

府中市における食育の取組

府中市教育委員会
令和5年9月20日

1 「食育」が求められる社会的背景

▽ 食育基本法(一部抜粋) ※平成17年6月制定

- 二十一世紀における我が国の発展のためには、子どもたちが健全な心と身体を培い、未来や国際社会に向かって羽ばたくことができるようにするとともに、すべての国民が心身の健康を確保し、生涯にわたって生き生きと暮らすことができるようにすることが大切である。
- 子どもたちが豊かな人間性をはぐくみ、生きる力を身に付けていくためには、何よりも「食」が重要である。今、改めて、食育を、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と位置付けるとともに、様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てる食育を推進することが求められている。

▽ 農林水産省「第4次食育推進基本計画」(一部抜粋)

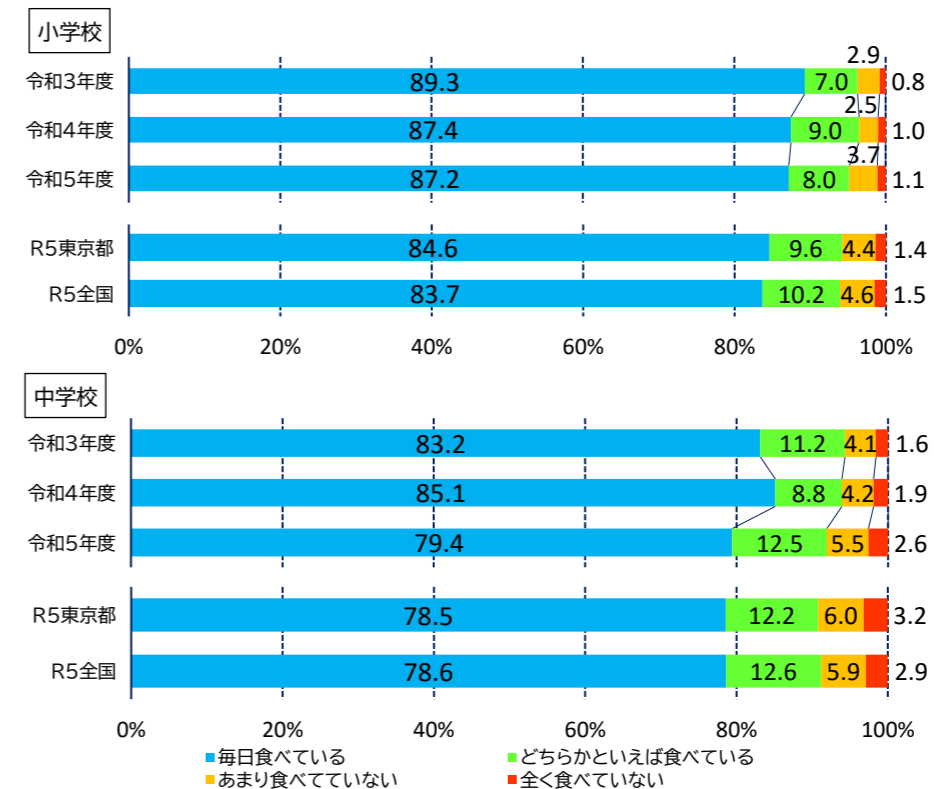
令和3年3月

現状と今後の方向性

- 社会状況の変化に伴い、子供たちの食の乱れや健康への影響が見られることから、学校、保育所等には、引き続き、子供への食育を進めていく場として大きな役割を担うことが求められている。
- 学校においては、学童期、思春期における食育の重要性を踏まえ、給食の時間はもとより、各教科や総合的な学習の時間等、農林漁業体験の機会の提供等を通じて、積極的に食育の推進に努め、子供たちの食に対する意識の変容の方向性や食に対する学びの深化の程度等を、食を営む力として評価していくことが求められている。
- SDGs の目標には、(中略) 食育と関係が深い目標がある。食育の推進は、我が国の「SDGs アクションプラン 2021」(令和2年12月持続可能な開発目標(SDGs)推進本部決定)の中に位置付けられている。

2 府中市の児童・生徒の食習慣の状況

▽ 「朝食を毎日食べていますか」に関する過去3年間の推移及び全国・東京都の比較



- 令和5年度の全国学力学習状況調査において、「朝食を毎日食べていますか」という質問に対し、「毎日食べている」と回答した児童・生徒の割合は、小学校で87.2%、中学校で79.4%でした。
- 「毎日食べている」と回答した児童・生徒の割合は、小・中学校のそれぞれで東京都や全国の平均を上回る結果でした。
- 朝食を毎日食べている児童・生徒の割合は、減っている状況があります。

3 学校における「食育」を推進するための取組

▽ 各教科の関連する取組例

小学校

教科	内容
社会科	・店で働く人と仕事(3年) ・くらしと土地の様子(4年) ・わたしたちのくらしと食料(5年) ・米作りの村から古墳の国へ(6年) など
理科	・実ができたよ(3年) ・葉の色づくころ(4年) ・植物の発芽と成長(5年) ・人とかんきょう(6年) など
生活科	・がぞくでいっしょにおしょうがつ(1年) ・はなや やさいをそだてよう(2年) など
家庭科	・見直そう! 毎日の食事(5年) ・考えよう 買い物とくらし(5年) ・食べて元気 ごはんとみそ汁(6年) ・まかせてね 今日の食事(6年) など
体育科	・毎日の生活と健康(3, 4年生) ・育ちゆく体とわたし(3, 4年生) ・病気の予防(5, 6年生) など

中学校

教科	内容
社会科	・世界各地の人々の生活と環境(1年) ・日本の地域的特色と地域区分(2年) ・食糧問題と日本の農業(3年) ・市場の働きと経済(3年) など
理科	・植物の生活とからだのしくみ(1年) ・生命を維持するはたらき(2年) ・自然のなかの生物どうしの関係(3年) など
技術・家庭科	・食生活と栄養(1年) ・自分や家族のための食事作り(2年) ・食生活を取り巻く問題点(2年) ・食のマナー(2年) ・日本の食文化(2年) ・弁当の献立作り(生活の自立にむけて) 3年 など
保健体育科	・健康な生活と病気の予防「食事と健康」(1年) ・健康と環境「衛生的な飲料水の供給」(3年)

▽ 社会科副読本「わたしたちの府中」(小学校第3, 4学年)

○ 社会科3年「地域に見られる生産や販売の仕事」等では、社会科副読本「わたしたちの府中」を活用し、府中市の土地の使われ方、特産品である小松菜の栽培、生産物の流通などを学んでいます。

↑ 府中市における田畑の状況

← なす、さといもの栽培 (天神町の畑)

↑ 稲作 (押立町の田)

特産品小松菜の栽培 → (押立町の畑)

4 食に関する指導の充実

学校においては、食に関する指導の充実を図るため、体育科（保健体育科）、家庭科（技術・家庭科）及び特別活動はもとより、農林漁業体験や、食品の調理に関する体験、生産者等と子供たちとの交流促進、地産地消の推進等、食の循環を担う多様な主体のつながりを広げ深める食育の推進が求められています。府中市では、「未来へつなぐ府中2020レガシー」として、各学校が府中の自然や文化、人的資源を活用し、家庭や地域等と連携を図りながら、特色ある教育活動を展開しています。

▽ 基本的な生活習慣を身に付ける取組等

- 教科や総合的な学習の時間だけでなく、食事や運動に関する家庭生活について家庭で取り組む活動などもあります。
- 家庭生活に関する取組カードでは、夏季休業等の長期休業明けに、食事を含めた基本的な生活のリズムを取り戻すことなどを目的に取り組んでいます。
- 委員会活動では、食について、児童・生徒が主体的に考え、「給食クイズ」や「給食の歴史の紹介」など、様々な取組を行っています。

けんきょ 元気いっぱい 南っ子！！

項目	8/29	8/30	8/31	9/1	9/2	9/3	9/4	9/5	9/6
1 早寝をする(7時)									
2 朝ごはんを食べて出勤する									
3 朝ごはんを食べる									
4 昼ごはんを食べる(給食も利用)									
5 元気に帰る(帰りの挨拶)									
6 夕ごはんを食べる									
7 夕ごはんを食べる(お風呂)									

保護者様ご記入
担任様ご記入

▽ 「未来へつなぐ府中2020レガシー」における食に関する体験的な活動例

米や野菜作り、収穫体験等



稲の収穫作業



校内の菜園で野菜づくり



じゃがいもを育て、子ども食堂に寄付



農家の方から指導を受けながら、地域の菜園で生徒が野菜を栽培し、地域に販売

【南町小学校】秋の収穫 ～ 育てたもち米を使って餅つき ～



○南町小学校では、もち米を栽培しており、苗づくりから、田植え、収穫まで、学校全体で取り組んでいます。
○収穫したもち米は、PTAの方に協力していただき、学校でふかして全校児童でつき上げます。
○収穫を祝う「収穫祭」では、保護者や地域の方とともに、食の大切さについて学ぶほか、地域のお囃子などの演技も披露しています。



【本宿小学校】学校で育てたジャガイモを使った給食「夏野菜カレー」



○本宿小学校では、校内の菜園で児童が育てたジャガイモを、学校給食センターに出荷（提供）しています。
○ジャガイモは、夏野菜カレーに使われ、市立小学校に提供されています。

▽ 学校と学校給食センターとの連携した取組

栄養教諭による出前授業



○栄養教諭が、各学校を訪問し、食に関する指導を行う「出前授業」を行っています。
○指導内容は、学校と相談し、発達の段階に合わせて内容や題材を設定しています。また、指導に当たっては、校内の ICT 機器を活用し、子供たちにとって、分かりやすい指導になるよう工夫しています。

給食センター広報「ランチタイムズ」等の発行

ランチタイムズ

夏休み明け、2学期が始まります。毎日、元気に通学には、「朝食・早寝」をして、「1日3食」をしっかりと食べ、生活リズムをとることが大切です。生活習慣を身につけ、健康的な生活リズムを身につけましょう。

8・9月の給食目標 朝食の大切さを考えよう

「朝ごはん」は、1日の元気の源です。朝ごはんを食べると「脳の働き」が活発になり、学習のための準備がとれます。朝ごはんを食べないと、エネルギー不足で「集中力」がなくなったり、疲れたり、いらだちやすくなったり、完全に学校生活をスタートするためにも、「朝ごはん」をしっかりと食べてください。

朝ごはんのスイッチ

1. 起床のスイッチ 寝ている間に蓄積した体温を上げ、体が活動しやすくなります。

2. 朝食のスイッチ よく噛んで食べることで、脳に刺激を与え、脳の働きが活発になります。

3. 朝ごはんのスイッチ 朝ごはんを食べることで、脳が活動しやすくなります。

給食メニュー「野菜の味噌炒め」

【材料(1人分)】
 卵 1個
 にんじん(せんざい) 10g
 キャベツ(味噌炒め) 30g
 玉ねぎ(うす切り) 20g
 味噌 3g
 塩 少々

【作り方】
 ① 卵を切る
 ② フライパンに油を熱し、卵を炒める
 ③ 火を止めたら、野菜を加えて炒める
 ④ 味噌を加えて調味する
 ⑤ 味をみて、お好みで塩を加える

朝ごはんの一品にもおまかせ！

※食材は毎朝の食料を調理しているため、発酵に配慮しています。

○児童・生徒が生涯にわたって正しい食生活を自立して行えるよう、食に対する理解を深めることや、保護者への食に関する普及啓発を目的に、給食センター広報誌「ランチタイムズ」小・中学校版を毎月発行しています。
○また、給食時間の校内放送などで活用してもらうための、給食メニューの由来や栄養素などを記載した「一口メモ」を作成し、各校に配布しています。

「姉妹都市・友好都市」の料理の提供

○ウィーン市ヘルナルス区と府中市の友好協定締結30周年を記念した、オーストリアの特別メニューを提供しました。



←チャプチェ



米粉麺の → スープ



○姉妹都市である長野県佐久穂町で栽培された米で作られている米粉麺「さくほ〜めん」を使用したメニューを提供しました。

牛乳のストローレス化

○府中市では、SDGsの目標の一つである「海の豊かさを守ろう」と関連した取組として、学校給食でのプラスチックストローを令和5年度から廃止しました。
○児童・生徒に、環境問題を身近なものとして捉えさせ、環境保全意識を高めるきっかけになっています。

