

学校全体で食育に取り組もう!!

(教師用)



「食育」って何？

食育基本法では次のように説明しています。

食育とは・・・

○生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきもの

(食育基本法前文より)

なぜ学校で「食育」が必要なの？

食は人間が生きていく上での基本的な営みの一つで、健康な生活を送るためには健全な食生活は欠かせません。しかし、生活習慣病の増加などの健康問題や郷土料理等の衰退など様々な問題が指摘されています。

特に、学校では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、児童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。

未来を担う子どもたちのために、私たち教職員が、まず「食育ははじめの一歩!」を踏み出しましょう。