

## 第5章 給食の時間における食に関する指導

### 1 給食の時間における食に関する指導の基本的な考え方

給食の時間は教科等の時間とは異なり、学級の仲間や教師と和やかで楽しい会食をするなど、学校生活の中で、気分転換を図ったり、午後に向けての活力を生み出したりすることができる時間といえます。

この時間には、学校給食という生きた教材を通して、教科等で取り上げた食品や学習した内容を具体的に確認したり、食事のマナーや地域の食文化等について実感を伴って理解したりすることができます。

特に、学級担任が行う毎日の給食指導は、準備から後片付けの一連の指導を通して、子どもに望ましい食習慣等を育成することができるものであり、これらは、一度の実践や指導で育成されるものではなく、少しずつ時間をかけながら繰り返し行うことで習慣化させることができることから、食育を推進する上で極めて重要です。

### 2 学校給食の役割

学校給食は、成長期にある子どもの心身の健全な発達のため、栄養バランスのとれた豊かな食事を提供することにより、健康の増進、体位の向上を図ることはもとより、食に関する指導を効果的に進めるための重要な教材といえます。

特に、給食の時間では、準備から後片付けを通して、計画的、継続的に指導を行うことにより、子どもに望ましい食習慣や好ましい人間関係を育成するとともに、地域の郷土食や行事食などを提供することを通じ、地域の文化や伝統に対する理解と関心を深め、食に関する感謝の念をはぐくむことができます。

また、当日の学校給食の献立を教材として、授業後の給食の時間に、実際に見て食べることを通して学習内容の復習や確認を行ったり、理科で栽培した植物や社会科で学習した農林水産物を食材として意図的に学校給食の献立に活用したりすることで、各教科等の学習内容をより身近にとらえることができ、学習意欲を一層高めることができます。

### 3 学校給食の位置付け

学校給食は、昭和29年に制定された学校給食法に基づき実施されており、学習指導要領では、特別活動の「学級活動」に位置付けられています。

学校給食法第2条では、義務教育諸学校における教育の目的を実現するために、次の4つの目標の達成に努めなければならないとしています。

- 1 日常生活における食事について、正しい理解と望ましい習慣を養うこと。
- 2 学校生活を豊かにし、明るい社交性を養うこと。
- 3 食生活の合理化、栄養の改善及び健康の増進を図ること。
- 4 食糧の生産、配分及び消費について、正しい理解に導くこと。

なお、平成20年1月、中央教育審議会は「子どもの心身の健康を守り、安全・安心を確保するために学校全体としての取組を進めるための方策について」を答申し、学校給食法の見直しなどについて提言しています。

中央教育審議会「子どもの心身の健康を守り、安全・安心を確保するために学校全体としての取組を進めるための方策について（答申）」（一部抜粋）

- ・学校給食法における学校給食の目的について食育の観点から見直すとともに、全国的な学校給食の水準を確保するため、学校給食実施基準を法制度上位置付けることについて検討することが必要。
- ・学校給食に地場産物を活用することは、子どもが食材を通して地域の自然や文化、産業等に対する理解、郷土への愛着などを深める教育的意義を有することから、学校給食法においてもその趣旨の明確化を図ることを検討することが必要。
- ・学校において組織的・体系的に食育を進めるため、学校給食を「生きた教材」として活用しつつ、食に関する指導の全体計画を作成することが肝要であり、学校給食法においてその趣旨を明確に位置付けることについて検討することが必要。

## 学習指導要領における学校給食の位置付け

### 小学校学習指導要領 第4章 特別活動（一部抜粋）

#### 第2 内容

##### A 学級活動

(2) 日常生活や学習への適応及び健康や安全に関すること。

…心身ともに健康で安全な生活態度の形成、学校給食と望ましい食習慣の形成など

#### (カ) 学校給食と望ましい食習慣の形成（一部抜粋）

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、望ましい食習慣の形成を図るとともに、食事を通して好ましい人間関係の育成を図ることにかかわる内容である。学校給食に関する内容については、昼の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て計画的に指導することが大切である。また、学校給食の特性を生かし、楽しい給食を目指した多様な指導方法の工夫が必要である。

（小学校学習指導要領解説 特別活動編）

### 中学校学習指導要領 第4章 特別活動（一部抜粋）

#### 第2 内容

##### A 学級活動

(2) 個人及び社会の一員としての在り方、健康や安全に関すること。

イ 心身ともに健康で安全な生活態度や習慣の形成、性的な発達への適応、学校給食と望ましい食習慣の形成など

#### (ウ) 学校給食と望ましい食習慣の形成（一部抜粋）

学校給食は、栄養の偏りのない食事の摂取と食中毒の予防にかかわる衛生管理などを直接体験し、楽しい食事を通して心を豊かにし、好ましい人間関係を築いたり、共同作業を通して奉仕や協力・協調の精神を養うことを学ぶなど、食に関する指導の具体的な教材として活用することが大切である。

ここでは、そうした観点から、望ましい食習慣の形成、食事を通しての好ましい人間関係の育成などをねらいとして、日々の給食の時間における指導との関連を図りながら、心身の健全な発達に資するよう指導することが大切である。

（中学校学習指導要領解説 特別活動編）

## 4 給食の時間における食に関する指導の内容

小学校学習指導要領解説特別活動編では、「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」などを、中学校においては「楽しい食事、共同作業」などを例示していますが、食に関する指導の目標を達成するために、給食の時間における指導内容を整理すると次のようになります。

食に関する指導の目標と給食の時間における食に関する指導の内容との関係

食に関する指導の目標	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
給食の時間における食に関する指導の内容						
(1) 楽しく会食すること						
食事のマナーを身に付け、楽しく会食をすることができる。						
さまざまな人々との会食を通して人間関係を深める。						
(2) 健康によい食事のとり方						
食品の種類や働きが分かり、栄養のバランスのとれた食事のとり方が分かる。						
日常の食事の大切さが分かり、健康によい食事のとり方を身に付ける。						
(3) 食事と安全・衛生						
安全・衛生（手洗いなど）に留意した食事の準備や後片付けができる。						
協力して運搬や配膳が安全にできる。						
(4) 食事環境の整備						
食事にふさわしい環境を整え、ゆとりある落ち着いた雰囲気ですることが出来る。						
適切な食器具を利用して、献立にふさわしい盛り付けができる。						
(5) 食事と文化						
食文化や郷土食、行事食についての関心を深める。						
食料の生産、流通、消費について理解する。						
(6) 勤労と感謝						
みんなで協力して自主的に活動する。						
感謝の気持ちをもって食事をする。						

・・・食に関する指導の目標と関連し、給食指導を通して身に付けることができる項目

・・・食に関する指導の目標と関連する項目

「食に関する指導の手引」(平成19年3月 文部科学省)

### (1) 楽しく会食すること

食事のマナーを身に付け、楽しく会食をすることができる。

楽しく会食をすることができるよう、食器やはしのもち方、並べ方、食事の姿勢など、基本的なマナーを習得し、楽しい雰囲気の中で会食できるようにします。

さまざまな人々との会食を通して人間関係を深める。

学校給食の場は、社会の一員としての自覚を高めるための社交の場であり、子ども同士、子どもと教職員、親子、地域の人々などとの楽しい会食を通して、相手を思いやるなど豊かな人間関係を育てることができます。また、食事の場にふさわしい会食を通して、楽しい会食を工夫することができるようにします。

### (2) 健康によい食事のとり方

食品の種類や働きが分かり、栄養のバランスのとれた食事のとり方が分かる。

食品の種類や働きが分かり、栄養バランスのとれた食事のとり方が分かるようにします。例えば、小学校低学年では学校給食にでる食べ物の名前が分かり、食べ物に興味・関心をもつこと、中学年ではいろいろな料理の名前が分かり、健康のためには食事が大切であることが分かること、高学年では食品の三つの働きが分かり、バランスを考えて食事をとることができるようにします。中学校では、体の成長に必要なカルシウムや貧血の予防に役立つ鉄などの栄養素を毎日規則正しくとる必要があることを理解できるようにします。

日常の食事の大切さが分かり、健康によい食事のとり方を身に付ける。

学校給食の食事内容は、子どもの健康の保持増進と体位の向上のために、多様な食品を組み合わせた、栄養のバランスのとれた食事であり、子どもの食事の見本となるものとなっています。学校給食を通して、正しい食事の量や内容、望ましい食習慣、日常の食事の大切さが理解できるようにします。

偏った食べ方をせずバランスよく食べることやよくかんで食べることの大切さを理解し、食事と運動、休養などの関連を考え、自分の健康を考えて食事ができるようにします。例えば、小学校低学年では、好き嫌いしないで、よくかんで食べることの大切さが分かり、小学校高学年や中学校では、食事が体に及ぼす影響や食品をバランスよく組み合わせて食べることの大切さを理解し、自分の健康状態や将来の健康を考えて望ましい食習慣や生活習慣を身に付けることができるようにします。

### (3) 食事と安全・衛生

安全・衛生（手洗いなど）に留意した食事の準備や後片付けができる。

身支度や手洗いなど、また食事の準備や後片付けがきちんと清潔にできるようにするとともに、安全で衛生的な食品の選び方や食中毒予防にも目を向け、常に自分の健康に気を付けるようにします。

協力して運搬や配膳が安全にできる。

協力して準備や後片付けができる。

学校給食は、子どもが全校で協力して行う集団活動の場ともなり、低学年は高学年の

協力を得ながら、高学年や中学校では委員会活動などを通してお互いに協力し合って、活動ができるようになることが望めます。

また、各学級においてはクラス全員が協力して、食事の準備や後片付けができるようにします。

当番や係の仕事に責任をもち自主的に活動することができる。

例えば、小学校低学年では学校給食の当番活動や準備、後片付けが上手にできるようになること、高学年では一人一人が自主的に食事の準備や後片付けができ、思いやりや責任をもった活動ができるようにします。

#### (4) 食事環境の整備

食事にふさわしい環境を整え、ゆとりある落ち着いた雰囲気での食事ができる。

明るく和やかな食事の場づくりや、楽しく、ゆったりとした食事ができるように工夫することができるようにします。

また、毎日の給食の時間では、給食当番以外の子どもは、空気の入れ換えや教室のゴミ拾い、グループづくりなど教室の環境を整えてから手洗いをするなど、みんなで気持ちよく食事ができるようにします。

適切な食器具を利用して、献立にふさわしい盛り付けができる。

食事のとり方等を工夫し、献立にふさわしい衛生的な盛り付けができるようにします。献立に合わせた適切な食器具を利用することで、食文化の理解やよりよい食習慣を身に付けることができます。そのためには、はしやスプーン、茶わんや汁わんなどについても、多様なより質の高い食器具を使用することが望めます。

#### (5) 食事と文化

食文化や郷土食、行事食についての関心を深める。

伝統的な日本文化である稲作、米食について理解するとともに和食の食べ方を身に付けることは、食文化を継承する上で極めて大切です。

また、郷土食はその土地の気候や風土から生まれた産物や食材を使って、その土地独自の料理法で作られ、食べ継がれてきたものです。行事食は日本古来から行われてきた行事にちなんだ食べ物や料理です。郷土食や行事食について関心を深めることは、子どもや地域の人々が忘れかけている伝統的な料理を発掘し、伝承する役目も果たしています。

例えば、小学校の低学年では季節や行事にちなんだ料理があることを知り、高学年では特産物を理解し、日常の食事と関連付けて考えることや、食文化について理解を深めることができるようにします。

食料の生産、流通、消費について理解する。

例えば、小学校の低学年では、自分の住んでいる地域で収穫できる食べ物に関心をもつこと、高学年では食料の生産、流通、消費など食料事情等について理解することができるようにします。

## (6) 勤労と感謝

みんなで協力して自主的に活動する。

一人一人が自主的な態度で食事の準備や後片付けがきちんとできるようにすることや、当番や係活動を責任をもって活動することができるようにします。

感謝の気持ちをもって食事をする。

食事ができるまでの過程を知り、感謝することができる。

食事は、多くの人々が心を込めて作ったものであることを理解し、感謝の気持ちをもって食事できるようにします。例えば、小学校低学年では学校給食を作るために多くの人々が働いていることを知り、食べ物大切にすること、高学年、中学校では、学校給食や家庭での食事ができるまでの過程を知り、働く人々に感謝の気持ちをもつことや残さず食べようとすることができるようにします。

自然の恵みに感謝することができる。

自然の恵みや勤労の大切さを知り、感謝することができるようにします。

食事のあいさつができる。

「いただきます」「ごちそうさま」など食事のあいさつの意味を知り、感謝の気持ちを込めてあいさつができるようにします。

### 給食の時間における食に関する指導と給食指導

給食の時間における食に関する指導は、教科等で取り上げられた食品や学習したことを学校給食という生きた教材を通して確認させたり、日々の献立を通して、栄養や食品の産地等を学習させたりするなど、さまざまな角度から行います。

給食指導は、学校給食の準備から後片付けに至る一連の指導（正しい手洗い、配膳方法、食器の並べ方、はしの使い方、食事のマナーなど）として示すことが一般的で、食に関する指導の目標を達成するために、毎日の給食の時間に、学級担任が行う食に関する指導です。