

市町村名：種市町
学校名：種市町立中野小学校
担当者名：宮古 恭子

【給食を題材に様々な食育活動を行っている事例】

教科名等	特別活動、総合的な学習の時間 等																											
単元名等	食事と健康・生活習慣病予防																											
取組学年	全学年	取組時期	年間を通して	毎年実施の有無 有																								
取組内容	<p>毎日児童が口にする給食を具体的な教材として生かし、自分にとって適当な食事量や栄養のバランスを、「食べることによって体得させる」ことを学びの中心に位置づけた。給食献立を教材化して、給食時間は実際に「食べる」体験学習と考え指導している。子ども達の食べることへの関心や喜びを大切にしながら、食と健康の自己管理能力を育てたいと考える。</p> <p>(1) 元気をつくる食事についての理解 (掲示：あいことばでおぼえます)</p> <p>しっかりごはんはお父さん ごっくんおつゆはお母さん もりもりやさいおかずはお兄さん ぱくぱく小さなおかずはお姉さん ちょっとだけよごちそうぼうや</p> <p>主食(ごはん)・主菜(ごちそう) ・副菜(おつゆ・おかず) 献立を立てる目安(5本の指で確認) 一回の食事量(指の長さや太さで量を表現) 「多くなりがちの主菜・少なくなりがちの主食」の傾向からの生活習慣病の予防(指の長さや太さで量バランスを表現)</p>																											
	<p>(2) 食に関する指導を多面的に進める</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>領域等</th> <th>特別活動</th> <th>特別活動</th> <th>教科・総合的な学習の時間</th> <th>特別活動</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>指導場面</td> <td>昼食後の指導</td> <td>学級活動</td> <td>全学年</td> <td>児童会活動(委員会)6年</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>おやつはどれくらい?(ハーミー教室)</td> <td>そろっているかない? いろんな栄養</td> <td>収穫祭(4年生カボチャプリン作り)</td> <td>高学年がおいしく食べて見せます。</td> </tr> <tr> <td>その他</td> <td>20分間の歯科保健指導でおやつ勉強。</td> <td>おやつと健康・食事と健康・生活習慣病予防</td> <td>教科での学習の他に、各学年が鮭・椎茸・畑</td> <td>6年生が1年生と一緒に給食を食べる機</td> </tr> </tbody> </table>				領域等	特別活動	特別活動	教科・総合的な学習の時間	特別活動	指導場面	昼食後の指導	学級活動	全学年	児童会活動(委員会)6年							おやつはどれくらい?(ハーミー教室)	そろっているかない? いろんな栄養	収穫祭(4年生カボチャプリン作り)	高学年がおいしく食べて見せます。	その他	20分間の歯科保健指導でおやつ勉強。	おやつと健康・食事と健康・生活習慣病予防	教科での学習の他に、各学年が鮭・椎茸・畑
領域等	特別活動	特別活動	教科・総合的な学習の時間	特別活動																								
指導場面	昼食後の指導	学級活動	全学年	児童会活動(委員会)6年																								
																												
	おやつはどれくらい?(ハーミー教室)	そろっているかない? いろんな栄養	収穫祭(4年生カボチャプリン作り)	高学年がおいしく食べて見せます。																								
その他	20分間の歯科保健指導でおやつ勉強。	おやつと健康・食事と健康・生活習慣病予防	教科での学習の他に、各学年が鮭・椎茸・畑	6年生が1年生と一緒に給食を食べる機																								

		量・組み合わせ・甘味料調べなど生活に生きた工夫を中心に。	など。学習シートや養教とのT・Tなどで進める。	での野菜作りの体験を生かした学習をする。	会を持ち、手本となつて教える。
本取組を行っている理由	<p>給食の残量の多さが際立っていた。食べることへの消極性が見られ、「食べたいと思わない」「好きじゃない」と言う子も多く、おしゃべりをしながら、好きなものだけを食べて、後は手もつけずに残すという実態があった。また、帰宅してからの嗜好品の摂取も多く、肥満等の問題もあった。</p> <p>このため、食育でめざす健康づくりとして「楽しくたくましく食べる」ことを位置づけた。食事と健康の学習を給食を食べることによって体得していくことで、自己管理能力を育てたいと考えた。</p>				