

第7章 学校給食の指導

学校給食は学習指導要領において特別活動の学級活動に位置付けられており、小学校及び中学校の「学習指導要領解説―特別活動編」において、給食の時間における指導は、標準時数に含まれないものの、教育課程上の学級活動として指導計画に基づいて行われる極めて重要な学校教育活動であり、給食の時間の設定に当たっては、ゆとりをもって食事ができ、十分な指導ができるよう時間の確保に努めなければならないとされています。

1 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

食に関する指導の成果は、一度の実践で得られるものではなく、少しずつ時間をかけながら繰り返し行うことで、指導内容の理解が深まり習慣化されるものである。したがって、給食の時間において日々繰り返される食に関する指導は極めて重要です。

給食の時間には、計画的、継続的に食に関する指導を行うとともに、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、緊張から解放され、気分転換を図ったり、午後に向けての活力を生みだしたりすることもできます。教職員と一緒に楽しく食事をするを通して、児童生徒に対する理解を深めることはもとより学級全体の好ましい人間関係を育てる上でも、積極的に児童生徒の食事のグループに入り、指導の充実に努めることが大切です。

なお、給食の時間における食に関する指導は、次の3点が挙げられます。

- ア 給食指導
- イ 献立を通して、食品の産地や栄養的な特徴等を学習させる。
- ウ 教科等での学習内容について、学校給食を活用し、学びを深める。

この3点のうち、ア給食指導は、給食の準備から後片付けまでの一連の指導の中で正しい手洗い、配膳の方法、食器の並べ方、はしの持ち方(使い方)、食事のマナーなどを習得させるものであり、毎日の給食の時間に学級担任が行う食に関する指導であり、保健指導、安全指導とともに、児童生徒が生涯にわたり楽しく明るい生活を営むための基礎づくりをめざす体育・健康に関する指導として重視されなければならないとされています。

イ、ウは、学校給食を食に関する指導の教材として活用する際の視点であり、献立作成においては、指導の教材としてのねらいを明確にする必要があります。

(2) 給食の時間における食に関する指導の特質

給食の時間における指導は、給食の準備、会食、後片付けなどの一連の指導を、実際の活動を通して繰り返して行うという特徴があります。また、献立の工夫により、「食事」という体験を通して、教科等で得た知識を具体的に確認したり深めたりすることで、学習効果を高めることができます。準備から、会食、後片付けまでの一連の指導が、40分～50分程度設定された場合、年間にすると約190単位時間となります。意図的・計画的に進めることで、教育的効果が得られる。給食の時間は、以下に示した内容を十分に踏まえて指導することが大切です。

ア 実践活動を通じた具体的な指導を行う

給食に使用されている食品に含まれる栄養素や、料理の由来や献立について、実際に食事をするという実践活動を通しての指導ができます。

イ 習慣化を図る

年間190回程度実施されている給食の時間に、繰り返し指導を行うことにより、望ましい食事のとり方の習慣化を図ることができます。

ウ 教科等の学習内容と関連を図る

生活科や総合的な学習の時間に栽培した食品の給食への活用や、教科等の学習内容と関連付けた献立について食に関する指導を実施することができます。

2 給食の時間における食に関する指導の内容

(1) 給食指導

給食指導とは、給食の準備、会食、片付けなどの一連の指導を、実際の活動を通して、毎日繰り返し行う教育活動です。給食の時間の児童生徒の活動や指導方法については、市区町村や学校でマニュアルなどを作成し、学校全体で系統立てた指導ができるよう取り組む必要があります。

給食の時間における共同作業を通して、責任感や連帯感を養うとともに、学校給食に携わる人々への感謝の気持ちなど豊かな心を育み、好ましい人間関係を育てる時間となります。また、給食の時間は学級担任等と児童生徒が共に食事をする時間ですが、献立を通じた具体的な指導場面も多いことから、献立を作成する栄養教諭と適切に連携を取って指導することは効果的であり、望ましい食事のとり方の習慣化を図ることができます。

食物アレルギー、肥満、やせなど児童生徒の健康状態はさまざまであり、また、偏食傾向や食事マナーの状況、食べる速度や噛む力などについても個別に指導する必要があります。指導にあたっては学級担任、栄養教諭、養護教諭等が協力して指導に当たることで効果を上げることができます。

○給食時間における主な指導項目とその内容（例）

給食指導	指導項目	指 導 内 容
準 備	食事環境	・みんなで楽しく気持ちの良い食事の工夫ができるようにする。 ・正しい手洗いを行い、安全衛生に留意した食事の準備をし、静かに待つ。 ・食事にふさわしい環境を整える。
	当番児童生徒	・給食当番健康チェック表（学校給食衛生管理基準に基づく）を用意し、体調を把握する。 ・身支度や手洗いなど食事の準備がきちんと清潔にできるようにする。
	運び方	・重いもの、熱いものへ配慮して、教室まで安全に運ぶようにする。その際、担任は付き添って、思いやりや責任を持った活動ができるようにする。
	配食	・一人分の盛り付け量を盛りきる。 ・担任の確認のもと相談し、配食調整する。 ・献立にふさわしい衛生的な盛り付けや、正しい食器の並べ方ができるようにする。
会 食	あいさつ	・献立（主食・主菜・副菜）の確認をし、献立名を知らせる。 ・「いただきます」のあいさつをする。
	会食中	・食器や箸の持ち方、並べ方、食事の姿勢など基本的なマナーを身に付け、楽しい雰囲気の中で会食できるようにする。 ・落ち着いて食べることができるよう、食べる時間を確保する。
片付け	片付け方	・みんなで協力して、手順良く片付けられるようにする。 ・環境や資源に配慮して、学校や地域の分別の決まり事を守り、片付けるようにする。

(2) 給食の時間における食に関する指導

給食の時間における食に関する指導は、「食に関する指導」の中心的役割を担うものです。献立を通して食品の産地や栄養的な特徴を学ぶことができるほか、郷土食や行事食などの食文化を学校給食で学ぶことにもつながります。さらに、学校給食を活用して教科等で学習したことを確認させたりすることもできます。ここでは、学校給食を活用した指導の在り方について示します。

ア 献立を教材とした給食の時間における指導

給食に使用している食品を活用して、食料の生産、流通、消費について理解させたり、献立を活用して食品の種類や特徴、栄養のバランスのとれた食事などを知らせたりします。ほかにも、季節や地域の行事にちなんだ行事食を提供するなど、食事という実体験を通して食に関する知識理解、関心を深めることができます。

<指導事例>

- (ア) 食料の生産、流通、消費
- (イ) 食品の種類や特徴
- (ウ) 栄養のバランスのとれた食事

イ 教科等と連携した給食の時間における指導

教科等における食に関する指導と連携し、給食を授業の導入場面としたり、給食の時間に献立を教材として振り返りを行うなど、給食の献立や食品などを教材として教科等で活用したりすることができます。栄養教諭は食に関する指導の全体計画を献立計画に反映させ、学級担任や教科担任は、学校給食を教材として活用できるよう、栄養教諭と連携することが大切です。

<指導事例>

- (ア) 導入としての活用（給食 → 授業）

【小学校】第3学年理科

植物のからだのつくりを学習する際、野菜を例に、根や茎、葉、花（つぼみ）、実のどの部分を食べている野菜なのかを給食を食べながら予想させます。実際に食べることで、イメージが付きやすくなります。

【中学校】社会〔地理的分野〕

学校給食で食べながら食品の生産国を確認し、食生活が自然環境だけではなく、日本と世界との結び付きといった社会環境の変化によっても大きな影響を受けていることに気付かせます。私たちの日常生活が他地域との結び付きによって成り立っていることを、学校給食の献立を通じて学びます。

- (イ) 学習の確認の場面としての活用（授業 → 給食）

【小学校】第1学年学級活動

正しい箸の持ち方や使い方、箸のマナーを学習した後、給食時間に箸を正しく使用して食事ができるよう、実践的に練習させる場面とします。

【小学校】第5学年家庭科

栄養バランスのとれた献立について給食を食べながら、献立を構成する要素としての主食・主菜・副菜についての学習を振り返り、理解を深めます。

【中学校】保健体育科

生活習慣の乱れが要因となって発生する生活習慣病について学習する際、運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活を実践することで予防できることを学びます。給食時間には、給食をバランスのとれた食事の教材として年齢に応じた質と量を再確認させ、偏りが無い食事を続けることの大切さを学びます。

3 給食を教材とした教科等における食に関する指導

教科や総合的な学習の時間等での指導に「食育の視点」を入れることにより、授業の導入をスムーズに行ったり、学習で得た知識を食事という体験を通して具体的に確認したり、振り返ったりすることができます。献立のねらいを授業と関連づけ、学校給食を教材として活用しやすくするため、栄養教諭は、献立のねらいを明確にした献立計画を学級担任等に提示します。

ア 教科等の導入場面での活用（給食 → 授業）

<指導事例>

【小学校】第2学年生活科

自分たちが食べている給食には、季節ごとに多種類の野菜が使われていることを学習し、野菜には成長や健康の維持増進のために大切な働きがあることに気付かせます。野菜を身近に感じさせ、野菜の栽培活動に対する関心・意欲を高めさせます。

【小学校】第5学年社会科

給食の献立の食品や種類ごとの産地を調べ、「なぜその地域で盛んにつくられているのか」「食料の輸入はどのようにかわってきたのか」など問いを設けて追究していきます。給食を導入に使う自分たちの食生活との関わりを意識させながら、日本の食料生産の特徴をつかませるようにします。

【中学校】技術・家庭科（家庭分野）

和食の基本となる「だし」を用いた地域の伝統的な行事食や料理を給食の献立で確認します。その後、「だし」を用いた煮物や汁物の調理実習の計画を立てます。実習で用いる食品や味付けは実際に給食で体験していることから、スムーズに学習を進めることができます。

イ 教科等の振り返り場面での活用（授業 → 給食）

<指導事例>

【小学校】第4学年体育（保健領域）

体をよりよく成長させるために「調和のとれた食事」「適切な運動・休養」「睡眠」が必要なことを学習したあと、バランスの良い食事の例として給食献立を手本とし、学習を振り返ります。

【中学校】理科〔第2分野〕

食べ物の消化吸収について学習する際、食品に含まれる栄養素は体内でどのような働きを行うのかを給食献立で振り返りを行います。食べた物が体内の器官でどのように消化吸収されて、どのような働きを行うのかを具体的に振り返ることができます。

ウ 教科等での学習を深める場面での活用（授業 → 給食）

<指導事例>

【中学校】技術・家庭科（家庭分野）

1日分の献立を考える際、3食のうち1食に給食の献立を活用し、残りの献立を立案する学習が考えられます。主食・主菜・副菜を組み合わせたバランスのよい学校給食は、全員が等しく体験していることから、給食を参考にして献立を工夫することができます。



「食育の視点を意識しましょう」

食に関する指導は、すべての場面において「食育の視点」を意識して行いましょう。食育の視点の内容については、「食に関する指導の手引き—第二次改訂版—」（平成31年3月文部科学省）P16～20を確認してください。

※本手引きP23「第3章 学校給食の栄養管理」の5献立作成にも記載があります。

4 給食の時間における年間指導計画の作成

(1) 年間指導計画作成の考え方

- ア 学校の教育目標との関連を図りながら、給食指導のねらいを明確にする。
- イ 学校給食の年間献立計画と連携して作成する。栄養教諭・学校栄養職員が在籍しない学校においても年間献立計画と連携を図るために、献立作成委員会や給食主任者会などの利用を考えた体制を確立しておく。
- ウ 教科等と連携を図りながら、学校給食の指導の効果を高められるものにする。
- エ 給食の時間は、学校の実態に即して適切に定めることが必要であり、指導の充実を図るため、準備も含めた食事時間が十分確保できるようにする。
 - (ア) 会食の時間を小学校では20分以上、中学校では15分以上確保できるように、給食時間の準備、会食、片付け等の時間配分を考慮する。
 - (イ) 教育活動を活発にするため、児童生徒の意見を反映させる。
 - (ウ) 生活指導や生徒指導の場としても活用する。
 - (エ) 給食後の休憩時間（昼の放課）は、少なくとも15分は確保できるようにする。
- オ 学校、学年及び地域社会の実情に配慮して、きめ細かく作成する。
 - (ア) 学校の実情
 - ① 児童生徒数、学級数、教員数とその組織
 - ② 校舎の配置や調理場の位置とその広さ
 - ③ リフトや運搬の施設、設備、手洗い場の位置や大きさ、数
 - ④ 食べる場所（教室、ランチルーム、特別教室等）や会食する人（級友、交流学級、通学団等）
 - (イ) 学年の実情
 - ① 小学校低学年
学級への所属感を高めるために、他の児童や学級担任との交流を促すよう配慮する。
 - ② 小学校中学年
給食の時間の活動に積極的に参加し、集団の秩序・規律や活動の方法を自分たちでつくり上げることができるよう配慮する。
 - ③ 小学校高学年
児童の自主性を尊重し、多様で自主的な給食活動が展開できるよう配慮する。
 - ④ 中学校
生徒の自主性の伸長が図られ、好ましい人間関係を自ら育成する態度が養成されるよう配慮する。
 - (ウ) 地域社会の実情
 - ① 児童生徒の家庭における食品摂取状況、朝食、間食、夕食等
 - ② 地域社会の保健衛生状況、地域的な疾患等
 - ③ 地域社会の生産と消費、職業構成、経済状況、労働状況等
 - ④ ①から③の実情と児童生徒の健康、発育、嗜好との相関関係
- カ 委員会活動の計画とも関連させ、児童生徒が主体的に活動することができるよう配慮する。
- キ 食事環境に変化と潤いをもたせ、幅広く児童生徒の交流を図るように配慮する。
 - (ア) 行事給食の例
 - おめでとう会食 — 入学、誕生日、卒業
 - ありがとう会食 — 給食感謝の会、地域ボランティアの方への感謝の会
 - (イ) 交流給食の例
 - なかよし会食 — 交流学級の会食
 - 招待給食 — 校内の教職員や地域の方の招待
 - (ウ) その他の例
 - あおぞら給食 — 室外での給食

- ク 指導に役立つもので、実施学年や学級等の創意工夫を活かせるような弾力性のあるものとする。
- ケ 全教職員が給食指導に対して、正しい理解と関心をもち、積極的に指導にあたるとともに、衛生、栄養、献立等について自ら研修を深める。
- コ 食と健康に関わるすべての活動の関連性を明確にするため、計画の項目は、月目標、指導事項・留意点、行事、教科等、委員会活動、PTA活動、給食だより等とする。
- サ 計画、内容、成果等、指導の結果を評価し、改善する。

(2) 給食の時間の年間指導事項・留意点
小学校（例）

月	目標	学年	指導事項	指導の留意点
4	準備や後片付けをきちんとしよう	低学年	①給食当番・係の仕事や役割 ②安全な運搬 ③配食・後片付けの手順	<ul style="list-style-type: none"> ・入学当初は、特別に時間を設定し指導する。 ・重い物、熱い物は教職員も一緒に運ぶ。 ・食べ残しは決まった容器に入れ、食器は種類別にまとめさせる。
		中学年	①給食当番・係の仕事や役割 ②安全な運搬 ③配食・後片付けの手順	<ul style="list-style-type: none"> ・給食当番、係の仕事や分担をはっきりする。 ・配膳、配食の順序を工夫させる。 ・熱い物は特に気を付けさせる。 ・こぼした物の後片付けをきちんとさせる。
		高学年	①給食当番・係の自主的な活動 ②準備・後片付けの協力	<ul style="list-style-type: none"> ・安全に配慮した能率的な配膳の仕方を工夫する。 ・グループごとにごみ入れなどを工夫して作る。 ・食器などは、丁寧に扱うようにする。
5	食事のきまりを知ろう	低学年	①食器の置き方 ②はし・スプーンの持ち方 ③よい姿勢	<ul style="list-style-type: none"> ・食器の置き方を確認する。 ・はし、スプーンの持ち方を確認し合う。 ・机といすの間を適度に空けて座る。
		中学年	①食器の持ち方 ②はし・スプーンの持ち方 ③よい姿勢	<ul style="list-style-type: none"> ・食器に手を添えて食べるようにする。 ・はし、スプーンの持ち方を確認し合う。 ・背筋を伸ばして座る。
		高学年	①正しい配膳 ②はし・スプーンの持ち方 ③よい姿勢	<ul style="list-style-type: none"> ・正しいはしの持ち方を確認する。 ・飯わんや汁わんは、ふちに親指を添え、ほかの指はそろえて底にあてる。 ・ひじをつかず、足は床にそろえてつける。
6	よくかんで食べよう	低学年	①手早い準備 ②よくかむ	<ul style="list-style-type: none"> ・手早い準備を心がける。 ・よくかむことを意識する。
		中学年	①手早い準備 ②よくかむ ③食べる速さ	<ul style="list-style-type: none"> ・手早い準備を心がけ、会食時間を確保する。 ・口に入れる量を加減し、よくかむ。 ・時間内に食べられる速度で食べる。
		高学年	①準備の協力 ②よくかむ ③適度な速さ	<ul style="list-style-type: none"> ・協力して手早い準備をし、会食時間を確保する。 ・よくかむことを意識し、味わって食べる。 ・ほどよい速度で、味わって食べる。

月	目標	学年	指導事項	指導の留意点
7	身の回りをきれいにしておいて食事をしよう	低学年	①手洗いの方法 ②机の整頓	<ul style="list-style-type: none"> ・はなかみ、用便等は手洗い前に済ませる。 ・手洗いの方法を覚える。 ・机の上を整頓し、筆箱等学習用具は片付ける。
		中学年	①手洗いの方法 ②清潔な身支度 ③食卓の整理整頓	<ul style="list-style-type: none"> ・身の回りの片付け、手洗いを習慣化する。 ・机の上を整頓し、筆箱等学習用具は片付ける。 ・給食用具（エプロン、ナフキン等）の整理をする。
		高学年	①衛生的な手洗いの方法 ②清潔な身支度 ③食卓の整理整頓	<ul style="list-style-type: none"> ・食前の衛生的な手洗いの習慣を身に付ける。 ・机の上を整頓し、筆箱等学習用具は片付ける。 ・給食用具（エプロン、ナフキン等）を自分で整理をする。
9	みんなで協力して楽しい食事をしよう	低学年	①準備の協力 ②楽しい食卓づくり	<ul style="list-style-type: none"> ・給食当番、係活動の仕事や役割分担を確認する。 ・グループ内で仕事を分担し、協力する。
		中学年	①準備・後片付けの協力 ②食事にふさわしい話題	<ul style="list-style-type: none"> ・準備や後片付けを手際よくする仕方を考える。 ・食事中にふさわしい話題を選ぶ。 ・他のグループの様子も参考にする。
		高学年	①仕事の分担 ②能率のよい準備・後片付け	<ul style="list-style-type: none"> ・食卓づくりの報告会などを開き、他のグループの工夫を知らせる。 ・食事中にふさわしいマナーを身に付ける。
10	好き嫌いをなく食べよう	低学年	①偏食 ②自分に合った量	<ul style="list-style-type: none"> ・苦手な物も少しずつ食べるようにする。 ・個人差に応じて量を加減し、自分の適正量を覚える。
		中学年	①決められた時間内の食事 ②偏食と健康	<ul style="list-style-type: none"> ・時間を考えながら食べる。 ・少しでも食べるようにする。 ・体のことを考えて、好き嫌いせず、何でも食べるようにする。
		高学年	①必要な栄養と食事量	<ul style="list-style-type: none"> ・栄養を考えて、残さないで食べることができるよう、自分なりの目標を立てて努力する。 ・調和のとれた食事をする事の大切さを理解する。
11	働く人に感謝して食べよう	低学年	①働く人への感謝 ②後片付け	<ul style="list-style-type: none"> ・感謝の心をこめてあいさつをする。 ・給食を作ってくれた人に感謝しながら食べる。 ・食器に食べ物を残しておかないように、後片付けをする。
		中学年	①働く人への感謝 ②配慮のある後片付け	<ul style="list-style-type: none"> ・食べ物を粗末にしない食べ方を身に付ける。 ・給食を作ってくれた人に感謝しながら食べる。 ・調理員さんが仕事をしやすいように片付ける。
		高学年	①働く人への感謝 ②感謝の表し方 ③配慮のある後片付け	<ul style="list-style-type: none"> ・食べ物を作る人の苦労や努力に感謝する。 ・調理員さんたちに感謝の気持ちをもつ。（手紙、作文等） ・調理員さんが仕事をしやすいように片付ける。

月	目標	学年	指導事項	指導の留意点
12	きれいに手を洗おう	低学年	①手洗い ②教室の換気 ③給食当番の健康観察	<ul style="list-style-type: none"> ・丁寧に手洗いをし、専用のハンカチでふく。 ・給食の前に、教室の換気をする。 ・給食当番の健康観察を徹底し、体調不良の際は交代する等の配慮をする。
		中学年	①丁寧な手洗い ②教室の換気 ③給食当番の健康観察	<ul style="list-style-type: none"> ・丁寧に手洗いをし、専用のハンカチでふく。 ・給食の前に、教室の換気をする。 ・給食当番の健康観察を徹底し、体調不良の際は交代する等の配慮をする。
		高学年	①衛生的な手洗い ②環境整備と換気 ③給食当番の健康観察	<ul style="list-style-type: none"> ・丁寧に手洗いをし、専用のハンカチでふく。 ・給食の前に手際よく教室の整理整頓を行い、換気をする。 ・給食当番の健康観察を徹底し、体調不良の際は交代する等の配慮をする。
1	食べ物に感謝して食べよう	低学年	①食べ物への感謝 ②食事のあいさつ	<ul style="list-style-type: none"> ・食べ物は植物や動物の命からできていることに気付き、感謝して食べる。 ・「いただきます」「ごちそうさま」を、心をこめて言う。
		中学年	①食物や自然の恵みへの感謝 ②食事のあいさつ ③学校給食の歴史	<ul style="list-style-type: none"> ・食べ物は自然の恵みである、植物や動物の命からできていることに気付き、残さないように食べる。 ・学校給食の歴史を知り、感謝の気持ちをこめて食事のあいさつをする。
		高学年	①食物や自然の恵みへの感謝 ②学校給食の歴史 ③食料事情	<ul style="list-style-type: none"> ・自然の恵みに感謝し、残さないように食べる。 ・学校給食の歴史や、食料自給率、世界の食料事情に思いをはせ、心をこめて食事のあいさつをする。
2	マナーを守って楽しく食べよう	低学年	①食事時の姿勢 ②食事のマナー	<ul style="list-style-type: none"> ・後ろを向いたり、ひじをついたり、いすの片足に重心をかけたりしないようにする。 ・食事の場にあった声の大ききで話す。
		中学年	①落ち着いた食事 ②食事のマナー	<ul style="list-style-type: none"> ・姿勢を正して口を閉じ、よくかむようにする。 ・食器や牛乳びんの取り扱いに注意し、食べ物をこぼさないようにする。 ・時には教師が話題を提供しながら和やかに話す。
		高学年	①落ち着いた食事 ②気持ちよい食事マナー	<ul style="list-style-type: none"> ・早食いにならないように、落ち着いて食べる。 ・食事にあった話題で声の大ききに気を付けて話す。 ・校内放送を静かに聞くようにする。
3	一年間の給食を振り返ろう	低学年	楽しく食事ができたかの反省	<ul style="list-style-type: none"> ・楽しい食事ができるために、自分がかんばったことやこれから気を付けること等を反省する。 ・個人差に応じた評価がされるよう配慮する。
		中学年	給食時間の係活動や楽しい食事ができたかの反省	<ul style="list-style-type: none"> ・給食についてのきまりや係の仕事について、自主的によくできたか話し合う。 ・学級全体として給食の反省ができるように、時間設定を考える。
		高学年	楽しい食事に向けて、自主的、協力的に活動できたかの反省	<ul style="list-style-type: none"> ・日常の食事マナーを身に付け、自主的に楽しい給食ができたか反省する。 ・学級活動の時間を利用して、一年間の反省をまとめる。

イ 中学校（例）

月	目標	指導事項	学年	指導の留意点
4	楽しい給食の場をつくらう	①みんなで組織をつくる。 ②楽しい食事の場をつくる。 ③協力して準備する。	1年	<ul style="list-style-type: none"> 学校給食の意義を理解し、それぞれの生徒が責任を果たすことのできる組織をつくる。 楽しい食事の場づくりをする。(環境、グループづくり、仕事の分担、協力) 望ましい給食の準備の仕方を身に付ける。
			2年	<ul style="list-style-type: none"> 学校給食の意義を再認識させ、進んで取り組める組織をつくる。 楽しい食事の場づくりをする。(環境、グループづくり、仕事の分担、協力) 能率的な給食の準備について話し合い、実践する。
			3年	<ul style="list-style-type: none"> 学校給食の意義を深め、能率的に活動できる組織をつくる。 食事の望ましい雰囲気について理解し、実践の方法を工夫する。 能率的な給食の準備について話し合い、実践する。
5	食事のきまりを身に付けよう	①衛生的な食事の準備について点検する。 ②食事の基本的習慣を身に付ける。 ③落ち着いた給食時間にする。	1年	<ul style="list-style-type: none"> 手洗い方法、配食、当番の服装などを点検し合う。 食事の基本的習慣を身に付ける。(あいさつ、姿勢、はしの持ち方、食べ方、後片付け) 食事の場にふさわしい声の大きさを会話する。
			2年	<ul style="list-style-type: none"> 手洗い方法、配食、当番の服装などを点検し合う。 食事の基本的習慣を身に付ける。(あいさつ、姿勢、はしの持ち方、食べ方、後片付け) 気持ちのよい話題を選び、和やかに会話する。
			3年	<ul style="list-style-type: none"> 給食時の清潔さが習慣化されているか反省する。 上手にはしが扱えるようにする。 望ましい食事の習慣について再認識する。 テーマを決めた話題にする等、落ち着いて楽しい給食時間になるよう、学級で協力して取り組む。

月	目標	指導事項	学年	指導の留意点
6	よくかんで食べよう	①う歯やその予防について知る。 ②かむことの効用について考える。 ③よくかんで食べる。	1年	<ul style="list-style-type: none"> ・歯の大切さと、う歯の原因を理解し、その予防に取り組む。 ・かむことの効用「ひみこのはがい〜ぜ（肥満防止、味覚の発達、言葉の発音、脳の発達、歯の病気予防、がん予防、胃腸快調、全力投球）」を知り、よくかんで食べる。
			2年	<ul style="list-style-type: none"> ・歯の大切さと、う歯の原因を理解し、その予防に取り組む。 ・かむことの効用を理解し、意識してよくかんで食べる。
			3年	<ul style="list-style-type: none"> ・歯の大切さと、う歯の原因を理解し、その予防に取り組む。 ・かむことの効用を理解し、自分の健康管理のためによくかんで食べることを習慣化する。
7	環境を整えて食事をしよう	①衛生を意識した身支度をする。 ②食事にふさわしい環境の整備をする。 ③美しい環境で楽しく食事をする。	1年	<ul style="list-style-type: none"> ・衛生的な身支度や手洗い方法を確認し合う。 ・教室内の整理整頓に心がけ、換気をして教室環境を整える。 ・教科書、ノート、筆箱等、学習用具を整頓し、清潔で美しい食卓づくりに全員が協力する。
			2年	<ul style="list-style-type: none"> ・衛生的な身支度や手洗い方法を身に付け、進んで実践する。 ・教室内の整理整頓を常に心がけ、効率的な換気方法を話し合い、教室環境を整える。 ・清潔な環境づくりが楽しい会食につながることを理解し、実践する。
			3年	<ul style="list-style-type: none"> ・衛生的な身支度や手洗い方法を実践し続けることで、習慣化させる。 ・教室内の整理整頓を常に心がけ、効率的な換気を行うことで、気持ちのよい環境にする。 ・楽しい雰囲気での会食することが、自分たちの心を豊かにすることを自覚する。
9	ふれあいを深め和やかな給食時間にしよう	①食事中的話題に気を付ける。 ②給食中の学校放送を静かに聞く。 ③共に食事をする事で親睦を図る。	1年	<ul style="list-style-type: none"> ・食事中的のよい雰囲気づくりには、場にふさわしい話題を選ぶことの大切さを知る。 ・静かに放送を聞く習慣を身に付ける。 ・グループづくりを工夫して和やかな食事にする。
			2年	<ul style="list-style-type: none"> ・食事中的にふさわしい話題を選び、楽しい雰囲気での食事ができるようにする。 ・放送を聞く時間と会話の時間とを区別する。 ・食後の時間を親睦のために有効に使う。
			3年	<ul style="list-style-type: none"> ・楽しく会話しながら食事をする習慣を身に付ける。 ・給食時の学校放送で改善すべき点を検討する。 ・自主的な行事計画を立て、会食時間に合った学級内の親睦を深める。

月	目標	指導事項	学年	指導の留意点
10	偏食をなくしバランスよく食べよう	①偏食の原因をつかむ。 ②栄養面に配慮し偏食をなくす努力をする。 ③食べ残しをなくす。	1年	<ul style="list-style-type: none"> 自分の好みが偏っていないかを考える。 偏食があると成長期に必要な食事摂取基準が満たされないことを知る。 給食の献立が成長期の食事摂取基準を満たしていることを知り、残さないようにする。
			2年	<ul style="list-style-type: none"> 偏食の原因をつかみ、なくすように努力する。 偏食による病気や異常について知り、積極的に偏食をなくす気持ちをもつ。 残すと栄養が偏ることを理解して、自己の適量を知り、配膳を工夫する。
			3年	<ul style="list-style-type: none"> 栄養が偏らないように配慮する。 栄養の自己管理ができるようにする。 給食に関係する人々に配慮し、食べ残しが出ないよう積極的に努力する。
11	働く人に感謝し態度や行動に表そう	①給食ができるまでを知る。 ②食前、食後のあいさつをする。 ③係に協力する。 ④食事ができることに感謝する。	1年	<ul style="list-style-type: none"> 給食が、国や地方の多くの人々の努力によって行われていることを知る。 食前、食後のあいさつの必要性を知る。 給食当番に感謝し、協力する気持ちをもつ。
			2年	<ul style="list-style-type: none"> 給食に従事する人々の仕事を理解し、その努力に気付く。 気持ちをこめて食事のあいさつをする。 食前、会食、食後の活動に進んで協力する。
			3年	<ul style="list-style-type: none"> 給食に従事する人々の苦労を考えて、常に感謝の気持ちをもって取り組むようにする。 自発的に食前、食後のあいさつができる。 感謝と奉仕の気持ちを給食の場で行動に表すにはどうしたらよいかを考え、実践する。

月	目標	指導事項	学年	指導の留意点
12	衛生に配慮した準備をしよう	①衛生的な給食準備の習慣を身に付ける。 ②食中毒について知る。 ③健康観察の重要性を理解し、協力する。	1年	<ul style="list-style-type: none"> 給食前の手洗い、配膳台の消毒等が衛生的に行われているかを確認する。 冬にも多い食中毒の特徴と、その予防法について知る。 給食当番の健康観察の重要性を理解し、健康観察の徹底とその対策について話し合う。
			2年	<ul style="list-style-type: none"> 給食前の手洗い、配膳台の消毒等を衛生的に行うことの意義を理解し、実行する。 冬に多い食中毒の特徴を理解し、係や当番活動を衛生的に行うにはどうしたらよいか話し合う。 給食当番の健康観察の重要性を理解し、体調不良者に対する配置替えなどに学級全体が協力する。
			3年	<ul style="list-style-type: none"> 衛生面に配慮した給食前の手洗いや身支度等を手際よく実施できる習慣を身に付ける。 冬にも多い食中毒の特徴を理解し、係や当番活動を衛生的に行うため、積極的に協力する。 健康観察の重要性を理解し、日頃から体調管理に気を付ける。
1	自然の恩恵に感謝して食べよう	①学校給食の歴史や給食週間について知る。 ②食品の生産、流通、調理についての知識を深める。 ③国内外の食料事情について考える。	1年	<ul style="list-style-type: none"> 学校給食週間に、学校給食の歴史、意義を知る。 食物が自然の恵みであることを再確認し、口に入るには社会の恩恵も受けていることを理解する。
			2年	<ul style="list-style-type: none"> 学校給食週間に、学校給食の歴史、意義を知る。 食品の生産、流通、調理には、自然の恩恵と多くの人々の努力があることを理解する。
			3年	<ul style="list-style-type: none"> 学校給食週間に、学校給食の歴史、意義を知る。 日本人の食生活について考える。 世界の食料事情から、食べられることへの感謝や持続可能な社会について考える。

月	目標	指導事項	学年	指導の留意点
2	望ましい食事のマナーを身に付けよう	①正しい姿勢で食べる。 ②食事のマナーを身に付ける。 ③食器の取り扱いを正しくする。 ④食後の休養の意義を考える。	1年	<ul style="list-style-type: none"> ・食事の望ましい姿勢について知る。 ・食事のマナーが楽しい食事につながることを知る。 ・はし、スプーンの上手な使い方を理解し、音をたてないで食事ができるようにする。 ・食後の休養が必要なことを知り、実践する。
			2年	<ul style="list-style-type: none"> ・食事の姿勢と食物の消化について理解する。 ・食事のマナーを身に付け、和やかな食事時間がもてるようにする。 ・後片付けの仕方を、正しく能率的に行う。 ・食後の休養と食物の消化と関係があることを知る。
			3年	<ul style="list-style-type: none"> ・姿勢に留意して食べようとする意識を高める。 ・食事のマナーに従い、和やかで楽しい食事ができるようにする。 ・器を持って食事をする和食のマナーを知り、食文化について理解を深める。 ・十分な休養をとって食事時間をゆとりあるものにする。
3	1年を振り返り健康と栄養について考えよう	①自分の食生活について振り返る。 ②食生活と健康の関わりについて考える。 ③健康的な生活を送るために必要な食習慣を身に付ける。	1年	<ul style="list-style-type: none"> ・望ましい食生活は健康の源であることを知る。 ・成長期に必要な栄養について理解する。 ・自分の食生活について振り返り、よりよくするにはどうしたらよいかを考える。
			2年	<ul style="list-style-type: none"> ・望ましい食生活は健康の源であることを理解する。 ・偏食の原因を調べ、改善するために努力する。 ・自分の食生活について振り返り、よりよくするにはどうしたらよいかを話し合い、実践のための目標を立てる。
			3年	<ul style="list-style-type: none"> ・偏食の障害を知り、食べやすい方法を考える。 ・食事摂取基準は年齢、性別、運動量によって異なることを知る。 ・自分の食生活について振り返り、生涯にわたって健康な生活を送るために必要な食習慣を身に付けるように努力する。

5 給食指導の留意点

給食の時間は準備、会食、後片付けに区分され、小学校は40分以上、中学校は30分以上を設定することが望ましいです。給食の時間確保のために、4時間目の授業が延長することがないようにし、給食の時間後は15分程度の休憩がとれるような配慮が必要です。食事時間は、生活のリズムを整える役割としても重要であるため、行事等で大幅に開始時刻が変わることがないようにします。

[目安時間]

区分	小学校	中学校	指導の重点
準備	15分以内	10分以内	手洗い、配膳の合理的な運営を図り、時間内で準備する。また、清潔で明るい環境を整える。
会食	20分以上	15分以上	会食にゆとりをもたせ、楽しい雰囲気の中で食事ができるようにする。また、和やかな雰囲気の中で評価等を行う。
後片付け	5分程度	5分程度	後片付けが確実にできるようにする。

(1) 準備

- ア ワゴン車の有無や配膳の方法、学級の人数等に応じて適切な方法により、協力して効率よく行わせること。
- イ 給食当番の児童生徒には、学級の仲間のことを思い衛生的でおいしそうな盛り付け等を考えさせること。
- ウ 給食当番以外の児童生徒には、手洗い場を当番に優先して使わせたり、グループ作りを行ったりするなど、当番がスムーズに配膳できるように協力することの重要性を考えさせること。
- エ 児童生徒一人一人が自主的に責任をもって活動できることを重視しつつ、一人分の分量を的確に配膳しているか、盛り残しなく配膳できているか、衛生的に配膳しているか、協力して配膳しているかなどについて支援すること。

(2) 会食

- ア 健康な体づくりのためにはよく噛んで味わって食べることが重要であり、また、会食は仲間と楽しい時間を過ごし緊張から解放され気分転換を図る時間でもあるため、ゆとりある時間を確保すること。
- イ 食事に関わりのないテレビ放送や授業の補習を行わないなどの配慮をすること。
- ウ 学級担任は、各グループを1日ずつ回って、明るい雰囲気の中で会食ができるように積極的に話しかけ、児童生徒との会話を楽しみコミュニケーションを図る等、積極的に関わること。
- エ きたない話や気持ちの悪くなる話など会食の場にふさわしくない会話をしていないかに配慮すること。
- オ 給食にマイナスのイメージを与えるような言葉は避け、気持ちよく会食できるような言葉がけをすること。

(3) 後片付け

- ア みんなで協力して安全かつ効率的に行うこと。
- イ 食べ終わって自分だけすぐに片付けてしまうということがないように、片付け始める時間を決めておくこと。
- ウ 食器を返却する際は音をたてないように丁寧に扱うこと。
- エ 食器にご飯粒の食べ残しがないか、ゴミはきちんとまとめられているかなど、マナー面にも配慮し、感謝の気持ちをもって片付けができるようにすること。

6 学校給食を活用した食に関する指導の留意点

(1) 食品の産地や栄養的な特徴等の学習

ア 児童生徒の発達段階や実態に合わせて、献立や料理、食品についての情報を効果的に指導に活用すること。

イ 献立一口メモのように、食に関する指導の情報をまとめたものを各学級に配布し、委員会活動として委員から伝えたり、学級の係活動にしたり、担任が伝えたりするほか、給食の時間の放送で知らせたり、掲示物にするなど活用すること。

ウ 料理する前の食品を見せたり、生産者や生産している様子を写真やビデオなどで知らせたり、生産者等から直接話を聞くなどの工夫をすること。

【献立を活用した食に関する指導の例】



< 献立 >
 さつまいもごはん
 牛乳
 きすのカレー天ぷら
 キャベツの昆布炒め
 豚汁

料理・食品	料理や食品についての情報
ごはん	京都府でとれた特別栽培米である。炊き上がりは白く美しく、上品な甘みと、ほどよい粘りが特徴である。 京都府で開発された米で、夏場の高温にも強い。 10月の始めから終わりにかけて収穫される。今日のごはんは今年とれた新米である。 ごはんは、おもにエネルギーのもとになる食品で、炭水化物を多く含む。
きす	京都府北部の日本海でとれた魚である。 骨まで食べられるからカルシウムがたくさんとれる。
さつまいも	京都府の〇〇市の〇〇地域でとれたものである。 食物繊維が多く含まれているので、腸の調子を整えてくれる。
キャベツ	京都府の〇〇市の〇〇地域でとれたものである。 えぐみが少なく、肉厚でやわらかく甘みがある。

(2) 教科等での学習と給食の時間

その日に食べる給食や前日に食べた給食を教材として各教科や道徳、総合的な学習の時間、特別活動などの授業に組み入れることで具体的で身近な授業を展開することができ、児童生徒の興味・関心、意欲を引き出すことができます。

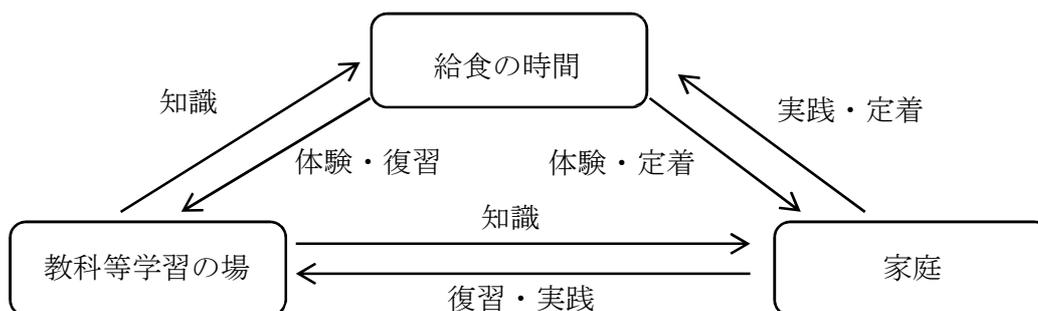
給食の時間の体験が教科等の学習に生かされ、教科等で得た知識を給食の時間にフィードバックさせつつ、食べるという体験を通して、実践につながるよう配慮したり、学習の内容を家庭に知らせ、家庭において定着化を図ることが望まれます。

ア 各教科等における個々の学習を、給食の時間を中心として互いに関連付けて指導する。

イ 各教科等に関連のある食品や学習内容を給食の献立に組み入れる。

ウ 教科等で学習した内容と給食の時間での指導との関連付けを図る。

エ 給食の時間に体験したことを、家庭生活に生かす。これを図式化すると次のようになる。



7 特別支援学校における学校給食

(1) 特別支援学校の教育の特性

特別支援学校での教育は、視覚障害者、聴覚障害者、知的障害者、肢体不自由者又は弱者（身体虚弱者を含む。）に対して、幼稚園、小学校、中学校又は高等学校に準ずる教育を施すとともに、障害による学習上又は生活上の困難を克服し自立を図るために必要な知識技能を授けることを目的としています。

特別支援学校の教育課程においては、自立活動が指導領域として特別に設けられています。個々の幼児児童生徒が自立を目指し、障害による学習上又は生活上の困難を主体的に改善・克服するために必要な知識、技能、態度及び習慣を養う指導は、自立活動の指導を中心として行われるものであり、自立活動は、障害のある幼児児童生徒の教育において、教育課程上重要な位置付けとなっています。

(2) 特別支援学校における学校給食の位置付け

学校給食法における「学校給食」とは、学校給食の目標を達成するために、義務教育諸学校において、その児童又は生徒に対し実施される給食であり、この法律で義務教育諸学校とは、学校教育法に規定する小学校、中学校、中等教育学校の前期課程又は特別支援学校の小学部若しくは中学部をいう、と定義されています。このことから、特別支援学校の小学部及び中学部の学校給食の目的と目標は、小学校及び中学校と同じであるといえます。

特別支援学校の幼稚部と高等部については、「特別支援学校の幼稚部及び高等部における学校給食に関する法律」に基づいて実施されています。この法律で学校給食は、特別支援学校における教育の特殊性にかんがみ、特別支援学校の幼稚部及び高等部において学ぶ幼児及び生徒の心身の健全な発達に資し、あわせて国民の食生活の改善に寄与することを目的としています。

また、この法律において、学校給食法で規定する学校給食実施基準及び学校給食衛生管理基準を準用するとしています。

(3) 特別支援学校における食事に関する指導

障害のある幼児児童生徒が、将来自立し、社会参加するための基盤として、望ましい食習慣を身に付け、自らの健康を管理する力や食物の安全性等を自ら判断する力などを身に付けることは極めて重要なことです。

また、障害のある幼児児童生徒にとって「食べること」とは、咀嚼や嚥下などの食べる機能を促すだけでなく、食事に関する基本動作やコミュニケーション能力、情緒面などの人間として調和的発達を促す重要な行為であると言えます。

これらのことから、特別支援学校の食事に関する指導では、生命の維持や、健康状態の回復や保持、増進など、障害による学習上又は生活上の困難を改善・克服して自立を図るために必要な知識、技能、態度及び習慣を養うための教育活動として

とらえ、指導を展開していく必要があります。

なお、食事に関する指導を自立活動の時間として設定することについて、特別支援学校においては、一人一人の児童生徒について詳細な実態把握を行い、適切な指導計画を作成して指導を展開する必要があることに留意することで、食事に関する指導を自立活動の時間の指導として設定し、総授業時数に含めても差し支えないとされています。

(4) 自立活動の視点からの学校給食を活用した食に関する指導

自立活動の視点から食に関する指導を進めるに当たっては、自立活動の内容と食に関する指導の内容との関連を明確にしておくことが必要です。実際の指導に当たっては、以下の項目の中から必要なものを選定し、それらを相互に関連付けて具体的な指導内容を設定し、指導を展開することが大切です。

ア 健康の保持

(ア) 生活のリズムや生活習慣の形成

規則正しい食事時間の習慣化や、食事内容（種類・量）などの改善を図るとともに、偏食や異食、過食、多飲、反芻、嘔吐など食行動・食習慣に関する課題の改善に取り組む。

(イ) 病気の状態の理解と生活管理

自分の病気の状態及び病状の改善や進行の防止に必要な食事の内容について理解し、バランスのとれた食事の仕方を学習するとともに、自分の体によい食べ方をしようとする気持ちや態度を養う。

(ウ) 健康状態の維持・改善

食に関する指導を通じて、食生活と健康について理解するなど、日常生活における適切な健康の自己管理ができるようにする。

イ 心理的な安定

(ア) 情緒の安定

食欲や食事量は、その時々気分や感情など心理面の要因が関与する場合もあることから、学校給食等を通して食事時の情緒の安定を図るとともに、必要に応じて給食をとる環境を工夫する。

(イ) 障害による学習上又は生活場の困難を改善・克服する意欲

視覚障害や肢体不自由のある児童生徒にとって、給食の時間ははしやスプーンの使い方、食器の扱いなどの食事動作を身に付け、向上させることのできる場面であり、そのことが、楽しく食事ができることにも結びつくことから、生活上の困難を児童生徒が自ら改善することができたという成就感をもてるように留意する。

ウ 人間関係の形成

(ア) 他者とのかかわりの基礎

障害が重度でかつ重複している児童生徒の場合、給食の時間は教師とじっくりかかわることのできる場面であることから、食事の援助をする教師の働き掛けを受け入れたり、呼び掛けにこたえたりするなど対人関係を広げるための基礎的な学習を重視する。

(イ) 集団への参加の基礎

学校給食等の場面は、教師や仲間とのやりとりが生まれる状況であることから、教師や仲間を意識して視線を合わせたり、話をしたりできるようにする。また、給食の時間の配膳や下膳などの活動を通して、自分の役割を果たすことができるように基本的な行動の仕方を指導する。

エ 環境の把握

(ア) 保有する感覚の活用

学校給食を通して、様々な食べものを食すことによって味覚や嗅覚等を刺激し、味覚、嗅覚等の感覚機能の発達を促す。

(イ) 認知や行動の手掛かりとなる概念の形成

食材の属性や色、形、大きさ、固さ、量、味など、学校給食等を通して、日常生活に必要な認知や行動の手掛かりとなる概念の形成を図る。

オ 身体の動き

(ア) 姿勢と運動・動作の基本的技能

学校給食を通して、咀嚼・嚥下等の食べる機能を高めるとともに、食事をする際の姿勢保持や外界にある物に手を伸ばす、物をつかむ、つかんだ物を口に運ぶなどの上肢（手指）の運動・動作の改善及び習得を図るなど、日常生活の基本となる身体の動きを促進する。

(イ) 姿勢保持と運動・動作の補助的手段の活用

給食の時間は、毎日設定されており、実際に食事をする場面であることから、児童生徒個々の実態に応じて、使用するスプーンやフォークの柄の部分を持ちやすいように太くする、ベルトを取り付ける、食器を固定する台を用いる、食器の形状や色、素材を変える、姿勢を保持するための特別に制作した椅子を用いるなど、様々な補助用具や自助具を活用して、食事動作の改善を図る。

(ウ) 日常生活に必要な基本動作

学校給食を通して、安定した座位を確保しながら、上肢を十分に動かせるようにし、食事動作の改善、習得を図る。また、運動・動作に応じて、主体的に日常生活をしていく上で必要とされる基本動作を身に付けるようにする。

カ コミュニケーションの基礎的能力

学校給食は、食事を介して教師や仲間と楽しく交流することができる場面であることから、個々の児童生徒のコミュニケーション能力の実態に即して表情や身振り、絵や写真、言葉などを通して、教師や仲間と意思のやりとりができるようにします。

8 高等学校における学校給食

(1) 高等学校における学校給食の位置付け

高等学校については、「夜間課程を置く高等学校における学校給食に関する法律」に基づいて実施されています。この法律で夜間学校給食とは、夜間において授業を行う課程を置く高等学校において、授業日の夕食時に、当該夜間課程において行う教育を受ける生徒に対して実施される給食をいい、勤労青少年教育の重要性にかんがみ、働きながら高等学校の夜間課程において学ぶ青年の身体の健全な発達に資し、併せて国民の食生活の改善に寄与することを目的としています。

また、この法律において、学校給食法で規定する学校給食実施基準及び学校給食衛生管理基準を準用するとしています。

(2) 学校給食の教育課程における位置付け

高等学校における学校給食について、現在主として定時制の課程において行われていますが、その教育課程上の位置付けとしては、学校の指導の方針、施設・設備、生徒の実態などに応じて異なっているので、それぞれの学校の実態に即した教育活動として行われています。生徒の自発的な活動を醸成する機会として役立つことを含めて、ホームルーム活動、学校行事などの特別活動の一環として、そのいずれかの指導計画の中で実施されている場合もあります。

いずれの場合であっても、食事に対する理解や望ましい食習慣を育成することに役立つばかりでなく、健康についての指導や、食事に対する自己管理の能力を育成するための重要な機会であるため、高等学校学習指導要領においては、特に、特別

活動の一環として学校給食を実施する場合には、食育の観点を踏まえた適切な指導を行うこととしています。

生徒たちが心を開き、明るい雰囲気の中で、望ましい食習慣と豊かな人間関係を育成するように配慮することが大切です。

なお、学校給食を実施していない学校においては、ホームルーム活動の健康・安全に関する指導の中で、食に関する望ましい習慣の形成について、指導の充実を図ることが大切です。

(3) 高等学校における食に関する指導

規則正しく調和のとれた食生活は、健康の保持増進の基本であり、近年の生徒等の食生活の乱れが、生活習慣病はもとより心の健康問題にも発展するなど食に起因する新たな健康課題を生起していることから、食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身につけることは極めて重要な課題となっています。

高等学校の時期は、男女ともに心身の発育・発達が著しいことから、食育の観点を踏まえ、自己の健康を管理し改善していく資質や能力の基礎を育成するため、自分の食生活を見直し、自ら改善して、生涯を通じた望ましい食習慣の形成と食事を通して望ましい人間関係や明るい社交性がはぐくまれるよう指導する必要があります。

高等学校学習指導要領総則においても、小・中学校、特別支援学校と同様に学校における食育の推進が次のように明記されています。

学校における体育・健康に関する指導を、生徒の発達の段階を考慮して、学校の教育活動全体を通じて適切に行うことにより、健康で安全な生活と豊かなスポーツライフの実現を目指した教育の充実に努めること。特に、学校における食育の推進並びに体力の向上に関する指導、安全に関する指導及び心身の健康の保持増進に関する指導については、保健体育科、家庭科及び特別活動の時間はもとより、各教科・科目及び総合的な探究の時間などにおいてもそれぞれの特質に応じて適切に行うよう努めること。また、それらの指導を通して、家庭や地域社会との連携を図りながら、日常生活において適切な体育・健康に関する活動の実践を促し、生涯を通じて健康・安全で活力ある生活を送るための基礎が培われるよう配慮すること。

なお、高等学校学習指導要領解説総則編では、学校における食育の推進において、偏った栄養摂取などによる肥満傾向の増加など食に起因する健康課題に適切に対応するため、生徒が食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身に付けることにより、生涯にわたって健やかな心身と豊かな人間性をはぐくんでいくための基礎が培われるよう、栄養のバランスや規則正しい食生活、食品の安全性などの指導が一層重視されなければなりません。また、これら心身の健康に関する内容に加えて、自然の恩恵・勤労などへの感謝や食文化などについても教科等の内容と関連させた指導を行うことが効果的です。食に関する指導に当たっては、関係する教科等の取組を中心としつつ、地域や学校の事情に応じ栄養教諭等の専門性を有する教職員及び地域の有識者の協力を得るとともに、特別活動の一環として学校給食を実施する場合にはこれを活用するなど、適切に行うことが重要であるとしています。