

港区学校教育食育推進指針

平成 31 (2019) 年 3 月

港区教育委員会

港区平和都市宣言

かけがえのない美しい地球を守り、世界の恒久平和を願う人びとの心は一つであり、いつまでも変わることはありません。

私たちも真の平和を望みながら、文化や伝統を守り、生きがいに満ちたまちづくりに努めています。

このふれあいのある郷土、美しい大地をこれから生まれ育つ子どもたちに伝えることは私たちの務めです。

私たちは、我が国が『非核三原則』を堅持することを求めるとともに、ここに広く核兵器の廃絶を訴え、心から平和の願いをこめて港区が平和都市であることを宣言します。

昭和60年8月15日

港 区

《元号に関する表記上の注意点》

本指針発行時点（平成31年3月）では、新元号が定められていないため、元号については「平成」又は「H」を使用しています。

新元号が定められた際は、読替えをお願いします。

ご挨拶

近年、タブレット型パソコンやスマートフォンの普及など生活環境の変化による睡眠不足や朝食の欠食など子どもの生活習慣の乱れが、学習意欲の低下、体力の低下の要因となっていることが指摘されています。また、家庭の状況や個人のライフスタイルの多様化により、子どもの孤食や栄養が偏った食事なども社会的な問題となっています。

港区では、子どもたちの食生活や生活習慣について実態を把握するため、平成 30（2018）年 1 月、区立小・中学校の全児童・生徒約 1 万人を対象に、「港区立小・中学生の食育についてのアンケート調査」を実施しました。

その結果、中学生は小学生と比べ朝食を食べない割合が増えることや一人で食べている割合が高いこと、小学校低学年から中学生まで、年齢が上がっていくにしたがい体力に自信がある子どもの割合が小さくなっていくことなどが分かりました。また、「勉強が好き」と答える子どものほうが体力に自信があること、スマートフォンなどの使用時間が少ないことなど、生活習慣と学習意欲に相関関係があることも分かっています。

子どもたちの健全な食生活や生活習慣を確立し、「徳・知・体」を育むためには、学校教育の中で体系的・計画的に食育を推進していくことが重要です。

このたび策定した「港区学校教育食育指針」では、アンケート結果などから分析した区立小・中学校の現状と課題を踏まえ、子どもたちが生涯を通じて健康を維持する能力を獲得するよう、成長、体力、生活習慣、食生活、食文化の 5 つの分野において具体的な目標値と達成に向けた行動計画を掲げました。

食育は、学校給食はもちろんのこと、社会科、家庭科、保健体育など学校教育全体で、様々な取組を積み重ねていくことが重要です。一生涯の身体的基础をつくる大切な時期である小学校、中学校において、子どもたちを健やかに育てていくため、保護者や地域とも連携し、本指針に掲げた取組を着実に推進してまいります。

策定にあたっては、学識経験者や小・中学校の校長等で構成された港区学校教育における食育推進委員会でご意見をいただきました。ご協力をいただいた皆さんに、改めて御礼申し上げます。

平成 31（2019）年 3 月

港区教育委員会
教育長 青木 康平

目次

第1章 指針の策定に当たって.....	1
1 国や都の状況.....	1
2 港区の状況.....	3
3 指針の目的と方向性.....	4
4 指針の位置付け.....	5
5 指針の期間.....	6
第2章 現状と課題.....	9
第3章 食育の推進.....	19
1 学校教育における食育目標.....	19
2 行動計画.....	20
第4章 指針の推進.....	33
1 推進体制.....	33
2 各主体の役割.....	34
資料編.....	39
1 港区学校教育における食育推進委員会.....	39
2 港区立小・中学生の食育についてのアンケート調査.....	43
3 関連法令.....	46

※本指針はユニバーサルデザインに対応した「UD デジタル教科書体」
(株式会社モリサワ)を使用しています。

第1章

指針の策定に当たって

第1章 指針の策定に当たって

1 国や都の状況

(1) 国の状況

近年、子どもの食生活の乱れが深刻化する中、国は、平成17（2005）年6月、国民の食を取り巻く様々な課題等に対する取組の理念や関係者の責務、施策の基本的な方向を明らかにした「食育基本法」を制定しました。同法では、食育について、生きる上での基本であり、知育、徳育及び体育の基礎となるべきものと位置付けています。

平成18（2006）年3月には、政府による「食育推進基本計画」が策定され、内閣府をはじめ、文部科学省、厚生労働省、農林水産省等の関係各府省庁が連携を図り、政府として一体的に食育に関する施策に取り組む体制を整えるとともに、地域や社会を挙げて子どもに対する食育を積極的に推進することとされました。

学校における食に関する指導の充実については、子どもが望ましい食習慣を身に付けることができるよう、平成16（2004）年に栄養教諭制度が創設され、平成17（2005）年4月から栄養教諭の配置が開始されました。

(2) 東京都の状況

東京都は、食の生産現場に対する理解促進や食を通じた健康づくり、食の安全確保など、健全な食生活に関する取組等を進めていくため、平成28(2016)年3月、平成28(2016)年度から平成32(2020)年度までの5年間を計画期間とする「東京都食育推進計画～健康的な心身と豊かな人間性を育むために～」を改定しました。

東京都食育推進計画の概要(図表・1)

1 東京の食をめぐる課題		
1 ライフスタイルの変化による食育機能の低下	2 消費と生産の乖離	3 食に対する理解の不足と食生活の乱れ
2 施策の体系		
(1) 生涯にわたり健全な食生活を実践するための食育の推進		
<ul style="list-style-type: none"> 食をめぐる様々な問題の解決に向けて、乳幼児、児童・生徒、青年・成人、高齢者という4つのライフステージに分け、それぞれのステージにおいて取り組むべき重要なテーマを明確にし、効果的に食育を推進 		
(2) 食育体験と地産地消の拡大に向けた環境整備		
<ul style="list-style-type: none"> 食を理解する交流や体験ができる仕組みを作るとともに、東京2020オリンピック・パラリンピックが開催されることから、食材の魅力について理解を深める取組を推進 		
(3) 食育の推進に必要な人材育成と情報発信		
<ul style="list-style-type: none"> 食育を推進する人材の育成と食育を実践するために必要な情報発信と環境整備 		
3 平成32年度までに達成すべき主な指標目標		
<ul style="list-style-type: none"> 食育の意義を理解する 毎日きちんとした朝食をとる 東京都産食材の理解と地産地消の推進 食育を推進する体制の整備 家族と一緒に食事をとる 健康を意識したバランスの良い食生活の実践 		

参考：「東京都食育推進計画(概要)」(東京都)

<http://www.metro.tokyo.jp/INET/KEIKAKU/2016/04/DATA/70q45100.pdf>

2 港区の状況

児童・生徒の体力調査結果によると、港区立小・中学校の子どもの体力は、小学生では全国平均に対して男子が低い傾向にあり、中学生では男子・女子ともに全国平均を下回っています。一方、近年、全国的に思春期のやせの増加が指摘されており、健康への影響が懸念されています。

平成 28 (2016) 年度の「学校保健統計調査」の結果によると、骨や組織を作る生涯で最も体重発育の著しい成長期の小・中学生において、港区の「やせ傾向」の出現率は、小学校・中学校いずれも男子・女子ともに全国平均より高めで、とりわけ中学生男子で高くなっています。

平成 29 (2017) 年度に港区立小学校 5 年生・中学校 2 年生を対象に実施した「学校生活などについてのアンケート調査」では、「自分の身体や生活について、問題を感じていることはありますか」という問いに対して、小学生では約 5 割、中学生では 6 割が「朝起きても疲れがとれていないことが多い」と答えており、次いで小学生で約 4 割、中学生で 4 割半が「すぐ疲れてしまう」と答えています。

また、平成 30 (2018) 年 1 月に港区立小・中学校の全児童 (8,551 人)・生徒 (1,957 人) を対象に実施した「港区立小・中学生の食育についてのアンケート調査」(以下「食育アンケート」という。)においては、自分の身体の成長について肯定的に受け止めていない子どもに肥満や痩せ傾向があることや、中学生にスマートフォンやパソコン等の使用時間が長い傾向、就寝前の遅い時間帯の使用が多い傾向があることが分かりました。このほか、朝食を誰かと一緒に食べている中学生が 6 割を下回り、小学生と比べて孤食の傾向が高いという結果が出ています。

3 指針の目的と方向性

食育アンケートの結果から、港区の小・中学生が心身ともに健やかに成長し、生涯を通じて健康を維持していく力を育むためには、栄養バランスを考えた食事を心掛けたり、1日あたり、1週間あたりの身体活動を増やしたりするほか、液晶タブレットやスマートフォンの使用を抑制するなど、食生活を含めた正しい生活習慣を確立するための「食育」が重要です。

子どもの食育の重要性について学校、保護者、地域等の関係者が共通認識を持ち、学校教育の中で児童・生徒への食育を体系的・計画的に推進していくため、「港区学校教育食育推進指針」を策定します。

本指針では、成長期に特有の課題の解決に向けて、成長、体力、生活習慣、食生活、食文化の5つの分野から目標値、行動計画を掲げます。

行動計画は、目標値を達成するための、学校及び家庭における具体的な取組を示します。また、その取組の成果を検証し、取組の更なる充実を図ります。

学校では、校長のリーダーシップのもと、学級担任はもとより、家庭科、保健体育、社会科、理科、道徳等の関係する教科の担任や栄養教諭、養護教諭など関係教職員が連携・協力しながら組織的に食育を推進します。

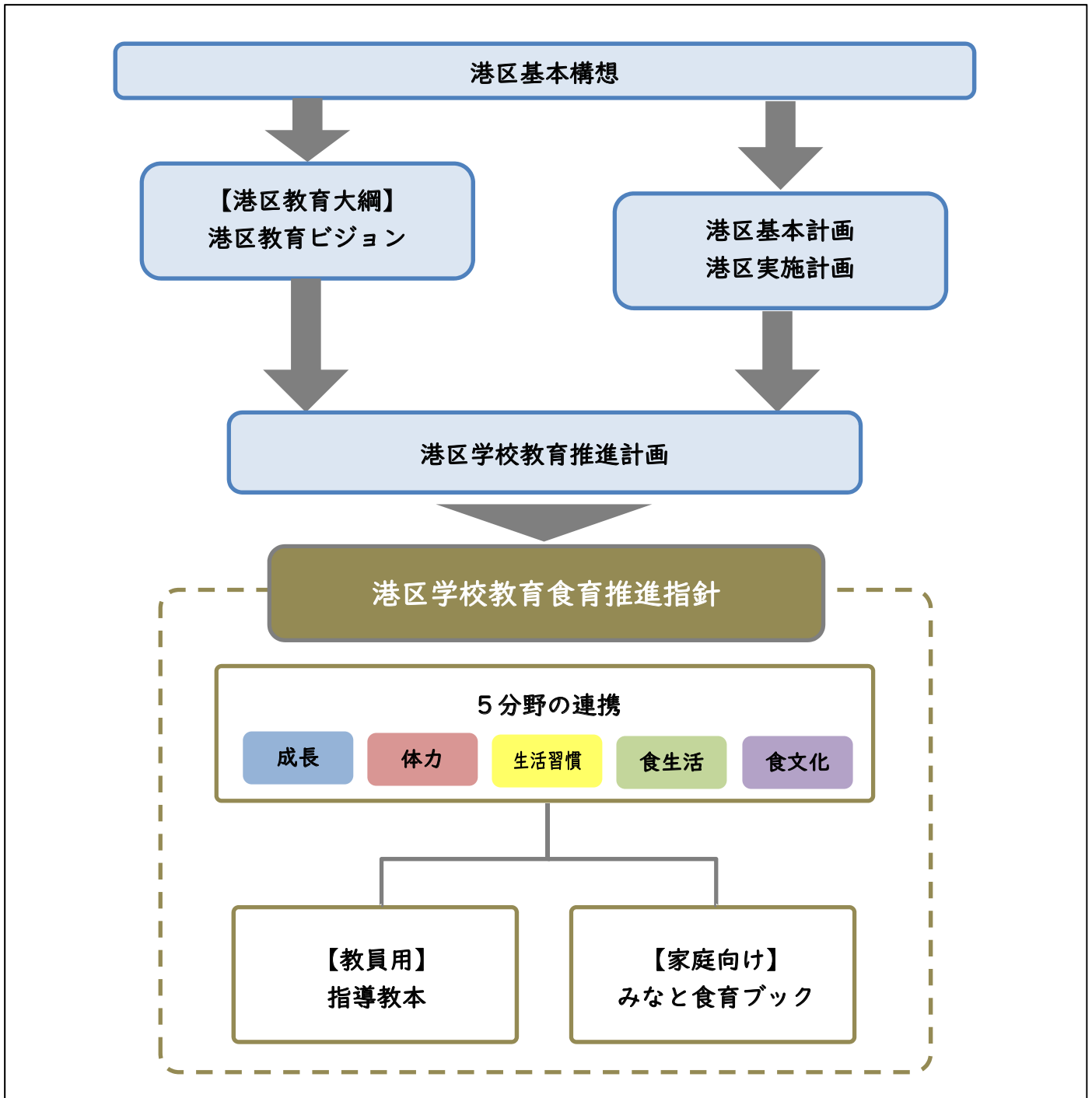
新学習指導要領を踏まえ、学校教育全体の中で、教科横断的に食に関する指導の充実を図り、児童・生徒が日本の食文化の継承や郷土料理、地産地消、米飯給食の定着等への理解を深めるため、給食を生きた教材として、教科に連携して活用します。

さらには、より効果的な指導を行うため、学校だけではなく、家庭、地域と連携・協力して食育に取り組みます。

4 指針の位置付け

「港区学校教育食育推進指針」は、「港区学校教育推進計画（平成30（2018）年度～平成32（2020）年度）」の重点事業である「食育の推進」について、計画的・具体的な取組を示すものです。

港区学校教育食育推進指針の位置付け（図表・2）



5 指針の期間

学校や家庭における食育は、一人ひとりの子どもの成長を踏まえながら、日常的な取組を積み重ねていくことが大切です。義務教育である小・中学校の9年間で、学習指導要領に沿って教科横断的に食育を推進していくため、本指針は、平成29（2017）年3月に改訂された学習指導要領の実施期間を踏まえ、平成31（2019）年度から平成41（2029）年度とします。

実施期間（図表・3）

（年度）

		H29 (2017)	H30 (2018)	H31 (2019)	H32 (2020)	H33 (2021)	H34 (2022)	H35 (2023)	H36 (2024)	H37 (2025)	H38 (2026)	H39 (2027)	H40 (2028)	H41 (2029)
国	第3次食育基本計画 (平成28年度～平成32年度)	→												
	先行実施				→ 学習指導要領改訂 小学校全面实施 (平成32年度～)									
	先行実施				→ 学習指導要領改訂 中学校全面实施 (平成33年度～)									
港区	港区基本計画 (平成30年度-平成32年度)	→												
	港区学校教育推進計画 (平成30年度-平成32年度)	→												
	実態調査					実態調査				実態調査				
	指針策定													
				→ 港区学校教育食育推進指針 (平成31年度-平成41年度)										

第2章

現状と課題

第2章 現状と課題

平成30年1月に実施した食育アンケートの結果から、成長、体力、生活習慣、食生活、食文化の5つの分野における現状と課題を次のとおり整理しました。

【分野ごとの把握が必要な内容】

分野	内容
1 成長	身長・体重、成長曲線、肥満・やせ傾向から、児童・生徒の成長
2 体力	食事の質と体力の関係性や生活リズムと体力との関連性
3 生活習慣	生活リズム、食事時間、朝型・夜型等が与える健康・学習・体力への影響
4 食生活	生涯を通じ健全な食生活を実践し健康を維持できる児童・生徒を育成するために解決すべき課題
5 食文化	日本の伝統的な食文化の次世代への継承、食事作法、感謝の気持ちを醸成するために解決すべき課題

【各分野のねらい】

1 成長

成長期に特有の身体特徴を踏まえ、成長曲線等から健やかな成長を把握します。栄養評価または栄養指導等につながる視点から、成長期の健やかな成長を把握する方法及び内容を指針に体系的に位置付けるとともに、評価指標により指導の効果を明らかにします。

【仮説】食生活、生活習慣を改善すると健やかな成長につながる。

2 体力

外で遊ぶ場所が少ない、体を動かし思いきり遊ぶ機会が少ない等、港区の小・中学生の特徴を踏まえ、体力と生活習慣、食との関係を把握します。成長期に獲得すべき体力レベルの向上の方法及び内容を指針に体系的に位置付け、評価指標により指導の効果を明らかにします。

【仮説】食生活、生活習慣を改善すると体力も向上する。

3 生活習慣

食事時間・生活リズム、社会的時差ボケ等による成長期の健康への影響を把握します。成長期に望ましい健全な生活習慣を身に付けるための方法及び内容を指針に体系的に位置付け、評価指標により指導の効果を明らかにします。

【仮説】食生活を含めた生活習慣を改善すると健康につながる。

4 食生活

成長期に必要な食事内容を知り、健全な食生活を送るための方法及び内容、生涯を通じて健康を維持できる能力を獲得するために必要な教育について、指針に体系的に位置付け、評価指標により指導の効果を明らかにします。

【仮説】小・中学生が健全な食生活を送ること、小・中学生にとって望ましい食環境づくりは、生涯を通じて健康を維持することにつながる。

5 食文化

学校で小・中学生に教えるべき食文化（作法等含む）の内容や、それについて学校で伝えるための教職員等の育成方法を指針に体系的に位置付け、評価指標により指導の効果を明らかにします。

【仮説】食文化に関する授業等を行うことは、食文化の次世代への継承につながる。

<各分野における現状と課題>

I 成長

<現状>

- 港区学校保健統計から、やせの出現率が高いことが明らかになっているが、自己申告の身長・体重から計算するとさらにやせの割合が高くなっており、やせ願望が小学校3年生あたりから強くなっている。
- 自分の身体の成長について肯定的に受け止めていない子どもは、肯定的に受け止めている子どもよりも肥満ややせ傾向があり、さまざまな健康に関する知識不足がみられる。
- 夏休みの生活時間が、学校のある時期に比べて大きくずれるのは、肥満傾向の子どもに多い。
- 中学生は男子、女子ともに、小学生と比べて1日の液晶タブレットやスマートフォン等の使用時間が長い傾向がある。
- 食育アンケートの結果では、健康に関する知識と生活習慣などに関連がみられる。

<課題>

- 自分の身体の成長について、今がとても大切な時期であることを認識し、成長を肯定的に受け止められるようになるため、①体の発育・発達、②思春期の体の変化、③体をよりよく発育・発達させるための生活についての学習機会を持つことが必要である。
- 夏休みに生活リズムを大きく乱さないよう、学校における指導や家庭への啓発が必要である。
- 液晶タブレットやスマートフォン等の長時間の使用や就寝前など遅い時間帯の使用は、ブルーライトによる脳への刺激が深い睡眠を阻害し、成長ホルモンの分泌が悪くなるなど、子どもの健やかな成長や心身の健康に悪影響を及ぼす懸念があることについて、児童・生徒や保護者への啓発が重要である。
- 健康に関する知識が豊富な子どもは、良い生活習慣をつくり、勉強や運動に前向きに取り組めるようになることを学校が認識し、そのような子どもを増やす取組が必要である。

2 体力

<現状>

- 小学校低学年・中学年、高学年の男子では、身体活動をするのが「とても好き」「好き」という回答が8割を超えているが、高学年の女子及び中学生は8割を下回っている。
- 身体活動を毎日60分間以上行っている割合は、小学生・中学生全体では9.7%で、そのうち男子は6割程度、女子は4割程度となっている。小学生では、週に2日または3日と回答した割合が多く、小学校高学年の女子及び中学生では、週に0日と回答した割合が最も多くなる。
- 体力について「自信がある」「自信がある方」と回答した割合は、男子・女子ともに小学校低学年が最も多く、中学年、高学年、中学生と年齢が上がるにともない少なくなっていく。中学生では男子・女子ともに、体力に「自信がない」「自信がないほう」との回答が5割を超えている。

<課題>

- 学校の体育の授業だけでなく、休み時間や放課後、家庭においても、身体活動の時間を増やすよう児童・生徒や保護者への働きかけが必要である。
- 身体活動は、運動やスポーツだけでなく、階段の昇り降りや自転車に乗るなど、日常生活の中で身体を動かす機会を増やすことが大切であることを、児童・生徒や保護者に伝える取組が必要である。
- 学校においては、体育の授業などで、子どもたちが「体育の授業が楽しい」「身体を動かすことが好き」と感じられるような工夫が求められる。
- 特に小学校高学年から中学校の時期は骨の成長期であり、縄跳びなど重力のかかる運動が骨の発育に効果が高いなど、スポーツ医学分野からの提言等も踏まえ、児童・生徒や教職員、保護者に健康に関する情報の提供や健康教育を推進することが必要である。

3 生活習慣

<現状>

- 「勉強が好き」と回答した児童・生徒は、液晶タブレットやスマートフォン等を長時間使用せず、また、寝る直前まで使用しない傾向がみられる。また、「勉強が嫌い」と回答した児童・生徒は、平日も休日も入眠時間が遅く、また平日と休日の起床時間が2時間以上ずれている割合が増える傾向がみられる。
- 朝食の摂取率は約9割であり、「勉強が好き」と回答した児童・生徒の朝食欠食率は低い傾向がみられる。また、「勉強が好き」、「体力に自信がある」と回答した児童・生徒は、朝食において肉製品、魚製品、卵製品、牛乳・ヨーグルト等のタンパク質を多く摂取している傾向がみられる。
- メガネ等の使用者が全国平均より高く、特に中学生の使用率は5割程度で全国平均の2倍程度である。また、メガネ等を使用している児童・生徒は、平日も休日も入眠時間が遅く、平日と休日の起床時間がずれる傾向がみられる。
- 甘いジュースや炭酸飲料を一週間当たり、3～4杯以上摂取する児童・生徒は、生活リズムの指標「休日の起床時間が遅い」、「平日と休日で起床が2時間以上ずれる」、「午前中眠い」、「寝る直前まで液晶タブレット等を視聴」と答える割合が高くなる傾向がみられる。

<課題>

- 液晶タブレットやスマートフォン等の長時間の使用や就寝前など遅い時間帯の使用が多いと睡眠不足による朝食の欠食など、生活リズムの乱れを引き起こし、学習意欲の低下につながるおそれがあることについて、児童・生徒、保護者への啓発が必要である。
- 生活リズムが整った生活習慣は、子どもの心身の健康に重要であり、これを維持できる生活環境を整えることが求められる。
- タンパク質の量など内容を含め朝食の重要性についての教育が必要である。
- 近視の原因の一つに、液晶タブレット等の使用による目への過度な負担が考えられるため、液晶タブレット等の使用時間の長さや使用する時刻についての指導が必要である。
- 甘いジュースや炭酸飲料は、週2回以内、1回2杯以内とし、水やお茶の摂取を勧める。特に、遅い時間帯での糖分摂取は体内時計の夜型化を引き起こし、脂肪へ変換されやすいことを説明するとともに、飲みたい場合は昼間に摂取するなどの指導が必要である。

4 食生活

<現状>

- 港区立小・中学校の児童・生徒の約7割が、「毎日給食を残さず食べる」と回答した。
- 給食を「いつも残す」と回答した児童・生徒は、肥満度が「普通」の児童・生徒の割合が84.2%と低く、「軽度やせ」の割合は7.9%と高い傾向がみられる。また、「給食をいつも残す」と回答した児童・生徒は、「疲れやすいことが多い」、「いつも疲れやすい」の回答の割合が高い。さらに、給食を「毎日残さず食べる」と回答した児童・生徒は、授業を「理解できる」と回答した割合が5割以上であり、授業を「理解できる」と回答した児童・生徒の割合は、給食の摂取量が多いほうが高い傾向がみられる。
- 9割近くの児童・生徒が「食事を楽しみと思う」と回答した。また、給食を「毎日残さず食べる」と回答した児童・生徒の6割近くが、食事は「いつも楽しい」と回答した。
- 給食を「毎日残さず食べる」と回答した児童・生徒は、食事に対する感謝の気持ちを「いつも考えて食べる」が約2割、「考えて食べているほうだ」が約4割で、高い傾向がみられる。
- 食事のバランスを「いつも考えている」と回答した児童・生徒は、「考えていない」と回答した児童・生徒に比べ、授業を「理解できる」と回答する割合が高い傾向がみられ、21.9%の差がある。また、食事のバランスを「いつも考えている」と回答した児童・生徒の6割以上が、身体活動が「とても好き」と回答している。
- 朝食については、小学生では83.8%が誰かと一緒に食べているが、中学生は58.6%となっている。夕食については、小学生は96.4%だが、中学生は84.7%に下がっており、中学生になると朝食・夕食ともに孤食の割合が高くなっている。
- 港区立小・中学校の児童・生徒は、一人で食事を作れる割合が全国調査に比べ低い。中学校になると調理スキルを持っている子どもの割合は増えるが、その割合は3割程度である。

<課題>

- 給食の食べ残しを減らし、健康状態の向上のため、子どもたちが給食の時間を楽しいと感じられるような環境づくりや、感謝の気持ちや食事のバランスについての知識を身につけることが求められる。
- 共食行動と栄養状態の良さとの関係とともに、共食することで会話が増え、精神的な健康にも良いことが報告されていることを踏まえ、中学生をはじめ、児童・生徒や保護者に「誰かと食事をする事」の大切さを伝えることが必要である。
- 自立した食生活を確立するため、調理スキルを身に付けることも必要である。

5 食文化

<現状>

- 家庭でお祝いしている節句として認知されているものは、「上巳の節句3月3日」、「端午の節句5月5日」、「七夕の節句7月7日」の割合が高く、「重陽の節句9月9日」などの割合は低い。
- 日本料理の種類の違いについては、全体では「聞いたことがない」の割合が38.3%と最も高い。また、昔から日本の料理に使われてきた調味料で知っているものは、「しお」、「みそ」、「しょうゆ」、「ごま」、「す」の割合が高い。
- 日本料理の種類の違いを知っている児童・生徒は、家庭内で「旬の食材」という言葉を使う割合が高い傾向がみられる。
- 食事が「いつも楽しい」と回答した児童・生徒の7割程度は、家庭で「旬の食材」という言葉が使われている。一方で「いつも楽しくない」と回答した児童・生徒の4割程度は「ない」と回答している。
- 一汁三菜の意味については、全体では「聞いたことがない」の割合が最も高く、半数近くの児童が一汁三菜の意味を「聞いたことがない」と回答した。
- はしの持ち方を注意されたことがあるかについては、「時々ある」の割合が29%と最も高く、次いで「あまりない」と「ない」が同程度である。
- わき役になるおらずに役割があることについては、「聞いたことがない」の割合が全体では29.7%と最も高い。

<課題>

- 給食をはじめ、学校において日本の伝統的な食文化に触れる機会を増やすとともに、食の生産に携わる人や自然環境の恵みに感謝する気持ちを育む取組が必要である。
- さまざまな食材の生産地や地方独特の食材に関する知識、伝統文化と日本料理が育んだ調理方法等について知る機会の創出が必要である。

第3章

食育の推進

第3章 食育の推進

1 学校教育における食育目標

港区の学校教育における食育目標を以下のとおり掲げます。

生涯を通じて健康を維持する能力の獲得

学校や家庭での食育を通じて、理解したことを自らの生活において実践する力を育成します。目標の達成のため、成長、体力、生活習慣、食生活、食文化の5分野を連携させた食育を推進します。

義務教育期は、成人する前の最後の成長スパートといわれ、血・肉・骨等が生涯を通じて最も急速に発達し、身体の基礎を作る時期です。そのため、この時期に応じた栄養や食事、体力向上、睡眠等の生活習慣や身体づくりが必要です。成長期における身体の発育、体力、生活習慣や食生活についての正しい知識と行動を身に付けることは、一生涯の健康の基礎となります。

【目標達成に向けた取組の方向性】

- 本指針を通じて子どもたちが「食」に関する理解を深め、健全な食生活を実現するための知識と技能を身に付けさせます。
- 成長期特有の身体の変化を理解し、気力・体力の基礎となる体づくりを行うとともに、規則正しい生活習慣を獲得し、栄養や食事のとり方に関する正しい知識と理解を深め、健全な心身の発達を促すための教育を推進します。
- 健全な心身の育成の基礎となる食育の知識や技能の習得のため、体系的・計画的に食育を推進し、全ての子どもたちが生涯を通じて健康を維持する能力を獲得するよう取り組みます。
- 子どもたちが教科等で身に付けた資質・能力をさまざまな場面で総合的に活用することができるよう、知識と生活との結び付きや教科等横断的な視点での食育の指導を充実します。
- 日本の伝統的な食文化を継承し、食の生産に携わる人や自然環境の恵みに感謝する気持ちを育みます。行事食や郷土料理などの和食給食と国産食材の利用推進、米飯給食の定着、食の生産から消費までの流通など、授業と連携した教材として学校給食を活用します。

【目標値の設定】

5分野を連携させた食育を推進するため、子どもたちの現状と課題を把握し、その課題を解決するための取組を進めます。

現状値をベースラインとし、経年変化を捉えるための目標値を設定します。PDCAサイクルで食育を実施し、3年後及び5年後に児童・生徒の知識、行動の変化等を計測します。平成29年度に実施した港区立小・中学生の食育についてのアンケート調査結果との比較から達成度を評価します。

2 行動計画

(1) 行動計画の考え方

食育目標を達成するための学校と家庭それぞれにおける具体的な取組を、行動計画として示します。

学校での取組については、学校の全体・年間指導計画にも示し、教科等横断的に、計画的・体系的に着実に実施します。家庭の取組については、生活の場としての家庭の役割を示しています。

港区立小・中学校における食育 ～成長段階に応じた分野ごとの目標を定めた体系的な食育～					
分野	対象	小学校			中学生
		低学年 (1・2年生)	中学年 (3・4年生)	高学年 (5・6年生)	
1 成長			成長を肯定的に捉える	成長スパート	生涯のからだの基礎
2 体力	体を動かす習慣づくり 夏休みのラジオ体操		基礎体力向上	成長を肯定的に捉える 体力と学力とメンタルヘルスの相乗効果	生涯の体力の基礎
3 生活習慣	早寝・早起き・朝ご飯		長時間のゲーム、タブレット利用の抑制 規則的な睡眠時間	甘い飲料の量と時間	生涯の生活習慣の基礎 規則正しい食生活
4 食生活	タンパク質のあるバランス朝食 よく噛んで食べる		給食を残さず食べる 食事のバランス	調理技能向上	食の社会性 生涯の食生活の基礎
5 食文化	正しい箸の持ち方 節句の理解		日本古来の調味料 風土と食文化	和食器の体験 一汁三菜を理解する	日本料理の型 食文化の基礎とマナー体験

I 成長

目標	行動計画
<p>1-1 「やせ」について、アンケート調査の数値を下げる。</p> <p>【現状値/目標値】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・(小学校高学年男子) 現状値：7.8% 目標値：4.5% ・(小学校中学年女子) 現状値：7.5% 目標値：4.5% 	<p>【学校での取組】 身長・体重計測値を用いて、成長曲線上に自分の発育グラフを描いてみる。</p> <p>【家庭での取組】 家庭で保護者と一緒に成長曲線を描いてみる。または、学校で描いた成長曲線を保護者と確認する。</p>
<p>1-2 「伸長や体重が増えること、成長することが楽しみ」な子どもを増やす。</p> <p>【現状値/目標値】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・(小学校高学年男子) 現状値：49.9% 目標値：70% ・(小学校高学年女子) 現状値：30.4% 目標値：70% ・(中学校女子) 現状値：10.6% 目標値：25% 	<p>【学校での取組】 思春期には筋肉や骨の発育の促進が重要であることを、養護教諭などが学校で伝える。</p> <p>【家庭での取組】 筋肉や骨の発育の促進について学校で伝えられたことを保護者と確認し、家庭で保護者と一緒に成長曲線を描いてみる。</p>
<p>1-3 「高度肥満と高度やせ」の子どもを減らす。</p> <p>【現状値/目標値】 (小・中学校全体)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・高度肥満の現状値：0.3% 目標値：0% ・高度やせの現状値：0.4% 目標値：0% 	<p>【学校での取組】 担任教諭をはじめ、学校全体で「早寝・早起き・朝ごはん」をしっかりと守り、生活リズムを確立するよう指導する。</p> <p>【家庭での取組】 健康的なからだづくりには規則正しい生活習慣が大切であることを教え、適切な食事、運動、睡眠など、家庭でも生活リズムを乱さないよう取り組む。</p>
<p>1-4 甘い飲み物を摂取する割合を週1~2回以下に減らす。</p> <p>【現状値/目標値】 甘い飲み物の摂取頻度 「週1~2回」「飲まない」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・現状値：73.2% 目標値：80% 	<p>【学校での取組】 担任教諭をはじめ学校全体で甘い飲み物の健康等への影響を伝え摂取を控えるよう啓発する。</p> <p>【家庭での取組】 甘い飲み物を控えるよう伝え、水やお茶を飲むことを家庭で実践する。</p>

目標	行動計画
<p>1-5 身長を伸ばすにはいろいろな食べ物をとらなければならないことを「よく知っている」子どもを増やす。</p> <p>【現状値/目標値】 ・現状値：61.8% 目標値：70%以上</p>	<p>【学校での取組】 担任教諭をはじめ、学校全体で、からだは毎日摂る食物からできていることを伝える。</p> <p>【家庭での取組】 からだは毎日摂る食物からできていることや食事の大切さを家庭でもあらためて話し合う。</p>
<p>1-6 運動は身長を伸ばし、太り過ぎを防ぐことを「よく知っている」子どもを増やす。</p> <p>【現状値/目標値】 ・現状値：58.6% 目標値：70%以上</p>	<p>【学校での取組】 担任教諭をはじめ、学校全体で、適度な運動の大切さを伝えるとともに、実践できる機会をつくる。</p> <p>【家庭での取組】 適度な運動の大切さを伝えるとともに、地域や家庭で実践できる機会をつくる。</p>
<p>1-7 夏休みなどの長期休業中の起床と就寝時間のずれが2時間未満の子どもを増やす。</p> <p>【現状値/目標値】 ・現状値：79.1% 目標値：80%以上</p>	<p>【学校での取組】 起床・就寝時刻や朝食摂取、運動時間、テレビの視聴時間、携帯電話の使用時間等の項目からなる夏休みの生活チェックリストを配布する。</p> <p>【家庭での取組】 規則正しい生活習慣が大切であることを教え、夏休みの生活チェックリストを活用し、家庭でも生活リズムを乱さないよう取り組む。</p>
<p>1-8 夜遅くまで液晶タブレットやスマートフォン等を使用するとよく眠れなくなることを知っている子どもを増やす。</p> <p>【現状値/目標値】 ・現状値：48.7% 目標値：70%以上</p>	<p>【学校での取組】 夜間に液晶タブレット等を使用していると眠りが浅くなり、成長ホルモンが出ない（足が伸びなくなる）ことを「保健だより」や学校保健委員会などで啓発する。</p> <p>【家庭での取組】 夜間に液晶タブレット等を使用していると眠りが浅くなり、成長ホルモンが出ない（足が伸びなくなる）ことを家庭でも伝え、就寝前の使用を控えるようはたらきかける。</p>

期待される成果

- 成長に必要な食生活や運動習慣、規則正しい生活が身に付き、高度肥満と高度やせが減少する。
- 成長期には身長や体重が増えることを理解した、成長が楽しみな子どもが増える。

2 体力

目標		行動計画	
<p>2-1 身体活動をすることが「とても好き」な子どもを増やす。</p> <p>【現状値/目標値】 ・現状値：48.4% 目標値：50%以上</p>	<p>【学校での取組】 体育と授業以外に休み時間に活発に動くなど、1日あたり60分以上の身体活動（少し汗ばむ程度の運動・スポーツなど）の実施を促す。</p>	<p>【家庭での取組】 自転車、外遊び、家事の手伝いなど日常生活の中で、1日あたり60分以上の身体活動（少し汗ばむ程度の運動・スポーツなど）をするようにはたらきかける。</p>	
<p>2-2 1日合わせて60分以上身体活動を毎日する子どもを増やす。</p> <p>【現状値/目標値】 ・現状値：9.7% 目標値：12%以上</p>			
<p>2-3 体力に自信のある子どもを増やす。</p> <p>【現状値/目標値】 ・現状値：30.2% 目標値：33%以上</p>			
<p>2-4 自分は粘り強いと考える子どもを増やす。</p> <p>【現状値/目標値】 ・現状値：28.5% 目標値：31%以上</p>			

期待される成果
<ul style="list-style-type: none"> ○ 身体活動が好きになり、学業、体力、生活習慣、心の健康が向上する。 ○ 1日あたり60分以上の身体活動を継続することにより、粘り強さや体力が向上する。

3 生活習慣

目標	行動計画	
<p>3-1 朝食を「毎日食べる」子どもを増やす。</p> <p>【現状値/目標値】 (中学校)</p> <p>・現状値：男子 77.2% 目標値：90% 女子 79.8% 目標値：90%</p>	<p>【学校での取組】 朝食をしっかりと摂るよう指導する。また、朝食を摂る時間の確保のため、早寝・早起きの重要性を伝える。</p> <p>【家庭での取組】 「早寝・早起き・朝ごはん」をはたらきかけ、保護者も一緒に取り組む。</p>	
<p>3-2 朝食に「タンパク質を普通量食べる」子どもを増やす。</p> <p>【現状値/目標値】</p> <p>・肉) 現状値：37.3% 目標値：50% ・魚) 現状値：15.0% 目標値：25% ・乳) 現状値：39.5% 目標値：50% ・卵) 現状値：38.9% 目標値：50% ・豆) 現状値：22.2% 目標値：30%</p>	<p>【学校での取組】 タンパク質のはたらきや朝食でタンパク質を摂ることの重要性を伝える。</p> <p>【家庭での取組】 朝食で不足気味の魚や大豆、牛乳、卵などタンパク質が摂取できるよう、また、加工食品等では食塩使用量を確認し塩分の取りすぎに注意しながら、食事の内容を工夫する。</p>	
<p>3-3 甘い飲料を飲む頻度が少ない子どもを増やす。</p> <p>【現状値/目標値】「週1～2回」「飲まない」 現状値：73.2% 目標値：80%</p>	<p>【学校での取組】 甘い飲料は週に1～2回とし、かつ1回あたり1杯とするなど、甘い飲料を飲む頻度・回数を減らすよう校内の壁新聞や給食だよりなどではたらしかける。</p>	<p>【家庭での取組】 水やお茶を飲むことを実践するとともに、甘い飲料は週に1～2回とし、かつ1回あたり1杯とするなど、甘い飲料を飲む頻度・回数を減らすよう取り組む。</p>
<p>3-4 甘い飲料の1回当たりの飲む量が少ない子どもを増やす。</p> <p>【現状値/目標値】 1回2杯未満 現状値：71.1% 目標値：80%</p>		
<p>3-5 液晶タブレットやスマートフォン等の使用時間が多い子どもを減らす。</p> <p>【現状値/目標値】 3時間以上 ・現状値：19.9% 目標値：10%</p>	<p>【学校での取組】 家庭での液晶タブレットやスマートフォンの使用は2時間以内とし、かつ寝る1時間前には使用を終えるよう啓発する。</p> <p>【家庭での取組】 家庭内でルールを決め、液晶タブレットの使用は2時間以内とし、かつ寝る1時間前には使用を終えるよう促す。</p>	

目標	行動計画
<p>3-6 平日の就寝時間が早い子どもを増やす。</p> <p>【現状値/目標値】 11時以前 現状値：80.0% 目標値：90%</p>	<p>【学校での取組】 十分な睡眠時間を確保するため、早く就寝することを指導する。</p> <p>【家庭での取組】 十分な睡眠時間を確保するため、就寝時間と起床時間を決め、早く就寝するよう促す。</p>
<p>3-7 休日の就寝時間が早い子どもを増やす。</p> <p>【現状値/目標値】 11時以前 現状値：71.5% 目標値：82%</p>	<p>【学校での取組】 休日も生活リズムを守るため、休日の就寝時間を平日より30分から1時間早めることを指導する。</p> <p>【家庭での取組】 休日も生活リズムを守るため、就寝時間を平日より30分から1時間早めるよう促す。</p>
<p>3-8 平日と休日で起床の差が2時間以内の子どもを増やす。</p> <p>【現状値/目標値】 ・(中学校女子) 現状値：29.0% 目標値：35%</p>	<p>【学校での取組】 就寝時間を平日より30分から1時間早めることや、平日と休日の起床時刻の差を1時間以内とするよう指導する。</p> <p>【家庭での取組】 休日も生活リズムを守るため、就寝時間を平日より30分から1時間早めることや、平日と休日の起床時刻の差を1時間以内とするよう促す。</p>

期待される成果
<ul style="list-style-type: none"> ○ 朝食時もタンパク質の摂取が増えるなど食生活、生活習慣が改善され、学業・体力・心の健康の向上につながる。 ○ 液晶タブレット等について、使用時間や就寝前の使用が減少し、生活リズムが整う。 ○ 甘い飲料の摂取量が減る。

4 食生活

目標	行動計画
<p>4-1 「給食を残さず食べる」子どもを増やす。</p> <p>【現状値/目標値】 ・現状値：69.4% 目標値：72%以上</p>	<p>【学校での取組】 ・苦手な食べ物を食べられた子どもから、どうやって食べられるようになったのか等を聞き、学級や学年、学校全体で共有する。 ・教員同士で食べ残し防止のために実施していることを共有し、効果的な取組を全体で推進する。 ・残菜が多い日の献立等、原因を分析し、以後の給食に活用する。</p> <p>【家庭での取組】 食べ残しをしない食べ方を家族で話し合い、家庭の食事の食べ残しを減らす工夫をする。</p>
<p>4-2 「バランスを考えて食べる」子どもを増やす。</p> <p>【現状値/目標値】 ・現状値：58.8% 目標値：60%以上</p>	<p>【学校での取組】 ・給食だけではなく、家庭科や保健体育など、関連教科を含め、発達段階に応じた栄養バランスに関する指導を行う。 ・給食の献立を教材として活用し、バランスのとれた食事の指導を行う。</p> <p>【家庭での取組】 主食、主菜、副菜をそろえた、バランスのとれた食事、食塩や砂糖の取りすぎに注意するなど、健康を考えた食事について家庭で話し合い、食事の改善を考える。</p>
<p>4-3 夕食を一人きりで食べない子どもを増やす。</p> <p>【現状値/目標値】 ・(中学校男子) 現状値：83.4% 目標値：85%以上 ・(中学校女子) 現状値：86.1% 目標値：90%以上</p>	<p>【学校での取組】 食育だよりなどで共食の大切さ、共食が難しい場合は他のコミュニケーション方法（一緒に食べないが食卓に座る、メモを置く等）を伝える。</p> <p>【家庭での取組】 食育だよりなどの情報を参考に、家族で子どもが一人での食事にならない工夫を考え、実践する。</p>

目標/評価指標	行動計画
<p>4-4 自分で食べる食事をほとんど一人で 作ることができる子どもを増やす。</p> <p>【現状値/目標値】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・(小学校高学年男子) 現状値：24.8% 目標値：25%以上 ・(小学校高学年女子) 現状値：34.0% 目標値：35%以上 ・(中学校男子) 現状値：43.5% 目標値：45%以上 ・(中学校女子) 現状値：50.8% 目標値：52%以上 	<p>【学校での取組】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・家庭科の授業などで習ったことを、家庭で自分でやってみることを促す。 ・学校で学習したことを保護者にも伝え、家庭でも挑戦してみることを提案する。 <p>【家庭での取組】</p> <p>休日などに実際に料理をして、家庭で食材に触れる機会をつくる。</p>
<p>4-5 食事をする時、食物を作ってくれた農家の人や料理を作ってくれた人等のことを考える子どもを増やす。</p> <p>【現状値/目標値】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・現状値：54.0% 目標値：60%以上 	<p>【学校での取組】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・食物を育てる段階から給食になって届くまでの過程を説明し、感謝の気持ちを育む。 ・農家や調理員の方などの協力を得て、ゲストスピーカーとして子どもたちに話をしてもらう機会をつくる。 <p>【家庭での取組】</p> <p>食物を育てる段階から食卓に料理が並ぶまでの過程を家族で話し、感謝の気持ちを育む。</p>

期待される成果
<ul style="list-style-type: none"> ○ 給食を残さず食べる子どもが増える。 ○ 栄養バランスを考えて食べる子どもが増える。 ○ 食事に関わる人や自然の恵みに感謝の気持ちをもつ子どもが増える。

5 食文化

目標	行動計画
<p>5-1 家庭で節句をお祝いしている子どもを増やし、重陽の節句を祝う事を慣習づける。</p> <p>【現状値/目標値】 ・現状値：4.6% 目標値：50%</p>	<p>【学校での取組】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・代表的な5節句を学校でもお祝いする。 ・重陽の節句を「菊の節句」として秋のお祝い行事に加え、給食で菊水・栗ご飯等を用意し、長寿を願い、豊作を感謝する日として周知する。 <p>【家庭での取組】</p> <p>代表的な5節句を家庭でもお祝いし、節句にちなんだ料理を食べる。</p>
<p>5-2 「日本の料理」に種類や違いがあることを知っている子どもを増やす。</p> <p>【現状値/目標値】 ・現状値：33% 目標値：60%</p>	<p>【学校での取組】</p> <p>日本料理の種類や違い、日本料理の基となる本膳料理、精進料理などについて具体的に言えるよう教える。</p> <p>【家庭での取組】</p> <p>外食時も含め、献立がどのような種類の料理になるかを家族で話をするなど、興味を促す。</p>
<p>5-3 「一汁三菜」の意味を知っている子どもを増やす。</p> <p>【現状値/目標値】 ・現状値：26.3% 目標値：60%</p>	<p>【学校での取組】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・バランスの良い食事のとり方として、一汁三菜を教える。 ・給食で実際に和食器を用いるなど、食器の用途の違いから、食器にあわせた盛り付けや風情が日本の伝統的な食文化であることを教える。 <p>【家庭での取組】</p> <p>和食器の種類について知ることができるよう、家庭で、献立に合った食器を使って食事をするよう工夫する。</p>
<p>5-4 だしをとる材料は、地域によってちがうことを知っている子どもを増やす。</p> <p>【現状値/目標値】 ・現状値：50.4% 目標値：80%</p>	<p>【学校での取組】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・だしをとる材料が地域によって違うことを教える。 ・日本の食文化は自然や風土、歴史的背景が大きく影響していることを教える。 ・季節や行事の折に触れ、食文化を話題にする。 <p>【家庭での取組】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・地域ごとの材料（にぼし、かつおぶし、こんぶ、貝、しいたけなど）を使い、実際に「だし」をとってみて味の違いを知るよう促す。 ・季節や行事の折に触れ、食文化を話題にする。

目標/評価指標	行動計画
<p>5-5 「はしの持ち方を注意されたこと」がある子どもを減らし、正しく使うことができる子どもを増やす。</p> <p>【現状値/目標値】 ・現状値：51.6% 目標値：70%</p>	<p>【学校での取組】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・高学年ではしの使い方のおさらいをする。また、行儀作法の専門家から、正しい食べ方の所作を習う。 ・家庭科の授業などを通して、正しいマナーが日常化されるように指導する。 <p>【家庭での取組】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・家族ではしの持ち方や使い方が正しいかどうかを確認し合う。 ・外食などの機会に、和食には和、洋食には洋のマナーがあることについて話し合える機会を作る。
<p>5-6 わき役になるおらずに役割があることを知っている子どもを増やす。</p> <p>【現状値/目標値】 ・現状値：45.8% 目標値：60%</p>	<p>【学校での取組】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・わき役の食材の意味や使い分け、必要性、代表的な薬味について教える。 ・主菜、副菜、薬味、ご飯(主食)と「和食」の観点から、食文化についての関連性を教える。 <p>【家庭での取組】</p> <p>料理の盛り付けなどから家庭でも主菜、副菜、薬味、ご飯(主食)の話をし、興味を促す。</p>
<p>5-7 季節の食材、旬の食材という言葉が家で使うことがある子どもを増やす。</p> <p>【現状値/目標値】 ・現状値：62.9% 目標値：90%</p>	<p>【学校での取組】</p> <p>季節ごとの日本の旬の食材や、それらの食材の収穫時期や食べ方を教える。</p> <p>【家庭での取組】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・家庭でも旬の食材をできるだけ取り入れた食事を工夫する。 ・食事の盛り付けを子どもと一緒にいき、季節に合った盛り付けについて、自分なりの工夫をさせてみる。

期待される成果

- 重陽の節句をお祝いしている家庭が増え、日本の食文化の根底にある伝統を知る子どもが増える。
- 正しい食事のマナーが身についている子供が増える。
- 日本料理と和食の違いを明確に知り、日本の食文化は歴史背景と自然が大きくかかわっていることを知っている子どもが増える。

第4章

指針の推進

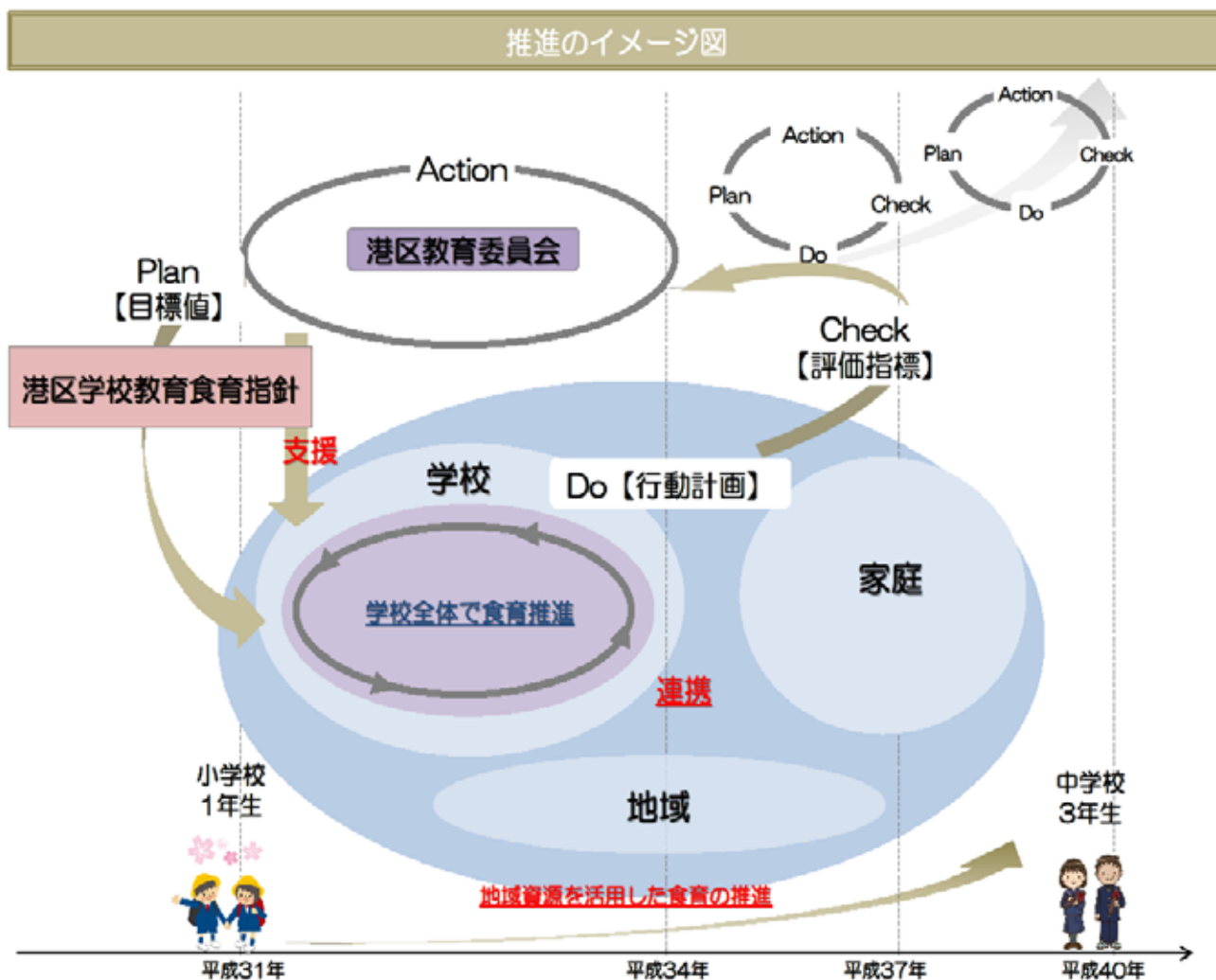
第4章 指針の推進

I 推進体制

成長期に特有な心身の特徴を踏まえ、成長、体力、生活習慣、食生活、食文化の5分野から、基礎体力の向上や健全な生活習慣づくり、食文化の継承などについて、次代を担う子どもたちが生涯にわたり健康を維持できる能力を獲得するための食育を、次のように推進します。

○子どもたちの健全な成長を支える食育を、学校と家庭との連携により、地域資源を活用しながら効果的に推進します。

○区及び学校は、保護者に対し、家庭が食育において重要な役割を担っていることへの理解を促します。『みなと食育ブック』を児童・生徒の全家庭に配布し、子どもと保護者が家庭で一緒に読み、正しい知識や健全な生活習慣を獲得するための取組を促します。



2 各主体の役割

学校における食育は、校長のリーダーシップのもと、学級担任や家庭科、保健体育など関係する教科の担任、栄養教諭、養護教諭など関係教職員の連携・協力により組織的に取り組みます。

また、家庭や地域においても、それぞれが食育の担い手として役割を果たすことで、子どもたちの基礎体力の向上や健全な生活習慣づくりを効果的に進めることができます。

主体	役割
教育委員会	<p><学校、家庭、地域をつなぐ区全体の食育環境の整備></p> <ul style="list-style-type: none"> ○学校、家庭、地域が連携して食育を着実に推進するために、3年後、5年後の児童の体格や健康度、知識・行動の変化などの成果を評価し、フィードバックするなど各主体を支援します。 ○学校、家庭、地域に対して、本指針の目標が達成されるよう技術的な支援を行います。 ○各地域において子どもたちへの食育を推進するため、関係部署との緊密な連携を図り、取組を推進します。
学校	<ul style="list-style-type: none"> ○食に関する指導の全体計画を作成し、校長のリーダーシップのもと、関係教職員が連携・協力しながら体系的な食育を行うとともに、教職員の食育に対する意識及び指導力の向上を図ります。 ○給食を実践教材として活用するとともに、各教科や特別活動を含む学校教育全体において、教科横断的に指導を行います。 <p>■校長等学校管理職</p> <ul style="list-style-type: none"> ○食に関する指導の全体計画を作成し、学校の教育活動全体で積極的な取組が行われるよう、関係教職員を指導するとともに、校内に「食育推進委員会」を組織するなど、校内の体制を整備します。 <p>■学級担任や教科担任等</p> <ul style="list-style-type: none"> ○担当する教科等において積極的に食に関する指導を行います。 ○やせ・肥満傾向や偏食、咀嚼不足など個別的な対応が必要な子どもに対しては、学級担任等や養護教諭、栄養教諭、関係教職員、学校医、学校歯科医、学校薬剤師等が共通理解に立ち、連携して取り組みます。 <p>■栄養教諭</p> <ul style="list-style-type: none"> ○他の教職員と連携し、食に関する指導の全体計画の策定等に携わるとともに、啓発活動や保護者への助言等、家庭や地域との連携を図るなど、学校の内外を通じ、食に関する指導のコーディネーターとしての役割を果たします。 ○給食の時間をはじめとする特別活動、関連する各教科などにおいて、学級担任や教科担任と連携し、食に関する指導を行います。 ○学級担任、養護教諭、学校医などと連携し、肥満傾向、過度のやせ、偏食

	<p>の子どもに個別的な指導を行います。</p> <p>■学校栄養職員等</p> <p>○食育の実践教材として給食を活用するよう献立のレベルアップを図り、子どもの食に関する指導に取り組みます。</p>
家庭	<p><望ましい生活習慣や食生活を定着させる日々の環境づくり></p> <p>○子どもたちに健全な食生活を実践する力を身に付け、習慣化させるため、家庭において楽しく食卓を囲み、家族のコミュニケーションを大切にしながら、基本的な食事のマナーや望ましい食習慣の確立を図ります。</p>
地域	<p><地域資源を活用した食育の推進></p> <p>○自然の恵みや食に携わる人への感謝の気持ちを育むため、農作物の栽培・収穫体験の機会を提供したり、ゲストティーチャーとして食育授業を行ったりするなど、学校における食育の推進に寄与する活動が求められます。</p>

資料編

資料編

Ⅰ 港区学校教育における食育推進委員会

(1) 港区学校教育における食育推進委員会設置要綱

平成 29 年 10 月 5 日

29 港教学第 4446 号

(設置)

第 1 条 食育推進に必要な成長・体力、生活習慣、食生活、食文化の各視点を踏まえ、港区学校教育における食育の推進に関する指針等を検討するため、港区学校教育における食育推進委員会(以下「委員会」という。)を設置する。

(所掌事項)

第 2 条 委員会は、次に掲げる事項を検討する。

- (1) 港区学校教育における食育推進の指針に関すること。
- (2) 港区立小・中学校児童生徒の食育推進に必要な成長・体力、生活習慣等の課題の解決に関すること。
- (3) 各学校で実施する食育推進の目標・行動計画に関すること。
- (4) 食育推進の進捗評価の項目設定と評価方法に関すること。
- (5) その他委員長が必要と認めたこと。

(構成)

第 3 条 委員会は、次に掲げる区分により、教育委員会が委嘱し、又は任命する委員をもって構成する。

- (1) 学識経験者 5 人
- (2) 港区立小学校長会 1 人
- (3) 港区立中学校長会 1 人
- (4) 教育委員会事務局学校教育部部長
- (5) 教育委員会事務局学校教育部学務課長
- (6) 教育委員会事務局学校教育部教育指導課長

2 委員会は、前項に掲げる委員のほかに、必要と認めるときは、臨時委員を置くことができる。

(任期)

第 4 条 委員の任期は、委嘱の日から当該委嘱の日の属する年度の末日までとし、再任を妨げない。ただし、委員に欠員が生じた場合における補欠の委員の任期は、前任者の残任期間とする。

(組織)

第 5 条 委員会に委員長及び副委員長を置く。

2 委員長は、学識経験者の委員のうちから委員の互選により選出し、会務を統括する。

3 副委員長は、委員のうちから委員長が指名し、委員長を補佐し、委員長に事故があるときは、その職務を代理する。

(委員会)

第6条 委員会は、委員長が招集する。

2 委員会は、委員の半数以上の出席がなければ、会議を開くことができない。

3 委員会は、必要に応じ、委員以外の者の出席を求め、意見を聴くことができる。

(守秘義務)

第7条 委員は、委員会の審議において知り得た秘密を他に漏らしてはならない。その職を退いた後も、また、同様とする。

(庶務)

第8条 委員会の庶務は、教育委員会事務局学務課において処理する。

(委任)

第9条 この要綱に定めるもののほか、委員会の運営に関し必要な事項は、委員長が別に定める。

付 則

この要綱は、平成29年10月5日から施行する。

付 則

この要綱は、平成30年4月1日から施行する。

(2) 港区学校教育における食育推進委員会委員名簿

◎：委員長

氏名	所属等
◎ 柴田 重信	早稲田大学 先進理工学部電気・情報生命工学科 教授
小林 正子	女子栄養大学 発育健康学研究室 教授
宮下 政司 ※任期：平成30年12月28日まで	早稲田大学スポーツ科学学術院 准教授
赤松 利恵	お茶の水女子大学 基幹研究院自然科学系 教授
四條 隆彦	一般財団法人日本和食協会 理事長 四條中納言藤原朝臣山蔭嫡流 第四十一代当主
齋藤 幸之介	芝小学校 校長
熊木 崇	港陽中学校 校長
堀 二三雄	教育委員会事務局学校教育部長
山本 隆司	教育委員会事務局学校教育部学務課長
松田 芳明	教育委員会事務局学校教育部教育指導課長

※事務局：教育委員会事務局学校教育部学務課保健給食係 中林・勢能

(3) 港区学校教育における食育推進委員会開催経過

開催回	日時	議事
第1回	平成30年 5月30日 17:00~19:00	1 「現状値」の決定 課題と「現状値」(調査結果を資料として) 2 「目標値」の決定 あるべき姿と「目標値」 3 分野別項目と連携項目 4 行動計画の策定に向けて
第2回	平成30年 7月30日 17:00~19:00	1 「指針」の概要の確認(方向性の確認) 2 「行動計画」の決定 3 「評価指標」の決定 達成度の評価方法・指標、期間 4 分野別の連携の内容と方法の確認(相乗効果、関連する項目) 5 モデル校の選定の方法の検討(全校実施とモデル校選定)
第3回	平成30年 12月26日 18:30~21:00	1 指針について (1)「目標値」の決定 (2)「行動計画」の決定 (3)「評価指標」の決定 (4)アウトカムの決定 (5)アウトプットの決定 2 学校別について 3 学校指導教本 4 家庭読本
第4回	平成31年 3月19日 18:00~19:30	1 港区学校教育食育推進指針の確認 2 みなと食育ブックの確認 3 学校指導教本の確認 4 平成31年度の食育の進め方について

2 港区立小・中学生の食育についてのアンケート調査

(1) 調査の概要

1 調査の名称

食育についてのアンケート調査

2 調査の目的

港区教育委員会では、児童・生徒の望ましい姿として「生涯にわたり健康を維持する能力の獲得」を目標として、その実現に向け、平成30年度に「港区学校教育食育推進指針」を策定します。本調査は、指針を策定するにあたり、区内の小・中学校に通う児童・生徒の食育に係る実態を把握し、基礎資料として活用するために実施しました。

3 調査対象・発送数

平成30年1月時点で、区立小学校(18校)に通う全ての児童8,551人と、区立中学校(10校)に通う全ての生徒1,957人を対象としました。

4 調査時期

平成30年1月12日から平成30年1月23日まで

5 調査方法

各学校を通じて配布及び回収しました。

(2) 設問

問1	あなたの「年れい」を、教えてください。(数字記入)
問2	あなたの「性別」を、教えてください。(単一選択)
問3	あなたの「学年」を、教えてください。(単一選択)
問4	あなたは、どこに住んでいますか。(単一選択)
問5	あなたは、だれと住んでいますか。(複数選択)
問6	あなたは、習い事は何をしていますか。(複数選択)
問6-1-1	1週間に何回(運動やスポーツ)
問6-1-2	1回の時間(運動やスポーツ)
問6-2-1	1週間に何回(音楽やピアノ、絵 など)
問6-2-2	1回の時間(音楽やピアノ、絵 など)
問6-3-1	1週間に何回(学習じゅく・学習教室)
問6-3-2	1回の時間(学習じゅく・学習教室)
問6-4-1	1週間に何回(その他)
問6-4-2	1回の時間(その他)
問7	あなたは、学校がある日に、もっともよく飲む飲み物は何ですか。(単一選択)
問8	あなたは、学校がない日に、もっともよく飲む飲み物は何ですか。(単一選択)

問 9 あなたは、あまいジュースやあまい炭酸飲料を、週にどのくらい飲みますか。(単一選択)
問 9-1 あなたは、あまいジュースやあまい炭酸飲料を飲みたい時は、どのような時ですか。(単一選択)
問 9-2 あなたは、あまいジュースやあまい炭酸飲料を、1回に飲む量はどのくらいですか。(数字記入)
問 10 あなたは、勉強が好きですか。(単一選択)
問 11 あなたは、学校の授業が、よくわかりますか。(単一選択)
問 12 あなたの学校の成績(勉強した内容を答えたり、テストの結果など)について、教えてください。(単一選択)
問 13 自分には、よいところがあると思いますか。(単一選択)
問 14 あなたは、難しいことでも、失敗を恐れなくて挑戦していますか。(単一選択)
問 15 あなたは、ふだん、疲れやすいと思いますか。(単一選択)
問 16 あなたは、ふだん、不安な気持ちになったり、イライラしたり怒りを感じることがありますか。(単一選択)
問 17 あなたは、ふだん、ねばり強いほうだと思いますか。(単一選択)
問 18 あなたの「身長」を、教えてください。(数字記入)
問 19 あなたの「体重」を、教えてください。(数字記入)
問 20 あなたは、自分の身長がのびたり、体重が増えたりすることについて、どう思いますか。
問 21 夜しっかりねむらないと身長がのびないことは知っていますか。(単一選択)
問 22 夜おそくまで、テレビをみたり、ゲームをしたり、スマートフォンや 아이폰 をしていると、よくねむれなくなることを知っていますか。(単一選択)
問 23 「身長をのばす」には、肉や魚、豆や野菜、果物など、いろいろな食べ物をとらなければならないことを知っていますか。(単一選択)
問 24 「運動」は身長をのばし、太り過ぎを防ぐことは知っていますか。(単一選択)
問 25 「朝食」をとらないと、頭がよく働かないことは知っていますか。(単一選択)
問 26 あなたは、夏休みのような長い休み中、朝起きる時間や、夜ねる時間が、学校がある日に比べて、早くなったり、おそくなったりしますか。(単一選択)
問 27 あなたは、「身体活動」をすることが好きですか。(単一選択)
問 28 最近の7日間に、1日にあわせて60分間より多く「身体活動」をした日が、何日ありましたか。(単一選択)
問 29 学校の体育や行事以外で、あなたはふだん、「身体活動」をどのくらいしていますか。
問 30 学校の体育や行事以外で、あなたはふだん、1週間のうち、それぞれ1日に何分くらい、「身体活動」をしていますか。(数字記入)
問 30-1 身体活動時間(月曜日)～問 30-7 身体活動時間(日曜日)
問 31 1日にどれくらいの時間、スマートフォンや 아이폰、ライン、スマホゲーム、テレビゲーム、パソコンをしたり、テレビ・ビデオをみたりしますか。(単一選択)
問 32 学校の授業の他に、1日にどれくらい、宿題や勉強をしますか(学校での時間はのぞきます)。(単一選択)
問 33 あなたは、体力に自信がありますか。(単一選択)
問 34 あなたは、朝食を食べますか。(単一選択)
問 34-1-1 朝食に、次のものをどのくらい食べていますか。(それぞれ単一選択)(肉、ハム・ウィンナー)
問 34-1-2 朝食に、次のものをどのくらい食べていますか。(それぞれ単一選択)(魚)
問 34-1-3 朝食に、次のものをどのくらい食べていますか。(それぞれ単一選択)(卵)
問 34-1-4 朝食に、次のものをどのくらい食べていますか。(それぞれ単一選択)(牛乳・ヨーグルト)
問 34-1-5 朝食に、次のものをどのくらい食べていますか。(それぞれ単一選択)(豆ふ、納豆)
問 35 あなたは、ねる前2時間以内に夕食を食べることはありますか。(単一選択)
問 36 学校がある日は、ふだん何時ごろに起きますか。(単一選択)
問 37 次の日に学校がある日は、ふだん何時ごろにねますか。(単一選択)
問 38 学校がない日は、何時ごろに起きることが多いですか。(単一選択)
問 39 次の日に学校がない日は、何時ごろにねることが多いですか。(単一選択)
問 40 学校がある日とない日で、起きる時刻が2時間以上ずれることはありますか。
問 41 学校がある日の午前中、授業中に、ねむくてしかたがないことがありますか。
問 42 あなたは、ねる、すぐ前まで、スマートフォンや 아이폰、ライン、スマホゲーム、テレビゲーム、パソコンをしたり、テレビ・ビデオをみたりしますか。(単一選択)
問 43 あなたは、目がかわきますか。(単一選択)
問 44 あなたは、遠くを良く見るための、メガネやコンタクトレンズをしていますか。
問 45 あなたは、給食を、残さず食べていますか。(単一選択)
問 46 あなたは、給食の時間は、よくかんで食べていますか。(単一選択)

問 47	あなたは、ふだんの食事の時は、よくかんで食べていますか。(単一選択)
問 48	あなたは、ふだん、野菜、果物、肉、魚、豆料理など、いろいろなものをバランスを考えて食べていますか。(単一選択)
問 49	あなたは、ふだん、食事を楽しんでいると思いますか。(単一選択)
問 50	学校がある日、朝食をだれかと食べていますか。(単一選択)
問 50-1	朝食をだれと食べていますか。(複数選択)
問 51	学校がある日、夕食をだれかと食べていますか。(単一選択)
問 51-1	夕食をだれと食べていますか。(複数選択)
問 52	あなたは、自分で食べる食事を、作ることができますか。(単一選択)
問 53	あなたは、食事をする時、食物を作ってくれた農家の人や、料理してくれた人のことを考えて食べていますか。(単一選択)
問 54	お正月に、どうして、おせち料理などの特別な料理を食べると思いますか。(単一選択)
問 55	次の節句を、家庭でお祝いしているものは何ですか。(複数選択)
問 56	「狩りや漁をしていた時(縄文時代)の人が、食べていたもの」について知っていますか。
問 57	「日本の料理」に種類やちがいがあることを、知っていますか。(単一選択)
問 58	「昔から日本の料理に使われてきた調味料」で知っているものは何ですか。
問 59	「一汁三菜」の意味を知っていますか。(単一選択)
問 60	「だし」をとる材料は、地域によってちがうことを知っていますか。(単一選択)
問 61	「はしの持ち方」を最初に教えてくれたのは、だれですか。(単一選択)
問 62	「はしの持ち方を注意されたこと」がありますか。(単一選択)
問 63	わき役になるおかずには、季節感を出したり、おいしそうな色を出すための役割があることを知っていますか。(単一選択)
問 64	季節の食材、しゅんの食材、という言葉、家で使うことがありますか。(単一選択)
問 67	肥満度
問 68	肥満傾向

3 関連法令

<食育基本法>

- **子どもの食育における保護者、教育関係者等の役割（第5条）**

食育は、父母その他の保護者にあつては、家庭が食育において重要な役割を有していることを認識するとともに、子どもの教育、保育等を行う者にあつては、教育、保育等における食育の重要性を十分自覚し、積極的に子どもの食育の推進に関する活動に取り組むこととなるよう、行われなければならない。

- **地方公共団体の責務（第10条）**

地方公共団体は、基本理念にのっとり、食育の推進に関し、国との連携を図りつつ、その地方公共団体の区域の特性を生かした自主的な施策を策定し、及び実施する責務を有する。

- **市町村食育推進計画（第18条）**

市町村は、食育推進基本計画を基本として、当該市町村の区域内における食育の推進に関する施策についての計画を作成するよう努めなければならない。

2 市町村は、市町村食育推進計画を作成し、又は変更したときは、速やかに、その要旨を公表しなければならない。

- **学校、保育所等における食育の推進（第20条）**

国及び地方公共団体は、学校、保育所等において魅力ある食育の推進に関する活動を効果的に推進することにより子どもの健全な食生活の実現及び健全な心身の成長が図られるよう、学校、保育所等における食育の推進のための指針の作成に関する支援、食育の指導にふさわしい教職員の設置及び指導的立場にある者の食育の推進において果たすべき役割についての意識の啓発その他の食育に関する指導体制の整備、学校、保育所等又は地域の特色を生かした学校給食等の実施、教育の一貫として行われる農場等における実習、食品の調理、食品廃棄物の再生利用等様々な体験活動を通じた子どもの食に関する理解の促進、過度の痩身又は肥満の心身の健康に及ぼす影響等についての知識の啓発その他必要な施策を講ずるものとする。

区 の 木



ハナミズキ

ミズキ科
北米原産 外来種
落葉広葉樹

区 の 花



アジサイ

ユキノシタ科
日本（関東南部）原産
落葉広葉樹（1.5~2.0m）



バラ

バラ科
日本、中国、欧州原産
常緑落葉低木つる



港区のマークは、昭和24年7月30日に制定しました。旧芝・麻布・赤坂の3区を一丸とし、その象徴として港区の頭文字である「み」を力強く、図案化したものです。



これまで築き上げた“港区（MINATO CITY）”の魅力やブランドを更に磨きあげ、発信し、確固たるものとするとともに、区民や企業、団体等（以下「区民等」という。）の誇りや愛着、いわゆるシビックプライドの醸成に繋げる「シティプロモーション」の取組を進めています。

刊行物発行番号 30201-7521

港区学校教育食育推進指針

平成31（2019）年3月発行

発行：港区

編集：教育委員会事務局

〒105-8511 東京都港区芝公園1-5-25 電話：03-3578-2111（代表）



港区は、みどりの保全とごみの減量に努めています。
この「港区学校教育食育推進指針」は、古紙を活用した再生紙を使用しています。

本指針はユニバーサルデザインに対応した「UD デジタル教科書体」（株式会社モリサワ）を使用しています。

