

改訂版

# 学校における食育推進計画



平成23年4月  
横浜市教育委員会

# 目次

## 第1章 推進計画改定の基本的な考え方

1 趣旨	1
2 計画の位置づけ	2
3 計画期間	3
4 計画の効果的な推進	3
5 計画の進行管理と評価	3

## 第2章 学校における食育推進のための基本方針

1 食育の基本理念	4
2 食育の目標	5
3 目標達成状況を評価するための指標	5

## 第3章 基本施策の展開

1 今後の食育推進に向けて	7
(1) 現状と課題	7
(2) これからの基本方向	9
(3) 今後の展開、主な取組	9
2 学校給食・学校昼食の充実	10
(1) 学校給食における献立内容の充実	10
(2) 「生きた教材」としての学習への活用	11
(3) 個に応じた対応	12
(4) 中学校・高等学校での昼食の充実	17
3 家庭・地域との連携	20
(1) 望ましい生活習慣のための普及啓発活動	20
(2) 地域やJA等の地域生産団体と協力した地産地消の推進	21

## 第4章 新たな時代の食育推進へ

22

## 資料

23

# 第1章 推進計画改定の基本的な考え方

## 1 趣旨

平成17年7月に施行された「食育基本法」を受け、「食育推進基本計画」(H.18.3.)では、「子どもの健全な育成のため、あらゆる機会とあらゆる場所を利用して、積極的に食育の推進に努めること」としてきました。学校給食法においては、その目的に「食育の推進」を新たに明記するなど、給食での食育の法的位置づけを明確にしてきました。

一方、横浜市教育委員会では、「教育のまち・横浜」の実現を目指す10年構想として、平成18年10月に「横浜教育ビジョン」を策定しました。その中で「幅広い知識と教養」「豊かな情操と道徳心」「健やかな体」という「三つの基本(知・徳・体)」と、「公共心と社会参画意識」「国際社会に寄与する開かれた心」という「2つの横浜らしさ(公・開)」を最も大切に、「横浜の子ども」を育てていくことを目指してきました。

「横浜教育ビジョン」の後期5か年(平成22~26年度)の計画である「横浜市教育振興基本計画」においても、「重点施策4 健やかな体の育成」の中に「健康で安全な生活習慣の確立に向けて、食育の推進など、健康教育を充実していくことが求められています。」と記されており、学校における食育の積極的な実践、充実が期待されています。

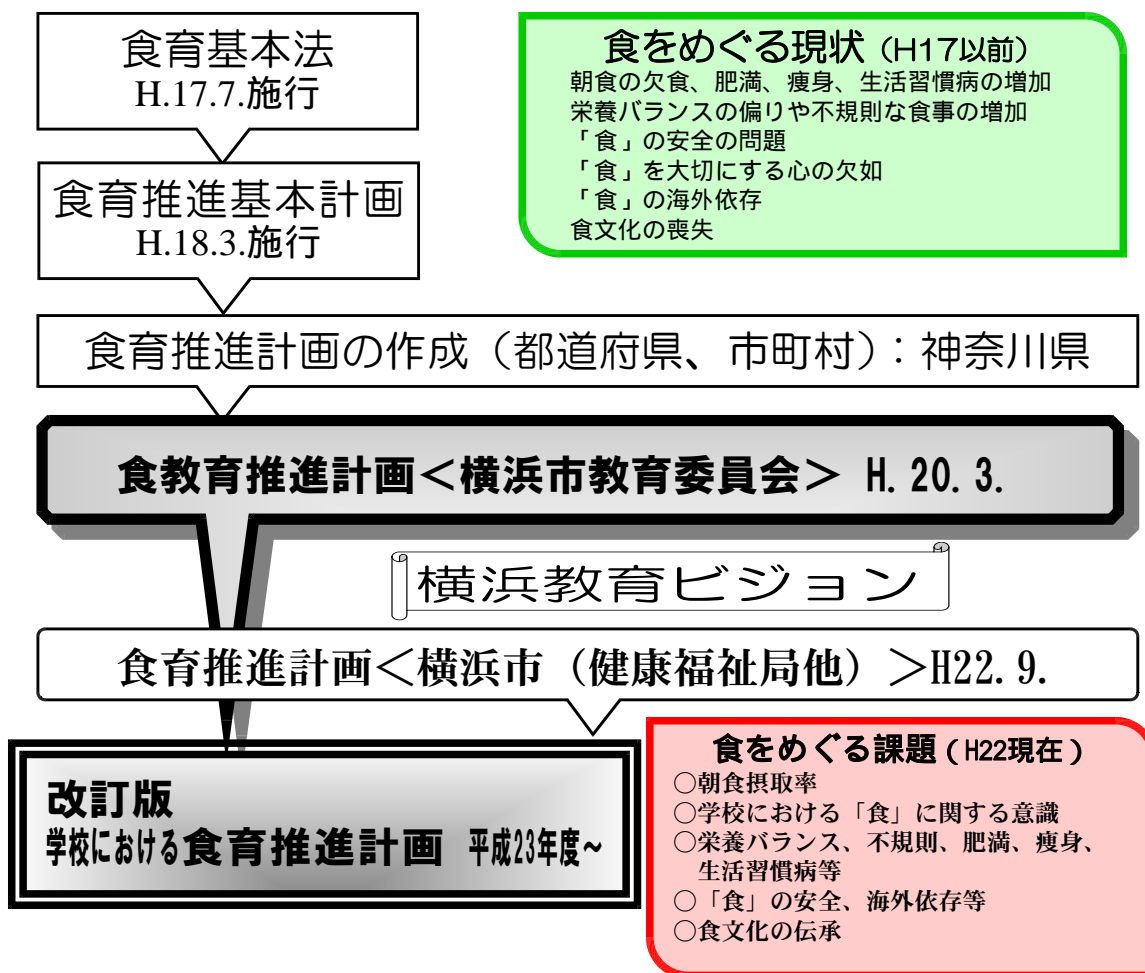
前版の「食教育推進計画」は平成18年度からの5か年計画を示し、子どもの食の実態を把握するとともに、食育の実践例を紹介しながら、各学校における「食育の全体計画」作成の指針として作成されました。この推進計画に基づき、平成22年3月までに、全ての市立小・中・高等・特別支援学校に学校ごとの「食育の全体計画」が位置づけられ、平成22年度から、全校で食育の取組が進められています。

平成20年3月に告示された学習指導要領総則には、「学校における食育の推進」が明記され、関連教科等における指導はもちろん、学校教育全体を通して指導する内容の一つとして位置づけられました。さらに、平成22年9月には、横浜市全体の「横浜市食育推進計画」が策定され、学校における食育の役割も、その中に位置づけられました。今後は、学校教育における学びの連続のみならず、関連諸機関との連携を図りながら、よりグローバルな視点で学校における食育を進めていく必要があります。

「食教育推進計画」5年間の成果を踏まえ、さらに「横浜市食育推進計画」を受けて今後の「学校における食育」を進めていくためにも、平成27年度までの中期計画と目標設定を見直し、指針を示す必要があります。「食育の全体計画」に基づき、本格的に食育をスタートさせようとする各学校にとって、この改訂版推進計画がサポートツールとして機能してくれることを願っています。



## 2 計画の位置づけ



これまでの取組で、児童生徒をはじめ、保護者、教職員の「食」に対する意識は確実に変わってきました。子どもの生活習慣を見直し、よりよい学習環境を整えることはもちろん、運動系部活動におけるパフォーマンス向上のために、「食」を見直す試みも確実に増えてきています。また、食に関係する企業、団体が「食育」に関わろうとする動き（出前授業等の教育サポート等）も年々増加し、社会としての意識の高まりも感じられます。

現実に年々、朝食の摂取率が上がり、平成21年度には小学校で95%（H18比1%増）、中学校では90%（H18比4%増）と、当初の課題も少しずつ改善されてきています。

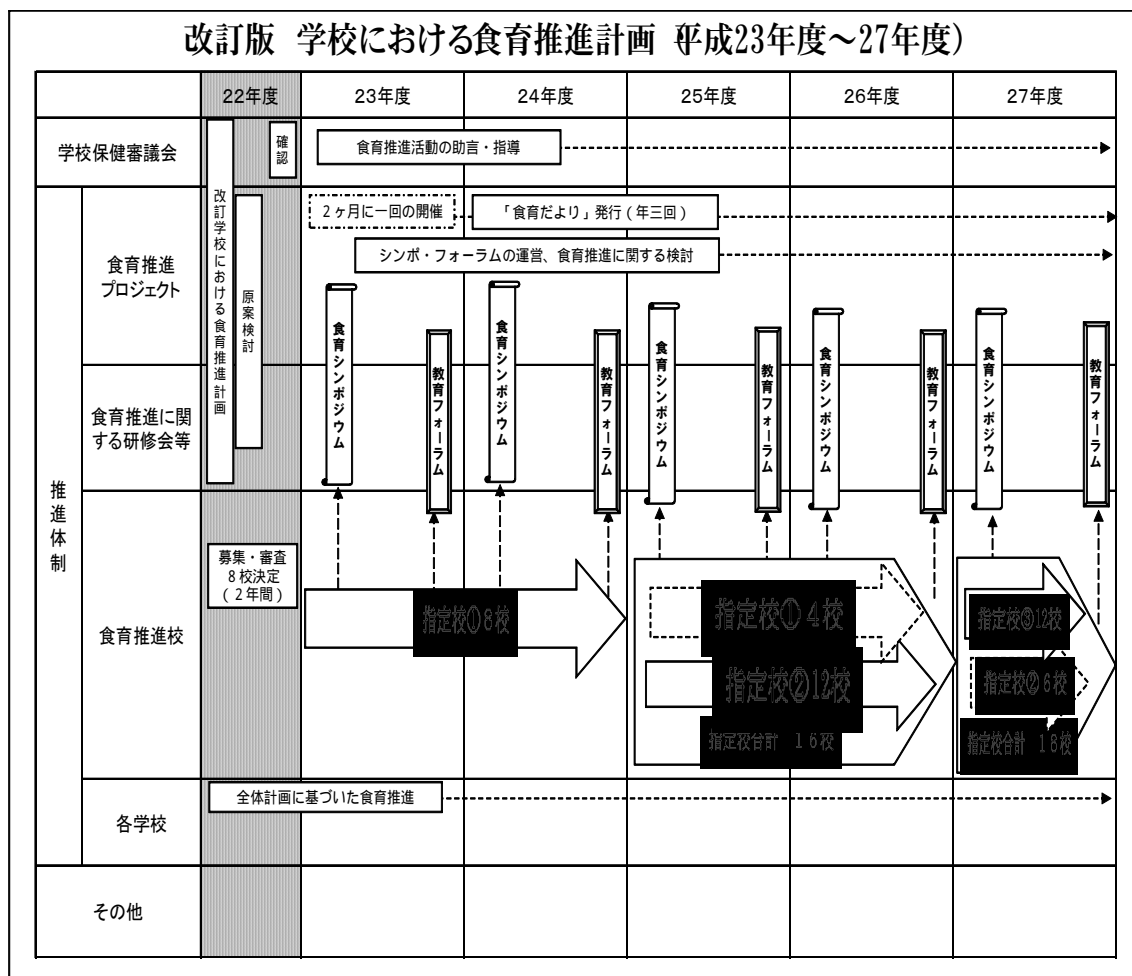
しかし、肥満や痩身、生活習慣病の増加、「食」の安全、「食」を大切にする心の問題など、5年経った今も課題として残る問題も少なくありません。

横浜市立の小・中・高・特別支援学校では、平成21年までに全ての学校で「食育の全体計画」が作成されました。「食」に関する指導を進めていく準備が整ったわけです。平成22年9月の「横浜市食育推進計画」は、学校だけでなく、市内各関係諸機関との連携も展望できるものになっています。

こうした社会的背景も踏まえ、学校における食育が、今後さらに充実したものになるよう、指針としての「改訂版 学校における食育推進計画」を策定しました。

### 3 計画期間

この計画の推進期間は、「横浜市食育推進計画」に基づき、平成23年度から平成27年度までとします。



### 4 計画の効果的な推進

各学校の計画に則り、より効果的に児童生徒が豊かな心と健やかな体を育ていけるよう、家庭・地域との連携を密にするとともに、健康福祉局、環境創造局、経済局（中央卸売市場等）をはじめとする他部局との連携や関係機関・団体等とのネットワークの構築を進め、より体験的活動を取り入れた、学校支援を図ります。

### 5 計画の進行管理と評価

本計画をより実効性のあるものとするために、計画の達成状況については、学校におけるアンケート調査や関連する各計画の評価指標等で適切に把握します。また、その状況を「横浜市学校保健審議会」において定期的に検証、評価し、その結果を踏まえ、さらに効果的な食育の推進を図ります。

## 第2章 学校における食育推進のための基本方針

### 1 食育の基本理念

横浜市では、平成15年11月に「横浜市望ましい学校給食のあり方検討委員会」を設置し、食に関する指導の基本的な考え方等を検討してきました。その報告書の中では、「食教育」について次のように定義しています。

「食教育」を

(食)：食の知識、食体験、望ましい食習慣、食の楽しさ、食事のマナーなどを

(教)：学校活動を通じて指導し、

(育)：子どもたちの健康な育ちを支援すること

と整理した上で、横浜市における食教育の目標を以下のように設定しました。

- ◆学校での活動を通じて、食の大切さを知り、食の自己管理ができる子どもを育てます。また、子ども一人ひとりに必要な支援を行います。
- ◆子どもを通じて、あるいは直接働きかけて、豊かな食体験を提供できるよう家庭・地域との連携を図ります。

第1章でも示したように、この報告書から時は流れ、平成17年の食育基本法施行をはじめ、「食育」に関する国や自治体の施策も年々進んできました。本市教育委員会では、これらに先駆け、いずれ食育推進計画を作成するであろう自治体との関連も踏まえながら、「学校における食に関する指導（教育）」を「食教育」と呼んできました。しかし、平成20年に告示された学習指導要領に「食育」という言葉が明記され、また平成22年9月には横浜市の施策として、「横浜市食育推進計画」が策定されました。これを受け、「食教育」も横浜市の推進する食育と目的を分かちものでないことから、「学校における食育」という学習指導要領に準じた呼び方にしたいと考えました。したがって本計画では、「食教育」の考え方を生かして、今後の「学校における食育」を推進していきます。



## 2 食育の目標

これまで推進されてきた「食育の基本理念」を受け、横浜市教育振興基本計画に示されている“横浜の子ども”の姿の具現化を図ります。そのため、重点施策の一つである「健やかな体の育成」に焦点を当て、「食育の推進などによる健康な体づくり」を具現化するために、平成22年3月に改訂された「食に関する指導の手引き―第一次改訂版―」（文部科学省）を受け、次の目標を継続し、各学校に周知徹底します。

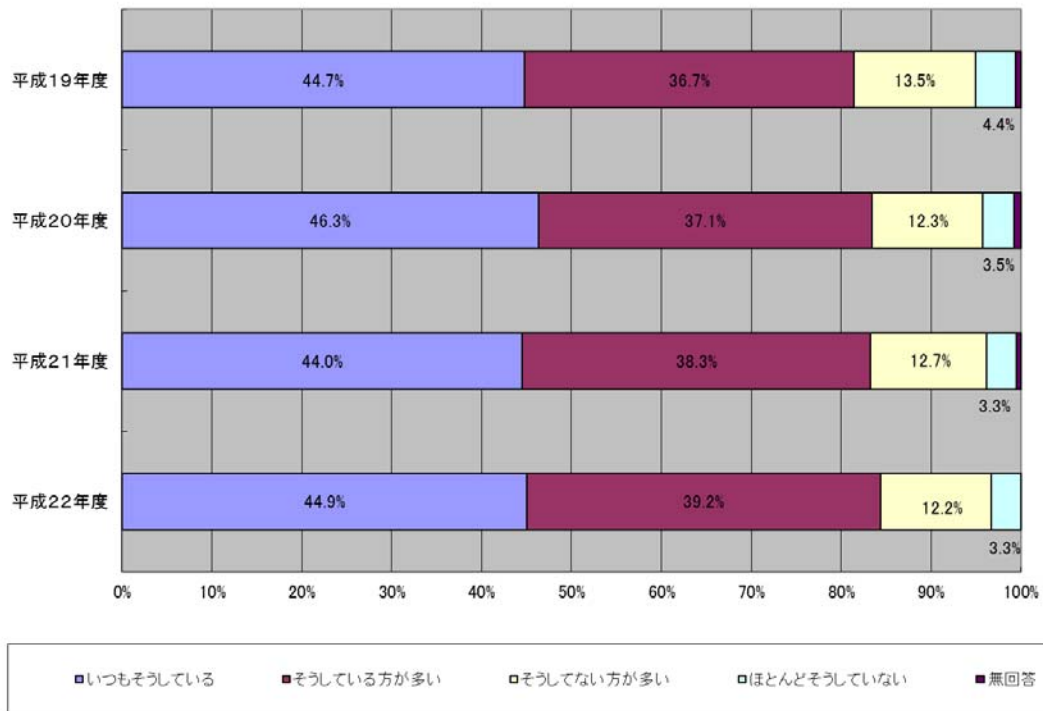
- (1) 食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。〈食の重要性〉
- (2) 心身の成長や健康の保持増進の上で望ましい栄養や食事のとり方を理解し、自ら管理していく能力を身に付ける。〈心身の健康〉
- (3) 正しい知識・情報に基づいて、食品の品質及び安全性等について自ら判断できる能力を身に付ける。〈食品を選択する能力〉
- (4) 食物を大事にし、食物の生産等にかかわる人々へ感謝する心をもつ。  
〈感謝の心〉
- (5) 食事のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を身に付ける。〈社会性〉
- (6) 各地域の産物、食文化や食にかかわる歴史等を理解し、尊重する心をもつ。  
〈食文化〉

## 3 目標達成状況を評価するための指標

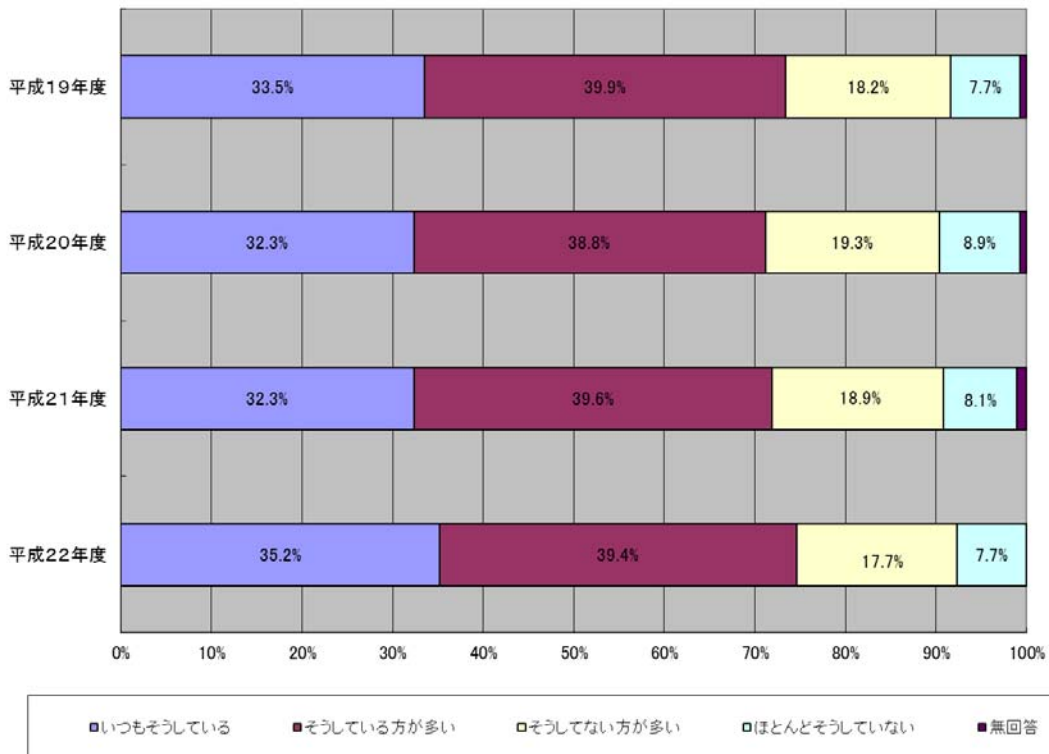
- (1) 食に関心をもち、進んで実践している児童生徒の割合  
平成27年度までに小学校90%、中学校は80%にします。  
※実態調査の結果から設定（平成21年度は、小学校で83%、中学校で72%）
- (2) 学校給食における地場産物の使用率  
平成27年度までに20%にします。（平成21年度 15.3%）
- (3) 朝食を欠食している児童生徒の割合  
朝食の欠食率（習慣的に食べていない子の割合）を、平成27年度までに、3%未満にします。（平成21年度 小・中学校計5.3%）
- (4) 食育推進校の設置  
平成27年度までに18校を指定し、各校の取組を順次紹介していきます。

※食育の目標の6観点について、それぞれ①関心・意欲、知識・理解に関する項目と②態度に関する項目を設定し、合計12の項目でアンケート調査を実施しています。その12項目の中で「概ね到達」（いつも～している、～している方が多い等）している児童生徒の割合の平均値を「食に関心をもち、進んで実践している児童生徒の割合」として設定しました。

食育目標に対する調査(小5)平均値



食育目標に対する調査(中2)平均値





## 第3章 基本的施策の展開

### 1 今後の食育推進に向けて

#### (1) 現状と課題

平成22年度までの取組で、子どもたちの食生活は、徐々に改善傾向が見られるようになってきました。特に知識をベースにした「食の重要性」や「朝食の摂取状況」、「食の安全・衛生」に関しては、意識の向上傾向が見られます。一方で、「栄養に関する知識」や「感謝の心」「食事のマナー」等については、取組の成果がまだ現れていない現状があります。

学力向上、体力向上が重点施策として展開されるこれからにおいて、朝食の摂取をはじめとする食生活の充実は、そのベースとして重要視される問題です。また肥満傾向児や痩身傾向児の課題についても、「食」が大きな役割を担うことは言うまでもありません。

「食育の全体計画」を各校で策定し、こうした課題に対する対策の準備が整いました。今後は、各校の実態に応じた実践を通して、具体的な成果を目指していく5年間になります。そのためにも、学校レベルの実態把握から、各学校の課題に応じた取組が求められてきます。

学校給食の実態を見ていくと、「食教育推進計画（H20.3.）」を基に指導を進めてきた結果、平成17年度に10～12%だった「白飯」「パン」「豆類」「野菜」の残食率が、平成21年度には7～10%と減ってきました。しかし、「肉類」「麺類」「芋類」の残食率4～5%に比べると高い実態があるので、引き続き指導が必要です。



地場産物の使用割合は、学校給食会がJAと協力し、市内産の大根・こまつな・白菜等を基準献立に取り入れ、15.3%まで増やすことができました。地場産使用割合20%を目指して、今後も取組を進めていきます。

食物アレルギーのある児童は増加傾向にあり、対応も複雑化してきています。各学校で除去食など個に応じた対応ができるように「アレルギー疾患の児童生徒への対応マニュアル」を作成しており、今後より一層の食育の工夫と個に応じた対応が求められます。

中学校の昼食では、家庭からの弁当を基本としていますが、その弁当に対して大方の生徒は満足している状況がうかがえます。学校で業者が販売する弁当については、プラスの評価が多い反面、栄養のバランスが課題になっています。（平成18年中学校昼食に関する調査より）

近年では、生徒や保護者の昼食に対する関心も高まっており、学校保健委員会などの活動を中心に、生徒自身が自分たちの「食」を見直す取組や、PTAの家庭教育学級等の、弁当づくりに関する取組も増えてきています。

高等学校では、全員が共通して「食」と向かい合う場面が少なく、「食」に関する学びの機会をいかに作るかが課題ですが、教室掲示用の「食育カレンダー」（全中学校・高校に配布）の活用など、生徒が共有できる教材の提供などで、そうした機会をつくる試みが進められています。



このような現状を踏まえ、「横浜市教育振興基本計画」の重点施策である「食育の推進などによる健康な体づくり」を目指すために、より一層、学校における食育の充実を図る必要があります。

小学校や特別支援学校では学校給食が実施され、「給食を生きた教材」として栄養教諭、学校栄養職員を中心に、食育の充実を図っています。しかしながら、学校栄養職員未配置の小学校や中学校、高等学校では、食育担当者が中心となって食育を推進しています。これまで家庭との協力や組織の確立、「食」を学ぶ機会の確保などに取り組んできましたが、まだ解決しなければならない課題は山積しています。そこで今後、学校における食育を推進していく上での課題を次のようにまとめました。

#### 【課題】

- 各学校では、子どもたちの健康の保持・増進のために、各学校の実態に即した食育を推進していく必要があります。
- これまで取り組んで来た実践をさらに発展させ、食育の目標に準拠した指導と評価を充実させていく必要があります。特に「心身の健康」や「感謝の心」「社会性」等については、さらなる指導の工夫が求められます。
- 小学校や特別支援学校では、栄養教諭・学校栄養職員、食育担当者が中心となって、学校給食を生かし、食育の充実を図るとともに、教職員が一体となって、学校教育活動全体を通して食育を進めていく必要があります。
- 中学校や高等学校では、食育担当者を中心に組織、体制を明確にし、地域・保護者・関係諸機関と連携して、学校の実態に応じた食育を工夫していく必要があります。
- 横浜市が行う食育の普及を図るため、家庭や地域、関係諸機関と連携していく必要があります。

## (2) これからの基本方向

「横浜市教育振興基本計画」の重点施策である「食育の推進などによる健康な体づくり」に向けて、学校における食育の充実を図り、全横浜市立学校で、健やかな体づくりに自らが関心をもち、健康や食生活等にかかわる能力を総合的に育成できるよう、各学校の実態に即した食育を展開していきます。また、イベントの開催や情報提供などで、家庭や地域への普及啓発活動を行うことにより、児童生徒の生活改善に取り組むとともに、様々な関係諸機関と連携し、家庭や地域の力（人材・資源）を生かした取組を進めます。

## (3) 今後の展開、主な取組

### ○各学校における取組の充実

横浜市全体の課題（前頁）を受け、各学校ごとに子どもの現状を把握し、独自の課題を分析し、食育担当者を中心に教職員が一体となって、「食育の全体計画」に則った食育を推進していく。

- ・食育実践推進校の設置（目標：平成27年度までに18校） ※
- ・「食育の全体計画」の充実（実践に基づく見直しと改善）
- ・横浜マリノス、中央卸売市場、をはじめとする関係諸機関と連携した食育授業
- ・中学校・高等学校における食育推進のためのネットワークづくり  
→栄養教諭・学校栄養職員、健康福祉局（各区福祉保健センター）等との連携

### ○学校給食・学校昼食の充実

- ・学校給食の献立内容の充実、「生きた教材」としての教科学習への活用、食物アレルギー等への対応
- ・中学校や高等学校における昼食の充実

### ○「食の安全」に関する指導の充実

- ・指導要領に示されている、安全・衛生管理に関する指導を充実させる。
- ・給食指導、昼食指導をはじめとし、食育の全体計画の中に位置づけながら、計画的に食中毒予防、食の安全に関する知識、実践に関する指導を充実させる。

### ○家庭・地域との連携

- ・望ましい生活習慣のための普及啓発活動
- ・地域やJA、漁協等の地域生産団体と協力した地場産物活用の推進

### ○食育の啓発

- ・「食育シンポジウム」「横浜教育実践フォーラム」等の開催

### 食育実践推進校（指定計画はP.3参照）

<目的> 学校の実態に応じた食育実践を進め、各校のモデル的役割を果たす。

<内容> ・各学校の実態把握、推進課題の明確化  
・推進組織、体制づくり ・地域、保護者、関係諸機関との連携

\*実践の成果、実践から見えてきた課題の公表

食育シンポジウム、横浜市教育実践フォーラムのいずれかで提案

<支援> 研究補助費の支給

講師謝金、教材購入、リーフレット作成等、学校の実践推進に応じて活用

## 2 学校給食・学校昼食の充実

### (1) 学校給食における献立内容の充実

学校給食は、児童生徒が栄養バランスのとれた食事内容や食についての衛生管理など、体験を通して学ぶ、優れた食育の場です。また、その献立は地場産物を活用したり、地域にちなんだ料理や行事食を提供したりすることにより、地域の特性や食文化に対する理解を深め、関心を高める上での重要な役割を果たします。

学校給食では、食育の場としてより効果的な役目が果たせるように、基準献立作成に当たって、次のようなことに留意しています。

#### 【基準献立作成の留意点】 (平成23年度献立作成方針 横浜市教育委員会より抜粋)

- 1 栄養のバランスがとれており、6年間を通じて楽しみや期待がもてる献立であること  
栄養バランスが良い給食献立であるとともに、児童の嗜好、横浜らしさ、日本の食文化・伝統食等を取り入れるように工夫しています。
- 2 食育の教材となる献立であり、学校や地域の特色を活かした献立であること  
児童生徒が季節に合せた豊かな食の体験ができるよう、旬の食品の使用に努めています。また、可能な限り横浜市内産、神奈川県内産の食品を取り入れています。
- 3 自己の健康管理や望ましい食習慣の育成等の面から幅広い視点に立った献立であること  
献立には、月ごとや日々にならぬことがあります。それらを毎日積み重ねることにより、食を通して生涯にわたり健康的な生活をおくることのできる児童生徒を育てたいと考えています。  
更に、給食献立の内容と教科、特別活動、総合的な活動の時間等の学習を意図的、計画的に関連付けることで、児童生徒の関心や意欲を高めることも考慮しています。
- 4 日本型食生活の良さを伝える献立であること  
日本型食生活の良さを見直し、過剰に取りがちな脂肪の摂取量を抑え、不足しがちな食物繊維を確保できるよう献立内容を配慮しています。

また、学校独自献立の実施により各学校の特徴や教育計画、食育推進計画を給食献立に反映することは、学校における食育を効果的にします。さらに、地場産物を給食食材に活用することにより、食材を教材化しやすくするとともに、地産地消の取組も積極的に進めていきます。(★「市立小学校の学校給食において、市・県内産物を使用する割合」15.3% → 20.0%の実現に向けて)

独自献立作成にあたっては、次のようなことを考慮して計画しています。

#### 【独自献立作成の留意点】 (平成23年度献立作成方針 横浜市教育委員会より抜粋)

近隣農家、農協、地元商店街等の協力を得て、市・県内産物を積極的に使用した献立  
教科等の学習内容や国際理解と関連した献立  
学校行事に関連した献立  
セレクトやバイキングにより、自己管理能力を身につけることを目的とした献立

## (2)「生きた教材」としての学習への活用

学校給食の教材としての価値は、これまでの実践からも、高い評価を受けています。

何よりも、子どもたちの身近なものであり、関心をもちやすいものであるとともに、全員が体験している共通教材としての意義が高く、生活経験の差が及ぼす影響が少ないこと。また、継続的に見ていくことができ、比較対照しながら 総合的に考えをまとめる上でも、大変優れた教材であると言えます。

各教科、特別活動、総合的な学習の時間において、学習の目的に応じた利用を進めていくとともに、基準献立計画を参考にしながら、学習を意図的、計画的に構想することができます。そうした意味でも、全職員が改めて基準献立や「食育の全体計画」を共通理解し、計画的に学習を位置づけ、家庭や地域、関係諸機関と連携しながら進めていくことが、より効果的な指導につながります。

給食を生きた教材として活用するために、献立は栄養バランスのとれた食事内容や旬・食文化・地域の特性を学ぶ場として、計画的に作成(基準献立計画)されています。また、その献立に関して伝えたいこと(ねらいや内容)を日々児童に情報として発信していくために、横浜市では基準献立に沿った給食時のたより(パクパクだより)を栄養教諭・学校栄養職員が作成し、全市で給食時間に活用できるようにしています。資料の作成に当たっては、文章以外にもクイズ・カット・写真・グラフ・チェック欄などを用いてクラスで教材として効果的に活用できるよう工夫をしています。

パクパクだよりを教材としての活用するに当たっては、担任がクラスの実態に合わせて説明を加えたり、日直がクラス全員に読み聞かせた後、文面から自作のクイズを作って確認するなどという方法もあります。また、授業内容に合わせて一人ひとりに配付するという方法もあります。

さらに、全校的な活用方法としては、給食時のたよりを放送で流したり、校内や給食室に掲示して、児童に関心をもたせるようにすることも考えられます。また、珍しい食材(冬瓜など)や採れたての食材(たけのこ・葉付だいこんなど)が手に入った場合は、いろいろな感覚を使って見たり触ったりできるよう展示コーナーを設置することも効果的です。

こうした日々の実践により、給食が児童にとって生きた教材となり、一人ひとりの食生活の改善に役立っていくと考えられます。

家庭科、体育科保健領域などの教科では、給食の献立を共通教材とすることで心身の健康(五大栄養素・食事の栄養のバランス)や食事の重要性に関して学ぶことができます。生活科、総合的な学習の時間、特別活動においては、給食の食材や生産者との関係を知ることによって、好き嫌いなく食べようとする気持ちや食べ物への感謝の気持ち、環境に対する積極的な態度、社会性(食事のマナー・衛生管理)などを育む場にもなります。



### (3) 個に応じた対応

児童生徒の体格や活動量、健康状態はさまざまであり、学校給食・学校昼食の指導は、集団を基本にしなが一人ひとりの児童生徒の特性を考慮し、その指導が画一的なものにならないよう配慮する必要があります。例えば、食事の量、食べる速度、嗜好などについて個別に把握し、保護者の理解と協力を求めます。そして学校長の指導のもと、学級担任・栄養教諭・学校栄養職員・養護教諭が連携協力を図りながら、指導の必要がある場合には、少しずつ、根気よく改善にむけた対応や指導を行うことが必要です。

特に、食物アレルギー、肥満傾向、痩身願望、疾病等による食事制限など、専門的立場から個別的な指導を必要とする場合には、学級担任・栄養教諭・学校栄養職員・養護教諭・学校医・担当医・保護者などの連携のもと、一人ひとりの食生活の実態を把握した上で個に応じた対応や指導を行うことが大切です。

#### ア 個に応じた対応の基本的な考え方

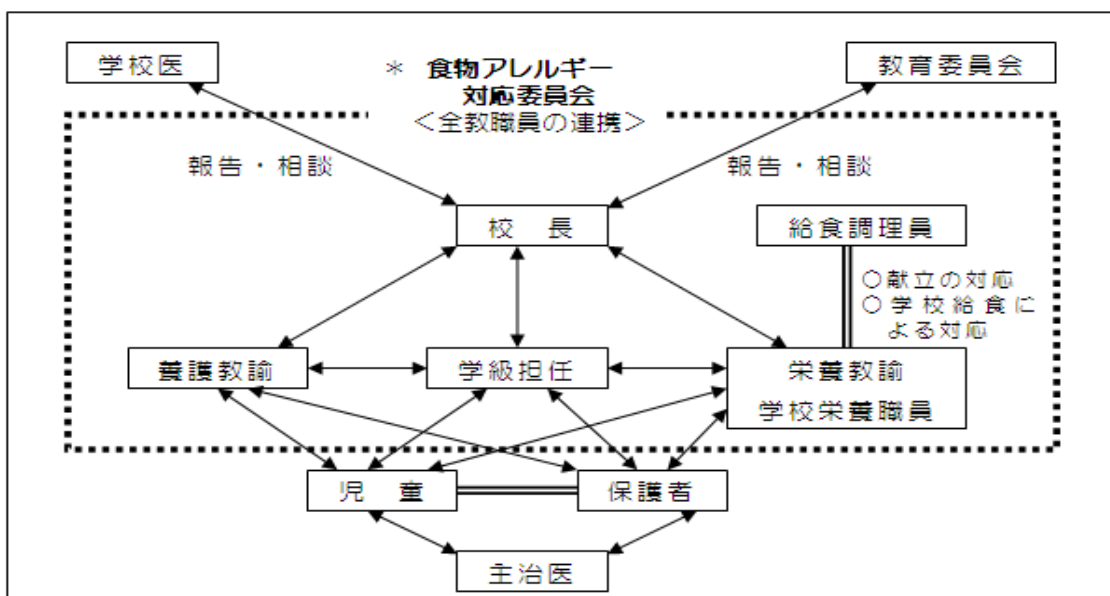
学校給食や学校昼食においての個に応じた対応は、対象となる個人の身体状況、栄養状態や食生活などを総合的に評価・判定し、家庭や地域の背景、児童生徒の食に関する知識・理解度などを考慮し、児童生徒に適した指導をすることが大切です。

#### イ 校内体制

学校内においては、指導体制を整備して情報を共有し、共通認識のもとに保護者や学校医等と連携をはかり適切に対応されることが望まれます。児童生徒一人ひとりが望ましい食習慣を身につけ、自らの健康管理ができるように個別の事情に応じた対応や相談指導を行うことが大切です。

#### 【小学校における食物アレルギー対応委員会と緊急時の連絡体制の例】

\*この例を参考に、小学校、特別支援校では食物アレルギー以外の個別対応、中学校、高等学校では、個別対応全般の体制作りをします。

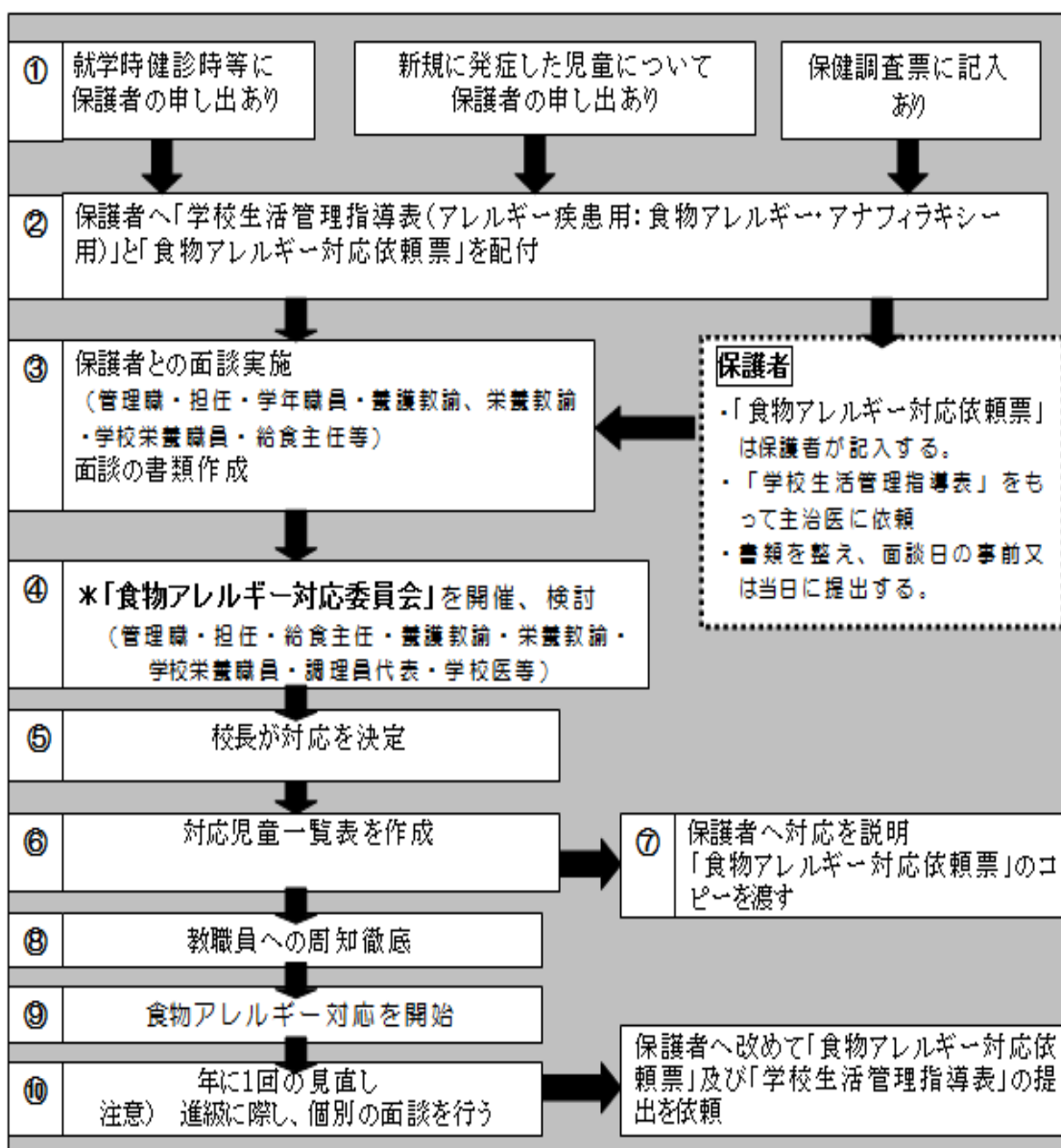


ウ 想定される個に応じた対応例

- (ア) 食物アレルギーや疾病により食事の制限のある児童生徒に対し、原因物質を除いた学校給食の提供や不足する栄養素を補給する食品についての助言を行います。
- (イ) 肥満傾向のある児童生徒に対し、適度の運動とバランスのとれた栄養摂取の必要性について理解を図り、肥満解消にむけた指導を行います。
- (ウ) 痩身願望の強い児童生徒に対し、痩せることでの健康への影響を理解させ、無理な痩身をしないよう指導を行います。
- (エ) 社会体育などスポーツをする児童や部活動を行う生徒に対し、必要なエネルギーや栄養素の摂取等について助言を行います。

エ 具体的な対応例

(ア) 食物アレルギーに対する対応【イメージ】



## 【食物アレルギーに対する教科や学校行事での対応】

アレルギー疾患の児童生徒への対応マニュアル(仮称) 平成23年度 横浜市教育委員会 より抜粋

### 1 校内における教育活動

- (2) 家庭科、技術・家庭科、総合的な学習、特別活動、課外活動等  
調理実習等、食材を使う活動の場合、学級担任・教科担任等は、材料を保護者に伝え、アレルギーとなる食品が含まれていないかを確認します。(「加工食品」に含まれるアレルギー物質の表示にも注意し、別メニューにする等配慮)  
【食物アレルギー】
- (3) 体育・保健体育  
食物依存性運動誘発性アナフィラキシーの子どもの場合は、原因物質を食べた後、運動は避けるようにします。【食物アレルギー】

### 2 校外学習・宿泊を伴う行事

旅行業者や保護者からの情報をもとに、どの場面でどのような対応・配慮を行うかを確認しておきます。

宿泊先や昼食場所等での食事内容、体験学習の内容(そば打ち)等について事前に確認し、担任は保護者に伝え、対応が必要な場合は、関係職員は保護者と相談します。

弁当や菓子類の友だち同士でのやりとり等に注意し、おやつや飲み物・自由行動での食事内容にも注意します。【食物アレルギー】

羽毛やそば枕等は事前に交換を依頼します。【気管支ぜん息、食物アレルギー】

症状が出たときの対応、通常使用している薬の使用状況等を保護者と連絡を取り確認します。

薬は本人が持参し、原則として、本人が自分で使用できるようにしておきます。

緊急時の連絡体制、対応、搬送先(宿泊先周辺の適切な医療機関)などについて保護者と確認し、教職員間で共通理解を図ります。

### 3 食物アレルギー児童生徒への自己管理に関する指導

食物アレルギーの発症を防ぐには、原因となる食品を避けることです。間違えて食べることがないように、子ども自らが、表示の見方を覚えて、自分で避ける事が大切です。

そのために保護者は、病院での受診時に子どもの病状・検査結果等を聞き、自分の子どもの理解度に合わせた話し方で伝えることが必要です。

- (1) 自分自身で食品表示を確認する。  
学校に通い始めると行動範囲が広がります。食物アレルギーの発症を防ぐために自己管理が必要になってきます。その一つの方法として、容器包装された食品に関しては、アレルギーを起こしやすい食品の表示が義務づけられていますので、表示の見方や成分の確認方法を指導し、アレルギーの原因となっている食品を避けるようにします。
- (2) 症状が出たときは周囲の人に伝える。  
誤って原因となる食品を食べてしまい、気分が悪くなったり、かゆみ等の症状がでてきたりした場合には、がまんせず症状が進行しないうちに周囲の人に知らせよう指導します。
- (3) 日常生活における注意  
食物アレルギーの症状は同じものを食べても、体の状態により出方が違います。体調が悪いときには症状が強くなります。日ごろから夜更かしをせず、早寝、早起きを心がけ疲れないような日常生活を送るように指導します。



(イ) 肥満傾向児童への対応例

○ 児童への指導

日常活動の中で、給食の時間などに担任がゆっくり食べるように指導したり、おかわりの量を調節したり、配慮します。

○ 保護者への指導

- ・ 対象者…健康診断により、肥満傾向と診断された児童のうち、希望のあった保護者
- ・ 内容… 学校給食の食事量の紹介、1日の食事の目安量、毎日の食事作りのポイント等を含めた栄養指導等

(ウ) 痩身願望の強い生徒への対応例

○ 生徒への指導

- ・ 個別に適正体重を示すとともに、調和のとれた食事をとる必要性、無理に減食した場合の弊害について指導します。
- ・ 学級担任は、昼食の様子を観察し、適切に援助します。

○ 保護者への対応

保護者と共通理解を図り、協力を得ます。

○ 外部との連携

摂食障害等医学的な対応が必要な場合は、校医や専門医と連携をとりながら、適切に対応します。

(エ) 運動部（部活動）に所属している生徒への対応例

○ 生徒への指導

日頃から「栄養・トレーニング・休養」を関連づけ、運動量の増加と特にトレーニングに必要な栄養素について理解を促し、食を通しての自己管理能力育成に努めます。



○ 保護者への指導

（部活動の保護者会等において）

- ・ 5大栄養素（炭水化物・脂質・たんぱく質・ビタミン・無機質）の正しい知識を伝えます。
- ・ 運動量に見合った、栄養バランスが良い食事をする事の大切さを知らせ、食を通して自己管理能力を育てるよう伝えます。
- ・ 筋肉の回復、鉄欠乏性貧血の予防、骨密度と食事の関係などの説明を行います。

○ 外部との連携

関係諸機関（横浜マリノス等）や栄養教諭、区福祉保健センター管理栄養士等と連携した食育教室を開催します。

(オ) 食事制限が必要な疾患（腎臓病、糖尿病、クローン病等）のある児童への対応例

○ 学校での対応

- 学校給食での対応が必要な場合、学校は保護者に対して「学校生活管理指導表（アレルギー疾患用：食物アレルギー・アナフィラキシー用）」と「食物アレルギー対応依頼票」の提出を求めます。この時、給食献立表等（栄養量がわかるもの）を資料として提供し、主治医が給食での留意点を指示しやすいように配慮します。
- 学校給食における対応は、関係職員で検討し共通理解のもとに行います。
- 日頃から保護者との連絡を密にし、主治医の指示に変更があった場合は、対応を検討します。

(カ) 特別支援学校での配慮が必要な幼児児童生徒への対応例

○障がいのある子どもたちの中には、物に対するこだわりがあったり、同年齢の子どもたちと比べて生活体験が少なかったりするなどの理由から、食生活に偏りが見られる場合があります。例えば、家庭で食べ慣れていないものは食べなかったり、刺激の強いものは避けたりする傾向が見られます。そこで、学校給食では、子どもたちの実態に添いながらも、食経験を広げられるように、無理をせず、少しずついろいろな食事に慣れることができるように指導していきます。

○食べる機能の面で配慮が必要な子どもたちには、次のような特別食を提供します。

【食べ物などにこだわりがあり配慮が必要な幼児児童生徒への対応例】

主食は、食べ慣れている白飯しか食べない。	主食がパンの時は白飯に替える。 混ぜご飯の時は白飯と具を分けて配食する。
飲み物は、飲み慣れている牛乳しか飲まない。	飲み物がはっこう乳やジュース、緑茶の時は牛乳に替える。
使い慣れた食器具でなければ食事が難しい。	家庭から食器具を持参する。
味覚が過敏なため、通常の味付けでは食べない。	砂糖や塩、酢、香辛料を減らしたり、除いたりする。

【体調や薬からの影響があり、配慮が必要な幼児児童生徒への対応例】

人工肛門のため、食物繊維の多い食品は食べられない。	食物繊維が多く含まれる食品（きのこ・海藻・豆・ごぼう・もやしなど）を取り除いて提供する。
薬の作用に影響するので、食べられない食品がある。	納豆（心疾患系）やグレープフルーツ（てんかん発作など）を除去する。

\*栄養量が不足しないよう、他の食品で調整します。

【食べる機能の面で配慮が必要な幼児児童生徒への対応例】

食品を一口大に噛み切ることが難しい。	調理バサミで切る。 ※調理バサミを教室で使用する際は、衛生面に留意し、安全面にも十分注意する。
十分に咀嚼することが難しい。	小さく切った食品を圧力鍋などで軟らかく煮る。
十分に咀嚼することが難しく、パサパサしたものや水分の多いものが飲み込みにくい。	圧力鍋などで軟らかく煮たものをフードカッターなどで細かくする。 増粘剤(とろみ剤)で適度な粘度をつけ、飲み込みやすくする。
咀嚼することが難しく、ザラツキのあるものが飲み込みにくい。	圧力鍋などで軟らかく煮たものをミキサーなどにかけてザラツキのない滑らかなペーストにする。 増粘剤(とろみ剤)で適度な粘度をつけ、飲み込みやすくする。
咀嚼、飲み込みが難しい。	家庭から持参した栄養剤を経鼻経管・胃ろう等から注入する。

特別支援学校での対応については、一人ひとりの幼児児童生徒に合わせて、校内体制例にある関係機関と連携し、調整して実施します。

(4) 中学校・高等学校での昼食の充実

学校給食を実施していない中学校・高等学校での昼食は、家庭から持参する弁当や購入する弁当類などが中心となります。こうした弁当は、食育目標の一つである「食品選択の能力」を育む上では、大変よい教材となります。また、弁当の内容や昼食時間のあり方を工夫することで、「食事の重要性」「心身の健康」「社会性」などの目標を具現化することもできます。実際に、生徒自身が弁当づくりを考え実践する取組や、購入する弁当を選択する際の知識を学んだり、実践したりする取組も報告されています。また、保護者への啓発活動をすすめている学校もあります。

心身ともに成長著しく、またその個人差が大きくなる中学生、高校生を指導する教職員自らが、食育の重要性を認識して指導に当たることが大切です。

ア 昼食時間を十分に確保し、会話を楽しみながら気持ちよく会食する

多くの中学校では、昼食時間を15分から20分程度で日課表に設定しています。時には、気分転換に教室外で弁当を食べるために、昼休みも合わせて昼食時間にするなど、日課表を弾力的に運用する機会を設けるなどの工夫も必要です。また、中学校1年生の場合、小学校の給食時間に慣れているため、時間内に食べ終わらない生徒への教育的配慮も必要となります。

多くの高等学校では、45分程度の昼休みを中心に、学校ごとに一定のルールのもとで、時間帯や場所など、比較的自由に各自で昼食をとっています。小中学校のような昼食指導はありませんが、時には食堂で教員と生徒と一緒に昼食をとることでコミュニケーションが深まり、生徒理解の一助にもなります。

※ 食堂を営業している高等学校の中には、「昼食の時間」を大切にできるように、その規模に応じて、営業時間を柔軟化し、生徒が自分の空き時間を利用して昼食をとれるように配慮するなどの工夫をしています。

#### イ 教科学習を通して

中学校における「技術・家庭科」の家庭分野及び高等学校の「家庭科」では、調理実習などの実践的・体験的な活動を通して、栄養素の種類と働き、栄養を考えた食事の計画と食品の選択、食文化など、「食」に関して幅広く学習し、「食」に関する知識及び技術を習得し、実践的な態度を身に付けます。学校給食を実施していない中学校・高等学校



の生徒にとっては、例えば「お弁当づくり」は身近な実習題材の一つといえるのではないのでしょうか。生徒にとっても家庭生活の中で、加工食品を上手に使いながら栄養バランスのよいお弁当づくりをすることは、学習した内容を実践するよい機会となることでしょう。

指導計画を立てる際は、中学校は小学校の学習を、高等学校は中学校での学習をそれぞれふまえることが大切です。

#### ウ 購入する弁当、パン類について

中学校では家庭からの弁当を基本としていますが、諸事情で弁当を持参できない場合もあります。その場合、事前に弁当やパン類を購入したり、学校での販売業者を通じて弁当などを注文したりしますが、ともすると生徒は、自身に必要な栄養バランスよりも、自身の好みで弁当などを選びがちです。

同様に、高等学校の食堂でも、生徒は自分の好みの昼食を選びがちです。

いずれの場合も、「技術・家庭科」「家庭科」「保健体育」「特別活動」等における食に関する指導をはじめとして、学校全体の教育活動全体で一貫した取組を推進し、生徒が心身の成長や健康の保持増進上で望ましい栄養や食事のとり方などについて、自ら判断できる能力を育むことが大切です。また、学校で販売する弁当、パン類、昼食などのメニュー表示に、食品に含まれる栄養素の種類やエネルギー量を表示したり、あわせて学年、年齢に必要なエネルギー量を表示したりするなど、生徒が自らの食生活を振り返る機会を増やすなどの工夫も大切です。

## エ 個に応じた食に関する指導

中学生・高校生期は、身体の成長が盛んで活動が活発な時期です。また、個人差が大きくなる時期でもあります。部活動などの課外活動に参加する生徒も多くなり、特に運動部に参加する生徒は、必要なエネルギー量も増えます。こうした課外活動で消費されるエネルギーを考慮した昼食のとり方も課題の一つになります。また、必要な栄養の特徴を知識として理解しても、過度な痩身願望があるなど、学習した内容が実践に結びつかない生徒もいます。

生徒自身が自分の成長や活動を把握し、一日の食事を振り返り、昼食に必要な栄養やエネルギーを自らの判断と選択で摂取できるような指導も大切です。その際は、学校の昼食だけでなく、家庭における食事のあり方も重要になってくるので、家庭との連携が大切になってきます。



### 3 家庭・地域との連携

#### (1) 望ましい生活習慣のための普及啓発活動

##### 【教育委員会が中心となる活動】

##### ア P T Aと連携した食育推進運動の展開

P T Aと連携して食育を推進し、児童生徒の生活リズムの健全化を図っていきます。

- (ア) 児童生徒の生活習慣が乱れ易い長期休業前に、「食育だより」を発行し、家庭で取り組むことができる活動例を紹介するなど、地域・保護者の啓発に努めます。
- (イ) 市立学校P T Aで家庭教育学級のテーマに、「食育」に関係する内容も例示します。各区や中学校ブロックで「食育」をテーマに講演会や研修を実施する団体が増える傾向にあります。



##### イ 学校における食育推進の展開

- (ア) 食育実践推進校等の実践の中から、学校の実態に即した、児童生徒や保護者に向けた、生活改善の実践（朝食の欠食を無くす効果的な取組等）を情報提供していきます。
- (イ) 文部科学省や県教育委員会、協賛企業等が作成する食育推進のパンフレットやポスターを全市立学校に配付し、啓発活動を継続的に実施していきます。児童生徒や保護者がこのポスター等を目にすることで、食育推進運動の意識の持続化を図っていきます。
- (ウ) 各区福祉保健センターや社会福祉協議会が実施する食育推進事業や、「子育て支援」の研修会等と連携し、子どもの生活リズムの健全化に向けて、講師派遣や情報提供を含め、積極的な連携をしていきます。



##### ウ 食育の意義や必要性を啓発する会の開催・情報提供及び後援

- (ア) 保護者や地域住民に対して、食育の意義や現状、各学校で実施されている具体的な実践等を「食育シンポジウム」「横浜教育実践フォーラム」の開催を通して、発信していきます。また、保護者向けの「食育だより」を作成し食に関する情報を提供します。
- (イ) 関連部局、関係団体が進める食育啓発の会を後援していきます。また、地場産物を積極的に活用していくよう呼びかけます。

【学校が中心となって行う活動】

ア 食育の意義や具体的な活動の発信

- (ア) 学校説明会及び学年・学級懇談会等で、食育の必要性について積極的に発信し、必要に応じて「食育の全体計画」についての説明を行います。
- (イ) 給食だより等で食品の品質など、食に関する情報を提供したり、食事の栄養バランスについて体験的に理解できる給食試食会を設けたりすることで、保護者の食に関する意識を高め、家庭との連携を図ります。
- (ウ) 給食・昼食時間や、教科等の学習で実践されている食育授業を積極的に公開し、学校での取組を保護者、地域へ発信します。

(2) 地域やJA等の地域生産団体と協力した地産地消の推進

【教育委員会が中心となって行う活動】

ア 地産地消に向けたJAや関係団体との連携

- (ア) JAや関係団体が主催する各種行事に積極的に参加し、情報を収集するとともに地産地消の推進に取り組みます。また、「はま菜ちゃん料理コンクール」など横浜市内産の野菜や果物をPRする活動などを積極的に後援します。
- (イ) JAや関係団体に、県内産、市内産の農作物を積極的に給食食材として提供するように協力を呼びかけます。
- (ウ) 経済局と連携し、中央卸売市場を経由する地場産物を給食食材に活用する割合を高めるように努めます。

イ 給食の基準献立における地場産物の活用

- (ア) 給食の基準献立に地場産物が積極的に活用されるように、学校給食会に協力を働きかけます。



【学校が中心となって行う活動】

ア 給食の独自献立における地場産物の活用

- (ア) 栄養教諭・学校栄養職員が中心となって、地域の農家や商店等との連携を図り、地場産物を使用した給食の献立の開発に努力します。

イ 教育活動及び各種行事における地場産物の活用



- (ア) 生活科・家庭科などの食材を扱う学習や料理教室・〇〇祭などの行事において、積極的に地場産物を取り入れます。
- (イ) 生活科・社会科・総合的な学習などの地域学習において、児童生徒が自主的に地域の生産者と交流する場を活用し、地場産物への理解を深めます。

## 第4章 新たな時代の食育推進へ

前版「食教育推進計画」に基づく取組で、横浜市立学校における児童生徒や教職員の「食」に対する意識は、着実に高まってきています。何よりも全校に「食育の全体計画」ができたことで、だれもが食育に取り組むことができる環境が整いました。

また、前章にも示されている通り、学校給食はもとより、さまざまな機関、関係部署との連携により、教材、授業形態も、児童生徒の実態に合わせて展開できる可能性が多用に広がってきました。さらに、横浜市食育推進計画の策定など、学校をとりまく食に関する社会的環境が整ってきていることも大きな力になっています。

これからの5年間は、食に関する取組が、日々の教育活動に自然に位置づけられ、食育実践が行われていることが「当たり前」の横浜市立学校を目指していきたいと思います。

そのためにも、今ある環境を有機的に結びつけ、各学校の実状に応じて、効果的に活用できるシステムを整えていきます。

小学校や特別支援学校では、食育推進の中核となっている栄養教諭、学校栄養職員の連携や活動を支援し、配置校も未配置校も同じように食育の取組が進められるようにネットワークを広げていきます。

中学校、高等学校では、横浜マリノスや関係諸機関等の出前食育授業をはじめとする、地域の教育力を活かした取組をさらに進めていきます。また、栄養教諭や各区福祉保健センターの管理栄養士などの専門職とも連携をとり、各学校がそれぞれの実態に即した食育が進められるように、環境を整えていきたいと思います。

しかし、子どもを取り巻く「食」は、日々変化してきています。子ども達の生活改善よりも早いスピードで「食」が変化していることも感じます。便利なもの、簡単なものが重宝がられ、「食」もまた、早く、簡単に済むものがありがたいと考えられる傾向があるようです。新しいものへの変化も激しく、今まで無かった食材、メニューが次々に現れてきます。

わたしたちは、あくまでも「健やかな体の育成」のために、さらに、さまざまな人との関わりや、生活習慣の改善を通した「豊かな心の育成」「確かな学力の育成」に寄与するための食育を進めていきたいと考えています。

そのためにも、食育実践推進校を中心に、新たな食育実践に取り組み、各学校がそれぞれの子どもの実状にあった食育を進め、それを相互に情報発信しながら、さらに食育の可能性を広げていきます。変化する社会に対応し、子ども達の「健やかな体の育成」を実現する、そんな新しい時代の食育を視野に入れながら、これからの「学校における食育」を推進していきます。

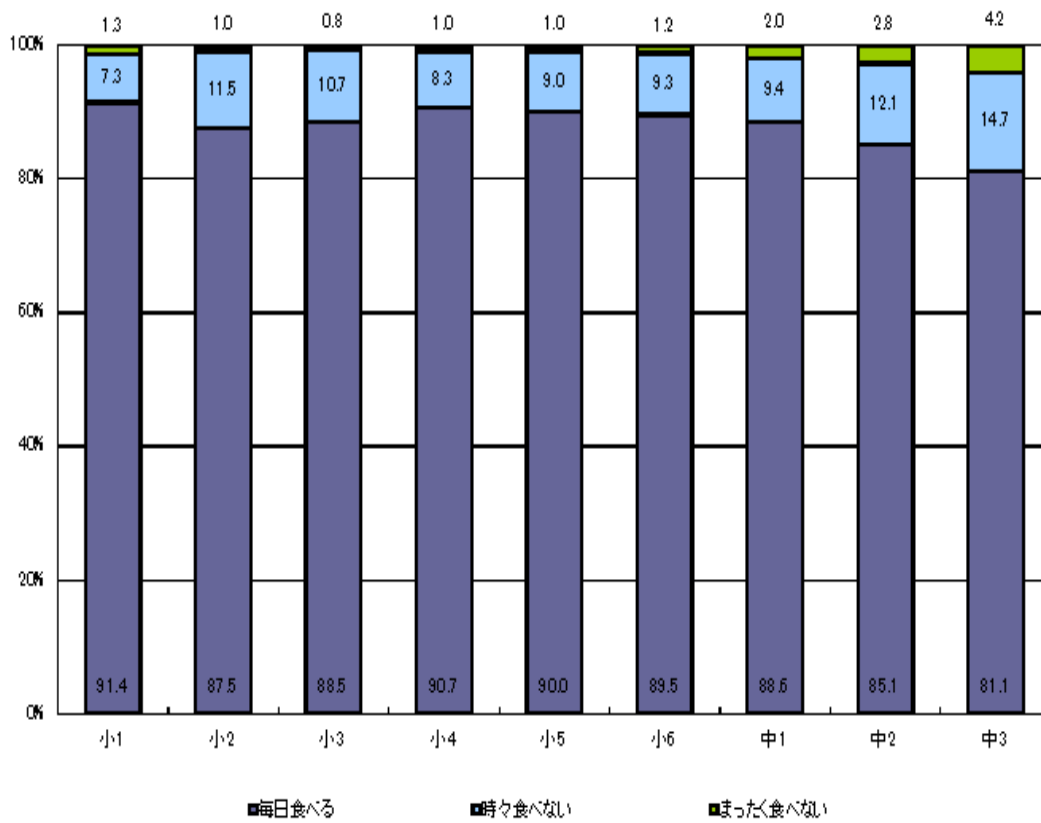
平成23年4月



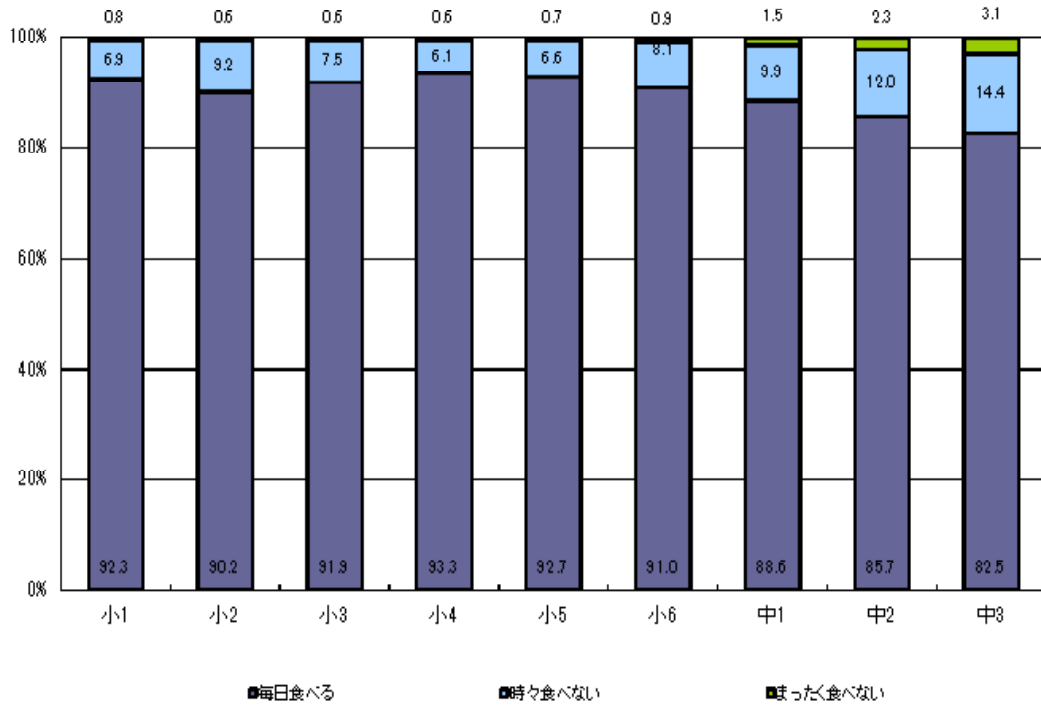
# 資料

## 子どもたちの「食」に関する調査

朝食の摂取状況と新体力テスト 合計得点の平均 (男子)



朝食の摂取状況と新体力テスト 合計得点の平均 (女子)

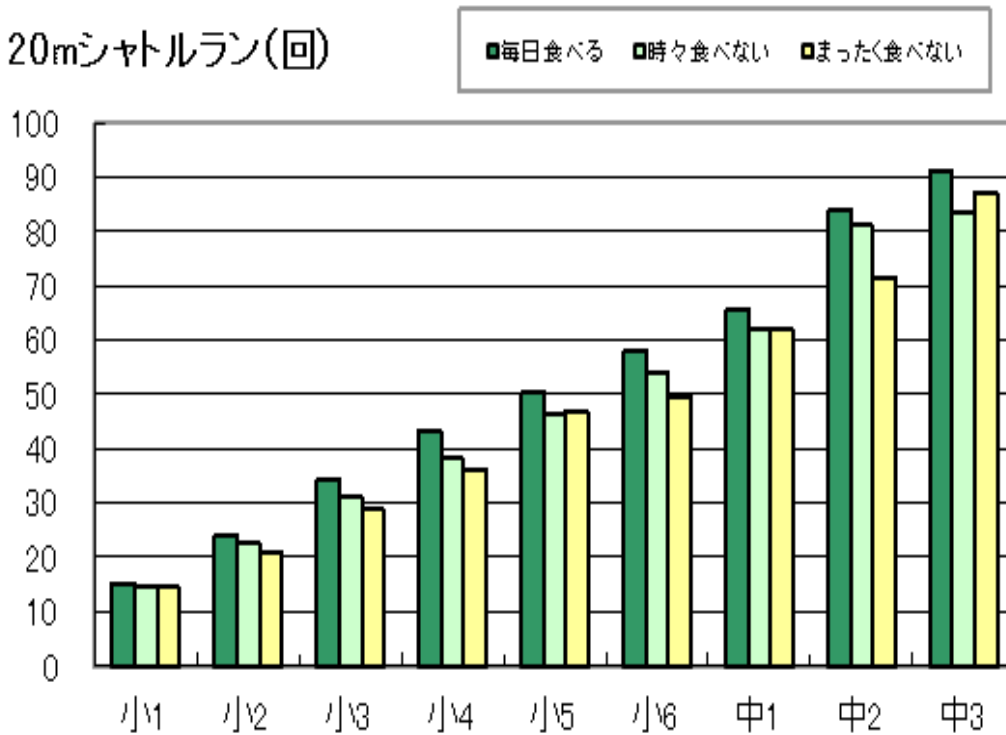


平成22年度横浜市立小・中学校 児童生徒体力・運動能力調査より

## 2 朝食と体力の関係(シャトルランのデータより)

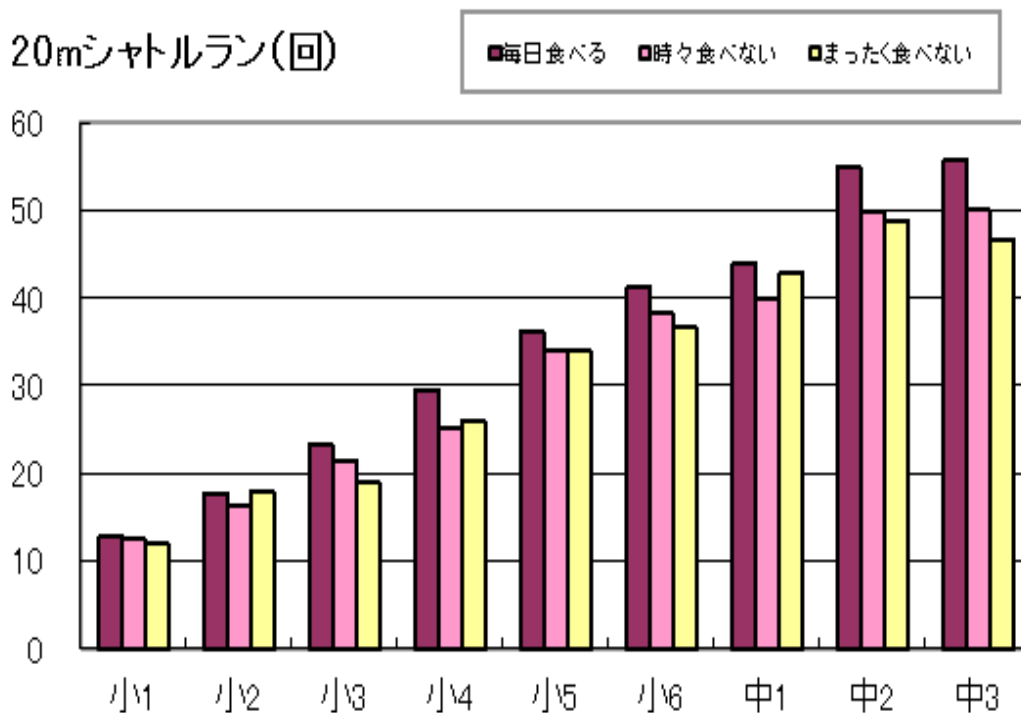
### 【男子】

20mシャトルラン(回)



### 【女子】

20mシャトルラン(回)



平成22年度横浜市立小・中学校 児童生徒体力・運動能力調査より

## 資料2

# 食育目標に関する調査

この調査は、平成19年度から、各区1校の小学5年生(全クラス)、中学2年生(3クラス程度)にご協力いただき、「食事に関する調査」として、食育の目標に関する12の設問に対する回答をまとめてきたものです。

設問は次のとおり。

問1 <食事の重要性>

- (1) あなたは、食事をとることを大切だと考えていますか？
- (2) あなたは、朝食を食べていますか？

問2 <心身(しんしん)心身の健康>

- (1) あなたは、食品の体内での3つ働きを知っていて、それぞれを分けることができますか？
- (2) あなたは、栄養のバランスを考えて好ききらいなく食事をしていますか？

問3 <食品を選択する能力>

- (1) あなたは、食事の準備をする時に、安全・衛生に気をつけていますか？
- (2) あなたは、食品に書いてある賞味期限を確認しながら食べていますか？

問4 <感謝の心>

- (1) あなたは、食事する時に生産者や自然の恵に感謝していますか？
- (2) あなたは、食事をする時にあいさつをしていますか？

問5 <社会性>

- (1) あなたは、楽しい食事をする心を心がけていますか？
- (2) あなたは、口に食べ物を入れたまま話をしない、汚い話をしないなど食事のマナー守って食べていますか？

問6 <食文化>

- (1) あなたは、和食の良さ(日本人にあっていて、脂肪が少ない、野菜が多い、ごはんが中心となる、伝統食が伝わるなど)を知っていますか？
- (2) あなたは、家庭の食事や給食で和食(ごはん・煮魚・おひたし・五目豆・ひじきの煮物など)が出されたとき、進んで食べていますか？

回答は4択

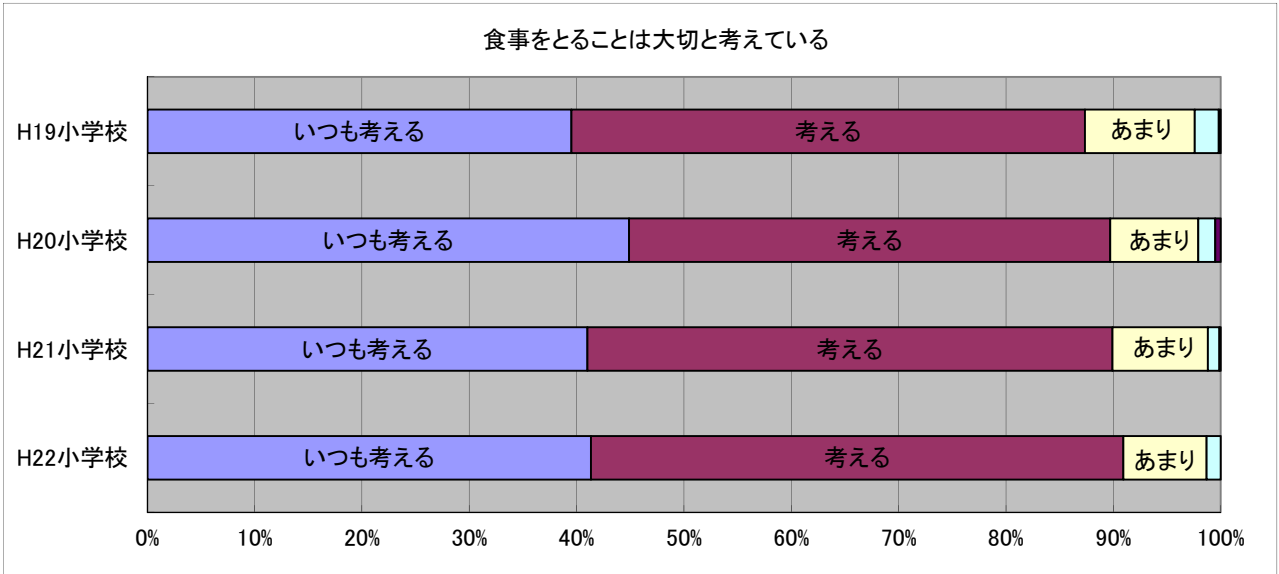
いつも~している

あまり~していない

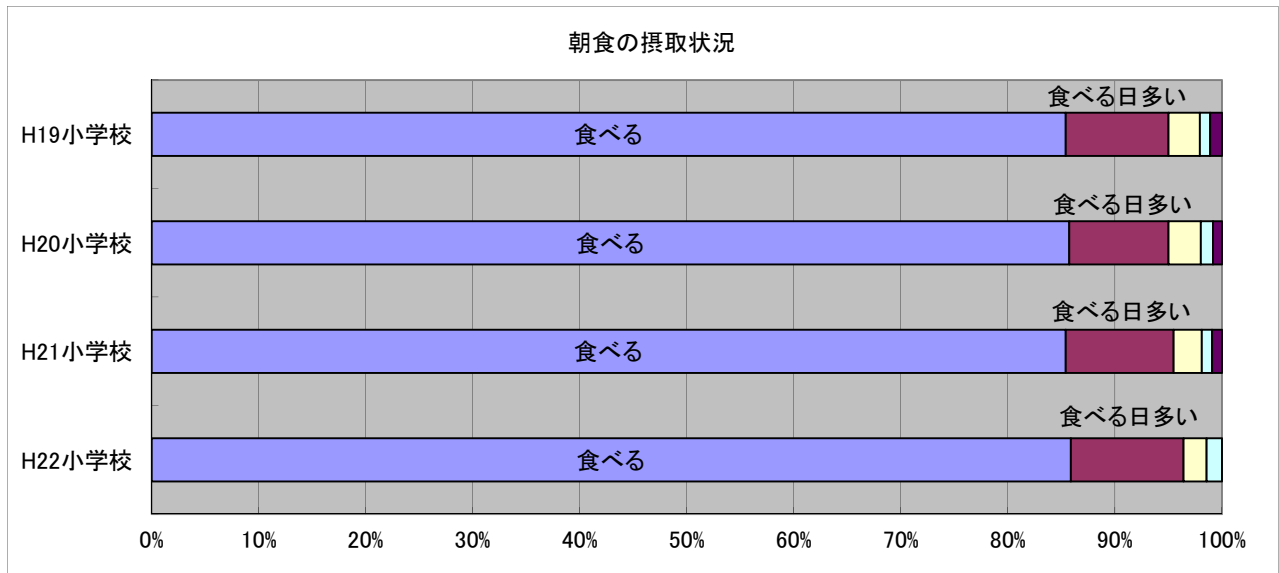
~していることが多い

ほとんど~していない

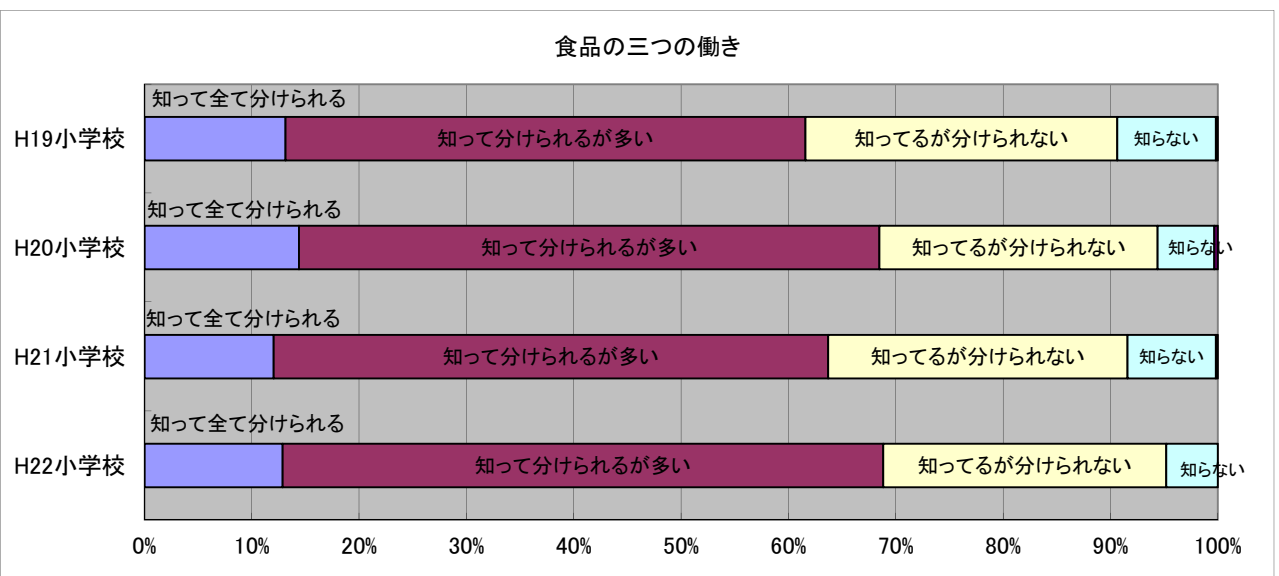
### 問1 食事の重要性



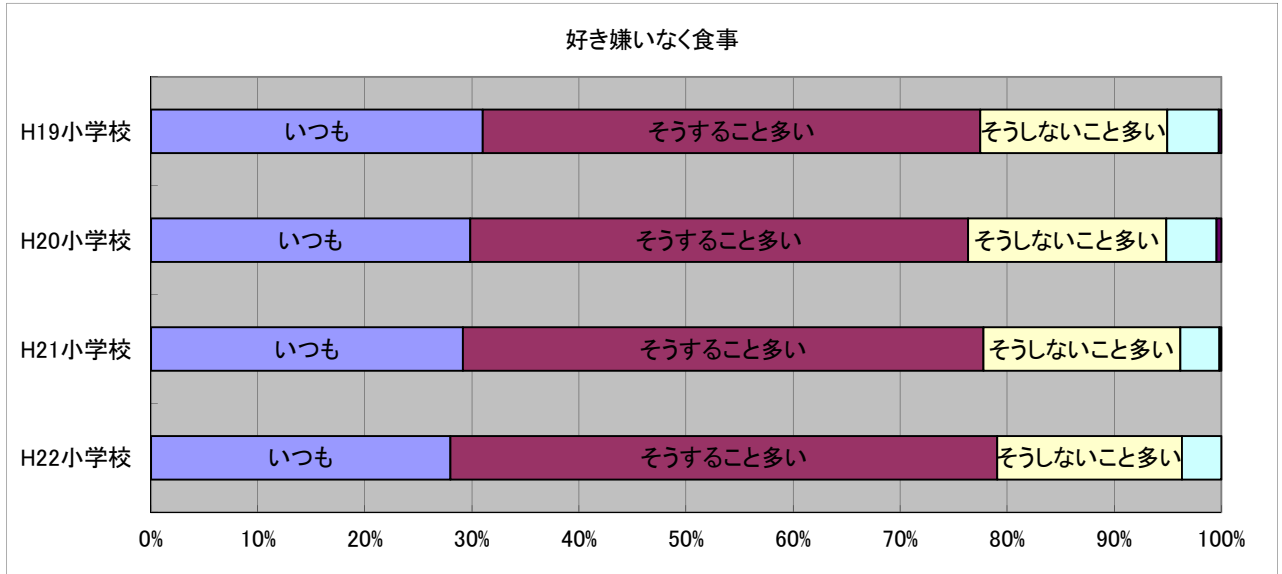
### 問2 朝食の摂取状況



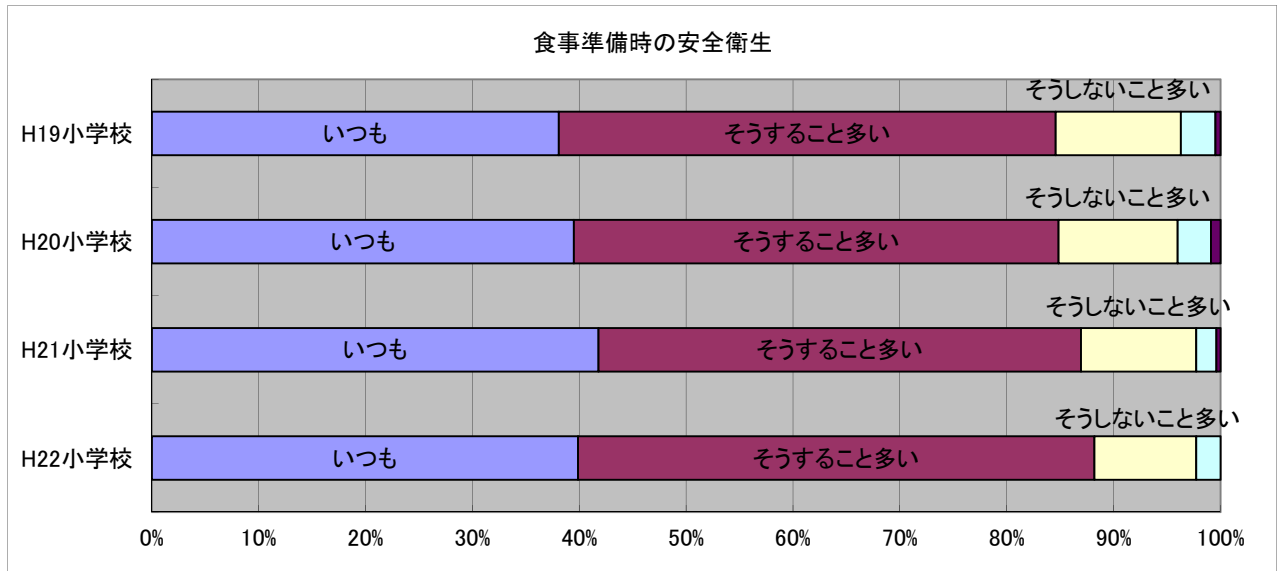
### 問3 食品の3つの働き



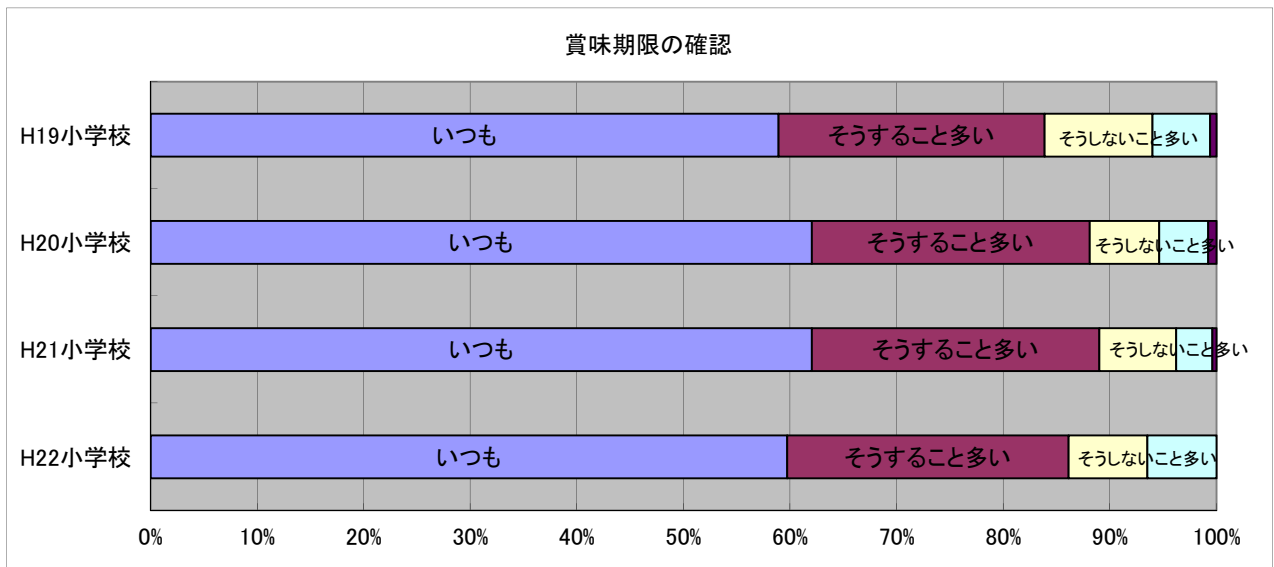
問4 好き嫌いなく食事



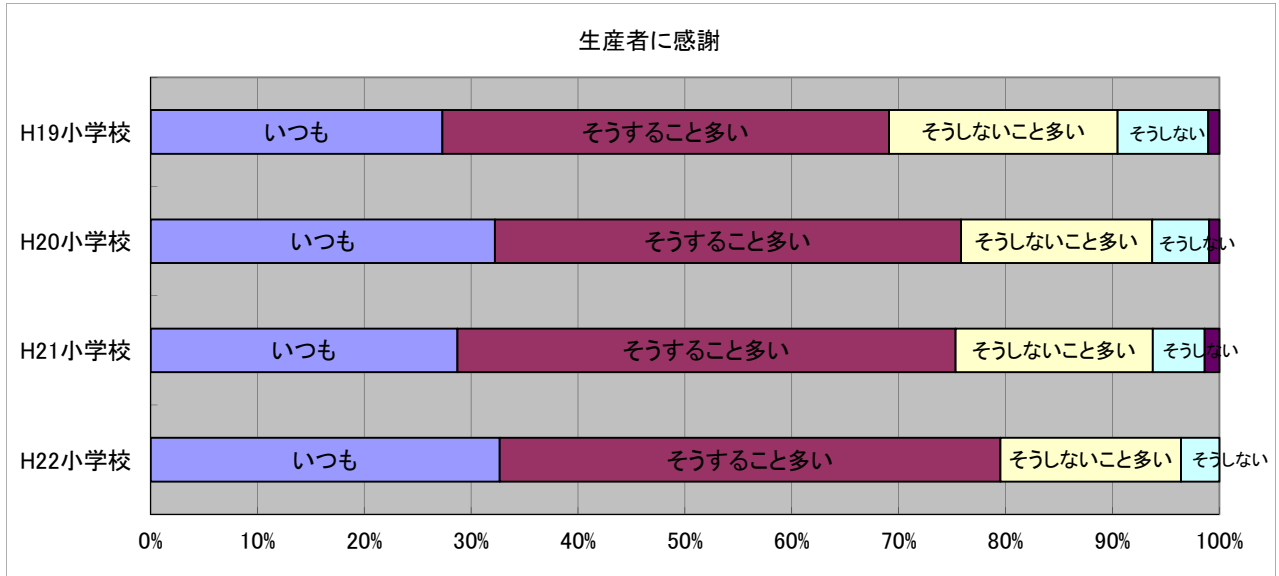
問5 食事準備時の安全衛生



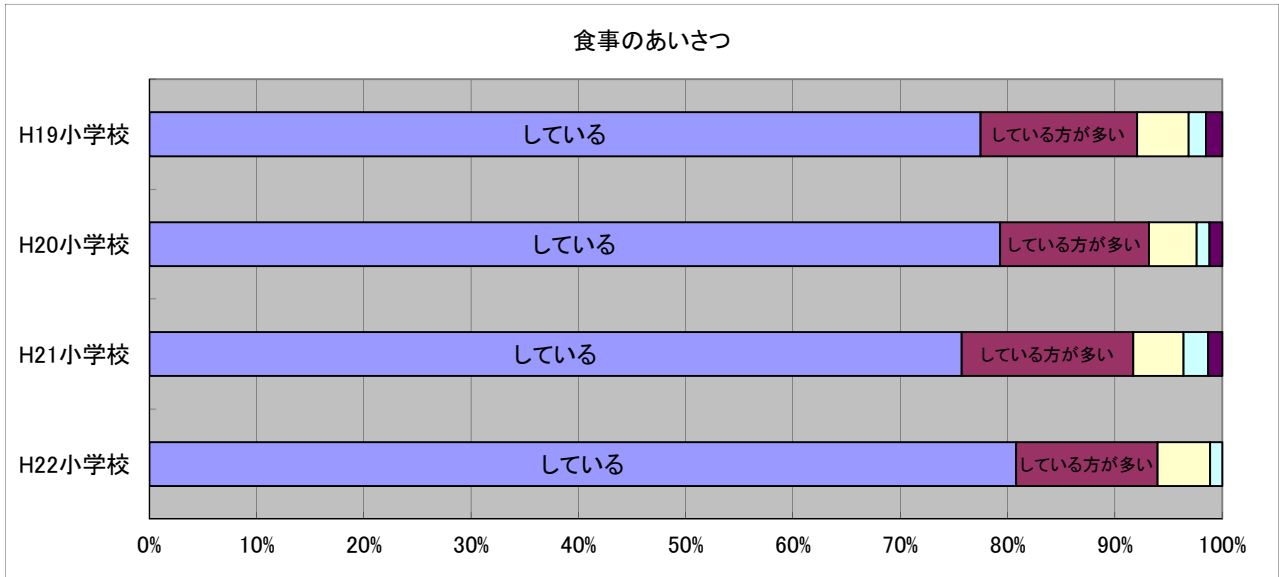
問6 賞味期限の確認



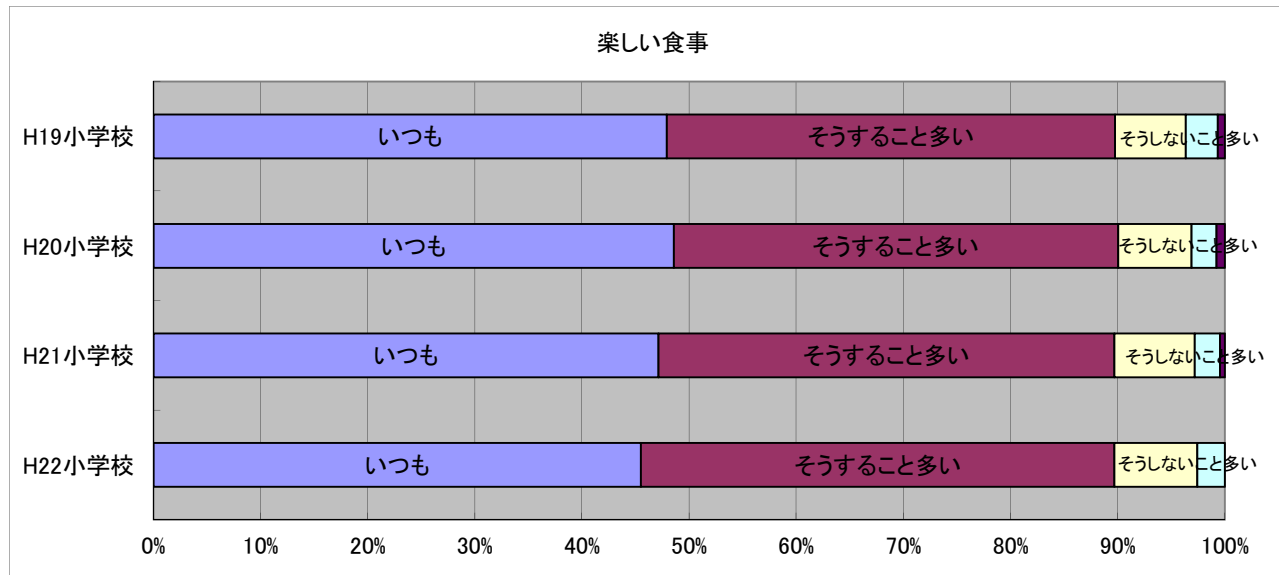
問7 生産者に感謝



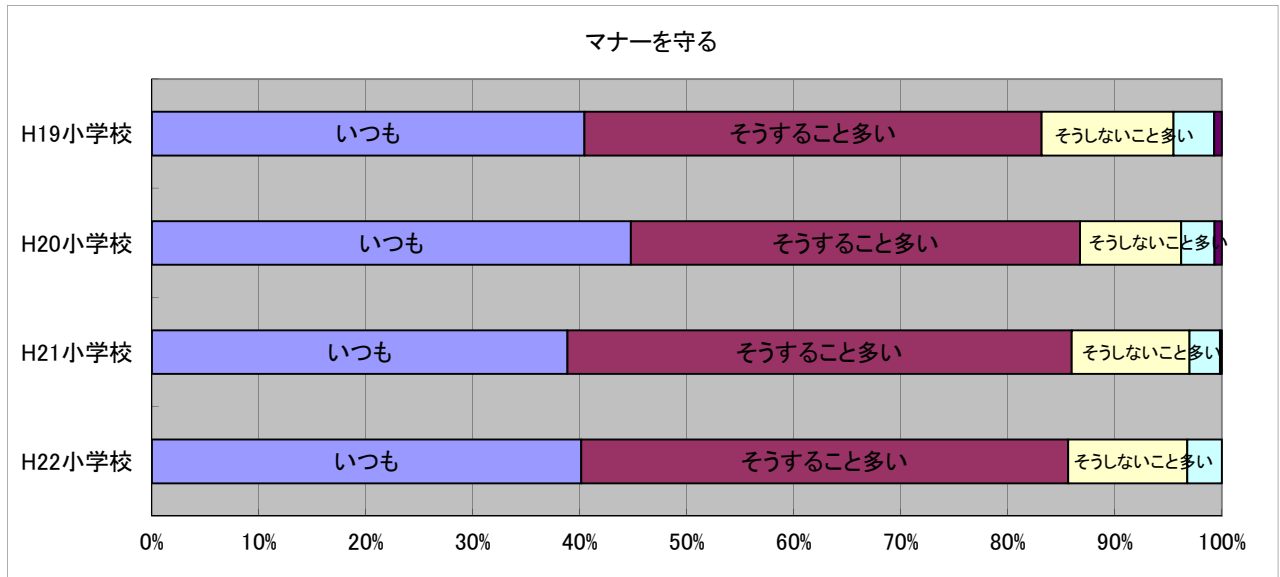
問8 食事のあいさつ



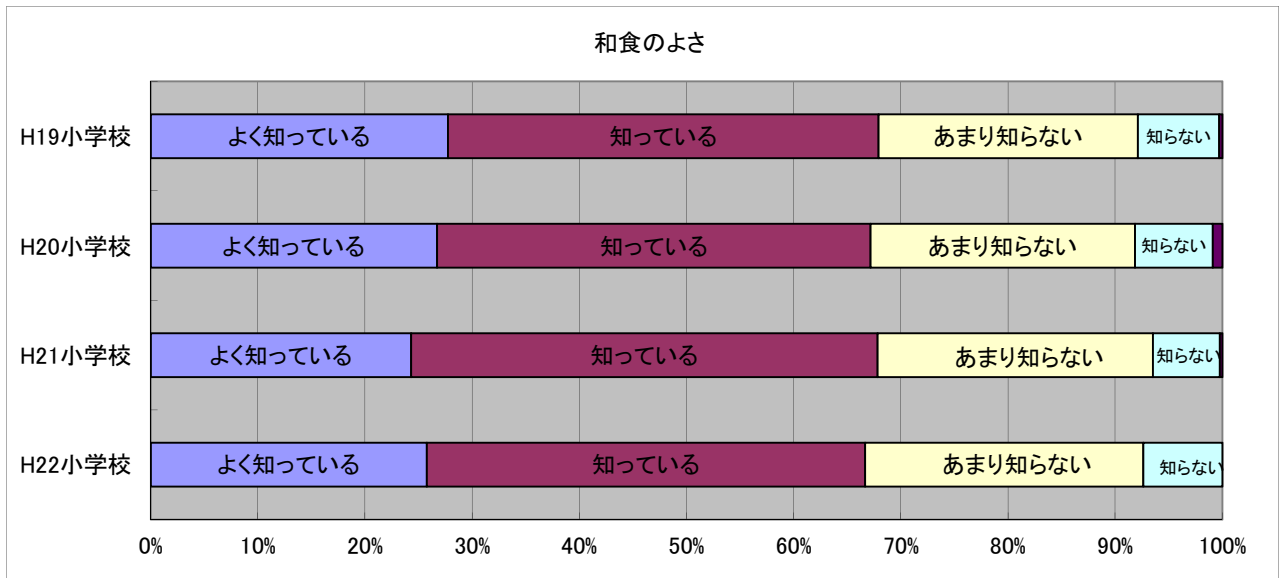
問9 楽しい食事



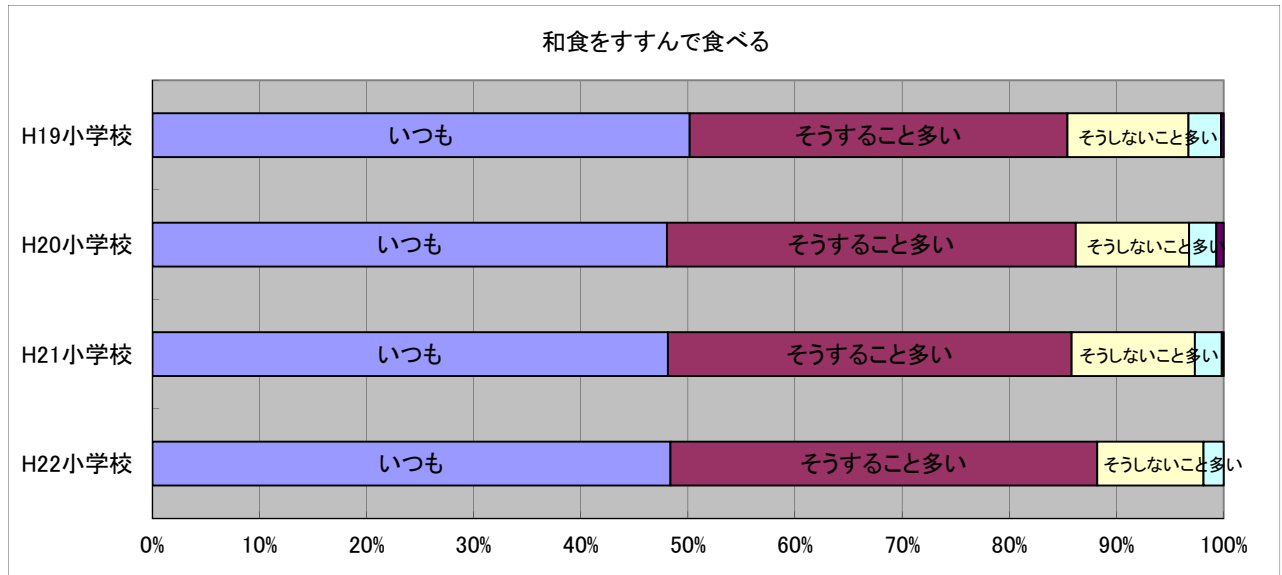
問10 マナーを守る



問11 和食のよさ

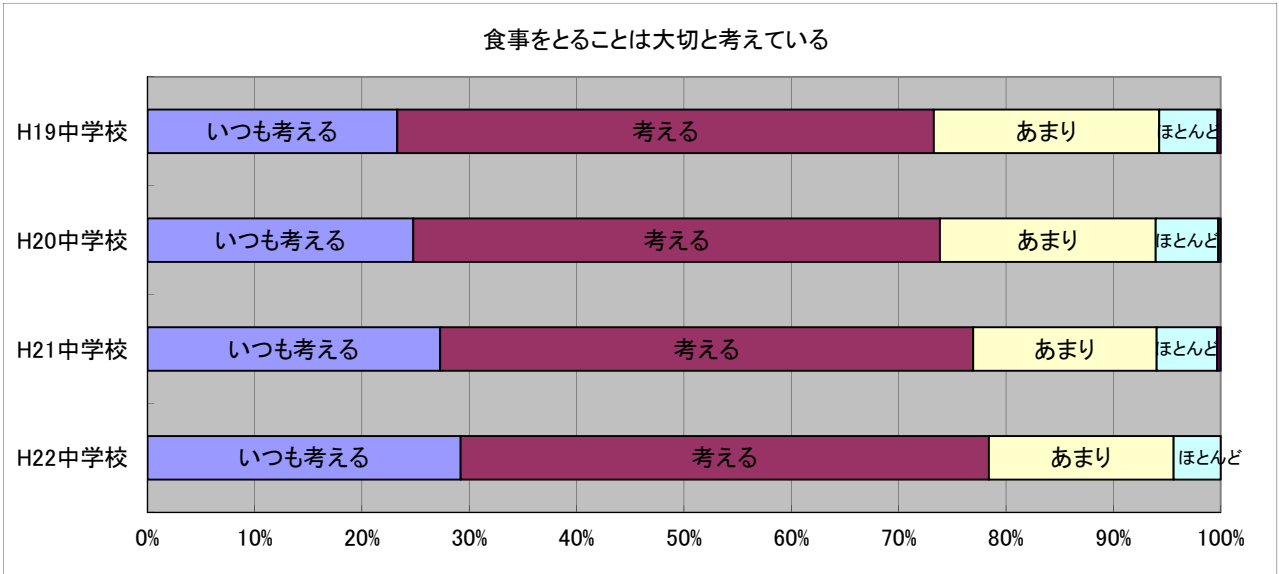


問12 和食をすすんで食べる

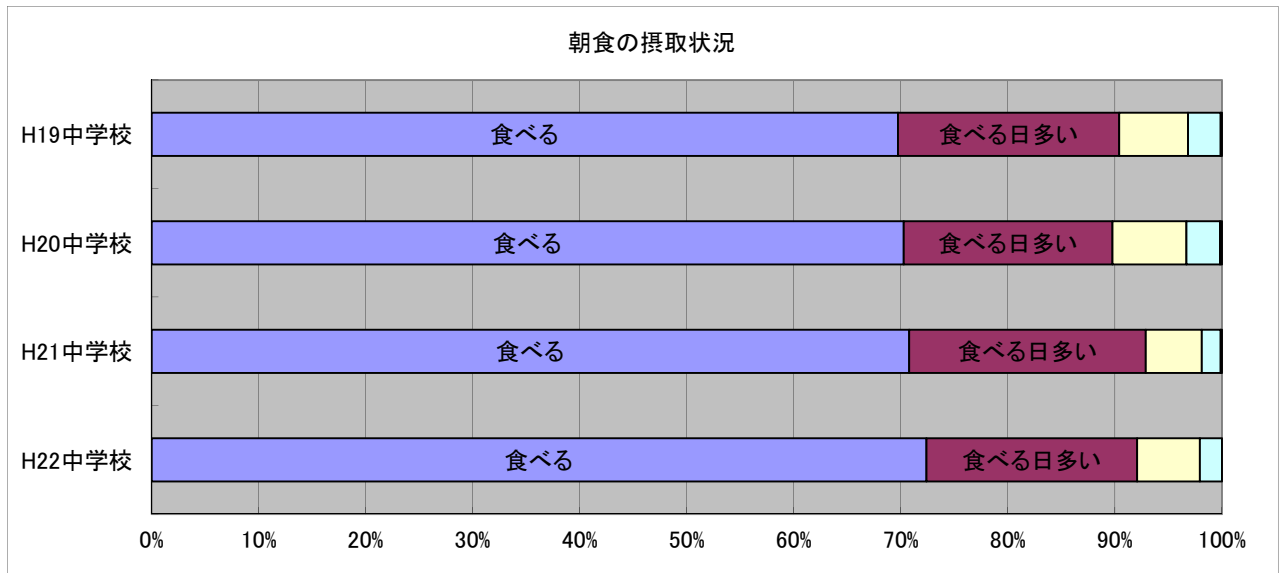




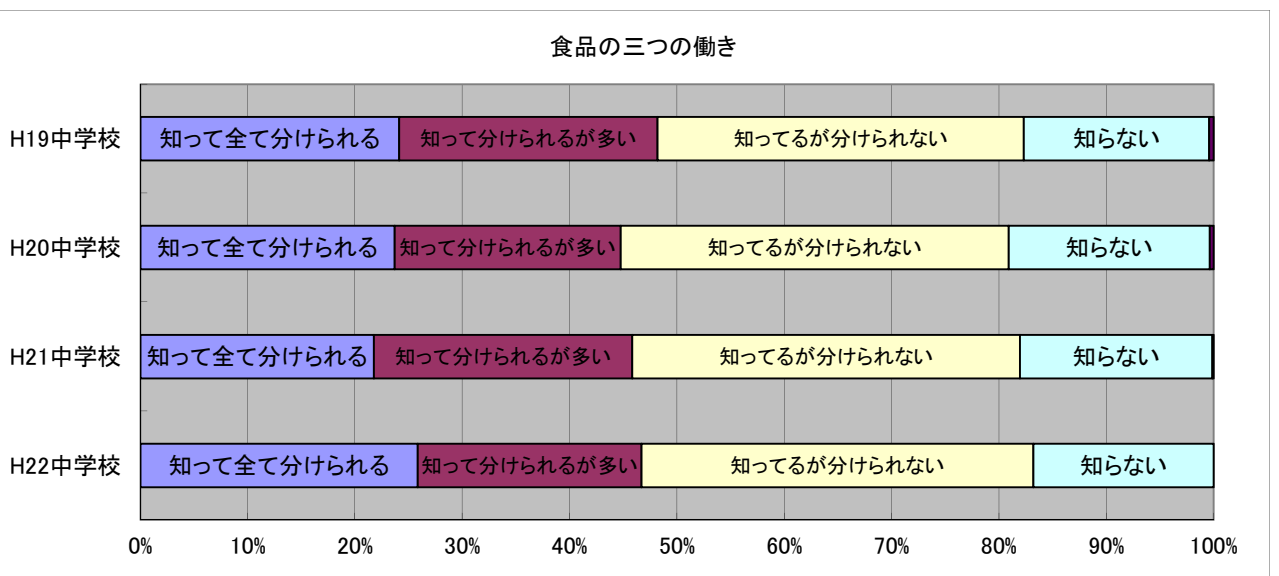
### 問1 食事の重要性



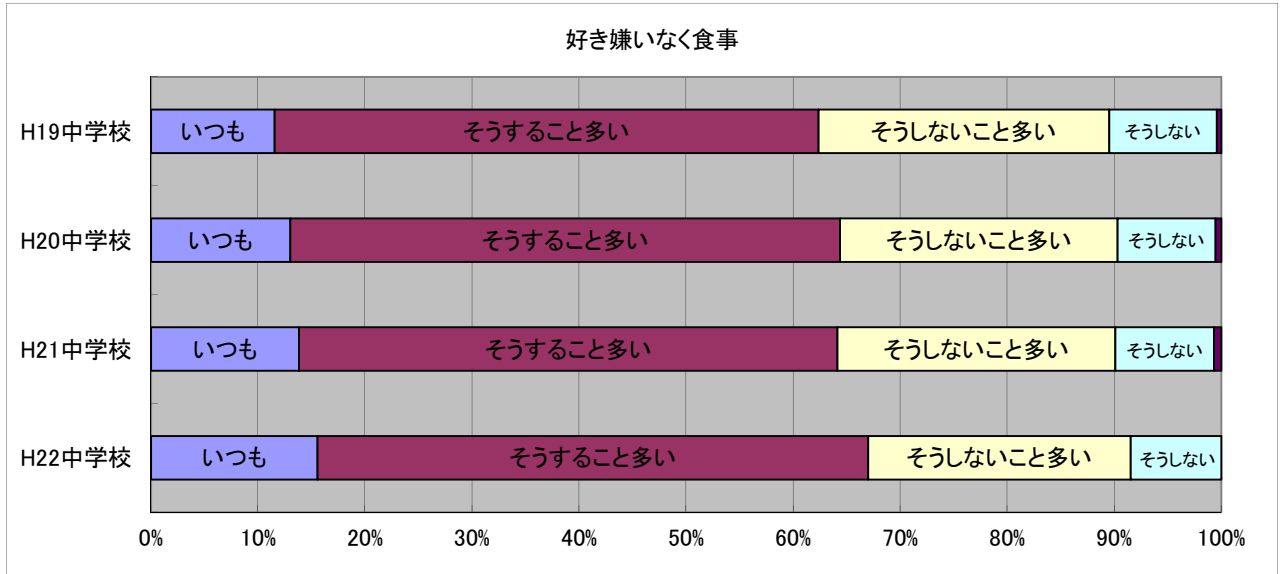
### 問2 朝食の摂取状況



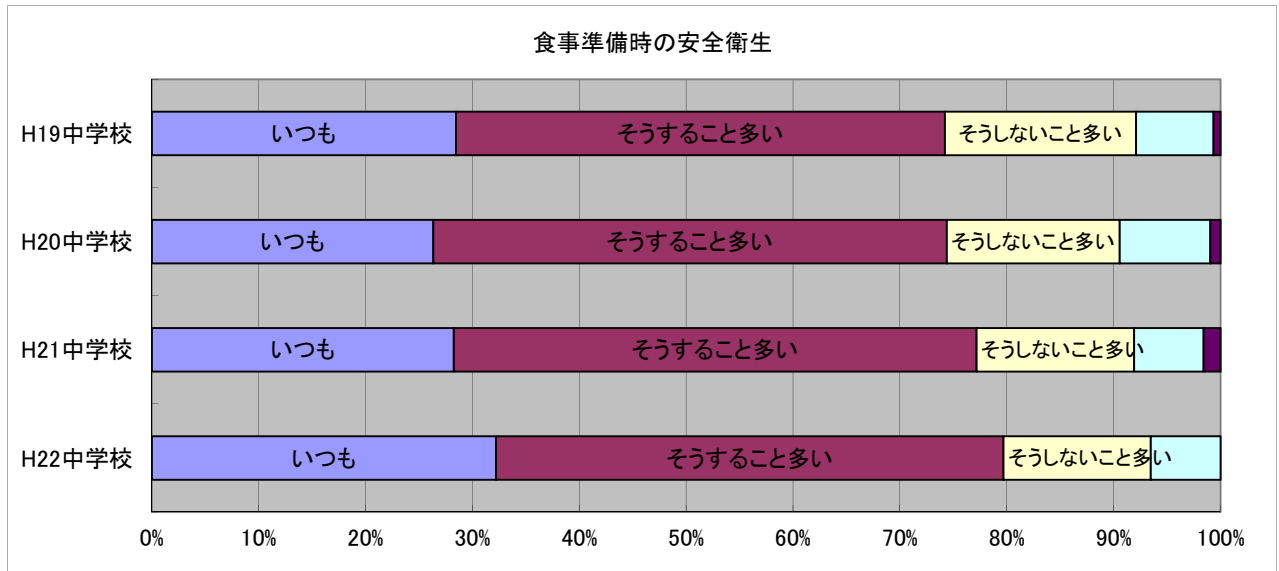
### 問3 食品の3つの働き



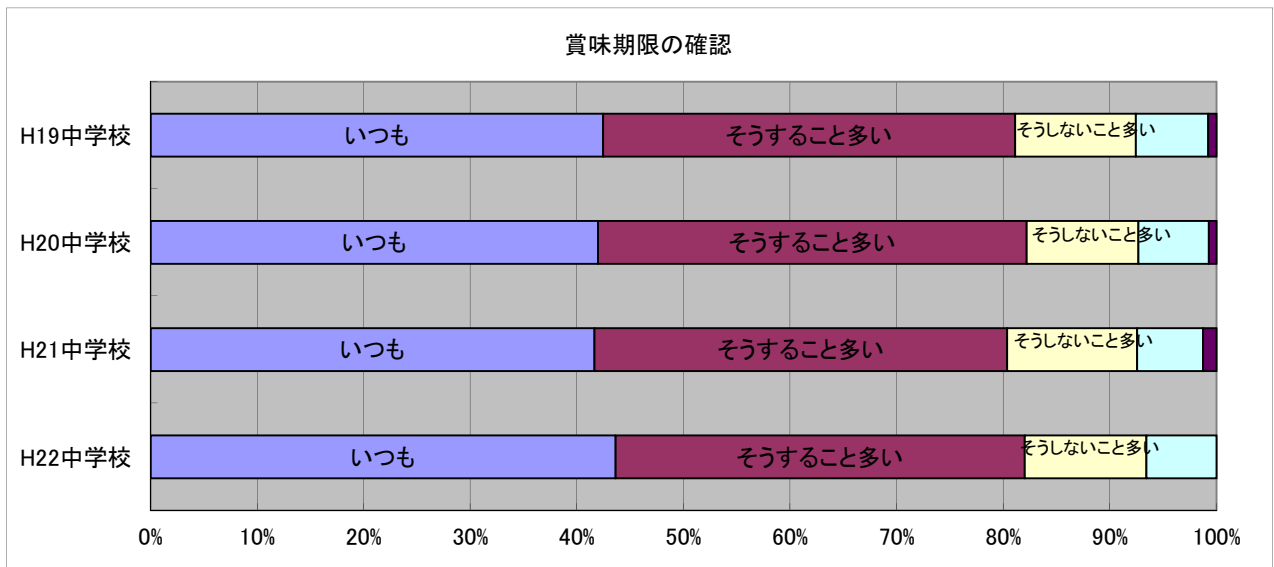
問4 好き嫌いなく食事



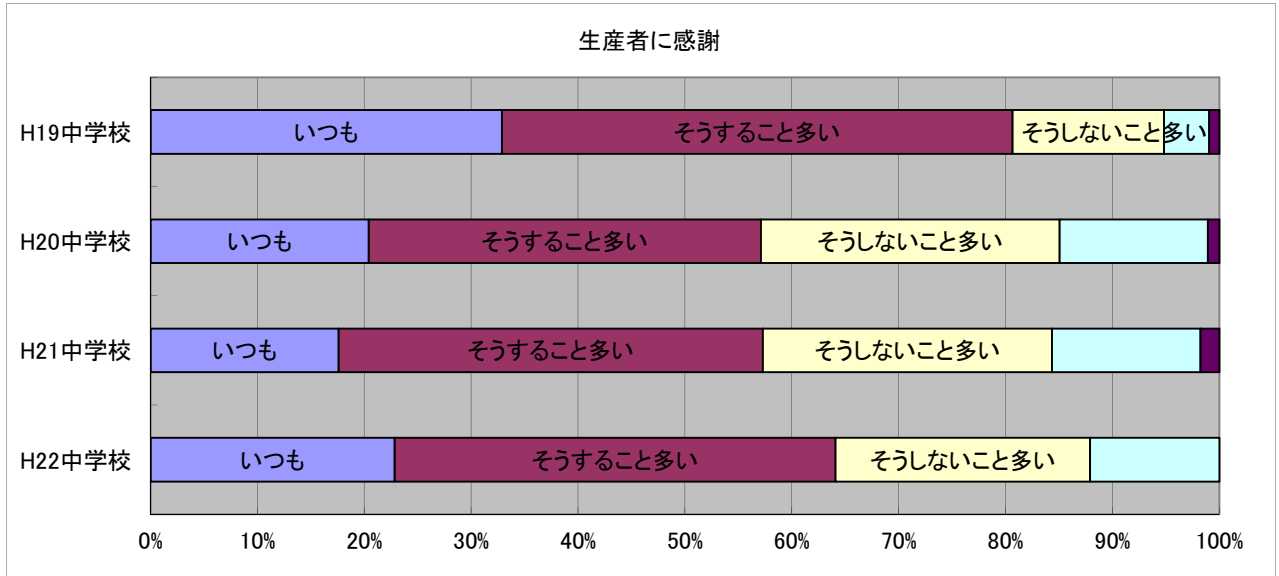
問5 食事準備時の安全衛生



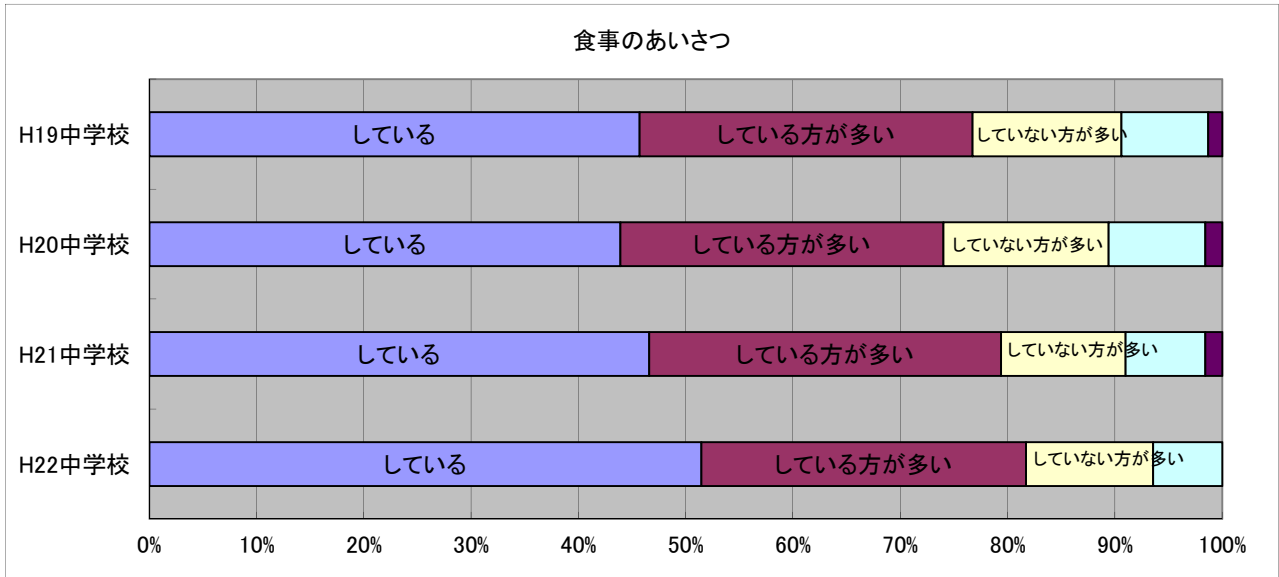
問6 賞味期限の確認



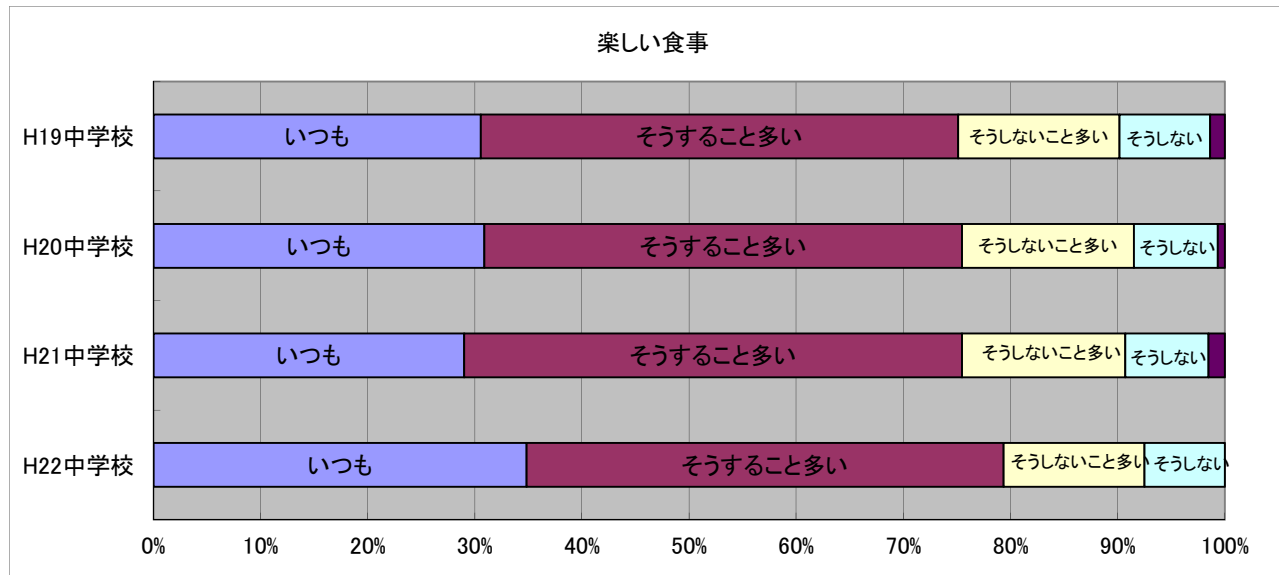
問7 生産者に感謝



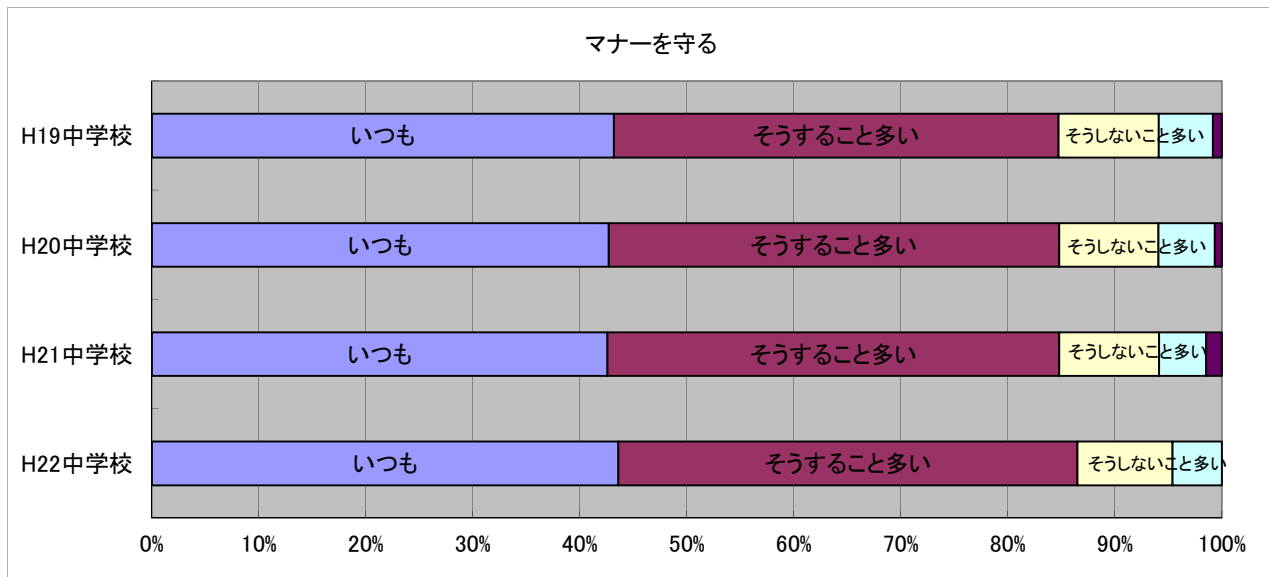
問8 食事のあいさつ



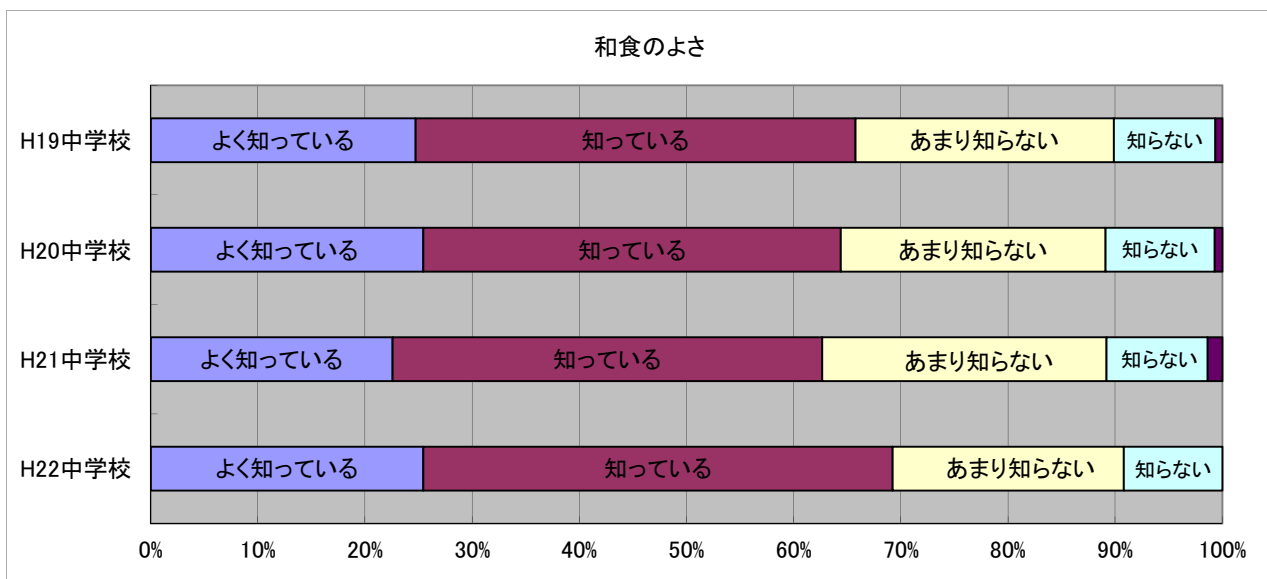
問9 楽しい食事



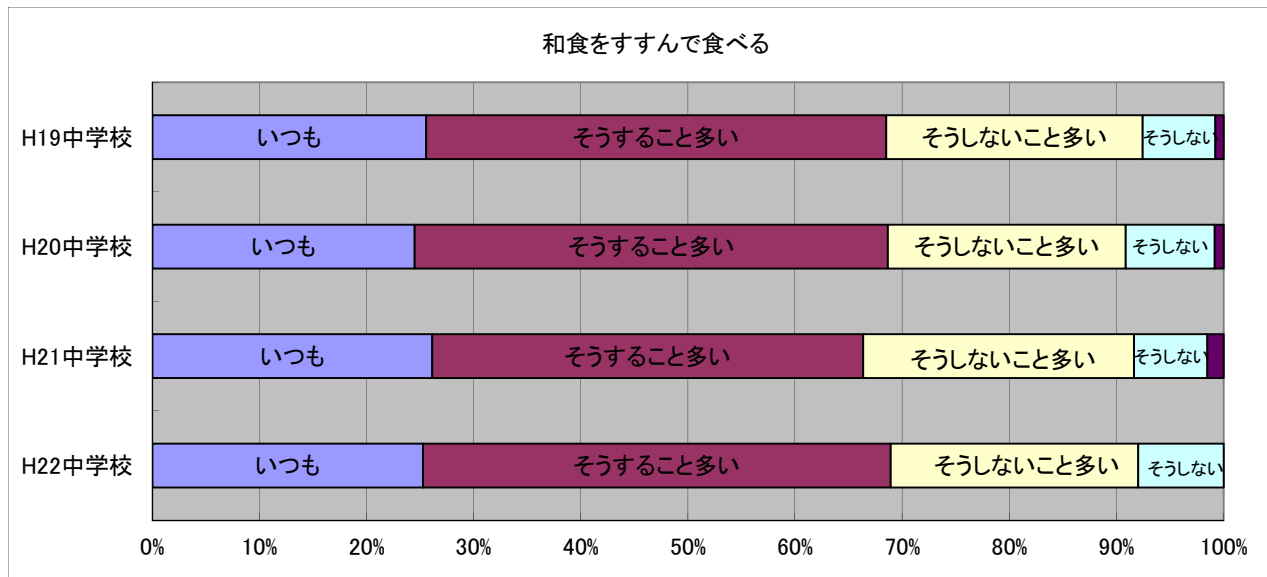
問10 マナーを守る



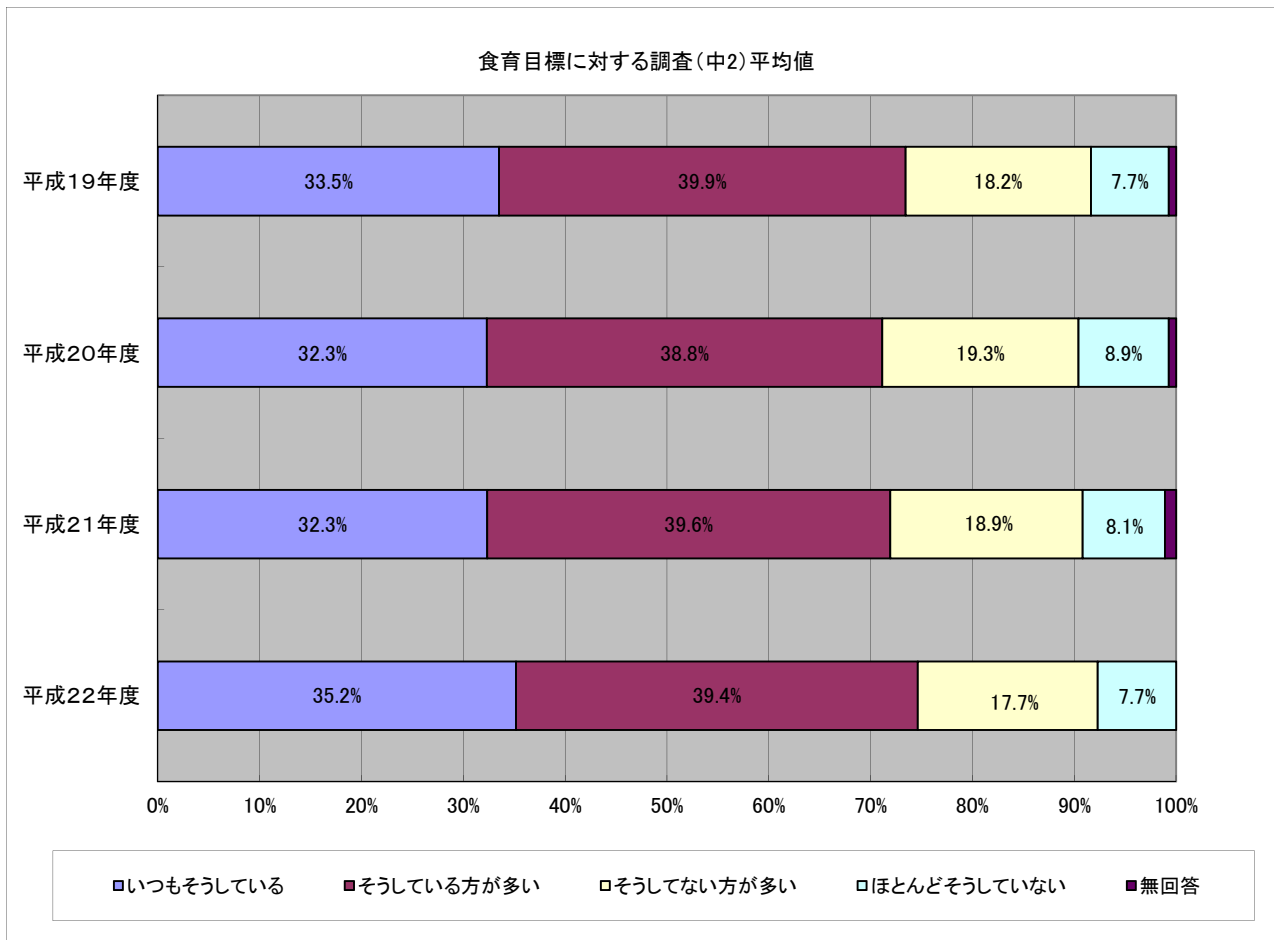
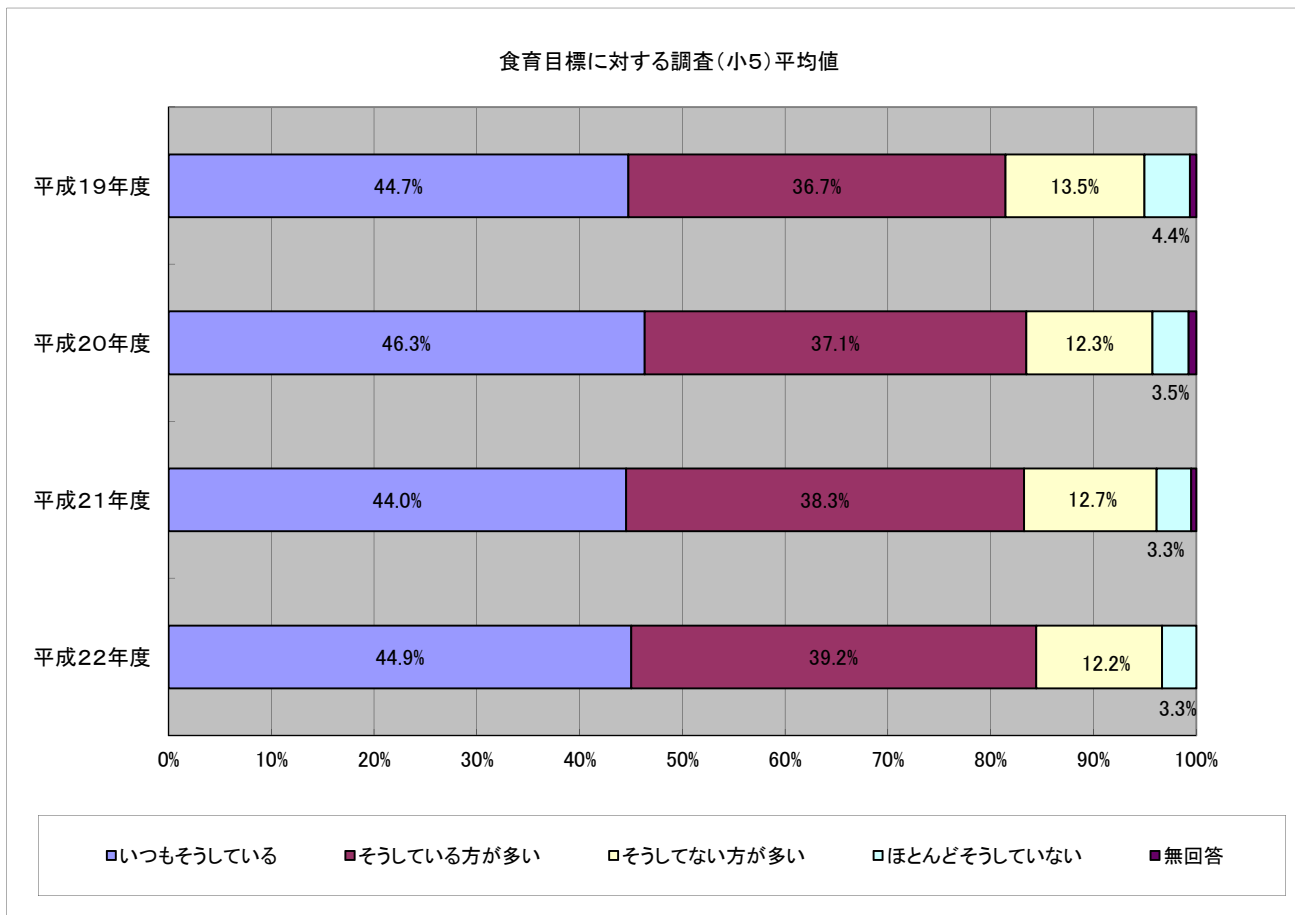
問11 和食のよさ



問12 和食をすすんで食べる



<食育目標に対する意識>



学校における食育推進計画

平成23年4月発行  
横浜市教育委員会事務局  
健康教育課給食係  
TEL 045-671-3277  
FAX 045-681-1456  
〒231-0017 横浜市中区港町1 - 1