



宇都宮市立小中学校の食育

本市立小中学校の食育は、「宇都宮市学校健康教育推進計画(※)」の施策の柱3「食育の推進」に基づいて推進しています。

目標

食に関する正しい知識や望ましい食習慣を身に付け、生涯を通して、健全な食生活を実現するために必要な資質能力を育成します。

施策展開（主な取組）

食に関する指導の推進



- ① 教科等における指導（食に関する指導の全体計画・年間指導計画に基づく指導の充実）
- ② 学校栄養士による食に関する指導（学校栄養士の授業参画）
- ③ 給食の時間における食に関する指導（食事マナー指導）
- ④ 工夫した献立の活用（教科や他の教育に関連した給食の実施、地産地消の推進）
- ⑤ 食文化の継承（郷土料理・行事食や「宮っ子ランチ」の提供を通じた食文化指導）

家庭や地域等との連携による食育の推進

- ① 専門の知識や技能をもつ人材の活用（講演会や出前講座の開催）
- ② 家庭との双方向での取組の実施（「元気っ子生活習慣チェック」の実施）
- ③ 家庭・地域等に対する啓発（ホームページや食育だより）
- ④ 食に関する意識・実践力を高める取組の実施（「お弁当の日」「お弁当コンクール」の実施）



食育のための体制・環境づくり

- ① 校内や地域学校園における推進体制の整備（全校体制による推進）
- ② 家庭・地域等との協力体制の推進（各種委員会の活性化）
- ③ 指導者の資質向上（研修会の開催・参加）
- ④ 食事にふさわしい環境づくり（和やかな食事の場の工夫、食器の整備）
- ⑤ 安全に配慮した給食の提供（給食室の管理・運営、食物アレルギー対応）
- ⑥ 食育関係機関・団体との連携（農政部門・健康部門・福祉部門との連携）



課題

- ☆望ましい食習慣の定着
- ☆食文化への理解促進
- ☆自らの食を選択する能力の育成

※「宇都宮市学校健康教育推進計画」

本市小中学校においては、児童生徒が生涯を通して健康で安全な生活を送るために必要な心と体を育成できるよう、「体力」、「保健」、「食育」、「安全」に関する4つの分野にわたる教育を「健康教育」とし、学校の教育活動全体を通して指導を充実させるとともに、家庭や地域との連携を図りながら推進しています。

「宇都宮市学校健康教育推進計画」は、この「健康教育」を推進するための計画です。

食育の視点

食事の重要性

食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解できるようにします。

- 朝食を毎日食べます。
- 3食食べることの大切さを理解します。



心身の健康

心身の成長や健康の保持増進上で望ましい栄養や食事のとり方を理解し、自ら管理する能力を身に付けます。

- 好き嫌いしないで食べます。
- 栄養バランスを考えて食べます。



食品を選択する能力

正しい知識や情報に基づいて、食物の品質及び安全性等について自ら判断できる能力を身に付けます。

- 日常食べている食品や料理を知っています。
- 「お弁当の日」では、食品の品質や安全性を考えて食材を選びます。



感謝の心

食物を大事にし、食物の生産等にかかわる人々へ感謝する心を育成します。

- 「いただきます」「ごちそうさま」を言います。
- 残さず食べます。



社会性

食事のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を身に付けます。

- 正しくお箸を使います。
- 楽しく食事ができます。



食文化

各地域の産物、食文化や食にかかわる歴史等を理解し、尊敬する心を育成します。

- 給食に出る行事食や郷土料理を知っています。
- 地域でとれる農産物を知っています。



□は、目標を達成した児童生徒の姿です。