

## 5 給食指導の内容

準備、会食、後片付けなどの一連の実践活動を通して毎日継続して行う給食指導は、子どもに正しい食事のとり方や望ましい食習慣を身に付けさせることができ、さらに準備や後片付けなどの共同作業を通して責任感や連帯感を養うとともに、学校給食に携わる人たちへの感謝の気持ちなど豊かな心をはぐくみ、好ましい人間関係を育てることができます。

指導に際しては、給食の時間の確保のために、授業がこの時間に食い込むことがないように努め、子どもがゆとりをもって会話を楽しみながら、食事を味わうことができるよう、計画的な指導に努めることが大切です。

### (1) 準備

クラス全員が協力し、衛生的に行うことができますようにします。

#### 給食当番

- ・ 帽子・三角巾、エプロン、マスクを付ける。
- ・ 手洗いをきちんとする。
- ・ 安全・衛生に気を付けて給食を運ぶ。
- ・ 床に直接、食器や食缶、パン箱などを置かない。
- ・ 配膳は衛生的に盛り付ける。
- ・ 配膳は1人分の量を把握する。(担任が、一人一人の子どもに合わせて量を加減することも大切である。)
- ・ 配膳は盛り残しに気を付ける。(盛り残しがそのまま残菜になることがある。)



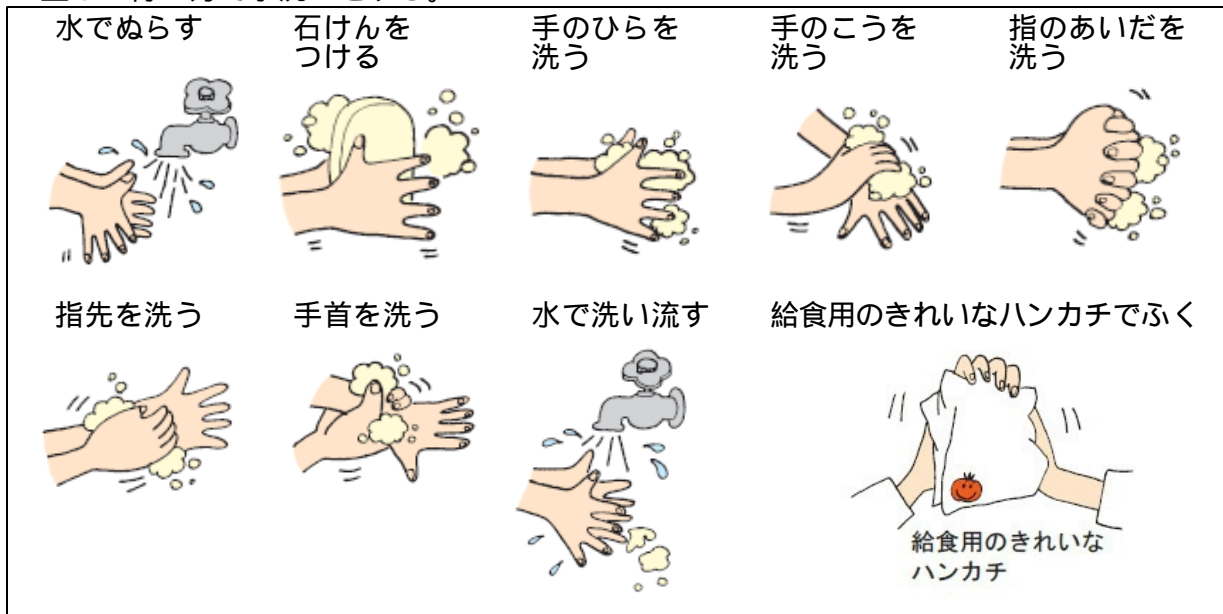
#### 給食当番以外の子ども

空気の入れ換えや教室のゴミ拾い、グループづくりなどの環境を整えてから、手を洗い、静かに待つ。



## 正しい手洗い

正しい行い方で手洗いをする。



## 正しい食器の並べ方

食器は主食・主菜・副菜などを正しく並べる。



## (2) 食事

- ・食事をするときには帽子・三角巾、エプロンをとる。
- ・1食分の給食がそろっていることを確認する。
- ・「いただきます」をする前に、献立の説明をする。(献立名や献立のねらいなど)
- ・教師も子どもと一緒に給食を食べながら、会話を楽しむ。
- ・おかわりは食べ終わってからすることが望ましい。(おかわり開始の時間を決めるのもよい。)



## 食事への感謝

あいさつの意味を知り、感謝の気持ちを込めてあいさつをする。



### いただきます

私たちは他の生き物の命をいただき、自分の命を養っています。食べ物を粗末にすること  
は、他の命を粗末にすることになります。いつも感謝の気持ちをこめて、食事の  
前に「いただきます」とあいさつをします。

### ごちそうさま

この言葉には「食事を作るために食材を育てたり、集めたり、料理をしたり、駆け回っ  
たりして下さりまして、ありがとうございました。」という意味が含まれています。食  
事の後には、感謝の気持ちをこめて「ごちそうさま」とあいさつをします。

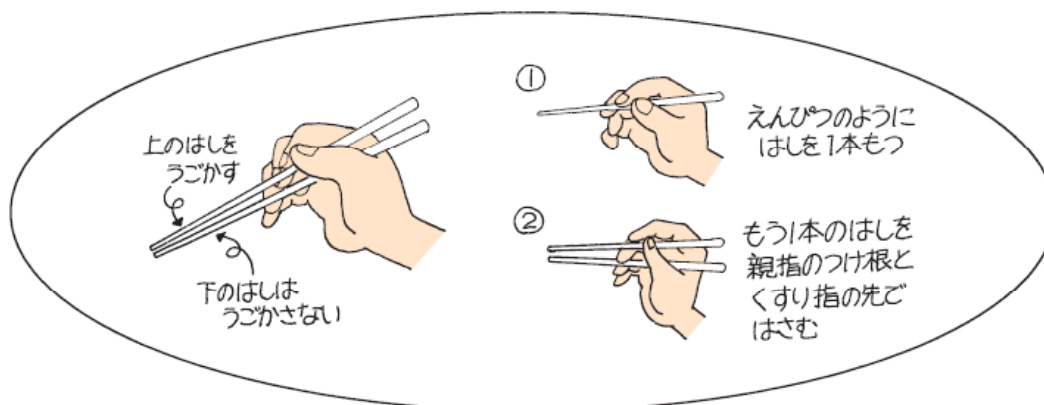
## 正しい食べ方

<p>よい姿勢で食べる。</p> <p>(効果) ・胃(お腹)が圧迫されず、食 べ物の消化がよくなる。</p>	<p>主食とおかずは交互に食べる。</p> <p>(効果) ・栄養素をバランスよくとること ができる。 ・主食とおかずのどちらもおいし く食べることができる。 ・主食とおかずを同時に食べ終え ることができる。</p>	<p>よくかんで食べる。</p> <p>(効果) ・消化吸収がよくなる。 ・あごの筋肉が発達して、歯並び がよくなる。 ・脳に刺激が伝わり、脳の働きが よくなる。 ・食べ過ぎを防ぐ。</p>
---	--	---

## 食事のマナー

<p>食器を正しく持って食べる。</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>・茶碗などは手に持って食べる。</li> <li>・指を食器の中に入れてたり、わしづかみにしたり、下側だけを持たないようにする。</li> <li>・皿の場合は手を軽く添える。</li> </ul>	<p>好き嫌いをしないで食べる。</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>・健康な体をつくるために一口でも食べてみる。</li> <li>・嫌いなものをはじめから取り除いたり、むやみに友達同士で給食のやり取りしたりしない。</li> </ul>	<p>口に食べ物を入れたまま話さない。</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>・食べ物が飛び散るなど、周りの人に不快感を与えるような食べ方をしない。</li> <li>・よくかんで食べる。</li> </ul>
<p>食べている途中で立ち歩かない。</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>・食事の時は、席を立てて遊んだり、友達とふざけたりしない。</li> <li>・自分が食べ終わっても、静かに自分の席で待つ。</li> </ul>	<p>食事にふさわしい会話をする。</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>・食事の時、きたない話、気持ちの悪くなる話などはさける。</li> <li>・大声を出すなど、人の迷惑にならないように気を付ける。</li> </ul>	<p>楽しい雰囲気の中で食事をする。</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>・なごやかで、楽しい雰囲気の中で食べるようにする。</li> </ul>

## 正しいはしの使い方



### (3) 後片付け

みんなで協力し、安全に能率的に行う。

- ・後片付けは「ごちそうさま」をしてから行う。
- ・食べ残したものは、入ってきた食缶等に戻す。
- ・食器の中には、食べた物の残りがついていないように気を付ける。
- ・こぼした物を片付け、汚れた時はふき取る。
- ・配膳台をきれいにする。



---

---

## 6 給食の時間の衛生管理

---

---

学校給食は、成長期にある子どもの心身の成長と健康を支える上で大切な役割を果たすものであり、バランスのとれた栄養豊かなおいしい食事であるとともに、何よりも安全で安心して食べることができるものでなければなりません。

このため、給食の時間は、クラス全員が協力し、安全に衛生的に準備・配膳・片付けができるように配慮した衛生管理が必要です。

(1) 教室は空気の入れ換えを行い、清潔な環境にする。

給食は様々な学習を行った後の教室で食べる場合が多いので、清潔な環境で食事ができるように次の点に留意することが大切です。

- ア 窓を開けて、教室の空気を入れ換える。(風雨の強い日は注意する)
- イ ゴミを拾って机のまわりを清潔にする。
- ウ テーブル(机)を台ふきんで拭き、清潔なしきもの等を敷く。

(2) 正しく手を洗う。

O157、サルモネラ、ノロウイルスを原因とした食中毒は少量の菌でも発症するので、本章28ページを参考にしながら発達段階に応じて指導し、子どもが正しい手洗いを行うことができるようすることが大切です。

(3) 給食当番及び配食を行う教職員の健康・身仕度の観察を行う。

教職員は、給食を介した感染症や食中毒の予防のために、給食当番の子どもや教職員自身の健康状態について、次の項目について確認することが大切です。

- ア 下痢をしている者はいないか。
- イ 発熱、腹痛、嘔吐の症状がある者はいないか。
- ウ 衛生的な服装をしているか。(帽子、エプロン、マスク等)
- エ 手洗いは完全か。
- オ 給食当番の子どもは手洗い後に、衛生的な身支度をしているか。

(4) 給食や食器などは衛生的に取り扱う。

食品の衛生的な取扱など、食中毒の予防のために必要な給食準備等を身に付けさせるために、次の点について指導することが大切です。

- ア 安全・衛生に気を付けて運ぶ。
- イ 床に直接、食器や食缶、パン箱などを置かない。
- ウ 常に清潔な手指で、配食用器具を使い、配膳を行うようにする。
- エ 配膳台の上は常に清潔にしておく。

(5) 衛生上の見知から、給食の残食は持ち帰らないようにする。

### 学校給食の検食及び管理

学校給食は、毎日必ず検食し、その記録を保存します。

給食するすべての食品について、毎日配食前に必ず検食し、異常のないことを確認します。

ア 学校給食調理場及び共同調理場の受配校において、あらかじめ責任者を決めて検食を行うこと。

イ 検食責任者が所要により不在、又は体調不良等の場合は、代替者が実施すること。

ウ 検食責任者は検食時には、次のことに注意して、その結果を記録・保存すること。

食品中に人体に有害と思われる異物の混入がないか。

調理過程において加熱・冷却が適切に行われているか。

食品の「異味」や「異臭」その他の異常がないか。

食器等の汚れがないか。

一食分として、分量が適切か。

味付けや、香り、色彩、形態などは適切か。また、子どもの嗜好との関係は適切か。

検食者の意見、検食を行った時間などを記入すること。

検食者は、検食であることを理解し、昼食1食分としての給食をすべて食することを優先するのではなく、各献立について上記の注意点を確認し検食すること。

#### < 検 食 簿 ( 例 ) >

平成 年 月 日 ( )	検食者氏名					検食時間	:
献立名							備考
色、形態、香り	良・不良	良・不良	良・不良	良・不良	良・不良	良・不良	
一食分の量	良・不良	良・不良	良・不良	良・不良	良・不良	良・不良	
温度(加熱・冷却)	良・不良	良・不良	良・不良	良・不良	良・不良	良・不良	
異味、異臭の有無	良・不良	良・不良	良・不良	良・不良	良・不良	良・不良	
異物混入の有無	良・不良	良・不良	良・不良	良・不良	良・不良	良・不良	
所見							

配膳室や牛乳保管庫はいつも清潔に安全に管理します。

配膳室は調理済み食品を清潔に安全に管理しておく場所であり、管理に当たっては次の点に留意します。

ア 配膳室は常に清潔に保つこと。

イ 配膳室は外部からの異物の侵入を防ぐため、廊下等と明確に区別されていること。また、その出入口には、原則として施錠設備を設けること。

ウ 牛乳保冷库は次に留意して、常に衛生的に保つこと。

棚、露受皿を取り出して、温湯と洗剤で洗浄し、乾燥させること。

庫内は、温湯と洗剤で拭いた後、よく水拭きして乾燥させること。

アルコールで拭き取り、消毒すること。

「改訂 学校給食衛生管理マニュアル」(平成18年3月 北海道教育委員会)から抜粋