







【様式2】

②食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	三重県
取組市町村名 取組団体・企業名	名張市立桔梗が丘中学校
取組の名称	家庭科における食教育
実施時期	4～12月
取組内容に該当する食育ピクトグラム（複数選択可）	<input checked="" type="checkbox"/>  <input checked="" type="checkbox"/>  <input checked="" type="checkbox"/>  <input checked="" type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input checked="" type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/> 
取組内容	<p>中学1年生（約170名）を対象に、栄養や調理などについての基本的な知識や技能を家庭科で学習しました。</p> <p>1学期には、食事の役割や健康的な生活について、自身の生活を振り返りながら学習しました。まず、生活習慣のチェックシートを用い、「朝ごはんは食べているか」「好き嫌いしていないか」「間食や夜食はとりすぎていないか」「栄養のバランスを意識しているか」など、自分の食習慣を見直しました。また、五大栄養素の働きや栄養素をキャラクター化してイメージしやすくし、栄養素にまつわるクイズを生徒が考えお互いに出し合うことで、知識の定着を図りました。6つの基礎食品群については、身の回りの食品のイラストをワークシートに貼りつけて分類するなどして覚えさせました。最後に、学んだことを活用して、「大切な人を元気にする献立」をテーマに、栄養バランスや彩り、季節感、調理方法や時間などを考え、身近な人に食べてもらう一食分の献立を考え、班や学級で交流し、相互評価を行ったり、自身の立てた献立の振り返りを行ったりしました。</p> <p>2学期には、生鮮食品と加工食品について学び、旬の食品のカードゲームを用いて楽しく学習しました。加工食品の学習では、食品加工（冷凍ピザ）の映像を見て、どのような食品が作られているのか、どのような技術が用いられているのか考えました。また、大豆から作られる加工食品について学習したり、「りんごを長くおいしく保存するには」をテーマに、家庭でも実際にできる食品加工について考えたりしました。</p>