

印西市食育ミニマム2020(中学校)

	中1	中2	中3
① 食事の重要性	○ 毎日規則正しく食事をとることの重要性がわかる。		○ 生活の中で食事が果たす役割や健康と食事の関わりがわかる。
② 心身の健康	○ 中学生に必要な栄養素がわかり、自分の健康について考えることができる。 ○ 食事と生活習慣病の関係がわかり、健康について考えることができる。(1年 月・学活・生活習慣病予防検診事後指導) ★5 ★6		○ 生活習慣病を予防する食事がわかる。
③ 食品を選択する能力	○ 食品の栄養素や働きがわかり、適切な選択ができる。 ○ 1日分の献立をふまえ、簡単な調理をすることができる。		
④ 感謝の心	○ 生産者や自然の恵みに感謝し、食品を無駄なく調理をすることができる。		
⑤ 社会性	○ 会食について関心をもち、望ましい人間関係をよりよく構築しようと思えることができる。		○ 食事にふさわしい話題を選び、望ましい人間関係をつくろうとすることができる。
⑥ 食文化	○ 食文化や歴史と自分の食生活との関連を考えることができる。	○ 食料について考え、自分の食生活に生かそうとすることができる。	○ 日本の食文化について知り、他の国の食文化を尊重できる。

※印西市食育ミニマムの中学校の部分を抜粋したものです。

(月)ののところには各学校で実施予定の月を記載してください。

※栄養教室・生活習慣病予防検診事後指導は印西市共通で全校実施です。