

3つの「わかる」で食のマイスターを目指した取組

～スーパー食育スクール（SSS）事業報告から～



学校法人中村学園 中村学園女子中学校・高等学校 教諭 上野 祥子

1. 本校の概要
2. SSS事業とは
3. 本校のSSS事業内容
 - (1) テーマ
『3つの「わかる」で食のマイスターを目指す』
 - (2) 研究実践
 - ①スクールランチ（給食）
 - ②「心でわかる（感情や情緒）」の取組
 - ③「頭でわかる（知識）」の取組
 - ④「身体でわかる（体験）」の取組
 - ⑤生徒の研究発表の場（文化祭）
 - ⑥個別栄養指導
 - (3) 成果（別紙「食のマイスター到達目標」）
 - ①食のマイスター検定
 - ②食育調査
 - ③食生活アンケート（全校生徒・保護者・教員）

1 本校の概要

本校は、福岡市の中心部にある私立女子中学校・高等学校である。創立は昭和 35 年。教育者でもあり、料理研究家でもあった創立者の中村ハルは、創立以来「食育」に力を注いできた。現在の生徒数は、1293 名、高校が 36 クラス、中学校は 6 クラスある。部活動が盛んで、毎年多数の運動部がインターハイに出場している。

給食は、スクールランチと呼び、自校方式である。給食開始から 4 年目を迎えた。給食に関わるのは、管理栄養士 1 名、栄養士 2 名、栄養教諭 2 名、その他調理に関わるスタッフが 8 名である。

給食の食数は 133 食、食堂（主に高校生利用）の食数が 200 食である。

平成 26 年度 27 年度に文部科学省より SSS 事業の認定校に選ばれた。

この SSS 事業とは、栄養教諭を中心に外部の専門家等を活用しながら、予め具体的な目標を設定した上で、大学、企業、行政機関、生産者等と連携し、食育を通じた学力向上、健康増進、地産地消の推進、食文化理解、国際交流など食育の多角的効果について検証を行い、食育のモデル実践プログラムを構築することを目的としている。

2 SSS 事業

(1) 概要

本校では、創立以来「食育」は、知育・徳育・体育の基礎であると考え、食育を推進してきた。SSS 認定校となり、原点に立ち返り、今までの食育を見直し、生徒の現状に合わせた取組を行っている。本校生徒の現状を見ると、食に関する興味・関心は高いが、経験が乏しい。「食」は、生きていく上で切っても切り離せないもの。自立途中にある生徒たちにとって食生活の自立は、「生きる力」を身に付ける事に繋がる、重要な課題である。本取組を通して、本当の意味で「食」について身に付けるために **A. 心でわかる（感情や情緒） B. 頭でわかる（知識） C. 身体でわかる（体験）** を三本柱とし、『3つの「わかる」で食のマイスターを目指す』を取り組みテーマとしている。例えば、料理に対する科学的な知識があれば、なぜそのような作業をするのか納得し、失敗も少なくなる。環境問題や食糧自給率に関する知識があれば、食物を無駄にしないためにどのような料理をしたら良いのか考えることもできる。また、「食」につい

ての課題を一つずつクリアしていけるように本校独自の検定「食のマイスター検定」を実施し、到達目標を設定した。

(2) 達成目標

【中学3学年】

『3つの「わかる」で食のマイスターを目指す』

A. 心でわかる（感情や情緒）

食物を大切にし、食物の生産等に関わるすべての人々への感謝の心を育む。

B. 頭でわかる（知識）

心身の成長や健康の保持増進の上で望ましい栄養や食事の取り方を理解し、自らの食生活の課題を解決する力を身に付ける。

C. 身体でわかる（体験）

農業・漁業体験や調理実習、食品加工などの体験を通じて調理技術を身に付ける。

【高校3学年】

『3つの「わかる」で食のスーパーマイスターを目指す』

A. 心でわかる（感情や情緒）

食物を大切にし、食物の生産等に関わるすべての人々への感謝の心を育むとともに、世界の食の問題について考え、解決しようとする姿勢を身に付ける。

B. 頭でわかる（知識）

栄養学、食品学、調理学の基礎的な知識や生物や保健などの様々な教科の知識を幅広く身に付け、食生活に活かすことができるようになる。

C. 身体でわかる（体験）

体組成計での計測や食育調査をもとにした教科横断型の授業等により、食と運動と健康の関わりを理解した上で、栄養バランスの良い献立を作成し、調理することができるようになる。

(3) 達成目標に対する評価指標

①「食のマイスター検定」到達目標

栄養教諭、各教科担当者、クラス担任、保護者が評価する。初年度の成果を踏まえ、生活実態や健康状態等の包括的な評価項目だけでなく、食に関する生徒の能力そのものを評価する項目を増やすなど、生徒の実態を正確に把握し、食育に係る教育効果をとらえるための尺度開発につなげていく。

ア 上級(45 点以上)・・・食生活の自立に向け「食の実践力」（食情報の選択、バランスの良い食

事(選択、調理技術の向上)を高めることができる。

イ 中級(35点以上)・・・栄養素の基本的な働きを理解し、バランスの良い食事をとることができる。基本的な調理技術を身に付ける。

ウ 初級(34点以下)・・・自然の恩恵と日本の食文化を理解し、食べ物の大切さに気付くことができる。栽培・調理を楽しむことができる。

②「食育調査」(平成19年度より継続調査)

中村学園大学の協力のもと、食事調査・アンケート調査(運動習慣・生活習慣・ヘルスチェック)身体計測(身長・体重・腹囲・超音波骨)を行い、比較検証する。

③「食生活アンケート」(生徒・保護者・教員)

年に2回実施し、意識や行動の変容、取り組みの効果について検証する。

(4) 評価指標を向上させるための仮説(道筋)

①保護者の食に対する意識の向上を目指すために保護者参加型の食育プログラムを導入する。親子料理教室や食育講演会、給食試食会を実施、食のマイスター検定では評価者に保護者を加えて行う。

②過剰な痩身意識の改善を目指すために体組成計での計測を継続して行うことで、自分の身体に興味を持たせ、食育講演会や食育授業では正しい知識を身に付けさせる。

③偏食、朝食の欠食、夜食などの食生活の問題の改善のために個別栄養指導を行う。

④食べ物の大切さや生産者への感謝の心を育むために農業・漁業体験、調理技術の習得や給食の完食率の向上のための取り組みを行う。

⑤生徒たちが主体的に食育を学ぶことができるように、生徒から他の生徒や地域、家庭への食情報発信のため、SSクラブを発足する。

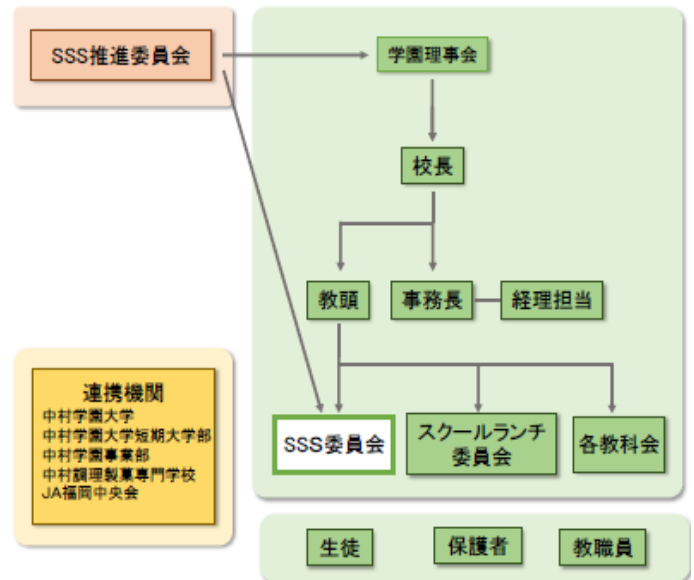
(5) 食に関する指導体制

SSS推進委員会は、福岡県私学学事振興局長、福岡県教育庁教育振興部長、福岡県農林水産部長、福岡市農林水産局長、JA福岡中央会長、中村学園事業部事業理事、中村学園大学・短期大学部学長、実践校校長、実践校家庭科教諭、実践校栄養教諭、実践校養護教諭、実践校後援会会長を委員とし、SSS委員会からの報告を受け支援・助言を行い、学園理事会へ報告する。

校内に設置するSSS委員会は、栄養教諭を中心に、家庭科教諭などで構成し、SSS課題研究を統

括し、進捗状況をSSS推進委員会に報告し支援・助言を得る。

教職員は、「食に関する指導の全体計画」をもとに連携して指導を進めている。



3 SSS事業 研究実践

(1) スクールランチ(給食)

毎日の給食指導が食に関する指導の土台となることから、年度初めに家庭科教諭や学級担任が、配膳方法や食事のマナー、当番の仕事などについて指導を行った。

① スクールランチの特徴

- ア 一汁三菜献立の弁当形式。
- イ 全学年が揃ってランチルームで食事。
- ウ 毎日の献立に季節の果物。
- エ テーマ給食
行事食・夏バテ予防・風邪予防

② 栄養教諭による指導

- ア 食育授業
「スクールランチができるまで」「強い骨を作るために」「テーブルマナーレッスン」「魚の栄養・魚料理の食べ方」など年間計画に沿って食育授業を実施した。

イ 個別指導

個別指導では、食物アレルギーのため、食物アレルギー・偏食・はしの持ち方・朝食欠食などを個別に指導する。

③ 学級担任による指導

- ア ランチルームで全学年揃っての給食なので、学年・クラスの垣根を越え、全教職員で配膳

から片付けまで見届ける。

イ 偏食のある生徒への声掛けを行う。

④生徒会活動

ア 「完食ごちそうさまでした！」運動

完食率の高いクラスには、リクエスト給食の決定権を与え、楽しみながら給食を食べる工夫をした。

イ 交流給食

中学1～3年まで混合の座席で給食実施。学年を越えた交流を目的とした。

(2)「心でわかる(感情や情緒)」の取り組み

①食育講演会「食べることは生きること

～心と体が育つ食の力～」助産師 内田美智子氏

生まれてくることは、どういうことなのか。助産師の経験からわかりやすく、心の琴線に触れるようなお話の数々を伺うことができた。多くの生徒が、涙しながら、内田先生のお話に耳を傾けた。いい加減な食生活をする事で自分自身の健康だけでなく、将来生まれてくるかもしれない命にも影響があるということに食の大切さを学び、中高生の時期から自立に向けて何が出来るのか、真剣に考える時間となった。

②食育授業「スクールランチが出来るまで」

給食ができるまでの流れを知り、作ってくださる方への感謝の気持ちを伝えることが出来た。

③お手伝いレポート

夏休み期間中に「食」に関するお手伝いを実施。家庭でよく話し合い、手伝いの内容を決定。保護者の評価をマイスター検定の評価とした。

④「忘れられない〇〇なごはん」

これをテーマに国連 WFP のエッセイコンテスト 2015 に応募した。このコンテストは、応募1作品に付き、給食3日分が寄付企業より、国連 WFP に寄付され、学校給食支援に役立てられる。784 作品が集まり、2352 食の給食を寄付した。

(3)「頭でわかる(知識)」の取り組み

①食育講演会

「自分に適した食生活の実現を目指して」

中村学園大学短期大学部 教授 寺澤 洋子氏

思春期に起こりやすい食生活問題点として朝食の欠食、肥満、過度なダイエット、痩身などがある。このような問題に陥らないためには、正しい知識を元に自己管理能力を身に付ける

ことの大切さを学んだ。最後に平成 19 年度より行っている食事調査・アンケート結果より本校生徒の食に関する現状を報告して頂いた。

②教科横断型 食育の取組

教科横断型の食育プログラムでは、他の取組と連携をとりながら進めた。国語では「食」に関する題材を取り上げ、知識を深めるとともに自らの食生活の課題や人類共通の課題を解決するために必要な力を養った。家庭科では、「世界の料理講習」「お弁当コンクール」を行った。

③食品工場見学

佐賀県佐賀市「味の素株式会社九州工場」の見学。ヤフオクドーム7個分の敷地内に世界最大級の発酵タンクがあり、バスに乗って工場内を見学した。生徒はうま味体験や発酵タンクの中で作られたうま味の素、アミノ酸の結晶を顕微鏡で観察することができた。

④体組成計での計測「自分の身体を知る」

現在の女子中高生の中には、小学生の頃からダイエットをし、標準体重であるにも関わらず、もっとやせなければ、と思っている生徒がいる。成長期にある中学生にとって無理なダイエットをすることは、負担が大きく、摂食障害などの原因にもなる。自分の身体を大切にしたい、知って欲しいという願いから、この取り組みはスタートした。

(4)「身体でわかる(体験)」の取り組み

①農業体験

校外にある農場で中学2年生は年間7回の農業体験を行った。夏野菜(プチトマト・ナス・トウモロコシ・オクラ・枝豆)冬野菜(カブ・ラディッシュ・白菜・かつお菜・大根)を苗植えから収穫まで一連の作業を生徒が行う。収穫した野菜は、調理実習で使用し、家庭に持ち帰り、調理レポートを作成した。

校内にある農園では、中学1年生はさつまいもを育てた。収穫したさつまいもは、調理実習で使用し、給食としてさつまいもご飯にした。

②食品加工

JA福岡市のまめひめ(味噌作り)講師を招いて味噌作りを学んだ。出来上がった味噌は、調理実習に利用し、(献立:ごはん・豚汁・ぶりの照り焼き)残りの味噌は、家庭に持ち帰り「我が家のお味噌汁紹介」として調理レポートを作成した。

③包丁研ぎ

本校の卒業記念品は「包丁」である。
正しい手入れの方法を知り、調理器具を大切にすることを学んだ。

④テーブルマナーレッスン

中村学園調理製菓専門学校で洋食のテーブルマナーレッスンを受けた。メニューは、鶏ささみのテリーヌ仕立て、茸のポタージュカプチーノ仕立て、鯛のプレゼデュグレレ風、鴨胸肉のステーキボルドー風、フルーツグラタンアイスクリーム添え、アマンドショコラだった。各テーブルに専門学生がついて丁寧に指導して頂いた。

(5) 生徒の研究発表の場（文化祭）

①中学1年：テーマ「食育迷路」

教室内に巨大迷路を作成する。迷路の途中には食に関するクイズを設定し、クイズの正解数に応じて手作りのフェイクスイーツを配布した。

②中学2年：やおや

福岡産野菜の販売。農業体験で栽培したナス、オクラ、じゃがいもで料理を作り、試食として配布した。販売する野菜について調べ、研究発表をした。

③中学3年：企業コラボ商品開発～朱栗ほっぺ～

福岡の和菓子メーカー如水案と企業コラボを行い、求肥に栗入りの紫芋あんを包んだ「朱栗ほっぺ」を開発した。

(6) 個別栄養指導

①食の課題一覧の作成

食の課題一覧表を作成し、担任に配布した。指導が必要な生徒には、三者面談の際に「食のアドバイスシート」を配布した。指導項目が複数ある生徒は、学習面や生活面にも課題のある生徒が目立った。

②食育調査結果表の配布

生徒全員を対象に体組成計での測定結果、朝食の欠食、はしの持ち方、給食の完食、偏食について食育調査結果表を作成し、配布した。保護者からコメントを頂くようにした。

4 SSS 事業の成果

本事業に関する評価を検証する方法として(1)「食のマイスター到達度」と(2)中村学園大学協力の元、平成19年度より継続調査を行っている「食育調査」、(3)「食生活アンケート」(年2回実施)を用いた。

(1)「食のマイスター到達度」より

上級、中級、初級の目標値を60%、35%、5%としていた。最終評価では、それぞれ73%、23%、4%で当初の目標値を達成することができた。

(2)「食育調査」(平成19年度より継続調査)

中村学園大学短期大学部寺澤洋子研究室「思春期女性を対象とした骨強度と骨格および食事摂取との関連性の検討」より抜粋。『中高生期(特に中学生期)はPBM(最大骨量)獲得の途上にあることが推察される。また望ましい運動習慣の必要性が考えられた。さらにやせ群のOSI(音響的骨評価値)が有意に低値であったことから、適正体重の維持は重要であることが示唆される。』

(3)「食生活アンケート」より

①夜食をほとんど食べない生徒の増加。

②SSS事業の食育活動を行った生徒と行っていない生徒との比較では、前者の方が共食の割合が高かった。

当該事業を通じて、生徒の食育に係る意識の啓蒙や知識の獲得は着実な成果を出すに至っており、結果として食生活環境についても改善が見て取れるなど具体的な成果が挙げられている。また単発の食育活動よりも「教科横断型」「食育授業」「体験活動」「個別栄養指導」など連携して行うことの効果を実感することができた。

5 まとめ

当該事業に2年間取り組んだ結果、様々な成果を挙げることができた。その一方で本校の食育の課題をより明確にすることができた。調査、アンケートを通して、食生活に課題の多い生徒は、学習面や生活面にも課題が多くあることがわかった。規則正しい食生活は、私たちの1日のリズムを整えてくれる。朝食の欠食、間食、夜食、ダイエット、孤食など出てくる食生活の問題は、生活のリズムを狂わせ、生徒の成績、精神状態、睡眠などに悪影響を及ぼしている。その改善のためには、学校と保護者、外部機関が連携し、生徒が主体的に食育活動を行うことが大切である。

平成28年度は、新たにSGH(スパーグローバルハイスクール)の認定校として「世界規模の課題「食」を通じたグローバルリーダーの育成」をテーマに取り組んでいる。来年度には、世界の高校生と食のサミットを行う。

今後は、更に本校独自の食育活動を発展させたい。

「食のマイスター」到達目標

中 1

	評価項目	評価方法（評価者）
心	1 食事を好き嫌いせず、残さず食べることができる。	給食完食チェック（家庭）
	2 正しくはしを持つことができる。	食育授業豆つかみゲーム（食育）
	3 食事の手伝いができる。	お手伝いレポート（保護者）
	4 協力して衛生的に給食の準備や食事の後片付けができる。	給食（担任）
頭	1 食に関する課題について知り、自分の意見を発表することができる。	授業（国語）
	2 世界の食について調べ、まとめることができる。	授業（社会）
	3 食事の大切さを知り、3食きちんと食事を取ることができる。	食生活アンケート
	4 魚の栄養について知ることができる。	食育授業レポート（食育）
体	1 基本的な材料の切り方ができる。（りんご・かきの皮むき）	実技テスト（家庭）
	2 おせち料理を作ることができる。	冬休みの宿題（家庭）
	3 包丁を正しく持てるようになる。（調理実習）	調理実習（家庭）
	4 自分の身体データを知っている。（身長、体重、骨量）	体組成計測定（保健体育）

中 2

	評価項目	評価方法（評価者）
心	1 食事を好き嫌いせず、残さず食べることができる。	給食完食チェック（家庭）
	2 正しくはしを持つことができる。	食育授業豆つかみゲーム（食育）
	3 食事の手伝いができる。	お手伝いレポート（保護者）
	4 協力して衛生的に給食の準備や食事の後片付けができる。	給食時間にチェック（担任）
頭	1 食に関する課題について知り、討論することができる。	授業（国語）
	2 食事と健康の関わりを理解できる。	授業（保健）
	3 食事の大切さを知り、3食きちんと食事を取ることができる。	食生活アンケート
	4 強い骨と歯をつくる食生活について理解できる。	食育授業レポート（食育）
体	1 基本的な材料の切り方ができる。（きゅうりの輪切り）	実技テスト（家庭）
	2 栽培した作物を使い、料理を作ることができる。	料理レポート（家庭）
	3 米を研ぐことができる。	調理実習（家庭）
	4 自分の身体データを知っている。（身長、体重、骨量）	体組成計測定（保健体育）

中 3

	評価項目	評価方法（評価者）
心	1 食事を好き嫌いせず、残さず食べることができる。	給食完食チェック（家庭）
	2 正しくはしを持つことができる。	食育授業豆つかみゲーム（食育）
	3 食事の手伝いができる。	お手伝いレポート（保護者）
	4 協力して衛生的に給食の準備や食事の後片付けができる。	給食時間にチェック（担任）
頭	1 食に関する課題について討論し、解決策を見つけることができる。	授業（国語）
	2 食について英語で説明できるようになる。	授業（英語）
	3 食事の大切さを知り、3食きちんと食事を取ることができる。	食生活アンケート
	4 清涼飲料水に含まれる糖質について理解できる。	食育授業レポート（食育）
体	1 さまざまな材料の切り方ができる。	実技テスト（家庭）
	2 作ったみそで料理ができる。	調理実習（家庭）
	3 包丁を研ぐことができる。	調理実習（家庭）
	4 自分の身体データを知っている。（身長、体重、骨量）	体組成計測定（保健体育）

高 1

	評価項目	評価方法（評価者）
心	1 食事を好き嫌いせず、残さず食べることができる。	食生活アンケート
	2 正しくはしを持つことができる。	食育授業豆つかみゲーム（食育）
	3 食事の手伝いができる。	お手伝いレポート（保護者）
	4 調理実習の準備や片付けを積極的に行うことができる。	調理実習（家庭）
頭	1 血糖濃度調整のしくみを理解することができる。	授業（理科）
	2 生活習慣病について知り、自分の食生活を見直すことができる。	授業（保健）
	3 食事の大切さを知り、3食きちんと食事を取ることができる。	食生活アンケート
	4 5大栄養素の働きやそれを多く含む食品の調理上の特性を理解する。	授業（家庭）
体	1 さまざまな材料の切り方ができる。（りんごの皮むき）	実技テスト（家庭）
	2 さまざまな国の料理を作ることができる。	調理実習（家庭）
	3 だしをとることができる。	調理実習（家庭）
	4 自分の身体データを知っている。（身長、体重、骨量）	体組成計測定（保健体育）

●食に関する指導の全体計画(中学)

・生徒の実態：
食に関する興味・関心はあるが、経験が乏しい生徒が多い。
・保護者地域の実態：
食に関する意識が高く、学校の食育への期待も高い。

学校教育目標
建学の精神のもと、生徒の夢や希望の実現を目指して進取の気風による新時代にあふさわしい教育を推進する。

文部科学省(学習指導要領)
食育基本法
食育推進基本計画
食に関わる指導の手引き

食に関する指導の目標
3つの「わかる」で食のマイスターを目指す
A. 心でわかる(感情や情緒) … 食物を大切に、食物の生産等に関わるすべての人々への感謝の心を育む。
B. 頭でわかる(知識) … 心身の成長や健康の保持増進の上で望ましい栄養や食事の取り方を理解し、自らの食生活の課題を解決する力を身に付ける。
C. 身体でわかる(体験) … 農業・漁業体験や調理実習、食品加工などの体験を通じて調理技術を身に付ける。

各学年の食に関する指導目標		
中学1年	中学2年	中学3年
<ul style="list-style-type: none"> ・日常の食事に関心を持ち、楽しい食事を通して望ましい人間関係をよりよく構築しようとする。 ・身体の発達に伴う必要な栄養や食品に含まれる栄養素の種類と働きを知り、中学生の時期の栄養について理解する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・生産者や自然の恵みに感謝し、収穫した野菜を使って料理することができる。 ・生活の中で食事が果たす役割や、健康との関わりを理解する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・和食に興味関心を持ち、日本の食文化を自ら伝えることができる。 ・食品の生産、流通、消費について正しく理解し、商品開発に取り組む。

高 校
・**食のスーパーマイスター**を目指す
・6年間の食育調査を通して「食」と健康との関係を知り、自分の食習慣よりよくすることができる。
・栄養バランスのとれた食事を作ることができる。

		I 期(把握 4・5・6 月)	II 期(工夫 7・8・9 月)	III 期(発展 10・11・12 月)	IV 期(評価 1・2・3 月)
特 別 活 動	○学級活動及び給食の時間 ○食に関する指導 ●給食指導 ◆SSS委員会 (時)	<ul style="list-style-type: none"> ○食品工場見学 ◎自己目標を決める(0.5) ●協力して給食の準備をしよう ●食事の衛生について気をつけよう ●よくかんで食べよう ◆食育に関するアンケート実施(0.5) 	<ul style="list-style-type: none"> ●夏の食事と健康について考えよう ●規則正しい食生活をしよう ◆「食のマイスター」中間評価(0.5) 	<ul style="list-style-type: none"> ●旬の食材について知ろう ●感謝して食べよう ●冬の食事と健康について考えよう 	<ul style="list-style-type: none"> ○自己目標達成することが評価される(0.5) ◎食事のマナーの最終結果・1年のまとめ・来年に向けて(0.5) ●日本の食文化について考えよう ●日本型食生活を見直そう ●一年間の反省をしよう ◆食育に関するアンケート実施(0.5) ◆「食のマイスター」評価・認定(0.5)
	1年	<ul style="list-style-type: none"> ○さつまいも苗植えを行う(2) ◎食事のマナー・給食のすし方(1) 	<ul style="list-style-type: none"> ○地引き網体験(3) ◎和食のテーブルマナーお魚の授業(1) 	<ul style="list-style-type: none"> ○さつまいも収穫を行う(2) ◎給食ができるまで(1) 	
	2年	<ul style="list-style-type: none"> ○農業体験を行う(6) ◎食事のマナー・身長と体重のバランス? 	<ul style="list-style-type: none"> ○農業体験を行う(6) ◎強い音を作るには(カナルム)成長期の栄養(1) 	<ul style="list-style-type: none"> ○農業体験を行う(6) ◎福岡の産物を使った食事を作る(1) ◎旬の食べ物について知ろう(1) 	
	3年	<ul style="list-style-type: none"> ○1・2年生への給食指導を考える(1) ◎食事のマナー・しっかり食べておいしく(1) ◎親子和菓子作り教室(2) 	<ul style="list-style-type: none"> ○オリジナル和菓子開発(5) ◎贈答挨拶・贈答食品、食品の表示について(1) 	<ul style="list-style-type: none"> ◎健康3原則(栄養・睡眠・運動)(1) ◎みそ汁を通して日本の加工食品を知ろう(2) 	
	学校行事	身体計測 歯科検診 ふれあい合宿 運動会 食育月間	文化祭		学校給食週間
	生徒会活動	対面式 部活動紹介 運動会総務 年間活動計画作成 前期委員選出		後期委員選出 文化祭総務 保健だより作成(風邪の予防)	生徒会総務選挙 水仙会研修 リクエスト給食募集
関 連 す る 教 科	国語	中1…読解「コンビニ弁当十六万キロの旅」・研究発表「日本のフードマイレージをいかに減らせるか」 中2…読解「食の世界遺産ー饗節」・研究発表「食の世界遺産として登録すべき日本食について」 中3…読解「絶滅の意味」・研究発表「うなぎやまぐろの絶滅問題について」			
	社会	〔地理的分野〕世界各地の人々の生活と環境 〔公民的分野〕わたしたちの暮らしと経済、国際社会に生きるわたしたち(環境問題)			
	理科	〔生物編〕生物の観察(植物のからだのつくり)、動物の世界(消化のされ方、栄養分と不要物の移動)			
	保健体育	〔保健分野〕心身の機能の発達と心の健康、健康な生活と病気の予防 〔体育分野〕スポーツテスト			
	技術・家庭	〔家庭分野〕B食生活と自立…(1)中学生の食生活と栄養、(2)日常食の献立と食品の選び方、(3)日常食の調理と地域の食文化 〔技術分野〕C生物育成…(1)生物の生育環境と育成技術			
	道徳	・生命の尊さ ・感謝の心 ・奉仕の心 ・礼儀作法 ・節句と花			
	総合的な学習の時間	中1… テーブルマナー(和食・洋食)・漁業体験 中2… 博多野菜の栽培 中3… みそ作り・親子料理教室(和菓子)			
	家庭・地域との連携の取り組み方	食のマイスター検定評価 食育講演会 学校給食試食会 我が家の味自慢…「おせち料理紹介」「お味噌汁紹介」			
	地場産物活用の方針	福岡の産物・食文化を学ぶことで、食物の生産等に関わるすべての人々への感謝の心を育む。 (博多野菜の栽培 地元企業との商品開発 漁業体験)			
	個別相談指導方針及び取り組み方	食生活アンケート、体組成計での計測結果、日常の食生活の様子から個別相談指導が必要な生徒を対象に実施する。			

●食に関する指導の全体計画(高校)

<p>・生徒の実態： 食に関する興味・関心はあるが、経験が乏しい生徒が多い。</p> <p>・保護者地域の実態： 食に関する意識が高く、学校の食育への期待も高い。</p>	<p>学校教育目標</p> <p>建学の精神のもと、生徒の夢や希望の実現を目指して進取の気風による新時代にふさわしい教育を推進する。</p>	<p>文部科学省(学習指導要領)</p> <p>食育基本法</p> <p>食育推進基本計画</p> <p>食に関わる指導の手引き</p>
---	---	--

<p>食に関する指導の目標</p> <p>3つの「わかる」で食のスーパーマイスターを目指す</p>	
A. <u>心でわかる(感情や情緒)</u> …… 食物を大切に、食物の生産等に関わるすべての人々への感謝の心を育むとともに、世界の食の問題について考え、解決しようとする姿勢を身につける。	
B. <u>頭でわかる(知識)</u> …… 栄養学、食品学、調理学の基礎的な知識や、生物や保健などのさまざまな教科の知識を幅広く身につけ、食生活に生かすことができるようになる。	
C. <u>身体でわかる(体験)</u> …… 体組成計での計測や食育調査をもとにした教科横断型の授業等により、食と運動と健康の関わりを理解した上で、栄養バランスの良い献立を作成し調理することができるようになる。	

<p>中 学 校</p>	<p>各学年の食に関する指導目標</p>		
	<p>高校1年</p>	<p>高校2年</p>	<p>高校3年</p>
	<p>・5大栄養素の働きやそれを多く含む食品の調理上の特性を理解する。</p> <p>・世界の料理を学び、調理することで、日常の食生活を豊かにしようとする。</p> <p>・さまざまな調理技術を学び、身につける。</p>	<p>・環境問題を考えた食行動を選択できるようになる。</p> <p>・ライフステージを学び、生涯にわたって健康であるための食生活を考えることができる。</p> <p>・食生活アドバイザー3級程度の知識を身につける。</p>	<p>・ライフステージに応じた食事計画を立てることができる。</p> <p>・栄養価計算を用いて、バランスの良い一食分の献立を考える、調理することができる。</p>
	<p>中学校</p>		

		I期(把握 4・5・6月)	II期(工夫 7・8・9月)	III期(発展 10・11・12月)	IV期(評価 1・2・3月)
<p>特別活動</p>	<p>◎食に関する指導 ◆SSS委員会活動 (時)</p>	<p>◆食育に関するアンケート実施(0.5)</p>	<p>◆「食のスーパーマイスター」 中間評価(1)</p>		<p>◆食育に関するアンケート実施(0.5) ◆「食のスーパーマイスター」 評価・認定(1)</p>
	<p>1年</p>	◎食事のマナー、カロリーの世界(1)	◎世界の食について(1)	◎日本の食文化、日本型食生活(1)	◎食のマナーの最終結果、1年のまとめ、来年に向けて(1) ◎食品加工と調理技術テスト(2)
	<p>2年</p>	◎食事のマナー、食生活をみなおそう(1)	◎昼食を考えよう(1) ◎料理教室(2)	◎腸内美人を目指そう(発酵食品、食物繊維(1))	◎食のマナーの最終結果、1年のまとめ、来年に向けて(1)
	<p>3年</p>	◎食事のマナー、バランスのよい食事とは(1)	◎生活習慣病について、青年期の栄養(2) ◎お弁当コンクール(10)	◎受験期の食生活(1) ◎食のマナーの最終結果、1年のまとめ、来年に向けて(1)	
<p>学校行事</p>		身体計測 歯科検診 運動会 食育月間	文化祭	グローバルキャンパス(高1) 修学旅行(高2)	
<p>生徒会活動</p>		対面式 部活動紹介 運動会総務 年間活動計画作成 前期委員選出		後期委員選出 文化祭総務 保健だより作成(風邪の予防)	生徒会総務選挙 水仙会研修
<p>関連する教科</p>	<p>地歴公民科</p>	[地理B]資源と産業 食糧問題			
	<p>理科</p>	[生物基礎]生物の体内環境			
	<p>保健体育</p>	<p>保健</p>	1年 現代社会と健康(私たちの健康のすがた 健康のとらえ方 生活習慣とその予防 食事と健康 運動と健康 休養・睡眠と健康 飲酒と健康)		
		<p>2年</p>	生涯を通じる健康(結婚生活と健康 加齢と健康) 社会生活と健康(健康衛生活動のしくみと働き 食品と環境の保健と私たち)		
		<p>体育</p>	体組成計での計測 新体力テスト		
	<p>家庭</p>	1年 家庭基礎	私たちの食生活 栄養と食品のかかわり 食品の選び方と安全 世界の料理(調理実習) 食品加工		
	2年 服飾文化	料理教室(特設授業)			
	3年 フードデザイン	ライフステージと献立 お弁当コンクール			
<p>道徳</p>		学園祖中村ハルの生涯「中村ハル物語」 生命の尊さ 感謝の心 奉仕の心 礼儀作法 日本の伝統文化			
<p>総合的な学習の時間</p>		食育講演会			
<p>家庭・地域との連携の取り組み方</p>		食育講演会 学校給食試食会 保健だより			
<p>個別相談指導方針及び取り組み方針</p>		食生活アンケート、体組成計での計測結果、日常の食生活の様子から個別相談指導が必要な生徒を対象に実施する。			