

第3章

給食の時間における担任等の 食に関する指導上の基本事項



第3章 給食の時間における担任等の食に関する指導上の基本事項

食に関する指導を効果的に実践するには、教職員がそれぞれの職務を踏まえて連携していくことが大切である。そのためには、校内での指導に対する共通理解が必要となる。

担任等は、栄養教諭等が提供する給食の献立等に関する資料をもとに、そのねらいを把握し、学校給食を「生きた教材」として指導に積極的に活用することが重要である。

1 給食の時間における食に関する指導

(1) 給食の時間の指導の特質

食に関する指導は、少しずつ時間をかけながら繰り返し行うことで理解を深め、習慣化されるものであり、毎日行われる給食の時間における指導は、食育を推進する上で極めて重要である。給食の時間における食に関する指導を、学校教育活動の一つとして、計画的、継続的に行う上で、以下のような特質を踏まえることが大切である。

ア 実践活動を通じた指導

「食事」という活動を通して具体的な指導が可能であり、教科等で学習した内容をより深めることができる。また、準備、会食、後片付け等の一連の実践活動を通じた体験的な学びの場とする。

イ 習慣化を図る指導

校内での共通理解のもとに、教職員が協力して繰り返し指導を行うことにより、望ましい食事のとり方等の習慣化を図ることができる。

ウ 個に応じた指導

児童生徒の体格や活動量、健康状態等の違いを理解し、集団としての指導を基本としながらも、個に応じた指導に留意する必要がある。

エ 教科等の学習と関連を図る指導

教科等の学習内容と意図的に関連付けた給食の献立を提供し、学習の振り返り等を行うことにより、学習意欲を高め、より一層の教育効果が期待できる。

(2) 食に関する指導と給食指導

給食の時間における食に関する指導

(給食指導)

- 給食の準備から片付けまでの一連の指導の中で、正しい手洗い、配膳方法、食器の並べ方、はしの使い方、食事のマナー等を習得させる。

(食に関する指導)

- 献立を通して、食品の産地や栄養的な特徴等を学習させる。
- 教科等で取り上げられた食品や学習したことを学校給食を通して確認させる。

上記のように、「給食指導」は、毎日の給食の時間に、原則として学級担任が行う食に関する指導である。学級担任は、食育における「給食指導」の重要性の認識のもとに、日々の指導を行う必要がある。

また、給食の時間は教科等の時間とは異なり、学級の仲間や教師と和やかで楽しい会食をするなど、学校生活の中で、緊張から解放され、気分転換を図ったり、午後に向けての活力を生み出したりすることができる時間でもある。そのような点からも、学級担任は、一緒に

楽しく食事をするを通して、児童生徒への理解を深めることはもとより、積極的に児童生徒の食事のグループに入り、指導の充実に努める。

2 給食指導の実際（担任等の役割）

（1）給食の時間の進め方

給食の時間の進め方は、基本的には下記のような流れになり、学校の実態に応じて時間配分や展開を工夫する必要がある。 [給食指導の展開（小学校の例…45分）]

①トイレ、手洗いを済ませる。	}	7分（例）
②身支度、準備をする。			
③当番は給食を取りに行き、当番以外は静かに待つ。			
④配膳をする。		10分（例）	
⑤食事をする。		20分（例）	
⑥後片付けをする。	}	8分（例）
⑦歯みがきをする。			

給食の時間における担任等の食に関する指導上の基本事項

（2）会食時間の確保

授業が延長することがないように努めるとともに、給食準備を円滑に行い、ゆとりをもって会話を楽しみながら食事を味わうことができるよう、会食の時間を確保する。

（3）児童生徒の実態把握

担任等は、一緒に楽しく食事することを通して、児童生徒への理解を深めるとともに、実態把握に努める。

（4）食事の衛生、安全についての指導

身支度や手洗い、準備や後片付け等が清潔にできるようにするとともに、安全で衛生的な食品の選び方や食中毒予防にも目を向けさせ、自分の健康にも気を付けるように意識付けをする。

（5）保護者との連携

食事の量、食べる速さ、嗜好等について個別に把握し、指導の必要があるときは、根気強く取り組む。その際学級担任は養護教諭・栄養教諭等に協力を依頼し、食生活等についての調査を行ったり、給食の時間の様子を伝えたりするなど保護者との連携を図ることも必要である。

《参考：児童生徒の実態把握に係る「食生活実態調査（例）」》

※調査実施に当たっては、児童生徒や家庭のプライバシーに配慮すること。

【児童生徒用】	
問	給食が好きですか、嫌いですか。
問	給食が好き（嫌い）な理由は何ですか。
問	給食で好きな料理は何ですか。
問	給食で嫌いな料理は何ですか。
問	給食を残さず全部食べますか。
問	給食を残す時の理由は何ですか。
問	朝食を食べますか。
	・どんな朝食を食べますか。
問	夕食前におやつを食べますか。
	・どんなおやつを食べますか。
問	夕食後に夜食を食べますか。
	・どんな夜食を食べますか。
問	食事で気を付けていることは何ですか。
	等

【保護者用】	
問	お子さんの生活習慣で心配な点は何ですか。
問	お子さんの食習慣で心配な点は何ですか。
問	お子さんに、食べ物の好き嫌いがありますか。
問	お子さんの好きな食べ物は何かですか。
問	お子さんの嫌いな食べ物は何かですか。
問	お子さんは決まった時刻に食事をしますか。
問	お子さんの朝食の食事時間は何分間ですか。
問	お子さんの夕食の食事時間は何分間ですか。
問	お子さんは朝食を食べますか。
問	お子さんは夕食前におやつを食べますか。
問	お子さんは夕食後に夜食を食べますか。
問	学校給食で良いと思われる点は何ですか。
問	学校給食にどんなことを望みますか。
	等

3 給食当番活動等における留意事項

(1) 準備

ア 児童生徒の健康状態の把握

学級担任は学校給食を介した感染症や食中毒の予防のために、給食当番の児童生徒について次の事項について点検を行い記録する。《「学校給食衛生管理基準」第5「日常及び臨時の衛生検査1－(11)（平成21年文部科学省告示第64号）」》

- ・下痢をしている者はいない。
- ・発熱、腹痛、嘔吐をしている者はいない。
- ・衛生的な服装をしている。
- ・手指は確実に洗浄した。

給食当番等健康記録表（給食当番等チェックリスト）※記入例

* 給食指導を行う担任等を含む

7月		下痢をしていない	発熱・腹痛・嘔吐をしていない	エプロン・帽子・マスクをし、爪を短く切っている	石けんで手洗いをした	備考
1日	月	○	×（△さん腹痛）	○	○	△さん当番交替
2日	火					
3日	水					
4日	木					
5日	金					
6日	土					
7日	日					

下痢や腹痛、嘔吐など感染症の症状のある場合は、給食当番を代える等の対応が必要である。

イ 正しい手洗いの徹底

手洗い場には手洗い方法を掲示し、洗い残しがないように指導する。

正しい手洗い

①水でぬらす。



②石けんをあわだてる。



③手のひらをあらう。



④手のこうをあらう。



⑤指の間をあらう。



⑥指先をあらう。



⑦手首をあらう。



⑧水であらいながす。



⑨きれいなハンカチでふく。



給食の時間における担任等の食に関する指導上の基本事項

*** 給食指導を行う担任等についても、エプロン・マスク等指導にふさわしい身支度を整える**

- (ア) 帽子・三角巾、エプロン、マスクなど、給食当番にふさわしい身支度を整える。
 - (イ) 正しい手洗いをする。
 - (ウ) 学級担任等が引率し、安全、衛生に気を付けて給食を運ぶ。
 - (エ) 床に直接、食器や食缶、パン箱などを置かない。
- エ 給食当番以外の児童生徒への指導

空気の入換えや教室のゴミ拾い、グループづくりなど楽しく食べるための環境を整えた後、石けん液でよく手を洗い、静かに待つように指導する。



給食の時間における担任等の食に関する指導上の基本事項



窓を開けて、教室の空気を入れ換える。



ゴミを拾って、教室を清潔にする。



グループを作るなどして、机を台拭きで拭く。

(2) 配膳

ア 正しい食器の並べ方

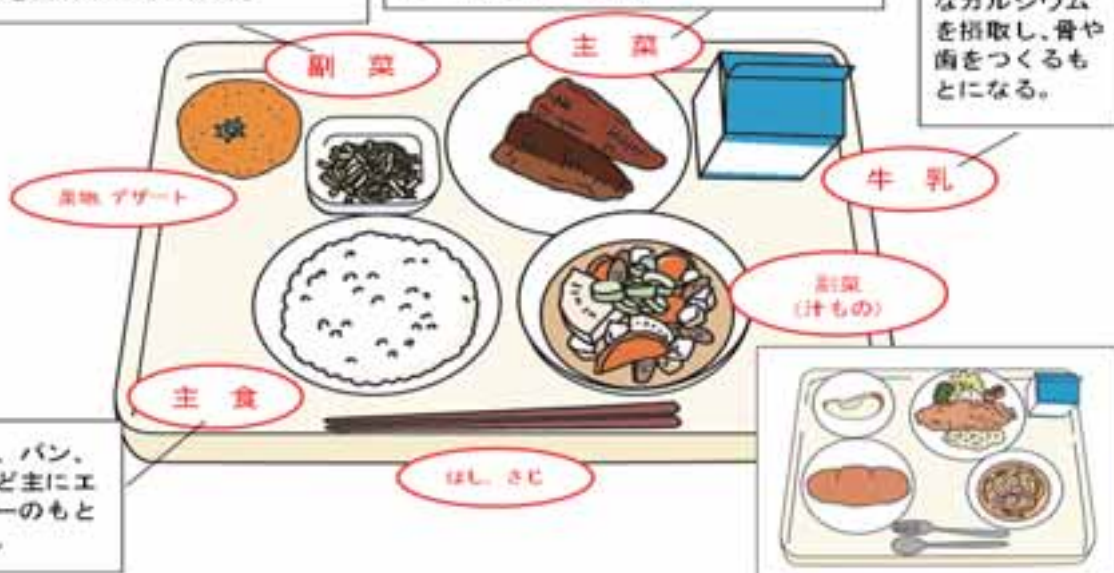
主食、主菜、副菜等を正しく並べるよう指導する。

給食の並べ方

野菜を中心にしたおかずで、主に体の調子を整えるものになる。

肉、魚、卵、大豆製品などたんぱく質の多いものを中心にしたおかずで、主に体をつくるものになる。

成長期に大切なカルシウムを摂取し、骨や歯をつくるものになる。



ごはん、パン、麺類など主にエネルギーのものになる。

イ 配膳時の指導

- (ア) 適切な食器具を利用して、衛生的に見た目もきれいに盛り付けるよう意識付けを行う。
- (イ) 一人分の量を把握し確認を行う（学級担任は、児童生徒一人一人の体格や活動量に合わせて量を加減することも必要である）。
- (ウ) 盛り残しのないようにする（盛り残しがそのまま残食になることがある）。

(3) 後片付け

後片付けは、「ごちそうさま」のあいさつをしてから、みんなで協力して、安全に能率的に行うよう指導する。



4 食事環境の工夫

(1) 食事環境の整備

- ア 食事にふさわしい環境を整え、ゆとりある落ち着いた雰囲気ですりできるようにする。教室で食事をする場合は、給食前の黒板消しは行わない。
- イ 給食で出るごみを適切に分別したり、残さず食べようとしたりすることで環境や資源に配慮することができるようにする。

(2) グループ会食の工夫

楽しい会食を通して、相手を思いやるなど豊かな人間関係を育てるようにする。

○多様な会食形態の例

- ・おめでとう会食…入学、誕生日、卒業
- ・ありがとう会食…感謝の会
- ・なかよし会食……学年交流

○インフルエンザ等が流行する時期は班での会食を避け、感染症拡大防止にも配慮する。

給食の時間における給食指導の展開例

展開	当番児童生徒	その他の児童生徒	指導上の留意点
準備	(トイレを済ませる) ①身支度をする。 ②手洗いをする。 ③廊下に整列し、健康チェックを受ける。 ④並んで給食を受け取りに行く。	(トイレを済ませる) ①教室をきれいにする。 (換気、ゴミ拾い等) ②手洗いをする。 ③配膳台や机を準備し、台拭きできれいに拭く(係活動等)。	<ul style="list-style-type: none"> ・手洗い場に手洗いマニュアルを掲示する。 ・給食前の黒板消しは行わせない。 ・担任等も給食にふさわしい身支度を行う。 ・担任等が給食当番の健康チェックを行い、感染症等が心配される児童生徒には担当を行わせない。 ・担任等が引率して給食の受け取りを行う。
配膳	①安全に気を付けて、協力して運搬する。 ②配膳台の上に並べ、適量を配食する。 ③食器かごや食缶、ごみ入れ等を、後片付けがしやすい位置に並べる。 ④エプロン、帽子、マスクをきれいに片付ける。	①席に着いて、静かに待つ。 ※給食当番が一人一人に配付するのか、各自がセルフサービスで受け取るのかは、児童生徒の発達段階や学校の実態に応じて、全職員の共通理解のもとに行う。	<ul style="list-style-type: none"> ・転倒や火傷等に十分注意し、落ち着いて運搬するよう指導する。 ・食器や食缶等を、直接床に置かないよう指導する。 ・配膳の前に異物混入等がないか確認する。 ・小学校低学年等では、一人分の量を提示し、配膳しやすいようにする。 ・盛り残しのないように配膳する。 ・全員に給食がそろっていること、正しく食器等を並べていることを確認する。 ・アレルギー対応食については、必ず確認する。
食事	①全員が席に着き揃ったら「いただきます」のあいさつをする。 ②食事をする。 ・マナーを守り、楽しい雰囲気食べる。 ・時間内に残さず食べることを目標とする。 ③「ごちそうさま」のあいさつをする。		<ul style="list-style-type: none"> ・担任等は、児童生徒等のグループに入り、一緒に楽しく食事をする。 ・食事のあいさつを通じて、食べ物を大切にす心、感謝の気持ちを育む。 ・月ごとの計画に沿って食に関する指導を行う。 ・時間内に食べ終わらない児童生徒への対応は、全職員の共通理解のもとで行う。
後片付け	①残食は決められた容器に戻し、食器等をきれいに片付ける。 ②ビニール等のごみは決められた方法で捨てる。		<ul style="list-style-type: none"> ・担任等は、児童生徒の摂食状況を確認する。 ・使用した器具がそろっているか確認する。
	①並んで食器や食缶等を返却に行く。 ②返却の決まりを守り、きれいに片付ける。 ・歯みがき等をした後、昼休みに入る。	①机や配膳台を台拭きで拭き、元の位置に戻す。 ②給食用台拭きやバケツ等を洗って片付ける。 (係活動等)	<ul style="list-style-type: none"> ・担任等が引率し食器や食缶の返却に行く。 ・給食当番や係活動が、最後まで責任を持ってできるよう声かけを行う。 ・パンや牛乳、デザート等の持ち帰りがいよう注意する。 ・食後は急に激しい運動をしないよう促す。 ・児童生徒だけを教室等に残して、給食を食べさせない。

給食の時間における担任等の食に関する指導上の基本事項

5 食事のマナー

(1) 食事マナーの指導

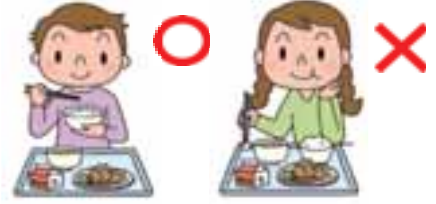
基本的なマナーの習得は、窒息防止やけが防止にもつながるため、適切に指導を行う。



食器を正しく
持って食べる。



口に食べ物を
入れたまま
話さない。



正しい姿勢で
食べる。



食事の途中で
立って歩かない。



食事には
ふさわしい
会話を
する。



みんなで
楽しく
食べる。

(2) 食べ物を大切にする心の育成

ア 「いただきます」「ごちそうさま」という食事のあいさつの意味を知らせる。

イ 食べ物を大切にする心を育て、感謝の気持ちをもって食事ができるようにする。

ウ 調理員等、身近なところで働いている人の姿や思いを知り、感謝の気持ちをもって残さず食べようとする心を育てる。

エ 給食で地域の産物や、郷土料理、行事食を知らせ、自然の恵みに感謝したり、食文化を考えたりすることで、食べものの大切さに気付かせる。

オ 熊本地震の経験から学んだ食への感謝の気持ちを育む。

感謝の気持ち

食への感謝の気持ちを表すために
「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをする



「いただきます」

私たちは生き物の命をいただき、自分の命を養っています。いつも感謝の気持ちを込めて、給食の前に「いただきます」とあいさつをします。

「ごちそうさま」

私たちは、たくさんの人々のおかげで食べることができます。給食の後には、感謝の気持ちを込めて「ごちそうさま」とあいさつをします。

6 給食の残食

(1) 指導の基本

学級の実態や指導の目的を明確にし、児童生徒一人一人の心身の健康や成長にふさわしい食べ方を指導する。

(2) 配膳の工夫

ア 給食当番に、個々の体格を考慮し、必要な量を食事ができるような適量を考えて配膳するように指導する。

イ 盛り付けの仕方を工夫させる。

(3) 食べ方の指導

主食とおかずを交互に食べると、どの料理も同じように食べることができることを指導する。

(4) 給食の時間の使い方の工夫

食べる時間を十分に確保するために、効率よく準備を行う。会食の時間が適切に使えない児童生徒については、給食時計の活用、盛り付け量の調整などを行い、時間内に食べ終わるよう工夫する。

(5) 好き嫌いせずに食べることの大切さ

栄養教諭等と連携し、栄養バランスのとれた食事の大切さが分かるように指導をする。

(6) パン・牛乳等残食の児童生徒の持ち帰り

持ち帰りについては衛生上の見地から禁止とする。



〈給食時計の例〉
文部科学省委託「スーパー食育スクール事業」あさぎり町立免田小学校報告書から

給食の時間における担任等の食に関する指導上の基本事項

7 個別的な指導

(1) 肥満傾向のある児童生徒への対応

家庭と協力し、食事日記や定期的な体重測定等を活用し、個別指導を行う。保健指導において栄養教諭等や養護教諭と連携し望ましい栄養バランス等について指導するとともに、給食でのおかわりについても共通理解を図る。

(2) 痩身志向（ダイエット等）のある児童生徒への対応

思春期になると過度に自身の体型を気にする児童生徒が、医学的に正しくない食事制限をしている場合がある。中には心的ストレスから拒食症などの摂食障害を発症する場合もあるため、養護教諭をはじめ関係職員と情報共有の上、連携して成長期に必要な栄養について考える機会を設ける必要がある。また、スクールカウンセラーとの面談を検討するとともに保護者にも協力を依頼する。

(3) スポーツをする児童生徒への対応

過度の運動・スポーツによる食欲の低下や、摂取エネルギー量より消費エネルギー量が大幅に増加することで、体重の伸び悩みや減少がみられる場合がある。

体重の停滞や減少は身長伸びにも影響するため、栄養バランスに配慮した適切な栄養の摂取方法について、学校医の健康相談を活用するとともに、養護教諭・栄養教諭等と連携して指導を行い、正しい食生活の知識の習得につなげるようにする。

(4) 偏食傾向のある児童生徒への対応

偏食が著しい場合には、成長や生活に必要な栄養が確保できないので、心身の健康に影響

響を与える場合もある。指導に当たっては児童生徒の実態把握に努め以下の点に留意する。

ア 配食方法の工夫

苦手なものは少し盛り付け、食べられたという満足感を与える。そして、その努力をほめて意欲を高める。

イ グループの変更

よく食べる児童生徒と同席させて食べさせてみたり、グループで楽しく会食させたりする。また、偏食傾向のある児童生徒がお互いに励まし合えるようにグループのメンバーを工夫する。

ウ 食事環境の整備

テーブルクロス等で会食に変化をもたせる。

エ 食に関する指導

養護教諭や栄養教諭等が行う食に関する指導で学習した内容を、給食の時間に確認する。

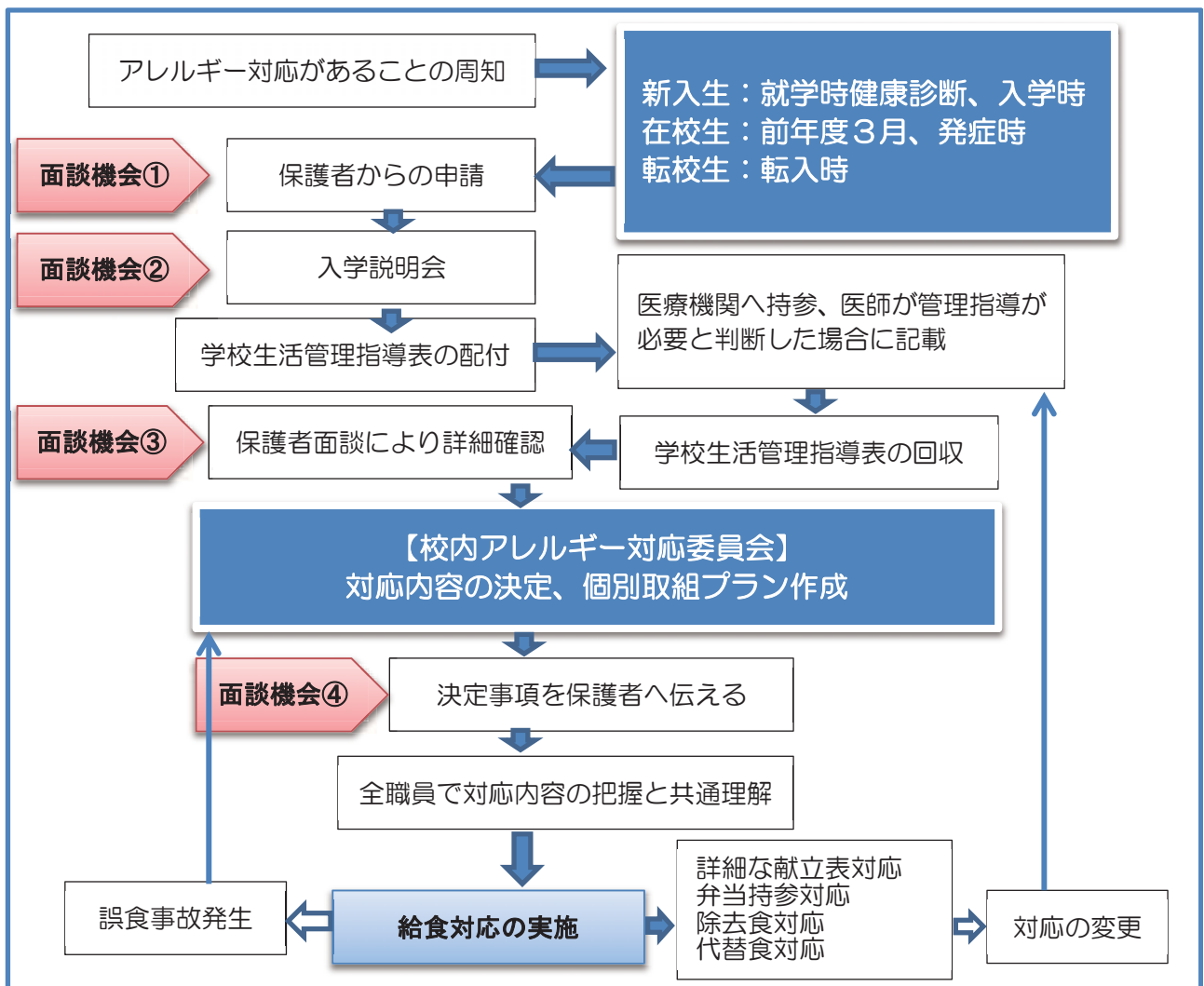
(5) 合理的配慮が必要な児童生徒への対応

発達特性による感覚過敏や食べ物へのこだわり等から偏食になる児童生徒には、感覚や好みの傾向を把握し、特性に応じた個別対応を行うなどの配慮が必要である。

(6) アレルギー対応が必要な児童生徒への対応

食物アレルギーを有する児童生徒が、学校給食を原因とするアレルギー症状を発症させないために、学校と家庭、医療機関が連携を図り、組織的に対応することが求められる。

《参照「学校における食物アレルギー対応の手引き」(熊本県教育委員会)》



給食の時間における担任等の食に関する指導上の基本事項

8 特別支援学校における給食の時間の指導

(1) 特別支援学校における食に関する指導の特性

特別支援学校における食に関する指導は、幼児児童生徒一人一人が自立した社会生活を送れるよう、食事に関する知識や望ましい食習慣等を身に付けることを目指して行われる。

「食べる」ことは生きるための基本であり、特別支援学校における指導は、幼児児童生徒の「いのち」を守り育てることに密接にかかわっており、一人一人の障がいの状態や発達段階、生活環境等を踏まえた指導方法を工夫改善することが望まれる。

(2) 特別支援学校における給食指導の位置付け

特別支援学校の教育課程においては、手洗い等の衛生面の指導、給食着の着脱や食べ方の指導、食材の名前や色、形等言葉や概念を育む指導等を、「日常生活の指導」に位置付ける場合がある。また、食べ物を噛む、飲み込むなど、食べる機能や食事をする際の姿勢、食器具の操作等を、「自立活動の時間における指導」に位置付ける場合がある。

指導においては、幼児児童生徒一人一人の実態把握を適切に行った上で、個別の指導計画を作成し、各教科等や自立活動の目標が達成できるように留意する必要がある。

(3) 特別支援学校における給食指導の留意点

ア 組織的な給食指導

給食の時間は、学校運営上重要な部分であり、学校としての基本方針、指導運営組織、役割分担を明確にするとともに、全教職員の共通理解を図り指導を展開する。

イ 実態に応じた給食指導

保護者や主治医等から正確な情報を集め、学校医、担任、養護教諭、栄養教諭等が連携しながら、幼児児童生徒一人一人の実態や課題を明確にして給食指導に取り組む。

ウ 保護者等と連携した給食指導

保護者、寄宿舎・施設等の職員等との密接な連携が必要であるため、毎日の健康状態や給食摂取状況等について、連絡帳等を活用した相互の情報共有に取り組む。

(4) 自立活動の視点に応じた食に関する指導の例

給食の時間を自立活動に位置付け、障がいの状態や特性に応じた指導を系統的に行う場合には、自立活動の内容と食に関する指導の内容との関連を明確にしておくことが重要である。下記の指導例を参考に、各学校で指導項目を設定し、給食の献立内容や食形態の工夫も含めて総合的に取り組むことが大切である。

内容	項目例	指導例
健康の保持	生活リズムや生活習慣の形成	規則正しい食事時間、適切な食事内容・食行動の習慣化や改善を図る。
	病気の状態の理解と生活管理	病状の改善や進行防止に必要な食事内容を理解し、自ら管理できるようにする。
心理的な安定	情緒の安定	形態やグループ等の給食の時間の環境を工夫して、食事時の情緒の安定を図る。
	障がいによる困難を改善・克服する意欲	食器具の操作等の向上を図り、生活上の困難を自ら改善できた成就感を育む。

人間関係の形成	他者とのかかわりの基礎	会食や食事の介助等を通して、他者への信頼感をもち、他者からの働き掛けを受け止められるようにする。
	集団への参加の基礎	配膳や後片付け等の活動を通して集団での行動を理解したり、楽しい会食を経験することで好ましい人間関係の育成を図る。
環境の把握	保有する感覚の活用	障がいの状態に応じた給食を提供し、味覚・嗅覚等の感覚機能の発達を促す。
	認知や行動の手掛かりとなる概念の形成	色、形、大きさ、味等の認知や概念の形成を、生きた教材である給食を通して行う。
身体の動き	姿勢と運動・動作の基本的技能	咀嚼・嚥下等の食べる機能、姿勢保持の機能、上肢や手指の運動・動作等の習得及び改善を図る。
	姿勢保持と運動・動作の補助的手段の活用	食器具、机・椅子に工夫を施した補助用具・自助具を活用し、食事動作の習得及び改善を図る。
	日常生活に必要な基本動作	安定した座位を確保しながら、上肢を十分に動かせるようにし、食事動作の習得及び改善を図る。
コミュニケーション	コミュニケーションの基礎的能力	言葉、表情や身振り、絵や写真、各種の機器等を用いて、食事を介した他者との交流が図れるようにする。
	言語の受容と表出	咀嚼指導を通して、発声・発語器官の微細な動きや調整する力を高める。

(5) 調理形態の工夫

ア 別調理（調理の段階から、普通食とは別に調理する方法）

調理の目的・ねらい	食べ物の状態
〈嚥下、補食機能の習得〉 食べ物を取り込み、飲み込み、食道に送る一連の動きを身に付ける。	水分が多く、適度な粘性をもつ。粒がなく、そのまま飲み込めるなめらかな状態。 （例：ヨーグルト等）
〈押しつぶし機能の習得〉 舌で食べ物を上顎の前方に押し付け、潰す動きを身に付ける。	形はあるが舌で潰せる程度の硬さで、舌と上顎で押し潰して飲み込める状態。 （例：プリン、ムース等）
〈咀嚼機能の習得〉 前歯での噛みとりや、奥歯・歯茎での噛む動きを身に付ける。	舌で潰せず、奥歯等で噛み潰せる状態。 （例：煮豆、よく煮込んだ野菜、柔らかい挽肉料理等）

イ 二次調理（普通食として一度調理したものをさらに加工する方法）

※二次調理は、学校給食衛生管理基準に照らした給食調理室等で行うこと。

調理の目的・ねらい	食べ物の状態
〈きざみ食〉 噛み切ることを補い、食べやすい大きさに調理する。	包丁、調理ばさみ等で一口大の大きさにきざむ。
〈ミキサー食〉 噛み潰すことを補い、誤飲を防ぐためにとろみをつける。	ミキサー（ミルサー）やフードプロセッサーで細かくきざむ。とろみ剤でとろみをつける。