

# 15 食育の推進 (小・中)

－ 基本的生活習慣の確立と健全な食生活を実践  
することのできる能力の育成 －

2 飢餓を  
ゼロに



3 すべての人に  
健康と福祉を



食は人間が生きていく上での基本的な営みの一つであり、健康な生活を送るためには健全な食生活は欠かせないものである。しかし、近年、子どもの食生活を取り巻く社会環境の変化に伴い、食生活の乱れや肥満、過度の痩身などが見られ、生活習慣病と食生活との関係も指摘されている。このため、望ましい食習慣の形成に向けた指導の充実が求められている。特に、成長期にある児童生徒にとって、健全な食生活は健康な心身を育むために欠かせないものであるとともに、将来の食習慣の形成にも大きな影響を及ぼす極めて重要な要素である。

このことを踏まえ、学校においては、家庭や地域、関係機関と連携しながら、児童生徒が食に関する知識を深め、食を適切に選択し、健全な食生活を実践する力を育むことができるよう、学校教育活動全体を通じて計画的に食育を推進することが重要である。

ここがポイント(取組の重点)

- 食生活を取り巻く社会環境の変化に伴い、食生活の乱れ、肥満等に課題
- ◇「学校給食を生きた教材として活用した食に関する指導」に重点

## (1) 学校における食育推進体制の確立及び充実

- ① 学校長のリーダーシップの下、栄養教諭等の学校給食栄養管理者を中心に、学校の食に関する指導の全体計画①(目標・内容・指導体制・評価等)及び②(各教科等における年間指導計画)を作成する。
- ② 児童生徒の発達の段階に応じて、栄養や食事のとり方等に関する正しい知識を習得させるとともに、自ら判断し実践する力を身に付けさせるよう食に関する指導の工夫・充実を図る。また、農漁業体験等を通じた食に関する豊かな体験活動の充実にも努める。
- ③ 学級担任等と栄養教諭等の学校給食栄養管理者が連携して TT 授業等を行い、学校給食を生きた教材として活用しながら、給食の時間や各教科等における食に関する指導の充実を図る。
- ④ 学校給食を活用した栄養指導や個別的な相談指導を、学校教育活動全体の中で計画的に推進するとともに、児童生徒の朝食摂取状況など、食生活の実態を把握し、食育の充実に努める。

## (2) 学校給食の充実

- ① 栄養教諭等の学校給食栄養管理者を中心に学校教職員が連携して、安全・安心で栄養バランスの取れたおいしい学校給食の提供に努める。また、教科等との関連を図った献立作成や地場産物の活用、地域の伝統食・行事食の提供などを通じて、学校給食の充実に努める。

## (3) 家庭・地域・関係機関との連携

- ① 家庭における望ましい食習慣の確立を図るため、学校給食関係機関と連携し、食品の安全、栄養摂取等に関する情報を的確に把握し、様々な機会を通じて食に関する情報の発信に努める。
- ② 家庭や地域における児童生徒の食に関する課題について共通理解を図り、課題解決に努める。
- ③ 食に関する健康課題を有する児童生徒に対して、保護者、学校医等及び関係機関と連携し、課題解決に努める。

### ■ 関連資料 ■

◎『第4次沖縄県食育推進計画』	沖縄県	令和5年
◎『食生活学習教材くわちーさびら 改訂版』	沖縄県・沖縄県医師会	令和4年
◎『食に関する指導の手引 第二次改訂版』	文部科学省	平成31年
◎『学校給食における食物アレルギー対応の手引』	沖縄県教育委員会	平成29年
◎『学校給食における管理・指導の手引』	沖縄県教育委員会	平成28年

# 15 食育の推進 (高等学校)

— 基本的な生活習慣の確立と健全な食生活を実践  
することのできる能力の育成 —



食は人間が生きていく上での基本的な営みの一つであり、健康な生活を送るためには健全な食生活は欠かせないものである。しかし、近年、子どもの食生活を取り巻く社会環境の変化に伴い、食生活の乱れや肥満、過度の痩身などが見られ、生活習慣病と食生活との関係も指摘されている。このため、望ましい食習慣の形成に向けた指導の充実が求められている。特に、社会人の準備期にある生徒にとって、健全な食生活は健康な心身を育むために欠かせないものであるとともに、将来の望ましい食習慣の形成や健康の保持増進に大きな影響を及ぼす極めて重要な要素である。

### ここがポイント(取組の重点)

- 食生活を取り巻く社会環境の変化に伴い、食生活の乱れ、肥満等に課題
- ◇ 「学校教育活動全体での効果的な食に関する指導」に重点

このことを踏まえ、学校においては、家庭や関係機関等と連携しながら、生徒が食に関する知識を深め、食を適切に選択し、健全な食生活を実践する力を身に付けられるよう、学校教育活動全体を通じて計画的に食育を推進することが重要である。

## (1) 学校における食育推進体制の確立及び食に関する指導の充実

- ① 生徒の食に関する実態を的確に把握し、学校全体で情報を共有するなどして、生徒の学齢期終了後も望ましい食生活習慣を形成できるよう、指導の工夫・充実に努める。
- ② 食に関する指導の全体計画①(目標・内容・指導体制・評価等)及び②(各教科等における年間指導計画)を作成し、学校教育活動全体で生徒の実態に応じた効果的な食に関する指導に取り組み、食育の推進に努める。
- ③ 家庭科、保健体育科、特別活動等、各教科等と関連付けた食に関する指導や部活動顧問と連携した栄養指導等に努める。
- ④ 生徒の実態に応じて、栄養や食事のとり方等に関する正しい知識を身に付けさせるとともに、生徒自ら望ましい食生活を考え、実践する力を身に付けさせるよう、食に関する指導の工夫・充実に努める。

## (2) 家庭・関係機関との連携

- ① 家庭における望ましい食習慣の確立を図るため、学校の特色に応じて PTA 等と連携し、食育に関する集会等、様々な機会を通じて食に関する指導の充実に努める。
- ② 保護者と連携し、生徒の基本的な生活習慣に係る課題などについて共通理解を図り、課題解決に努める。
- ③ 食に関する健康課題を有する児童生徒に対して、保護者、学校医等及び関係機関と連携し、課題解決に努める。

### ■ 関連資料 ■

◎ 『第4次沖縄県食育推進計画』	沖縄県	令和5年
◎ 『食生活学習教材くわっちーさびら 改訂版』	沖縄県・沖縄県医師会	令和4年
◎ 『食に関する指導の手引 第二次改訂版』	文部科学省	平成31年
◎ 『学校給食における食物アレルギー対応の手引』	沖縄県教育委員会	平成29年
◎ 『学校給食における管理・指導の手引』	沖縄県教育委員会	平成28年

# 15 食育の推進 (特別支援学校)

— 基本的生活習慣の確立と健全な食生活を実践  
することのできる能力の育成 —



食は人間が生きていく上での基本的な営みの一つであり、健康な生活を送るためには健全な食生活は欠かせないものである。

障害のある幼児児童生徒が将来自立し、社会に参加していくための基盤として、望ましい食習慣を身に付け、健康を自己管理する力や食の安全性等を自ら判断する力を育むことは極めて重要である。

このことを踏まえ、特別支援学校においては、食に関する指導を小・中・高等学校の内容に準じて行うとともに、生命の維持や健康状態の回復、保持、増進などに関する指導を展開していく必要がある。また、家庭や関係機関等との連携を一層強化し、将来の自立した生活に向けて、望ましい食習慣を身に付けた幼児児童生徒の育成を図ることが重要である。

なお、学校給食を実施していない学校においては、学校給食以外の取組を通して、食育推進体制の確立及び食に関する指導の充実を図ることが重要である。

## ここがポイント(取組の重点)

- 障害の状態や発達段階を考慮した望ましい食習慣の定着に課題
- ◇ 「家庭や関係機関と連携した食に関する指導」に重点

## (1) 学校における食育推進体制の確立及び充実

- ① 栄養教諭等の学校給食栄養管理者を中心に、学校の食に関する指導の全体計画①(目標・内容・指導体制・評価等)及び②(各教科等における年間指導計画)を作成し、食に関する指導の充実を図る。
- ② 在籍する幼児児童生徒の実態(障害の状態や食に関する発達・経験の程度等)を的確に把握し、栄養や食事の摂り方等について、正しい知識を身に付け、自ら判断し実践していく力を育成するよう、食に関する指導の工夫及び体験活動の充実を図る。
- ③ 学級担任等と栄養教諭等の学校給食栄養管理者が連携して TT 授業等を行い、学校給食を生きた教材として活用しながら、給食の時間や各教科等における食に関する指導の充実を図る。

## (2) 学校給食の充実

- ① 栄養教諭等の学校給食栄養管理者を中心に学校教職員が連携して、安全・安心で栄養バランスの取れたおいしい学校給食の提供に努める。また、教科等と関連を図った献立作成や地域の地場産物の活用、地域の伝統食・行事食の提供などを通じて、学校給食の充実を図る。

## (3) 家庭・関係機関との連携

- ① 家庭における望ましい食習慣の確立を図るため、学校給食関係機関と連携し、食品の安全、栄養摂取等に関する情報を的確に把握し、様々な機会を通じて食に関する情報の発信に努める。
- ② 食に関する健康課題を有する児童生徒に対して、保護者、学校医等及び関係機関と連携し、課題解決に努める。

### ■ 関連資料 ■

◎ 『第4次沖縄県食育推進計画』	沖縄県	令和5年
◎ 『食生活学習教材くわっちーさびら 改訂版』	沖縄県・沖縄県医師会	令和4年
◎ 『食に関する指導の手引 第二次改訂版』	文部科学省	平成31年
◎ 『学校給食における食物アレルギー対応の手引』	沖縄県教育委員会	平成29年
◎ 『学校給食における管理・指導の手引』	沖縄県教育委員会	平成28年