

令和7年度

学校給食年間指導計画

豊島区立明豊中学校

	給食指導 月目標	指 導 内 容	栄養指導月目標	指 導 内 容	指導方法	給食委員会	その他	
4	きまりを守って能率的に活動ができるようにしましょう	- 給食の決まりを守って和やかな食事ができる。 - 給食委員、当番の仕事の内容を理解し、衛生的、能率的に活動する。 - 協力して安全に準備、後片付けをする。	中学生に必要な栄養について理解しよう	- 中学生の栄養所要量を知る。 - 献立内容から中学生に必要な食品や摂取量を知る。	- オリエンテーション - 給食指導の資料 - 献立表・給食だより - 給食時の校内放送	- 給食委員仕事確認 - 活動目標 - 白衣の配布 - 校内放送	- 入学祝 - 開校記念献立	
5	楽しい給食ができるよう工夫しよう	- 食事の場にふさわしい環境づくりを工夫する。 - 食事を通して交友を図り、楽しく食事をする。 - 決められた時間内で食事ができるようにする。 - 席の配置や配膳に工夫する。	バランスのよい食事について理解しよう	- 基本的な食習慣を身につける。 - 一日のバランスのとれた食事の仕方を知る。 - 食生活への関心を高める。	- 給食時の校内放送 - 献立表・給食だより	- 活動目標 - 生徒総会 - 校内放送 - 点検活動 - 献立作成	運動会	
6	食事と衛生に対する関心を高めよう	- 梅雨期の衛生に対する関心を高める。 - 手洗いの励行に努める。 - 配膳時、食品の衛生的な取り扱いに注意する。 - 白衣・帽子を正しく身につける。	歯や骨をじょうぶにする栄養について理解しよう	- 食事の安全と衛生について知る。 - 歯や骨の栄養と、不足しがちなカルシウムについて考える。	- 給食時の校内放送 - 献立表・給食だより - リザーブ給食集計	- 活動目標 - 校内放送 - リザーブ給食の集計 - 献立紹介		
7 8	夏の食生活と健康について理解しよう	- 体力の保持と夏の食事について理解する。 - 夏休みに向けて健康管理に注意する。	夏の食生活と健康について知ろう	- 規則正しい食事と夏バテについて知る。 - 夏に不足しがちな食品を知る。 - 清涼飲料水のとり方について知る。	- 給食時の校内放送 - 献立表・給食だより - リザーブ給食	- 活動目標 - 校内放送 - 白衣回収／配布 - 献立紹介	リザーブ給食	
9	食事と健康についての意識を高めよう	- 規則正しい生活を取り戻し、生活リズムを整える。 - 食事のマナーを身につけ、楽しく会食をする。	食生活を見直し、規則正しい食生活について理解しよう	- 朝食の必要性について知る。 - 多様な食品をバランスよくとる習慣を身につける。 1日3度の食事の大切さを知る。	- 給食時の校内放送 - 献立表・給食だより	- 前期活動反省 - 校内放送 - 献立紹介		

令和7年度

学校給食年間指導計画

豊島区立明豊中学校

	給食指導 月目標	指 導 内 容	栄養指導月目標	指 導 内 容	指導方法	給食委員会	その他	
10	より良い給食活動ができるよう改善しよう	- 健康の基本条件を知る。 - 食後の休養の必要性を理解する。 - スポーツと食事の関連を理解する。	栄養と運動について知ろう	- 中学生に必要な食事量と運動量について知る。 - 運動と水分補給について知る。	- 給食時の校内放送 - 献立表・給食だより	- 活動目標 - 生徒総会 - 校内放送 - 献立作成	明豊祭給食	
11	感謝して食事をしよう	- 給食の目的と役割について再確認する。 - 自然の恵みと食べ物大切さを理解し、食事ができることに感謝する。 - 当番や係の活動を自主的に行なう。	偏食の及ぼす影響について理解しよう	- 進んで偏食をなくす努力をする。 - 自分の適量を知る。 - 減食、過食の危険性について考える。	- 給食時の校内放送 - 献立表・給食だより	- 活動目標 - 校内放送 - 献立作成 - 献立紹介	- 宮城米給食の日 - 和食の日	
12	冬の食生活と健康について理解しよう	- 給食を暖かいうちに食べられるように配膳を工夫する。 - 冬の健康と栄養について理解する。 - 冬休みに向けて健康管理に注意する。	かぜの予防やからだの抵抗力を強める栄養素について理解しよう	- かぜを予防するために必要な食品、栄養素を知る。 - 年末、年始の食生活を考える。 - 伝統的な食習慣、行事食について考える。	- 給食時の校内放送 - 献立表・給食だより	- 活動目標 - 校内放送 - 献立紹介		
1	食生活についての知識を高めよう	- 食事の基本的な習慣を身につける。 - 家庭生活の中での食生活の在り方を考える。 - 楽しく食事ができる時間を確保する。	受験期の栄養と健康について理解しよう	- 休養と栄養について知る。 - 消化、吸収について知る。 - 上手な夜食の食べ方を知る。 - 良質なたんぱく質の必要性を知る。	- 給食時の校内放送 - 献立表・給食だより	- 活動目標 - 校内放送 - リザーブ給食の集計	全国学校給食週間	
2	社会生活と食糧について考えてみよう	- 食料の生産・流通・消費について知る。 - 我が国の食糧問題を考える。 - 健康管理と食事との関連を理解する。	食事と健康とのつながりについて理解しよう	- 食生活と生活習慣病について考える - 食品の目安を知る。（塩分等） - 世界の食糧事情を考える。	- 給食時の校内放送 - 献立表・給食だより	- 活動目標 - 校内放送	合格祈願メニュー	

3	一年間の反省 をしよう	・好ましい食習慣が身についたか。 ・楽しい給食活動にするための工夫ができ、自主的に行動できるようになったか。 ・係生徒の活動及び協力する態度ができたか。	給食を通して身につけた知識を食生活で生かせるようにしよう	・給食を通して食生活の重要性がわかり栄養や健康についての正しい知識を身につける。 ・食事の自己管理能力を身につける。	・給食時の校内放送 ・献立表・給食だより	・後期活動反省 ・校内放送 ・白衣回収	・卒業祝 ・進級祝
---	----------------	--	------------------------------	---	---	---	--