

文部科学省委託調査
「食に関する指導の評価の在り方」

調査報告書

2026年3月

株式会社 リベルタス・コンサルティング

目次

目的	P.3
事業概要	P.4
調査内容	P.5
1. 評価フレーム<昨年度調査のまとめ>	P.6
2. 評価フレームを使った試行調査の実施	P.15
3. 調査結果とその検証結果	P.41
4. 検証結果を踏まえた最終版	P.81
有識者検討委員会	P.104

本事業の目的

社会環境が大きく変化した現代においては、食物アレルギーや偏食等、児童生徒の食に関する健康上の課題も多様化している。また、児童生徒が将来にわたって健康に生活していくためには、食に関する理解や適切な判断力、望ましい食習慣を身に付けることが必要となる。このような背景から、栄養教諭を中核とした学校における食に関する指導を通じ、児童生徒が食に関する健康上の問題に興味・関心を持ち、課題を自分事として捉え、解決していこうとする食の自己管理能力を育むことが求められている。

そこで、本事業では、各教育委員会・学校が、食に関する指導の質の向上に向けて、学校現場の実態に即した現実的かつ持続可能な評価を行えるように「食に関する指導の評価手法(以下、食評価手法)」を開発する。教育委員会における「食に関する指導」の振興策の検討や学校現場での食に関する指導の改善など、様々な場面で活用できる食評価手法を確立することにより、学校現場における食に関する指導の質の更なる向上を図ることを目的とする。

本事業の概要

令和6年度には、「食に関する指導の評価の在り方」について、有識者からなる検討委員会による検討及びサンプル校による試行を経て、「食に関する指導の評価手法」の案(以下、食評価手法(案))を作成した。

本年度事業では、食評価手法(案)を踏まえて、①食評価手法を完成させる。さらに、食評価手法を普及させるために、②教育委員会等管理機関向けの概要資料、及び学校等向けの使用説明資料を作成する。

①食評価手法の完成に向けては、食評価手法(案)を用いた試行調査を行い、試行結果を踏まえた上でまとめる。また、①②の作成にあたっては、有識者からなる検討委員会を設置し、有識者の意見を踏まえながらまとめていく。

なお、食評価手法は、以下の考えに基づいて作成を行う。

- 全国的に統一的な評価ツールとする。この食評価手法を用いて全国の教育委員会、あるいは学校が主体的に評価活動を行うことを想定する。
- 食評価手法は、学校現場における「食に関する指導」の質の更なる向上を目的とし、児童生徒個人の評価を測るものとはしない。

調査内容

以下、1. ～ 4. を実施した。

1. 評価フレーム <昨年度調査のまとめ>

昨年度調査(文部科学省委託調査「学校給食及び食の指導の充実に関する調査研究」)において、食に関する指導を評価するための評価フレームを作成した。

2. 評価フレームを使った試行調査の実施

作成した評価フレーム、及び有識者検討委員会における議論を踏まえ、食に関する指導の評価を目的とした試行調査を実施した。

3. 調査結果とその検証結果

試行調査の結果を基に、食評価手法(案)について、課題及び改善点の検証を行った。

4. 検証結果を踏まえた最終版

検証結果を踏まえ、評価項目及び評価方法等について最終的な整理を行った。



1. 評価フレーム

<昨年度調査のまとめ>

1. 評価フレーム ①評価の枠組み

昨年度調査(文部科学省委託調査「学校給食及び食の指導の充実に関する調査研究」)において、食に関する指導を評価するための評価フレームを作成した。評価の枠組みは以下のとおり。

- 食の評価を実施するにあたり、教育現場で行っている「学習指導要領」に示されている各教科の目標や内容に基づいた学習状況を評価する学習評価の基本的な考え方を踏まえて作成する。具体的には、各教科における観点別学習状況の評価の3観点である「知識・技能」「思考・判断・表現」「主体的に学習に取り組む態度」を軸に整理する。
- 食育の考え方については、文部科学省「食に関する指導の手引―第二次改訂版―」(※)をベースとする。特に【食に関する指導の目標】、【食育の視点】を評価項目の枠組みとする。

(※)参考:文部科学省「食に関する指導の手引―第二次改訂版―」より

1 食に関する指導の目標

【食に関する指導の目標】

学校教育活動全体を通して、学校における食育の推進を図り、食に関わる資質・能力を次のとおり育成することを目指します。

(知識・技能)

食事の重要性や栄養バランス、食文化等についての理解を図り、健康で健全な食生活に関する知識や技能を身に付けるようにする。

(思考力・判断力・表現力等)

食生活や食の選択について、正しい知識・情報に基づき、自ら管理したり判断したりできる能力を養う。

(学びに向かう力・人間性等)

主体的に、自他の健康な食生活を実現しようとし、食や食文化、食料の生産等に関わる人々に対して感謝する心を育み、食事のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を養う。

【食育の視点】

下記の六つは、今まで「食に関する指導の目標」として示してきましたが、「教科等における指導の目標」が曖昧になることがありました。そこで、これらの六つを「食育の視点」とし、食に関する指導がさらに、実践しやすいように再整理します。

◇ 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】

◇ 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】

◇ 正しい知識・情報に基づいて、食品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】

◇ 食べ物を大事にし、食料の生産等に関わる人々へ感謝する心をもつ。【感謝の心】

◇ 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】

◇ 各地域の産物、食文化や食に関わる歴史等を理解し、尊重する心をもつ。【食文化】

1. 評価フレーム ②評価の枠組みの考え方

評価の枠組みの考え方は以下のとおり。

評価の枠組みの考え方

食に関する指導の手引－第二次改訂版－(平成31年3月)において育成を目指す資質能力として示されている【食に関する指導の目標】に沿って評価の観点を整理し、同様に示されている【食育の視点】を評価の項目としてみる。

食に関する指導の 目標

- 知識・技能
- 思考力・判断力・表現力等
- 学びに向かう力・人間性等

評価の観点

- 知識・技能
- 思考・判断・表現
- 主体的に学習に取り組む態度

食育の視点

- | | |
|-------------|---------|
| ● 食事の重要性 | ● 心身の健康 |
| ● 食品を選択する能力 | ● 感謝の心 |
| ● 社会性 | ● 食文化 |

※詳細は[文部科学省「食に関する指導の手引－第二次改訂版－」](#)を参照のこと

また、以下の文部科学省食育教材(リンク先参照)をベースに調査項目を作成する。

◆ [小学生用: 文部科学省食育教材「たのしい食事つながる食育」\(平成28年2月\)](#)

◆ [中学生用: 文部科学省食育教材\(令和3年3月\)及び\(令和6年度改訂版\)](#)

1. 評価フレーム ②「食に関する指導の目標」と「評価の観点」の整理

「食に関する指導の目標」と「評価の観点」、及びその趣旨は以下のとおり。

「食に関する指導の目標」と「評価の観点」、及びその趣旨

目 標	(1) 知識及び技能	(2) 思考力, 判断力, 表現力等	(3) 学びに向かう力, 人間性等
	食事の重要性や栄養バランス、食文化等について理解を図るとともに、健康で健全な食生活に関わる技能を身に付けるようにする。	食生活や食の選択について、自己の課題を見出し、合理的な解決に向けて思考し判断するとともに、自分の考えを仲間に伝えるなど課題を解決する力を養う。	主体的に自他の健康な食生活の実現を目指すとともに、食や食文化、食料の生産等に関わる人々への感謝の心や食事のマナー、食事を通じた人間関係形成能力を身に付けようとするなど実践的な態度を養う。



観 点	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
趣 旨	食事の重要性や栄養バランス、食文化等について理解しているとともに、健康で健全な食生活に関わる技能を身に付けている。	食生活や食の選択について、自己の課題を見出し、合理的な解決に向けて思考し判断するとともに、自分の考えを仲間に伝えるなどして課題を解決する力を身に付けている。	自他の健康な食生活の実現に向けて、課題の解決に主体的に取り組んだり、日頃から生活を工夫したりするなど意欲的に実践しようとしている。

1. 評価フレーム ②評価の観点×食育の視点

「食育の視点」ごとの「評価の観点」3観点別の評価規準は、以下のとおり。

【食育の視点】ごとの評価規準（観点別）

1/3

【食事の重要性】

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
・食事は人間が生きていく上で欠かすことのできないものであることや食事には空腹感を満たしたり、気持ちを鎮めたりする働きがあることを理解している。 ・仲間との食事や食味のよさは心を豊かにし、朝食を摂るなど食事は規則正しくとることが大切であることを理解している。 ・心と体にとって、食事を摂ることの大切さや重要性、喜び、楽しさを理解している。	・食環境と自分の食生活との関わりなどを見つめ、必要な情報を収集し、健康な生活や健全な食生活を実現するために何が必要かを考え、自分で判断し、自分の考えを周囲に表現するなどして課題を解決する力を身に付けている。	・食事の重要性について気付き、食事に興味・関心をもち、健全な日常生活の基盤を支えるために、自ら進んで調理して食事の準備をしたり、栄養バランスに配慮した食生活を実践したりしようとしている。

【心身の健康】

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
・望ましい栄養や食事のとり方、手洗いやよく噛むこと、よい姿勢や和やかな雰囲気づくりは、食事の基本であることを理解し、健全な食生活に必要な技能を身に付けている。 ・心身の成長や健康の保持増進には1日3食（朝昼晩）の栄養バランスのよい食事摂取、適切な運動、休養及び睡眠が必要であることや、様々な食品にはそれぞれ栄養的な特徴があることを理解している。	・1日分の献立をふまえ、栄養のバランスをよくするために、簡単な日常食の調理について考え、自分の考えを周囲に表現するなどして課題を解決する力を身に付けている。 ・栄養や食事のとり方などについて、正しい知識・情報に基づいて自ら判断し、自分の考えを周囲に表現するなどして課題を解決する力を身に付けている。	・心身の健康のために自分の食生活を見つめ直し、積極的によりよい食習慣を形成しようとしている。

1. 評価フレーム ②評価の観点×食育の視点

【食育の視点】ごとの評価規準（観点別）

2/3

【食品を選択する能力】

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
・学校給食にはいろいろな食品が使われていること、日常食べている食品、料理の名前、形、品質や栄養素及び安全面、衛生面等について理解し、これらを踏まえて簡単な調理を行うために必要な技能を身に付けている。	・食事の準備や調理、後片付けを行う際に安全や衛生について何に気を付けることが必要かを考え、自分で判断し、自分の考えを周囲に伝えるなどして課題を解決する力を身に付けている。 ・食品の品質の良否を見分け、食品に含まれる栄養素やその働きを考え、自分で判断し、自分の考えを周囲に伝えるなどして課題を解決する力を身に付けている。	・安全安心な食品を選択するために積極的に食品の表示などから食品の品質や安全性について情報を得ようとしている。

【感謝の心】

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
・食料の生産はすべて自然の恩恵の上に成り立っていることを理解している。 ・食生活は生産者を始め多くの人々の苦労や努力に支えられていることや食という行為は、動植物の命を受け継ぐことであることを理解し、食品を無駄なく使って調理するための必要な技能を身に付けている。	・自然界の中で動植物と共に生きている自分の存在や食品ロスの視点も含めて環境や資源に配慮した食生活を実践するために何が必要かを考え、自分の考えを周囲に伝えるなどして課題を解決する力を身に付けている。	・食事前後のあいさつで食材や食に関わる関係者に対して、自ら進んで感謝の気持ちを表現しようとしている。

1. 評価フレーム ②評価の観点×食育の視点

【食育の視点】ごとの評価規準（観点別）

3/3

【社会性】

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
はしの使い方、食器の並べ方、話題の選び方などの食事のマナーを身に付け、協力して食事の準備や後片付けをするための必要な技能を身に付けている。	相手を思いやることや、楽しい食事につながるために何が必要かを考え、自分の考えを周囲に伝えるなどして課題を解決する力を身に付けている。	- 箸の持ち方など食事のマナーの重要性に気付き、積極的に身に付けようとしている。 - 食事の場が人間関係構築に有効であることに気付き、周囲と積極的にコミュニケーションを図ろうとしている。

【食文化】

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
- 自分たちの住む地域には昔から伝わる料理や季節、行事にちなんだ料理があることや、日常の食事は、地域の農林水産物と関連していることを理解している。 - 自分たちの食生活は、他の地域や諸外国とも深い関わりがあることを理解している。	日本の食文化や食に関わる歴史にふれたり、諸外国の食事の様子を知ったりすることで、日本や諸外国の伝統や食文化を大切にするためには、何が必要かを考え、自分の考えを周囲に伝えるなどして課題を解決する力を身に付けている。	食文化について各地域の伝統や気候風土と深く結び付いていることに気付き、自ら進んで先人によって培われてきた多様な食文化を尊重しようとしている。

1. 評価フレーム ⑤食育の視点に対応する評価項目

食育の視点に対応する文部科学省食育教材内容の評価項目は、以下のとおり。

【食育の視点】に対応する評価項目(文部科学省食育材より)

食育の視点	対応する評価項目 <小学校>	対応する評価項目 <中学校>
【食事の重要性】	朝食の大切さ、必要性	- 食事と栄養補給 - 朝食の大切さ
【心身の健康】	3つの食品群 - 五大栄養素、栄養バランス - 食事と健康	- 体づくり - 必要な心身の健康 - 栄養バランス、栄養素 - 食事と健康
【食品を選択する能力】	- 食品ロス - 食品衛生	- 食品ロス - 食品衛生
【感謝の心】	感謝の心（行動）	感謝の心（行動）
【社会性】	食事マナー	食事マナー
【食文化】	- 日本の食文化 - 行事食への関心	- 世界の食文化 - 日本の食文化 - 世界の食事情

文部科学省食育教材リンク: ◆[小学生用: 文部科学省食育教材「たのしい食事つながる食育」\(平成28年2月\)](#)

◆[中学生用: 文部科学省食育教材\(令和3年3月\)及び\(令和6年度改訂版\)](#)

1. 評価フレーム ⑥評価方法・調査対象

評価方法

前頁で整理した評価の観点をもとに児童生徒に対し「食に関する問題(アンケート)」を作成し、観点ごとの達成状況を評価する。

調査対象

調査対象は、以下のとおり。

対象	回答時間	備考
小学6年生	30分	● 小学1～6年生までの期間に学ぶ内容から出題。 ● 20問程度を出題
中学3年生	30分	● 中学1～3年生までの期間に学ぶ内容から出題。 ● 20問程度を出題

2. 評価フレームを使った 試行調査の実施

2. 評価フレームを使った試行調査の実施 ①評価フレームのブラッシュアップ

評価の枠組みの見直し

昨年度調査、及び有識者検討委員会における議論を踏まえ、評価の枠組みを以下のとおりブラッシュアップした。

- 評価を実施するにあたり、教育現場で行っている「学習指導要領」に示されている各教科の目標や内容に基づいた学習状況を評価する学習評価の基本的な考え方を踏まえた枠組みとする。具体的には、各教科における観点別学習状況の評価の3観点である「知識・技能」「思考・判断・表現」「主体的に学習に取り組む態度」を軸に評価項目を設定した。なお、「主体的に学習に取り組む態度」については、そのものを測定することは難しいことから、『主体的に学習に取り組む態度』と関連した評価」として位置付けて整理している。
- 食に関する指導の考え方については、文部科学省「食に関する指導の手引－第二次改訂版－」をベースとする。特に【食育の視点(6つ)】を評価項目の枠組みとする。

学校調査の実施

また、昨年度は教員調査アンケートを実施したが、各学校の栄養教諭等の配置状況、及び給食センター配置の方式などを把握し、評価結果の分析に役立てるため、学校調査(アンケート)を追加実施することとした。

2. 評価フレームを使った試行調査の実施 ②試行調査項目 確定版（概要）

設問項目の確定

1. で設定した評価項目を元に、「食に関する問題(アンケート)」の調査項目を作成する。昨年度調査、及び有識者検討委員会における議論を踏まえ、今年度調査の調査項目を確定した。

【小学6年生用】調査項目概要は以下のとおり。

【小学6年生用】 調査項目概要

問NO.	観点	食育の視点	評価項目	教材頁
1	知識・技能	社会性	食事マナー	3
2	知識・技能	心身の健康	3つの食品群	15
3	知識・技能	心身の健康	五大栄養素	19
4	知識・技能	心身の健康	五大栄養素	16
5	知識・技能	心身の健康	五大栄養素	19
6	知識・技能	心身の健康	栄養バランス	20
7	知識・技能	心身の健康	食事と健康	22
8	知識・技能	食品選択	食品ロス	21
9	思考・判断・表現	食品選択	食品ロス	21
10	知識・技能	食品選択	食品衛生	24
11	思考・判断・表現	食品選択	食品衛生	1
12	思考・判断・表現	食事の重要性	朝食の必要性	6、14
13	知識・技能	食文化	日本の食文化	25
14	知識・技能	食文化	行事食への関心	8
15	「主体的に学習に取り組む態度」と関連した評価	感謝の心	感謝の心（行動）	4
16		心身の健康	食事と健康	22
17		食事の重要性	朝食の大切さ	23
18		心身の健康	3つの食品群	19
19		食品選択	食品衛生	1
20		社会性	食事マナー	13

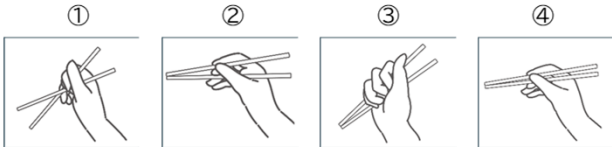
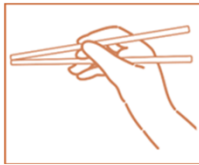
【中学3年生用】 調査項目概要

問NO.	観点	食育の視点	評価項目	教材頁
1	知識・技能	社会性	食事マナー	4
2	知識・技能	心身の健康	体づくり	1
3	知識・技能	心身の健康	必要な心身の健康	3
4	知識・技能	心身の健康	食事と健康	6
5	知識・技能	心身の健康	栄養バランス	小学校
6	思考・判断・表現	心身の健康	栄養素	2
7	思考・判断・表現	心身の健康	必要な心身の健康	8
8	知識・技能	心身の健康	必要な心身の健康	9
9	知識・技能	食品選択	食品衛生	11
10	知識・技能	食品選択	食品ロス	12
11	知識・技能	食事の重要性	食事と栄養補給	3
12	思考・判断・表現	食事の重要性	朝食の大切さ	5
13	知識・技能	食文化	世界の食文化	12
14	知識・技能	食文化	日本の食文化	12
15	知識・技能	食文化	世界の食事情	13
16	「主体的に学習に取り組む態度」と関連した評価	感謝の心	感謝の心（行動）	小学校
17		心身の健康	必要な心身の健康	7
18		食事の重要性	朝食の大切さ	5
19		心身の健康	栄養素	2
20		食品選択	食品衛生	11
21		社会性	食事マナー	小学校

2. 評価フレームを使った試行調査の実施 ②試行調査項目 確定版（設問一覧）

試行調査項目一覧【小学6年生用】は以下のとおり。

【小学6年生用】 調査項目確定版 設問一覧 1/4

問	観点	食育の視点	評価項目	質問・選択肢	解答・解説	教材項目
1	知識・技能	社会性	食事マナー	次の写真を見て、はしの持ち方として正しいものを選んでください。 		3
2	知識・技能	心身の健康	3つの食品群	次の中で「主にエネルギーのもとになる」、「主に体を作るもとになる」、「主に体の調子を整えるもとになる」食材が、すべてそろっているものを選んでください。 ①ご飯、肉、じゃがいも ②たまご、牛乳、だいず ③パン、ハム、レタス ④ご飯、魚、ひじき	③パン、ハム、レタス	15
3	知識・技能	心身の健康	五大栄養素	次の中から、五大栄養素に含まれないものを選んでください。 ①脂質 ②水 ③無機質 ④ビタミン	②水 ～五大栄養素とは～ ・炭水化物……おもにエネルギーになる働きがある。 ・脂質……おもにエネルギーになる働きがある。 ・たんぱく質……筋肉などの体をつくる働きがある。 ・無機質……おもに体の調子を整えたり、骨(ほね)や歯など体をつくったりする働きがある。 ・ビタミン……おもに体の調子を整える働きがある。	19
4	知識・技能	心身の健康	五大栄養素	次の中から、タンパク質を多く含む食品を選んでください。 ①ブロッコリー ②肉・魚 ③果物 ④米	②肉・魚	16
5	知識・技能	心身の健康	五大栄養素	次の中から、タンパク質の働きについて正しいものを選んでください。 ①主に体の調子を整える ②主にエネルギーになる ③筋肉などの体を作る ④骨(ほね)や歯などの体を作る	③筋肉などの体を作る	19

2. 評価フレームを使った試行調査の実施 ②試行調査項目 確定版（設問一覧）

【小学6年生用】 調査項目確定版 設問一覧 2/4

問	観点	食育の視点	評価項目	質問・選択肢	解答・解説	教材項目
6	知識・技能	心身の健康	栄養バランス	次のイラストの中から、主食を選んでください。 ①ハンバーグ ②シチュー ③みそしる ④ごはん	④ごはん	20
7	知識・技能	心身の健康	食事と健康	口の中の病気を予防するためには、どのような食事の仕方がいいですか。次の中から、最も適切なものを選んでください。 ①なるべく急いでご飯を食べる ②水をたくさん飲む ③たんぱく質や糖質を、たくさんとる ④だらだらとおやつを食べ続けない	④だらだらとおやつを食べ続けない	22
8	知識・技能	食品選択	食品ロス	次の中から、食品ロスの説明として正しいものを選んでください。 ①食べられるのに、期限切れや食べ残しなどで捨てられる ②食べ物がなくなってしまう ③自分の国で作られている食べ物が足りない ④食べたいと思う食べ物がいない	①食べられるのに、期限切れや食べ残しなどで捨てられる	21
9	思考・判断・表現	食品選択	食品ロス	次の中から、食品ロスに対する取組について正しくないものを選んでください。 ①好き嫌いせずに残さず食べる ②まだ開けていないスナック菓子の賞味期限がギリギリだったので、仕方なく捨てた ③買い物に出かける前に、冷蔵庫の中に何があるか確認した ④コンビニで、消費期限の近いおにぎりを選んで買った	②まだ開けていないスナック菓子の賞味期限がギリギリだったので、仕方なく捨てた まだ食べられるのに、期限切れや食べ残しなどで捨てられるものを「食品ロス」といいます。 ----- ◆消費期限…「安全に食べられる期限」 袋や容器を開けないままで、書かれた保存方法を守って保存していた場合に、この「年月日」まで、「安全に食べられる期限」のことです。 ◆賞味期限…「おいしく食べられる期限」 袋や容器を開けないままで、書かれた保存方法を守って保存していた場合に、この「年月日」まで、「品質が変わらずにおいしく食べられる期限」のことです。 この期限を過ぎても、すぐに食べられなくなるわけではありません。もし、賞味期限が過ぎた食品があったら、大人の方とそうなんしてから食べましょう。 出所：農林水産省HP「子どもの食育」 https://www.maff.go.jp/j/syokuiku/kodomo_navi/featured/abc2.html	21
10	知識・技能	食品選択	食品衛生	次の中から、必ず冷蔵庫に保存すべきものを選んでください。 ①干しシイタケ ②卵 ③ジャガイモ ④米	②卵	24

2. 評価フレームを使った試行調査の実施 ②試行調査項目 確定版（設問一覧）

【小学6年生用】 調査項目確定版 設問一覧 3/4

問	観点	食育の視点	評価項目	質問・選択肢	解答・解説	教材項目
11	思考・判断・表現	食品選択	食品衛生	給食を食べる前の手洗いの動作について、次のA～Dを正しい順番に並べてください。 A.せっけんでよく洗う B.ハンカチでふく C.手に水をかけて、せっけんをつける D.せっけんをよく洗い流す	1番め:C → 2番め:A → 3番め:D → 4番め:B  C.手に水をかけて、せっけんをつける A.せっけんでよく洗う D.石けんをよく洗い流す B.ハンカチでふく ★	1
12	思考・判断・表現	食事の重要性	朝食の必要性	朝ごはんをしっかり食べるために気をつけることとして、次の中から正しいものを選んでください。 ①朝早く起きるために夜ふかしをしない ②バランスよく栄養素を摂取するため、ご飯とおみそしるなど2種類以上のものを食べる ③すいみん時間をしっかりとるために、なるべく遅く起きる ④消化が悪く朝の食欲が落ちるため、夕ごはんを夜おそくに食べない	③すいみん時間をしっかりとるために、なるべく遅く起きる 起きてすぐは、体はまだ眠っています。朝ごはんを食べると、栄養分が体に行きわたって、眠っている間に下がっていた体温が上がり始め、体は目覚めます。朝ごはんを食べるためには、早起きして、時間にゆとりを持つことです。夜遅くまで起きていると、朝起きられなくなり、朝ごはんが食べられません。早寝・早起きの習慣を身に付け、朝ごはんをしっかり食べて元気に過ごしましょう。	6、14
13	知・技	食文化	日本の食文化	次の中から、日本の食事に欠かせない大豆から作られている調味料を選んでください。 ①しょうゆ ②塩 ③こしょう ④ソース	①しょうゆ	25
14	知・技	食文化	行事食への関心	次の中から、3月3日の「桃の節句」(ひな祭り)に食べる風習のないものを選んでください。 ①ひなあられ ②七草がゆ ③はまぐりのうしおじる ④ちらしずし	②七草がゆ 3月3日の「桃の節句」(ひな祭り)には、ひな人形を飾り、ひし餅やひなあられ、はまぐりのうしお汁、ちらしずしなどを食べる風習があります。 日本には、季節ごとに様々な行事があります。1月7日に「七草がゆ」を食べる習慣もそのひとつです。七草は、早春にいち早く芽吹くことから邪気を払うといわれており、古来より身体を邪気から守るための行事食として親しまれてきました。そして皆さんは「春の七草」の名前をすべて言えますか？ 「セリ ナズナ／ゴギョウ ハコベラ／ホトケノザ／スズナ スズシロ／これぞ ななくさ」 このように、五・七・五・七・七の音で出来ている短歌のように、リズムよく覚えるのが有名ですね。ごちそうを沢山食べた年末年始の胃を休ませてあげるためにも、七草がゆを食べみてはいかがでしょう。 出所：農林水産省HP「七草がゆ」とは？ https://www.maff.go.jp/j/syoutan/syoku_anzen/baransu/r0412/nanakusa.html	8

★ 出所：文部科学省 小学生用食育教材「たのしい食事つながる食育」(平成28年2月)児童用(低学年)P.1
https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/eiyou/syokuseikatsu.htm

2. 評価フレームを使った試行調査の実施 ②試行調査項目 確定版（設問一覧）

【小学6年生用】 調査項目確定版 設問一覧 4/4

問	観点	食育の視点	評価項目	質問・選択肢	教材項目
15	「主体的に学習に取り組む態度」と関連した評価	感謝の心	感謝の心(行動)	あなたは、いつも食事の前に「いただきます」を言うようにしていますか？ ①している ②どちらかといえば、している ③あまりしていない ④全くしていない	4
16	「主体的に学習に取り組む態度」と関連した評価	心身の健康	食事と健康	あなたは、量を決めておやつを食べるようにしていますか？ ①している ②どちらかといえば、している ③あまりしていない ④全くしていない	22
17	「主体的に学習に取り組む態度」と関連した評価	食事の重要性	朝食の大切さ	あなたは平日、毎日、朝ご飯を食べるようにしていますか？ ①毎日(5日)食べるようにしている ②3～4日は食べるようにしている ③1～2日は食べるようにしている ④していない	23
18	「主体的に学習に取り組む態度」と関連した評価	心身の健康	3つの食品群	ふだんの食事では、エネルギーのもとになる食品(お米や油など)、体を作るもとになる食品(魚や肉など)、体の調子を整えるもとになる食品(野菜や果物など)を、バランスよく食べようとしていますか。 ①している ②どちらかといえば、している ③あまりしていない ④全くしていない	19
19	「主体的に学習に取り組む態度」と関連した評価	食品選択	食品衛生	食事の前には、手洗いをするようにしていますか。 ①している ②どちらかといえば、している ③あまりしていない ④全くしていない	1
20	「主体的に学習に取り組む態度」と関連した評価	社会性	食事マナー	食事の時には、口に食べ物を入れたまま話をしないようにしていますか。 ①している ②どちらかといえば、している ③あまりしていない ④全くしていない	13

2. 評価フレームを使った試行調査の実施 ②試行調査項目 確定版（設問一覧）

試行調査項目一覧【中学3年生用】は以下のとおり。

【中学3年生用】 調査項目確定版 設問一覧 1/4

問	観点	食育の視点	評価項目	質問	解答・解説	教材項目
1	知識・技能	社会性	食事マナー	次の選択肢の中から、配ぜんの仕方として正しいものを選んでください。 	 ①	4 ★
2	知識・技能	心身の健康	体づくり	栄養素には、体にたくさん蓄えることができないものもあります。それらをきちんと取れるようにするには、どうしたらよいですか。次の選択肢の中から、正しいものを選んでください。 ①定期的に食べる ②毎食、多めに食事をする ③蓄えられない栄養素のサプリを毎日飲む ④食材を生のまま食べる	①定期的に食べる	1
3	知識・技能	心身の健康	必要な心身の健康	私たちは、体内における化学反応によって、生きるための主な原動力であるエネルギーを得ています。エネルギーが不足すると体や心に現れる影響として、次の選択肢の中から誤っているものを選んでください。 ①免疫、消化器系、心臓・血管の機能低下 ②気持ちが落ち着き、精神的に安定する ③発育期には、成長や発育に影響 ④女性は無月経や初経の時期が遅れる	②気持ちが落ち着き、精神的に安定する エネルギーが不足すると、精神的に不安定になります。	3
4	知識・技能	心身の健康	食事と健康	次の選択肢の中から、水分補給のタイミングとして誤っているものを選んでください。 ①のどが乾いたら補給 ②のどが乾かないように、定期的に補給 ③運動中やその前後 ④寝る前や起きた時、入浴の前後	①のどが乾いたら補給 水分補給のポイントはのどが渴かないように定期的に水分を補給することです。	6
5	知識・技能	心身の健康	栄養バランス	次のイラストの中から、主食を選んでください。 ①ハンバーグ ②シチュー ③みそしる ④ラーメン	④ラーメン	小学校 20

★ 出所：文部科学省 中学生用食育教材(令和3年3月)「4. 1日に何を食えばいいの？」P.9~10
https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/eiyou/1288146.htm

2. 評価フレームを使った試行調査の実施 ②試行調査項目 確定版（設問一覧）

【中学3年生用】 調査項目確定版 設問一覧 2/4

問	観点	食育の視点	評価項目	質問	解答・解説	教材項目
6	思考・判断・表現	心身の健康	栄養素	Aさんは、3つの食品群を参考に朝食のメニューを作成することにしました。次の3日間の朝食の内容を見て、バランスの良い食事にするにはそれぞれどんなメニューを追加すればよいか、①～④の組み合わせの中から選んでください。 Aさんの朝食メニュー 1日目：パン、目玉焼き、ベーコン 2日目：ごはん、玉ねぎとじゃがいものみそ汁、漬物 3日目：ごはん、豆腐のみそ汁、納豆 ①1日目：ソーセージ 2日目：れんごんのきんぴら 3日目：ヨーグルト ②1日目：チーズ 2日目：キノコのソテー 3日目：ゆで卵 ③1日目：野菜スープ 2日目：卵焼き 3日目：ほうれんそうのおひたし ④1日目：トマトサラダ 2日目：焼魚 3日目：卵焼き	③1日目：野菜スープ 2日目：卵焼き 3日目：ほうれんそうのおひたし	2
7	思考・判断・表現	心身の健康	心身の健康	Bさんは夕食のとりに方について考えています。Bさんは夜遅くまで塾に通っているの、自宅に帰ったあと眠くなってしまう、食事をとらずに就寝する日もありました。体重が減ってしまったので、できるだけ自分のライフスタイルに合わせながら充分なエネルギーがとれる食事方法を考えています。Bさんのライフスタイルに合わせた工夫として、適切なものはどれですか。次の選択肢の中から選んでください。 ①夕食を分割して食べるため、塾の前に夕食の一部を間食しておき、塾から帰った後に残りを食べる。 ②充分なエネルギーをとりたいため、塾の後に睡眠時間を削って夕食を食べる ③1日に必要な食事をとりたいので、夕食をとらずに朝食と昼食を1.5倍食べる ④充分なエネルギーをとりたいため、塾の前にお菓子をたくさん食べる	①夕食を分割して食べるため、塾の前に夕食の一部を間食しておき、塾から帰った後に残りを食べる。	8
8	知識・技能	心身の健康	心身の健康	筋肉を増やすために重要なことについて、次の選択肢の中から正しいものを選んでください。 ①毎日、高い強度のトレーニングを長時間行う ②たんぱく質だけをたくさん摂取する ③適度な睡眠をとる ④たくさん食べて体を大きくする	③適度な睡眠をとる	9
9	知識・技能	食品選択	食品衛生	次の選択肢の中から、肉を調理して食べる際の心がけとして正しいものを選んでください。 ①洗った肉を減らすため、生肉をつまむはしと焼いたお肉をつまむはしは、同じものを使う ②生肉を切る包丁と、野菜を切る包丁は分ける ③焼いて調理した肉と野菜は、同じ皿には配せんしない ④豚肉はよく焼いて食べるが、牛肉や鶏肉はよく焼かないで食べてもいい	②生肉を切る包丁と、野菜を切る包丁は分ける	11
10	知識・技能	食品選択	食品ロス	次の選択肢の中から、食品ロスの説明として正しいものを選んでください。 ①食べられるのに、期限切れや食べ残しなどで捨てられる ②食べ物がなくなってしまう ③自分の国で作られている食べ物が足りない ④食べたいと思う食べ物が無い	①食べられるのに、期限切れや食べ残しなどで捨てられる	12

2. 評価フレームを使った試行調査の実施 ②試行調査項目 確定版（設問一覧）

【中学3年生用】 調査項目確定版 設問一覧 3/4

問	観点	食育の視点	評価項目	質問	解答・解説	教材項目
11	知識・技能	食事の重要性	食事と栄養補給	サプリメントの使用方法について、次の選択肢の中から誤っているものを選んでください。 ①高い効果が期待できるので、食事で必要な栄養素を摂取できている、サプリメントを使ってよい ②サプリメントを使う場合は自己判断せず、栄養教諭の先生に相談する ③食事だけでは必要な量の栄養素を摂取できない時に、足りない分を補うために使う ④胃腸が弱っていて、消化や吸収の機能が低下しているときに利用する	①高い効果が期待できるので、食事で必要な栄養素を摂取できている、サプリメントを使ってよい たくさん摂取すれば、体に良い効果があるわけではありません。必要以上に摂取した場合は、過剰摂取が問題になることもあります。必要以上の栄養素が入ってきたときには、使わなかった栄養素を別の物質に加工したり、排泄したりしなくてはならないため、肝臓などの臓器に負担がかかります。 特に成長期に当たる小・中・高校生は、運動量が多い状態であったとしても、サプリメントの利用を抑えることが望まれます。その理由としては、サプリメントを利用しなくては動くことができないような運動量が、発育・発達に支障をきたすからです。つまり、サプリメントには頼らず、食事と補食からエネルギーや栄養素を必要量摂取することのできる運動量にとどめる必要があります。 サプリメントを利用する際には、食事からの栄養素の摂取量を把握した上で、足りなかった栄養素の種類と補う量を定める必要があります。	3
12	思考・判断・表現	食事の重要性	朝食の大切さ	Cさんは、ダイエットのために朝食を抜くことにしました。今後、Cさんの体に起こりうることを次の選択肢の中から選んでください。 ①睡眠でエネルギーが蓄えられていたので、活発に動けた ②排便リズムがくずれ、便秘になりやすくなった ③アミノ酸が体内に作られ、良質な睡眠をとれるようになった ④体温が上昇し、午前中に充実した活動ができなかった	②排便リズムがくずれ、便秘になりやすくなった	5
13	知識・技能	食文化	世界の食文化	次の説明文の中で、誤っているものを選んでください。 ①世界には、国によって多様な食文化がある ②日本には、国が定めた郷土料理・行事食がある ③世界には、宗教によって食べられない食品がある人がいる ④ベジタリアンなど、個人の考えによって食べる食品を選択する人がいる	②日本には、国が定めた郷土料理・行事食がある 日本の国土は南北に長く、海や川、山や平野など変化に富んだ自然が広がっており、地域ごとの気候や風土も様々です。日本人は、そういった自然を制しようとするのではなく、自然の中に神様を感じ、豊かな自然を敬い、自然に寄り添う考え方を育んできました。そして、その土地ならではの四季折々の海の幸、山の幸といった自然の味を生かした料理を作り、大切に食べてきました。 日本各地には、それぞれ自然的・社会的な環境や習慣を背景に、「行事食（季節ごとの行事やお祝いの日に食べる特別な料理）」や「郷土食」等、極めて多様な食文化が発達しています。また、そのようなものだけでなく、料理人などにより伝承されてきた、洗練された技術も存在します。	12
14	知識・技能	食文化	日本の食文化	以下の写真の料理に関係する行事を、選択肢の中から選んでください。 ①正月 ②土用の丑の日 ③端午の節句 ④冬至	④冬至 一年でもっとも夜が長い冬至の日に、かぼちゃを食べると風邪をひかないといわれています。 出所：農林水産省HP「子どもの食育」 https://www.maff.go.jp/j/syokuiku/kodomo/navi/learn/event.html	12
15	知識・技能	食文化	世界の食事情	世界全体で見ると、13億トンの食料が毎年捨てられています。これは、世界全体の食料生産量のどのくらいにあたるでしょうか。次の選択肢の中から選んでください。 ①1/10 ②1/5 ③1/3 ④1/2	③1/3	13

2. 評価フレームを使った試行調査の実施 ②試行調査項目 確定版（設問一覧）

【中学3年生用】 調査項目確定版 設問一覧 4/4

問	観点	食育の視点	評価項目	質問	教材項目
16	「主体的に学習に取り組む態度」と関連した評価	感謝の心	感謝の心(行動)	あなたは、いつも食事の前に「いただきます」言うようにしていますか？ ①している ②どちらかといえば、している ③あまりしていない ④全くしていない	小学校 4
17	「主体的に学習に取り組む態度」と関連した評価	心身の健康	心身の健康	あなたは自分に必要な食事量を考えて食事をしようとしていますか？ ①している ②どちらかといえば、している ③あまりしていない ④全くしていない	7
18	「主体的に学習に取り組む態度」と関連した評価	食事の重要性	朝食の大切さ	あなたは平日、毎日、朝ご飯を食べるようにしていますか？ ①毎日(5日)食べるようにしている ②3～4日は食べるようにしている ③1～2日は食べるようにしている ④していない	5
19	「主体的に学習に取り組む態度」と関連した評価	心身の健康	栄養素	ふだんの食事では、エネルギーのもとになる食品(お米や油など)、体を作るもとになる食品(魚や肉など)、体の調子を整えるもとになる食品(野菜や果物など)を、バランスよく食べようとしていますか。 ①している ②どちらかといえば、している ③あまりしていない ④全くしていない	2
20	「主体的に学習に取り組む態度」と関連した評価	食品選択	食品衛生	食事の前には、手洗いをするようにしていますか。 ①している ②どちらかといえば、している ③あまりしていない ④全くしていない	11
21	「主体的に学習に取り組む態度」と関連した評価	社会性	食事マナー	食事の時には、口に食べ物を入れたまま話をしないようにしていますか。 ①している ②どちらかといえば、している ③あまりしていない ④全くしていない	小学校 13

2. 評価フレームを使った試行調査の実施 ③評価マトリクス表に対応する設問一覧

評価マトリクスの整理

【食に関する指導の目標 3観点】×【食育の視点 6つ】の評価マトリクス表に、設問を整理した。
小学6年生用は、以下のとおり。

【小学6年生用】 評価マトリクス×各設問

小学校 マトリクス表						
食育の視点 観点	食事の重要性	心身の健康	食品を選択する 能力	感謝の心	社会性	食文化
知識・技能		2. 3つの食品群	8. 食品ロス		1. 食事マナー	13. 日本の食文化
		3. 五大栄養素	10. 食品衛生			14. 行事食への関心
		4. 五大栄養素				
		5. 五大栄養素				
		6. 栄養バランス				
		7. 食事と健康				
思考・判断・表現	12. 朝食の必要性		9. 食品ロス 11. 食品衛生			
「主体的に学習に 取り組む態度」 と関連した評価	17. 朝食の大切さ	16. 食事と健康	19. 食品衛生	15. 感謝の心	20. 食事マナー	
		18. 3つの食品群				

2. 評価フレームを使った試行調査の実施 ③評価マトリクス表に対応する設問一覧

中学3年生用は、以下のとおり。

【中学3年生用】 評価マトリクス×各設問

中学校 マトリクス表						
食育の視点 観点	食事の重要性	心身の健康	食品を選択する能力	感謝の心	社会性	食文化
知識・技能	11. 食事と栄養補給	2. 体づくり	9. 食品衛生		1. 食事マナー	13. 世界の食文化
		3. 必要な心身の健康	10. 食品ロス			14. 日本の食文化
		4. 食事と健康				15. 世界の食事情
		5. 栄養バランス				
		8. 必要な心身の健康				
思考・判断・表現	12. 朝食の大切さ	6. 栄養素				
		7. 必要な心身の健康				
「主体的に学習に取り組む態度」と関連した評価	18. 朝食の大切さ	17. 必要な心身の健康	20. 食品衛生	16. 感謝の心	21. 食事マナー	
		19. 栄養素				

2. 評価フレームを使った試行調査の実施 ④試行調査項目 確定版（調査票）

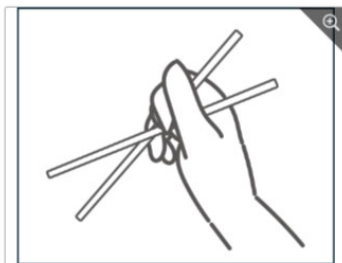
調査票の作成

調査項目確定版を基に、アンケート作成フォーム(WEB)にて、調査票を作成した。
小学6年生用は、以下のとおり。

【小学6年生用】 調査票(WEB画面) 1/4

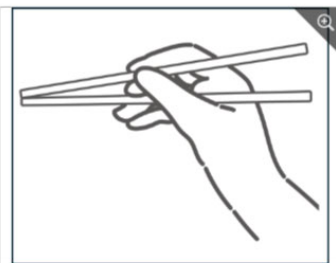
この問題は食に関する知識や思考力について尋ねるものです。質問を最後まで良く読んで答えてください。
解答時間は、30分間です。解答が早く終わったら、よく見直しましょう。
すべての回答は、1つだけ選んでください。

1. 次の写真を見て、はしの持ち方として正しいものを選んでください。



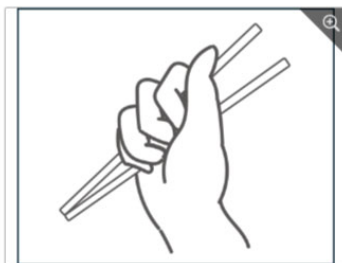
☐

①



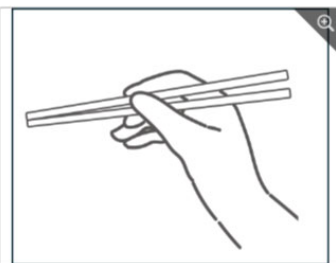
☐

②



☐

③



☐

④

2. 次の中で「主にエネルギーのもとになる」、「主に体を作るもとになる」、「主に体の調子を整えるもとになる」食材が、すべてそろっているものを選んでください。

- ☐ ①ご飯、肉、じゃがいも
- ☐ ②たまご、牛乳、だいず
- ☐ ③パン、ハム、レタス
- ☐ ④ご飯、魚、ひじき

3. 次の中から、五大栄養素に含まれないものを選んでください。

- ☐ ①脂質
- ☐ ②水
- ☐ ③無機質
- ☐ ④ビタミン

4. 次の中から、タンパク質を多く含む食品を選んでください。

- ☐ ①ブロッコリー
- ☐ ②肉・魚
- ☐ ③果物
- ☐ ④米

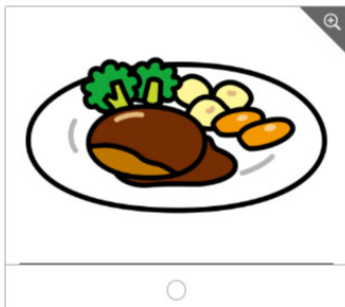
5. 次の中から、タンパク質の働きについて正しいものを選んでください。

- ☐ ①主に体の調子を整える
- ☐ ②主にエネルギーになる
- ☐ ③筋肉などの体を作る
- ☐ ④骨（ほね）や歯などの体を作る

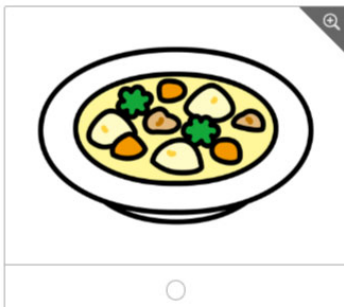
2. 評価フレームを使った試行調査の実施 ④試行調査項目 確定版（調査票）

【小学6年生用】 調査票（WEB画面） 2/4

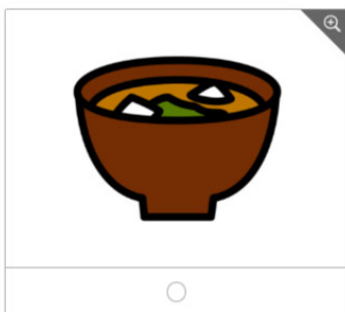
6. 次のイラストの中から、主食を選んでください。



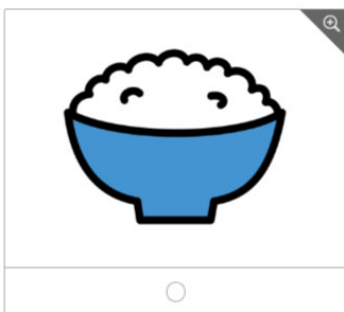
①ハンバーグ



②シチュー



③みそしる



④ごはん

7. 口の中の病気を予防するためには、どのような食事の仕方がいいですか。次の中から、最も適切なものを選んでください。

- ☐ ①なるべく急いでご飯を食べる
- ☐ ②水をたくさん飲む
- ☐ ③たんばく質や糖分を、たくさんとる
- ☐ ④だらだらとおやつを食べ続けけない

8. 次の中から、食品ロスの説明として正しいものを選んでください。

- ☐ ①食べられるのに、期限切れや食べ残しなどで捨てられる
- ☐ ②食べ物がなくなってしまう
- ☐ ③自分の国で作られている食べ物が足りない
- ☐ ④食べたいと思う食べ物が無い

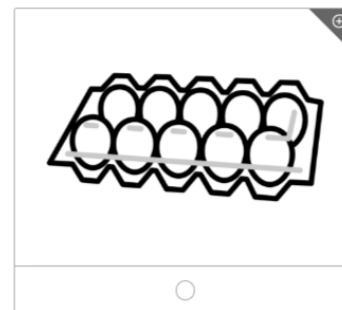
9. 次の中から、食品ロスに対する取組について正しくないものを選んでください。

- ☐ ①好き嫌いせずに残さず食べる
- ☐ ②まだ開けていないスナック菓子が賞味期限がギリギリだったので、仕方なく捨てた
- ☐ ③買い物に出かける前に、冷蔵庫の中に何があるか確認した
- ☐ ④コンビニで、消費期限の近いおにぎりを選んで買った

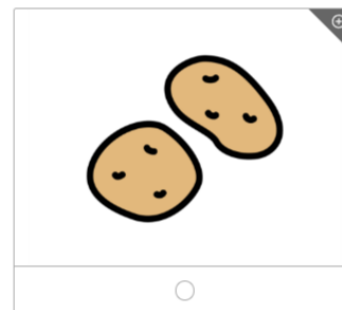
10. 次の中から、必ず冷蔵庫に保存すべきものを選んでください。



①干しシイタケ



②卵



③ジャガイモ



④米

2. 評価フレームを使った試行調査の実施 ④試行調査項目 確定版（調査票）

【小学6年生用】 調査票（WEB画面） 3/4

11. 給食を食べる前の手洗いの動作について、次のA～Dの正しい順番を、1 番め～4 番めで答えてください。



A. せっけんでよく洗う



B. ハンカチでふく



C. 手に水をかけて、
せっけんをつける



D. せっけんをよく洗い流す



	A. せっけんでよく洗 う	B. ハンカチでふく	C. 手に水をかけて、 せっけんをつける	D. せっけんをよく洗 い流す
1 番め	☐	☐	☐	☐
2 番め	☐	☐	☐	☐
3 番め	☐	☐	☐	☐
4 番め	☐	☐	☐	☐

12. 朝ごはんをしっかりと食べるために気をつけることとして、次の中から正しくないものを選んでください。

- ☐ ① 朝早く起きるために夜ふかしをしない
- ☐ ② バランスよく栄養素を摂取するため、ご飯とおみそするなど2種類以上のものを食べる
- ☐ ③ すいみん時間をしっかりとるために、なるべく遅く起きる
- ☐ ④ 消化が悪く朝の食欲が落ちるため、夕ごはんを夜おそくに食べない

13. 次の中から、日本の食事に欠かせない大豆から作られている調味料を選んでください。

- ☐ ① しょうゆ
- ☐ ② 塩
- ☐ ③ こしょう
- ☐ ④ ソース

14. 次の中から、3月3日の「桃の節句」（ひな祭り）に食べる風習のないものを選んでください。

- ☐ ① ひなあられ
- ☐ ② 七草がゆ
- ☐ ③ はまぐりのうしおじる
- ☐ ④ ちらしずし

★ 出所: 文部科学省 小学生用食育教材「たのしい食事つながる食育」(平成28年2月) 児童用(低学年) P.1
https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/eiyou/syokuseikatsu.htm

2. 評価フレームを使った試行調査の実施 ④試行調査項目 確定版（調査票）

【小学6年生用】 調査票（WEB画面） 4/4

ここから先は、皆さんの学校や家での食事の様子について尋ねるものです。
質問を注意深く読み、できるだけ正確に答えてください。
それぞれの質問について、当てはまる番号やあなたの考えに最も近い番号を選んでください。

15. あなたは、いつも食事の前に「いただきます」を言うようにしていますか？

- ☐ ①している
- ☐ ②どちらかといえば、している
- ☐ ③あまりしていない
- ☐ ④全くしていない

16. あなたは、量を決めておやつを食べるようにしていますか？

- ☐ ①している
- ☐ ②どちらかといえば、している
- ☐ ③あまりしていない
- ☐ ④全くしていない

17. あなたは平日、毎日、朝ご飯を食べるようにしていますか？

- ☐ ①毎日（5日）食べるようにしている
- ☐ ②3～4日は食べるようにしている
- ☐ ③1～2日は食べるようにしている
- ☐ ④していない

18. ふだんの食事では、エネルギーのもとになる食品（お米や油など）、体を作るもとになる食品（魚や肉など）、体の調子を整えるもとになる食品（野菜や果物など）を、バランスよく食べようとしていますか。

- ☐ ①している
- ☐ ②どちらかといえば、している
- ☐ ③あまりしていない
- ☐ ④全くしていない

19. 食事の前には、手洗いをするようにしていますか。

- ☐ ①している
- ☐ ②どちらかといえば、している
- ☐ ③あまりしていない
- ☐ ④全くしていない

20. 食事の時には、口に食べ物を入れたまま話をしないようにしていますか。

- ☐ ①している
- ☐ ②どちらかといえば、している
- ☐ ③あまりしていない
- ☐ ④全くしていない

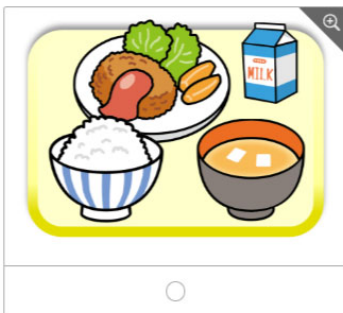
2. 評価フレームを使った試行調査の実施 ④試行調査項目 確定版（調査票）

中学3年生用は、以下のとおり。

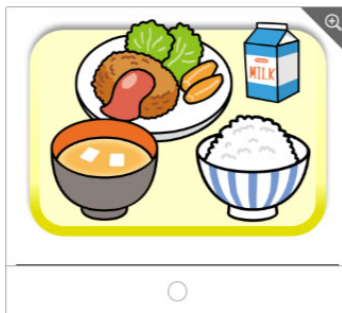
【中学3年生用】 調査票（WEB画面） 1/4

この問題は食に関する知識や思考力について尋ねるものです。質問を最後まで良く読んで答えてください。
解答時間は、30分間です。解答が早く終わったら、よく見直しましょう。
すべての回答は、1つだけ選んでください。

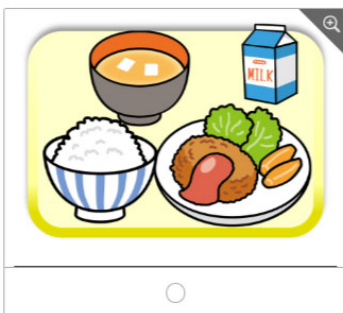
1. 次の選択肢の中から、配ぜんの仕方として正しいものを選んでください。



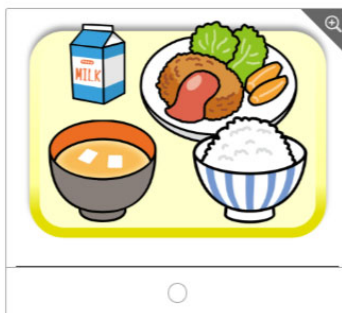
①



②



③



④



2. 栄養素には、体にたくさん蓄えることができないものもあります。それらをきちんと取るようにするには、どうしたらよいですか。次の選択肢の中から、正しいものを選んでください。

- ☐ ①定期的に食べる
- ☐ ②毎食、多めに食事をする
- ☐ ③蓄えられない栄養素のサプリを毎日飲む
- ☐ ④食材を生そのまま食べる

3. 私たちは、体内における化学反応によって、生きるための主な原動力であるエネルギーを得ています。エネルギーが不足すると体や心に現れる影響として、次の選択肢の中から誤っているものを選んでください。

- ☐ ①免疫、消化器系、心臓・血管の機能低下
- ☐ ②気持ちが落ち着き、精神的に安定する
- ☐ ③発育期には、成長や発育に影響
- ☐ ④女性は無月経や初経の時期が遅れる

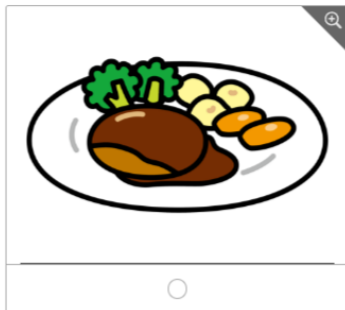
4. 次の選択肢の中から、水分補給のタイミングとして誤っているものを選んでください。

- ☐ ①のどが乾いたら補給
- ☐ ②のどが乾かないように、定期的に補給
- ☐ ③運動中やその前後
- ☐ ④寝る前や起きた時、入浴の前後

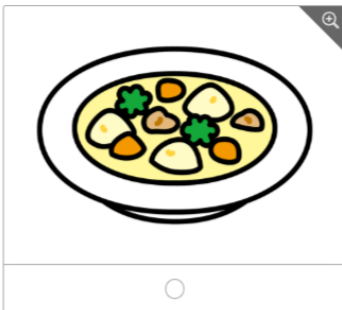
2. 評価フレームを使った試行調査の実施 ④試行調査項目 確定版（調査票）

【中学3年生用】 調査票（WEB画面） 2/4

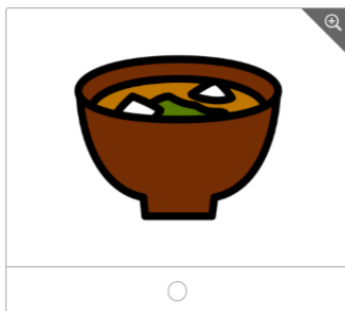
5. 次のイラストの中から、主食を選んでください。



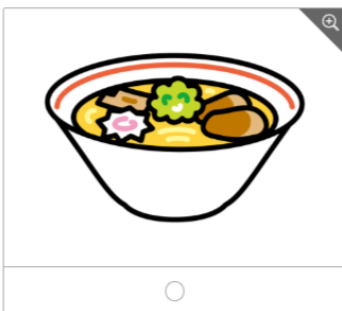
①ハンバーグ



②シチュー



③みそしる



④ラーメン

6. Aさんは、3つの食品群を参考に朝食のメニューを作成することにしました。次の3日間の朝食の内容を見て、バランスの良い食事するにはそれぞれどんなメニューを追加すればよいか、①～④の組み合わせの中から選んでください。

Aさんの朝食メニュー

1日目：パン、目玉焼き、ベーコン
2日目：ごはん、玉ねぎとじゃがいものみそ汁、漬物
3日目：ごはん、豆腐のみそ汁、納豆

- ☐ ① 1日目：ソーセージ 2日目：れんこんのきんぴら 3日目：ヨーグルト
- ☐ ② 1日目：チーズ 2日目：キノコのソテー 3日目：ゆで卵
- ☐ ③ 1日目：野菜スープ 2日目：卵焼き 3日目：ほうれんそうのおひたし
- ☐ ④ 1日目：トマトサラダ 2日目：焼魚 3日目：卵焼き

7. Bさんは夕食のとり方について考えています。Bさんは夜遅くまで塾に通っているので、自宅に帰ったあと眠くなってしまい、食事をとらずに就寝する日もありました。体重が減ってしまったので、できるだけ自分のライフスタイルに合わせながら十分なエネルギーがとれる食事方法を考えています。Bさんのライフスタイルに合わせた工夫として、適切なものはどれですか。次の選択肢の中から選んでください。

- ☐ ① 夕食を分割して食べるため、塾の前に夕食の一部を間食しておき、塾から帰った後に残りを食べる。
- ☐ ② 十分なエネルギーをとりたいので、塾の後に睡眠時間を削って夕食を食べる
- ☐ ③ 1日に必要な食事をとりたいので、夕食をとらずに朝食と昼食を1.5倍食べる
- ☐ ④ 十分なエネルギーをとりたいので、塾の前にお菓子をたくさん食べる

8. 筋肉を増やすために重要なことについて、次の選択肢の中から正しいものを選んでください。

- ☐ ① 毎日、高い強度のトレーニングを長時間行う
- ☐ ② たんぱく質だけをたくさん摂取する
- ☐ ③ 適度な睡眠をとる
- ☐ ④ たくさん食べて体を大きくする

2. 評価フレームを使った試行調査の実施 ④試行調査項目 確定版（調査票）

【中学3年生用】 調査票（WEB画面） 3/4

9. 次の選択肢の中から、肉を調理して食べる際の心がけとして正しいものを選んでください。

- ☐ ① 洗い物を減らすため、生肉をつまむはしと焼いたお肉をつまむはしは、同じものを使う
- ☐ ② 生肉を切る包丁と、野菜を切る包丁は分ける
- ☐ ③ 焼いて調理した肉と野菜は、同じ皿には配せんしない
- ☐ ④ 豚肉はよく焼いて食べるが、牛肉や鶏肉はよく焼かないで食べてもいい

10. 次の選択肢の中から、食品ロスの説明として正しいものを選んでください。

- ☐ ① 食べられるのに、期限切れや食べ残しなどで捨てられる
- ☐ ② 食べ物がなくなってしまう
- ☐ ③ 自分の国で作られている食べ物が足りない
- ☐ ④ 食べたいと思う食べ物が無い

11. サプリメントの使用法について、次の選択肢の中から誤っているものを選んでください。

- ☐ ① 高い効果が期待できるので、食事で必要な栄養素を摂取できても、サプリメントを使ってよい
- ☐ ② サプリメントを使う場合は自己判断せず、栄養教諭の先生に相談する
- ☐ ③ 食事だけでは必要な量の栄養素を摂取できない時に、足りない分を補うために使う
- ☐ ④ 胃腸が弱っていて、消化や吸収の機能が低下しているときに利用する

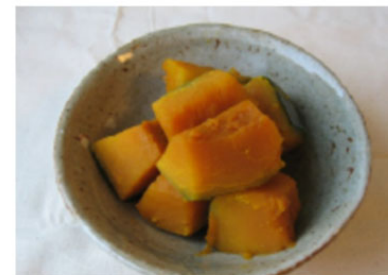
12. Cさんは、ダイエットのために朝食を抜くことにしました。今後、Cさんの体に起こりうることを次の選択肢の中から選んでください。

- ☐ ① 睡眠でエネルギーが蓄えられていたので、活発に動けた
- ☐ ② 排便リズムがくずれ、便秘になりやすくなった
- ☐ ③ アミノ酸が体内に作られ、良質な睡眠をとれるようになった
- ☐ ④ 体温が上昇し、午前中に充実した活動ができなかった

13. 次の説明文の中で、誤っているものを選んでください。

- ☐ ① 世界には、国によって多様な食文化がある
- ☐ ② 日本には、国が定めた郷土料理・行事食がある
- ☐ ③ 世界には、宗教によって食べられない食品がある人がいる
- ☐ ④ ベジタリアンなど、個人の考えによって食べる食品を選択する人がいる

14. 以下の写真の料理に関係する行事を、選択肢の中から選んでください。



- ☐ ① 正月
- ☐ ② 土用の丑の日
- ☐ ③ 端午の節句
- ☐ ④ 冬至



15. 世界全体で見ると、13億トンの食料が毎年捨てられています。これは、世界全体の食料生産量のどのくらいにあたるでしょうか。次の選択肢の中から選んでください。

- ☐ ① 1/10
- ☐ ② 1/5
- ☐ ③ 1/3
- ☐ ④ 1/2

★ 出所:農林水産省HP「子どもの食育」「行事食(ぎょうじしょく)」は特別なときの料理
https://www.maff.go.jp/j/syokuiku/kodomo_navi/learn/event.html

2. 評価フレームを使った試行調査の実施 ④試行調査項目 確定版（調査票）

【中学3年生用】 調査票（WEB画面） 4/4

ここから先は、皆さんの学校や家での食事の様子について尋ねるものです。
質問を注意深く読み、できるだけ正確に答えてください。
それぞれの質問について、当てはまる番号やあなたの考えに最も近い番号を選んでください。

16. あなたは、いつも食事の前に「いただきます」を言うようにしていますか？

- ☐ ①している
- ☐ ②どちらかといえば、している
- ☐ ③あまりしていない
- ☐ ④全くしていない

17. あなたは自分に必要な食事量を考えて食事をしようとしていますか？

- ☐ ①している
- ☐ ②どちらかといえば、している
- ☐ ③あまりしていない
- ☐ ④全くしていない

18. あなたは平日、毎日、朝ご飯を食べるようにしていますか？

- ☐ ①毎日（5日）食べるようにしている
- ☐ ②3～4日は食べるようにしている
- ☐ ③1～2日は食べるようにしている
- ☐ ④していない

19. ふだんの食事では、エネルギーのもとになる食品（お米や油など）、体を作るもとになる食品（魚や肉など）、体の調子を整えるもとになる食品（野菜や果物など）を、バランスよく食べようとしていますか。

- ☐ ①している
- ☐ ②どちらかといえば、している
- ☐ ③あまりしていない
- ☐ ④全くしていない

20. 食事の前には、手洗いをするようにしていますか。

- ☐ ①している
- ☐ ②どちらかといえば、している
- ☐ ③あまりしていない
- ☐ ④全くしていない

21. 食事の時には、口に食べ物を入れたまま話をしないようにしていますか。

- ☐ ①している
- ☐ ②どちらかといえば、している
- ☐ ③あまりしていない
- ☐ ④全くしていない

2. 評価フレームを使った試行調査の実施 ⑤教員アンケート調査項目

教員アンケートの調査項目は、以下のとおり。

教員アンケート調査項目 設問一覧 1/2

No.	設問	形式	選択肢等
1. 今回のアンケートについてお伺いします			
1	学校名・クラスをご記入ください。	SA NA	小学校・中学校 学校名 () / クラス(組) ()
2	児童・生徒がアンケートを実施した日時をご記入ください。	NA	月 () 日 () 時間目 ()
3	何分ほどで全児童・生徒の回答が完了したかご記入ください。(アンケート所要時間は、30分を目安としております)	NA	() 分
4	児童・生徒から、アンケートに関する質問はありましたか。 質問があった場合、具体的な質問内容をご記入ください。	SA	1. はい () 2. いいえ
5	その他、アンケートについて気が付いたこと、ご助言等がございましたら、ご記入ください。	NA	
2. 普段の授業や指導における食育のかかわり方についてお聞きます。			
6	あなたは、今年度、食に関する指導を実施しましたか。	SA	1. 実施した 2. 今後、実施する予定 3. 実施しておらず、する予定もない→8へ
6-2	※小学校の場合 (上記1. 2を選んだ場合) あなたは、食に関する指導を実施した(実施する予定の)教科・活動等は何ですか。(あてはまるもの全て)	MA	1. 社会 2. 理科 3. 生活 4. 家庭、技術・家庭 5. 体育、保健体育 6. 道徳 7. 総合的な学習の時間 8. 給食、昼食の時間 9. 学級活動、特別活動 10. その他(FA) ()
6-2	※中学校の場合 (上記1. 2を選んだ場合) あなたは、食に関する指導を実施した(実施する予定の)教科・活動等は何ですか。(あてはまるもの全て)	MA	1. 道徳 2. 総合的な学習の時間 3. 給食、昼食の時間 4. 学級活動、特別活動 5. その他(FA) ()

2. 評価フレームを使った試行調査の実施 ⑤教員アンケート調査項目

教員アンケート調査項目 設問一覧 2/2

No.	設問	形式	選択肢等
2. 普段の授業や指導における食育のかかわり方についてお聞きます。			
7	あなたは、文部科学省が発行している食育教材（小学生用食育教材「たのしい食事つながる食育」（平成28年2月）、中学生用食育教材（令和3年3月））を活用したことはありますか。（あてはまるもの全て）	MA	1. 教科等の授業で活用した（総合的な学習の時間や特別活動含む）（ ） 2. 給食時間（昼食時間）で活用した（ ） 3. 1.2以外の活動で活用した（ ） 4. 活用していない 5. わからない ※ 1～3は自由記述欄に具体的な活用内容を回答いただく。
7-2	（上記で4を選んだ場合） 文部科学省が発行している食育教材を活用していない理由をお答えください。	NA	（自由記述）
8	あなたは、給食時間（昼食時間）やその他の時間（授業以外）に児童生徒に「食」に関する話をしたり、声かけをしたりしていますか。	SA	1. よくしている 2. どちらかというとしている 3. どちらかというとしていない 4. していない
9	食育を推進する上で課題とを感じるものはありますか。（あてはまるもの全て）	MA	1. 学校の教育活動全体の中で食育に充てる時間がとれない 2. 他の業務で忙しい（食育について考える時間がない） 3. 相談をする相手がいない 4. 何をしたらいいのかわからない 5. 保護者や家庭との連携が難しい 6. 特にない 7. その他（ ）

2. 評価フレームを使った試行調査の実施 ⑥学校アンケート調査項目

学校アンケート調査項目は、以下のとおり。

学校アンケート調査項目 設問一覧 1/3

No.	設問	形式	選択肢等
1. 貴校についてお伺いします			
1	学校名をご記入ください。	SA NA	小学校・中学校 学校名 ()
2	児童生徒の人数をご記入ください。 (令和7年5月1日現在の全児童生徒数)	NA	() 人
3	学級数をご記入ください。 (令和7年5月1日現在の全学級数)	NA	() クラス うち特別支援学級 () クラス
4	学校給食の方式をお答えください。	SA	1. 自校方式 2. センター方式 3. 学校給食はない 4. その他 ()
5	あなたの学校には、栄養教諭、または学校栄養職員は配置されていますか。	SA	1. 本務校として栄養教諭が配置されている 2. 本務校として学校栄養職員が配置されている 3. 本務校以外の兼務校または担当校として栄養教諭が配置されている 4. 本務校以外の兼務校または担当校として学校栄養職員が配置されている 5. 配置されていない 6. その他 ()
5-2	(上記3～5を選んだ場合) あなたの学校には、栄養教諭または学校栄養職員は月何日程度、来ますか(来ない場合は0を入力)。	NA	月 () 日
2. 貴校の食育の取組についてお伺いします			
6	貴校では、食に関する指導を実施していますか。	SA	1. 実施している 2. 実施していない
6-2	(2. 実施していないを選んだ場合のみ) 実施していない理由をお答えください。	NA	(自由記述) →回答後、14へ

2. 評価フレームを使った試行調査の実施 ⑥学校アンケート調査項目

学校アンケート調査項目 設問一覧 2/3

No.	設問	形式	選択肢等
2. 貴校の食育の取組についてお伺いします			
7	(以下、6で実施している場合のみ) 貴校では、食育（食に関する指導）を推進する組織等を設置していますか。	SA	1. 設置している 2. 設置していない
7-2	貴校では、食育（食に関する指導）を推進する担当者を設置していますか。	SA	1. 設置している 2. 設置していない
8	小学校6年生（中学校3年生）に対する食に関する指導は、年間でどの程度行われていますか。	NA	各教科等（ ）時間 給食時間（ ）回
9	貴校では、食に関する指導は、どの場面で行っていますか。（あてはまるもの全て）	MA	1. 社会の授業 2. 理科の授業 3. 生活の授業 4. 家庭、技術・家庭の授業 5. 体育、保健体育の授業 6. 道徳の授業 7. 総合的な学習の時間 8. 給食、昼食の時間 9. 学級活動 10. 特別活動 11. その他（FA）（ ）
10	貴校では、食に関する指導として、どのような内容を取り扱っていますか。（あてはまるもの全て）	MA	1. 食の重要性（朝食の大切さ等） 2. 心身の健康（栄養素、栄養バランス、体づくり等） 3. 食品を選択する能力（食品衛生、食品ロス） 4. 感謝の心 5. 社会性（食事マナー等） 6. 食文化（日本・世界の食文化、行事食） 7. 地場産品、地産地消 8. その他（ ）
10-2	（上記で7.地場産品、地産地消を選んだ場合） 地場産品、地産地消に関する取組について、具体的な内容をご記入ください。	NA	（自由記述）

2. 評価フレームを使った試行調査の実施 ⑥学校アンケート調査項目

学校アンケート調査項目 設問一覧 3/3

No.	設問	形式	選択肢等
2. 貴校の食育の取組についてお伺いします			
11	学校において食育（食に関する指導）を実施する場合に文部科学省が発行している食育教材（小学生用食育教材「たのしい食事つながる食育」（平成28年2月）、中学生用食育教材（令和3年3月））の活用に取り組んでいますか。	SA	1. 取り組んでいる 2. 取り組んでいない
11-2	（上記で2を選んだ場合） 文部科学省が発行している食育教材を活用していない理由をお答えください。	NA	（自由記述）
12	貴校では、栄養教諭または学校栄養職員による食に関する指導を行っていますか。	MA	1. 栄養教諭が実施している 2. 学校栄養職員が実施している 3. 実施していない
12-2	（上記質問で1、2のみ） 貴校では、栄養教諭または学校栄養職員による食に関する指導は、いつ行っていますか。（あてはまるもの全て）	MA	1. 社会の授業 2. 理科の授業 3. 生活の授業 4. 家庭、技術・家庭の授業 5. 体育、保健体育の授業 6. 道徳の授業 7. 総合的な学習の時間 8. 給食、昼食の時間 9. 学級活動 10. 特別活動 11. その他（FA）（ ）
13	貴校では、保護者に対して、食に関する指導や食育に関する情報発信を行っていますか。	SA	1. 月1回以上行っている 2. 2～3カ月に1回程度行っている 3. 学期に1回程度行っている 4. 年に1回程度行っている 5. 行っていない
14	食育を推進する上で課題とを感じるものはありますか。（あてはまるもの全て）	MA	1. 学校の教育活動全体の中で食育に充てる時間がとれない 2. 他の業務で忙しい 3. 教職員の食育に対する意識が低い 4. 食育をけん引できる人がいない 5. 何をしたらいいのかわからない 6. 保護者や家庭との連携が難しい 7. 特にない 8. その他（ ）