順を調べる。 ・グループで調理の分担を話し合う。 	<p>○調理の手順については、コンピュータなどの情報手段や調理カード、デジタル教材等を活用して調べたり、地域の人材に助言をしてもらったりすることも考えられる。</p> <p>○既習の調理計画の学習や生徒の生活経験と関連付けて考え、具体的に計画を立てることができるよう助言する。</p>

<p>○作成した調理計画を基にグループで調理実習のシミュレーションを行い、調理計画を見直す。</p>	<p>○調理実習のシミュレーションを行うことで、熱源や包丁・まな板など使用状況や分担を再確認し、複数の調理を効率よく行うことができるようにする。</p>
<p>○安全と衛生や作業能率に留意して、1食分の和食の献立の調理を行う。(2時間)</p> <p>○示範を見てだしの取り方について確認する。</p> <p>○調理計画に基づいてグループで調理を行う。</p> <p>○実習について振り返り、評価する。</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <ul style="list-style-type: none"> ・実習を通して考えたこと ・実習を通して学んだこと ・次の学習や生活に生かしたいこと など </div> <p>○全体で実践を発表し合う。</p>	<p>○だしの取り方を示範し、調理のポイントを理解できるようにする。</p> <p>○食品の適切な洗い方、切り方、加熱方法、調味方法、調理用具の安全で衛生的な取扱い方について助言する。</p> <p>○調理実習の際にも、地域の人材を活用し協力を得ることで、安全に作業を進めることも考えられる。</p> <p>○実習の振り返りを通して、生徒が課題を解決できた達成感や実践できた喜びを味わわせ、次の学習に主体的に取り組むことができるようにする。</p>

(エ) 他教科等との関連

- 「食事の役割と中学生の栄養の特徴」や「中学生に必要な栄養を満たす食事」の学習では、特別活動における学級活動(2)オ「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」の学習や理科[第2分野]「生物の体のつくりと働き」や保健体育科[保健分野]「健康な生活と疾病の予防」の学習と関連を図ると効果的です。

エ 栄養教諭の関わり方

- 給食に用いられている食品、献立の工夫、給食ができるまでの過程、生徒の給食の摂取状況及び課題などについて説明したり、食品を実際に見せたりすることにより、生徒の日常食や地域の食材への関心を高めたり、中学生の時期の健康と食事との関わりについての理解を一層深めたりします。
- 給食の献立を取り上げながら、中学生の時期の栄養や食品の組み合わせ、日常食としてふさわしい料理について説明したり、1日分の献立作成の方法や、作成した献立に具体的なアドバイスを行ったりします。また、生徒の作成した献立を、給食の献立の中に組み込むことなどにより、生徒の献立作成への意欲や関心を一層高めます。
- 給食における食中毒予防のための衛生管理の取組や工夫について知らせ、調理実習で使用する食材や用具、食器の安全で衛生的な取扱いについての理解を一層深めま

す。また、食物アレルギーを有する生徒がいる場合は、材料にアレルギーの原因となる物質を含む食品がないかなどを確認し、事故の防止に努めるようにします。

5 体育、保健体育

(1) 小学校

体育（保健領域）

ア 目標

体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を見付け、その解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。

- (1) その特性に応じた各種の運動の行い方及び身近な生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な動きや技能を身に付けるようにする。
- (2) 運動や健康についての自己の課題を見付け、その解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力を養う。
- (3) 運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し、楽しく明るい生活を営む態度を養う。

イ 教科の特徴

体育科は、体育や保健の見方・考え方を働かせ、生涯にわたって運動やスポーツを豊かに実践するための資質や能力、健康で安全な生活を営む実践力及びたくましい心身を育てることによって、現在及び将来とも楽しく明るい生活を営むための基礎づくりを目指す教科です。

特に、保健領域では、保健の見方・考え方を働かせ、健康・安全についての基礎的・基本的な内容を、グループ活動や実習などを取り入れながら、実践的に理解することを通して、自らの生活行動や身近な生活環境における課題を把握し、改善できる資質や能力を培うことが重要です。

体育科における食に関する指導については、健康に関わる食に関する基礎的な内容について実践的に理解させるとともに、健康的な生活習慣の形成に結び付くように配慮することが大切です。

ウ 各学年の食に関連する内容

[第3学年及び第4学年]

(ア) 食に関連する内容

G 保健

(1) 健康な生活

健康な生活について、課題を見付け、その解決を目指した活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

- ア 健康な生活について理解すること。

(イ) 毎日を健康に過ごすには、運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活を続けること、また、体の清潔を保つことなどが必要であること。

イ 健康な生活について課題を見付け、その解決に向けて考え、それを表現すること。

(2) 体の発育・発達

体の発育・発達について、課題を見付け、その解決を目指した活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

ア 体の発育・発達について理解すること。

(ウ) 体をよりよく発育・発達させるには、適切な運動、食事、休養及び睡眠が必要であること。

イ 体がよりよく発育・発達するために、課題を見付け、その解決に向けて考え、それを表現すること。

第3 指導計画の作成と内容の取扱い

2 第2の内容の取扱いについては、次の事項に配慮するものとする。

(10) 保健の内容のうち運動、食事、休養及び睡眠については、食育の視点も踏まえつつ、健康的な生活習慣の形成に結び付くよう配慮するとともに、保健を除く第3学年以上の各領域及び学校給食に関する指導においても関連した指導を行うようにすること。

(イ) 当該教科で指導することが考えられる例

- 健康の保持増進には、1日の生活の仕方が深く関わっており、1日の生活のリズムに合わせて、運動、食事、休養及び睡眠をとることが必要であることを理解できるようにします。〔G(1)ア(イ)〕
- 運動、食事、休養及び睡眠などの学習したことと、自分の生活とを比べたり、関連付けたりして、1日の生活の仕方や生活環境を整えるための方法を考えます。その際、学校給食などは、学校全体で計画的に行われていることを取り上げ、保健活動の大切さを気付かせたり、考えさせたりします。〔G(1)イ〕
- 体をよりよく発育・発達させるための生活について、学校給食の献立のように多様な食品をとることができるような、バランスのとれた食事が必要であることを理解できるようにします。その際、体をつくる基になるたん白質、不足がちなカルシウム、不可欠なビタミンなどを摂取する必要があることについても触れるようにします。〔G(2)ア(ウ)〕
- 体をよりよく発育・発達させるための生活について、学習したことを自己の食生活と比べたり、関連付けたりするなどして適切な解決方法を考えるようにします。〔G(2)イ〕
- 体の発育・発達について、自己の発育・発達や体をよりよく発育・発達させるために考えたことを、学習カードなどに書いたり、発表したりして伝え合えるようにします。〔G(2)イ)〕

[第5学年及び第6学年]

(ア) に関連する内容

G 保健

(3) 病気の予防

病気の予防について、課題を見付け、その解決を目指した活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

ア 健康な生活について理解すること。

(ア) 病気は、病原体、体の抵抗力、生活行動、環境が関わりあって起こること。

(イ) 病原体が主な要因となって起こる病気の予防には、病原体が体に入るのを防ぐことや病原体に対する体の抵抗力を高めることが必要であること。

(ウ) 生活習慣病など生活行動が主な要因となって起こる病気の予防には、適切な運動、栄養の偏りのない食事をとること、口腔の衛生を保つことなど、望ましい生活習慣を身に付ける必要があること。

(オ) 地域では、保健に関わる様々な活動が行われていること。

イ 病気を予防するために、課題を見付け、その解決に向けて思考し判断するとともに、それらを表現すること。

(イ) 当該教科で指導することが考えられる例

○ 病原体が主な要因となって起こる病気の予防には、病原体の発生源をなくしたり、移る道筋を断ち切ったりして病原体が体に入るのを防ぐこと、また、適切な運動、食事、休養及び睡眠をとることなどによって、体の抵抗力を高めることが必要であることを理解します。 [G (3) ア (イ)]

○ 生活行動が主な要因となって起こる病気の予防には、糖分、脂肪分、塩分などを摂りすぎる偏った食事や間食を避けたり、口腔の衛生を保つことなど、健康によい生活習慣を身に付ける必要があることを理解します。 [G (3) ア (ウ)]

○ 病気の予防や回復に関する課題について、学習したことを活用して解決の方法を考えたり、選んだりします。 [G (3) イ]

(ウ) 実践事例

① 単元名

「体の発育・発達」 ア(ウ) 体をよりよく発育・発達させるための生活

② 単元の目標

○ 体をよりよく発育・発達させるためには、適切な運動、調和のとれた食事、休養及び睡眠が必要であることを理解できるようにする。 (知識)

○ 体をよりよく発育・発達させるための生活について、学習したことを自己の生活と比べたり、関連付けたりするなどして適切な解決方法を考えられるようにする。

(思考力、判断力、表現力等)

- 体をよりよく発育・発達させるための生活について、関心をもち、学習活動に意欲的に取り組むようにする。 (学びに向かう力, 人間性等)
- ③ 食育の視点
 - 体をよりよく発育・発達させるには、運動とともに、栄養バランスのとれた食事、適切な休養及び睡眠が必要であることが分かる。 <心身の健康>
- ④ 指導計画 (全4時間)
 - 変化してきたわたしの体 (1時間)
 - 大人に近づく体 (1時間)
 - 体の中で起こる変化 (1時間)
 - すくすく育て わたしの体 (1時間)
- ⑤ 展開例 (第4/4時)
 - 本時の目標
自分の生活を振り返り、運動、食事、休養及び睡眠が適切かを考えることができる。

主な学習内容・活動	指導上の留意点
○前時までの学習 (体の発育・発達、思春期の心と体の変化) について確認する。	○前時の学習を想起することによって、体の発育・発達や思春期の心と体の変化について再確認し、成長することへの期待をもつことができるようにする。
体をよりよく成長させるために、大切なことを考えよう。	
<ul style="list-style-type: none"> ○よりよく発育・発達するために必要なことを知る。 ○学校給食の献立表から、様々な食品が使用されていることを考える。 ○体を発育・発達させるための食事について調べ、発表する。 ○体を発育・発達させるための運動、休養及び睡眠について話し合う。 	<ul style="list-style-type: none"> ○第3学年の保健学習を想起させ、学習したことを提示することで、よりよく発育・発達するための生活の仕方を具体的に考えられるようにする。 ○献立表や、たのしい食事つながる食育 P16「元気な体に必要な食事」など、分かりやすい資料を提供し、様々な食品が使用されていることを見付けたり、彩りなども考えたりしながら、給食の献立の素晴らしさについて理解できるようにする。 ○献立表や、「元気な体に必要な食事」などの資料から、成長期に必要な食品を選択し、なぜ、必要かをわかりやすく友達に説明できるようにする。 ○体をよりよく発育・発達させるための生活の仕方には、調和のとれた食事、適切な運動、休養及び睡眠が必要であることをワークシートに書く。書いたものをもとにグループで話し合うようにする。

<ul style="list-style-type: none"> ○自分の生活を振り返り、適切な運動、調和のとれた食事、休養及び睡眠が必要であることが実践できているか確認する。 ○本時の学習のまとめをする。 	<p style="text-align: center;">*体をよりよく発育・発達させるための生活について、活発に話し合いが行われるよう適宜指導する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ワークシートを基に、運動と食事、休養及び睡眠の関係について気付くようにし、今後の生活に生かすように促す。 ○学習したことが自分に当てはめるとどうなのか確認させ、今後のめあてをもつ。
---	--

(エ) 他教科等との関連

理科で学習する「人の体のつくりと運動」と関連付け、「調和のとれた食事」をとることの必要性について指導の充実を図ります。

また、体育科で学習した健康に関する内容から生まれた疑問や課題を、総合的な学習の時間において、個人や集団の課題として発展的に学習することも可能です。

エ 栄養教諭の関わり方

- 「健康な生活」では、事例を基にした学習やグループ学習等を取り入れ、第3学年の発達の段階を踏まえて指導します。その際、食事だけを扱うのではなく、1日の生活のリズムに合わせて運動、休養及び睡眠をとることが必要であることを指導します。
- 「体の発育・発達」では、調和のとれた食事とはどのようなものか、学校給食の献立を中心に具体的に分かる教材を生かして指導を行います。また、具体的で分かりやすい図表や資料を準備し、体をよりよく発育・発達させるための食事の仕方について指導を行います。
- 「体の発育・発達」では、体をつくるもとになるたんぱく質、不足しがちなカルシウム、不可欠なビタミンについては、運動、休養と併せて体の発育・発達に必要であることを理解させます。また初めて栄養素について学習するので、第4学年でも理解できるような分かりやすい教材を準備し、指導します。
- 「病気の予防」では、食事などの生活行動が主な要因となって起こる生活習慣病を教材として取り上げ、専門的な立場から資料の提供や具体的な対策等の指導を行います。また、課題解決的な学習を展開する場合は、課題追究している児童に対して、専門的な立場から資料の提供や具体的な対策等の支援を行います。
- 日常の問題ある食生活の積み重ねが生活習慣病を引き起こすことがあることについて事例や図表等を示したり、生活行動を改善する具体的な手だてを示したりします。

- 運動、食事、休養及び睡眠については、食育の観点も踏まえつつ健康的な生活習慣の形成に結び付くよう配慮して指導します。
- 授業で扱う栄養素、食品、生活習慣病についての課題追究などは、抽象的な話で終了することなく、積極的にICT等を活用したり、一斉指導と個別指導を組み合わせたりして、どの児童にも理解できるよう工夫して指導します。
- 栄養教諭のネットワークを生かして、食品等の業者担当者と連携を図り、実際の食品等を提示して児童の興味・関心を高めて話し合いをさせるなど、深い学びにつなげる指導をします。

(2) 中学校

保健体育

ア 目標

体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的な解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。

- (1) 各種の運動の特性に応じた技能等及び個人生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な技能を身に付けるようにする。
- (2) 運動や健康についての自他の課題を発見し、合理的な解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力を養う。
- (3) 生涯にわたって運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し、明るく豊かな生活を営む態度を養う。

イ 教科の特徴

保健体育科は、体育や保健の見方・考え方を働かせ、生涯にわたる豊かなスポーツライフを実現するための資質や能力、健康で安全な生活を営む実践力及びたくましい心身を育てることによって、現在及び将来の生活を健康で活力に満ちた明るく豊かなものにすることを目指す教科です。

特に、保健分野では、保健の見方・考え方を働かせ、健康・安全についての科学的理解を通して、生徒が現在及び将来の生活において健康・安全の課題に直面した場合に、的確な思考・判断を行うことができるよう、自らの健康を適切に管理し改善していく思考力・判断力などの資質や能力を育成することが重要です。

保健体育科（保健分野）における食に関する指導については、健康に関わる食に関する内容について、科学的に理解させるとともに、健康的な生活習慣の形成に結び付くように配慮することが大切です。

ウ 分野の食に関連する内容

[保健分野]

(ア) 食に関連する内容

2 内 容

(1) 健康な生活と疾病の予防

健康な生活と疾病の予防について、課題を発見し、その解決を目指した活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

ア 健康な生活と疾病の予防について理解を深めること。

(イ) 健康の保持増進には、年齢、生活環境等に応じた運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活を続ける必要があること。

(ウ) 生活習慣病などは、運動不足、食事の量や質の偏り、休養や睡眠の不足など

の生活習慣の乱れが主な要因となって起こること。また、生活習慣病の多くは、適切な運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活を実践することによって予防できること。

3 内容の取扱い

- (3) 内容の(1)のアの(イ)及び(ウ)については、食育の観点も踏まえつつ健康的な生活習慣の形成に結び付くように配慮するとともに、必要に応じて、コンピュータなどの情報機器の使用と健康との関わりについて取り扱うことにも配慮するものとする。また、がんについても取り扱うものとする。

第3 指導計画の作成と内容の取扱い

- 2 第2の内容の取扱いについては、次の事項に配慮するものとする。

- (6) 第1章総則の第1の2の(3)に示す学校における体育・健康に関する指導の趣旨を生かし、特別活動、運動部の活動などとの関連を図り、日常生活における体育・健康に関する活動が適切かつ継続的に実践できるよう留意すること。なお、体力の測定については、計画的に実施し、運動の指導及び体力の向上に活用するようにすること。

(イ) 当該教科で指導することが考えられる例

- 食事には、健康な体をつくるとともに、運動などによって消費されたエネルギーを補給する役割があることを理解できるようにします。また、健康を保持増進するためには、毎日適切な時間に食事をすること、年齢や運動量等に応じて栄養素のバランスや食事の量などに配慮することが必要であることを理解できるようにします。 [(1)ア(イ)①]
- 心身の健康は生活習慣と深く関わっており、健康を保持増進するためには、年齢、生活環境等に応じた適切な運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活を続けることが必要であることを理解できるようにします。 [(1)ア(イ)②]
- 生活習慣病は、日常の生活習慣が要因となって起こる疾病であり、適切な対策を講ずることにより予防できることを、例えば、心臓病、脳血管疾患、歯周病などを適宜取り上げ理解できるようにします。その際、運動不足、食事の量や質の偏り、休養や睡眠の不足、喫煙、過度の飲酒などの不適切な生活行動を若い年代から続けることによって、やせや肥満などを引き起こしたり、また、心臓や脳などの血管で動脈硬化が引き起こされたりすることや、歯肉に炎症等が起きたり歯を支える組織が損傷したりすることなど、様々な生活習慣病のリスクが高まることを理解できるようにします。生活習慣病を予防するには、適度な運動を定期的に行うこと、毎日の食事における量や頻度、栄養素のバランスを整えること、喫煙や過度の飲酒をしないこと、口腔の衛生を保つことなどの生活習慣を身に付けることが有効であることを理解できるようにします。 [(1)ア(ウ)③]

(ウ) 実践事例

- ① 単元名 「健康な生活と疾病の予防」 ア(ウ) 生活習慣病などの予防
- ② 単元の目標
 - 生活行動や生活習慣と健康について、基礎的な事項及びそれらと生活との関わりを理解することができるようにする。(知識)
 - 生活行動や生活習慣と健康について、課題の解決を目指して、科学的に考え、判断できるようにしたり、表現したりすることができるようにする。(思考力, 判断力, 表現力等)
 - 生活行動や生活習慣と健康について関心を持ち、学習活動に意欲的に取り組むことができるようにする。(学びに向かう力, 人間性等)
- ③ 食育の視点
 - 様々な食品の栄養的な特徴や栄養バランスのとれた食事の必要性など、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。 <心身の健康>
- ④ 指導計画 (全5時間)
 - 健康の成り立ち (1時間)
 - 運動と健康 (1時間)
 - 食生活と健康 (1時間)
 - 休養・睡眠と健康 (1時間)
 - 生活習慣病とその予防 (1時間)
- ⑤ 展開例 (第3/5時)
 - 本時の目標
生活行動・生活習慣と健康について、不適切な生活習慣による身体への影響を振り返り、自分の食習慣と照らし合わせ、年齢に応じた栄養素のバランスや食事の量など、正しい食生活について考えることができる。

主な学習活動	指導上の留意点
○自分の1日の食生活を振り返る。	○ある1日の自分の生活について、食生活を中心に振り返り、どんな問題があるか考えるようにする。
健康な生活を送るために、どのような食生活を行えばよいか考えよう。	
○バランスのとれた食事とはどんなものか考える。 《参考資料》 ・食品別エネルギー量	○資料を基に、自力で考えた後、年齢や運動量に応じて栄養素のバランスや食事の量などに配慮することが必要なことを話し合ったり考え合わせたりする。

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ・作業・運動別の消費エネルギー量 ・栄養素の不足やとりすぎによる障害例 <p>○規則正しい食生活について考え、まとめたことを発表する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・朝食の欠食が与える影響 ・夜遅くの食事 ・過度のダイエット ・部活動に必要な栄養 ・間食の必要性 等 <p>○食事と健康について話し合う。</p> | <p>○参考資料から分かった問題点について、専門的な立場から具体的な助言をする。</p> <p>○運動などによって消費されたエネルギーを食事によって補給することは必要なことを助言する。</p> <p>*朝食欠食や過度のダイエットの問題点について専門的な立場から助言する。</p> <p>*年齢や運動量に応じた栄養のバランスや食事の量について、学校給食の献立を例にアドバイスする。</p> <p>○健康の保持増進や疾病の予防をするためには、調和のとれた食事が必要であることを話題の中心として、話し合わせる。</p> <p>○仲間の意見から改めて気付いたことをこれからの生活に生かすよう指導する。</p> |
|---|--|

(エ) 他教科等との関連

技術・家庭科（家庭分野）の「食生活」において、食品の栄養的特質や中学生の1日に必要な食品の種類と概量について学習したことと関連付け、生活行動・生活習慣と健康を学習し、規則正しい食生活について考えさせるなど、健康の保持増進のための食事のとり方について理解を深めます。

エ 栄養教諭の関わり方

- 食生活と健康で、学校給食の献立を教材として、年齢や運動量に応じた栄養素のバランスや食事の量について専門的な知識を生かした指導を行います。
- 食生活と生活習慣病との関わりについて、塩分や脂肪分を控えた学校給食の献立を教材として活用したり、生徒に分かりやすく説明する具体的な教具を工夫したり、実験や実習等を取り入れたりした指導を行います。
- 学習した後、食事摂取時間の不規則化、朝食欠食の日常化、栄養摂取の偏り等が見られる生徒に対して個別指導を行い、生活環境などに応じた、望ましい食生活が送れるよう支援します。
- 食生活と健康で、学校給食の献立を教材として、年齢や運動量に応じた栄養素のバランスや食事の量について専門的な知識を生かした指導を行います。
- 家庭や地域など外部との連携を図り、栄養教諭のネットワークを生かして、科学的で分かりやすい資料作成を行います。

オ 食に関する題材を活用する例

- 健康は、主体と環境を良好な状態に保つことにより成り立っていること、健康が阻害された状態の一つが疾病であること、疾病は、主体の要因と環境の要因とが相互に関わりながら発生することなどについて学習する際、主体の要因として、年齢、性、免疫、遺伝などの素因と、生後に獲得された運動、食事、休養及び睡眠を含む生活上の様々な習慣や行動などがあることを取り上げることが考えられます。(第1学年)

- 感染症は、病原体が環境を通じて主体に感染することで起こる病気であり、適切な対策を講ずることにより感染のリスクを軽減することができることについて学習する際、例えば、ノロウイルスによる感染性胃腸炎等を取り上げたり、感染症の予防に関して、身体の抵抗力を高めるために栄養状態を良好にするなどを取り上げたりすることが考えられます。(第3学年)

6 道徳

(1) 小学校

ア 目標

第1章総則の第1の2の(2)に示す道徳教育の目標に基づき、よりよく生きるための基盤となる道徳性を養うため、道徳的諸価値についての理解を基に、自己を見つめ、物事を多面的・多角的に考え、自己の生き方についての考えを深める学習を通して、道徳的な判断力、心情、実践意欲と態度を育てる。

イ 教科の特徴

道徳教育は、道徳的諸価値についての理解を基に、自己を見つめ、物事を多面的・多角的に考え、自己の生き方についての考えを深める学習を通して道徳性を養うことを目標としており、学校教育全体で行う道徳教育の要である道徳科の授業は重要です。

道徳科の授業では、〔節度、節制〕〔感謝〕〔生命の尊さ〕などの道徳的価値を含む内容についての指導が行われます。基本的な生活習慣に関する内容には規則正しい食習慣が関わっており、同様に感謝や生命尊重には食への感謝、郷土には地域の食文化に関わるなど、それぞれ食に関する指導と深く関わっています。

したがって、食に関する指導に当たっては、「食に関する指導の目標」や六つの視点と関連する道徳の内容を十分理解した上で、道徳科の特質を生かして多様な学習を展開していくことが大切になります。

ウ 各学年の食に関連する内容

(ア) 食に関連する内容

〔第1学年及び第2学年〕

A 主として自分自身に関すること

〔節度、節制〕

健康や安全に気を付け、物や金銭を大切にし、身の回りを整え、わがままをしないで、規則正しい生活をする。

B 主として人との関わりに関すること

〔感謝〕

家族など日頃世話になっている人々に感謝すること。

C 主として集団や社会との関わりに関すること

〔伝統と文化の尊重、国や郷土を愛する態度〕

我が国や郷土の文化と生活に親しみ、愛着をもつこと。

D 主として生命や自然、崇高なものとの関わりに関すること

〔生命の尊さ〕

生きることのすばらしさを知り、生命を大切にすること。

〔第3学年及び第4学年〕

A 主として自分自身に関すること

〔節度、節制〕

自分でできることは自分でやり、安全に気を付け、よく考えて行動し、節度のある生活をする。

B 主として人との関わりに関すること

〔感謝〕

家族など生活を支えてくれている人々や現在の生活を築いてくれた高齢者に、尊敬と感謝の気持ちをもって接すること。

C 主として集団や社会との関わりに関すること

〔伝統と文化の尊重、国や郷土を愛する態度〕

我が国や郷土の伝統と文化を大切にし、国や郷土を愛する心をもつこと。

D 主として生命や自然、崇高なものとの関わりに関すること

〔生命の尊さ〕

生命の尊さを知り、生命あるものを大切にすること。

〔第5学年及び第6学年〕

B 主として人との関わりに関すること

〔感謝〕

日々の生活が家族や過去からの多くの人々の支え合いや助け合いで成り立っていることに感謝し、それに応えること。

C 主として集団や社会との関わりに関すること

〔伝統と文化の尊重、国や郷土を愛する態度〕

我が国や郷土の伝統と文化を大切にし、先人の努力を知り、国や郷土を愛する心をもつこと。

D 主として生命や自然、崇高なものとの関わりに関すること

〔生命の尊さ〕

生命が多くの生命のつながりの中にあるかけがえのないものであることを理解し、生命を尊重すること。

(イ) 当該教科で指導することが考えられる例

道徳科の基本的な学習指導過程は、一般的には、導入、展開、終末の各段階を設定することが広く行われています。それぞれの段階には、次のような役割があります。

<導入>	主題に対する児童の興味や関心を高め、ねらいの根底にある道徳的価値の理解を基に自己を見つめる動機付けを図る段階です。
<展開>	ねらいを達成するための中心となる段階であり、中心的な教材によって、児童一人一人が道徳的価値の理解を基に自己を見つめる段階です。
<終末>	ねらいの根底にある道徳的価値に対する思いや考えをまとめたり、道徳的価値を実現することのよさや難しさなどを確認したりして、今後の発展につなぐ段階です。

以下に、それぞれの学習段階における食に関する指導の例を示します。

なお、道徳科の授業の主題を考え、ねらいを設定するときの参考となるよう、各事例の最後に指導上関係が深いと考えられる道徳の内容項目（学習指導要領参照）を示しました。

<導入の段階>

- 起床や就寝時刻、食事を含めた生活のリズムについて1週間調査を行い、規則正しい生活をしているかどうかを自己評価させて、問題意識をもたせます。
〔A 節度, 節制〕
- 郷土の農産物と食物との関係を分かりやすく示したカルタを用いて郷土への関心を高めさせ、展開の段階へとつなぎます。
〔C 伝統と文化の尊重, 国や郷土を愛する態度〕
- 人間が誕生してから、母乳、離乳食、一般食に移行していく過程など、食べ物が生命の維持に深く関係していることを表すパネルを活用して、食生活や自他の生命の尊さについて関心をもたせます。
〔D 生命の尊さ〕

<展開の段階>

- 規則正しい生活習慣、生活のリズムは大切だとは分かっていますが、心の弱さから不規則な生活になってしまうことがあることに共感させ、自分との関わりで節度ある生活について考えさせます。
〔A 節度, 節制〕
- 我が国や郷土の産業、特に農産物を受け継ぎ、発展させてきた人々の思いや努力について考えさせます。
〔C 伝統と文化の尊重, 国や郷土を愛する態度〕
- 動植物の生命を含め、全ての生命はかけがえのないものであることを理解させるとともに、その生命をいただくことで生かされていることに気付かせ、生命のつながりを

多面的・多角的に考えさせます。

〔D 生命の尊さ〕

＜終末の段階＞

- 食事と睡眠をしっかりとり、生活に一定のリズムを与えることが、健康で明るく、快適な毎日を送ることができるようになることに気付かせ、実践しようとする意識を高めます。〔A 節度, 節制〕
- 教材の内容から郷土へと視点を移し、郷土の産業や農産物に触れ、親しみながら、大切にしていこうとする意欲を高めます。〔C 伝統と文化の尊重, 国や郷土を愛する態度〕
- 人間が生きていく上で食べるということの大切さに改めて気付かせ、食べるということは生命をいただくことであり、食生活は生命のつながりによって成り立っていることを実感させ、生命を尊重する心情や態度を育てます。〔D 生命の尊さ〕

（ウ） 実践事例

- ① 主題名 みんなで使うものを大切に
 教材名 「目ざまし時計」
 出典 「道徳教育推進指導資料（指導の手引き）1」
 小学校 読み物資料とその利用 -主として自分自身に関すること-
 （文部省）
- ② ねらい
 自分でできることは自分でやり、節度ある生活をしようとする態度を育てる。
- ③ 食育の視点
 ○ 健康な生活を送る上で、食事をとることの大切さを理解する。 <社会性>
- ④ 学習指導過程例

	主な学習活動	指導上の留意点
導入	○食事の時間や睡眠時間に関する事前のアンケート調査をもとに、学級の友達の生活の様子について知る。	○自分の食生活や睡眠の様子を振り返り、学級全体の様子と比べながら、健康で明るい生活を送るための問題意識をもたせる。

展開	<p>○教材「目ざまし時計」の読み聞かせを聞き、話し合う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「わたしのきまり」を作ったときの気持ちを考える。 ・しばらくして、「わたしのきまり」が少しずつ守れなくなったときの気持ちを考える。 ・保健室のベッドで目をつむっているときの気持ちを考える。 <p>○1日の生活のリズムを振り返る。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・食事や睡眠がしっかりとれているか、自分や友達の生活の様子から考える。 	<p>○目ざまし時計を買ってもらったリカに共感し、時間を守って生活しようとする気持ちを捉える。</p> <p>○好きなことに対する誘惑とともに人間の心の弱さについて自分との関わりで考え、継続して生活のリズムをつくることの難しさを捉える。</p> <p>○寝不足で、朝ごはんも食べずに学校へ来た状況を捉え、リカを通して至らなかったことに気付かせる。</p> <p>○自分の1日の生活のリズムや長いスパンで生活の様子を振り返り、友達の様子と比べながら、健康で明るい生活ができていのかどうかを見つめ直す。</p>
終末	<p>○スポーツ選手等、社会で活躍している人の生活習慣を知る。</p>	<p>○社会で活躍している多くの方は、生活習慣を大切にし、しっかりと睡眠と栄養をとることで力を発揮していることに気付かせる。</p> <p>*栄養教諭が、生活習慣とともに食生活の大切さについて話をする。</p>

(エ) 他教科等との関連

- 生活科における「がっこうたんけん」において、児童は、学校にはたくさんの教室や施設があることや、自分たちの学校生活を支えるために、いろいろな人が関わっていることに気付きます。また、給食室を訪問し、栄養教諭、給食調理員にインタビューをしたり、調理器具を見せてもらったりするなど、自分たちの学校をより関心をもって調べ、発表することを通して、児童のできることに、生活科における学習との関連を図ると効果的です。

エ 栄養教諭の関わり方

<導入の段階>

導入の段階は、主題や教材に対する児童の興味・関心を高め、ねらいの根底にある道徳的価値の理解を基に自己を見つめる動機付けを図ります。

例えば、給食に関する写真や実物、統計資料、掲示資料など、栄養教諭のもつ情報を生かして、これから話し合おうとする内容について、興味や関心を高め、問題意識

をもつことができるように関わります。特に、児童にとってアンケートを活用したり、視覚に訴える写真などを生かして提示したりすると、児童の話合いへの動機付けをより強く図ることができます。また、学習課題を設定することもあります。

なお、導入は短い時間で進めます。したがって、多くの資料を用いず、1つか2つの厳選した資料で心を動かすように関わるのが大切です。

<展開の段階>

展開の段階は、ねらいを達成するための中心となる段階です。また、読み物教材や映像教材、語り聞かせによる教材などを通して話し合い、児童一人一人がねらいの根底にある道徳的価値の理解を基に自己を見つめる段階です。

栄養教諭は、例えば、道徳科の授業で活用する教材を作成するとき、食や食育に関する情報などを作成者（担任教諭など）に情報提供したり、内容などのアドバイスをしたりします。栄養教諭自身がその専門性を生かして教材を作成したり、担任教諭と協力して作ったりすることも考えられます。

導入の段階で、学習課題を立てたら、その課題について児童が追究できるように、話し合いを進めます。教師があまり出過ぎずに児童の主体的な思考を促し、「そう思うのはどうして?」と問い返しを行ったり、「今の考えをみんなどう思う?」と話題を広げてみたりしながら、課題を追究できるようにします。

グループ活動を展開することも考えられます。栄養教諭は、その専門性を生かして、グループ活動を行っている児童の話合いに助言したり、質問に答えたりすることで、児童の学習を支援します。担任教諭と協力しながら、話し合いが円滑に行われるようにします。

<終末の段階>

終末は、ねらいの根底にある道徳的価値に対する思いや考えをまとめたり、道徳的価値を実現することのよさや難しさなどを確認したりして、今後の発展につなぐ段階です。

例えば、食事に関することわざを話したり、心に響く写真や映像の一部を見せたり、忘れられない出来事を話して印象付けを図ったりして、児童の心に強く残るまとめとなるように工夫することが大切です。

また、ねらいとする道徳的価値に対する児童一人一人の思いや考えを大切にしながらも、栄養教諭からの願いをメッセージとして伝えたり、食事や食生活の意味を端的に伝えたり、スローガンが書かれたポスターを紹介したりして、食事の在り方や食生活について、よりよい習慣を身に付けていこうとする意欲などを高めることができるようにします。

オ 食に関する題材を活用する例

○ 「礼儀」について学習する際に、挨拶やマナーを題材とする中で、食事の際の挨拶や作法を取り上げることが考えられます。(各学年)

○ 「家族愛、家庭生活の充実」について学習する際に、家族との関わりを題材とする中で、家族における食生活を取り上げることが考えられます。(各学年)

- 「勤労，公共の精神」について学習する際に、農業に携わる人の仕事に対するやりがいや困難を題材とする中で、食べ物を大切にすることについて取り上げることが考えられます。(各学年)

- 「自然愛護」について学習する際に、人間も環境との関わりなしには生きられない存在であることを題材とする中で、食生活を支えている動植物の生命を取り上げることが考えられます。(各学年)

(2) 中学校

ア 目標

第1章総則の第1の2の(2)に示す道徳教育の目標に基づき、よりよく生きるための基盤となる道徳性を養うため、道徳的諸価値についての理解を基に、自己を見つめ、物事を広い視野から多面的・多角的に考え、人間としての生き方についての考えを深める学習を通して、道徳的な判断力、心情、実践意欲と態度を育てる。

イ 教科の特徴

道徳教育は、道徳的諸価値についての理解を基に、自己を見つめ、物事を広い視野から多面的・多角的に考え、人間としての生き方についての考えを深める学習を通して道徳性を養うことを目標としており、学校教育全体で行う道徳教育の要である道徳科の授業は重要です。

道徳科の授業では、[節度、節制]、[思いやり、感謝]、[生命の尊さ]などの道徳的価値を含む内容についての指導が行われます。基本的な生活習慣に関する内容には規則正しい食習慣が関わっており、同様に感謝や生命尊重には食への感謝、郷土には地域の食文化に関わるなど、それぞれ食に関する指導と深く関わっています。

したがって、食に関する指導に当たっては、「食に関する指導の目標」や六つの視点と関連する道徳の内容を十分理解した上で、道徳科の特質を生かして多様な学習を展開していくことが大切になります。

ウ 食に関連する内容

(ア) 食に関連する主な内容

A 主として自分自身に関すること

[節度、節制]

望ましい生活習慣を身に付け、心身の健康の増進を図り、節度を守り節制に心掛け、安全で調和のある生活をする。

B 主として人との関わりに関すること

[思いやり、感謝]

思いやりの心をもって人と接するとともに、家族などの支えや多くの人々の善意により日々の生活や現在の自分があることに感謝し、進んでそれに応え、人間愛の精神を深める。

D 主として生命や自然、崇高なものとの関わりに関すること

[生命の尊さ]

生命の尊さについて、その連続性や有限性なども含めて理解し、かけがえのない生命を尊重すること。

(イ) 当該教科で指導することが考えられる題材例

道徳科の基本的な学習指導過程は、一般的には、導入、展開、終末の各段階を設定することが広く行われています。それぞれの段階には、次のような役割があります。

<導入>	主題に対する生徒の興味や関心を高め、学習への意欲を喚起して、生徒一人一人のねらいにある道徳的価値や人間としての生き方についての自覚に向けて動機付けを図る段階です。
<展開>	ねらいを達成するための中心となる段階であり、中心的な教材によって、生徒一人一人が、ねらいにある道徳的価値の理解を基に、自己を見つめ、物事を広い視野から多面的・多角的に考え、道徳的価値や人間としての生き方についての自覚を深める段階です。
<終末>	ねらいにある道徳的価値に対する思いや考えをまとめたり、道徳的価値を実現することのよさや難しさなどを確認したりして、今後の発展につながる段階です。

以下に、それぞれの学習段階における食に関する指導の例を示します。

なお、道徳科の授業の主題を考え、ねらいを設定するときの参考となるよう、各事例の最後に指導上関係が深いと考えられる道徳の内容項目(学習指導要領参照)を示しました。

<導入の段階>

- 自分の生活を客観的に振り返り、特に朝食の取り方や、食事内容について振り返ることで、食の大切さを考えるきっかけとなるようにします。〔A 節度, 節制〕
- これまで体験した農産物の収穫の体験などを振り返り、農産物を生産する労働について関心を向けさせ、食物が多くの人々の手によって生産されていることを意識させるようにします。〔B 思いやり, 感謝〕
- これまで体験した動物の飼育の体験や家庭で飼育しているペットなどとの関わりを振り返り、動物の生命について関心をもたせ、展開の段階につなげるようにします。〔D 生命の尊さ〕

<展開の段階>

- ある学生 of 生活習慣を描いた教材などを通して話し合い、規則正しい生活習慣、生活のリズムは大切だとは分かっているにもかかわらず、心の弱さから不規則な生活になってしまうことがあることに共感させ、自分との関わりで節度ある生活について考えさせます。〔A 節度, 節制〕
- 農作物の生産に関わる教材を通して、農業に従事する人々の仕事の様子や消費

者への思いについて知り、生産者の気持ちなどについて話し合うことで、自分が毎日食事をいただけるのは、多くの人々によって支えられていることについて考えさせます。〔B 思いやり, 感謝〕

- かわいがっていた動物を殺して郷土料理を作ることに反発しながらも、最後にはその料理を食べる登場人物の気持ちを考えさせることで、自分が生きるために、他の命をいただいているということについて深く考えさせます。〔D 生命の尊さ〕

<終末の段階>

- ある学生 of 生活習慣を描いた教材などを通して話し合った後、自分の生活を振り返る中で朝食を食べる意義を考え、自己の生活における食生活を見直す実践意欲を高めるようにします。〔A 節度, 節制〕
- 農作物の生産に関わる教材での話合いの後、米作りや野菜作りに一生懸命に励んでいる人たちの映像を視聴し、生産に取り組んでいる人と、作り出された食物そのものにも感謝して生活しようとする心情を高めるようにします。〔B 思いやり, 感謝〕
- 人間が生きて行く上で食べるということの大切さに改めて気付かせ、食べるということは生命をいただくことであり、食生活は生命のつながりによって成り立っていることを実感させ、生命を尊重する心情や態度を育てます。〔D 生命の尊さ〕

(ウ) 実践事例

- ① 主題名 生活習慣を確立することの大切さ
教材名 「独りを慎む」
「コラム 健康な人間をつくることも医学の役目ではないか」
出典 「中学生の道徳『明日への扉』3年」(学研)
「私たちの道徳(中学校)」(文部科学省)
- ② ねらい
「節度・節制の大切さ」の話合いを通して、自己を見つめ生活習慣の確立を図ろうとする実践意欲と態度を育てる。 中学校 A 節度, 節制
- ③ 食育の視点
 - 健康の保持増進には、栄養バランスのとれた食事をする必要があることを知り、自ら管理してよりよい食習慣を身に付ける。 <心身の健康>

④ 学習指導過程例

	主な学習活動	指導上の留意点
導入	○アンケートを見て気づいたことを話し合う。	○栄養教諭とともに、給食についての課題も含めて「わかっているけどできない」という点から、課題を提示する。
展開	<p>「独りを慎む」とはどういうことなんだろう。</p> <p>○教材の条件・状況の説明を聞く。 ○教材「独りを慎む」の範読を聞き、課題について話し合う。</p> <p>・一人暮らしを始めて、行儀が悪くなった作者についてどう思うか考える。 (補助発問) 一人暮らしの食事内容を見てどう思うか。</p> <p>・「精神の問題だ」という作者は、どのようなことを問題にしているのかを考える。 (補助発問) だらしのない生活を続けたり、だらしのない食事を続けていったりしたら、どうなってしまうか。</p> <p>○「独りを慎む」とはどういうことか考える。</p> <p>「独りを慎む」ことは、必要なのだろうか。</p> <p>○これまでの自分について振り返り、授業で学んだことやこれからの生き方について道徳ノートに書き、話し合う。</p>	<p>○よい、悪い、両方の意見が出ることが推測されるが、意見として受け止め、否定しないようにする。</p> <p>○難しい言葉のため、適宜解説を加える。 ○家族が守ってくれていた偽りの生活習慣であり、自律的にできていたものではないことに気づかせる。</p> <p>○多面的・多角的に考え、生活習慣を確立することのよさを生徒に実感させるようにし、生徒が自分事として話合いに参加できるようにする。</p> <p>○話合いで深めた内容を書くことによって、内面化させる。 ○話合いを通して、多様な考えに触れることで、考えを深める。</p>

<p>終末</p>	<p>○栄養教諭の話を書く。 ・生活習慣を確立することの大切さを聞く。</p>	<p>○食生活の乱れは、単に日々の生活だけの問題ではなく、自らの生き方そのものの問題であり、人生をより豊かなものにする事との関係で学ぶことができるよう配慮する。 *栄養教諭が、「私たちの道徳」のコラムを使用し、バランスのとれた食事の大切さについて話す。</p>
-----------	---	--

(エ) 他教科との関連

- 保健体育において、「生活習慣を確立することの大切さ」について考えていき、生活習慣と心の健康の関係、他の病気との関連を学習します。食育に関連することとして、生活習慣の問題点では、食事の時間が不規則であることや朝食を食べないこと、食事の量や質の偏りが病気の原因となっていくことを捉えさせていきます。
- 技術・家庭科の（家庭分野）においては、健康と食生活について考えていき、生活リズムと食事や栄養素の働き、食品などを取り上げます。また、栄養素のバランスを考えながら1日分の献立を立てたり、調理実習を行ったりしています。

このように、多くの教科で「生活習慣を確立することの大切さ」について考え、その教科から考えた根拠を学習し、関連付けていくことで、道徳科の授業でも自分の生活を見つめ、道徳的価値に迫ることが期待できます。

エ 栄養教諭の関わり方

<導入の段階>

導入の段階は、主題や教材に対する生徒の興味・関心を高め、学習への意欲を喚起して、生徒一人一人のねらいの根底にある道徳的価値や人間としての生き方についての自覚に向けて動機付けを図ります。

例えば、給食や弁当に関する写真や実物、統計資料、掲示資料など、栄養教諭のもつ情報を生かして、これから話し合おうとする内容について、興味・関心を高め、問題意識をもつことができるように関わります。特に、生徒にとってアンケートを活用したり、視覚に訴える写真などを生かして提示したりすると、生徒の話合いへの動機付けをより強く図ることができます。また、学習課題を設定することもあります。

なお、導入は短い時間で進めます。したがって、多くの資料は用いず、1つか2つの厳選した資料で心を動かすように関わるのが大切です。

<展開の段階>

展開の段階は、ねらいを達成するための中心となる段階です。また、読み物教材や映像教材、語り聞かせによる教材等を通して話し合い、生徒一人一人が、ねらいの根

底にある道徳的価値の理解を基に、自己を見つめ、物事を広い視野から多面的・多角的に考え、人間としての生き方についての考えを深める段階です。

栄養教諭は、例えば、道徳科の授業で活用する教材を作成するとき、食や食育に関する情報などを作成者（担任教諭など）に情報提供したり、内容等のアドバイスをしたりします。栄養教諭自身がその専門性を生かして教材を作成したり、担任教諭と協力して作ったりすることも考えられます。

導入の段階で、学習課題を立てたら、その課題について生徒が追究できるように、話し合いを進めます。教師があまり出過ぎずに生徒の主体的な思考を促し、「そう思うのはどうして?」と問い返しを行ったり、「今の考えをみんなどう思う?」と話題を広げてみたりしながら、課題を追究できるようにします。

グループ活動を展開することも考えられます。栄養教諭は、その専門性を生かして、グループ活動を行っている生徒の話し合いに助言したり、質問に答えたりすることで、生徒の学習を支援します。担任教諭と協力しながら、話し合いが円滑に行われるようにします。

<終末の段階>

終末は、ねらいにある道徳的価値に対する思いや考えをまとめたり、道徳的価値を実現することのよさや難しさを確認したりして、今後の発展につなぐ段階です。

例えば、食事に関することわざを話したり、心に響く写真や映像の一部を見せたり、忘れられない出来事を話して印象付けを図ったりして、生徒の心に強く残るまとめとなるように工夫することが大切です。

また、ねらいとする道徳的価値に対する生徒一人一人の思いや考えを大切にしながらも、栄養教諭からの願いをメッセージとして伝えたり、食事や食生活の意味を端的に伝えたり、スローガンが書かれたポスターを紹介したりして、食事の在り方や食生活についてよりよい習慣を身に付けていこうとする意欲などを高めることができます。

オ 食に関する題材を活用する例

- 「礼儀」について学習する際に、挨拶やマナーを題材とする中で、食事の際の挨拶や作法を取り上げることが考えられます。(各学年)
- 「伝統と文化の尊重、国や郷土を愛する態度」について学習する際に、郷土の特産品を開発した先人を題材とする中で、食に関する文化を取り上げることが考えられます。(各学年)
- 「国際理解、国際親善」について学習する際に、世界における文化の交流を題材とする中で、他国の食文化の我が国への普及と和食の他国への普及を取り上げることが考えられます。(各学年)

7 総合的な学習の時間

【小学校・中学校】

(1) 目標

探究的な見方・考え方を働かせ、横断的・総合的な学習を行うことを通して、よりよく課題を解決し、自己の生き方を考えていくための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。

- (1) 探究的な学習の過程において、課題の解決に必要な知識及び技能を身に付け、課題に関わる概念を形成し、探究的な学習のよさを理解するようになる。
- (2) 実社会や実生活の中から問いを見いだし、自分で課題を立て、情報を集め、整理・分析して、まとめ・表現することができるようにする。
- (3) 探究的な学習に主体的・協働的に取り組むとともに、互いのよさを生かしながら、積極的に社会に参画しようとする態度を養う。

(2) 教科等の特徴

総合的な学習の時間は、児童生徒が探究的な見方・考え方を働かせ、横断的・総合的な学習を行うことを通して、よりよく課題を解決し、自己の生き方を考えていくための資質・能力を育成するものです。地域や学校、児童生徒の実態等に応じて学習する内容を定めるなど、各学校の創意工夫を生かした指導計画に基づく教育活動が期待されています。その中で、児童生徒自らが、日常生活や社会との関わりの中から問いを見いだし、そこから設定した課題を探究的な学習の過程を通して解決していくことが極めて重要となります。

これらの資質・能力を育成していくために、各学校で設定する内容には、目標を実現するにふさわしい探究課題と、探究課題の解決を通して育成を目指す具体的な資質・能力を示すこととなっています。探究課題とは、児童生徒が探究的に関わりを深め、学んでいくべきと考える学習対象（人・もの・こと）のことです。つまり、各学校では、「何を学ぶか」（探究課題）とそれを通して「どのようなことができるようになるか」（資質・能力）という二つを設定し、示すこととなります。

食に関する指導についても、児童生徒の発達段階と地域の実態を考慮して、各学校で目標及び内容（探究課題と資質・能力）を明確に定めて実施することが必要です。学習活動を通して、食に関する概念的な理解が深まるように、体験だけで学習が終わらないようにすることが大切です。

(3) 食に関連する内容

ア 食に関連する内容

各学校においては、第1の目標を踏まえ、各学校の総合的な学習の時間の内容を定める。

- (1) 各学校において定める目標については、各学校における教育目標を踏まえ、総合的な学習の時間を通して育成を目指す資質・能力を示すこと。

- (2) 各学校において定める目標及び内容については、他教科等の目標及び内容との違いに留意しつつ、他教科等で育成を目指す資質・能力との関連を重視すること。
- (3) 各学校において定める目標及び内容については、日常生活や社会との関わりを重視すること。
- (4) 各学校において定める内容については、目標を実現するにふさわしい探究課題、探究課題の解決を通して育成を目指す具体的な資質・能力を示すこと。
- (5) 目標を実現するにふさわしい探究課題については、学校の実態に応じて、例えば、国際理解、情報、環境、福祉・健康などの現代的な諸課題に対応する横断的・総合的な課題、地域の人々の暮らし、伝統と文化など地域や学校の特色に応じた課題（地域や学校の特色に応じた課題）、児童（生徒）の興味・関心に基づく課題、（職業や自己の将来に関する課題）などを踏まえて設定すること。
- (6) 探究課題の解決を通して育成を目指す具体的な資質・能力については、次の事項に配慮すること。

ア 知識及び技能については、他教科等及び総合的な学習の時間で習得する知識及び技能が相互に関連付けられ、社会の中で生きて働くものとして形成されるようにすること。

イ 思考力、判断力、表現力等については、課題の設定、情報の収集、整理・分析、まとめ・表現などの探究的な学習の過程において発揮され、未知の状況において活用できるものとして身に付けられるようにすること。

ウ 学びに向かう力、人間性等については、自分自身に関すること及び他者や社会との関わりに関することの両方の視点を踏まえること。

- (7) 目標を実現するにふさわしい探究課題及び探究課題の解決を通して育成を目指す具体的な資質・能力については、教科等を越えた全ての学習の基盤となる資質・能力が育まれ、活用されるものとなるよう配慮すること。

() 内は中学校において記載。

総合的な学習の時間で食に関する内容を設定するには、各学校の目標を実現するにふさわしい探究課題として設定するとともに、その探究課題の解決を通して育成を目指す具体的な資質・能力を示すことが必要です。探究課題に関しては、上述のとおり、学習指導要領に例示されています。これらの例示を参考にしながら、地域や学校、児童・生徒の実態に応じて、探究的な見方・考え方を働かせ、横断的・総合的な学習を行うことが必要です。そのためにも、よりよく課題を解決し、自己の生き方を考えていくことに結び付いていくような教育的に価値のある諸課題を探究課題として設定することが求められます。

イ 当該教科で指導することが考えられる例

総合的な学習の時間で食に関する内容を扱う場合は、扱う内容が上記(5)で示した探究課題のどの例示に適合するのか、その探究課題を解決するために児童生徒は何を考え、どのような活動を行うか（探究課題を解決するための問い）を指導者は明確にする必要があります。ただし、それぞれの課題は、あくまでも例示であり、各学校が探究課題を設定する際の参考として示したものです。これらの例示を参考にしながら、地域や学校、

児童生徒の実態に応じて、探究課題を設定すると同時に、育成を目指す資質・能力を具体的に設定していくことになります。

これらを踏まえ、小学校と中学校において扱うことが考えられる食に関連する内容の事例を、例示されている探究課題ごとに分けて紹介します。

【小学校】

課題(例示)	探究課題	主な学習活動(該当学年・総時数を含む)	探究課題を解決するための問い	指導の留意点等
①現代的な諸課題に対応する横断的・総合的な課題(食,健康)	身近な食の変化と健康な暮らし(食,健康)	「むかしの食事と比べよう」 小学校第3学年 40時間 祖父母など身近な高齢者に取材しながら、昔(昭和初期頃)の食事の様子・食材・メニュー・マナーなどについて今の自分たちの食事の様子と比べながら調べ、食生活を見直すとともに、健康な暮らしについて考えます。	<ul style="list-style-type: none"> ・昔の食事と自分の食事、それぞれの特徴は何か。 ・昔と今の食事の長所を生かした健康によい食事のメニューはどのようなものか。 ・他に健康によいことは何か。 	
	菓子のある生活のよさと健康との関係(健康)	「体によいお菓子を作ろう」 小学校第4学年 25時間 児童が普段食べているお菓子を持ち寄り、原材料を調べます。そこから自分が普段食べるお菓子が何からできているのかを知り、その特徴について理解しながら、体によいお菓子の在り方を考えます。実際に、手作りのお菓子を作って食べたり、菓子メーカーに児童が考えたお菓子を提案したりするなどの活動を通	<ul style="list-style-type: none"> ・自分が普段食べているお菓子の原材料は何か。 ・体によいお菓子はどのようなものか。 ・体によいお菓子をどのような手順で作ればよいか。 ・もっと健康な体をつくるには何が必要だろうか。 	実際にお菓子を作る場合は、地元の食材を扱うことで地産地消についても学習することができます。

		して、食生活と健康との関わりについて考えていきます。【事例1】		
②地域の人の暮らし、伝統と文化など地域や学校の特色に応じた課題（伝統文化、地域経済）	地域の伝統野菜を守る農家の思いと伝統野菜をPRする活動（伝統文化、地域経済）	「地元の伝統野菜をPRしよう」 小学校第6学年 50時間 給食に使われている伝統野菜は、どこで、誰が、どんなふうにつくっているのか、実際に生産地を調査したり、栽培活動をしたりします。つくり方や苦労すること、楽しいと感じることなどをインタビューし、それらをポスターにまとめ発表会で交流し合うことを通して、生産者の思いに触れ、伝統野菜、そして地元のよさに気づき、そのよさを守り続けるためのPR活動に取り組みます。【事例2】	<ul style="list-style-type: none"> 給食で使われている食材の生産地はどこか。 伝統野菜をつくり続ける理由は何か。 どのように、伝統野菜を守り続けたりPRしたりするか。 	学校が所在する地域に伝統野菜がない場合でも、地域の特産物を取り上げ、同様の学習を計画することが可能です。
③児童の興味・関心に基づく課題（農作物の栽培）	米・そば・小麦作りと地域の食文化を守る人々の思い（農作物の栽培）	「お米をつくろう」 小学校第5学年 70時間 米の産地と種類、歴史、輸出入の状況などを調べたり、米ができるまでの世話などについて農家の人に教わったりします。また、実際に稲を栽培し、化学肥料や農薬の是非について考えたり、収穫してご飯を炊いて味わったりする活動を通して、お世話になった人々と味わいながら、地域の食文化を育んできた人々の知恵や工夫に気づき、活動します。そこから、自分	<ul style="list-style-type: none"> 自分たちで米を栽培するためにどのような手順で行えばよいか。 化学肥料や農薬の是非についてどのように調べるか。 米を含む地域の食文化を守るために何が必要か。 	地域の実態に応じて米の代わりに「そば」や「小麦」の栽培を通して、そばやうどんを作って地域の方と収穫祭を行うなどの学習も考えられます。

		<p>の住んでいる地域への愛着と地域の一員としての自覚を深めたり、我が国の主食である米を大事にし、進んでご飯を食べようとする態度を育てたりします。</p>	
--	--	---	--

【中学校】

課題(例示)	探究課題	主な学習活動(該当学年・総時数を含む)	探究課題を解決するための問い	指導の留意点等
①現代的な諸課題に対応する横断的・総合的な課題(食,健康)	健康を考えた食生活と高校生の昼食の在り方(食,健康)	<p>「高校生に向けての昼飯(高飯^{たかめし})やサラリーマンの昼飯(サラメシ)を考えよう」 中学校第3学年 30時間 来年度になれば、多くの生徒は高校に進学したり、就職したりと、弁当持参の生活になることが予想されます。欠食したり偏食したりすることがないように進学・就職した時の昼飯の在り方について、学校給食と比較しながら考えます。そして、自分たちでも作ることができる栄養バランスのとれた一食分のおすすめメニューを考えてレシピ集にまとめ、次年度実際に弁当を作って持参しようとするなどの態度を育みます。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・欠食や偏食は体にどのような影響を及ぼすか。 ・自分たちの食習慣と健康とはどのような関わりがあるのか。 ・体によいおすすめメニューを考えるために、どのように調べか。 ・より健康で安全な食生活にするためにどのようにすればよいか。 	<p>給食がない学校は、生徒の普段の昼食で考えます。また、おすすめメニューを考える際は、一週間分のメニューにしたり、地元食材を入れて考えたり、生徒の興味・関心に応じて選択できるようにすることも考えられます。</p>
②生徒の興味・関心に基づく課題(調理)	環境にやさしく経済的な調理方法(調理)	<p>「目指せ!エコな食生活」 中学校第2学年 30時間 エコロジー(環境に優しく)でエコノミー(経済的)な料理や調理法を考えることで、調理によって</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・エコロジーでエコノミーな料理について具体的に説明できるか。 ・エコロジーでエコノミーな調理 	<p>エコロジーやエコノミーについての知識や技能だけにとどまるこ</p>

		出されるゴミをなるべく少なくし、エネルギーを効率よく使って調理したり、残さず食べたりしようとするなど、自分たちの食事の在り方を見直します。	方法はどのようにするとよいか。 ・自分の食事を見つめ、エコロジーでエコノミーな食生活に取り組みするために必要なことは何か。	となく、教師等から調理方法を教わったり実際に食事をつくったりして、自分の食生活に生かせるようにします。
③地域や学校の特色に応じた課題（町づくり・地域経済）	地域の特産物の生産・製造に関わる人々の思いと地域活性化への取組（町づくり、地域経済）	「地域活性プロジェクト」 中学校第1学年 35時間 地元で生産されている特産の農産物を農家と協力してつくったり、収穫した農産物を加工したりする活動を行います。その活動を通して、昔から受け継がれてきた地域の特産物に関する食文化に対する人々の思いや知恵に気づき、郷土の恵みに感謝する心を育みます。 さらに、関係機関の協力を得ながら、その特産の農産物をPRする活動を通して地域を活性化する取組へと展開していきます。	・地域の特産物の特徴は何か。 ・地域の特産物を生産したり、加工したりしている人々の思いや知恵は何か。 ・地域の特産物をPRするために、どのように調べるか。 ・地域の一員として地域を活性化するために、何が必要か。	ここでいう関係機関とは、地域の農家、農家を支える農業団体、地域の活性化に取り組む首長部局の行政機関や商工会議所等、外部との連携を構築することで、専門性が高まり生徒の学習の質を高めることができます。
④職業や自己の将来に関わる課題（職業、勤労）	将来への展望との関わりで尋ねてみたい人や機関（職業、勤労）	「働く人から学ぼう」 中学校第2学年 50時間 身近なところで働く人に取材し、実際に職場に出掛けて働く体験をして交流したり、身近にはない職業について考えたりします。そのことを通して、	・地域で働く人の存在とその夢や願いは何か。 ・地域社会を支える様々な職種の中でも、食を支えている生産業や製造業、飲食	「キャリア・スタート・ウィーク」の一環として実施する場合は、生徒一人一人の興

	<p>社会には多様な仕事があることや一つ一つの職業が社会の中で大切な役割を果たしていることに気付きます。このとき、特に、私たちの食を支える生産業（農業・漁業従事者）や製造業、そして食を提供する飲食サービス業に焦点を当て、そこで働く人たちの思いや夢、工夫や情熱を聞く講演会を共通体験として設定します。その共通体験を通して、食に関わる仕事の大切さを知るとともに、自分の将来に対する夢や可能性を抱くことにもつなげていきます。【事例3】</p>	<p>サービス業が果たしている社会的な役割とは何か。 ・自分が将来就きたい職業についてどのような手順で調べるか。</p>	<p>味・関心を優先し、一律に生産業や製造業等、食に関わる職業についてだけ取り上げることがないように留意します。</p>
--	--	--	--

ウ 実践事例

事例1

(1) 単元名 体によいお菓子を作ろう (小学校第4学年)

(2) 探究課題

・身近なお菓子の原材料とその特徴、健康志向のおやつと食生活の在り方(食、健康)

(3) 単元の目標

児童が普段食べているお菓子の特徴を調べることを通して食品の品質や安全性を理解し、実際に手作りのお菓子を作ったり、自分で考えた体によいお菓子を菓子メーカーに提案したりして、健康な生活を送るうえでお菓子と自分との関わりについて考えることができるようにする。

(4) 食育の視点

○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関わりを理解することができる。〈食事の重要性〉

○1日分の献立をふまえ、簡単な日常食の調理をすることができる。〈心身の健康〉

○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ができる。

〈食品を選択する能力〉

(5) 指導計画 (25 時間)

①自分が普段食べているお菓子を持ち寄り、原材料を調べることを通して、食品の品質や安全性について関心をもち、食生活と健康との関わりについて課題意識をもつ。(5時間)

②食品の原材料について調べることで、自分の体のことを考えたお菓子をつくることができなにかを考える。(8時間)

③おすすめのおやつになるお菓子をつくって提案する。(12時間)

(6) 展開 (15～17 / 25 時間)

○目標

栄養教諭の話を基にグループで「体によい」お菓子を考えることができる。

主な学習活動	指導上の留意点
<p>○各自がおすすめのお菓子を考える。</p> <p>○栄養教諭からの「体によいお菓子」について話を聞いて、再度、自分が考えたおすすめのお菓子を考える。</p>	<p>○おすすめのお菓子を考える際のポイントを確認する。</p> <p>〈考えるポイント〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・おいしいか? ・体によいか? ・食材は手に入るか? ・費用はどれくらいか? など <p>*栄養教諭は、「体によい」という点について、具体的に説明する。ここでいう「体によい」とは、例えば、</p>

○グループ内で、各自が考えたおすすめのお菓子を出し合い、グループで作るお菓子を考える。

- ・油脂や塩分を多く含むおやつやジュースに含まれる糖分等について知り、摂りすぎに注意する
- ・栄養のバランスに気を付ける など
- 各自が最初に考えたお菓子と栄養教諭の説明を聞いた後に考えたお菓子を比較して、変わった点を明らかにする。
- 各自が考えたお菓子の特徴を上記の〈考えるポイント〉や栄養教諭からの説明に照らしながら比較し、それぞれのよい点（長所）を出し合いながらグループ独自のお菓子を考える。
- 各グループの「おすすめ」を明らかにして、どこが体によいかを発表できるようにする。

(7) 他教科等との関連

- 特別活動における学級活動(2)エ「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」と関連させて学習活動を行う。

事例2

(1) 単元名 地元の伝統野菜をPRしよう (小学校第6学年)

(2) 探究課題

- ・地域の伝統野菜を守り続ける農家の思いと、伝統野菜のよさを伝えるための具体的な活動（伝統文化、地域経済）

(3) 単元の目標

地域に残る伝統野菜の調査活動や栽培活動を通して、生産者の思いにふれ、伝統野菜と地域のよさに気づき、そのよさを発信するためのPR活動に取り組むことで地域への愛着を深め、関わり方について自分なりの考えをもつことができるようにする。

(4) 食育の視点

- 自分たちの住む県の産物、食文化や歴史等を理解し尊重する。 <食文化>
- 食物を大事にし、食物の生産等に関わる人々に感謝する。 <感謝の心>

(5) 指導計画 (50 時間)

- ①地域の伝統野菜について知る。(5 時間)
- ②伝統野菜を詳しく調査したり、実際に栽培したりする。(20 時間)
- ③調査したり、栽培したりして分かったことや、感じたことなどを整理して発表する。(10 時間)
- ④伝統野菜のパフレット等を作成してPR活動を行う。(15 時間)

(6) 展開（1～5 / 50 時間）

○目標

伝統野菜と一般的に食べられている野菜の比較を通して、伝統野菜のよさに気づき、その伝統野菜を栽培する生産者の工夫や努力、抱える課題について知ることができる。

主な学習活動	指導上の留意点
<p>○伝統野菜について知る。</p> <p>○伝統野菜と一般的に食べられている野菜について調べたり、実際に食べたりして比較する。 〈比較する観点〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・味 ・栄養 ・値段 ・季節や栽培方法 等 <p>○伝統野菜を栽培している生産者の話を聞く。</p>	<p>○伝統野菜を使った給食の直後の授業で栄養教諭から、伝統野菜を食材として使用したねらいを聞く。</p> <p>○栄養教諭の協力を得ながら、野菜の素材のおいしさが分かる食べ方で調理して実際に食べ、比較する観点に沿って各自の感想を整理する。</p> <p>○生産者には、伝統野菜の生産における工夫や努力、抱える課題についても話していただき、児童に問題意識をもたせる。</p> <p>*栄養教諭からは、児童が伝統野菜について知るために、伝統野菜を給食の食材として使用した理由を話す。</p>

(7) 他教科等との関連

○社会科第3学年の内容(2)ア(7)「生産の仕事は、地域の人々の生活と密接な関わりをもって行われていることを理解すること」、イ(7)「仕事の種類や産地の分布、仕事の工程などに着目して、生産に携わっている人々の仕事の様子を捉え、地域の人々の生活との関連を考え、表現すること」と関連させて学習活動を行う。

事例3

(1) 単元名 働く人から学ぼう (中学校第2学年)

(2) 探究課題

- ・職業の選択と社会への貢献(職業)
- ・働くことの意味や働く人の夢や願い(勤労)

(3) 単元の目標

身近で働く人に取材し実際に職場に出掛けて働く体験をして互いに交流したり、身近にはない職業について考えたりして、社会には多様な仕事があることやどのような職業も社会の中で大切な役割を果たしていることを理解できるようにする。また、私たちの食を支える生産業(農業・漁業従事者)や製造業、そして食を提供する飲食サービス業に焦点を当て、その人の思いや願い、その仕事に対する工夫や努力等を聞く講演会から、食に関わる仕事の大切さとともに、自分の将来に対する夢や可能性を抱くことができるようにする。

(4) 食育の視点

- 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。
＜感謝の心＞→主に飲食サービス業
- 自然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。＜社会性＞→主に製造業
- 自分たちの食生活は、地域の農林水産物はもちろんのこと、他の地域や諸外国とも深い関わりがある。＜食文化＞→主に生産業

(5) 指導計画(50時間)

- ① 将来の自分について考える。(3時間)
- ② 職業について調べる。(7時間)
- ③ 社会人として活躍している先輩や保護者、地域の方等の話を聞いて「働くこと」について考える。(3時間)
- ④ 職業体験をする。(15時間)
※事前指導・事後指導も含む
- ⑤ 体験したことを基に「働くこととは」というテーマで、各自プレゼンテーションを行う。(10時間)
- ⑥ 飲食サービス業・製造業・生産業の方の話聞いて、自分が体験した職業と比較しながら「働くこと」について再考する。(5時間)
- ⑦ 「将来の自分」というテーマで文集を作成し発表する。(7時間)

(6) 展開(40～42/50時間)

○目標

食に携わる職業の方の話から、食に対する思いや願い、その仕事に対する工夫や努力等について理解し、「働くこと」について考えることができる。

主な学習活動	指導上の留意点
<p>○地域で活躍している飲食サービス業・製造業・生産業の方に、仕事に対する理念等について話をしてもらう。</p> <p>○自分が体験した職業に対する「働くこと」についての考えと「飲食サービス業・製造業・生産業の方の考え」を比較して、共通点や相違点について考える。</p> <p>○「将来の自分」というテーマで文集を作成するために、各自の職場体験を振り返り文章にまとめる。</p>	<p>○学校や地域の実態、または生徒の興味・関心を考慮して栄養教諭を中心に人選を進める。(飲食サービス業・製造業・生産業の三業種すべてでなくてもよい。)</p> <p>○各自が気付いた共通点や相違点を可視化できるように付箋等を使って整理して、生徒全員の考えが見られるようにする。</p> <p>*食に携わる職業についての思いや願い等を生徒に話してくださる方の情報を担任に提供したり、栄養教諭自身が話をしたりする。</p>

(4) 栄養教諭の関わり方

次に示すのは、一般的な単元の展開の中での栄養教諭の関わり方の例です。学級担任／教科担当教諭との役割分担（支援の具体）については、構想段階から常に相談を密にし、連携を図っていくことが大切です。

<p>計 画</p> <ul style="list-style-type: none"> ・実態把握 ・カリキュラムづくり ・単元構想 	<ul style="list-style-type: none"> ○探究課題で取り扱う「食の内容」が、当該学年の他教科等の食に関する指導内容と関連している内容や前学年までの既習事項と関係する内容などを表に整理し、その位置付けを明確にする。 ○学級担任等に対して、取り扱う食材の「旬」などを考えて実施時期についてアドバイスをしたり、地域の産物や協力してもらえそうな人材等についての情報を提供したりしながら具体的な活動を設定し、単元を構想する。
<p>実 践</p> <p>※担任と役割分担しながら、児童生徒が自分で解決していけるよう支援する</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○「食の専門家」として児童生徒の疑問に答えたり、関連図書や関連HPなどの資料を提示したり、児童生徒の課題についてこたえられる人などを紹介したりする。 <ul style="list-style-type: none"> ・食材の種類や栄養と健康との関わり ・地域の特徴（特産物／伝統行事…） ・地域の人材（農家／漁師／茶道家…） ・地域の施設／機関（給食センター／農業団体／農政局…） ・調理の仕方（食材の量／栄養のバランス／手順／味付け／盛り付け…） ○調理の際に、技能面・安全面・衛生面から支援する。 ○児童生徒の学びを活かす。 <ul style="list-style-type: none"> ・給食のメニューに取り入れる。 ・「給食だより」等で広める。
<p>評 価／改 善</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○単元終了後、児童生徒の実態を観察したり、児童生徒や保護者に尋ねたりしながら、学級担任等が行う評価の参考となる資料を提供する。 ○単元の修正点／次年度実施に際しての留意点等を記録し、申し送りする。

8 特別活動

(1) 小学校

ア 目標

集団や社会の形成者としての見方・考え方を働かせ、様々な集団活動に自主的、実践的に取り組み、互いのよさや可能性を発揮しながら集団や自己の生活上の課題を解決することを通して、次のとおり資質・能力を育成することを目指す。

- (1) 多様な他者と協働する様々な集団活動の意義や活動を行う上で必要となることについて理解し、行動の仕方を身に付けるようにする。
- (2) 集団や自己の生活、人間関係の課題を見だし、解決するために話し合い、合意形成を図ったり、意思決定したりすることができるようにする。
- (3) 自主的、実践的な集団活動を通して身に付けたことを生かして、集団や社会における生活及び人間関係をよりよく形成するとともに、自己の生き方についての考えを深め、自己実現を図ろうとする態度を養う。

イ 教科等の特徴

特別活動の目標には、資質・能力を育成するために、「様々な集団活動に自主的、実践的に取り組み、互いのよさや可能性を発揮しながら集団や自己の生活上の課題を解決することを通して」という学習の過程が示されています。

(ア) 様々な集団活動

学校は一つの小さな社会であり、様々な集団から構成されています。特別活動は、各活動・学校行事における様々な集団活動の中で、児童が集団や自己の課題の解決に向けて取り組む活動です。集団の活動の範囲は学年や学校段階が上がるにつれ広がりを持ち、社会に出た後の様々な集団や人間関係の中でその資質・能力が生かされていくこととなります。

(イ) 自主的、実践的に取り組む

特別活動の各活動・学校行事は、一人一人の児童の学級や学校の生活における諸課題への対応や課題解決の仕方などを自主的、実践的に学ぶ活動内容によって構成されています。集団活動の中で、一人一人の児童が、実生活における課題の解決に取り組むことを通して学ぶことが、特別活動の自主的、実践的な学習です。

(ウ) 互いのよさや可能性を発揮しながら

特別活動における集団活動の指導に当たっては、「いじめ」や「不登校」等の未然防止等も踏まえ、児童一人一人を尊重し、児童が互いのよさや可能性を発揮し、生かし、伸ばし合うなど、よりよく成長し合えるような集団活動として展開しなければなりません。児童が自由な意見交換を行い、全員が等しく合意形成に関わり、役割を分担して協力するといった活動を展開する中で、所属感や連帯感、互いの心理的な結び付きなどが結果として自然に培われるようにすべきものです。このような特別活動の特質は、学級

経営や生徒指導の充実とも深く関わります。

(エ) 集団や自己の生活上の課題を解決する

「なすことによって学ぶ」を方法原理としている特別活動においては、学級や学校生活には自分たちで解決できる課題があること、その課題を自分たちで見いだすことが必要であること、単に話し合えば解決するのではなく、その後の実践に取り組み、振り返って成果や課題を明らかにし、次なる課題解決に向かうことなどが大切であることに気付いたり、その方法や手順を体得できるようにしたりすることが求められます。

ここでいう「課題」とは、現在生じている問題を解消することだけでなく、広く集団や自己の現在や将来の生活をよりよくするために取り組むことを指します。

ウ 食に関連する内容

・学級活動

(ア) 食に関連する内容

学級活動の内容に示された食に関する指導について

食に関する指導については、学級活動の「内容(2)エ 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」において行うこととされ、同解説特別活動編には次のように記述されています。

エ 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

給食の時間を中心としながら、健康によい食事のとり方など、望ましい食習慣の形成を図るとともに、食事を通して人間関係をよりよくすること。

この内容は、自分の食生活を見直し、自ら改善して、生涯にわたって望ましい食習慣が形成され、食事を通してよりよい人間関係や社交性が育まれるようにするものである。楽しく食事をする事、健康によい食事のとり方、給食時の清潔、食事環境の整備などの改善について身近な事例を通して考え、自己の課題に気付き、具体的な目標を立てて取り組むなどの活動が中心となる。

この内容において育成を目指す資質・能力については、例えば、望ましい食習慣の形成を図ることの大切さや、食事を通して人間関係をよりよくすることのよさや意義などを理解すること、給食の時間の楽しい食事の在り方や健康によい食事のとり方などについて考え、改善を図って望ましい食習慣を形成するために判断し行動することができるようにすることが考えられる。また、そうした過程を通して、主体的に望ましい食習慣や食生活を実現しようとする態度を養うことなどが考えられる。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は、食に関する資質・能力等を、児童が発達の段階にに応じて総合的に身に付けることができるように学校教育全体で指導することである。したがって、学校の教育計画等と関連付けながら食に関する指導の全体計画を作成し、給食の時間を中心としながら、各教科等における食に関する指導を相互に関連付け、総合的かつ効果的な指導が行われるように留意する必要がある。

給食の時間は、楽しく食事をする事、健康によい食事のとり方、給食時の清潔、食

事環境の整備などに関する指導により、望ましい食習慣の形成を図るとともに、食事を通してよりよい人間関係の形成を図る。そして、適切な給食時間を確保した上で、給食の準備から後片付けを通して、計画的・継続的に指導する必要がある。また、食を取り巻く社会環境の変化により、栄養摂取の偏りや欠食といった食習慣の乱れ等に起因する肥満などの生活習慣病、食物アレルギー等の問題が指摘される現在、家庭との連携が今後更に重要になる。心身の健康に関する内容にとどまらず、自然の恩恵への感謝、食文化、食料事情などについても各教科等との関連を図りつつ指導を行うことが重要である。

これらの指導に当たっては、栄養教諭の専門性を生かしつつ、学校栄養職員や養護教諭などの協力を得て指導に当たることも必要である。また、これらの学校給食に関する内容については、学級活動の授業時数には充てない給食の時間を中心に指導することになるが、学級活動の時間でも取り上げ、その指導の特質を踏まえて計画的に指導する必要がある。その際、学校給食を教材として活用するなど多様な指導方法を工夫することが大切である。

なお、学校給食を実施していない学校においても、児童が健康の大切さを実感し、生涯にわたって自己の健康に配慮した食生活が営めるよう、食育の観点も踏まえて望ましい食習慣の形成の指導を行う必要がある。また、指導する内容によっては、「ウ 心身ともに健康で安全な生活態度の形成」の指導として取り上げることも考えられる。

題材例（学級活動(2)）

低学年	中学年	高学年
たのしい給食がはじまるよ! おやつのお食べ方	マナーのもつ意味 元気な体に必要な食事	健康によい生活習慣 栄養バランスのよい食事

(イ) 当該教科で指導することが考えられる例

- 活動内容(1)では、例えば給食を楽しく和やかに食べるための机の配置やグループの作り方などについて学級のみんなで話し合い、学級のよりよい人間関係を築くとともに、児童自らが主体的に楽しい給食の時間をつくらうとする自主的、実践的な態度を育成するようにします。
- 活動内容(2)では、学級活動(2)の特質を踏まえて、児童が自己の食生活の課題について、その原因や解決方法を話し合い、自ら解決方法を決めて実践し、改善を図って主体的に望ましい食習慣や食生活を実現しようとする態度を養うことが大切です。
- 学級活動(2)の「エ 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」に充てる時間は限られているため、給食の時間をはじめ、家庭科や体育の時間、総合的な学習の時間等とも関連を図ります。
- 児童は、各学級の一員であると同時に学校の一員でもあることから、全校縦割り

グループによる給食交流会や地域でお世話になっている方々との給食交流会の一部について児童が自発的、自治的に話し合うことも考えられます。

- 学級の係活動は、例えば、「こんだておしらせがかり」や「学級レストラン係」などを作って、給食への関心を高めたり、給食の時間を和やかな雰囲気にしたたりするなどの創造的な活動が展開できるようにすることも考えられます。
- 係活動の内容としては、例えば学級の背面黒板に給食に関するコーナーを設置し、お知らせや新聞、給食献立ベストテンなどのアンケート調査、食に関する指導の際に活用した資料などを掲示することも考えられます。
- 学級活動において食に関する指導を行う場合は、栄養教諭の専門性を生かすなど、積極的に協力が得られるようにする必要があります。その際、学級活動が児童の生活の実態に即して指導が行われるようにする必要がありますことから、学級担任が中心となって指導計画を作成することも大切なことです。
- 食に関する指導については、個々の児童や家庭の状況に配慮する必要もあることから、効果的な指導を展開するためにも家庭との連携を図ることが大切です。

(ウ) 実践事例

事例1 【活動内容(1)】

① 議題

1年生と給食交流会をしよう (第6学年)

② ねらい

1年生との給食交流会で、どのようにすれば交流が深まり、1年生が楽しく喜んでくれるかを考え、進んで話し合って実践しようとする。最高学年としての自覚をもち、下級生に給食時の望ましい態度について自分の姿で示すことができる。

③ 食育の視点

○給食交流会の実践を通して食事の喜びや楽しさについての理解を深める。

＜食事の重要性＞

○食事の時のマナーや話題を通して人間関係形成能力を身に付ける。　＜社会性＞

④ 指導計画 (全1時間)

※ 事前事後の活動は給食の時間や朝の会、帰りの会を活用する。

※ 活動内容(1)の指導案の場合は、児童が作成した活動計画を掲載すべきであるが、ここでは指導手順を分かりやすくするために指導計画を掲載した。

⑤ 展開例

	主な学習活動	指導上の留意点
事前	<ul style="list-style-type: none"> ○1年生との給食交流会の議題を学級の全員で選定し、計画委員会を開き活動計画を作成する。 ○どのような給食交流会にしたいか1年生にアンケート調査を実施する。計画委員会は集計結果をもとに話合いの柱を決定し、学級会の予告を行う。 ○学級会ノートに自分の考えを記入する。 	<ul style="list-style-type: none"> * 最高学年として下級生のことや学校全体の向上に目を向けた活動の大切さについて指導する。場合によっては、栄養教諭や1年生の担任の協力を得る。 ○計画委員会は輪番制とし、どの児童もそれぞれの役割が体験できるようにする。 ○計画委員会を昼休みに行い、学級担任も一緒に参加するようにする。 ○同学年に複数の学級がある場合は、他の学級担任と情報交換しておく。
本時	<ul style="list-style-type: none"> ○議題や提案理由を確認し、話合いのめあてをつかむ。 ○話合いをする。 <ul style="list-style-type: none"> 話し合うこと1 交流会で何をするか 話し合うこと2 交流を深めるための工夫 話し合うこと3 役割分担をどうするか 	<ul style="list-style-type: none"> ○給食交流会が楽しいだけでなく、最高学年として食事のときのマナーや話題について手本となるようにすることなどを話し、活動の意義を確認しておく。 ○司会グループを指導し、話合いの内容がめあてに沿っているか、実現可能かどうかについて十分検討できるようにする。
事後	<ul style="list-style-type: none"> ○全員で仕事を分担し協力して準備を進め1年生とのなかよし交流給食を行う。 ○実践の振り返りを行う。 	<ul style="list-style-type: none"> ○朝の会や帰りの会で各係の仕事の進み具合を確認する。 ○自己評価や相互評価を行う。

事例2 【活動内容(2)エ】

① 題材

バランスのよい食事 (第3学年)

② 題材の目標

健康な体をつくるためには、三つのグループの食品をバランスよくとることが必要であることを知り、好き嫌いなく何でも食べようとする意欲をもつことができる。

③ 食育の視点

- 心身の健全な成長や健康の保持増進のために望ましい栄養や食事のとり方を理解し、よりよい食習慣を身に付ける。 <心身の健康>

④ 指導計画 (全1時間)

※ 事前事後の活動は給食の時間や朝の会、帰りの会を活用する。

※ 指導案を作成する場合には、T1 (学級担任)、T2 (栄養教諭) の役割が明確になるように留意する。

⑤ 展開例

事前の指導

	主な学習活動	指導上の留意点
事前	<ul style="list-style-type: none"> ○健康係で学級みんなの好きな食材や苦手な食材のベストテンを調べ、表にまとめる。 ○日々の食生活の中で自分が苦手な食べ物が出たときどうしているかを記録しておくようにする。 ・苦手でも工夫してがんばって食べている。 ・いつも残している。 など 	<ul style="list-style-type: none"> ○事前に係の児童で集計を行い、絵グラフにまとめるようにする。 ○自分の苦手な食べ物をどのようにしているかについて、様々な方法で事前につかめるようにしておく。 ○苦手な野菜を一口食べてみるなど子供のがんばりを認めるようにする。 ○学級みんなの好き嫌いについて自分と比べながら考えられるようにする。

本時の展開

	主な学習活動	指導上の留意点
つかむ	<ul style="list-style-type: none"> ○健康係の調査結果を聞き、気付いたことを発表する。 	<ul style="list-style-type: none"> ○好きな食べ物や苦手な食べ物についての調査結果を絵グラフにして提示して話し合うことで、課題意識をもち、自分自身の問題として捉えることができるようにする。
さぐる	<ul style="list-style-type: none"> ○バランスよく食べられていない理由について考えるとともに、栄養教諭から食べ物の栄養や給食の献立の工夫について話を聞き、バランスよく食べることの大切さについて考える。 	<ul style="list-style-type: none"> *栄養教諭は、栄養のバランスだけでなく、献立を考え、食事を作っている人たちの思いや願いについても触れる。 ○発達の段階に合わせて内容を重点化した資料となるようにする。
見つける	<ul style="list-style-type: none"> ○苦手な食べ物が食べられるようになった経験や工夫しながらがんばって食べていることを発表し合う。 ○バランスよく食べるための工夫について話し合う。 	<ul style="list-style-type: none"> ○自分のがんばりだけでなく家族から取材してきたことも発表する。また担任や栄養教諭の体験談等も交える。
決める	<ul style="list-style-type: none"> ○話し合ったことを参考にして、自分のめあてや実践方法を決める。 	<ul style="list-style-type: none"> ○机間指導を行い、必要に応じて具体性のあるめあてや実践方法となるように助言を行う。

事後の指導

事後	<ul style="list-style-type: none"> ○実践カードにがんばったことやできたことを記入する。 ○自分や友達のがんばりを認め合う。 	<ul style="list-style-type: none"> ○1週間程度取り組み、互いのがんばりを紹介し合い、称賛するなどして実践意欲をさらに高める。
----	---	---

(エ) 特別活動の他の内容や他教科等との関連

- 食事や会食を通してよりよい人間関係を築こうとする自主的、実践的な態度を他の特別活動の内容の中でも生かすことができるようにします。また、家庭科のB(1)イや道德の[B礼儀]の学習内容と関連させてマナーや話題を扱うことにより、指導の充実を図るようにします。
- 給食週間に向けて、給食に関わっている人たちに、好き嫌いを減らそうとしている自分たちのがんばりと感謝の気持ちをどのように伝えるか学級会で話し合うことが考えられます。また、児童の取組を委員会活動や代表委員会で取り上げるなど、学校全体の取組へと広げていくことも可能です。

・児童会活動

(ア) 食に関連する内容

活動例（児童会活動）

- ・食に関する委員会活動や児童会集会活動
- ・縦割りグループやペア学年など異年齢での交流給食
- ・給食でお世話になっている方々に感謝の気持ちを伝える集会

(イ) 当該教科で指導することが考えられる例

- 代表委員会では、例えば「他学年のお友達と交流給食をしよう」「給食でお世話になっている方々に感謝の気持ちを伝えよう」などの児童が自発的、自治的に取り組める活動について話し合い、高学年の児童が中心となって役割を分担し、自主的に取り組めるようにします。
- 委員会活動では、食事と健康などに関する調査活動や広報活動などを行うことが考えられます。また、楽しい給食の時間になるように、放送委員会が自分たちの発意・発想を生かし放送内容を創意工夫することなども考えられます。
- 委員会活動では、日常的な活動とともに、例えば苦手な食べ物が食べられるようになった友達の体験談集を作成したり、好きな給食についてのアンケート調査や、給食に関する標語やクイズを作成したりするなど、創意ある活動を考えることができるように適切な指導を行うことが必要です。また、そのような活動を児童会集会活動の中で取り上げることも考えられます。
- 委員会活動として、食育に関する学校の環境づくりに取り組むことも望ましいことです。例えば、食育に関して情報提供をするコーナーを校内に設け、給食委員会の活動状況を紹介したり、作成したポスターや新聞を掲示したりするのはその一例です。

・クラブ活動

(ア) 食に関連する内容

活動例（クラブ活動）

- ・料理クラブ
- ・国際交流クラブ
- ・郷土食クラブ

(イ) 当該教科で指導することが考えられる例

- 地域の食文化や食材などを生かして食に関するクラブ活動を設け、地域の方々の協力を得ながら地域の特産野菜の栽培に取り組むなど、調査活動や栽培活動、調理活動などを通して地域の産業や食材などへの関心を高められるようにすることも考えられます。
- 調理に関するクラブにおいては、計画から調理、試食、後片付けなどについて、児童自らが協力して楽しく活動できるようにする必要があります。その際、衛生や安全、食材の費用など、児童に任せられないことについては、担当する教師が適切に指導します。
- 国際交流に関するクラブにおいては、例えば外国籍の児童の保護者や地域の外国の方などを招いて外国の食文化に触れる活動をすることも考えられます。その際、日本の食文化のよさにも触れられるような活動を取り入れていくことが大切です。

・学校行事

(ア) 食に関連する内容

学校行事の内容に示された食に関する指導について

食に関する指導については、学校行事の「内容(3)健康安全・体育的行事」及び「(5)勤労生産・奉仕的行事」において行われることが考えられ、同解説特別活動編に次のように記述されています。

(3) 健康安全・体育的行事

①健康安全・体育的行事のねらいと内容

心身の健全な発達や健康の保持増進，事件や事故，災害等から身を守る安全な行動や規律ある集団行動の体得，運動に親しむ態度の育成，責任感や連帯感の涵養，体力の向上などに資するようにすること。

健康安全・体育的行事のねらいは，次のとおり考えられる。

児童自らが自己の発育や健康状態について関心をもち，心身の健康の保持増進に努めるとともに，身の回りの危険を予測・回避し，安全な生活に対する理解を深める。また，体育的な集団活動を通して，心身ともに健全な生活の実践に必要な習慣や態度を育成する。さらに，児童が運動に親しみ，楽しさを味わえるようにするとともに体力の向上を図る。

健康安全・体育的行事においては，例えば次のとおり資質・能力を育成することが考えられる。

- 心身の健全な発達や健康の保持増進，事件や事故，災害等の非常時から身を守るなどについてその意義を理解し，必要な行動の仕方などを身に付ける。また，体育的な集団活動の意義を理解し，規律ある集団行動の仕方などを身に付けるようにする。
- 自己の健康や安全についての課題や解決策について考え，他者と協力して，適切に判断し行動することができるようにする。また，運動することのよさについて考え，集団で協力して取り組むことができるようにする。
- 心身の健全な発達や健康の保持増進に努め，安全に関心をもち，積極的に取り組もうとする態度を養う。また，運動に親しみ，体力の向上に積極的に取り組もうとする態度を養う。

(5) 勤労生産・奉仕的行事

① 勤労生産・奉仕的行事のねらいと内容

勤労の尊さや生産の喜びを体得するとともに，ボランティア活動などの社会奉仕の精神を養う体験が得られるようにすること。

勤労生産・奉仕的行事のねらいは，次のとおり考えられる。

学校内外の生活の中で，勤労生産やボランティア精神を養う体験的な活動を経験することによって，勤労の価値や必要性を体得できるようにするとともに，自らを豊かにし，進んで他に奉仕しようとする態度を養う。

勤労生産・奉仕的行事においては，例えば次のとおり資質・能力を育成することが考えられる。

- 勤労や生産の喜び，ボランティア活動などの社会奉仕の精神を養う意義について理解し，活動の仕方について必要な知識や技能を身に付けるようにする。
- 自他のよさを生かし，よりよい勤労や生産の在り方，働くことの意義や社会奉仕について考え，実践することができるようにする。
- 学校や地域社会など公共のために役立つことや働くことへの関心をもち，勤労や生産，他者への奉仕に積極的に取り組もうとする態度を養う。

勤労生産・奉仕的行事には，飼育栽培活動，校内美化活動，地域社会の清掃活動，公共施設等の清掃活動，福祉施設との交流活動などが考えられる。

活動例（学校行事）

- ・健康診断に際して、自分の生活を振り返る活動
- ・給食調理員や食材の生産者に感謝を伝える活動
- ・地域にゆかりのある作物の栽培

(イ) 当該教科で指導することが考えられる例

- 健康診断などの健康安全・体育的行事においては，個々に発育の状況には違いがあることや，食事や運動，適切な睡眠時間など調和のとれた生活が必要なことを理解し，学級活動の指導や体育の保健学習などとの関連を図りながら健康な生活を送ることができるような意欲や自主的，実践的な態度を育てるようにします。

- 給食週間や給食と健康に関する学校行事を実施する際には、例えば給食の調理員、食材の生産者など、学校給食に関わる様々な方々に感謝するとともに、学校給食の歴史やその大切さについて理解できるようにする活動などが考えられます。
- 遠足・集団宿泊的行事では、家族が作ってくれたお弁当、みんなで作る野外調理、修学旅行の宿泊先での食事など、みんなで一緒に食事をする場を通して人間的な触れ合いを深め、楽しい思い出を作ることができます。
- 勤労生産・奉仕的行事として、学校園や地域の田畑を活用した米や野菜作りなどの栽培活動を実施し、収穫したものは、食材として活用するなどして勤労の喜びと自然の恵みに対する感動を体得できるようにします。

エ 栄養教諭の関わり方

＜特別活動の特質や目標を理解し、指導に関わる＞

食に関する指導の効果をより高めるために学級担任と栄養教諭が協力して授業を行うときはあらかじめ指導計画に位置付けておくことはもちろんのこと、事前の打合せや連絡、事後の継続的な実践につながるような指導を工夫することが必要です。学級活動では知識の伝達が中心となる指導は好ましくありません。児童の身近な生活課題を自分の問題としてとらえ、原因や背景などをさぐり、話し合いを通して解決の方法を自分なりに意思決定していくことが大切なのです。栄養教諭は、その特質を理解し、食に関する高い専門性を生かして食に関わる様々な情報や資料の作成に努め、学校給食を通して望ましい食生活について学べるような教材開発や授業展開等について研究や開発ができるようにするなど、その専門性を十分に発揮することが求められます。

＜食に関する指導の推進の要として全体計画等の作成や話し合いに積極的に関わる＞

学級活動の活動内容(2)の「エ 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」に関する内容については、栄養教諭を中心としながら、6年間もしくは9年間の食に関する指導全体を見通して、意図的、計画的に指導計画を作成しなければなりません。その際、学級活動にはその他にも多くの指導内容が例示されていることから、家庭科や体育などの指導と重ならないようにしたり、日常の指導を充実させたりするなどして、学級活動で取り上げる食に関する内容については発達の段階に応じて重点化する必要があります。

(2) 中学校

ア 目標

集団や社会の形成者としての見方・考え方を働かせ、様々な集団活動に自主的、実践的に取り組み、互いのよさや可能性を発揮しながら集団や自己の生活上の課題を解決することを通して、次のとおり資質・能力を育成することを目指す。

- (1) 多様な他者と協働する様々な集団活動の意義や活動を行う上で必要となることについて理解し、行動の仕方を身に付けるようにする。
- (2) 集団や自己の生活、人間関係の課題を見だし、解決するために話し合い、合意形成を図ったり、意思決定したりすることができるようにする。
- (3) 自主的、実践的な集団活動を通して身に付けたことを生かして、集団や社会における生活及び人間関係をよりよく形成するとともに、人間としての生き方についての考えを深め、自己実現を図ろうとする態度を養う。

イ 教科等の特徴

特別活動の目標には、資質・能力を育成するために、「様々な集団活動に自主的、実践的に取り組み、互いのよさや可能性を発揮しながら集団や自己の生活上の課題を解決することを通して」という学習の過程が示されています。

(ア) 様々な集団活動

学校は一つの小さな社会であり、様々な集団から構成されています。特別活動は、各活動・学校行事における様々な集団活動の中で、生徒が集団や自己の課題の解決に向けて取り組む活動です。集団の活動の範囲は学年や学校段階が上がるにつれ広がりを持ち、社会に出た後の様々な集団や人間関係の中でその資質・能力が生かされていくことになります。

(イ) 自主的、実践的に取り組む

特別活動の各活動・学校行事は、一人一人の生徒の学級や学校の生活における諸課題への対応や課題解決の仕方などを自主的、実践的に学ぶ活動内容によって構成されています。集団活動の中で、一人一人の生徒が、実生活における課題の解決に取り組むことを通して学ぶことが、特別活動の自主的、実践的な学習です。

(ウ) 互いのよさや可能性を発揮しながら

特別活動における集団活動の指導に当たっては、「いじめ」や「不登校」等の未然防止等も踏まえ、生徒一人一人を尊重し、生徒が互いのよさや可能性を発揮し、生かし、伸ばし合うなど、よりよく成長し合えるような集団活動として展開しなければなりません。生徒が自由な意見交換を行い、全員が等しく合意形成に関わり、役割を分担して協力するといった活動を展開する中で、所属感や連帯感、互いの心理的な結び付きなどが結果として自然に培われるようにすべきものです。このような特別活動の特質は、学級経営や生徒指導の充実とも深く関わります。

(エ) 集団や自己の生活上の課題を解決する

「なすことによって学ぶ」を方法原理としている特別活動においては、学級や学校生活には自分たちで解決できる課題があること、その課題を自分たちで見いだすことが必要であること、単に話し合えば解決するのではなく、その後の実践に取り組み、振り返って成果や課題を明らかにし、次なる課題解決に向かうことなどが大切であることに気付いたり、その方法や手順を体得できるようにしたりすることが求められます。

ここでいう「課題」とは、現在生じている問題を解消することだけでなく、広く集団や自己の現在や将来の生活をよりよくするために取り組むことを指します。

ウ 食に関連する内容

・学級活動

(ア) 食に関連する内容

学級活動の内容に示された食に関する指導について

食に関する指導については、学級活動の内容「(2) オ 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」において行うことが考えられ、同解説特別活動編には次のように記述されています。

オ 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

給食の時間を中心としながら、成長や健康管理を意識するなど、望ましい食習慣の形成を図るとともに、食事を通して人間関係をよりよくすること。

この内容は、自分の食生活を見直し、自ら改善して、生涯にわたって望ましい食習慣が形成され、食事を通してよりよい人間関係や社交性が育まれるようにするものである。

規則正しく調和のとれた食生活は、健康の保持増進の基本である。近年の生徒等の食生活の乱れが、生活習慣病はもとより心の健康問題にも発展するなど食に起因する新たな健康課題を生起していることから、学校においても食育を推進し、望ましい食習慣を形成することは極めて重要な課題となっている。

この内容において育成を目指す資質・能力としては、例えば、健康や食習慣の正しい知識が大切であることを理解し、給食の時間の衛生的で共同的な楽しい食事の在り方等を工夫するとともに、自らの生活や今後の成長、将来の生活と食生活の関係について考え、望ましい食習慣を形成するために判断し行動ができるようにすることが考えられる。また、そうした過程を通して、健康な心身や充実した生活を意識して、主体的に適切な食習慣を形成する態度を育てることなどが考えられる。

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は、食に関する資質・能力等を、生徒が発達の段階に応じて総合的に身に付けることができるように学校教育全体で指導することである。したがって、学校の教育計画等と関連付けながら食に関する指導の全体計画を作成し、給食の時間を中心としながら、各教科等における食に関する指導を相互に関連付け、総合的かつ効果的な指導が行われるように留意する必要がある。

給食の時間においては、楽しく食事をする事、栄養の偏りのない健康によい食事のとり方、食中毒の予防に関わる衛生管理の在り方、準備や後片付けなど作業を通し

て奉仕や協力・協調の精神を養うことなどに関する指導により望ましい食習慣の形成を図るとともに、食事を通して人間関係をよりよく形成していくことをねらいとしている。適切な給食時間を確保した上で、給食の準備から後片付けを通して、計画的・継続的に指導することが重要である。また、食を取り巻く社会環境の変化等を踏まえつつ、家庭との連携が重要である。さらに、心身の健康に関する内容にとどまらず、自然の恩恵などへの感謝、食文化、食糧事情などについても教科等の指導と関連を図りつつ指導を行うことが望まれる。

具体的な活動の工夫としては、自分の食生活を見直しと改善、望ましい食習慣への課題、生涯を通じた望ましい食習慣を形成などの題材を設定し、発表し合う活動などが考えられる。

また、「食」は心身の成長及び人格の形成に大きな影響を及ぼすこと、生涯にわたって健全な心と体を培い豊かな人間性を育てていく基礎となることなどの題材を設定し、主体的に食習慣の改善に取り組むよう指導することが重要である。

学校給食を実施していない学校においても生徒が健康の大切さを実感し、生涯にわたって自己の健康に配慮した食生活を営めるよう、望ましい食習慣の形成について、食育の観点も踏まえ、健康・安全に関する指導の一環として指導する必要がある。

題材例（学級活動(2)）

- ・偏りのない健康によい食事
- ・食事のマナーを守って、和やかで楽しい給食
- ・食中毒を予防するための衛生管理

（イ）当該教科で指導することが考えられる例

- 活動内容の指導においては、生徒が自主的に話し合えるようにすることが重要です。その際、日ごろの学級経営を大切にするとともに、学級の人間関係の状況や生徒の実態を十分に踏まえて適切な指導の下で活動を進められるようにする必要があります。
- 学級における給食や健康に関する諸問題について、調査活動を行って問題点を指摘したり、その改善方法などについて提案したりする活動に積極的に取り組めるように指導することが大切です。
- 学級の背面黒板等に健康に関するコーナーを設置し、学級活動の時間に活用した資料や、生徒会の専門委員会や学級の係が作成したアンケートや新聞などを掲示し、食や健康に関する環境を整備し、生徒の自主的な活動や実践の意欲を高めるようにします。
- 話し合い活動を進めながらその問題に対して生徒一人一人が自分自身の関わり方や自分の生き方を自覚し、これからの自分の具体的な行動の仕方を意思決定できるようにします。

- 学校行事などとして実施する地域の職場等における職場体験活動との関連を図り、生徒の体験をもとにして、働く目的と意義、働くことと生きがいなどについて考え、生きることについて自分事として真剣に受け止め、自分の生き方を見つけていこうとする取組が考えられます。

(ウ) 実践事例

事例【活動内容(2)オ】

① 題材名

成長期の望ましい食習慣

② 題材の目標

成長期における栄養摂取の重要性について理解し、自分の成長や運動量に応じた栄養バランスのよい食事をとることができる。

③ 食育の視点

- 心身の成長や健康の保持増進と栄養や食事の摂取との関係を理解し、健康に関する自己管理能力を身に付ける。 <心身の健康>

④ 指導計画（全1時間）

※事前事後の活動は給食の時間や朝の会、帰りの会を活用する

⑤ 展開例

事前の指導

	主な学習活動	指導上の留意点
事前	○事前に学級内の食事内容調査や嗜好調査を実施する。	○栄養教諭や学級の給食委員会の生徒と相談して調査内容を決定し、調査結果をまとめる。

本時の展開

	主な学習活動	指導上の留意点
問題の発見・確認	○調査結果から自分の食生活を振り返り、食事のとり方や栄養の偏りなどについての自分の課題をつかむ。	○朝、昼、夕ときちんと食事をとっているか、食事の量が多いが栄養を考えず糖質や脂肪の多い食品などを多くとっていないかなど振り返り、自分の食生活の課題がつかめるようにする。(家庭環境の差異や個人情報に十分留意して調査、集計、表示を行うこと。)

解決方法の話し合い	<p>○自分の食生活の課題について、原因を考えるとともに、栄養教諭から中学校の時期に多くの栄養が必要であることについて話を聞き、改善の必要性を感じる。</p> <p>○成長期における食生活の改善の仕方について話し合う。</p>	<p>○成長期であることや、部活動等で激しい運動をすることなどを視点とする。</p> <p>* 栄養教諭が給食献立を資料として活用し、中学生と成人のエネルギー必要量の違いや中学生の時期に多くの栄養が必要であることに気付けるようにする。</p> <p>○自分の努力だけでなく身近な大人から取材してきたことも発表する。また担任や栄養教諭の体験談等も交える。</p>
解決方法の決定	<p>○食生活を改善し成長期の自分に合った食事のとり方について考え、実践することを決める。</p>	<p>○個々の改善点や実践することを発表することで、実践への意欲を高める。</p>

事後の指導

事後	<p>○給食の時間に実践の様子を話題としてグループで報告し合う。</p>	<p>○学習の内容や実践の様子を学級通信などで伝え、家庭の協力を依頼する。</p>
----	--------------------------------------	---

(エ) 特別活動の他の内容や他教科との関連

- 成長の著しい時期における食生活と健康に関わる内容も含んでいることから、保健体育科の保健分野(1)「健康な生活と疾病の予防」と関連が深い。また、技術・家庭科〔家庭分野〕B「衣食住の生活(1)食事の役割と中学生の栄養の特徴」との関連を図り、指導内容や方法及び生徒の活動を工夫していくことが求められます。

・生徒会活動

(ア) 食に関連する内容

- ・食に関する委員会活動
- ・給食当番の清潔な服装のための活動
- ・給食の残さいを減らす活動

(イ) 当該教科で指導することが考えられる例

- 給食に関する専門の委員会において、食に関する学校生活の改善のために多様な活動に取り組むことが期待されます。その際、安易に給食の残さい点検をするだけでなく、よりよい生活づくりに向けて具体的に改善できるようにするための活動が進められるようにします。
- 学校給食週間の取組として、例えば、給食や望ましい食生活に関するポスターの募集や制作等の活動を行い、全校に向けて食に関する啓発活動を行うことも考えられます。

- 食に関する指導において例えば、牛乳パックのリサイクルなど地球に優しい環境づくりに生徒会活動として取り組むことも考えられます。
- 生徒会活動を中心として全校生徒と協力しながら学校農園での栽培活動を行い、体験的な活動を通して、仲間や地域の方々などとの人間関係を築くとともに、収穫を共に感謝し喜びを分かち合う活動が考えられます。

・学校行事

(ア) 食に関連する内容

- ・米や野菜をはじめとする地域の特産物などの栽培
- ・動物の飼育、稚魚の放流など、食に関する職場体験活動
- ・地域の伝統食や行事食に関する活動

(イ) 当該教科で指導することが考えられる例

- 修学旅行等においては、その地域の伝統的な食文化に触れる体験を取り入れ、実際に味わったり、生産活動に参加したりするなど、体験することによって地域の食に関する理解を深めることも考えられます。
- 学校行事としての健康診断などにおいては、検診結果を伝えるだけにとどまらず、生徒自身が自己の発育や健康の状態を知り、自主的、自律的に健康な生活を送ることができるように指導する必要があります。

エ 栄養教諭の関わり方

＜特別活動の特質などを十分理解し、指導計画作成や授業でその専門性を発揮する＞

栄養教諭は、食に関する指導の推進の要として特別活動の指導計画作成に主体的に関わり、各教科等や特別活動の各内容との関連や生徒指導との関連を図りながら、教務主任や学年主任、養護教諭とも連携を図って3年間の食に関する指導を適切に位置付けるようにすることが求められます。また、特別活動の指導原理である「なすことによって学ぶ」ことを大切に、学級担任とともによりよい食習慣を作ろうとする自主的、実践的な態度を育成するよう努めることが大切です。

＜個々の生徒についての理解を深める＞

栄養教諭は、特別活動が生徒に自らの生き方をしっかりと見つめさせる時間であることを踏まえ、生徒一人一人の状況をしっかりと理解し、共感的な姿勢で指導、助言を行うことが大切です。また、必要に応じて食に関する内容について、個別の問題の解決を助言したり、相談を受けたりするなどの配慮も必要です。

9 特別支援学校

障害のある児童生徒が、将来自立し、社会参加するための基盤として、望ましい食習慣を身に付け、自らの健康を自己管理する力や食物の安全性等を自ら判断する力などを身に付けることは極めて重要なことです。また、障害のある児童生徒にとって「食べること」とは、咀嚼（食物をかみ砕くこと）や嚥下（食物を飲み込むこと）などの食べる機能の発達を促すだけではなく、食事に関する基本動作や、コミュニケーション能力、情緒面など心身の調和的発達を促す重要な行為であると言えます。つまり、特別支援学校における食に関する指導は、小学校、中学校に準じて行うとともに、個々の児童生徒が自立を目指し、生命の維持や、健康状態の回復や保持、増進など、障害による学習上又は生活上の困難を改善・克服するために必要な知識・技能、態度及び習慣を養うための教育活動として捉え、指導を展開していく必要があります。

指導を展開する際には、例えば、障害の状態が重度の児童生徒に対しては、見る、聞く、触る、においをかぐなどの感覚を十分に活用させ、食べる意欲を高めさせたり、食べたいという意思を表情や身ぶりで表現させたりするなど、食への関心を高め、児童生徒の主体的な取組を促す工夫が必要となります。

また、病気などによる食事制限など様々な生活上の制約のある児童生徒もいます。このような児童生徒に対しては、自分の病気などについての正しい知識の理解、病気などに向き合う態度、生き甲斐を見つけ生きる意欲を高めさせるような指導と関連付けながら、食事の必要性や食事のとり方などといった食に関する指導を進めていく必要があります。

この節では、特別支援学校における食に関する指導の展開について、「各教科等の指導」と「自立活動の指導」に分けて、それぞれにおける指導の展開を述べます。

（1）各教科等の指導

ア 視覚障害者、聴覚障害者、肢体不自由者又は病弱者である児童又は生徒に対する教育を行う特別支援学校の各教科等

視覚障害者、聴覚障害者、肢体不自由者又は病弱者である児童又は生徒に対する教育を行う特別支援学校の小学部及び中学部の各教科等の目標、各学年の目標及び内容並びに指導計画の作成と内容の取扱いについては、小学校学習指導要領及び中学校学習指導要領の第2章以下に示すものに準ずるものとされています。

したがって、各教科等における食に関する指導の進め方については、小学校、中学校に準じて行うこととなります。その際、視覚障害者、聴覚障害者、肢体不自由者又は病弱者である児童又は生徒に対する教育を行う特別支援学校ごとに示された指導計画の作成と各学年にわたる内容の取扱いに当たっての配慮事項を踏まえ、次の表に示すような配慮をすることが考えられます。

なお、各障害種共通の指導上の配慮の例として、毎日の給食を「生きた教材」として多様な食品を経験させるようにすることや、自立活動の指導との関連（200 ページ参照）を図り、食に関する指導の効果を高めるようにすることが挙げられます。この場合、食物アレルギーの有無や、口腔機能の状態、誤嚥の有無などについての情報を事前に把握しておき、指導時に事故が発生しないように十分に留意する必要があります。

障害種	食に関連する内容	指導上の配慮の例
視覚障害者	小学校、中学校に準ずる	<ul style="list-style-type: none"> ・味覚だけではなく、触覚や嗅覚等も活用して、食の経験の拡大を図れるようにする。 ・聴覚、触覚及び保有する視覚などを十分に活用して、食品・料理名など食に関する事物と言葉とを正しく結び付けて、的確な概念の形成を図り、言葉を正しく理解し活用できるようにする。 ・視覚補助具やコンピュータ等の情報機器、触覚教材、拡大教材、音声教材等各種教材の効果的な活用を通して、食に関する情報を収集・整理し、主体的な学習ができるようにする。 ・視覚的模倣や空間的な把握が困難なことから、マナーの説明や食事に関する基本動作の習得に重点を置いた指導を十分に行う。 ・児童生徒が食事に関する状況や活動の過程等を的確に把握できるよう配慮することで、空間や時間の概念を養い、見通しをもって意欲的な活動を展開できるようにする。
聴覚障害者		<ul style="list-style-type: none"> ・食に関する体験的な活動を通して、食に関する語句などについての的確な言語概念の形成を図るようにする。 ・児童生徒の聴覚障害の状態等に応じて、音声、文字、手話、指文字等を適切に活用して、食に関する発表や会話などの活動を積極的に取り入れ、的確な意思の相互伝達が行われるよう指導方法を工夫する。 ・視覚的に情報を獲得しやすい教材・教具（食品の絵や写真、食品模型等）やその活用方法を工夫するとともに、コンピュータ等の情報機器などを有効に活用し、指導の効果を高めるようにする。

障害種	食に関連する内容	指導上の配慮の例
肢体不自由者	小学校、中学校に準ずる	<ul style="list-style-type: none"> ・食に関する体験的な活動を通して言語概念等の形成を的確に図り、児童生徒の身体の動きの状態や生活経験の程度等を考慮して、食に関する指導内容を適切に設定し、重点を置く事項に時間を多く配当するなど計画的に指導する。 ・脳性疾患等の認知の特性から、課題を見て理解したり、聞いて理解したりすることに困難がある場合があるので、注目すべき所を強調したり、視覚と聴覚の両方を活用したりするなど指導方法を工夫する。 ・身体の動きや意思の表出の状態等に応じて、適切な補助用具や補助的手段を工夫するとともに、コンピュータ等の情報機器などを有効に活用し、食に関する指導の効果を高めるようにする。
病弱者		<ul style="list-style-type: none"> ・病気の状態などにより、授業時数の制約や、学習の空白による遅れなどから学習の進捗等に差がみられることもあるため、食に関する指導内容を精選し、基礎的・基本的な事項に重点を置くとともに、指導内容の連続性に配慮した工夫を行ったり、各教科等相互の関連を図ったりして、効果的な学習活動が展開できるようにする。 ・健康状態の維持や管理、改善に関する内容の指導に当たっては、自己理解を深めながら学びに向かう力を高めるために、自立活動における指導と食に関する指導との密接な関連を保ち、学習効果を一層高めるようにする。 ・調理実習などの体験的な活動を伴う内容の指導に当たっては、食事制限や様々な物質に対するアレルギーなどの有無を把握し学習環境に応じて、間接体験や疑似体験、仮想体験等を取り入れるなど、指導方法を工夫し、効果的な学習活動が展開できるようにする。 ・身体活動の制限や認知の特性、学習環境等に応じて、教材・教具や入力支援機器等の補助用具を工夫するとともに、コンピュータ等の情報機器などを有効に活用し、食に関する指導の効果を高めるようにする。 ・児童生徒の病気の状態等を考慮し、学習活動が負担過重となる又は必要以上に制限することがないようにする。

イ 知的障害者である児童又は生徒に対する教育を行う特別支援学校の各教科等

知的障害者である児童又は生徒に対する教育を行う特別支援学校（以下「特別支援学校（知的障害）」という。）の小学部の各教科は、生活、国語、算数、音楽、図画工作、体育の6教科で構成されています。また、中学部の各教科については、国語、社会、数学、理科、音楽、美術、保健体育、職業・家庭の8教科で構成されています。

なお、小学部の外国語活動や中学部の外国語科については、必要がある場合に設けることができるようになっています。中学部においては、特に必要がある場合には、その他必要な教科を選択教科として設けて教育課程を編成することができるようになっています。

各教科の中で、特に食に関する指導と内容の面で関連しているのは、小学部では「生活」「体育」、中学部では「社会」「理科」「保健体育」「職業・家庭」です。特別支援学校小学部・中学部学習指導要領等には、これらの教科について、以下のような目標及び内容が示されています。

なお、特別支援学校（知的障害）において、各教科の指導に当たっては、各教科の段階に示す内容を基に、児童又は生徒の知的障害の状態や経験等に応じて、具体的に指導内容を設定するものとされています。その際、小学部は6年間、中学部は3年間を見通して計画的に指導するものとされています。

（ア）食に関連する教科の内容

【小学部】

〔生活〕

a 目標

具体的な活動や体験を通して、生活に関わる見方・考え方を生かし、自立し生活を豊かにしていくための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。

- (1) 活動や体験の過程において、自分自身、身近な人々、社会及び自然の特徴やよさ、それらの関わり等に気付くとともに、生活に必要な習慣や技能を身に付けるようにする。
- (2) 自分自身や身の回りの生活のことや、身近な人々、社会及び自然と自分との関わりについて理解し、考えたことを表現することができるようにする。
- (3) 自分のことに取り組んだり、身近な人々、社会及び自然に自ら働きかけ、意欲や自信をもって学んだり、生活を豊かにしようとしたりする態度を養う。

b 各段階目標及び内容

○ 1段階

(a) 目標

ア 活動や体験の過程において、自分自身、身近な人々、社会及び自然の特徴に関心をもつとともに、身の回りの生活において必要な基本的な習慣や技能を身に付けるようにする。

イ 自分自身や身の回りの生活のことや、身近な人々、社会及び自然と自分との関わりについて関心を持ち、感じたことを伝えようとする。

ウ 自分のことに取り組もうとしたり，身近な人々，社会及び自然に関心をもち，意欲をもって学んだり，生活に生かそうとしたりする態度を養う。

○ 2段階

(a) 目標

ア 活動や体験の過程において，自分自身，身近な人々，社会及び自然の特徴やよさ，それらの関わりに気付くとともに，生活に必要な習慣や技能を身に付けるようにする。

イ 自分自身や身の回りの生活のことや，身近な人々，社会及び自然と自分との関わりについて理解し，考えたことを表現することができるようにする。

ウ 自分のことに取り組んだり，身近な人々，社会及び自然に自ら働きかけ，意欲や自信をもって学んだり，生活を豊かにしようとしたりする態度を養う。

○ 3段階

(a) 目標

ア 活動や体験の過程において，自分自身，身近な人々，社会及び自然の特徴やよさ，それらの関わりに気付くとともに，生活に必要な習慣や技能を身に付けるようにする。

イ 自分自身や身の回りの生活のことや，身近な人々，社会及び自然と自分との関わりについて理解し，考えたことを表現することができるようにする。

ウ 自分のことに取り組んだり，身近な人々，社会及び自然に自ら働きかけ，意欲や自信をもって学んだり，生活を豊かにしようとしたりする態度を養う。

(b) 内容（各段階の食に関連する内容）

教科名	内 容		具体的な指導内容の例
生活	ア 基本的生活習慣	<p>○1段階 食事や用便等の生活習慣に関わる初歩的な学習活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。</p> <p>(ア) 簡単な身辺処理に気付き、教師と一緒に行動おうとすること。</p> <p>(イ) 簡単な身辺処理に関する初歩的な知識や技能を身に付けること。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・教師と一緒に食事の前に手洗いをする。 ・配膳のときに行儀よく待つ。 ・教師と一緒に、自分の食器を並べたり、片付けたりする。 ・食前・食後の挨拶のしぐさをする。 ・スプーン・フォークや自助具を使って教師の支援を受けながら食べる。 ・ストローやコップで飲む。 ・茶わんなどを手に持って食事をする。 ・好き嫌いをしないで食べる。 ・食事の途中で遊ばないで食べる。 ・よくかんで食べる。 ・一口の適量を知る。 ・よい姿勢で食べる。 ・食べてはいけないと言われたものは食べない。 ・食後、指示されて口の周りを拭く。 ・教師と一緒に、こぼしたものを拭く。

教科名	内 容		具体的な指導内容の例
生活	ア 基本的生活習慣	<p>○2段階</p> <p>食事、用便、清潔等の基本的な生活習慣に関わる学習活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。</p> <p>(ア) 必要な身辺処理が分かり、身近な生活に役立てようとする事。</p> <p>(イ) 身近な生活に必要な身辺処理に関する基礎的な知識や技能を身に付けること。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・一人で食事の前に手を洗う。 ・食事の前後にテーブルを拭く。 ・自分の食器を並べたり、片付けたりする。 ・食前食後の挨拶をする。 ・スプーンやフォーク、はしを使ってこぼさないように食べる。 ・ストローやコップで上手に飲む。 ・必要に応じて、茶わんなどを手に持って食べる。 ・主食と副食をとり合わせて食べる。 ・行儀よく食べる。 ・食事中は立ち歩かずに席に座って食べる。 ・食後一人で口の周りを拭く。 ・食品や簡単な献立の名前を言う。 ・しょうゆやソースなどを上手にかける。
		<p>○3段階</p> <p>身の回りの整理や身なりなどの基本的な生活習慣や日常生活に役立つことに関わる学習活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。</p> <p>(ア) 必要な身辺処理や集団での基本的な生活習慣が分かり、日常生活に役立てようとする事。</p> <p>(イ) 日常生活に必要な身辺処理等に関する知識や技能を身に付けること。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・簡単な食事の準備(エプロンの着替え、手洗い、食器の運搬・配膳)や後片付け(食器をまとめる、運搬する等)を友達と協力して行う。 ・はしで上手に食べる。 ・健康な身体を作るために、好き嫌いをしないで食べる。 ・マナーを守って食事をする。 ・食べたい献立の名前を言う。 ・調味料を上手に使う。

教科名	内 容		具体的な指導内容の例
生活	カ 役割	<p>○1段階</p> <p>学級等の集団における役割などに関わる学習活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。</p> <p>(ア) 身の回りの集団に気付き、教師と一緒に参加しようとする事。</p> <p>(イ) 集団の中での役割に関心をもつこと。</p>	<p>・給食のときに、教師と一緒に食器を並べたり、牛乳を配ったりするなどの係活動をする。</p>
		<p>○2段階</p> <p>学級や学年、異年齢の集団等における役割に関わる学習活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。</p> <p>(ア) 身近な集団活動に参加し、簡単な係活動をしようとする事。</p> <p>(イ) 簡単な係活動などの役割について知ること。</p>	<p>・給食運びなどの係活動をする。</p>
		<p>○3段階</p> <p>様々な集団や地域での役割に関わる学習活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。</p> <p>(ア) 様々な集団活動に進んで参加し、簡単な役割を果たそうとする事。</p> <p>(イ) 集団の中での簡単な役割を果たすための知識や技能を身に付けること。</p>	<p>・給食当番などの係活動をする。</p>

教科名	内 容		具体的な指導内容の例
生活	サ 生命 ・ 自然	<p>○1段階</p> <p>教師と一緒に公園や野山などの自然に触れることや生き物に興味・関心をもつことなどに関わる学習活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。</p> <p>(ア) 身の回りにある生命や自然に気づき、それを教師と一緒にみんなに伝えようとする事。</p> <p>(イ) 身の回りの生命や自然について関心をもつこと。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ 植物を育て、成長や変化に気付く。
		<p>○2段階</p> <p>小動物等を飼育し生き物への興味・関心をもつことや天候の変化、季節の特徴に関心をもつことなどに関わる学習活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。</p> <p>(ア) 身近な生命や自然の特徴や変化が分かり、それらを表現しようとする事。</p> <p>(イ) 身近な生命や自然について知ること。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ 生き物は食べ物を食べて成長することを知る。
		<p>○3段階</p> <p>身近にいる昆虫、魚、小鳥の飼育や草花などの栽培及び四季の変化や天体の動きなどに関わる学習活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ 植物を栽培し、発芽、開花、結実といった一連の成長の様子が分かる。 ・ 除草したり、肥料を施したりする。

生活	サ 生命 ・ 自然	(ア) 日常生活に関わりのある生命や自然の特徴や変化が分かり、それらを表現すること。 (イ) 日常生活に関わりのある生命や自然について関心をもって調べること。	
----	--------------	--	--

【小学部】

〔 体育 〕

a 目標

体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題に気付き、その解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって心身の健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。

- (1) 遊びや基本的な運動の行い方及び身近な生活における健康について知るとともに、基本的な動きや健康な生活に必要な事柄を身に付けるようにする。
- (2) 遊びや基本的な運動及び健康についての自分の課題に気付き、その解決に向けて自ら考え行動し、他者に伝える力を養う。
- (3) 遊びや基本的な運動に親しむことや健康の保持増進と体力の向上を目指し、楽しく明るい生活を営む態度を養う。

b 各段階目標及び内容

○ 1 段階

(a) 目標

- ア 教師と一緒に、楽しく体を動かすことができるようにするとともに、健康な生活に必要な事柄ができるようにする。
- イ 体を動かすことの楽しさや心地よさを表現できるようにするとともに、健康な生活を営むために必要な事柄について教師に伝えることができるようにする。
- ウ 簡単な合図や指示に従って、楽しく運動をしようとしたり、健康に必要な事柄をしようとしたりする態度を養う。

○ 2 段階

(a) 目標

- ア 教師と一緒に、楽しく体を動かすことができるようにするとともに、健康な生活に必要な事柄ができるようにする。
- イ 基本的な運動に慣れ、その楽しさや感じたことを表現できるようにするとともに、健康

な生活に向け、感じたことを他者に伝える力を養う。
 ウ 簡単なきまりを守り、友達とともに安全に楽しく運動をしようしたり、健康に必要な事柄をしようしたりする態度を養う。

○3段階

(a) 目標

ア 基本的な運動の楽しさを感じ、その行い方を知り、基本的な動きを身に付けるとともに、健康や身体の変化について知り、健康な生活ができるようにする。
 イ 基本的な運動の楽しみ方や健康な生活の仕方について工夫するとともに、考えたことや気付いたことなどを他者に伝える力を養う。
 ウ きまりを守り、自分から友達と仲よく楽しく運動をしたり、場や用具の安全に気を付けたりしようとするとともに、自分から健康に必要な事柄をしようとする態度を養う。

(b) 内容（各段階の食に関連する内容）

教科名	内 容		具体的な指導内容の例
体育	G 保健	○1段階 健康な生活に必要な事柄について、次の事項を身に付けることができるよう指導する。 ア 教師と一緒に、うがいなどの健康な生活に必要な事柄をすること。 イ 健康な生活に必要な事柄に気づき、教師に伝えること。	・うがいをしたり、手洗いをしたりする。
		○2段階 健康な生活に必要な事柄について、次の事項を身に付けることができるよう指導する。 ア 教師の支援を受けながら、健康な生活に必要な事柄をすること。 イ 健康な生活に必要な事柄に慣れ、感じたことを他者に伝えること。	・身体測定の結果に関心をもつ。
		○3段階 健康な生活に必要な事柄について、次の事項を身に付けることができるよう指導する。 ア 健康や身体の変化について知り、健康な生活に必要な事柄に関する基本的な知識や技能を身に付けること。 イ 健康な生活に必要な事柄について工夫するとともに、考えたことや気付いたことなどを他者に伝えること。	・身体測定の結果や身体の変化などから、自分の身体の成長に関心をもつ。 ・進んで健康診断などを受ける。

【中学部】

〔社会〕

a 目標

社会的な見方・考え方を働かせ、社会的な事象について関心をもち、具体的に考えたり関連付けたりする活動を通して、自立し生活を豊かにするとともに、平和で民主的な国家及び社会の形成者に必要な公民としての資質・能力の基礎を次のとおり育成することを目指す。

- (1) 地域や我が国の国土の地理的環境、現代社会の仕組みや役割、地域や我が国の歴史や伝統と文化及び外国の様子について、具体的な活動や体験を通して理解するとともに、経験したことと関連付けて、調べまとめる技能を身に付けるようにする。
- (2) 社会的な事象について、自分の生活と結び付けて具体的に考え、社会との関わりの中で、選択・判断したことを適切に表現する力を養う。
- (3) 社会に主体的に関わろうとする態度を養い、地域社会の一員として人々と共に生きていくことの大切さについての自覚を養う。

b 各段階の目標及び内容

○1 段階

(a) 目標

日常生活に関わる社会的な事象が分かり、地域社会の一員としての資質・能力の基礎を次のとおり育成することを目指す。

- ア 身近な地域や市区町村の地理的環境、地域の安全を守るための諸活動、地域の産業と消費生活の様子及び身近な地域の様子の移り変わり並びに社会生活に必要なきまり、公共施設の役割及び外国の様子について、具体的な活動や体験を通して、自分との関わりが分かるとともに、調べまとめる技能を身に付けるようにする。
- イ 社会的な事象について、自分の生活や地域社会と関連付けて具体的に考えたことを表現する基礎的な力を養う。
- ウ 身近な社会に自ら関わろうとする意欲をもち、地域社会の中で生活することの大切さについての自覚を養う。

○2 段階

(a) 目標

日常生活に関わる社会的な事象について理解し、地域社会の一員としての資質・能力の基礎を次のとおり育成することを目指す。

- ア 自分たちの都道府県の地理的環境の特色、地域の人々の健康と生活環境を支える役割、自然災害から地域の安全を守るための諸活動及び地域の伝統と文化並びに社会参加するためのきまり、社会に関する基本的な制度及び外国の様子について、具体的な活動や体験を通して、人々の生活との関連を踏まえて理解するとともに、調べま

とめる技能を身に付けるようにする。

イ 社会的事象について、自分の生活や地域社会と関連付けて具体的に考えたことを表現する力を養う。

ウ 社会に自ら関わろうとする意欲をもち、地域社会の中で生活することの大切さについての自覚を養う。

(b) 食に関する題材を扱う例

- 生産の仕事や産業を扱う際に、例えば、農業や漁業を取り上げることが考えられる。

- 外国の文化や風習を扱う際に、例えば、料理や食事の習慣を取り上げることが考えられる。

【中学部】

〔理科〕

a 目標

自然に親しみ、理科の見方・考え方を働かせ、見通しをもって、観察、実験を行うことなどを通して、自然の事物・現象についての問題を科学的に解決するために必要な資質・能力を次のとおり育成することを目指す。

- (1) 自然の事物・現象についての基本的な理解を図り、観察、実験などに関する初歩的な技能を身に付けるようにする。
- (2) 観察、実験などを行い、疑問をもつ力と予想や仮説を立てる力を養う。
- (3) 自然を愛する心情を養うとともに、学んだことを主体的に日常生活や社会生活などに生かそうとする態度を養う。

b 各段階の目標及び内容

○1 段階

(a) 目標

A 生命

ア 身の回りの生物の様子について気付き、観察、実験などに関する初歩的な技能を身に付けるようにする。

イ 身の回りの生物の様子から、主に差異点や共通点に気付き、疑問をもつ力を養う。

ウ 身の回りの生物の様子について進んで調べ、生物を愛護する態度や学んだことを日常生活などに生かそうとする態度を養う。

○2 段階

(b) 目標

A 生命

ア 人の体のつくりと運動、動物の活動や植物の成長と環境との関わりについての理解を図り、観察、実験などに関する初歩的な技能を身に付けるようにする。

イ 人の体のつくりと運動、動物の活動や植物の成長と環境との関わりについて、疑問をもったことについて既習の内容や生活経験を基に予想する力を養う。

ウ 人の体のつくりと運動、動物の活動や植物の成長と環境の関わりについて見いだした疑問を進んで調べ、生物を愛護する態度や学んだことを日常生活や社会生活などに生かそうとする態度を養う。

(b) 内容（各段階の食に関連する内容）

教科名	内 容		具体的な指導内容の例
理科	ア 人の体のつくりと運動	<p>○2段階</p> <p>人や他の動物について、骨や筋肉のつくりと働きに着目して、それらを関係付けて調べる活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。</p> <p>(ア) 次のことを理解するとともに、観察、実験などに関する初歩的な技能を身に付けること。</p> <p>㊦ 人の体には骨と筋肉があること。</p> <p>㊧ 人が体を動かすことができるのは、骨、筋肉の働きによること。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・人の体には骨と筋肉があることを知る。 ・人が体を動かすことができるのは、骨と筋肉の働きによることを理解する。
	イ 季節と生物	<p>(イ) 人や他の動物の骨や筋肉のつくりと働きについて調べる中で、見いだした疑問について、既習の内容や生活経験を基に予想し、表現すること。</p>	

【中学部】

〔保健体育〕

a 目標

体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を見付け、その解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって心身の健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。

- (1) 各種の運動の特性に応じた技能等及び自分の生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な技能を身に付けるようにする。
- (2) 各種の運動や健康・安全についての自分の課題を見付け、その解決に向けて自ら思考し判断するとともに、他者に伝える力を養う。
- (3) 生涯にわたって運動に親しむことや健康の保持増進と体力の向上を目指し、明るく豊かな生活を営む態度を養う。

b 各段階の目標及び内容

○1段階

(a) 目標

- ア 各種の運動の楽しさや喜びに触れ、その特性に応じた行い方及び体の発育・発達やけがの防止、病気の予防などの仕方が分かり、基本的な動きや技能を身に付けるようにする。
- イ 各種の運動や健康な生活における自分の課題を見付け、その解決のための活動を考えたり、工夫したりしたことを他者に伝える力を養う。
- ウ 各種の運動に進んで取り組み、きまりや簡単なスポーツのルールなどを守り、友達と協力したり、場や用具の安全に留意したりし、最後まで楽しく運動をする態度を養う。また、健康・安全の大切さに気付き、自己の健康の保持増進に進んで取り組む態度を養う。

○2段階

(a) 目標

- ア 各種の運動の楽しさや喜びを味わい、その特性に応じた行い方及び体の発育・発達やけがの防止、病気の予防などの仕方について理解し、基本的な技能を身に付けるようにする。
- イ 各種の運動や健康な生活における自分やグループの課題を見付け、その解決のために友達と考えたり、工夫したりしたことを他者に伝える力を養う。
- ウ 各種の運動に積極的に取り組み、きまりや簡単なスポーツのルールなどを守り、友達と助け合ったり、場や用具の安全に留意したりし、自己の最善を尽くして運動をする態度を養う。また、健康・安全の大切さに気付き、自己の健康の保持増進と回復に進んで取り組む態度を養う。

(b) 内容（各段階の食に関連する内容）

教科名	内 容		具体的な指導内容の例
保健 体育	H保健	<p>○1段階</p> <p>健康・安全に関する事項について、次の事項を身に付けることができるよう指導する。</p> <p>ア 体の発育・発達やけがの防止、病気の予防などの仕方が分かり、基本的な知識及び技能を身に付けること。</p> <p>イ 自分の健康・安全についての課題を見付け、その解決のための活動を考えたり、工夫したりしたことを他者に伝えること。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・栄養が偏らないようにバランスのとれた食事をし、食べすぎないようにして健康的な生活を送ることができるようにする。 ・身体の発育に関心をもつ。 ・身体各部の働きを知る。
		<p>○2段階</p> <p>健康・安全に関する事項について、次の事項を身に付けることができるよう指導する。</p> <p>ア 体の発育・発達やけがの防止、病気の予防などの仕方について理解し、基本的な技能を身に付けること。</p> <p>イ 自分やグループの健康・安全についての課題を見付け、その解決のために友達と考えたり、工夫したりしたことを他者に伝えること。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・身体の発育・発達について理解する。 ・健康のために必要な運動や食事について理解し実践する。

【中学部】

〔職業・家庭〕

a 目標

生活の営みに係る見方・考え方や職業の見方・考え方を働かせ、生活や職業に関する実践的・体験的な学習活動を通して、よりよい生活の実現に向けて工夫する資質・能力を次のとおり育成することを目指す。

- (1) 生活や職業に対する関心を高め、将来の家庭生活や職業生活に係る基礎的な知識や技能を身に付けるようにする。
- (2) 将来の家庭生活や職業生活に必要な事柄を見いだして課題を設定し、解決策を考え、実践を評価・改善し、自分の考えを表現するなどして、課題を解決する力を養う。
- (3) よりよい家庭生活や将来の職業生活の実現に向けて、生活を工夫し考えようとする実践的な態度を養う。

b 各段階の目標及び内容

○1 段階

(a) 目標

家庭分野

生活の営みに係る見方・考え方を働かせ、衣食住などに関する実践的・体験的な学習活動を通して、よりよい生活の実現に向けて工夫する資質・能力を次のとおり育成することを目指す。

- ア 家庭の中の自分の役割に気付き、生活の自立に必要な家族・家庭、衣食住、消費や環境等についての基礎的な理解を図るとともに、それらに係る技能を身に付けるようにする。
- イ 家庭生活に必要な事柄について触れ、課題や解決策に気付き、実践し、学習したことを伝えるなど、日常生活において課題を解決する力の基礎を養う。
- ウ 家族や地域の人々とのやりとりを通して、よりよい生活の実現に向けて、生活を工夫しようとする態度を養う。

○2 段階

(a) 目標

家庭分野

生活の営みに係る見方・考え方を働かせ、衣食住などに関する実践的・体験的な学習活動を通して、よりよい生活の実現に向けて工夫する資質・能力を次のとおり育成することを目指す。

- ア 家族や自分の役割について理解し、生活の自立に必要な家族・家庭、衣食住、消費や環境等についての基礎的な理解を図るとともに、それらに係る技能を身に付けるようにする。

イ 家庭生活に必要な事柄について考え、課題を設定し、解決策を考え、実践し、学習したことを振り返り、考えたことを表現するなど、日常生活において課題を解決する力を養う。

ウ 家族や地域の人々とのやりとりを通して、よりよい生活の実現に向けて、生活を工夫し考えようとする実践的な態度を養う。

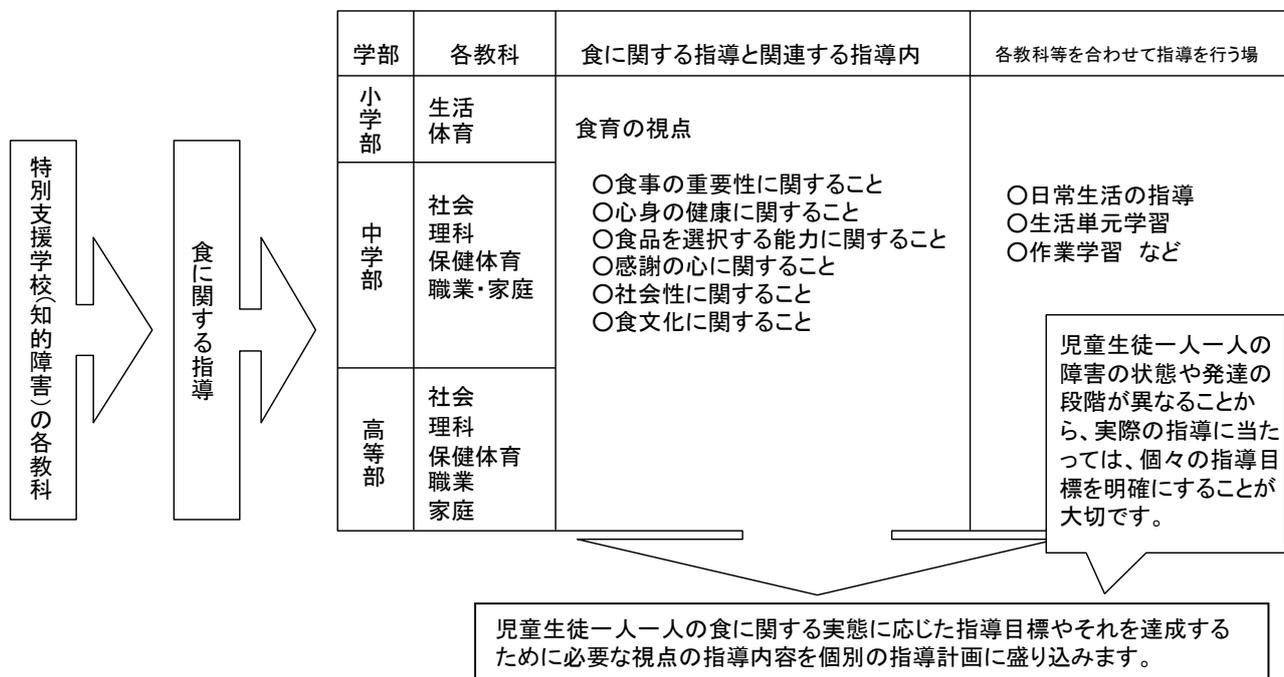
(b) 内容（各段階の食に関連する内容）

教科名	内 容		具体的な指導内容の例
職業・ 家庭	家庭分野 B衣食住 の生活 ア 食事の 役割	<p>○1段階</p> <p>食事の仕方や食事の大切さに気付くことなどに関わる学習活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。</p> <p>(ア) 健康な生活と食事の役割について知ること。</p> <p>(イ) 適切な量の食事を楽しくとることの大切さに気付き、それらを他者に伝えること。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ 食事は健康を保ち、体の成長や活動のもとになることに気付く。 ・ 健康を維持する側面から、必要な栄養や食事量を適切にとることに気付く。 ・ 食事は気持ちや心の安定にも大きな役割があることに気付く。 ・ 食事の時間を楽しみにする。 ・ 美味しいことを喜び、伝え合い共有する。
		<p>○2段階</p> <p>楽しく食事をするための工夫などに関わる学習活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。</p> <p>(ア) 健康な生活と食事の役割や日常の食事の大切さを理解すること。</p> <p>(イ) 日常の食事の大切さや規則正しい食事の必要性を考え、表現すること。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ 自分の食生活に関心をもち、健康によい食事のとり方について気付き、考える。 ・ 自分の食事の改善点や解決方法を考える。

教科名	内 容		具体的な指導内容の例
職業・家庭	家庭分野 B衣食住の生活 イ 栄養を考えた食事	<p>○2段階 バランスのとれた食事について考えることに関わる学習活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。</p> <p>(ア) 身体に必要な栄養について関心をもち、理解し、実践すること。</p> <p>(イ) バランスのとれた食事について気付き、献立などを工夫すること。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ 栄養を考え、いろいろな食品を組み合わせるとしてバランスよく食べる。 ・ 食品に含まれる栄養素の特徴により、「主にエネルギーのもとになる」、「主に体をつくるもとになる」、「主に体の調子を整えるもとになる」の三つのグループに分けられることが分かる。 ・ 和食の基本である米飯とみそ汁の組み合わせや、旬の食材、地域の伝統的な料理、和食と洋食、他国の馴染みのある料理や食べ物等、より食への関心を広げ深める。
	家庭分野 B衣食住の生活 イ 調理の基礎 (2段階はウ調理の基礎)	<p>○1段階 必要な材料を使って食事の準備をすることなどに関わる学習活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。</p> <p>(ア) 簡単な調理の仕方や手順について知り、できるようにすること。</p> <p>(イ) 簡単な調理計画について考えること。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ 短期間で比較的単純な工程でできる調理をする。 ・ 魚や肉、野菜などの生の食品の扱いについて、安全で衛生的な扱い方を工夫する。 ・ 冷蔵庫や冷凍庫での食品の保存の仕方を知る。 ・ まな板や布巾の衛生的な取扱いや包丁などの刃物の安全な取扱いができるようにする。
		<p>○2段階 食事の準備や調理の仕方などに関わる学習活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。</p> <p>(ア) 調理に必要な材料の分量や手順などについて理解し、適切にできること。</p> <p>(イ) 調理計画に沿って、調理の手順や仕方を工夫すること。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ 必要な材料、調理器具、調理の手順を考えて、準備から後片付けまで見通しをもち手際よく調理を進める。 ・ ガスや火の扱いに注意する。 ・ 食品の保存方法と保存期間の関係について、食品の腐敗や食中毒の原因と関連付けて理解する。

(イ) 指導内容の設定

次の図に示すようにして特別支援学校（知的障害）の各教科の目標及び内容から食に関する指導と関連する指導内容を抽出し整理をします。



特別支援学校（知的障害）の各教科の指導に当たっては、各教科の段階に示す内容を基に、生徒の知的障害の状態や経験等に応じて、具体的に指導内容を設定します。各教科等を合わせた指導を行う際は、単元や題材のまとまり等において、各教科等のすべての内容を扱う必要はありませんが、全体を見渡し、年間を通して確実に一人一人の児童生徒がそれぞれの障害の状態等に応じて各教科の内容を履修していることが必要になります。各教科等を合わせた指導においても、個々に即して各教科の目的が達成されるようにすることが必要です。

各教科等を合わせた指導における指導目標については、各教科等の目標を組み合わせる単元の指導目標を設定する場合、分類して指導目標を設けることや、総合的に指導目標を設定することが考えられます。各教科等を合わせた指導における指導目標は、学習指導要領に示されている各教科等の目標のすべてを、単一の単元に包含する必要はありませんが、年間を通して各教科等の目標が個々に即して実現できるように設定することが必要です。

なお、特別支援学校（知的障害）では、指導の形態として、「教科別に指導を行う場合」「道徳科、外国語活動、特別活動、自立活動の時間を設けて指導を行う場合」と、「各教科等を合わせて指導を行う場合」とを適切に組み合わせる指導が行われていることから、実際の指導場面において、指導内容が広がりすぎて食に関する指導の「ねらい」の焦点が定まらず、指導の成果が上がらなかつたり、児童生徒の負担過重になつたりしないように留意することが必要です。そうならないためにも、食に関する指導の全体計画や個別の指導計画を踏まえた事前の授業計画をしっかりと立て、授業前にはもう一度「本時の目標」を確認して指導に当たることが重要になってきます。

次の表は、小学部の食に関する具体的な指導内容を段階的に整理した一例です。段階別

に示している理由は、知的障害の状態や経験等が様々で個人差が大きいことから、段階を設けて示した方が、個々の児童生徒の実態等に即した食に関する具体的な指導内容を選択し、個別の指導計画を作成したり、指導の評価をしたりすることができやすいと考えられるからです。また、各段階の構成を考える際、基本的には、知的発達、身体発育、運動発達、生活経験、社会性等の状態を考慮して積み上げていくとよいと思われま

【表】食に関する指導の具体的な指導内容表（例）

食育の視点	段階ごとの具体的な指導内容		
	1段階	2段階	3段階
○食事の重要性に関する こと	<ul style="list-style-type: none"> ・ 食べることに興味をもつ。 ・ 自分で食べようとする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 1日3回の食事をとり生活リズムを整える。 ・ 落ち着いて食べる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 毎日の食事に関心をもつ。 ・ 楽しく食事をする。
○心身の健康に関する こと	<ul style="list-style-type: none"> ・ 教師と一緒に手洗いを ・ よくかんで食べる。 ・ 好き嫌いをしないで ・ 食べる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 一人で食事の前に手を洗う。 ・ 主食と副食をとり合わせて ・ 食べる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 手洗いや歯磨きの習慣を身に付ける。 ・ 健康な身体を作るために、好き嫌いを ・ しないで食べる。
○食品を選択する能力に 関すること	<ul style="list-style-type: none"> ・ 食品や献立の名前を ・ 知る。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 簡単な献立の名前を ・ 言う。 ・ 料理に入っている食品の名前が ・ 分かる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 食べたい献立の名前を ・ 言う。 ・ 献立に合わせて必要な材料を ・ 選ぶ。
○感謝の心に関する こと	<ul style="list-style-type: none"> ・ 食事の前後に挨拶のしぐさを ・ する。 ・ 動植物に興味をもつ。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 食事の前後に挨拶をする。 ・ 動植物の成長に興味をもつ。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 調理員さんに感謝の気持ちを ・ 表す。 ・ 感謝の気持ちをもって残さずに ・ 食べる。
○社会性に関する こと	<ul style="list-style-type: none"> ・ 先生と一緒に食器を並べたり、 ・ 片付けたりする。 ・ スプーン・フォークを使って ・ 食べる。 ・ ストローやコップで飲む。 ・ 先生と一緒に集団の中で ・ 落ち着いて食べる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 自分の食器を並べたり、片付けたり ・ する。 ・ はし等を使ってこぼさないように ・ 食べる。 ・ ストローやコップで上手に飲む。 ・ 最後まで席について食べる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 友達と協力して準備や後片付けが ・ できる。 ・ はしで上手に食べる。 ・ 食器を持って食べる。 ・ マナーを守って食事をする。 ・ 先生や友達と会話を ・ 楽しみながら食べる。
○食文化に関する こと	<ul style="list-style-type: none"> ・ 季節食や行事食、伝統的な食事の ・ 味を体験する。 ・ 外国の食べ物の味を体験する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 季節や行事にちなんだ料理がある ・ ことを知る。 ・ 諸外国にはいろいろな食べ物がある ・ ことを知る。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 地域の産物や料理に興味をもって ・ 食べる。 ・ 諸外国の産物や料理に興味をもって ・ 食べる。

（食文化に関することは、中学部の教科の社会や職業・家庭の内容を基にしている。）

実際の授業では、次の表に示す知的障害者である児童生徒に対する教育を行う特別支援学校における指導上の配慮事項を踏まえて、指導を行うことが考えられます。

障害種	食に関連する内容	指導上の配慮の例
知的障害	知的障害者を教育する特別支援学校の各教科等	<ul style="list-style-type: none"> ・生活に結び付いた具体的な活動を学習活動の中心に据え、実地的な状況下で指導する。 ・成功経験を積ませて、主体的に活動に取り組む意欲を育む。 ・日常的に用いる言葉と食経験との結び付きに留意し、日常生活で活用できるようにする。 ・図や写真を使い、見通しをもって活動できるようにする。 ・毎日の給食を教材として、多様な食品を経験させるようにする。 ・児童生徒の実態に即した食環境を整備するなど、安全に留意する。 ・家庭との連携を図り、実際の食生活に生かすことができるように留意する。 ・自立活動の指導等と食に関する指導との関連を図り、指導効果を高めるようにする。

(ウ) 実践事例

a 日常生活の指導

① 題材名

「マナーを守って楽しく食事をしよう」(小学部低学年・中学年)

② 題材の目標

食事の指導では、食べ方や食事に関するマナーだけでなく、配膳及び後片付けの手伝いなど生活と結びついた内容がある。また、1対1対応、順番、食器の大小、盛り付けの多少などの数量関係や、食器名、献立名等の言語面の学習を毎日繰り返し具体的に学ばせることができる。さらに、「食べる」ということは興味・関心をもたせやすいので、自発性や積極性を養うことができる。これらの活動を通して、

- 食べ物を扱う時は、手や身なり等を清潔にしようとする。
- 配膳の手伝いを喜んでしようとする態度を養う。
- 食事に関わる技能を高めマナーを養い楽しく食事ができる。
- 好き嫌いをせずに食べる意欲を高める。

等ができるようにする。

③ 食育の視点

- 食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。〈食事の重要性〉
- 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。〈社会性〉

④ 指導計画

給食前に帯で設定した日常生活の指導の時間で、年間を通じて指導する。
(なお、給食の時間も活用する。)

⑤ 展開例 (給食前の指導と給食の時間を点線で区切っている)

主な学習活動	指導上の留意点
<p>○給食の時間になることや今日の当番について教師の指示を聞き、身支度をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・石けんで手を洗い、タオル等で拭く。 ・必要に応じてトイレへ行き排泄を済ませる。 ・当番でない子供は自席で着席して待つ。 ・当番の子供は、マスクをつけたり、台ふきんの用意をしたりする。 <p>○当番は台ふきんを洗ってしぼり、配膳台や机の上を拭く。</p> <p>○当番は指示に従って牛乳やストローを人数分配ったり、配膳をしたりする。</p> <p>○好き嫌いをせずに食べることについて栄養教諭の話を聞く。</p>	<p>○トイレ→手を洗う→食事という一連の流れを繰り返しの指導により習慣化するようにする。3学期は指示を少なくして、自発的に活動できるようにする。</p> <p>○一つ一つの活動がきちんとできているか等細かく把握し、必要な指導を行う。</p> <p>○洗い方やしぼり方、拭き方がどうか細かく把握し、必要な指導を行う。アルコールスプレーの使い方も指導する。</p> <p>○食べ物に関係のある物は、床に置かないように指導する。</p> <p>○お盆の上に牛乳を置かせるなどして1対1対応で人数分配れるように支援する。</p> <p>○当番ではない子供が配られた物に手を出さないように指導する。</p> <p>* 栄養教諭が、イラスト等を見せながら食事の重要性を伝える。</p>

<ul style="list-style-type: none"> ○給食を食べ始める前に、「いただきます」をする。 ○スプーンやフォークを使って食べる。 ○好き嫌いをせずに食べる。 ○食べ終わったら各自で、「ごちそうさま」をして食器を返す。 	<ul style="list-style-type: none"> ○表出言語が見られない子供にはおじぎの動作を模倣させる。 ○スプーンですくったり、フォークで刺したり両方できるように指導する。使いやすい食器具を用意してこぼさずに食べられるようにする。 ○一口の適量が多すぎないように適切な量を指導する。よくかんで飲み込むように指導する。よくできたときにはほめる。 ○「おいしいね」「○○さんは□□がすきだね」などと言葉を掛ける。 ○友達が楽しく食べている様子を見せるなどして、食べてみようかなという気持ちになるように働きかける。 ○食器は形や大きさにより分類して重ねて返すように指導する。
--	--

b 職業・家庭

① 題材名

「調理をしよう」(中学部)

② 題材の目標

- 身体に必要な栄養について関心をもたせ、バランスのとれた食事について理解させ実践できるようにする。
- 簡単な調理を通して、調理の過程や料理のでき上がり、味、献立について関心をもたせ、自分で調理をしようという意欲を高めさせる。

③ 食育の視点

- 食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。〈食事の重要性〉
- 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。〈食品を選択する能力〉

④ 指導計画(全8時間)

- 1 食生活について考えよう(1時間)
- 2 栄養について知ろう(2時間)
- 3 調理用具を使ってみよう(2時間)
- 4 朝食を作ろう(2時間)
- 5 がんばったことを発表しよう(1時間)

⑤ 展開例（2・3／8時間）

○ 本時の目標

食品に含まれる栄養について知り、栄養のバランスを考えて必要な食品を選ぶことができる。

主な学習活動	指導上の留意点
<ul style="list-style-type: none"> ○自分が食べた朝食について発表する。 <ul style="list-style-type: none"> ・簡単な食品名や料理の名前が分かる。 ○自分が好きな食べ物を選んで朝食の献立を考える。 ○栄養について話を聞く。 <ul style="list-style-type: none"> ・主食、主菜、副菜などについて知る。 ・食事は健康を保ち、身体の成長や活動のもとになることを知る。 ・健康の維持に必要な栄養や適切な食事量を知る。 ○食物の品質や安全性について話を聞く。 <ul style="list-style-type: none"> ・食品の変質について知り、衛生的な保存の仕方が分かる。 ○自分が食べた朝食について振り返り、栄養のバランスを考えて必要な食品を選ぶ。 <ul style="list-style-type: none"> ・自分の食生活に関心をもち、健康によい食事のとり方を理解する。 ・栄養を考え、いろいろな食品を組み合わせさせて食べる。 	<ul style="list-style-type: none"> ○朝食の献立について連絡帳に書いてきてもらう。 ○写真や絵カード等を用意して朝食が思い出せるようにする。 ○店に陳列されている食品を写真や絵カードにして好きな物を選ばせる。 <ul style="list-style-type: none"> * 栄養教諭が、食品に含まれる栄養についてイラスト等を用いながら説明する。 * 栄養教諭が、給食の献立について栄養に触れながら説明する。 * 栄養教諭が、栄養バランスのよい朝食の献立例を提示する。 * 栄養教諭が写真等を見せて、食品の変質について説明し、衛生的な保存の仕方を説明する。 ○栄養教諭の提示した献立と比べながら、自分の食べた物に何を追加したり、変更したりすればよいか、写真や絵カードを選ばせて考えさせる。 <ul style="list-style-type: none"> * 栄養教諭が、栄養バランスがとれているか確認し助言を行う。学習したことや発表の様子を連絡帳で家庭に伝える。

(エ) 他教科との関連

保健体育科の保健「健康・安全に関する事項」で、病気の予防の仕方として、栄養が偏らないようにバランスのとれた食事をし、食べすぎないようにして健康的な生活を送ることについて学習する際に、関連付けて指導することができます。

ウ 個別の指導計画の作成と活用

特別支援学校において食に関する指導を行う際には、児童生徒の障害の状態や発達の程度、生活の状況が多様であることから、児童生徒一人一人の個別の指導計画を作成し活用することが必要です。

個別の指導計画に基づく指導は、計画(Plan)－実践(Do)－評価(Check)－改善(Act)の過程で進めなければいけません。まず、児童生徒の実態把握に基づき、長期的及び短期

的な観点から目標を設定した上で、具体的な指導内容を検討して計画を作成します。作成した計画に基づいた実践の過程においては、常に児童生徒の学習の状況を評価するとともに、指導目標及び指導内容のみならず指導方法（指導の手立て）に関する評価を行って、指導の改善を図ることが求められます。さらに、評価を踏まえて見直した計画により、児童生徒にとってより適切な指導を展開することになります。

このように、個別の指導計画に基づく指導においては、計画、実践、評価、改善のサイクルを確立し、適切な指導を進めていくことが極めて重要です。

個別の指導計画の様式については、日々の指導や評価に活用できる内容が盛り込まれていて、書きやすく分かりやすい、そして使いやすく整理しやすいものを、各学校が工夫し、用意することになります。

特に、食に関する指導に活用するためには、児童生徒一人一人の障害の状態や発達の程度（食べる機能の発達の状況を含む）、食形態、食行動、食習慣、生育歴などを十分に把握し、「食に関する個別の指導目標」を具体的に設定することが大切です。指導目標の設定に当たっては、個々の児童生徒の実態把握に基づいて、小学部、中学部、高等部の各学部の在籍期間を見通した長期的な観点に立った目標とともに、題材や時間のまとまりといった短期的な観点に立った目標を定めることが指導の効果を高めるために必要です。この場合、個々の児童生徒の障害の状態等は変化し得るものであるため、特に長期の目標については、今後の見通しを立てながらその目標を適切に変更し得るような弾力的な対応が必要です。

長期的な観点に立った指導目標を達成するためには、個々の児童生徒の実態に即して必要な指導内容を段階的、系統的に取り上げることが大切です。そのためには、次の視点に基づいて、当面何を優先すべきかを考えて目標を設定することが考えられます。個別の指導計画には、設定した指導目標や指導内容及び指導方法、指導を行う時間（教科・領域、指導形態）や指導期間等を記載して、作成した個別の指導計画に基づいて食に関する指導を進めるようにします。

個別の指導目標設定の視点（例）

- ① 児童生徒の生活にとってどのくらい緊急な課題なのか。（緊急性）
- ② 将来の生活を見通して、必要な知識や技能であるか。（必要性）
- ③ 学校における指導によって、目標を達成できるか。（実現性）
- ④ 今、指導することが適切か。（適時性）
- ⑤ 指導することが、社会的にみて妥当であるか。（妥当性）

目標を達成するための学習は、一定期間にわたって行われますが、その間においても、児童生徒が目標に近づいているか、教材・教具などに興味をもって取り組んでいるかなど、児童生徒の学習状況を評価し、指導の改善に日ごろから取り組むことが重要です。こうした学習状況の評価に当たっては、教師間の連携・協力の下で、個別の指導計画等を活用して進めるとともに、多面的で客観的な判断ができるように、必要に応じて保護者や外部の専門家等との連携を図っていくことも考慮する必要があります。また、保護者には、学習状況や結果の評価について説明し、児童生徒の成長の様子を確認してもらうとともに、学習で身に付けたことを家庭生活でも発揮できるよう協力を得ることが大切です。

エ 栄養教諭の関わり方

- 給食の時間に献立について説明を行う際に、学習で栽培した野菜などについて取り上げるなどして、野菜の色や形、栄養など食材の理解を図りながら、好き嫌いを減らすような関わりを行うようにします。

- 偏食のある子供や肥満の子供などに対して、専門的な立場から食べやすい調理方法や食事の内容等に関する情報提供を本人や保護者、指導を担当する教師に行うようにします。

(2) 自立活動の指導

ア 目標

個々の児童又は生徒が自立を目指し、障害による学習上又は生活上の困難を主体的に改善・克服するために必要な知識、技能、態度及び習慣を養い、もって心身の調和的発達の基盤を培う。

*ここでいう「自立」とは、児童生徒がそれぞれの障害の状態や発達の段階等に応じて、主体的に自己の力を可能な限り発揮し、よりよく生きていこうとすることを意味している。

イ 自立活動の特質

特別支援学校の教育の目的については、学校教育法第七十二条により、「幼稚園、小学校、中学校又は高等学校に準ずる教育を施すとともに、障害による学習上又は生活上の困難を克服し自立を図るために必要な知識技能を授けること」と規定されています。

小学校、中学校の教育は、児童生徒の生活年齢に即して系統的・段階的に進められ、その内容は、発達の段階等に即して選定されたものが配列されています。しかし、障害のある児童生徒の場合は、その障害によって、日常生活や学習場面において様々なつまづきや困難が生じることから、小学校、中学校の児童生徒と同じように、心身の発達の段階を考慮して教育するだけでは十分とはいえません。

このため、自立活動は、学校教育法第七十二条の後段（障害による学習上又は生活上の困難を克服し自立を図るために必要な知識技能を授けること）を受けて、特別支援学校の目的を達成するために特設された指導領域であり、その指導を行うことによって、児童生徒の人間としての調和のとれた育成を目指しています。

また、「重複障害者等に関する教育課程の取扱い」により、障害の状態により特に必要がある場合には、自立活動を主として指導を行うことができることとなっています。

自立活動の指導に当たっては、個々の児童又は生徒の障害の状態や特性及び心身の発達の段階等の的確な把握に基づき、指導すべき課題を明確にすることによって、指導目標及び具体的な指導内容を定めた「個別の指導計画*」を作成することとされています。

食に関する指導目標を「個別の指導計画」に加えることにより、食に関する指導の意図や方向性を職員や家庭等に明示し、共有することができます。そして、指導の際には、実態に応じた具体的な指導方法を創意工夫し、意欲的な活動を促すようにすることが大切です。

* << 参考 >> 個別の指導計画の作成手順

【個別の指導計画の作成に当たっての配慮事項】

個別の指導計画作成においては、まず、児童生徒の実態把握に基づいて指導すべき課題を抽出します。そして、これまでの学習の状況や将来の可能性を見通しながら、指導すべき課題の相互の関連を検討し、長期的及び短期的な観点から指導目標を設定した上で、具体的な指導内容を検討して計画（Plan）が作成されます。作成された個別の指導計画に基づいた実践（Do）の過程においては、常に児童生徒の学習状況を評価（Check）し指導の改善（Act）を図ることが求められます。さらに、評価を踏まえて見直された計画により、児童生徒によってより適切な指導が展開されることになります。すなわち、評価を通して指導の改善が期待されるのです。

① 実態の把握

個々の児童又は生徒について、障害の状態、発達や経験の程度、興味・関心、生活や学習環境などの実態を的確に把握すること。

② 指導目標の設定

実態把握に基づいて得られた指導すべき課題相互の関連を検討すること。その際、これまでの学習状況や将来の可能性を見通しながら、長期的及び短期的な観点から指導目標を設定し、それらを達成するために必要な指導内容を段階的に取り上げること。

*指導目標は、具体的な行動や観察できる状態として評価が可能になるように、その到達目標を具体的にとらえておくことが必要です。

③ 具体的な指導内容設定の際の考慮点

ア 主体的に取り組む指導内容

児童又は生徒が、興味をもって主体的に取り組み、成就感を味わうとともに自己を肯定的に捉えることができるような指導内容を取り上げること。

イ 改善・克服の意欲を喚起する指導内容

児童又は生徒が、障害による学習上又は生活上の困難を改善・克服しようとする意欲を高めることができるような指導内容を重点的に取り上げること。

ウ 発達の進んでいる側面を更に伸ばすような指導内容

個々の児童又は生徒が、発達の遅れている側面を補うために、発達の進んでいる側面を更に伸ばすような指導内容を取り上げること。

エ 自ら環境を整える指導内容

個々の児童又は生徒が、活動しやすいように自ら環境を整えたり、必要に応じて周囲の人に支援を求めたりすることができるような指導内容を計画的に取り上げること。

オ 自己選択・自己決定を促す指導内容

個々の児童又は生徒に対し、自己選択・自己決定する機会を設けることによって、思考・判断・表現する力を高めることができるような指導内容を取り上げること。

カ 自立活動を学ぶことの意義について考えさせるような指導内容

個々の児童又は生徒が、自立活動における学習の意味を将来の自立や社会参加に必要な資質・能力との関係において理解し、取り組めるような指導内容を取り上げること。

④ 評価

児童又は生徒の学習状況や結果を適切に評価し、個別の指導計画や具体的な指導の改善に生かすよう努めること。

＜自立活動 六つの区分と 27 項目＞ *下線部は今回の改訂箇所

1 健康の保持

- (1) 生活のリズムや生活習慣の形成に関する事。
- (2) 病気の状態の理解と生活管理に関する事。
- (3) 身体各部の状態の理解と養護に関する事。
- (4) 障害の特性の理解と生活環境の調整に関する事。
- (5) 健康状態の維持・改善に関する事。

2 心理的な安定

- (1) 情緒の安定に関する事。
- (2) 状況の理解と変化への対応に関する事。
- (3) 障害による学習上または生活上の困難を改善・克服する意欲に関する事。

3 人間関係の形成

- (1) 他者との関わりの基礎に関する事。
- (2) 他者の意図や感情の理解に関する事。
- (3) 自己の理解と行動の調整に関する事。
- (4) 集団への参加の基礎に関する事。

4 環境の把握

- (1) 保有する感覚の活用に関する事。
- (2) 感覚や認知の特性についての理解と対応に関する事。
- (3) 感覚の補助及び代行手段の活用に関する事。
- (4) 感覚を総合的に活用した周囲の状況についての把握と状況に応じた行動に関する事。
- (5) 認知や行動の手掛かりとなる概念の形成に関する事。

5 身体の動き

- (1) 姿勢と運動・動作の基本的技能に関する事。
- (2) 姿勢保持と運動・動作の補助的手段の活用に関する事。
- (3) 日常生活に必要な基本動作に関する事。
- (4) 身体の移動能力に関する事。
- (5) 作業に必要な動作と円滑な遂行に関する事。

6 コミュニケーション

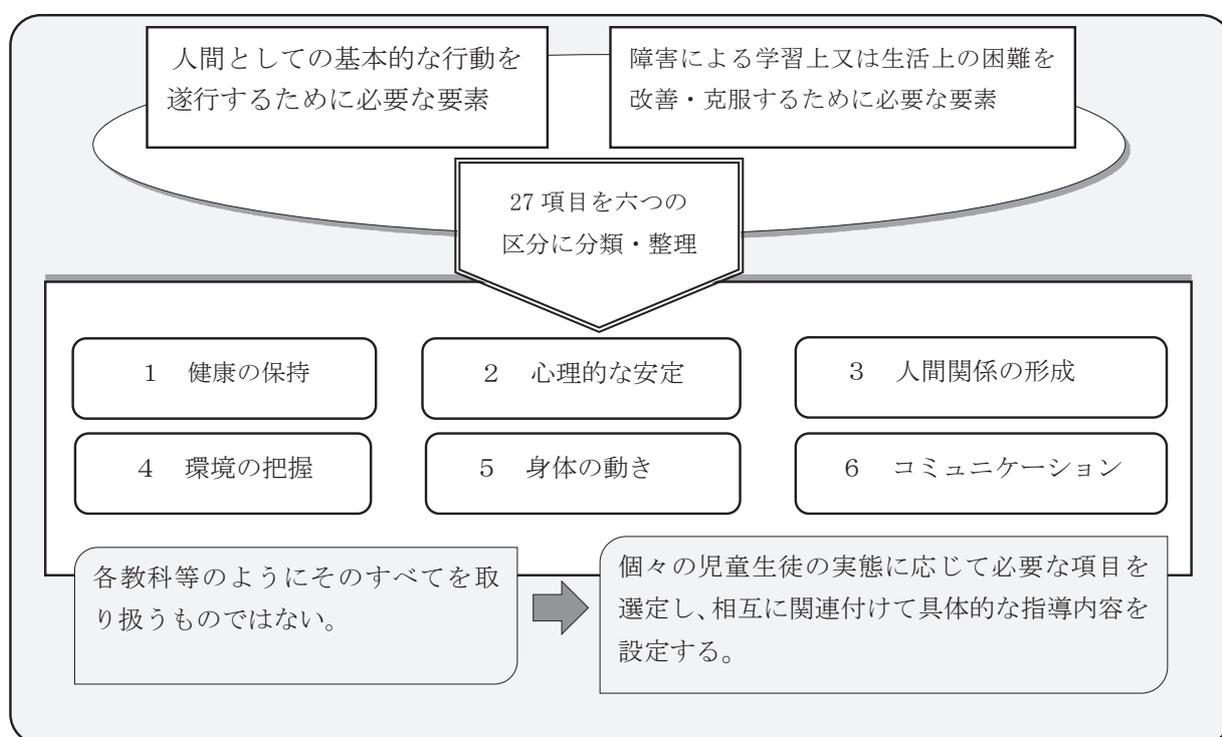
- (1) コミュニケーションの基礎的能力に関する事。
- (2) 言語の受容と表出に関する事。
- (3) 言語の形成と活用に関する事。
- (4) コミュニケーション手段の選択と活用に関する事。
- (5) 状況に応じたコミュニケーションに関する事。

ウ 食に関連する内容

(ア) 自立活動の内容

自立活動の内容は、「人間として基本的な行動を遂行するために必要な要素」と、「障害による学習上又は生活上の困難を改善・克服するために必要な要素」で構成しており、それらの代表的な要素である27項目を「健康の保持」「心理的な安定」「人間関係の形成」「環境の把握」「身体の動き」「コミュニケーション」の六つの区分に分類・整理したものです。

また、学習指導要領に示されている自立活動の内容は、各教科等のようにそのすべてを取り扱うものではなく、個々の児童生徒の実態に応じて必要な項目を選定し、それらを相互に関連付けて具体的な指導内容を設定します。



(イ) 食に関連する内容と指導のポイント

自立活動の指導と関連を図った食に関する指導を進めるに当たっては、食に関する指導の内容と自立活動の内容との関連を明確にしておくことが大切になります。ここでは、自立活動の内容のうち食に関する指導の内容と関連のある項目について例示しました。

*罫いの中の各項目の数字は、学習指導要領「第7章 自立活動」の「第2 内容」の項目番号と一致

1 健康の保持

- (1) 生活のリズムや生活習慣の形成に関する事。
- (2) 病気の状態の理解と生活管理に関する事。
- (4) 障害の特性の理解と生活環境の調整に関する事。
- (5) 健康状態の維持・改善に関する事。

(1) 生活のリズムや生活習慣の形成に関すること。

「(1) 生活のリズムや生活習慣の形成に関すること。」は、体温の調節、覚醒と睡眠など健康状態の維持・改善に必要な生活のリズムを身に付けること、食事や排泄などの生活習慣の形成、衣服の調節、室温の調節や換気、感染予防のための清潔の保持など健康な生活環境の形成を図ることを意味している。

障害が重度で重複している児童生徒であって、発達の遅れが著しいほど、このような観点からの指導を行う必要があります。このような児童生徒には、覚醒と睡眠のリズムが不規則なことが多く、しかも体力が弱かったり、食事の量や時間、排泄の時刻が不規則になったりする傾向が見られます。こうした児童生徒の場合には、睡眠、食事、排泄というような基礎的な生活のリズムが身に付くようにすることなど、健康維持の基盤の確立を図るための具体的な指導内容の設定が必要です。

例えば、日中に身体を動かす活動が十分にできないことから、夜になっても眠くならず、その結果、朝おきられなくなり、昼近くになってやっと目覚めるといった状態が続くことがあります。

このような場合には、家庭と連携を図って、朝決まった時刻に起きることができるようにし、日中は、身体を動かす活動や遊びを十分に行って目覚めた状態を維持したり、規則正しく食事をとったりするなど生活のリズムを形成するための指導を行う必要があります。

(2) 病気の状態の理解と生活管理に関すること。

「(2) 病気の状態の理解と生活管理に関すること。」は、自分の病気の状態を理解し、その改善を図り、病気の進行の防止に必要な生活様式についての理解を深め、それに基づく生活の自己管理ができるようにすることを意味している。

糖尿病の児童生徒の場合、従来から多い1型とともに、近年は食生活や運動不足等の生活習慣と関連する2型が増加しています。そのため、自己の病気を理解し、血糖値を毎日測定して、病状に応じた対応ができるようにするとともに、適切な食生活や適度の運動を行うなどの生活管理についても主体的に行い、病気の進行を防止することが重要です。

こうした力の育成には、児童生徒の発達や健康の状態等を考慮して、その時期にふさわしい指導を段階的に行う必要があります。その際、専門の医師の助言を受けるとともに、保護者の協力を得るようにすることも忘れてはなりません。

注意事項を守り、病状に応じた対応を忘れないようにするためには、周囲の人の理解や協力を得ることが有効な場合があります。そこで、児童生徒の発達の段階に応じて、自分の病状を他の人に適切に伝えることができるようにすることが大切です。

(4) 障害の特性の理解と生活環境の調整に関すること。

「(4) 障害の特性の理解と生活環境の調整に関すること。」は、自己の障害にどのような特性があるのか理解し、それらが及ぼす学習上又は生活上の困難についての理解を深め、その状況に応じて、自己の行動や感情を調整したり、他者に対して主体的に

働きかけたりして、より学習や生活をしやすい環境にしていくことを意味している。

自閉症のある児童生徒で、感覚の過敏さがある場合、食べ物のおいしさや口腔内に当たる感じなどが耐えられないほどの苦痛となっている場合があります。このような児童生徒には無理に食べさせるのではなく、友達がおいしそうに食べている様子などを見せて食べたくなる気持ちを育てることが大切です。

(5) 健康状態の維持・改善に関すること。

「(5) 健康状態の維持・改善に関すること。」は、障害のため、運動量が少なくなったり、体力が低下したりすることを防ぐために、日常生活における適切な健康の自己管理ができるようにすることを意味している。

知的障害や自閉症のある児童生徒の中には、運動量が少なく、結果として肥満になったり、体力低下を招いたりする者も見られます。また、心理的な要因により不登校の状態が続き、運動量が極端に少なくなったり、食欲不振の状態になったりする場合があります。このように、障害のある児童生徒の中には、障害そのものによるのではなく二次的な要因により体力が低下する者も見られます。

このような児童生徒の体力低下を防ぐためには、運動することへの意欲を高めながら適度な運動をとり入れたり、食生活と健康について実際の生活に即して学習したりするなど、日常生活において自己の健康管理ができるようにするための指導が必要です。

健康状態の維持・改善を図る指導を進めるにあたっては、主治医等から個々の児童生徒の健康状態に関する情報を得るとともに、日ごろの体調を十分に把握する必要があることから、医療機関や家庭と密接な連携を図ることが大切です。

2 心理的な安定

(1) 情緒の安定に関すること。

(3) 障害による学習上又は生活上の困難を改善・克服する意欲に関すること。

(1) 情緒の安定に関すること。

「(1) 情緒の安定に関すること。」は、情緒の安定を図ることが困難な幼児児童生徒が、安定した情緒の下で生活できるようにすることを意味している。

自閉症のある児童生徒で、苦手な料理を皿に盛って欲しくない・もっと減らしてほしいなど、他者に自分の気持ちを適切な方法で伝えることが難しい場合、自らをたたいてしまうことや、他者に対して不適切な関わり方をしてしまう場合があります。

こうした場合、必要に応じて給食をとる環境を工夫することも大切です。自分を落ち着かせることができる場所（板ダンボールなどで個室に区切った場所や、誰もいない教室等）に移動して、慣れた別の活動に取り組むなどの経験を積み重ねていながら、その興奮を静める方法を知ることや、様々な感情を表した絵カードやメモなどを用いて自分の気持ち（この料理は苦手・量を減らして欲しい等）を伝えるなどの手段を身に付けられるように指導することが大切です。児童生徒と教師等支援者との信頼関係は、この

ような気持ちが通じ合う関わりを通して構築されていきます。

(3) 障害による学習上または生活上の困難を改善・克服する意欲に関すること

「(3) 障害による学習上又は生活上の困難を改善・克服する意欲に関すること。」は、自分の障害の状態を理解したり、受容したりして、主体的に障害による学習上又は生活上の困難を改善・克服しようとする意欲の向上を図ることを意味している。

指導を行うに当たっては、児童生徒の心理状態を把握した上で指導内容・方法を工夫することが必要です。

食物アレルギーを有する聴覚障害者が、卒業後、食物アレルギーを表示していない店でも食事ができるようになるよう、手段を工夫し実際に自分の力でアレルゲンの確認ができるなど、障害に伴う困難を自ら克服・改善し得たという成就感がもてる指導を行うことが大切です。

3 人間関係の形成

(1) 他者との関わり の基礎に関すること。

(4) 集団への参加の基礎に関すること。

(1) 他者との関わり の基礎に関すること。

「(1) 他者との関わり の基礎に関すること。」は、人に対する基本的な信頼感をもち、他者からの働き掛けを受け止め、それに応ずることができるようにすることを意味している。

障害のある児童生徒は、障害による様々な要因から、基本的な信頼感の形成が難しい場合があります。

他者との関わり の方法が十分に身に付いていない自閉症のある児童生徒の場合、身近な教師との関わり から、少しずつ、教師との安定した関係を形成することが大切です。教師とじっくり関わることのできる場面である給食の時間に、食事の介助をする教師の働き掛けを受け入れたり、呼びかけに答えたりするなど対人関係を広げ、信頼関係を築くことができるようにすることが大切です。食べ物の好き嫌いなどの気持ちを伝えにくい場合には、シンボルマーク等を用いることも有効です。

(4) 集団への参加の基礎に関すること。

「(4) 集団への参加の基礎に関すること。」は、集団の雰囲気に合わせてたり、集団に参加するための手順やきまりを理解したりして、遊びや集団活動などに積極的に参加できるようになることを意味している。

視覚障害のある児童生徒の場合、目で見ればすぐにわかるような決まり事、例えば給食の下膳の方法などがとらえにくく、うまく片付けができない場合があります。そこで、あらかじめ下膳するための手順やきまり、必要な情報を得るための質問の仕方などを指導して、積極的に給食の片付けに参加できるようにする必要があります。

4 環境の把握

- (1) 保有する感覚の活用に関すること。
- (5) 認知や行動の手掛かりとなる概念の形成に関すること。

- (1) 保有する感覚の活用に関すること。

「(1) 保有する感覚の活用に関すること。」は、保有する視覚、聴覚、触覚、嗅覚、固有覚、前庭覚などの感覚を十分に活用できるようにすることを意味している。なお、固有覚とは、筋肉や関節の動きなどによって生じる自分自身の身体の情報を受け取る感覚であり、主に力の加減や動作等に関係している感覚である。固有覚のはたらきにより、運動は絶えず軌道修正され、目を閉じていてもある程度正しく運動することができる。

また、前庭覚とは、重力や動きの加速度を感知する感覚であり、主に姿勢のコントロール等に関係している感覚である。前庭覚のはたらきにより、重力に対してどのような姿勢にあり、身体が動いているのか止まっているのか、どのくらいの速さでどの方向に動かしているのかを知ることができる。

視覚障害のある児童生徒の場合、聴覚や触覚を活用し、弱視であれば、保有する視覚を最大限に活用するとともに、その他の感覚も十分に活用して、日常生活に必要な情報を収集するための指導を行うことが重要です。例えば学校給食を通して、様々なにおいや味の食べ物を体験したり、その体験した味やにおいを言葉で表現したりできるように、様々な機会に指導することが大切です。

- (5) 認知や行動の手掛かりとなる概念の形成に関すること。

「(5) 認知や行動の手掛かりとなる概念の形成に関すること。」は、ものの機能や属性、形、色、音が変化する様子、空間・時間等の概念の形成を図ることによって、それを認知や行動の手掛かりとして活用できるようにすることを意味している。

認知とは、前述したように「感覚を通して得られる情報を基にして行われる情報処理の過程であり、記憶する、思考する、判断する、決定する、推理する、イメージを形成するなどの心理的な活動」を指す。こうした活動を適切に進めていくことによって幼児児童生徒は発達段階に即した行動をすることが可能となる。

一方、概念は、個々の事物・事象に共通する性質を抽象し、まとめ上げることによって作られるものであり、認知の過程においても重要な役割を果たすものである。

「認知や行動の手掛かりとなる概念」とは、これまでの自分の経験によって作り上げてきた概念を、自分が新たに認知や行動を進めていくために活用することを意味している。したがって、極めて基礎的な概念を指しているが、常時行われる認知活動によって更にそれが変化し、発達に即した適切な行動を遂行する手掛かりとして、次第により高次の概念に形成されていくと考えられる。

弱視の児童生徒の場合、見ようとするものに極端に目を近づけたり、見える範囲が限られる場合があるため、全体像が捉えにくく、例えば、給食があとどのくらい残ってい

るのかなども、分かりにくい場合があります。そこで、すでに食べ終わった皿を脇によけたり、ご飯茶碗を黒色にしてコントラストを高めたりして認知しやすくするなどの工夫を行うとともに、これまで学習してきた知識やイメージを視覚認知に生かすなどの指導を行うことが大切です。

5 身体の動き

- (1) 姿勢と運動・動作の基本的技能に関すること。
- (2) 姿勢保持と運動・動作の補助的手段の活用に関すること。
- (3) 日常生活に必要な基本動作に関すること。

- (1) 姿勢と運動・動作の基本的技能に関すること。

「(1) 姿勢と運動・動作の基本的技能に関すること。」は、日常生活に必要な動作の基本となる姿勢保持や上肢・下肢の運動・動作の改善及び習得、関節の拘縮や変形の予防、筋力の維持・強化を図ることなどの基本的技能に関することを意味している。

姿勢には、臥位、座位、立位などがあり、あらゆる運動・動作の基礎になっている。姿勢を保持することは、広い意味では動作の一つである。これらの姿勢保持と上肢・下肢の運動・動作を含めて基本動作というが、この基本動作は、姿勢保持、姿勢変換、移動、四肢の粗大運動と微細運動に分けることができる。

視覚障害のある児童生徒の場合、身体の動き等を模倣することを通して、食事の際の正しい姿勢や箸の持ち方などを習得することが困難な場合があります。そこで、姿勢や身体の動きについて、教師の身体や模型などに直接接触して確認する機会を設定した後、児童生徒が自分の身体を実際に使って、その姿勢や動きを繰り返し学習するとともに、その都度教師が、口頭で説明したり、手を添えたりするなどして、正しい動作等を習得することが大切です。

- (2) 姿勢保持と運動・動作の補助的手段の活用に関すること。

「(2) 姿勢保持と運動・動作の補助的手段の活用に関すること。」は、姿勢の保持や各種の運動・動作が困難な場合、様々な補助用具等の補助的手段を活用してこれらができるようにすることを意味している。

補助用具には、持ちやすいように握りを太くしたり、ベルトを取り付けたりしたスプーンや、片手で食べても動きにくいように滑り止めがついたり、最後まですくえるように、縁に角度がついた皿などがあります。

肢体不自由のある児童生徒などが補助用具を必要とする場合、目的や用途に応じて適切な用具を選び、十分使いこなせるように指導する必要があります。また、発達段階を考慮しながら、補助用具のセッティングや収納の仕方を身に付けたり、自分に合うように調整したりすることを指導することも大切です。

- (3) 日常生活に必要な基本動作に関すること。

「(3) 日常生活に必要な基本動作に関すること。」は、食事、排泄、衣服の着脱、洗面、入浴などの身辺処理及び書字、描画等の学習のための動作などの基本動作を身に

付けることができるようにすることを意味している。

日常生活に必要な基本動作を身に付けることは、児童生徒の自立にとって、極めて重要なことです。また、日常生活に必要な基本動作のほとんどを援助に頼っているような、運動・動作が極めて困難な児童生徒の場合には、援助を受けやすい姿勢や手足の動かし方を身に付けることを目標として、指導を行うことが必要です。

知的障害のある児童生徒の場合、知的発達の程度に比較して、衣服の着脱におけるボタンの着脱やはさみなどの道具の操作が難しいことがあります。要因としては、目と手指の協応動作の困難さや巧緻性、持続性の困難さなどの他、日常生活場面等における経験不足などが考えられます。

このような場合には、児童生徒が意欲的に活動に取り組み、道具等の使用に慣れていけるよう、興味・関心がもてる内容や課題を工夫し、使いやすい適切な道具や素材に配慮することが大切です。その上で、課題の難易度を考慮します。

6 コミュニケーション

- (1) コミュニケーションの基礎的能力に関すること。
- (4) コミュニケーション手段の選択と活用に関すること。
- (5) 状況に応じたコミュニケーションに関すること。

- (1) コミュニケーションの基礎的能力に関すること。

「(1) コミュニケーションの基礎的能力に関すること。」は、幼児児童生徒の障害の種類や程度、興味・関心等に応じて、表情や身振り、各種の機器などを用いて意思のやりとりが行えるようにするなど、コミュニケーションに必要な基礎的な能力を身に付けることを意味している。

コミュニケーションとは、人間が意思や感情などを相互に伝え合うことであり、その基礎的能力として、相手に伝えようとする内容を広げ、伝えるための手段を育んでいくことが大切です。

自閉症のある児童生徒の場合、興味のある物を手にしたいという欲求が勝り、所有者のことを確認しないまま、隣の人を給食を食べてしまったりすることがあります。また、他の人の手を取って、その人に、自分が食べたいものを取ってもらおうとすることもあります。このような状態に対して、周囲の者はそれらの行動が意思の表出や要求を伝達しようとした行為であることを理解するとともに、児童生徒がより望ましい方法で意思や要求を伝えることができるよう指導することが大切です。その際、自分の気持ちを表した絵カードを使ったり、簡単なジェスチャーを交えたりするなど、要求を伝える手段を広げる工夫も大切です。

- (4) コミュニケーション手段の選択と活用に関すること。

「(4) コミュニケーション手段の選択と活用に関すること。」は、話し言葉や各種の文字・記号、機器等のコミュニケーション手段を適切に選択・活用し、他者とのコミュニケーションが円滑にできるようにすることを意味している。

児童生徒の障害の状態や特性及び心身の発達の段階等に応じて、適切なコミュニケーション手段を身に付け、それを選択・活用して、それぞれの自立と社会参加を一層促すことが重要です。

聴覚障害の児童生徒の場合、状況に応じて主体的にコミュニケーション手段の選択と活用を図るようになるためには、そのコミュニケーション手段を用いることで、人とのやりとりがより円滑になる体験を積む機会を設けたり、どうすれば円滑なコミュニケーションが行えるのかについて、児童生徒自身が体験を通して考え、相手に伝わりやすい手段や伝え方を用いて伝えようとする機会を設けたりすることが大切です。

(5) 状況に応じたコミュニケーションに関すること。

「(5) 状況に応じたコミュニケーションに関すること。」は、コミュニケーションを円滑に行うためには、伝えようとする側と受け取る側との人間関係や、そのときの状況を的確に把握することが重要であることから、場や相手の状況に応じて、主体的にコミュニケーションを展開できるようにすることを意味している。

障害による経験の不足などを踏まえ、相手や状況に応じて、適切なコミュニケーション手段を選択して伝えたりすることや、自分が受け止めた内容に誤りがないかどうかを確かめたりすることなど、主体的にコミュニケーションの方法等を工夫することが必要です。実際の場面を活用したり、場を再現したりするなどして、どのようなコミュニケーションが適切であるかについて具体的に指導することが大切です。

(ウ) 実践例

○例1

学部・学年：高等部第3学年

障害の種類や状態：聴覚障害（コミュニケーションは、手話・情報機器等）

食物アレルギー有り（アレルゲンはえび。アナフィラキシーなし）

事例の概要：一般就労が決定し、会社の社員寮に入ることが決まっている。寮および
外食において、アレルギーを発症せずに安心して生活するための指導。

生徒本人の願い：自分に合ったアレルゲン方法を知り、会社の先輩や友人との外食を、
安心して楽しめるようになりたい。

保護者の願い：自宅から離れても、アレルギーを発症せずに元気で過ごしてほしい。

① 題材名「自分でアレルゲンに注意して食べられるようになるろう」

② 目標：

＜自立活動の内容：区分「1 健康の保持」「3 人間関係の形成」「4 環境の把握」「6 コミュニケーション」を関連＞

○ 自分の食物アレルギー及び発症の防止についての理解を深め、安全な食生活の自己管理方法について理解を深める。

○ 他者からの働きかけを受け止め、応じ、自らも発信（食べられない物とその理

由の発信等) できる手だてを考え、実践することができる。

- 視覚や保有する聴覚などの感覚の十分な活用方法がわかり (アレルギーの混在の確認時等)、実際に活用できる。
- 表情や身振り、情報機器等の活用による意思のやりとりについて意欲をもつ。

③ 食育の視点

- 自分のアレルギーを正しく理解し、アレルギーを含む食品を除いても、豊かで栄養バランスの良い食生活を送ることができるようになる。〈心身の健康〉
- 正しい知識・情報に基づいて、自分が食べても大丈夫な食品を選び、アレルギーをきちんと避けることができる理解力を身に付ける。〈食品を選択する能力〉

④ 指導計画 (全5時間)

- 1 食物アレルギー全般について学習する。(1時間)
担任以外の担当：養護教諭
- 2 アレルギーを含む食品・アレルギー表示の実物について学習する。(1時間)
担任以外の担当：栄養教諭
- 3 商店等で、前時の応用を実践する。(1時間)
担当：担任
- 4 給食の献立や実際の料理からアレルギーを含む食品を見つける。(給食の時間活用)
担任以外の担当：栄養教諭
- 5 アレルギーが発症してしまったときの対応について学習する。(1時間)
担任以外の担当：養護教諭
(以降、担任・家庭と連携し、給食の時間等で関わりながら、卒業までの間に自分でアレルギーを含む食品を避けることができるようになるよう、関わっていく。)

⑤ 展開例 (2/5時間)

○ 本時の目標

実際のアレルギー表示について学習することを通して、食品に含まれるアレルギーについて自分で確認することができるようになるとともに、表示のない食品についての確認方法を知る。

主な学習活動	指導上の留意点
<p>○市販されている食品のアレルゲンの表示方法とその読み取り方を調べる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・わかりやすく、まとめて記載してある物がある。 ・「アレルゲン」として、まとめて記載していない物もある。 ・表示自体がない物もある（惣菜等）。 <p>○明らかにアレルゲンが入っている料理を知る。</p> <p>○アレルゲンが不明の食品について、確認する方法を考える。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・周囲に確認しやすい方法を知る。 	<p>○実際の品物（レトルト食品・菓子・カップラーメン・惣菜等）を使用し、現実的な学習を、まずは教室内で実施する。手話・筆記等も随時使用する。</p> <p>*栄養教諭が、対象生徒が購入しそうな食品（表示ありと表示なし）を用意し、対象生徒と担任のアレルゲンの読み取り方を補助する。</p> <p>○「えびが入っていますか？」と周囲に確認ができるような工夫を担任と考える（タブレット等を活用した筆談など）。</p>

○例2

学部・学年：中学部3年生

障害の種類や状態：知的障害（軽度）

肥満度60%以上。血液検査異常値あり。疾病の診断なし。膝痛あり。

家族の状況は、母・姉が高度肥満、父が糖尿病。

概要：自分の身体の状態（高度肥満）に気づき、進んで肥満を解消しようとする意欲を高め、実践につなげるための指導。

推察される生徒本人の願い：好きな服が着られるようになりたい。膝の痛みを治したい。

保護者の願い：病気にならないで欲しい。

① 題材名「自分の生活習慣について考えよう」

② 目標：

＜自立活動の内容：区分「1健康の保持」「2心理的な安定」「5身体の動き」を関連＞

- 規則正しい食生活や、食事内容の改善について理解を深める。
- 自分の身体の状態（高度肥満）を理解し、体重増加の防止に必要な生活様式について学習し、実践につなげることができる。
- 自分の身体の状態（高度肥満）を受容し、進んで肥満を解消しようとする意欲が高まる。
- 膝の痛みがあるため、補助的手段を用いることで運動することの楽しさを味わい、進んで身体を動かすことができるようになる

③ 食育の視点

- 食事は規則正しくとることが大切であり、特に朝食は重要であることを知る。
＜食事の重要性＞
- 心身の健全な成長には、栄養バランスよく食べることが大切であることに気付く。健康の保持増進には、栄養・休養と、適切な運動も必要であることを知る。
自分の食生活を見つめ直し、問題点に気付いて改善しようとする。＜心身の健康＞

④ 指導計画（全5時間）

- 1 肥満について学習する。(体重は毎日量り、記録する。)(1時間)
担任以外の担当：養護教諭・栄養教諭
- 2 一日の生活リズムについての記録から、問題点を考える。(1時間)
担任以外の担当：養護教諭
- 3 週末の食事記録から、問題点を考える。(1時間)
担任以外の担当：栄養教諭
- 4 改善点について家庭で実践後、その状況を確認しながら方向を修正する。(1時間)
担任以外の担当：養護教諭・栄養教諭
- 5 クラス全体でポールウォーキング等の指導を受けて、楽しく運動をする(1時間)
担任以外の担当：健康運動指導士等
(以降、担任・家庭と連携をとり、給食の時間の言葉がけや毎日の体重測定などで関わりながら、年間を通して対応していく。)

⑤ 展開例（3/5時間）

- 本時の目標
自分の食事を見直すことを通して、自分の食生活の問題点に気付くことができる。

主な学習活動	指導上の留意点
<p>○家庭の食事記録から、食事についての問題点について考え、できそうなことを探す。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・おやつが多いな。 ・寝る前に食べている。 ・野菜をあまり食べていないな。 <p>○間食・夜食についての問題点を考え、頑張りたいことを検討する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・食べて大丈夫なおやつ<small>の量や内容は</small>どうだろうか。 ・いつなら食べてもいいのかな。 ・どうやったら、寝る前に食べないでいられるだろうか。 ・「自分でがんばりたいこと」を探す。 <p>○「がんばりたいこと」を自分で決めてカードに書き出す。</p>	<p>○食べた物を三つのグループと一緒に分けていき、不足しているグループに、自ら気付くようにはからう。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「たのしい食事つながる食育」p15『食べ物の3つの働き』・p16『主食・主菜・副菜を調べてみよう』活用。 <p>*栄養教諭は、生徒が考えやすいように、料理カードや食品カード等で食事記録を示すなど視覚支援し、生徒が自ら問題点に気付けるように工夫する。</p> <p>○間食の内容やそのちょうどいい量と食べる時間について一緒に考える。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「たのしい食事つながる食育」p7『おやつ<small>の食べ方を</small>考えてみよう』活用。 <p>*栄養教諭は、菓子カード等の裏にエネルギー量を貼付するなど、考えやすくなるための工夫をする。</p> <p>○「がんばりカード」にシールを貼るなど、楽しく実践できるように工夫する。ただし、「がんばりたい」項目は少な目・やや低めに設定し、成就感を感じて次につなげられるようにする。</p> <p>*栄養教諭は、本時について、保護者あてのわかりやすい資料を作成し、保護者の理解と協力を得る。</p>

エ 栄養教諭の関わり方

(ア) 食に関する指導の留意点

次の点に留意しながら、食に関する指導を展開します。特に給食の時間は、児童生徒の個々の食べる機能を高めるための「生きた学習の場」として大変重要です。

① 健康状態の維持・改善に必要な生活リズムの形成

食事をおいしく食べるために、覚醒と睡眠、呼吸・^{はいたん}排痰、^{はいせつ}排泄、清潔・衛生というような生活習慣や生活リズムについての内容を関連付けて指導を行います。

② 食べる機能及び食事動作の向上

食事を無理なく食べるために、児童生徒の現在の食べる機能の発達を把握し、食の形態の工夫（形態食・再調理食等）をすることも、可能な範囲内で実施します。

また、補助具や自助食器（持ち手が工夫されたスプーン・深めですくいやすくなっている皿・飲みやすいカットのコップ等）を効果的に活用し、児童生徒の主体的な取組を促すことも重要です。

摂食指導においては、ビデオ撮影や担任等の協力による実態の調査により、言語聴覚士等の専門家から指導・助言を得ることも必要になります。

③ 食行動・食習慣の改善（偏食や異食、肥満傾向等への対応）

食の大切さを理解させるために、運動制限・運動不足等で肥満傾向にある児童生徒や、食行動・食習慣に偏りのある児童生徒に対し、その原因となる背景にアプローチできるように、担任、家庭、医師等の連携の下で指導を行います。

発達障害などで、身体感覚の過敏や食べ物に対する特異な認識等により、「極端な偏食」や「食べ物に対するこだわりの強さ」などがある児童生徒に対する対応も大切です（「個別的な相談指導の進め方」234ページ参照）。

極端な偏食やこだわりの強い児童生徒については、個別対応（混ぜご飯を白飯に変える・炊き合わせなど複数の食品が混ざった料理を食材ごとに分けることで食べることができるよう、取り分け用の皿を用意する等）の検討も必要になります。

④ コミュニケーションの基礎的能力の向上

食事を楽しむために、日頃から児童生徒と食事の援助者との温かい人間関係作りに努め、お互いに安定した心理状態で食事指導を展開できるように図ります。

意思の伝達が苦手な児童生徒については、自分で食べたいものが選べるように普段から表情や身振り、各種の機器等を用いた意思の表出が行えるような指導を行います。

また、視覚情報処理能力が優れている自閉症児生に対しては、絵や写真など視覚的な手掛かりを活用することも有効です。

⑤ 安全な食環境の整備

特別支援学校では、食堂やランチルームに集まって給食を食べる場合が少なくありません。児童生徒にとって給食が楽しい場となり、他の活動では得られない喜びや満足感を得ながら食べる機能を高める機会となるよう、食堂の掲示やテーブル配置、グループ分けなどを工夫します。

食環境の暖房・照明・湿度などに配慮し、身体的に気持ちよく集中して食べられるように整えます。

姿勢を安定させるための補助用具を活用し、誤飲や誤嚥を防ぎ、積極的な随意動作を引き出すように工夫します。

(イ) 教師・医師等との連携協力

自立活動の指導は、専門的な知識や技術を有する教師を中心として、全教師の協力の下に効果的に行うようにします。

栄養教諭も食の専門家として関わりますが、嚥下障害等食べる機能に障害のある児童生徒の指導など専門的な内容については、必要に応じて医師や言語聴覚士等の専門家の指導・助言を求めるなどして、適切な指導ができるようにします。他にも連携したい外部の専門家として、臨床心理士・作業療法士・理学療法士・視能訓練士・健康運動指導士等が挙げられます。指導方法については、保護者と学校の関係者間で十分な検討を行います。

また、自立活動における食に関する指導の成果が、「個別の教育支援計画」等に記載され、家庭や進学先、就職先等でも共通理解として生かされるように、関係者及び関係機関等との連携を図ります。

オ 評価について

自立活動における評価は、実際の指導が個々の児童生徒の指導の目標に照らしてどのように行われ、児童生徒がその指導の目標の実現に向けてどのように変容しているかを明らかにするものです。

そして、はじめに立てた指導計画は当初の仮説に基づいて立てた見通しであり、児童生徒にとって適切な計画であるかどうかは、実際の指導を通して明らかになるものです。

したがって、児童生徒の学習状況や指導の結果に基づいて、適宜修正を図らなければなりません。

(ア) 児童生徒の評価について

児童生徒の評価は、児童生徒がどのような点でつまずき、それを改善するためにどのような指導をしていけばよいかを明確にしようとするものです。あるいは、児童生徒にどのような育ちがあり、何がその育ちを支えたのかについて分析することで、次回の主体的な学習活動や有効な支援を決める際の大事な情報として活用できるようにします。

また、児童生徒の自己評価は、自らの学習状況や結果に気付き、自分を見つめ直すきっかけとなり、学習や発達を促す意義があります。児童生徒が、自分の障害の状態を知り、受け止め、それによる困難を改善しようとする意欲をもつことが期待される大事な評価なので、大切にします。

(イ) 教師の指導に対する評価について

評価は児童生徒の学習評価であるとともに、教師の指導に対する評価でもあります。

教師自身が、児童生徒の姿から自分の指導の在り方を見つめ、児童生徒に対する適切な指導内容・方法の改善に結び付けることが求められます。栄養教諭についても、同様のことが求められます。

(ウ) 保護者との協力について

保護者に学習状況や結果の評価について説明し、児童生徒の成長の様子を確認してもらうとともに、学習で身に付けたことを家庭生活でも発揮できるよう協力を求めることが大切

です。また、担任や寄宿舎指導員等とも連携し、家庭の協力を仰ぐことも重要です。