

食に関する指導に関連した学習指導要領の主な記述

【小学校学習指導要領】

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 第2節 社会

第2 各学年の目標及び内容

〔第3学年及び第4学年〕

2 内 容

- (2) 地域の人々の生産や販売について、次のことを見学したり調査したりして調べ、それらの仕事に携わっている人々の工夫を考えるようにする。
- ア 地域には生産や販売に関する仕事があり、それらは自分たちの生活を支えていること。
 - イ 地域の人々の生産や販売に見られる仕事の特色及び国内の他地域などのかかわり

〔第5学年〕

2 内 容

- (2) 我が国の農業や水産業について、次のことを調査したり地図や地球儀、資料などを活用したりして調べ、それらは国民の食料を確保する重要な役割を果たしていることや自然環境と深いかかわりをもって営まれていることを考えるようにする。
- ア 様々な食料生産が国民の食生活を支えていること、食料の中には外国から輸入しているものがあること。
 - イ 我が国の主な食料生産物の分布や土地利用の特色など
 - ウ 食料生産に従事している人々の工夫や努力、生産地と消費地を結ぶ運輸などの働き

〔第6学年〕

2 内 容

- (1) 我が国の歴史上の主な事象について、人物の働きや代表的な文化遺産を中心に遺跡や文化財、資料などを活用して調べ、歴史を学ぶ意味を考えるようにするとともに、自分たちの生活の歴史的背景、我が国の歴史や先人の働きについて理解と関心を深めるようにする。
- (3) 世界の中の日本の役割について、次のことを調査したり地図や地球儀、資料などを活用したりして調べ、外国の人々と共に生きていくためには異なる文化や習慣を理解し合うことが大切であること、世界平和の大切さと我が国が世界において重要な役割を果たしていることを考えるようにする。
- ア 我が国と経済や文化などの面でつながりが深い国の人々の生活の様子
 - イ 我が国の国際交流や国際協力の様子及び平和な国際社会の実現に努力している国際連合の働き

第2章 第4節 理科

第2 各学年の目標及び内容

〔第3学年〕

2 内容

B 生命・地球

(1) 昆虫と植物

身近な昆虫や植物を探したり育てたりして、成長の過程や体のつくりを調べ、それらの成長のきまりや体のつくりについての考えをもつことができるようにする。

ア 昆虫の育ち方には一定の順序があり、成虫の体は頭、胸及び腹からできていること。

イ 植物の育ち方には一定の順序があり、その体は根、茎及び葉からできていること。

〔第4学年〕

2 内容

B 生命・地球

(2) 季節と植物

身近な動物や植物を探したり育てたりして、季節ごとの動物の活動や植物の成長を調べ、それらの活動や成長と環境とのかかわりについての考えをもつことができるようにする。

ア 動物の活動は、暖かい季節、寒い季節などによって違いがあること。

イ 植物の成長は、暖かい季節、寒い季節などによって違いがあること。

〔第5学年〕

2 内容

B 生命・地球

(1) 植物の発芽、成長、結実

植物を育て、植物の発芽、成長及び結実の様子を調べ、植物の発芽、成長及び結実とその条件についての考えをもつことができるようにする。

ア 植物は、種子の中の養分を基にして発芽すること。

イ 植物の発芽には、水、空気及び温度が関係していること。

ウ 植物の成長には、日光や肥料などが関係していること。

エ 花にはおしべやめしべなどがあり、花粉がめしべの先に付くとめしべのもとが実になり、実の中に種子ができること。

(2) 動物の誕生

魚を育てたり人の発生についての資料を活用したりして、卵の変化の様子や水中の小さな生物を調べ、動物の発生や成長についての考えをもつことができるようにする。

ア 魚には雌雄があり、生まれた卵は日がたつにつれて中の様子に変化してかえること。

イ 魚は、水中の小さな生物を食べ物にして生きていること。

ウ 人は、母体内で成長して生まれること。

〔第6学年〕

2 内容

B 生命・地球

(1) 人の体のつくりと働き

人や他の動物を観察したり資料を活用したりして、呼吸、消化、排出及び循環の働きを調べ、人や他の動物の体のつくりと働きについての考えをもつことができるようにする。

ア 体内に酸素が取り入れられ、体外に二酸化炭素などが出されていること。

イ 食べ物は、口、胃、腸などを通る間に消化、吸収され、吸収されなかった物は排出されること。

ウ 血液は、心臓の働きで体内を巡り、養分、酸素及び二酸化炭素などを運んでいること。

エ 体内には、生命活動を維持するための様々な臓器があること。

(2) 植物の養分と水の通り道

植物を観察し、植物の体内の水などの行方や葉で養分をつくる働きを調べ、植物の体のつくりと働きについての考えをもつことができるようにする。

ア 植物の葉に日光が当たるとでんぷんができること。

イ 根、茎及び葉には、水の通り道があり、根から吸い上げられた水は主に葉から蒸散していること。

(3) 生物と環境

動物や植物の生活を観察したり、資料を活用したりして調べ、生物と環境とのかかわりについての考えをもつことができるようにする。

ア 生物は、水及び空気を通して周囲の環境とかかわって生きていること。

イ 生物の間には、食う食われるという関係があること。

第2章 第5節 生活

第2 各学年の目標及び内容

〔第1学年及び第2学年〕

2 内容

- (1) 学校の施設の様子及び先生など学校生活を支えている人々や友達のことが分かり、楽しく安心して遊びや生活ができるようにするとともに、通学路の様子やその安全を守っている人々などに関心を持ち、安全な登下校ができるようにする。
- (2) 家庭生活を支えている家族のことや自分でできることなどについて考え、自分の役割を積極的に果たすとともに、規則正しく健康に気を付けて生活することができるようにする。
- (3) 自分たちの生活は地域で生活したり働いたりしている人々や様々な場所とかかわっていることが分かり、それらに親しみや愛情をもち、人々と適切に接することや安全に生活することができるようにする。
- (5) 身近な自然を観察したり、季節や地域の行事にかかわる活動を行ったりなどして、四季の変化や季節によって生活の様子が変わることへ気づき、自分たちの生活を工夫したり楽しくしたりできるようにする。

第2章 第8節 家庭

第2 各学年の目標及び内容

〔第5学年及び第6学年〕

2 内容

B 日常の食事と調理の基礎

- (1) 食事の役割について、次の事項を指導する。
 - ア 食事の役割を知り、日常の食事の大切さに気付くこと。
 - イ 楽しく食事をするための工夫をすること。
- (2) 栄養を考えた食事について、次の事項を指導する。
 - ア 体に必要な栄養素の種類と働きについて知ること。
 - イ 食品の栄養的な特徴を知り、食品を組み合わせると必要なことが分かること。
 - ウ 1食分の献立を考えること。
- (3) 調理の基礎について、次の事項を指導する。
 - ア 調理に関心を持ち、必要な材料の分量や手順を考えて、調理計画を立てること。
 - イ 材料の洗い方、切り方、味の付け方、盛り付け、配膳及び後片付けが適切にできること。
 - ウ ゆでたり、いためたりして調理ができること。
 - エ 米飯及びみそ汁の調理ができること。
 - オ 調理に必要な用具や食器の安全で衛生的な取扱い及びこんろの安全な取扱いができること。

第3 指導計画の作成と内容の取扱い

2 第2の内容の取扱いについては、次の事項に配慮するものとする。

- (1) 「B日常の食事と調理の基礎」については、次のとおり取り扱うこと。
 - ア (2)のア及びイについては、五大栄養素と食品の体内での主な働きを中心に扱うこと。
 - イ (3)のエについては、米飯やみそ汁が我が国の伝統的な日常食であることにも触れること。
 - 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 第9節 体育

第2 各学年の目標及び内容

〔第3学年及び第4学年〕

2 内容

G 保健

- (1) 健康の大切さを認識するとともに、健康によい生活について理解できるようにする。
 - ア 心や体の調子がよいなどの健康の状態は、主体の要因や周囲の環境の要因がかかわっていること。
 - イ 毎日を健康に過ごすには、食事、運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活を続けること、また、体の清潔を保つことなどが必要であること。
 - ウ 毎日を健康に過ごすには、明るさの調節、喚気などの生活環境を整えることなどが必要であること。
- (2) 体の発育・発達について理解できるようにする。
 - ア 体は、年齢に伴って変化すること。また、体の発育・発達には、個人差があること。
 - イ 体は、思春期になると次第に大人の体に近づき、体つきが変わったり、初経、精通などが起こったりすること。また、異性への関心が芽生えること。
 - ウ 体をよりよく発育・発達させるには、調和のとれた食事、適切な運動、休養及び睡眠が必要であること。

〔第5学年及び第6学年〕

2 内容

G 保健

- (3) 病気の予防について理解できるようにする。
 - ア 病気は、病原体、体の抵抗力、生活行動、環境がかかわり合って起こること。
 - イ 病原体が主な要因となって起こる病気の予防には、病原体が体に入るのを防ぐことや病原体に対する体の抵抗力を高めることが必要であること。
 - ウ 生活習慣病など生活行動が主な要因となって起こる病気の予防には、栄養の偏りのない食事をとること、口腔の衛生を保つことなど、望ましい生活習慣を身に付ける必要があること。
 - エ 喫煙、飲酒、薬物乱用などの行為は、健康を損なう原因となること。
 - オ 地域では、保健にかかわる様々な活動が行われていること。

第3 指導計画の作成と内容の取扱い

- 2 第2の内容の取扱いについては、次の事項に配慮するものとする。

- (5) 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3章 道徳

第2 内容

〔第1学年及び第2学年〕

- 1 主として自分自身に関すること。

- (1) 健康や安全に気を付け、物や金銭を大切にし、身の回りを整え、わがままをしないで、規則正しい生活をする。

- 2 主として他の人とのかかわりに関すること。

- (4) 日ごろ世話になっている人々に感謝する。

- 3 主として自然や崇高なもののかかわりに関すること。

- (1) 生きることを喜び、生命を大切にすする心をもつ。

- 4 主として集団や社会とかかわりに関すること。

- (2) 働くことのよさを感じて、みんなのために働く。

- (3) 父母、祖父母を敬愛し、進んで家の手伝いなどをして、家族の役に立つ喜びを知る。

- (5) 郷土の文化や生活に親しみ、愛着をもつ。

〔第3学年及び第4学年〕

- 1 主として自分自身に関すること。
 - (1) 自分でできることは自分でやり、よく考えて行動し、節度のある生活をする。
- 2 主として他の人とのかかわりに関すること。
 - (4) 生活を支えている人々や高齢者に、尊敬と感謝の気持ちをもって接する。
- 3 主として自然や崇高なもののかかわりに関すること。
 - (1) 生命の尊さを感じ取り、生命あるものを大切にす。
 - (2) 自然のすばらしさや不思議さに感動し、自然や動植物を大切にす。
- 4 主として集団や社会とかかわりに関すること。
 - (2) 働くことの大切さを知り、進んでみんなのために働く。
 - (3) 父母、祖父母を敬愛し、家族みんなで協力し合っ楽しい家庭をつくる。
 - (5) 郷土の伝統と文化を大切にし、郷土を愛する心をもつ。
 - (6) 我が国の伝統と文化に親しみ、国を愛する心をもつとともに、外国の人々や文化に関心をもつ。

〔第5学年及び第6学年〕

- 1 主として自分自身に関すること。
 - (1) 生活習慣の大切さを知り、自分の生活を見直し、節度を守り節制に心掛ける。
- 2 主として他の人とかかわりに関すること。
 - (5) 日々の生活が人々の支え合いや助け合いで成り立っていることに感謝し、それにこたえる。
- 3 主として自然や崇高なもののかかわりに関すること。
 - (1) 生命がかげがえのないものであることを知り、自他の生命を尊重する。
 - (2) 自然の偉大さを知り、自然環境を大切にす。
- 4 主として集団や社会とかかわりに関すること。
 - (4) 働くことの意義を理解し、社会に奉仕する喜びを知って公共のために役に立つことをする。
 - (5) 父母、祖父母を敬愛し、家族の幸せを求めて、進んで役に立つことをする。
 - (7) 郷土や我が国の伝統と文化を大切にし、先人の努力を知り、郷土や国を愛する心をもつ。

第5章 総合的な学習の時間

第3 指導計画の作成と内容の取扱い

- 1 指導計画の作成に当たっては、次の事項に配慮するものとする。
 - (5) 学習活動については、学校の実態に応じて、例えば国際理解、情報、環境、福祉・健康などの横断的・総合的な課題についての学習活動、児童の興味・関心に基づく課題についての学習活動、地域の人々の暮らし、伝統と文化など地域や学校の特色に応じた課題についての学習活動などを行うこと。
- 2 第2の内容の取扱いについては、次の事項に配慮するものとする。
 - (3) 自然体験やボランティア活動などの社会体験、ものづくり、生産活動などの体験活動、観察・実験、見学や調査、発表や討論などの学習活動を積極的に取り入れること。
 - (4) 体験活動については、第1の目標並びに第2の各学校において定める目標及び内容を踏まえ、問題の解決や探究活動の過程に適切に位置付けること。

第6章 特別活動

〔学級活動〕

- 2 内容
〔共通事項〕
 - (2) 日常の生活や学習への適応及び健康安全
ア 希望や目標をもって生きる態度の育成
イ 基本的な生活習慣の形成

- ウ 望ましい人間関係の育成
- エ 清掃などの当番活動等の役割と働くことの意義の理解
- オ 学校図書館の利用
- カ 心身ともに健康で安全な生活態度の形成
- 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

〔学校行事〕

2 内容

(3) 健康安全・体育的行事

心身の健全な発達や健康の保持増進などについての関心を高め、安全な行動や規律ある集団行動の体得、運動に親しむ態度の育成、責任感や連帯感の涵養、体力の向上などに資するような活動を行うこと。

【中学校学習指導要領】

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 第2節 社会

第2 各分野の目標及び内容

〔地理的分野〕

2 内容

(2) 日本の様々な地域

ウ 日本の諸地域

(ウ) 産業を中核とした考察

地域の農業や工業などの産業に関する特色ある事象を中核として、それを成立させている地理的条件と関連付け、地域に果たす産業の役割やその動向は他の事象との関連で変化するものであることなどについて考える。

(カ) 生活・文化を中核とした考察

地域の伝統的な生活・文化に関する特色ある事象を中核として、それを自然環境や歴史的背景、他地域との交流などと関連付け、近年の都市化や国際化によって地域の伝統的な生活・文化が変容していることなどについて考える。

〔歴史的分野〕

2 内容

(1) 歴史のとらえ方

イ 身近な地域の歴史を調べる活動を通して、地域への関心を高め、地域の具体的な事柄とのかかわりの中で我が国の歴史を理解させるとともに、受け継がれてきた伝統や文化への関心を高め、歴史の学び方を身に付けさせる。

第2章 第4節 理科

第2 各分野の目標及び内容

〔第2分野〕

2 内容

(1) 植物の生活と種類

身近な植物などについての観察、実験を通して、生物の調べ方の基礎を身に付けさせるとともに、植物の体のつくりと働きを理解させ、植物の生活と種類についての認識を深める。

イ 植物の体のつくりと働き

(ア) 花のつくりと働き

いろいろな植物の花のつくりの観察を行い、その観察記録に基づいて、花のつくりの基本的な特徴を見いだすとともに、それらを花の働きと関連付けてとらえること。

(イ) 葉・茎・根のつくりと働き

いろいろな植物の葉、茎、根のつくりの観察を行い、その観察記録に基づいて、葉、茎、根のつくりの基本的な特徴を見いだすとともに、それらを光合成、呼吸、蒸散に関する実験結果と関連付けてとらえること。

ウ 植物の仲間

(ア) 種子植物の仲間

花や葉、茎、根の観察記録に基づいて、それらを相互に関連付けて考察し、植物が体のつくりの特徴に基づいて分類できることを見いだすとともに、植物の種類を知る方法を身に付けること。

(イ) 種子をつくらない植物の仲間

シダ植物やコケ植物の観察を行い、これらと種子植物の違いを知ること。

(3) 動物の生活と生物の変遷

生物の体は細胞からできていることを観察を通して理解させる。また、動物などについての観察、実験を通して、動物の体のつくりと働きを理解させ、動物の生活と種類についての認識を深めるとともに、生物の変遷について理解させる。

イ 動物の体のつくりと働き

(ア) 生命を維持する働き

消化や呼吸、血液の循環についての観察、実験を行い、動物の体が必要な物質を取り入れ運搬している仕組みを観察、実験の結果と関連付けてとらえること。また、不要となった物質を排出する仕組みがあることについて理解すること。

(7) 自然と人間

自然環境を調べ、自然界における生物相互の関係や自然界のつり合いについて理解させるとともに、自然と人間のかかわり方について認識を深め、自然環境の保全と科学技術の利用の在り方について科学的に考察し判断する態度を養う。

ア 生物と環境

(ア) 自然界のつり合い

微生物の働きを調べ、植物、動物及び微生物を栄養の面から相互に関連付けてとらえるとともに、自然界では、これらの生物がつり合いを保って生活していることを見いだすこと。

第2章 第7節 保健体育

第2 各分野の目標及び内容

〔保健分野〕

2 内容

(4) 健康な生活と疾病の予防について理解を深めることができるようにする。

イ 健康の保持増進には、年齢、生活環境等に応じた食事、運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活を続ける必要があること。また、食事の量や質の偏り、運動不足、休養や睡眠の不足などの生活習慣の乱れは、生活習慣病などの要因となること。

3 内容の取扱い

- (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使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3 指導計画の作成と内容の取扱い

- 1 指導計画の作成に当たっては、次の事項に配慮するものとする。
- (2) 第1章総則第1の3に示す学校における体育・健康に関する指導の趣旨を生かし、特別活動、運動部の活動などとの関連を図り、日常生活における体育・健康に関する活動が適切かつ継続的に実践できるよう留意すること。なお、体力の測定については、計画的に実施し、運動の指導及び体力の向上に活用するようにすること。

第2章 第8節 技術・家庭

第2 各分野の目標及び内容

〔家庭分野〕

2 内容

B 食生活と自立

- (1) 中学生の食生活と栄養について、次の事項を指導する。
- ア 自分の食生活に関心を持ち、生活の中で食事が果たす役割を理解し、健康によい食習慣について考えること。
- イ 栄養素の種類と働きを知り、中学生に必要な栄養の特徴について考えること。
- (2) 日常食の献立と食品の選び方について、次の事項を指導する。
- ア 食品の栄養的特質や中学生の1日に必要な食品の種類と概量について知ること。
- イ 中学生の1日分の献立を考えること。
- ウ 食品の品質を見分け、用途に応じて選択できること。
- (3) 日常食の調理と地域の食文化について、次の事項を指導する。
- ア 基礎的な日常食の調理ができること。また、安全と衛生に留意し、食品や調理用具等の適切な管理ができること。
- イ 地域の食材を生かすなどの調理を通して、地域の食文化について理解すること。
- ウ 食生活に関心を持ち、課題をもって日常食又は地域の食材を生かした調理などの活動について工夫し、計画を立てて実践できること。

3 内容の取扱い

- (2) 内容の「B食生活と自立」については、次のとおり取り扱うものとする。
- ア (1)のイについては、水の働きや食物繊維についても触れること。
- イ (2)のウについては、主として調理実習で用いる生鮮食品と加工食品の良否や表示を扱うこと。
- ウ (3)のアについては、魚、肉、野菜を中心として扱い、基礎的な題材を取り上げること。(3)のイについては、調理実習を中心とし、主として地域又は季節の食材を利用することの意義について扱うこと。また、地域の伝統的な行事食や郷土料理を扱うこともできること。
- 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3章 道徳

第2 内容

道徳の時間を要として学校の教育活動全体を通じて行う道徳教育の内容は、次のとおりとする。

- 1 主として自分自身に関すること。
- (1) 望ましい生活習慣を身に付け、心身の健康の増進を図り、節度を守り節制に心掛け調和のある生活をする。
- 2 主として他の人とのかかわりに関すること。
- (6) 多くの人々の善意や支えにより、日々の生活や現在の自分があることに感謝し、それにこたえる。

- 3 主として自然や崇高なものとのかかわりに関すること。
 - (1) 生命の尊さを理解し、かけがえのない自他の生命を尊重する。
 - (2) 自然を愛護し、美しいものに感動する豊かな心を持ち、人間の力を超えたものに対する畏敬の念を深める。
- 4 主として集団や社会とのかかわりに関すること。
 - (2) 公徳心及び社会連帯の自覚を高め、よりよい社会の実現に努める。
 - (5) 勤労の尊さや意義を理解し、奉仕の精神をもって、公共の福祉と社会の発展に努める。
 - (6) 父母、祖父母に敬愛の念を深め、家族の一員として自覚をもって充実した家庭生活を築く。
 - (8) 地域社会の一員としての自覚をもって郷土を愛し、社会に尽くした先人や高齢者に尊敬と感謝の念を深め、郷土の発展に努める。
 - (9) 日本人としての自覚をもって国を愛し、国家の発展に努めるとともに、優れた伝統の継承と新しい文化の創造に貢献する。

第4章 総合的な学習の時間

第3 指導計画の作成と内容の取扱い

- 1 指導計画の作成に当たっては、次の事項に配慮するものとする。
 - (5) 学習活動については、学校の実態に応じて、例えば国際理解、情報、環境、福祉・健康などの横断的・総合的な課題についての学習活動、生徒の興味・関心に基づく課題についての学習活動、地域や学校の特色に応じた課題についての学習活動、職業や自己の将来に関する学習活動などを行うこと。
- 2 第2の内容の取扱いについては、次の事項に配慮するものとする。
 - (3) 自然体験や職場体験活動、ボランティア活動などの社会体験、ものづくり、生産活動などの体験活動、観察・実験、見学や調査、発表や討論などの学習活動を積極的に取り入れること。
 - (4) 体験活動については、第1の目標並びに第2の各学校において定める目標及び内容を踏まえ、問題の解決や探究活動の過程に適切に位置付けること。

第5章 特別活動

〔学級活動〕

- 2 内容
 - (2) 適応と成長及び健康安全
 - ア 思春期の不安や悩みとその解決
 - イ 自己及び他者の個性の理解と尊重
 - ウ 社会の一員としての自覚と責任
 - エ 男女相互の理解と協力
 - オ 望ましい人間関係の確立
 - カ ボランティア活動の意義の理解と参加
 - キ 心身ともに健康で安全な生活態度や習慣の形成
 - ク 性的な発達への適応
 - 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

〔学校行事〕

- 2 内容
 - (3) 健康安全・体育的行事
 - 心身の健全な発達や健康の保持増進などについての理解を深め、安全な行動や規律ある集団行動の体得運動に親しむ態度の育成、責任感や連帯感の涵養、体力の向上などに資するような活動を行うこと。

【高等学校学習指導要領】

第1章 総則

第1款 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 各学科に共通する各教科

第6節 保健体育

第2款 各科目

第2 保健

2 内容

(1) 現代社会と健康

イ 健康の保持増進と疾病の予防

健康の保持増進と生活習慣病の予防には、食事、運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活を実践する必要があること。

(3) 社会生活と健康

イ 環境と食品の保健

環境衛生活動は、学校や地域の環境を健康に適したものとするよう基準が設定され、それに基づき行われていること。また、食品衛生活動は、食品の安全性を確保するよう基準が設定され、それに基づき行われていること。

第9節 家庭

第2款 各科目

第1 家庭基礎

2 内容

(2) 生活の自立及び消費と環境

ア 食事と健康

健康で安全な食生活を営むために必要な栄養、食品、調理及び食品衛生などの基礎的・基本的な知識と技術を習得させ、生涯を見通した食生活を営むことができるようにする。

第2 家庭総合

2 内容

(4) 生活の科学と環境

ア 食生活の科学と文化

栄養、食品、調理及び食品衛生などについて科学的に理解させ、食生活の文化に関心をもたせるとともに、必要な知識と技術を習得して安全と環境に配慮し、主体的に食生活を営むことができるようにする。

第3 生活デザイン

2 内容

(3) 食生活の設計と創造

食事と健康とのかかわりや栄養、食品、調理、食べ物のおいしさなどの食生活に関する知識と技術を習得させ、食文化に関心をもたせるとともに、生涯を通して安全と環境に配慮した食生活を主体的に営むことができるようにする。

ア 家族の健康と食事

食事の意義を理解させ、家族の健康と栄養や調理など食生活に関する知識と技術を習得させるとともに、生涯を通して健康に配慮した家族の食生活を管理できるようにする。

イ おいしさの科学と調理

食べ物のおいしさの要素や食品の栄養的特質と調理上の性質について科学的に理解させるとともに、栄養とおいしさを考えて食べ物や食事を作るために必要な知識と技術を習得させる。

ウ 食生活と環境

食生活の安全と衛生について理解させ、食料の生産や流通と食生活とのかかわりや環境に配慮した食生活の在り方を考えさせるとともに、主体的に家族の食生活を営むことができるようにする。

エ 食生活のデザインと実践

日常の食事や行事食における食の歴史や文化などについて理解させ、必要な知識と技術を習得させるとともに、食文化を継承し食生活を創造的に実践することができるようにする。

第4章 総合的な学習の時間

第3 指導計画の作成と内容の取扱い

- 1 指導計画の作成に当たっては、次の事項に配慮するものとする。
 - (5) 学習活動については、地域や学校の特色、生徒の特性等に応じて、例えば国際理解、情報、環境、福祉・健康などの横断的・総合的な課題についての学習活動、生徒が興味・関心、進路等に応じて設定した課題について知識や技能の深化、総合化を図る学習活動、自己の在り方生き方や進路について考察する学習活動などを行うこと。
- 2 第2の内容の取扱いについては、次の事項に配慮するものとする。
 - (3) 自然体験や就業体験活動、ボランティア活動などの社会体験、ものづくり、生産活動などの体験活動、観察・実験・実習、調査・研究、発表や討論などの学習活動を積極的に取り入れること。
 - (4) 体験活動については、第1の目標並びに第2の各学校において定める目標及び内容を踏まえ、問題の解決や探究活動の過程に適切に位置付けること。

第5章 特別活動

第2 各活動・学校行事の目標及び内容

〔ホームルーム活動〕

2 内容

- (2) 適応と成長及び健康安全
 - ア 青年期の悩みや課題とその解決
 - イ 自己及び他者の個性の理解と尊重
 - ウ 社会生活における役割の自覚と自己責任
 - エ 男女相互の理解と協力
 - オ コミュニケーション能力の育成と人間関係の確立
 - カ ボランティア活動の意義の理解と参画
 - キ 国際理解と国際交流
 - ク 心身の健康と健全な生活態度や規律ある習慣の確立
 - ケ 生命の尊重と安全な生活態度や規律ある習慣の確立

〔学校行事〕

2 内容

- (3) 健康安全・体育的行事
心身の健全な発達や健康の保持増進などについての理解を深め、安全な行動や規律ある集団行動の体得、運動に親しむ態度の育成、責任感や連帯感の涵養、体力の向上などに資するような活動を行うこと。

【特別支援学校学習指導要領】

〈特別支援学校小学部・中学部学習指導要領〉

第1章 総則

第2節 教育課程の編成

第1 一般方針

- 3 学校における体育・健康に関する指導は、児童又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小学部の体育科及び中学部の保健体育科の時間はもとより、小学部の家庭科（知的障害者である児童に対する教育を行う特別支援学校においては生活科）、中学部の技術・家庭科（知的障害者である生徒に対する教育を行う特別支援学校においては職業・家庭科）、特別活動、自立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。

〈特別支援学校高等部学習指導要領〉

第1章 総則

第2節 教育課程の編成

第1款 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、家庭科、特別活動、自立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。

【お茶に係る食育の参考になる文献】

- 「めざせ！お茶博士 こどもお茶小事典」
静岡県経済産業部 農林業局 茶業農産課
静岡産業大学 こどもお茶小事典作成作業室（2012年）
- 「新版 ヒト試験から分かった新たな役割 一茶の機能一」
公益社団法人 日本茶業中央会
農山漁村文化協会（2013年）
- 「お茶王国」しずおかの誕生 ～江戸の名茶から世界の静岡茶へ～
財団法人 静岡県文化財団（2012）

お茶を楽しむ食育実践事例集

平成28年3月

作成 静岡県教育委員会教育総務課健康安全教育室