

小学生用食育教材

# たのしい食事 つながる食育



# 目次

## 低学年

- さあ、みんなの給食がはじまるよ！ ..... 1
- 食事をおいしくするまほうの言葉 ..... 2
- はし名人になろう ..... 3
- みんなで食べるとおいしいね ..... 4
- 食べ物の「旬」 ..... 5
- 元気のもと朝ごはん ..... 6
- おやつのお食べ方を考えてみよう ..... 7
- きせつのごちそう（行事食） ..... 8

## 中学年

- 野菜やいものひみつ（根・くき・葉・花・実） ..... 9
- 食べ物が届くまで ..... 10
- 食べ物大変身 ..... 11
- マナーのもつ意味 ..... 13
- 自分の生活リズムを調べてみよう ..... 14
- 好ききらいしないで食べよう ..... 15
- 元気な体に必要な食事 ..... 16
- 地域に伝わる行事食を調べてみよう ..... 17
- 昔の生活と今の生活をくらべてみよう ..... 18

## 高学年

- 食べ物の栄養 ..... 19
- バイキング給食にチャレンジ ..... 20
- 食べ物はどこから ..... 21
- 食事と健康について考えてみよう ..... 22
- 朝ごはんを作ってみよう ..... 23
- 日本の食文化を伝えよう ..... 25
- 地域に伝わる食べ物を大切にしよう ..... 26
- 食べ物から世界を見よう ..... 27

**制作協力** 小学生用食生活学習教材作成委員会

座長	馬場 錬成	特定非営利活動法人 21世紀構想研究会理事長
	市川 篤史	埼玉県教育委員会指導主事
	太田 敦弘	鳥取県教育委員会事務局西部教育局指導主事
	金子 佳代子	横浜国立大学名誉教授
	駒場 啓子	公益社団法人 全国学校栄養士協議会副会長
	関口 健一	宇都宮大学教育学部附属小学校教諭
	土屋 康子	東京都渋谷区立臨川小学校校長
	藤本 勇二	武庫川女子大学専任講師
	前園 兼作	神奈川県横浜市立大岡小学校教諭
	真鍋 美枝子	香川県観音寺市立大野原小学校栄養教諭
特別顧問	服部 幸應	服部学園理事長

**編 集** 文部科学省初等中等教育局健康教育・食育課

**参考資料** 季刊誌「食品安全」特集（キッズボックス総集編）（内閣府 食品安全委員会）  
aff（あふ）2010年2月号（農林水産省）  
和食 WASHOKU（農林水産省）



文部科学省