

2 給食の時間の指導

(1) 給食の時間における食に関する指導

給食の時間における指導は、「食に関する指導」の中心的役割を担うものです。献立を通して食品の産地や栄養的な特徴を学ぶことができるほか、郷土料理や行事食などの食文化に関しても学ぶことができます。学校給食は、食に関する指導を効果的に進めるための生きた教材です。

① 献立を教材とした給食の時間における指導

【指導事例】

ア 地場産食材の活用

地場産食材を積極的に学校給食で活用することにより、生産者の工夫や努力について考え、地域の産業等の理解を深める機会となる。

自分の住んでいる地域への愛着を育むとともに持続可能な社会の実現について理解を深める。



地元で生産されている作物の植え付けを紹介

イ 食品の種類や特徴を紹介



当日の給食で、使用する食材を取り上げ、原産地や栄養的な特徴、体内での栄養素のはたらきなどを学ぶ。

また、漢字やことわざをクイズ形式で紹介するなどして、興味・関心を高め、残さず食べる意識につなげる。

ウ 郷土料理の継承

山口県は三方を海に囲まれ、豊かな自然と温暖な気候に恵まれているため、海の幸、山の幸がたくさんあり、昔から伝わる郷土料理がある。

学校給食でも献立に郷土料理を取り入れることで、児童生徒や家庭に食文化を継承していく。



くじらやれんこんを使った献立例



山口県学校栄養士会が作成した郷土料理ポスター

エ 行事食の伝承



山口県学校栄養士会が作成した「おせちすごろく」でおせち料理の由来を楽しく学べます

日本各地には、和食の基本となる「だし」を用いた地域の伝統的な行事食が存在する。

正月に食べる「おせち料理」もその一つである。行事食と気候、風土、産業、文化、歴史等との関わりを学ぶことで、地域や日本の食文化への興味・関心を高め、主体的に継承する気持ちをもつことにつなげたい。

また、諸外国の食文化を知り、日本の食文化と比較することは、特徴をより深く理解することにつながる。

【指導の展開の工夫】

ア 委員会とのコラボレーション（図書給食）

図書委員会が紹介したい絵本や物語・小説の中に出てくる料理やその物語の世界を表現した料理を学校給食の献立に取り入れ、合わせてその本の紹介をする。

本を読んだことがある児童生徒は、内容をより深く理解することができ、読んだことのない児童生徒にとっては、興味をもつきっかけとなる。



給食：さんまの塩焼き 本：めぐろのさんま



イ ICTを使って学級担任が行う給食指導



電子黒板で、給食委員会が作成した「はしの正しい持ち方」を見ながら、学級担任が指導する

栄養教諭は、適宜、指導計画を踏まえた打合せを行った上で、直接教室に出向いて指導したり、資料を提供したりする。その際、給食委員会の活動として作成した教材を活用することは、指導の効果を高める。

また、給食の時間における食に関する指導は主として学級担任が行うため、ICT等を有効活用して効果的な情報発信を行うことは、学級担任が行う食に関する指導を更に充実させることにつながる。

② 教科等と連携した給食の時間における指導

教科等における食に関する指導と連携させ、給食を授業の導入に用いたり、学習で得た知識を献立や給食を通して具体的に確認したり、振り返ったりすることができます。

栄養教諭は食に関する指導の全体計画を献立計画に反映させ、学級担任や教科担任は、学校給食を教材として活用できるよう、栄養教諭と連携することが大切です。

【指導事例】

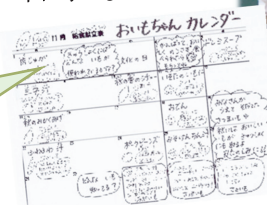
ア 献立や給食を教科等の導入で活用（給食→授業）

小学校1年 学級活動

「いろいろなたべものをしよう」〈重・健〉

日々の給食で食べている食材の名前や種類、栄養、旬の季節などを知ることにより、苦手な食材も残さず食べる意識を育てる。

給食ではどんな種類のいもが入っているかな？
全部食べられたらシールを貼ってもらおう！



実物や映像を用いて



小学校5年 社会科

「くらしを支える食料生産」〈文〉

給食に使われている食材が県内だけでなく、県外・外国からも届くことから、日本の食料生産の概要について、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を調べ、食料生産が生活に果たす役割を考える。



電子黒板の活用



イ 献立や給食を教科等の導入、振り返りで活用（給食→授業→給食）

小学校6年 家庭科

「こんだてを工夫して」〈健〉

食べ物の栄養素や組み合わせ（主食・主菜・副菜）などに着目しながら給食を食べることで、1食分の献立のイメージをつかみ、授業では、給食を参考にしながら献立を作成する。

考えた献立が給食で提供され、実食することにより、学習した内容を振り返ることができ、食への関心も高まる。

担任と栄養教諭の連携



ウ 教科等の学習の確認、振り返りで活用（授業→給食）

小学校 2年 学級活動

「かむかむメニュー」〈健〉

授業でよくかんで食べることの良さや大切さを知り、給食の時間には、学習したことを振り返り、実践する。

継続的な指導



かむとこめかみが動くことを確認

小学校 3年 国語科

「すがたをかえる大豆」〈感・文〉

大豆がさまざまな食べ物に変身することを学習した後、給食で使用されている大豆・大豆製品を確認しながら食べることで、大豆から作られている食べ物がたくさんあることを再認識する。

児童生徒の学び合い



大豆が使われている献立を児童が紹介

小学校 4年 体育科

「よりよい発育・発達のために」〈重・健〉

成長や健康のためには、「調和のとれた食事」、「適切な運動」、「休養・睡眠」が必要であることを学習した後、バランスのよい食事の例として、給食献立を手本として学習を振り返る。

栄養バランスを確認



中学校 技術・家庭科

「中学生に必要な栄養を満たす食事」〈重・健・選〉

栄養素の働きについて学習した後、成長期に特に必要なカルシウムや鉄について、給食に使用されている食材を用いて説明を聞くことで、必要な摂取量などを実感することができ、学習した内容の理解が深まる。

今後の食生活に

中学校 社会科

「日本の諸地域」〈選〉

日本の産業について学習した後、給食に諸地域の特産物を使用し紹介することで、学習内容を振り返ることができ、食を選択する能力の育成につながる。



給食に使われている豚肉の産地を紹介

I 学校における食育の推進

II 学校における食に関する指導

III 学校・家庭・地域が連携した食に関する指導

資料