

令和6年度 第2回 長浜市総合教育会議 次第

日時：令和7年2月5日（水）

場所：北郷里小学校 視聴覚室

1 開 会

2 市長あいさつ

3 意見交換

【テーマ：学校・園における食育について】

■行政説明（すこやか教育推進課 長浜南部学校給食センター 15分）

↓ 2年生の教室に移動

■給食準備の見学及び食育授業見学（児童と共に食事をしながら 40分）

【食育授業：生活リズムを整えよう（朝ご飯をたべよう）】

↓ 視聴覚室に移動

■意見交換（45分）

・先の説明や給食準備・給食を踏まえて、学校園における食育についてどうあるべきか 等

4 閉 会

令和6年度 第2回 長浜市総合教育会議 出席者名簿

令和7年2月5日（水）

1 構成員

役 職	氏 名
市 長	浅 見 宣 義
教 育 長	織 田 恭 淳
教 育 委 員	前 田 康 一
教 育 委 員	松 宮 誠 也
教 育 委 員	兼 子 貴 絵
教 育 委 員	前川 加奈子
教 育 委 員	押谷 喜美子

2 事務局

役 職	氏 名
教育部長	内 藤 正 晴
教育委員会事務局 次長	山 岡 万 裕
教育委員会事務局 次長	高 山 義 雄
教育委員会事務局 管理監	為 永 智 子
教育総務課長	藤田 いずみ
教育改革推進室長	成 田 健
教育指導課長	馬 淵 康 至
すこやか教育推進課長	森 靖
南部学校給食センター所長	塩 津 浩 美
南部学校給食センター	大橋 明希子
幼児課長代理	奥村 あゆみ
幼児課	小川 さやか
栄養教諭	中 島 広 美
未来創造部長	中 嶋 克 之
未来創造部次長	村 崎 晴 美
政策デザイン課	服 部 泰 治
政策デザイン課	橘 香 泉
政策デザイン課	山 崎 正 雄
政策デザイン課	池 野 智 美
秘書広報課	山 崎 悠 司

令和6年度第2回総合教育会議

「学校・園における食育について」

令和7年2月5日(水)
すこやか教育推進課
長浜南部学校給食センター

スライド 1

大橋1

大橋 明希子, 2025/01/22

学校給食センターの概要



南部学校給食センター

平成25年3月竣工

計24校園

北部学校給食センター

平成30年7月竣工

計20校



学校給食とは

学校給食は、学校給食法に基づき実施され、成長期にある児童生徒の心身の健全な発達に資するものであり、かつ、児童生徒の食に関する正しい理解と適切な判断力を養う上で重要な役割を果たすもの

食に関する指導の手引－第二次改訂版－（平成31年3月）
第5章給食時間における食に関する指導より抜粋

学校給食の目的と役割

■栄養バランスのとれた豊かな食事を提供

- ・健康の増進、体位の向上を図る
- ・食に関する指導を効果的に進めるための重要な教材

■給食の時間

- ・準備から片付けの実践活動を通して、望ましい食習慣と食に関する実践力が身につく
- ・地場産物を活用や郷土食や行事食の提供による、地域の文化や伝統に対する理解と関心が深まる

学校給食の栄養管理

「学校給食摂取基準」に基づき実施

- ・「日本人の食事摂取基準」(厚生労働省策定)を参考。児童生徒の健康の増進及び食育の推進を図るために望ましい栄養量を算出。

- ・家庭での食事で摂取量が不足していると推測される栄養素を、可能な範囲で学校給食で補う工夫。

学校給食摂取基準

改正前 → 改正後

(令和3年4月)

区分	基準値			
	児童(6歳～7歳) の場合	児童(8歳～9歳) の場合	児童(10歳～11歳) の場合	児童(12歳～14歳) の場合
エネルギー(kcal)	530	650	780	830
たんぱく質(%)	学校給食による摂取エネルギー全体の13 - 20%			
脂質(%)	学校給食による摂取エネルギー全体の20 - 30%			
ナトリウム(食塩相当量)(g)	2未満 → 1.5未満	2未満	2.5未満 → 2未満	2.5未満
カルシウム(mg)	290	350	360	450
マグネシウム(mg)	40	50	70	120
鉄(mg)	2.5 → 2	3	4 → 3.5	4 → 4.5
ビタミン A(μgRAE)	170 → 160	200	240	300
ビタミン B₁(mg)	0.3	0.4	0.5	0.6
ビタミン B₂(mg)	0.4	0.4	0.5	0.6
ビタミン C(mg)	20	20 → 25	25 → 30	30 → 35
食物繊維(g)	4以上	5以上 → 4.5以上	5以上	6.5以上 → 7以上

文部科学省告示第十号より抜粋

食育の日、給食献立年間計画

(2024年)

長浜市内学校給食センター 年間計画(食育の日・給食献立)

令和6年度		4月	5月	6月	7月	8・9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
食育の日関係	目標	望ましい食習慣の育成				食に関する正しい知識を身に付ける				好ましい人間関係の育成		
	食育の日(テーマ)	学校給食について知ろう	朝ごはんを見直そう	よくかんで食べよう	びわ湖の日について考えよう	防災について考えよう	SDGsって知っていますか	日本の食文化について知ろう	寒い冬を元気に乗り切ろう	給食センターについて知ろう	バランスの良い食事について考えよう	1年間の振り返えろう
	食育の日資料関連ワード	・配膳の仕方 ・学校給食について・姿勢	・朝ごはんの働き	・かむことの効用 ・噛み応えのある食品	・びわ湖の日 ・びわ湖の魚	・食の備えについて ・非常食	・食品ロス	・和食の日	・かぜ予防に役立つ食事 ・生活の仕方	・センターの一日 ・機械の紹介	・生活習慣病	・好き嫌いは？ ・マナーは？ ・来年度に向けて
	実施日	4月19日	5月17日	6月4日	7月1日	9月9日	10月18日	11月22日	12月19日	1月17日	2月19日	3月7日
献立表	献立表のテーマ(キーワード)	学校給食について	朝ごはん	食育月間 歯と口の健康	夏バテ予防 暑さにまけない食事	野菜の日 防災	食品ロス 目の愛護デー	和食の日 いい歯の日	かぜの予防 冬の生活の仕方 年末の食事	年始の食事 給食週間	生活習慣病予防	1年間の振り返り
献立計画	滋賀の日	赤こんにゃく	ゆば	こあゆ	こあゆ	近江牛	びわます	丁字麩	すじえび	わかさぎ	大豆	丁字麩
	長浜の日							近江米ムース	かぼちゃコロッケ	近江米タルト		
	国際食・全国めぐり	島根県	ベトナム	愛媛県	フランス(オリンピック)	埼玉県	佐賀県(国スポ障スポ)	長崎県	ガーナ	アメリカ	岐阜県	山梨県
	食文化の継承		八十八夜 こどもの日		七夕	秋分の日		和食の日	冬至		節分	ひな祭り 春分の日
	行事食 その他	進級お祝い		歯と口の衛生週間	びわ湖の日		読書週間		クリスマス	給食週間		
	めん	ソフトめん	中華めん	ソフトめん 近江うどん	中華めん	ソフトめん 中華めん	ソフトめん	ソフトめん 中華めん	ソフトめん	近江うどん	中華めん	ソフトめん
	セレクト給食			セレクト給食 (デザート)					セレクト給食 (おかず)		セレクト給食 (デザート)	
	リクエスト給食					4	4	3	3	3	3	1
						南郷里小 長浜南小 西中	長浜北小 神照小 浅井小 浅井中	北郷里小 湯田小 虎姫学園	長小 田根小 南中	北中 (南小総合メニュー1) (南小総合メニュー1)	東中 (南小総合メニュー1) (南小総合メニュー1)	(湯田小家庭科メニュー1)
						びわ北小 七郷小 高月小 湖北中	小谷小 木之本小 永原小 西浅井中	びわ中 高時小 余呉小中	朝日小 高月中	富永小 伊香具小 塩津小	びわ南小 古保利小 木之本中	速水小

特色ある給食

「セレクト給食」

個人へアンケートを実施し、個人の希望がかなえられるようにする。

「リクエスト給食」

学校へアンケートを実施し、学校の希望がかなえられるようにする。

「国際食・全国味めぐり」

国際姉妹都市や行事にちなんだ給食を取り入れる。

「滋賀の日」

琵琶湖の湖魚や滋賀県にちなんだ食材を取り入れる。

「長浜の日」

長浜でとれた食材を給食に取り入れる。



【行事食】

七夕の日

五目ごはん
発酵乳
いかの天ぷら
きゅうりの中華和え
たなばた汁

7/5



入梅

ごはん
牛乳
揚げ鮭のチャンチャンが
らめ
きゅうりの梅和え
焼き麴のすまし汁

6/10

【全国味めぐり・国際食】

フランス

加糖コッペパン
牛乳
鶏肉のピストウ
キャロットラペ
ポトフ

7/12



佐賀県

ごはん
牛乳
れんこんはさみ揚げ
いかのかけ和え
だぶ汁
味付けのり

10/16

【滋賀の日・長浜の日】

ごはん

牛乳

びわこの日

こあゆのかりんあげ

赤こんにゃくの炒め物

湯葉のみそ汁

7/1



11/21

長浜農業高校の
大根



カリポリサラダ

11/14

長浜農業高校の
白菜



けんちんみそ汁

セレクト給食

目的

- (1) バランスのとれた食事を自分で 選びとる力を身につける。
- (2) 自分で選べる献立を取り入れることにより、給食に関心をもたせ、積極的に参加する態度を養う。
- (3) 偏食にならないよう食品選択すると同時に、自分に合った適量を知り、望ましい食習慣を身につけ、自己管理能力を養う。
- (4) 楽しく食事をする中で、他人のことも考え、望ましい人間関係社会性を身につける。

ハンバーグ or ウインナー



みたらし団子
スイートポテト
プリン



リクエスト給食

目的

- (1) 児童生徒が学校給食に親しみ、興味・関心を高め、給食の献立をリクエストすることによって積極的に給食に関わる機会とする。
- (2) 児童生徒と教職員が給食の献立を話し合う場をつくることによって、給食についての話題を増やし、みんなで食べることへの意識を高める。



フルーツサンドの具



エビ天、きつねうどんの汁



チョコチップパン



ランチメッセージ

- ・当日の給食についてのランチメッセージを毎日送付
- ・その日に使用している食材や栄養素、行事食の由来などを紹介



★ランチメッセージ★									
がつ 4月	にち 16日	さん ようび 金曜日の給食は	ばんずぱん パンズパン	ぎゅうにゅう 牛乳	はんぱーぐ ハンバーグ	ぽいるきゃべつ ポイルキャベツ	わふう 和風ポトフ	れもんむース レモンムース	
ち にく ばな あかいいろ た もの 血・肉・骨になる赤色の食べ物 のなかまは、									
ぎゅうにゅう 牛乳、ハンバーグ、チキンウィンナー									
からだ ちようし ととの みどりいろ た もの 体の調子を整える緑色の食べ物 のなかまは、									
だいこん キャベツ、大根、たまねぎ、ごぼう、にんじん									
ちからねつ せいろ た もの 力・熱になる黄色の食べ物 のなかまは、									
ばんずぱん、れもんむース、じゃがいも、砂糖									
☆ランチメッセージ☆									
がっこうきょうしやく なす た やさい かなら おん やさい 学校給食では、キャベツやきゅうりなどそのまま生で食べられる野菜も必ずゆでて、「温野菜」にしていただきます。									
やさい あら てい ど かねつ つち なか つ さいきん よご きつぎ 野菜は洗うだけでもある程度きれいになりますが、加熱することで土の中で付いた細菌や汚れなどが殺菌され、食中毒などの危険性が少なくなり、より安全に食べることができるのです。									
とく はもの やさい すく りょう やさい た また、特にキャベツなどの葉物野菜はゆでることにかさが少なくなり、たくさんの量の野菜を食べることができます。									
きょう ぎょうしやく はき 今日の給食のキャベツもポイルしてあります。パンにハンバーグとキャベツを挟んで、ハンバーガーにしましょう。									

食育の日



令和6年度食育の日実施日と内容

		題 材	内 容
4月	19日	学校給食について知ろう	配膳の仕方、学校給食について
5月	17日	朝ごはんを見直そう	朝ごはんの働き
6月	4日	よくかんで食べよう	かむこと、歯を丈夫にする食べ物
7月	1日	びわ湖の日について考えよう	びわ湖の日、びわ湖の魚
9月	9日	防災について考えよう	食の備えについて、非常食
10月	18日	SDGsって知っていますか	食品ロス
11月	22日	日本の食文化について知ろう	和食の日
12月	19日	寒い冬を元気に乗り切ろう	かぜ予防に役立つ食事、生活の仕方
1月	17日	給食センターについて知ろう	センターの一日、機械の紹介
2月	19日	バランスの良い食事について考えよう	生活習慣病
3月	7日	1年間を振り返ろう	好き嫌い、マナーは？

給食時間の食育の指導



○給食指導

- ①正しい手洗い ②配膳方法 ③食器の並べ方
- ④箸の使い方 ⑤食事のマナー

○食に関する指導

- ①食品の産地や栄養的な特徴の学習
- ②教科等で取り上げられた食品や学習内容を確認

食に関する指導の手引－第二次改訂版－（平成31年3月）
第5章給食時間における食に関する指導より抜粋

給食時間の食に関する指導(小学生)

- 対 象 全学年
- 時 間 給食時間のうち15分程度
- 方 法 栄養教諭が学校に行き、給食指導を行う
- 回 数 2年生：年間3回
他学年：年間1回



2年 がんばれ食レンジャー



6年 食ロスについて知ろう

食育指導内容



時期	学年	内 容
5月	2年	三色栄養について知ろう
6月	6年	食品ロスについて知ろう
7月	4年	飲み物の砂糖について知ろう
9月	3年	野菜の働きについて知ろう
11月	1年	いろいろなものを食べよう
12月	2年	カルシウムについて知ろう
2月	5年	食生活について知ろう
2～3月	2年	1日の生活リズムを考えよう

食育指導(幼稚園・南認定)

- 対 象 全学年(3~5歳児)
- 時 間 15~30分
- 方 法 管理栄養士が園に行き、食育指導を行う。
- 回 数 5歳児 : 年間3回
3・4歳児 : 年間2回



4歳児・5歳児 お箸の持ち方



3歳児 野菜クイズ

食育指導内容



時期	学年	内 容
1 学期	5歳児	おはしの持ち方
	4歳児	好き嫌いの話
2 学期	5歳児	栄養3色の話
	4歳児	おはしと食事のマナー
	3歳児	うんちの話
3 学期	5歳児	朝ごはんの話
	3歳児	野菜クイズ

食育アンケート



調査内容 朝食摂取状況等について

対 象 小学校5年生・中学校2年生・
義務教育学校5年生・8年生 の児童生徒
幼稚園・認定こども園・保育園の保護者

5年生における朝食指導

ねらい

- ・食事の重要性、よろこび、楽しさを理解する。【食事の重要性】
- ・心身の成長や健康の保持増進の上で、望ましい食事のとり方を理解し自ら管理していく能力を身につける。【心身の健康】

対 象 小学校・義務教育学校5年生全クラス



給食センター見学



給食センター見学



給食センターで
食べる経験

給食センターの一般開放と試食会

北部学校
給食センター



南部学校
給食センター

その他の取組

- 親子料理教室の開催（夏休みに3日間開催）
 - ・子どもが食事を作る楽しみや達成感を味わう機会
 - ・学校給食について学ぶ場
- X(エックス)での毎日の給食を配信
 - ・給食の写真と合わせ、ランチメッセージの内容を記載
 - ・調理場の様子の動画や給食献立レシピの紹介
- 積極的な地場産（長浜産）野菜の使用
令和6年12月末現在使用率 34.6%
- ロイロノートの活用した食育指導
 - ・献立日より、給食ができるまでの動画の掲載

令和6年度 残菜平均値

	残菜率	残菜量
南部学校給食センター	19.3%	32kg
北部学校給食センター	11.5%	11kg
全体	15.4%	

$(32\text{kg} \times 16\text{校}) + (11\text{kg} \times 21\text{校}) \times 193\text{日} = 143,399\text{kg}$

市として、年間約**143トン**の食品ロス

食品ロス削減 啓発資料

もう一口、食べてみない??

南部学校給食センターでは、みなさんに必要な栄養量と様々な味を知ってもらい、おいしい給食となるよう工夫しながら毎日約7,500人分の給食を作り学校園へ届けています。しかし、残念ながら食缶が空っぽになって戻ってくることはあまりありません(´；ω；`)

【例えば、ご飯の場合】

もし、一人が『もう一口（約17g）』ご飯を食べると
どのくらいの量になると思いますか??

$$7,500 \text{ (人)} \times 17 \text{ (g)} = 127,500 \text{ g} = 127.5 \text{ kg}$$

127.5kgは、ごはん茶碗約900杯分!!

みなさんの『もう一口』が集まれば、こんなにたくさんの食べ残しを削減することができます!!



たかが一口、されど一口、...

食べ物を作するためにたくさんの人が関わっていたり、水やエネルギーなどの資源がたくさん使われたりして、食べ残しは大切な資源も無駄にしまいます。食べ残しはみなさんの成長に欠かせない、体に良い栄養も捨ててしまっているかも!? 『もう一口』食べて、自分の体の健康だけでなく地球にも優しくなりましょう!

食品ロス削減 啓発資料

～食べ残し 計量結果～



南部学校給食センターでは、食べられずに戻ってきた量を測っています。

下のグラフは、9月10日の「サバの塩焼き」の食べられずに戻ってきた量を学校別に表したものです。

みなさんの学校はいかがですか？

給食の魚には小さい骨があったり皮があったり、食べにくいこともあるかもしれませんが、みなさんが食べやすいように油で揚げたり、味つけをしたり工夫しています。

食事は食べ物の命をいただくことです。魚に限らず、食べ物に感謝しながらいただきます！

サバの塩焼き 食べ残し率 (%)



例：食べ残し率30%の場合
全量が茶色の部分を食べずに残していることになります。



10月は「食品ロス削減月間」、10月16日は「世界食糧デー」、10月30日は「食品ロス削減の日」です。

給食センターから各学校園の伝達事項

学級の実態や指導の目的を明確にする

- ・一人ひとりの子どもの心身の健康や成長にふさわしい食べ方になっているか配慮する

配膳を工夫する

- ・給食当番が適量を考えて残らないように配膳できるよう指導する。

食べ方を指導する

- ・食べることに集中できる時間をもつようにする

食べ物を大切にする心を育む

- ・「いただきます」「ごちそうさま」の食事のあいさつの意味を知り、心を込めてあいさつをする

好き嫌いせず食べることの大切さを知らせる

- ・栄養教諭と連携し、栄養バランスのとれた食事の大切さがわかるように指導する。



ご視聴ありがとうございました

(教科等名) 給食時間の指導	(学校種・学年) 小学校・2年	(指導形態) (単独)・TT	(職名)	(氏名)
-------------------	--------------------	-------------------	------	------

1. 題材名 朝ごはんについて考えよう
2. ねらい 一日の生活における朝ごはんの大切さを理解し、毎日食べようとする意欲をもつ。
3. 食育の視点 心身の成長や健康のために、望ましい食事のとり方を理解するとともに、朝ごはんが果たす役割を知り、自分の生活をよりよくしようとする。

4. 本時の展開

主 な 学 習 内 容 と 活 動	指 導 上 の 留 意 点	評価（評価規準）												
1. ペープサート「はまこちゃんの日」を見て、自分の一日をふり返る	「はまこちゃんの日」 〔朝寝坊→朝食欠食→授業に集中できない→好き嫌い→おやつ→夜食→夜更かし〕 ・はまこちゃんの日について、一番ダメなのはどこか考えさせる。													
朝ごはんの大切さについて知ろう														
2. 朝ごはんを食べた時と食べなかった時の体の様子のちがいを考える。	・朝ごはんを食べた時、食べなかった時の違いを「はまこちゃん」をつかって、食べた方が体に良いことを知らせる。 <table border="1"> <thead> <tr> <th></th><th>食べた時</th><th>食べなかった時</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>あたま</td><td>はっきり</td><td>ぼんやり</td></tr> <tr> <td>こころ</td><td>にこにこ</td><td>イライラ</td></tr> <tr> <td>おなか</td><td>すっきり</td><td>ずっしり</td></tr> </tbody> </table>		食べた時	食べなかった時	あたま	はっきり	ぼんやり	こころ	にこにこ	イライラ	おなか	すっきり	ずっしり	
	食べた時	食べなかった時												
あたま	はっきり	ぼんやり												
こころ	にこにこ	イライラ												
おなか	すっきり	ずっしり												
3. 毎朝、しっかり朝ごはんを食べることが大切であることを知る。	朝ごはんはからだの目覚ましスイッチであること、朝ごはんを食べて一日元気ががんばれることに気づくようにする。	朝ごはんの大切さを知り、毎日しっかり食べようとする。 （関心・意欲・態度）												

5. 資料等

はまこちゃんの日（ペープサート）

体の調子カード

第5学年 学級活動指導案

日 時：令和6年 月 日（ ） 校時
場 所：長浜市立 学校 5年 組
合計 名

指導者：T 1 学級担任
T 2 栄養教諭

1. 題材名 朝ごはんを見直そう

2. 児童の実態と題材について

(1) 児童の実態

長浜市内小学校（義務教育学校）5年生を対象に令和6年5月に実施した「食育アンケート」の調査結果をみると、朝ごはんの喫食状況は「毎日食べる」児童が91%でした。

朝ごはんの内容については、主食がパンと答えた児童で「パンだけ」は48%、「パン、おかず、汁物」をそろえている児童は11%だったのに対し、主食がごはんと答えた児童で「ごはんだけ」は14%、「ごはん、おかず、汁物」をそろえている児童は31%でした。

朝ごはん与健康との相関関係では、「毎日食べる」と答えた児童の中にも「しんどくなることが多い」と答えた児童がいることから、朝ごはんの内容に偏りがあるため、不足する栄養素により体調が左右されている場合もあると考えられます。

(2) 題材設定の理由

成長のめざましいこの時期に、3度の食事をきちんと食べることが、体位・体力の向上や健康増進のために大切であることを理解し、望ましい食習慣を身に付けることが大切です。そこで、本時では1日の生活における朝ごはんの大切さを理解し、自分の朝ごはんの内容を見直す機会にします。

また、栄養バランスをとる工夫を知らせることで「自分で工夫できる朝ごはん」を考え、生活の中で実践しようとするきっかけを作ります。

3. 評価規準

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
栄養のバランスの良い朝ごはんのとり方を理解している。	朝ごはんの大切さについて話し合い、健康に生活するための朝ごはんのあり方について考え、意思決定し、実践している。	進んでワークシートに取り組み、3つのスイッチが入る朝ごはんを完成させようとしている。

4. 食育の視点

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とり方を理解し、自ら管理していく能力を身に付ける。（心身の健康）

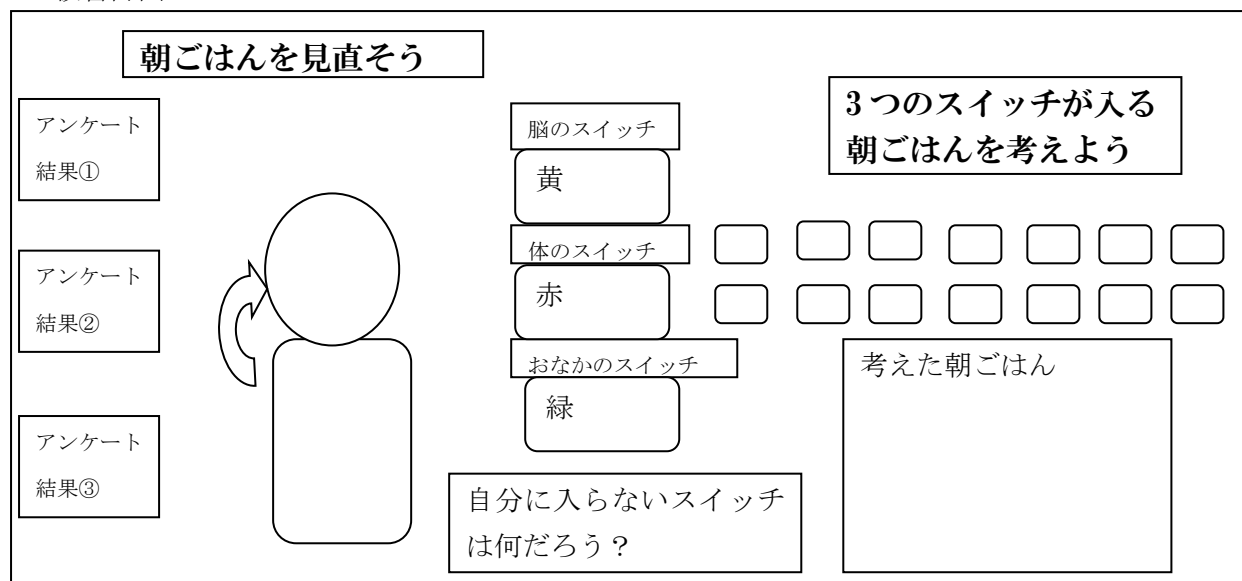
5. 本時のねらい

健康に生活するためには、毎日きちんとバランスの良い朝ごはんを食べることが大切であることに気づく。

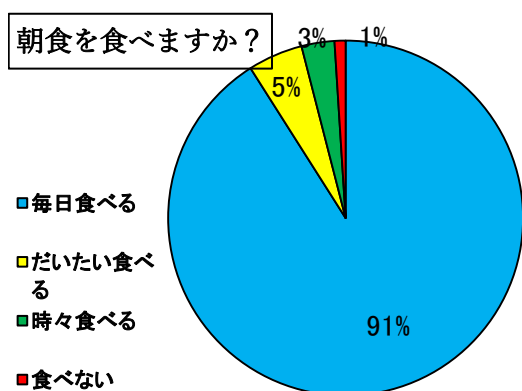
6. 本時の展開

	児童の活動	教師の指導・支援	★評価	資料
導入	1. 「朝ごはんアンケート結果」を知る。	○朝ごはんアンケートの結果を知らせる。 (T1)		アンケートの結果
展開	朝ごはんを見直そう			朝ごはんの働きカード 人形 時計 ワークシート 料理カード
	2. 朝ごはんによる3つの仕組みを知り、それぞれのスイッチが入る食べ物を理解する。	○朝ごはんによる3つのスイッチと、スイッチが入る食べ物のなかまを知らせる。 (T2) 脳のスイッチ ⇒黄色の食べ物のなかま 体のスイッチ ⇒赤色の食べ物のなかま おなかのスイッチ ⇒緑色の食べ物のなかま ★評価：健康に生活するためには、 朝ごはんを食べることが 大切であると気づくことができる。		
	3. 自分の朝ごはんのタイプに○をつけ、自分の朝ごはんでの食べ物のなかまの過不足に気づく。	○プリントで、朝ごはんの例から自分の朝ごはんを振り返って課題に気づき、食べ物のなかまの過不足に気づかせる。 (T2)		
	3つのスイッチが入る朝ごはんを考えよう			
開	4. 3つのスイッチが入るような朝ごはんを考える。	○黒板に料理カードを貼り、カードを使って3つのスイッチが入る朝ごはんを考えさせる。さらに、自分だけで用意できる食べ物を利用する方法を知らせる。 (T2) 納豆、ハム、牛乳、チーズ ヨーグルト、みかんなど ★評価：進んでワークシートに取り組み、 3つのスイッチが入る朝ごはんを 完成させようとしている。		
	5. 考えた朝ごはんを発表する。	○考えた朝ごはんのメニューをiPadで写真を撮って提出し、発表させる。家庭科の学習で学んだことが生かせることを知らせる。(T1) ○発表したメニューに対し、助言する。 (T2)		
終末	6. 今日の学習を終えて、自分の課題は何か、その改善方法をまとめる。	○今日の学習で気づいた自分の課題を書き、改善する方法をワークシートにまとめさせる。(T1) ★評価：栄養のバランスの良い朝ごはんのとり方を理解している。		

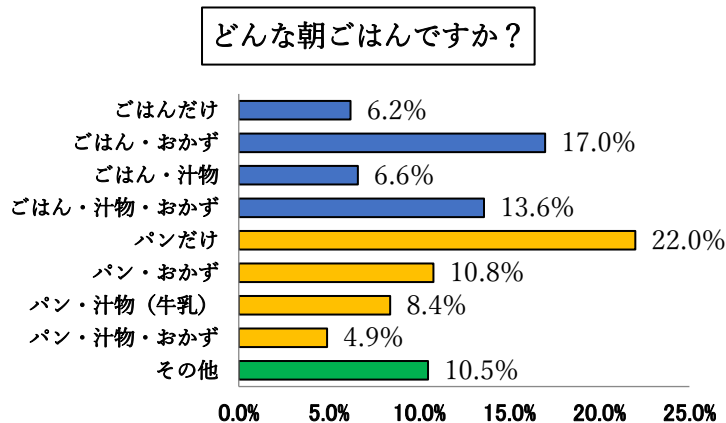
7. 板書計画



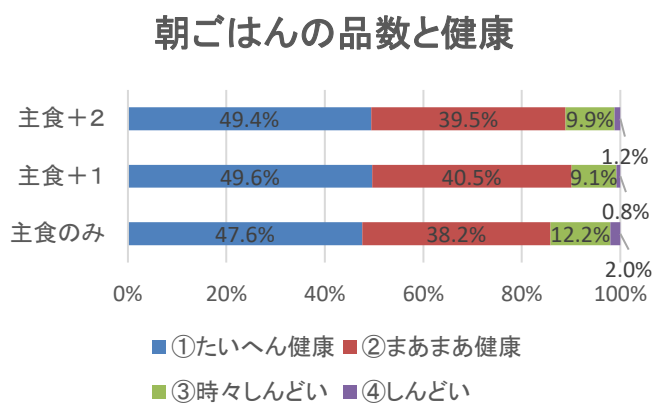
アンケート結果① (例)



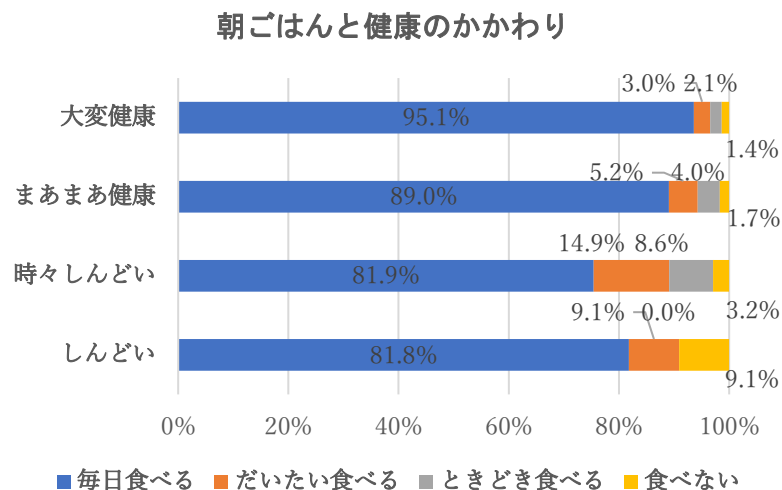
アンケート結果② (例)



アンケート結果③ (例)



アンケート結果④ (例)



食育アンケートの結果



長浜南部学校給食センター
長浜北部学校給食センター

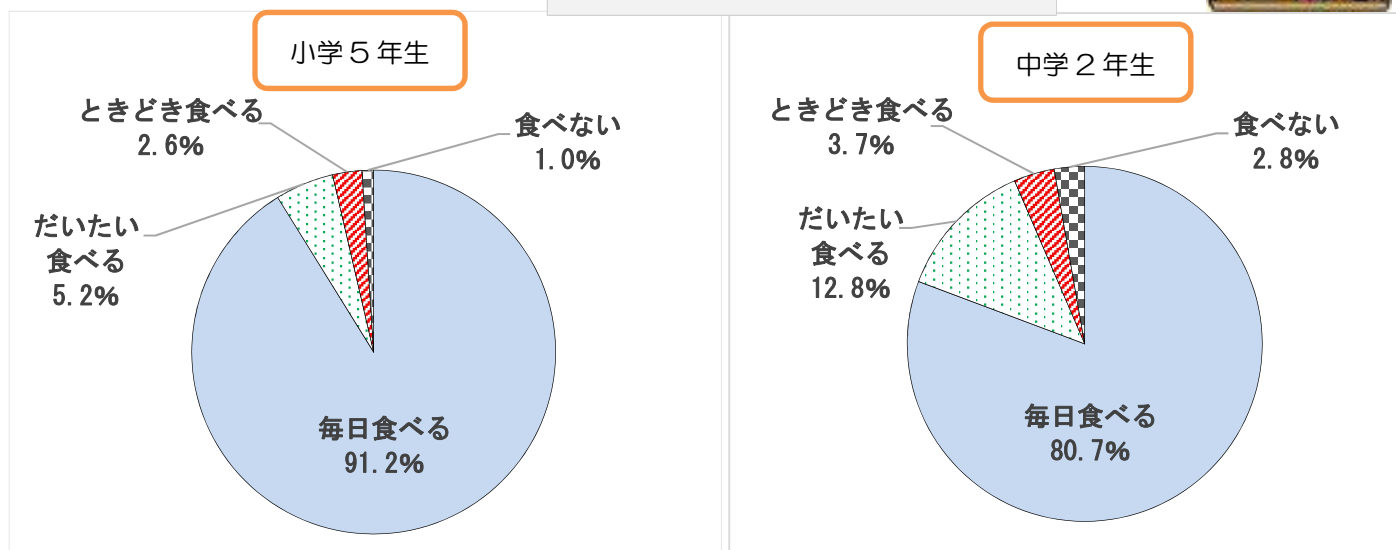
5月に実施した「食育アンケート」の結果をお知らせします。

対象者：市内小学5年生、義務教育5年生 882人 市内中学2年生、義務教育8年生 835人

☆朝食を食べていますか？

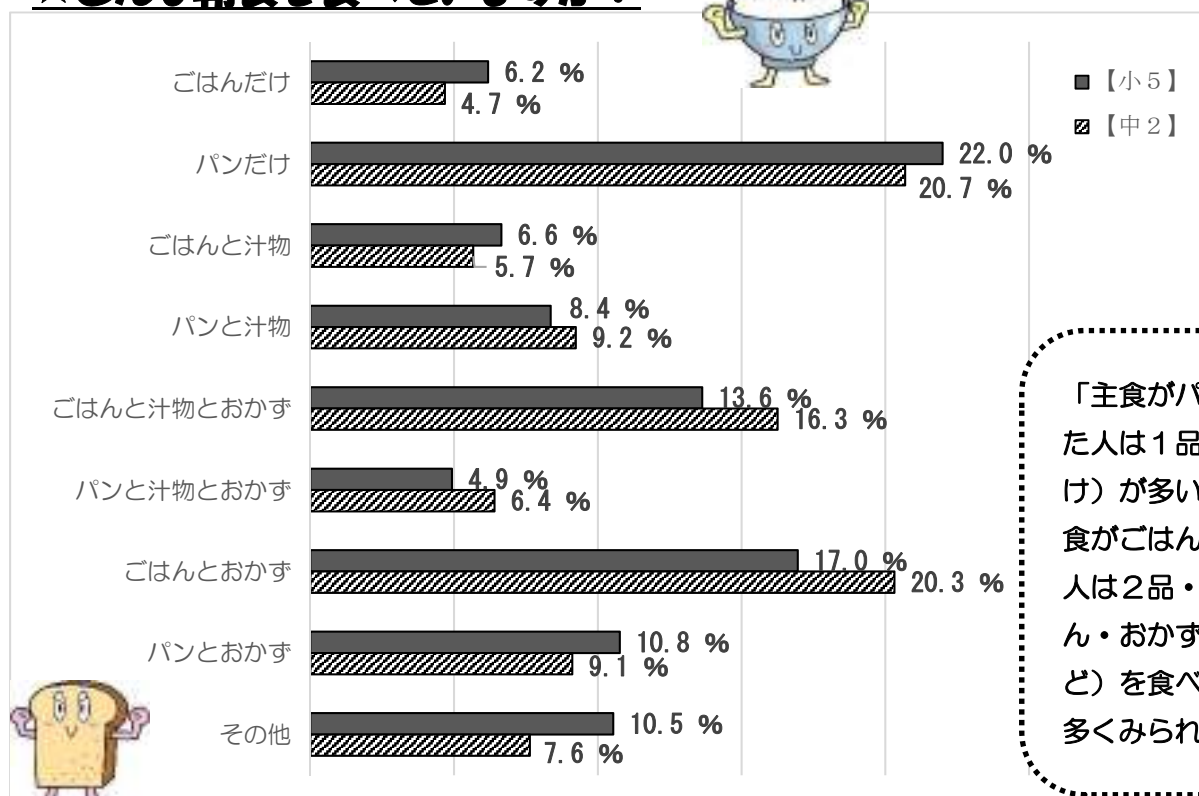
選択肢の説明

だいたい食べる：1週間に4～5日食べる
ときどき食べる：1週間に2～3日食べる
食べない：毎日ほとんど食べない

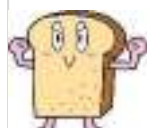


令和5年度の県教委保健体育課実施「朝食摂取状況調査結果」において、「毎日食べる」と回答した朝食摂取率の県平均は、小学生82.8%、中学生78.8%でした。

☆どんな朝食を食べていますか？

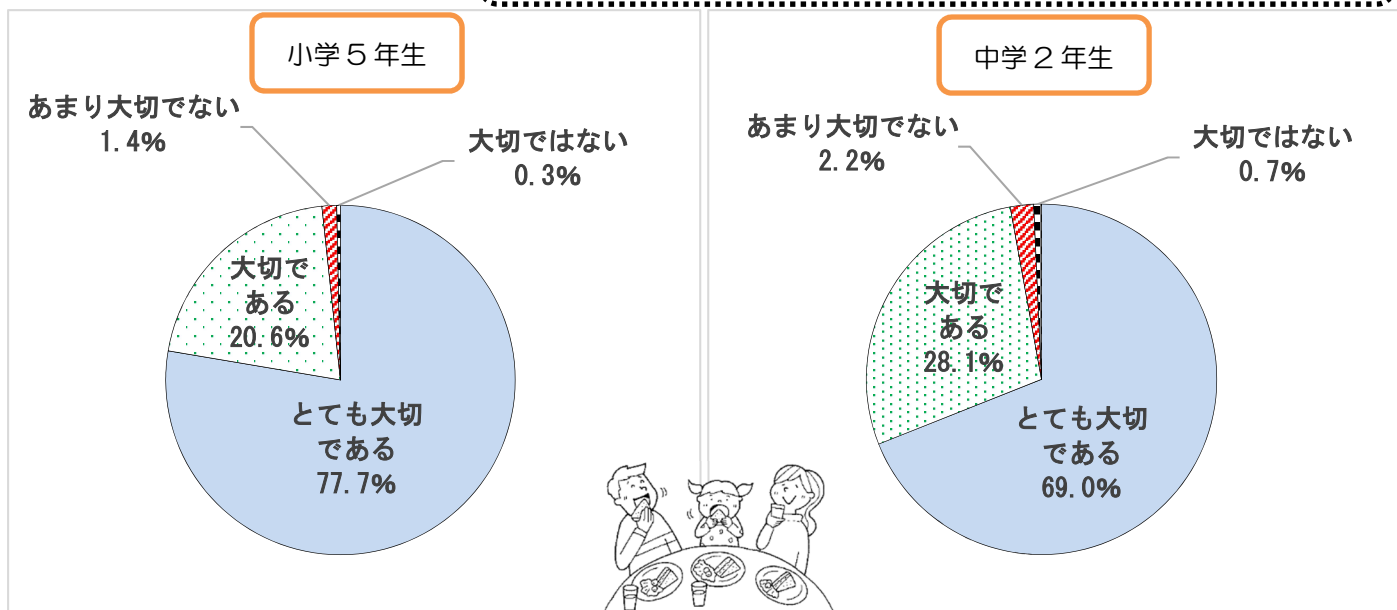


「主食がパン」と答え
た人は1品（パンだ
け）が多いですが、「主
食がごはん」と答え
た人は2品・3品（ご
はん・おかず・汁物
など）を食べている人
が多くみられます。



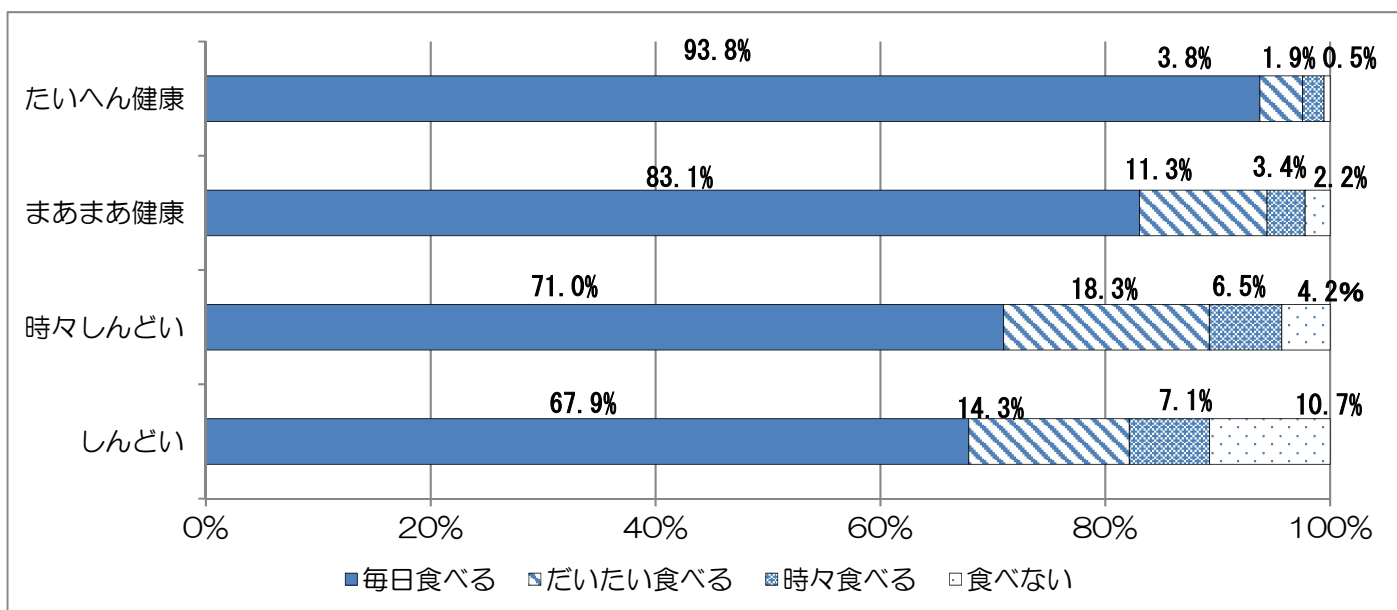
☆朝食は大切ですか？

令和5年度の県調査では、「とても大切」と回答した割合が、小学生81.0%、中学生73.7%でした。



☆朝ごはん和健康との関連

「たいへん健康」と答えた人は、朝ごはんを「毎日食べる」と答えた割合が高くなっています。



朝ごはんは1日の大切なエネルギー源です。

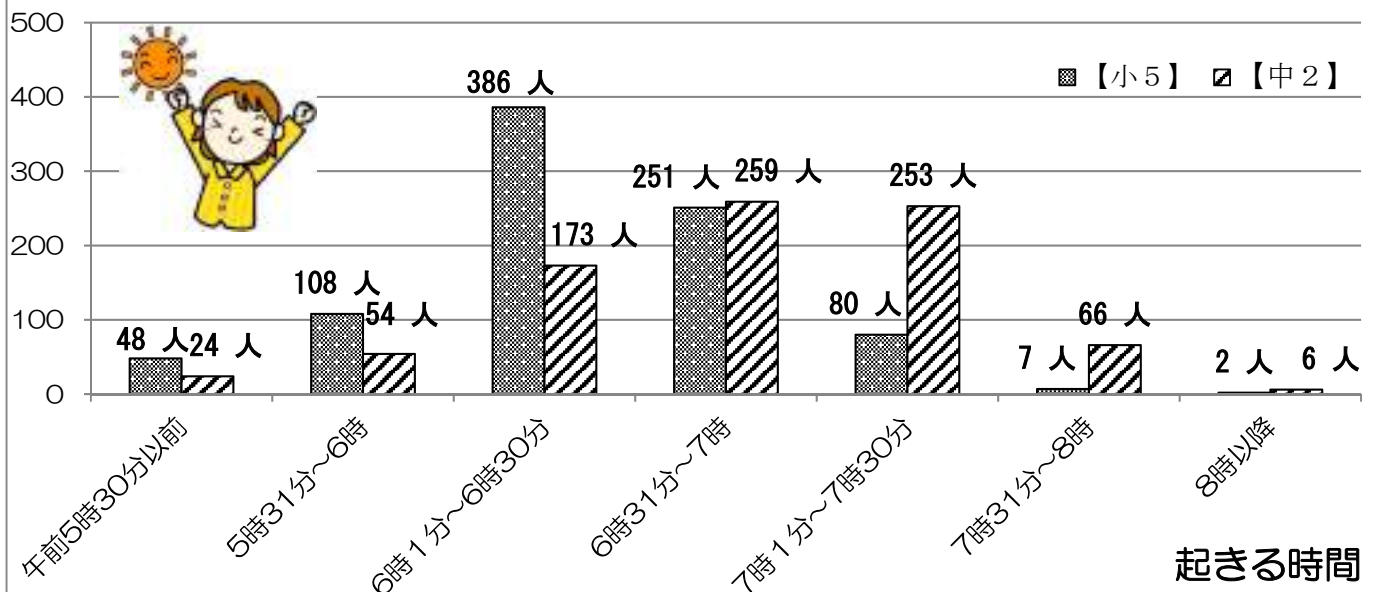
脳の栄養は「炭水化物のブドウ糖」です。脳は睡眠中も休みなく働いているため、朝起きた時には脳の栄養が空っぽです。そこで、朝ごはん「炭水化物を含む食品」を食べて栄養を補うと脳が活発に働くようになります。

体温を上げてやる気が出る「たんぱく質を含む食品」、朝のうちに排便をうながすための「野菜や果物」などがそろったバランスのよい朝ごはんを心がけ、1日を元気にスタートしましょう。



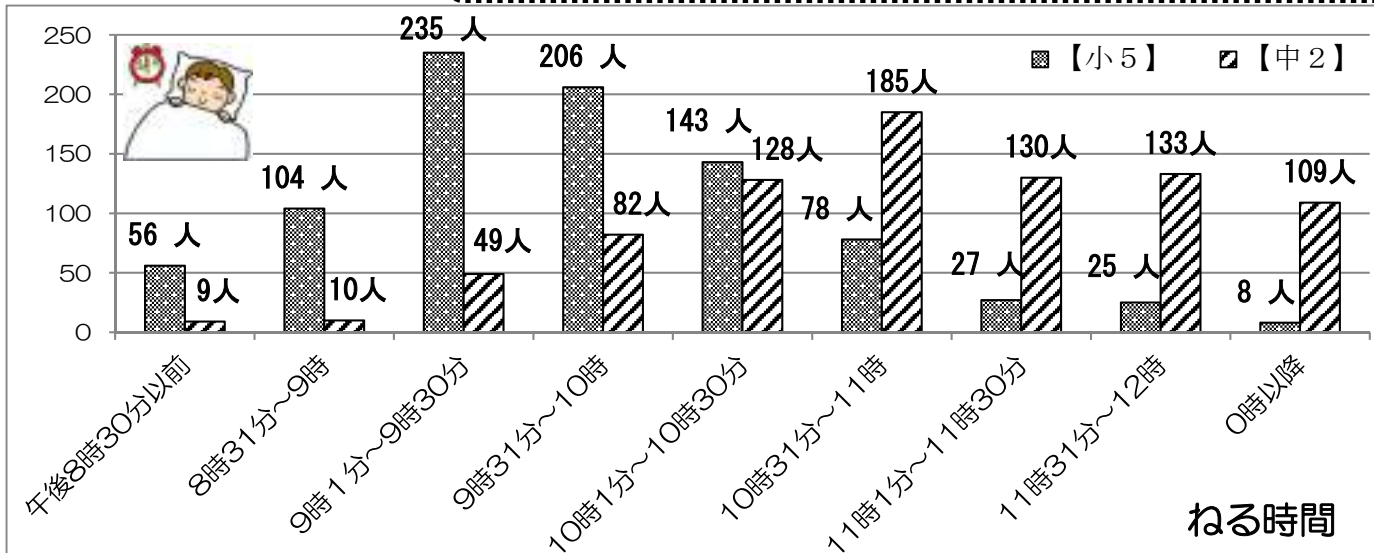
☆起きる時間は？

朝早く起きて、朝食の時間を十分に取しましょう。



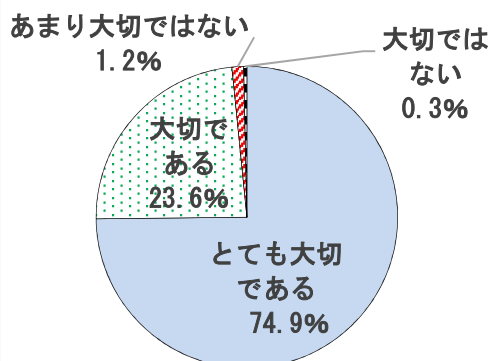
☆ねる時間は？

睡眠には、体や心の疲れを取り、体を成長させる働きがあります。

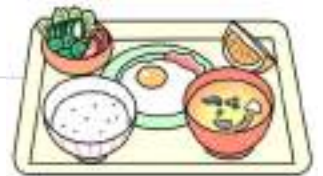
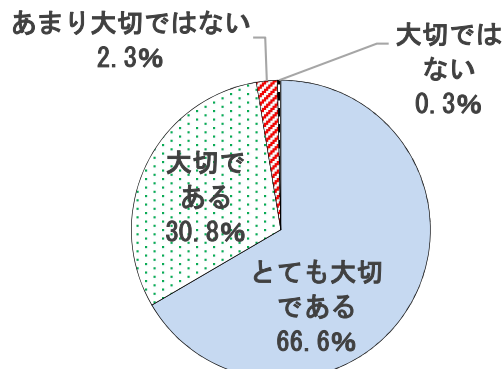


☆バランスの良い食事は大切だと思いますか？

小学5年生

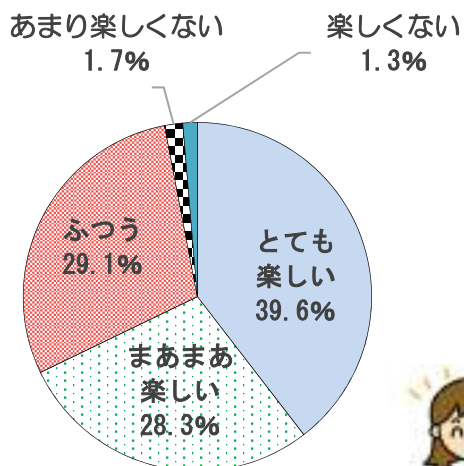


中学2年生

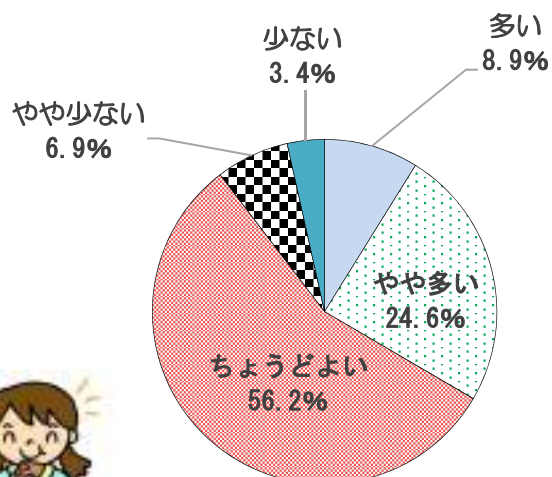


子どもたちが食に関心を持ち、栄養バランスの正しい知識を身につけ、考えることができる力を養うために、給食でも食育の推進に取り組めます。

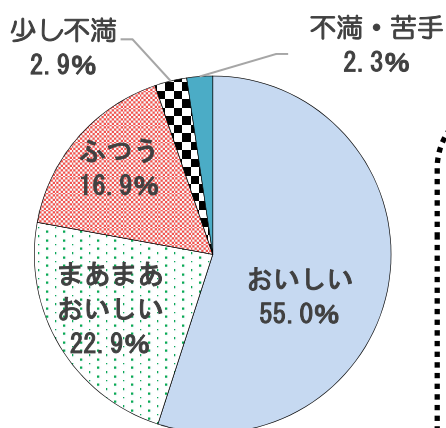
☆給食の時間は楽しいですか？



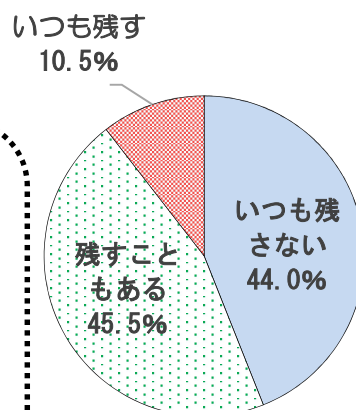
☆給食の量はどうですか？



☆給食の味はどうですか？



☆給食を残すことがありますか？



残す理由の第1位は「苦手な食材がある」でした。

給食は、知らなかったおいしさに出会えるチャンスです。ぜひ、食べてみてください。

☆好きな給食メニューランキング!!

- 1位 きなこあげパン
- 2位 カレー
- 3位 ラーメンやうどんなどの麺類
- 4位 デザート
- 5位 から揚げ

★人気メニューの1位は、きなこあげパンでした。あげパンは、昭和27年、東京都の調理員さんが、時間がたってもおいしく食べられるように給食ように開発されたパンと言われています。

★ランキングに入ったメニューは、これからもどんどん登場しますので、お楽しみに!!

