参考資料

新しい学習指導要領（平成20年３月告示）における「食育」に関する記述

小学校

【第1章　総　則】

（第１ 教育課程編成の一般方針）

３．学校における体育・健康に関する指導は，児童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ものとする。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，体育科の時間はもとより，家庭科，特別活動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とする。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しなければならない。

【第2章　各教科　第8節　家庭】

（第３ 指導計画の作成と内容の取扱い）

２．⑴　ウ　食に関する指導については，家庭科の特質に応じて，食育の充実に資するよう配慮すること。

【第2章　各教科　第9節　体育】

（第３ 指導計画の作成と内容の取扱い）

２．⑸　保健の内容のうち食事，運動，休養及び睡眠については，食育の観点も踏まえつつ健康的な生活習慣の形成に結びつくよう配慮するとともに，保健を除く第３学年以上の各領域及び学校給食に関する指導においても関連した指導を行うよう配慮すること。

【第6章　特別活動】

（第２ 各活動・学校行事の目標及び内容）

学級活動 ２　内容〔共通事項〕

⑵　日常の生活や学習への適応及び健康安全

キ　食育の観点を踏まえた学校給食と望ましい食習慣の形成

中学校

【第1章　総　則】

（第1 教育課程編成の一般方針）

3．学校における体育・健康に関する指導は，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ものとする。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，保健体育科の時間はもとより，技術・家庭科，特別活動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とする。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しなければならない。

【第2章　各教科　第7節　保健体育】

（第2 各分野の目標及び内容）

（保健分野） 3 内容の取り扱い

(7) 内容の(4)のイについては、食育の観点も踏まえつつ健康的な生活習慣の形成に結び付くよう配慮するとともに、必要に応じて、コンピュータなどの情報機器の活用と健康とのかかわりについて取り扱うことも配慮するものとする。

【第2章　各教科　第8節　技術・家庭】

（第2 各分野の目標及び内容）

（家庭分野） 3 内容の取扱い

(2) エ　食に関する指導については，技術・家庭科の特質に応じて，食育の充実に資するよう配慮すること。

【第5章　特別活動】

（第2 各活動・学校行事の目標及び内容）

学級活動2 内容

(2) 適応と成長及び健康安全

ケ　食育の観点を踏まえた学校給食と望ましい食習慣の形成

愛媛の農産物・郷土料理マップ

鯛めん（南予地方）

たこめし（中予地方）

せんざんき
（東予地方）

鯛めし（南予地方）
（ひゅうがめし）

鯛めし
（東予・中予地方）

おもぶり（東予地方）

ひや汁（いよさつま）（南予地方）

福めん（南予地方）

愛媛県では他にもたくさんの農産物が栽培されています。

☆　例　☆

東予地方：きゃべつ、ほうれんそう

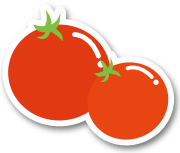
中予地方：レタス、たまねぎ、大根、ピーマン

南予地方：はくさい、さつまいも

えひめの農産物カレンダー（ここでは給食で使いやすい地場産物を紹介しています。）

品目	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
かぼちゃ	●	●			●	●	●	●	●	●	●	●
きゃべつ	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
きゅうり					●	●	●	●	●	●	●	●
ごぼう						●	●	●	●	●		
小松菜	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
じゃがいも	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
しいたけ	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
里芋	●	●	●	●					●	●	●	●
大根	●	●	●	●	●	●	●		●	●	●	●
玉ねぎ			●	●	●	●	●	●	●	●	●	
トマト				●	●	●	●	●	●			
ミニトマト	●	●		●	●	●	●	●	●	●	●	●
人参	●	●	●		●	●	●			●	●	●
ブロッコリー	●	●	●	●	●	●	●			●	●	●
ほうれん草	●	●	●	●	●					●	●	●
なす				●	●	●	●	●	●	●	●	●
レタス		●	●	●	●	●	●					
いよかん	●	●	●									
温州みかん											●	●
ぽんかん	●	●	●									

コンテナで ミニトマトを育ててみましょう！



材料・道具を用意する

地面で植えるのが、ミニトマトをおいしく育てるポイントですが、コンテナで栽培する場合には、できるだけ大きいコンテナを選び、たっぷり土を入れます。コンテナ内の土の目詰まりを防ぎ、水はけをよくするために、鉢底石などを入れます。苗は、コンテナに２株の苗が適当です。本葉が８～10枚あり、茎がしっかりしたものを選びます。

苗を植える

コンテナに土を８～９分目くらい入れます。株の間は40～50cmあけて、苗の根より広い穴を、２ヶ所掘り、穴の脇に支柱をたてておきます。ポットから苗を抜き、根をくずさないように植えます。根元をおさえて土と苗の根を固めます。支柱と茎をビニールタイなどで、８の字にゆるめに結びます。鉢底から水が流れ出るくらいたっぷりと水を与えます。コンテナは日が当たる向きに置きます。

お世話の仕方

葉の付け根からわき芽が出てきたら、最初の花のすぐ下のわき芽を残し、他は手で摘み取ります。最初の実がなりだしたら追肥を開始します。

育ってきたら

ミニトマトは放っておくとどんどんのびるので、プランターで育てる時は、５～６段花が付いたら、花房上の葉を２枚残して茎の成長を止めます。ミニトマトはアブラムシが付きやすいので、葉の裏側をよく観察し、早めに駆除します。

収　穫

苗を植えてから50日～70日くらいで収穫できます。下のほうの実から赤く熟してくるので、完熟したものから軽く引っ張るようにして収穫しましょう。

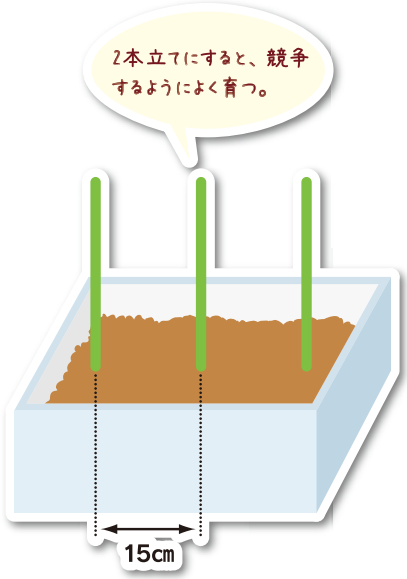
コンテナで

枝豆を育ててみましょう！

材料・道具を用意する

枝豆は種まきから始めます。コンテナ内の土の目詰まりを防ぎ、水はけをよくするために、鉢底石などを入れます。

種をまく



コンテナに土を8～9分目くらい入れます。

15cmほど間隔をあけて、２～３ｃｍの深さで3粒の種を点まきし、しっかり土をかぶせます。

種が流れないようそっと、鉢底から流れ出るくらい水を与えます。

発芽するまでは新聞紙などをかぶせ光を遮ります。

お世話の仕方

芽がでてきたら、日のあたるようにして、枝豆は乾燥に強いので、水は表面の土が乾いたら適度に与えます。種まきから10日ほどしたら、１箇所に２本残るように間引きします。枝豆の茎はまっすぐ上に伸びていくので、支柱をたてて茎をビニール紐で巻きつけます。

育ってきたら

茎が上へ上へ伸びていくと、わき芽が次々に出てて葉をつけていきます。わき芽が5～6箇所ぐらいまで成長したら、茎の先端を切り落として摘心します。最初の花が咲いたら肥料を与えます。その後は2週間に1回程度、肥料を与えます。

収　穫

さやがまるまると太ってきたら収穫します。枝豆は実があまり大きくなりすぎると、硬くなり味も悪くなります。

「食」について学びましょう

☆食育（食に関する指導）の関連資料☆

『食育基本法』（平成17年６月）	内閣府
『学校給食法』	文部科学省
『食育推進基本計画』（平成18年３月）	内閣府
『食生活学習教材（小学校低学年用、中学年用、高学年用、中学生用）』	文部科学省
『食に関する指導の手引き』（平成19年３月）	文部科学省
『食に関する指導参考資料』（平成12年度）	文部科学省
『学校給食指導における地場産物活用事例集』（平成18年２月）	文部科学省
『学校給食調理場における手洗いマニュアル』（平成20年３月）	文部科学省
『食に関する指導資料』	愛媛県教育委員会
『食育推進に向けて～食育基本法が制定されました～』	内閣府
『みんなで食育楽しく食育』（子ども向け、一般向けリーフレット）	内閣府
『食育白書』（平成20年度版）	内閣府
『愛媛県食育推進計画』（平成19年３月）	愛媛県
『健康実現えひめ2010』	愛媛県
『レッツゴー！ヘルシーくん』～えひめ食育ガイド～	愛媛県
『たのしいきゅうしょく』	社団法人日本酪農乳業協会

☆指導に役立つ関係機関等のホームページアドレス☆

内閣府	http://www.cao.go.jp/
文部科学省	http://www.mext.go.jp/
農林水産省	http://www.maff.go.jp/
厚生労働省	http://www.mhlw.go.jp/
愛媛県	http://www.pref.ehime.jp/
ＪＡグループ	
みんなのよい食プロジェクト	http://www.yoi-shoku.jp/
バケツ稲プロジェクト	http://www.ja-group.or.jp/baketsuine/index.html

愛媛県立図書館には、「食育」に関するブックトークキット、学習支援セットのほか、たくさんの本を揃えています。詳しくは、愛媛県立図書館ホームページへ。（http://www.library.ne.jp/ehime/）
問合せは、089－946－6184（子ども読書係）へ。

☆読み聞かせ向き☆

＜低学年＞

『やさいのせなか』　福音館書店
『はたけうた』　福音館書店
『いろいろごはん』　くもん出版
『ぜったいたべないからね』　フレーベル館
『いもほり』　ほるぷ出版
『サンドイッチつくろう』　かがくのとも傑作集

＜中学年＞

『あさごはんからはじめよう』　講談社
『おむすびさんちのたうえのひ』　PHP研究所
『やさいはいきている』　ひさかたチャイルド
『すきなものだけたべたい』　アーニ出版
『おこめのひみつ』　世界文化社
『りんごのおじさん』　ハッピーオウル社

＜高学年＞

『田んぼのきもち』　ポプラ社
『もしも日本人がみんな米つぶだったら』　マガジンハウス
『給食番町』　長崎出版
『しょうたとなっとう』　ポプラ社

☆中学生向け読み物☆

『田んぼのいのち』　くもん出版
『死を食べる』　偕成社
『いのちの食べ方』　理論社
『世界がもし100人の村だったら③たべもの編』　マガジンハウス

☆調べ学習向き☆

『手で食べる』　福音館書店
『みんなが元気になるはじめての食育1～6』　岩崎書店
『食べ物の漢字大研究』　ポプラ社
『調べて食べて元気なからだ1～5』　文溪堂
『調べて学んでバランスよく食べ1～6』　偕成社
『NHKためしてガッテン健康事典』　汐文社
『早ね早おき朝ごはん1～3』　汐文社
『家族で食育朝ごはん1～5』　岩崎書店
『地図絵本日本の食べもの』『地図絵本世界の食べもの』　素朴社編
『日本の食料食生活の変化』『日本の食料食料自給率』　岩崎書店