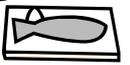


# 健康な体をつくるために望ましい食習慣を 身に付けようとする児童の育成を目指して ～食育プログラム「楽しく・おいしく・バランスよく」を通して～

健康教育班 金澤治子（小学校教諭）

5年生の家庭科を中心に作成し、実践しました！！  
関連させた教科・・・学級活動、道徳、総合的な学習の時間



## ポイント1

教師の願いで  
教科をつなぐ

食と健康の  
関心を高めたい

感謝の気持ちをも  
ってほしい

正しい栄養の知識を  
身に付けてほしい

望ましい食習慣を  
実践してほしい

## 食育 プログラム

楽しく・おいしく・バランスよく

### 第1時 学級活動

「食べるって？」  
☆「食」の概念図を作成

### 第2時 道徳

「いただきますの心」  
☆総合的な学習の時間で  
収穫した米の活用



### 第3～7時 家庭科

「栄養のバランスを考え  
おすすめのみそ汁を  
みんなで作ろう」  
☆「楽しく・おいしく・バランス  
よく」という「食の視点」を  
取り入れる

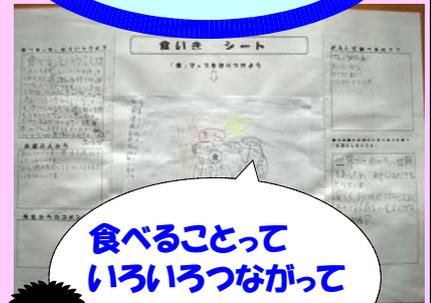


### 第8時 短学活

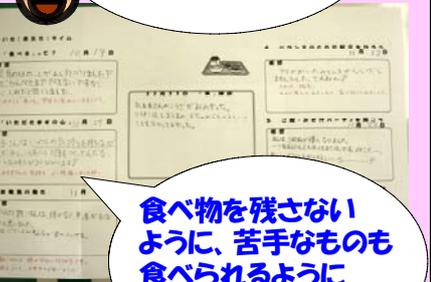
☆食いきシートを基に学習の  
振り返り

## ポイント2

子どもの意識を  
食いきシートで  
つなぐ



食べることで  
いろいろつながって  
いるんだね。



食べ物を残さない  
ように、苦手なもの  
食べられるように  
したいな。



誰と食べるの  
かということも  
大事な事です。  
楽しく、食卓を  
囲むことが幸せ  
につながって  
いくことと思っ  
ます。

だしが出て  
いるどれも  
よいです。  
ほうれん草も  
栄養たっぷり。  
(保護者の  
感想)



## 家庭との連携

## ポイント3

食の学びで  
家庭とつなぐ



自分たちが作った  
みそ汁、家の人が  
「おいしい」って  
言ってくれて  
うれしかった。



## 成果

☆☆☆☆☆☆☆☆

- ◎食に関する意欲づけに、食の概念図（食マップ作り）は有効。
- ◎食いきシートを活用すると、児童は教科を超えて学習のつながりを意識できる。