

令和4年度 学校給食に関する管理職研修会

食に関する指導における 食物アレルギーについて

大阪府教育庁 教育振興室
保健体育課 保健・給食グループ



- 1 文部科学省からの情報提供
(令和4年度健康教育・食育行政担当者連絡協議会)
- 2 食物アレルギーに関する指導について

本研修動画のながれ



「食に関する指導の手引」の改訂（平成31年3月）

改訂の趣旨

学習指導要領の改訂や社会の大きな変化に伴う子供の食を取り巻く状況の変化などを踏まえ、食に関する指導を行うための教職員向けの指導書である「食に関する指導の手引」を改訂した。

改訂のポイント

(1) 食に関する資質・能力を踏まえた指導の目標の明示

(2) 「食に関する指導に係る全体計画」の作成の必要性と手順・内容

(3) 食に関する指導の内容の三体系と栄養教諭の役割

(4) 食育の推進に対する評価の充実

学校における食育の一層の推進



https://www.mext.go.jp/a_menu/sports/syokuiku/1292952.htm



学校における食育の推進

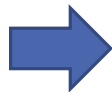
1. 栄養教諭の配置効果に関する調査研究（令和3年3月）

【目的】

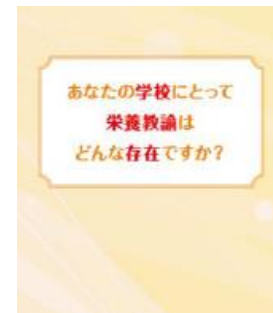
栄養教諭が中心となって行う個別的な相談指導に関する客観的な成果を明らかにするとともに、配置効果をわかりやすくまとめたリーフレット等を作成することで、栄養教諭の活用及び配置促進につなげる。

【内容】

肥満・やせ傾向にある児童生徒
偏食のある児童生徒
スポーツをしている児童生徒
食物アレルギーを有する児童生徒
の4つの分類に対して…



栄養教諭による
①個別的な相談指導による効果
②テーマごとに実施している個別的な相談指導内容とその手法を取りまとめた。また、栄養教諭の配置促進に向けて、学校関係者（校長、養護教諭等）からも、栄養教諭が学校に配置されていることによる効果を聴取。



https://www.mext.go.jp/a_menu/sports/syokuiku/mext_00002.html

2. 栄養教諭の認知度拡大のための動画の作成（令和3年3月公開）

【目的】

栄養教諭の役割について、保護者を含めた幅広い層に知っていただくことで、活躍の場を増やすとともに、より多くの学校に採用されることにつなげる。

(文部科学省YouTubeチャンネル)

「栄養教諭PR動画～あなたの学校に栄養教諭はいますか？～」

URL:<https://www.youtube.com/watch?v=m8fUpP5ChBE>



中学生用食育教材（令和3年3月）

作成の趣旨

学識経験者、学校関係者などで構成する作成委員会を設置し、具体的な内容の検討を行った。

中学生の時期の食育が、その後の人生を通じた食生活の基盤を形成するとともに、社会の一員として必要な食に関する視点を育むものとして、学ぶ必要のある内容を取り上げた。

教材の構成

- 四つのコンセプトで構成→どのコンセプトからでも学ぶことが可能
- 身近な題材から発展的な資料まで、幅広い内容
- 生徒自身で考えたり、グループで協働的に学んだりするワーク
- 家庭でも参考にしてほしい内容を記載（保護者用教材）

教材の活用

- 栄養教諭の専門性を生かした、**栄養学等の専門知識に基づいた指導**
- 栄養教諭と学級担任等が**連携した指導体制**の構築
- **学校全体で食育に取り組む手法**を開発・実践




小学生用食育教材（平成28年2月）

様々な教科等に散在している食育に関する内容を集約し、体系的に整理した「小学生用食育教材『たのしい食事つながる食育』」及び指導者用資料を作成。

加工できる形式（Word形式）でホームページに掲載。

はし名人になろう



はしのもち方

①正しいえんぴつのもち方で、はしを1本もつ。


②はしを「1」の字を書くように、たてにうごかす。

③もう1本のはしを親指のつけねから、中指とくすり指の間に通す。

④正のはしだけをうごかすように、れんしゅうする。

はしをつかってみよう

はしは、いろいろなつかい方ができるよ。できるようになったら、に色をぬりましょう。



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

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

高学年

- 食べ物の栄養…………… 19
- バイクン給食にチャレンジ…………… 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

小学生用食育教材

たのしい食事つながる食育



学校における食育の推進の必要性

○児童生徒等の食生活を取り巻く課題

- ・ **エネルギーや食塩等の過剰摂取**
- ・ **野菜の摂取不足等の栄養の偏り**
- ・ **朝食の欠食等の食生活の乱れ**
- ・ **肥満や過度のやせ**
- ・ **食物アレルギー等の疾患への対応 等**



○大阪府における課題の一例

・ **食物アレルギー等の疾患への対応**

→食物アレルギー対応が必要な児童生徒等の増加

→食材への知識不足による事故

→食物アレルギーへの理解不足による事故



○大阪府における課題の一例

・食物アレルギー等の疾患への対応

→食物アレルギー対応が必要な児童生徒等の増加

→食材への知識不足による事故

→食物アレルギーへの理解不足による事故



食に関する指導の中で食物アレルギーに関する指導を充実させる



○食に関する指導の全体計画の作成の重要性

【第3章第1節】

食に関する指導の全体計画の作成については、学校給食法第10条に規定されているが、新たに、小学校、中学校、高等学校及び特別支援学校学習指導要領の総則に位置付けられた。教育課程の編成及び実施に当たっては、**各分野における学校の全体計画等と関連付けながら**、効果的な指導が行われるように留意するものとされている。

学校の「食に関する指導の目標」に基づき、各学年では、どのような資質・能力を育成するのかを「各学年の食に関する指導の目標」で明らかにし、その目標を達成するために「食に関する指導」で、どの教科等でいつ、誰がどのように食に関する指導を行うのか、日常の給食指導ではどのように行うのか、肥満などの個別指導等をどう行うのかを計画する。

「食に関する指導の全体計画」は、**校長のリーダーシップの下に作成し、全教職員に共通理解され、確実に実施**されることが必要。

食育は、学校の取組だけでは目標達成できず、家庭や地域等との連携があって学校給食や食に関する授業が豊かなものになる。



○食に関する指導の全体計画を作成する意義について

「全体計画」は、全教職員の協働で取り組むために、「食に関する指導の目標」に基づき、どの教科等で、いつ・誰が・どのように食に関する指導を行うのかを明確にしたもの



○自校の児童生徒の食に関する課題解決に向けた「食に関する指導の全体計画」の活用について

全体計画①

1 食に関する指導の全体計画①(小学校)例

【見直しの実施】

- ・前回は未実施児童への見直し ○
- ・引き続き未実施児童 ○
- ・保健委員の指導 ○
- ・給食後実施 ○
- 【保護者・地域への実施】
- ・前回は未実施児童 ○
- ・町民開放日 ○
- ・町民開放日 ○

学校教育目標

【第3次食育推進基本計画】

- ・確立を定めた食育 ①別
- ・食育の推進に配慮した食生活を実践する国民 70%
- 【部活動等】(部活動) 食育推進計画
- ・主食・主要 副菜をそろえて食べるべしとする人 90%
- 【教職員向け取組】
- ・主体的に行動できる子供の育成

↓

食に関する指導の目標

食育の観点

- ◇食育の重要性
- ◇心身の健康
- ◇食品を選択する能力
- ◇感謝の心
- ◇社会性
- ◇食文化

食に関する指導の目標

(知識・技能)

○○○を理解し、○○○を身に付けている。
(思考力・判断力・表現力等)

●●●について考え、●●●ができる。
(学びに向かう力・人間性等)

□□□を実現したり、□□□しようとしたりする態度を身に付けている。

↓

幼稚園・保育所 幼児進級認定 こども園	各学年の食に関する指導の目標			中学校 中学校の目標 指導に際して 留意する方針 等を定めます
	1, 2年	3, 4年	5, 6年	
<ul style="list-style-type: none"> ○○が分かる。 ●●ができる。 □□ができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ○○○が分かる。 ○○○しようとする。 ●●●ができる。 □□□ができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ○○○○を理解し、○○○○を身に付けている。 ●●●●について考え、●●●●ができる。 □□□□を実現したり、□□□□しようとしたりする態度を身に付けている。 	<ul style="list-style-type: none"> 中学校の目標 指導に際して 留意する方針 等を定めます 	

食育推進組織 (○○委員会)

委員長: 校長 (副委員長: 副校長・教頭)

委員: 栄養教諭、主幹教諭、教務主任、保健主事、養護教諭、学年主任、給食 (食育) 主任、体育主任、学級担任

※必要に応じて、保護者代表、学校医・学校歯科医・学校薬剤師の参加

食に関する指導

教科等における食に関する指導: 関連する教科等において食に関する指導の視点を位置付けて指導

社会、理科、生活、家庭、体育、道徳、総合的な学習の時間、特別活動、等

給食の時間における食に関する指導: 「食に関する指導」枠を通して学習、教科等で学習したことを確認

給食指導: 準備から片付けまでの一連の指導の中で習得

個別的な相談指導: 地産・水産傾向、疾患、偏食、朝食、スポーツ、○○

地産産物の活用

推進委員会: 年○○回、構成委員 (○○、○○)、活動内容 (年別生産調整及び流通の検証、農場訪問 (体験) 計画)

地産産物等の校内放送や指導カードを使用した給食時の指導の実施、教科等の学習や体験活動と関連を図る。○○

家庭・地域との連携

積極的な情報発信、関係者評価の実施、地域ネットワーク (人材バンク) 等の活用

学校だより、食育 (給食) だより、保健だより、学校給食試食会、家庭教育学校、学校保健委員会、講演会、料理教室

自治体広報誌、ホームページ、公民館活動、食生活推進委員・生産者団体・地域食育推進委員会、学校運営協議会、地域学校協議本部、○○

食育推進の評価

活動目標: 食に関する指導、学校給食の管理、運営・調整

成果目標: 見直しの実施、保護者・地域の実態

全体計画②

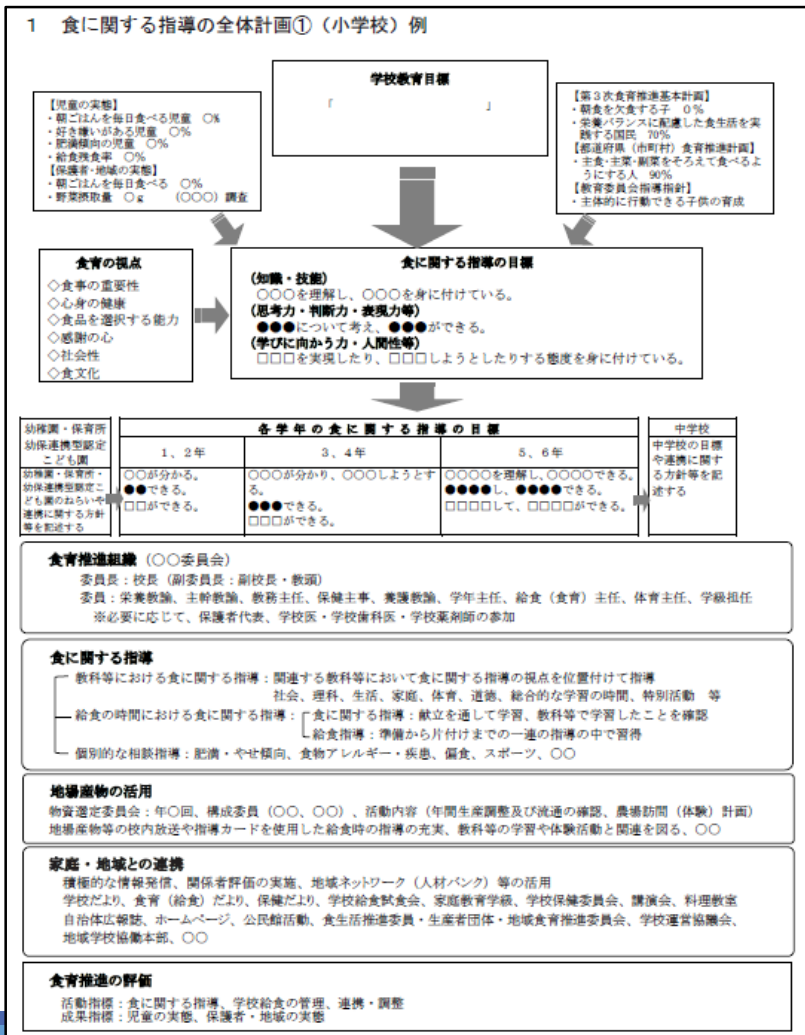
食に関する指導の全体計画②(中学校)例

教科等	4月	5月	6月	7月	8~9月
学校行事等	入学式	運動会	クリーン作戦	修学旅行宿泊	
推進体制	進行管理委員会	委員会			
教科・道徳	社会 世界各地の人々の生活と環境【1年】、大航海時代の幕開け【2年】、都市から広がる大衆文化【3年】	世界で生まれる文明【1年】、東アジアの発展と南蛮人、日本の気候の特色【2年】	世界の食文化とその変化【1年】、食糧を結ぶ道・海の道【2年】、大きく変化した私たちの生活と文化【3年】	稲作による生活の変化【1年】、日本の農業とその変化【2年】、私たちの生活と文化【3年】	世界の諸地域 (アジア)【1年】、日本の諸地域 (九州・北海道)【2年】
理科	花のつくりとはたらき【1年】、物質の成り立ち【2年】、生物の成育とふえ方【3年】	水や栄養分を運ぶ仕組み【1年】	栄養分をつくる仕組み【1年】、生命を維持する働き【2年】	植物のなまみ分け【1年】、遺伝の規則性と遺伝子【3年】	動物のなまみ【2年】
技術・家庭	食生活と栄養【2年】		献立作りと食品の選択【2年】		秋のくらし さつまいもをしょうかくしよう【2年】
保健体育		食生活と健康【3年】			
他教科	花曇りの向こう【1年】、選手【3年】、A History of Vegetables【3年】	ダイコンは大きな根【1年】	言葉を集めよう【1年】		学校の文化祭【1年】、盆土産【2年】
道徳	自校の道徳科の指導計画に照らし、関連する内容項目を明記すること。				
総合的な学習の時間	学校活動 ・食育教材活用 ・生徒会活動				
特別活動	健康な歯や骨を作ろう【1年】				
給食	発案調べ、片付け点検確認・呼びかけ 目標に対する取組等 (6月:身支度チェック、12月:リクエスト献立募集・集計) 掲示 (5月:手洗い、11月:おやつに含まれる砂糖、2月:大豆の脱皮)				
学校行事	お花見給食、健康診断				
給食指導	給食時間の過ごし方・準備、後片付けの仕方・協力体制・当番の身支度・手洗いの励行				
食に関する指導	朝食の大切さを見直そう 伝統的食文化 (行事食・節句料理・郷土料理)・朝食・生活リズム 夏の食卓 (夏野菜・水分補給・夏バテ予防)				
月目標	給食の準備をきちんとしよう	きれいなエプロンを身につけよう	よくかんで食べよう	楽しく食事をしよう	正しく配膳をしよう
食文化の伝承	お花見献立	端午の節句	七夕献立	お月見献立	
行事食	入学式級組献立お花見献立	南蛮料理	カミカミ献立	道父母招待献立、すいとん汁	世界 (日本) の料理
その他					
旬の食材	なばな、華キャベツ、たけのこ、新たまねぎ、きよみ	アスパラガス、グリーンピース、そらまめ、新たまねぎ、いちご	アスパラガス、じゃがいも、にら、いちご、ひか、アンズアロシ、さくらんぼ	おくら、なす、かぼちゃ、ピーマン、レタス、ミニトマト、すいか、プラム	さんま、さといも、ミニトマト、うもろこし、かぼちゃ、えだまめ、きのこ、なす、ぶどう、なし
地産産物	じゃがいも	こまつな、チンゲンサイ、じゃがいも	こまつな、チンゲンサイ、なす、ミニトマト	こまつな、チンゲンサイ、たまねぎ、じゃがいも	
個別的な相談指導	地産産物等の校内放送や指導カードを使用した給食時の指導の実施。教科等の学習や体験活動と関連を図る。				
家庭・地域との連携	積極的な情報発信 (自治体広報誌、ホームページ)、関係者評価の実施、公民館活動、地域ネットワーク (人材バンク) 等の活用				
	学校だより、食育 (給食) だより、保健だよりの発行				
	朝食の大切さ・運動と栄養・食中毒予防、夏休みの食生活・食育の量				
	学校給食試食会				
	公民館親子料理教室				
	家庭教育学校				



○食に関する指導の全体的な計画の作成

食に関する指導全体計画①



1 実態把握

2 食育の推進状況に関する評価指標の設定

3 学校の食に関する指導の目標の設定

4 各学年の食に関する指導の目標の設定

5 校種間の連携

6 食育推進組織

7 食に関する指導

8 地場産物等の活用

9 家庭・食に関する指導

10 全体計画の評価



食に関する指導全体計画②

食に関する指導の全体計画②（中学校）例

教科等	4月	5月	6月	7月	8～9月
学校行事等	入学式	運動会	クリーン作戦	集団宿泊合宿	
推進体制	進行管理 計画策定	委員会		委員会	
社会	世界各地の人々の生活と環境【1年】、大航海時代の幕開け【2年】、船中から広がる大衆文化【3年】	世界各地で生まれた文明【1年】、東アジアの貿易と南蛮人、日本の気候の特色【2年】	世界の食文化とその変化【1年】、各地を結ぶ道・海の道【2年】、大きく変化した私たちの生活【3年】	稲作による生活の変化【1年】、日本の農業とその変化【2年】、私たちの生活と文化【3年】	世界の諸地域（アジア）【1年】、日本の諸地域（九州・南四道）【2年】
理科	花のつくりとほたらき【1年】、物質の成り立ち【2年】、生物の成長とふえ方【3年】	水や栄養分を運び込み【1年】	栄養分をつくるしくみ【1年】、生命を維持する働き【2年】	植物のなかま分け【1年】、遺伝の規則性と遺伝子【3年】	動物のなかま【2年】
技術・家庭	食生活と栄養【2年】	食生活と健康【3年】	献立作りと食品の選択【2年】	秋のくらし、さつまいもをじゃくしくしよう【2年】	
保健体育	花曇りの向こう【1年】、握手【3年】、A History of Vegetables【3年】	ダイコンは大きな根【1年】	体の発育・発達【1年】、水の利用と確保【2年】	学校の文化祭【1年】、盆土産【2年】	
他教科	花曇りの向こう【1年】、握手【3年】、A History of Vegetables【3年】	ダイコンは大きな根【1年】	言葉を集めよう【1年】		
道徳	自校の道徳科の指導計画に照らし、関連する内容項目を明記すること。				
総合的な学習の時間	働く人から学ぶ【2年】				
学級活動・食育教材活用	健康な歯や骨を作ろう【1年】				
特別活動	残菜調べ、片付け点検確認・呼びかけ				
生徒会活動	目標に対する取組等（5月：身支度チェック、12月：リクエスト献立募集・集計） 掲示（5月：手洗い、11月：おやつに含まれる砂糖、2月：大豆の姿身）				
学校行事	お花見給食、健康診断		給食委員会発表「よく噛むことの大切さ」 試食会、学校保健委員会、全校集会	満足	
給食指導	給食時間の過ごし方・準備、後片付けの仕方・協力体制・当番の身支度・手洗いの励行 朝食の大切さを見直そう 伝統的食文化（行事食、節句料理、郷土料理）・朝食・生活リズム 夏の食事（夏野菜、水分補給、夏バテ予防）				
食に関する指導	準備・後片付けの協力の仕方・給食当番と当番以外の効率的な動き 日本食を見直し良さを知らう 食事のあいきつ・アロケウス バランスのよい食事（3食の正しく配膳をしよう）				
食文化の伝承	お花見給食	端午の節句	カミカミ献立	七夕献立	お月見献立
その他	入学式給食 入学式給食	南蛮料理			祖父招待献立、すいとん汁 世界（日本）の料理
旬の食材	なばな、養キャベツ、たけのこ、新たまねぎ、きよみ	アスパラガス、グリーンピース、そらまめ、新たまねぎ、いちご	アスパラガス、じゃがいも、にんじん、ひや、アンデスメロン、さくらんぼ	おくら、なす、かぼちゃ、ピーマン、レタス、ミニトマト、ずい、プラム	さんま、さといも、ミニトマト、とうもろこし、かぼちゃ、えだまめ、きのこ、なす、ぶどう、なし
地場産物	じゃがいも	こまつな、チンゲンサイ、じゃがいも	こまつな、チンゲンサイ、なす、ミニトマト、じゃがいも	こまつな、チンゲンサイ、たまねぎ、じゃがいも	たまねぎ、じゃがいも、りんご
個別的な相談指導	推進委員会（農場訪問（体験）の計画等）		個別相談指導（面談）		
家庭・地域との連携	積極的な情報発信（自治体広報誌、ホームページ）、関係者評鑑の実施、公民館活動、地域ネットワーク（人材バンク）等の活用 学校だけでなく、食育（給食）だけでなく、保健だまりの発行 朝食の大切さ・運動と栄養、食中毒予防・夏休みの食生活・食事の量 ・地元の野菜の特色 ・家庭食試食会 公民館親子料理教室 家庭食育学級				

	10月	11月	12月	1月	2月	3月
委員会	遊業訓練		委員会 計画策定	委員会 評鑑結果の分析	委員会 計画案作成	卒儀式
委員会	遊業訓練		委員会 計画策定	委員会 評鑑結果の分析	委員会 計画案作成	卒儀式
社会	世界の諸地域（アジア）【1年】、日本の諸地域（九州・南四道）【2年】	世界の諸地域（ヨーロッパ、アフリカ）【1年】、日本の諸地域（北東部）【2年】、私たちのくらしと経済【3年】	世界の諸地域（南北アメリカ）【1年】、日本の諸地域（中部）【2年】	世界の諸地域（オセアニア）【1年】、日本の諸地域（関東）【2年】	世界の様々な地域の調査【1年】、日本の諸地域（東北、地域によって異なる食文化）【2年】	日本の諸地域（北海道）【2年】
理科	花のつくりとほたらき【1年】、物質の成り立ち【2年】、生物の成長とふえ方【3年】	水や栄養分を運び込み【1年】	栄養分をつくるしくみ【1年】、生命を維持する働き【2年】	植物のなかま分け【1年】、遺伝の規則性と遺伝子【3年】	動物のなかま【2年】	
技術・家庭	食生活と栄養【2年】	食生活と健康【3年】	献立作りと食品の選択【2年】	秋のくらし、さつまいもをじゃくしくしよう【2年】		
保健体育	花曇りの向こう【1年】、握手【3年】、A History of Vegetables【3年】	ダイコンは大きな根【1年】	体の発育・発達【1年】、水の利用と確保【2年】	学校の文化祭【1年】、盆土産【2年】		
他教科	花曇りの向こう【1年】、握手【3年】、A History of Vegetables【3年】	ダイコンは大きな根【1年】	言葉を集めよう【1年】			
道徳	自校の道徳科の指導計画に照らし、関連する内容項目を明記すること。					
総合的な学習の時間	働く人から学ぶ【2年】					
学級活動・食育教材活用	健康な歯や骨を作ろう【1年】					
特別活動	残菜調べ、片付け点検確認・呼びかけ					
生徒会活動	目標に対する取組等（5月：身支度チェック、12月：リクエスト献立募集・集計） 掲示（5月：手洗い、11月：おやつに含まれる砂糖、2月：大豆の姿身）					
学校行事	お花見給食、健康診断		給食委員会発表「よく噛むことの大切さ」 試食会、学校保健委員会、全校集会	満足		
給食指導	給食時間の過ごし方・準備、後片付けの仕方・協力体制・当番の身支度・手洗いの励行 朝食の大切さを見直そう 伝統的食文化（行事食、節句料理、郷土料理）・朝食・生活リズム 夏の食事（夏野菜、水分補給、夏バテ予防）					
食に関する指導	準備・後片付けの協力の仕方・給食当番と当番以外の効率的な動き 日本食を見直し良さを知らう 食事のあいきつ・アロケウス バランスのよい食事（3食の正しく配膳をしよう）					
食文化の伝承	お花見給食	端午の節句	カミカミ献立	七夕献立	お月見献立	祖父招待献立、すいとん汁 世界（日本）の料理
その他	入学式給食 入学式給食	南蛮料理			祖父招待献立、すいとん汁 世界（日本）の料理	
旬の食材	なばな、養キャベツ、たけのこ、新たまねぎ、きよみ	アスパラガス、グリーンピース、そらまめ、新たまねぎ、いちご	アスパラガス、じゃがいも、にんじん、ひや、アンデスメロン、さくらんぼ	おくら、なす、かぼちゃ、ピーマン、レタス、ミニトマト、ずい、プラム	さんま、さといも、ミニトマト、とうもろこし、かぼちゃ、えだまめ、きのこ、なす、ぶどう、なし	さんま、さといも、ミニトマト、とうもろこし、かぼちゃ、えだまめ、きのこ、なす、ぶどう、なし
地場産物	じゃがいも	こまつな、チンゲンサイ、じゃがいも	こまつな、チンゲンサイ、なす、ミニトマト、じゃがいも	こまつな、チンゲンサイ、たまねぎ、じゃがいも	たまねぎ、じゃがいも、りんご	
個別的な相談指導	推進委員会（農場訪問（体験）の計画等）		個別相談指導（面談）			
家庭・地域との連携	積極的な情報発信（自治体広報誌、ホームページ）、関係者評鑑の実施、公民館活動、地域ネットワーク（人材バンク）等の活用 学校だけでなく、食育（給食）だけでなく、保健だまりの発行 朝食の大切さ・運動と栄養、食中毒予防・夏休みの食生活・食事の量 ・地元の野菜の特色 ・家庭食試食会 公民館親子料理教室 家庭食育学級					


食物アレルギーに関する指導を年間計画に位置付けよう



○食物アレルギーのある子どもへの配慮

人権教育リーフレット 6

食物アレルギーのある子どもへの配慮



食物アレルギーのある子どもの気持ちに寄り添い、事故を防ぐ

「わがままだと思われたいかな」「自分だけが特別でいいかな」「何か嫌なこと言われたいかな」「いじめられたり、意地悪されたりしないかな」

命を守るための「必要な対応」なのに子どもはこんな思いをしていますか？

「命と安全を守る」ことが、最優先です

- ・食物アレルギーと危険性についての教職員の正しい理解
- ・緊急時対応について、すべての教職員の共通理解と緊急対応研修

同時に、子どもたち相互の理解やつながりを育むことも必要です

- ・周りの子どもたちの食物アレルギーについての正しい理解
- ・仲間の「悪い」や「つらさ」に共感できる集団づくりの推進

平成26年度「子どもの命と安全を守る人権教育」調査・研究

大阪府教育センター



こんなことからスタートしてみましょう！

学校で相互理解のために実践されていること


「食べてはいけないもの」の掲示
食物アレルギーのある子どもの「食べてはいけないもの」を教室掲示し、本人・周りが意識できるようにする。

食物アレルギーについての日常的な啓発
保健だよりや学校だより、給食だより、献立表等で食物アレルギーの理解のための情報を掲載している。

食物アレルギーに関する絵本の読み聞かせ
子どもたちと食物アレルギーについて学び、仲間の理解につなげる

- ◆「ちかちゃんのきゅうしよくー食物アレルギーのおはなし」(かもがわ出版)
- ◆「むっちゃんのしよくどうしゃ(アトピーっ子絵本)」(芽ばえ社)
- ◆「たべられないよアレルギー(保健衛生かみしばい まいにちげんき!)」(童心社)
- ◆「ピーナッツアレルギーのさあちゃん(よくわかるこどものアレルギー)」(ポプラ社)

学級で思いを伝え配膳などを説明
学級開きで食物アレルギーのある子どもの思いについて話すとともに配膳方法など具体的な対応の話をする。



大阪府教育センター


[https://www.osaka-](https://www.osaka-c.ed.jp/matters/humanrights_files/leaflet/pdf/leaflet_allergy.pdf)

[c.ed.jp/matters/humanrights_files/leaflet/pdf/leaflet_allergy.pdf](https://www.osaka-c.ed.jp/matters/humanrights_files/leaflet/pdf/leaflet_allergy.pdf)



○食物アレルギーに関する食に関する指導


学校・クラスのみんがアレルギーについて理解し、助け合いましょう。



★印は、クラスのみんが気をつけることです。
☆印は、本人が気をつけることです。

1

★食物アレルギーは好き嫌いではありません。
ある食べ物を食べたり、ふれたりすることで体に症状が起きることで、命にかかわることがあります。



2

★毎日、献立表を見て、食べてはいけない食品を確認します。

朝と食べる前

★給食当番の人は先生の指示に


アレルギー指導資料（岸和田市教育委員会 配布 / 給食センター栄養教諭作成）
◎学校の実態に沿って、変更して指導してください。

★食べてはいけない献立のおかわりはできません。




4

★除去食がある日は、忘れずに先生から除去食を受け取ります。
★除去食は先生が直接本人に渡すので、他の人はさわりません



5


★台をふく時、食品が手にふれただけでも症状が出る人もいます。



7

★何か変わったことがあればすぐに先生に知らせましょう。
★給食の後、つらそうにしている人がいたら先生に知らせましょう。

アレルギーは誰でも突然起こることがあります。



6

アレルギー指導資料（岸和田市教育委員会 配布 / 給食センター栄養教諭作成）
◎学校の実態に沿って、変更して指導してください。

＜1＞

学校・クラスのみんがアレルギーについて理解し、助け合いましょう。

★印は、クラスのみんが気をつけることです。
☆印は、本人が気をつけることです。

食物アレルギーの人が使う、食器やお盆を知っていますか？
(本物の食器・盆を見せる)
普段みんなが使う食器やお盆とは色や模様が変わります。
食物アレルギーについて、学校・クラスのみんが理解し、助け合うことが大切です。
どんなことに気をつけるとよいかを考えていきます。
★(黒星)はクラスのみんが気をつけることです。
☆(白星)はアレルギーがある本人が気をつけることです。

＜2＞

★食物アレルギーは好き嫌いではありません。
ある食べ物を食べたり、ふれたりすることで体に症状が起きることで、命にかかわることがあります。

★食物アレルギーは好き嫌いではありません。
ある食べものを食べたり、触れたりすることで体に症状が起きます。
咳がでたり、体がかゆくなったり、お腹が痛くなったり、ひどいときには、息が苦しくなって、意識がなくなったりと命に関わることもあります。
食物アレルギーかどうかは、病院で調べないとわかりません。

＜3＞

★毎日、献立表を見て、食べてはいけない食品を確認します。


★給食当番の人は、先生の指示にしたがって給食を配ります。

★毎日、献立表を見て、食べてはいけない献立(食品)を確認します。
(児童は、登校前に確認すること、いただきますの前には担任と一緒に確認することを伝える。)
★給食当番の人は、先生の指示にしたがって給食を配ります。
食べてはいけない献立があることを、朝と食べる前に確認します。
(給食当番の人が確認することも大切です。)

＜4＞

★食べてはいけない献立のおかわりはできません。

★食べてはいけない献立のおかわりはできません。
(友だち同士であげたりもらったりもしません。)
アレルギーがある人が間違えて食べるといけません。



中学生への食物アレルギー啓発プリント

食物アレルギーについて理解しよう

令和4年4月 岸和田市教育委員会

食物アレルギーを持つ人は年々増えています。食物アレルギーについて理解し、本人や周りの人が気づけるべきポイントを理解することが大切です。

食物アレルギーについて

食物アレルギーとは、ある食べ物を食べた時、触ったり、吸い込んだりすることで体に症状が起きること、ときに命にかかわることもあります。

食物アレルギーの原因食品



この7つは、アレルギーを起こす人が多いこと、あるいは重い症状を引き起こすことがあるため、食品への表示が義務付けられています。

ほかに、大豆、果物、豚肉、鶏、魚、ナッツ類など、さまざまです。

食物アレルギーの症状

皮膚 かゆみ、じんましん、しっしん	目 充血、かゆみ、まぶたのはれ、涙	口・のど 口の中の違和感・はれ、のどのかゆみ・イガイガ感
鼻 くしゃみ、鼻汁、鼻づまり	呼吸器 息苦しい、咳、ゼーゼーする、のどが詰まった感じ、声がれ	消化器 腹痛、下痢、吐き気、嘔吐、血便
その他 頭痛、血圧の低下、元気がない、ぐったり など		

令和3年度岸和田市学校給食における食物アレルギー対応状況調査結果

小学生 9,825人中 食物アレルギー対応児童数 265人 (2.70%)
中学生 4,988人中 食物アレルギー対応生徒数 100人 (2.00%)

原因食品	1位	2位	3位
小学生	鶏卵 117人 (1.19%)	牛乳・乳製品 76人 (0.77%)	甲殻類 (えび・かに) 75人 (0.76%)
中学生	鶏卵 45人 (0.90%)	甲殻類 (えび・かに) 36人 (0.72%)	ピーナッツ(落花生)、魚介類 各25人 (0.50%)

子どもの時に発症した食物アレルギーは、成長とともに治る場合もあります。一方で、えびやかきなどの甲殻類や、果物類などによる食物アレルギーは、ある時期から急に発症することもあります。

安全に楽しく食べるために・・・

自分で食べる前に材料をチェックしよう

食べてもよいかどうか、自分でチェックすることは大事なことです。

★給食の場合は、毎日「アレルギー表示献立表」を見て、食べてはいけない食品を確認しましょう。除去食がある時は、忘れず受け取りましょう。食べてはいけない献立のおかわりはできません。



朝、登校前といただきますの前にチェック！！

★調理実習や校外学習、宿泊学習の時も注意が必要です！

★スーパー等で売られている食品には、袋や箱の裏に原材料が表示されているので、確認しましょう。

学校・クラスのみなが食物アレルギーについて理解し、助け合いましょ

★食物アレルギーは好き嫌いではありません。食物アレルギーのある人の気持ちになって考えましょう。

★給食当番の人は、食物アレルギーのある人が食べてはいけない献立を先生と確認をして、配らないようにしましょう。



★除去食は、本人が職員室へ取りに行くので、他の人はさわりません。

★おたまたまトングを違うおかずに使ってはいけません。食物アレルギーのある人のおかずは、食べてはいけない食品が混ざる危険があります。

★台をふく時、食品が手にふれただけでも症状が出る人がいます。どんなことに注意が必要かを、助け合いましょ。



今までアレルギー症状がなかった人もこんな場合があります！

●食べた後、すぐに激しい運動をすると・・・
食べ物を食べた時は平気だったのに、サッカーをしたとたんにアレルギー症状が起きてしまった。



このように食べて2時間以内に、激しい運動をすると症状が起きることがあります。これを『食物依存性運動誘発アナフィラキシー』といいます。食べただけ、運動しただけで症状は起きません。

●野菜や果物によるアレルギー症状も・・・

果物や野菜を食べた後口の中がヒリヒリかゆくなったり、唇が腫れたりすることがあります。これを『口腔アレルギー』といいます。花粉症のひどい人がこのアレルギーになることが多く見られます。

花粉症と関係があるとされる食物アレルギー

花粉	スギ	イネ科	ヨモギブタクサ	シラカンバ
野菜	トマト	トマト	セロリ	リンゴ
果物		スイカ	メロン	モモ
		メロン	スイカ	サクランボ
		オレンジ		

何か変わったことがあればすぐに先生に知らせよう

給食の後、つらそうにしている人を見た時や、自分に変わったことが起きた時は、すぐに先生に知らせましょう。アレルギーがない人も突然、症状が出ることがあります。



息が苦しい



おなかが痛い



体ががゆい

あれっ、おかしい...

ぐったりしている、ゼーゼーして息をしにくい、吐くのが止まらないなど、全身に症状が出ることを「アナフィラキシー」といいます。アナフィラキシーを起こした時はすぐに救急車を呼びます。救急車が来るまでその場で安静にしています。立ったり歩いたりしてはいけません。『エビペン®』(アドレナリン自己注射薬)を打つかどうか判断します。



保護者への食物アレルギー啓発プリント

保護者の皆様へ

岸和田市教育委員会

～ 知っておきたい食物アレルギー ～

“食物アレルギー”って何？

食物アレルギーとは

特定の食物に対してアレルギーを持つ人がその食物を食べると（アレルギーでない人には起こらない）アレルギー症状が体に現れる病気です。

どんな食物で症状が出るの？

食物アレルギーの原因となる食物としては、鶏卵、牛乳・乳製品、えび・かに等の甲殻類、そば、ピーナッツ（落花生）が多く、このほかにも果物、魚類、魚卵、ナッツ類、小麦、大豆などさまざまな食物でアレルギー症状が引き起こされます。

即時型食物アレルギーの症状は？

食物アレルギーの原因となる食物を食べた後、2時間以内に次のような症状が1つまたは複数現れます。

- ・ 皮膚 … かゆみ、じんましん、赤み
- ・ 目 … 結膜の充血、かゆみ、まぶたの腫れ
- ・ 口・のど … 口・のどの中の違和感、イガイカ感、唇・舌の腫れ
- ・ 鼻 … くしゃみ・鼻水・鼻づまり
- ・ 呼吸器 … 声のかすれ、せき、のどが詰まった感じ、息苦しい、ゼーゼーする
- ・ 消化器 … 腹痛、吐き気、おう吐、下痢
- ・ 循環器 … 脈の異常、血圧低下
- ・ 神経 … 頭痛、元気がない、眠気、意識もうろう、尿や便を漏らす（失禁）

アナフィラキシーとアナフィラキシーショック

アナフィラキシーとは、アレルゲン等が体内に入り、複数の症状（上記）が全身に現れます。

アナフィラキシーショックは、意識がなくなるなどのショック状態に陥るアナフィラキシーの中でも最重度の状態、最悪の場合、死亡に至ることもあり大変危険な状態です。

令和3年度 岸和田市小中学校の給食における学年別除去品目

	1位	2位	3位	4位	5位
小学校	1年生	鶏卵	牛乳・乳製品	ピーナッツ、木の皮類、魚類	
	2年生	鶏卵	牛乳・乳製品、えび	かに	生の果物・魚類
	3年生	鶏卵	えび	かに	牛乳・乳製品、魚卵・魚類
	4年生	えび	鶏卵	かに	牛乳・乳製品、ピーナッツ
	5年生	鶏卵	えび	牛乳・乳製品、かに	ピーナッツ
	6年生	鶏卵	牛乳・乳製品、ピーナッツ	えび、生の果物	
中学校	1年生	鶏卵	かに	えび	牛乳・乳製品、魚卵・魚類
	2年生	鶏卵	えび	ピーナッツ、かに	魚卵・魚類
	3年生	鶏卵	えび	かに	ピーナッツ、魚類、魚卵・魚類

食物アレルギーと似た症状

下記のものは食物アレルギーと似た症状が出ますが、食物アレルギーではありません。

○ 仮性アレルゲン

鮮度の落ちたサバに含まれるヒスタミンなど、食物に含まれる化学物質を食べることによってじんましんなどが起こることがあります。

○ 乳糖不耐症

牛乳に含まれる乳糖が分解できないために起こるもので、牛乳を飲んでおなかがゴロゴロしたり下痢をしたりします。（給食の対応は学校にご相談ください。）

学校生活と食物アレルギー

学校生活では、学校給食など食物アレルギーに注意しなければならないさまざまな活動があります。食物アレルギーの症状によっては、アナフィラキシーなど生命にかかわる場合もありますので、お子様に食物アレルギーがあり、学校生活で注意が必要な場合は学校にご相談ください。

学校給食における対応

- ・ 食物アレルギー原因食物の詳細な献立表（アレルギー表示献立表）等の配布
- ・ おかずなどを配膳しない対応
- ・ 除去食提供、除去食は4品目（卵・乳・小麦・えび）の料理に対応

食品を扱う授業や活動

- ・ 調理実習（家庭科）
- ・ 小麦粘土、牛乳パックなど（図画工作）
- ・ 牛乳パックの洗浄
- ・ 生活科、総合的な学習
- ・ その他各教科
- ・ 学校行事、学級活動、PTA活動 など

校外学習等

- ・ 修学旅行
- ・ 林間学校、臨海学校
- ・ 遠足
- ・ 社会見学 など

“食物アレルギー？”と思ったら、医師に相談を

医療機関で食物アレルギーの診断を受け、学校給食や食品を扱う授業、校外活動など、学校生活での対策を考える必要があります。

食事のあとに繰り返しアレルギー症状が現れたら医師に相談してください。



デジタル食育教材「食育の時間+（プラス）」

食育の時間+
Powered by McDonald's

「食育の時間」は成長期の子どもたちが知っておきたい
「食にまつわる基本」を楽しみながら学べるデジタル教材です。



<https://www.chantotaberu.jp/>

食育デジタルブックについて

食にまつわる3つの物語は、各話15分程度で読み切れる内容となっています。学校でも家庭でも、様々な場面で「食」に関する正しい知識を学ぶきっかけづくりにお役立ていただけます。子どもたちの健やかな成長において「食」は最も大切なことのひとつです。「ちゃんと食べる」を学ぶデジタル教材「食育の時間+」のサブ教材として、デジタルブックコンテンツをご利用ください。まずは、子どもたちに、「食」に関する興味を持たせることから始めたい、そんな時に「食育の時間+」デジタルブックをお役立ていただけます。

「消費者



デジタルブックを読んでもみる >

朝ごはんの大切さについて考えてもらう物語。小学生のつとむ君は、夜遅くまでゲームに夢中。朝なかなか起きられませぬ…。クイズに答えながら脳の働きについても学習できます。



デジタルブックを読んでもみる >

調理や食事をする前に、きちんと手を洗うことの大切さについて気づかせる物語。どうしてパーティに出たおにぎりが原因でお腹が痛くなる事件が発生したのか？腹痛探偵の活躍をユーモアたっぷりに描きます。菌の働きや衛生についてのクイズもあります。



デジタルブックを読んでもみる >

学校での指導や、家庭でのしつけが難しいという食事マナーについて子どもたちが自然に身につけることができるように作られた物語。なぜお茶わんは、手に持って食事しなければならないのか？江戸時代にタイムスリップして、その謎に迫ります。

テーマ5 「みんなで知ろう! 食物アレルギー」

授業をはじめよう

食べ残しのナゾにせまれ!

▼コンテンツ一覧

食べ残しのナゾにせまれ!

食物アレルギーに関する指導実践事例

食物アレルギーを引き起こす食べ物は何?

食物アレルギーを引起こすことがある代表的な7品目「卵・牛乳・小麦・そば・ピーナッツ・エビ・カニ」をクイズ形式で学びます。

指導案や板書例

テーマ 5 みんなで知ろう！ 食物アレルギー

予定時間45分

食物アレルギーがある／ないに関わらず、食物アレルギーを引き起こす代表的な食品や、加工食品のアレルギー表示の見方など、基本的な知識を理解できます。友だちに食物アレルギーがある場合にはアレルギー症状を引き起こさないようにするための配慮についてもクラス全員で考えていきます。栄養教諭だけでなく養護教諭とのT Tなど様々な授業などで活用ができます。

授業の目標

●食物アレルギーが起きるしくみや注意が必要とされている食品について理解するとともに、食物アレルギーが起きないようにするためにどのようにすればよいか考えることができる。

物語のあらすじ






ボナとベティの事件簿

「食べ残しのナゾにせまれ！」

探偵のボナとベティに相談を持ちこんできたのは、外国からの旅人たちを手料理でもてなしたボワールさん。食べ残しがあったことを怒っています。それぞれ残した食べ物は違うのですが……。せっかくなご馳走を旅人たちが食べなかった理由を、ボワールさんと一緒に推理していきます。

指導案 ※短は短時間利用ができるコンテンツです。

目安の時間	学習活動と使用するコンテンツ	指導上の留意点 主な発問(●) 回答例(○)
導入 4分	物語1「食べ残しのナゾにせまれ！」を視聴させる。子ども同士が話し合いやすいように4人程度の班を作る。 	PC、モニター(またはプロジェクター、スクリーン、スピーカー)を用意し、アニメが視聴できるようにする。 ●これから出てくるアニメには探偵事務所が出てきます。そこにある事件が難い込んでます。2人の探偵と一緒に、みなさんも探偵になって事件を解決してください。
5分	「旅人たちが、それぞれ特定の料理を食べ残した理由」について子どもたちに話し合わせ、発表させる。また子どもたちの意見を板書する。 	登場人物や食べ残した料理を振り返りながら状況を確認したのち食べ残した理由について結びつけて考えさせる。 ●旅人は何人出てきましたか？ ●それぞれ何の料理を残しましたか？ ●どうして旅人たちは食べ残したのでしょうか？
3分	学習1「食物アレルギーの症状とアナフィラキシーの危険性」を視聴させる。食物アレルギーやその症状を理解させる。 	食物アレルギーは特定の食べ物を食べたり触れたりすることで症状が起こり、場合によっては命の危険があることを伝える。特定の食べ物で症状が出るか、出ないかは人によって違うということを理解させる。 ●食物アレルギーはどのようなものですか？ ●なぜ食物アレルギーは起きるのでしょうか？

5分	学習2「食物アレルギーを引き起こす食べ物は何？」を視聴させる。クイズ形式でアレルギーを引き起こすことのある代表的な7品目一つずつ順番で紹介する。 	小麦はそのまま食べるものではないので、小麦粉でできている食品の代表例を挙げて、身近な食べ物に小麦が入っていることに気づかせる。 ●次の7つの食品のうち、アレルギーを引き起こす可能性のある食べ物はどれだと思いますか？
5分	学習3「食物アレルギーはなぜ起きる？」を視聴させる。アレルギーが起きる仕組みについて理解させる。 	食物アレルギーは体を守るしくみが、通常ならば問題のない特定の食べ物を排除しようとして起きてしまうこと、誰もがなる可能性があることを伝える。アレルギー反応が出る食べ物は人によりそれぞれ違うということを理解させる。 ●どうして食物アレルギーが起きるのか、わかりますか？
5分	物語2「レタスのサラダを残した原因は？」を視聴させる。子どもとお父さんの食べ残しの理由が卵・エビのアレルギーだったことを確認する。次に、なぜお母さんが「レタスサラダ」を残したのか考えさせる。 	レタスは、とても注意が必要な7品目に入っていないのに、どうして残したかという問いを投げかけ、興味関心を高める。ここで「ドレッシングがアレルギーを起こしているのではないか」という意見が出たら、アニメを視聴する前に話し合わせる。意見がまとまった段階でアニメを視聴させる。 ●お母さんは、なぜアレルギーを引き起こすことのある代表的な食品ではない「レタスサラダ」を残したのでしょうか？
5分	物語3「旅人たちの食物アレルギー」を視聴させる。アレルギーを引き起こす食品には、ドレッシングのように入っていることがわかりにくいものがあることを確認する。 	レタスサラダのドレッシングにアレルギーを引き起こすことのある代表的な食品であるピーナッツが入っていたからお母さんはレタスサラダを食べ残したということを理解させる。 ●ドレッシングの中に何が入っていましたか？
5分	解説1「食物アレルギーで気をつけるポイント」を視聴させる。アレルギーで困っている人は、世の中にたくさんいることを伝える。アレルギーの患者さんをたくさん 者さ るこ	気をつけるポイント2つ「1、食品表示をよく見る・外食のときは材料を店員さんに聞く」「2、食後の激しい運動でアレルギーがでることがある(とくに中学生以上)」をしっかり理解させる。

授業時の板書例 ※DVDに収録されている板書用掲示物を印刷してご活用ください。

どうして旅人たちは、ボワールさんの料理を食べ残したのかな？

男の子
オムレツ

↓

卵

お父さん
エビのソテー

↓

エビ

お母さん
レタスのサラダ

↓

? (ピーナッツ)

●アレルギーがある人は特定の食べ物や体内に入ると攻撃する
●誰もかアレルギーになる可能性がある

食物アレルギーで気をつけるポイント

食品表示をよく見る

食後にもよく休む



短時間で活用できるコンテンツ紹介

短時間利用ができるコンテンツと活用例

様々な教科の授業や学級指導の場面で、単体で(あるいは組み合わせて)短時間利用ができます。
関連する教科や単元例を()に記載しています。

A 学習アニメ1 食物アレルギーの症状と アナフィラキシーの危険性



(1分19秒)

食物アレルギーにはどんな症状があるのかを伝える。
(4～6年給食指導)

B 学習アニメ2 食物アレルギーを引き起こす 食べ物は？



(1分54秒)

アレルギーを引き起こす可能性のある代表的な食品7品目をクイズ形式で学ぶ。
(4～6年給食指導)

C 学習アニメ3 食物アレルギーはなぜ起きる？



(1分31秒)

食物アレルギーのしくみを学ぶ。
(4～6年給食指導)

D 解説動画1 食物アレルギーで気をつけるポイント



(3分49秒)

食物アレルギーで気をつける2つのポイント「加工食品」と「運動誘発性」について理解させる。
(4～6年給食指導)

E 学習アニメ4 自分がアレルギーでなくても 気をつけることは？



(2分13秒)

学校生活で起きやすい食物アレルギーのトラブルについて考えさせる。
(4～6年給食指導)

短時間利用の組み合わせ 一例

- 「食物アレルギーを知ろう」(所要時間 5分)
A→Cの2つの動画を見て、食物アレルギーとは何かを伝える。
- 「クイズ! 食物アレルギー食品はどれ?」(所要時間 10分)
A→Bを使う。クイズをメインとし、気をつける食材を覚える。
- 「ここに気をつけよう! 食物アレルギー」(所要時間 15分)
A→D→Eの3つの動画を見て、気をつけるべきことを子ども同士で話し合ってもらってからまとめる。



食物アレルギーに関する指導の充実 指導資料（改訂版）

平成31年4月 調布市食に関する検討委員会 調布市教育委員会指導室・学務課

【低学年・学級活動】

「食物アレルギーってなに？」

- ・食物アレルギーと食べ物の好き嫌いとの違いや食物アレルギーのある友だちに対して自分にできることを考える学習

【中学年・体育科保健領域】

「バランスのとれた食事について考えよう」

- ・健康な生活のためにはバランスのよい食事が大切であること、食物アレルギーがある場合は、他の食材で代替できることを学ぶ学習



<https://www.city.chofu.tokyo.jp/www/content/s/1401691855004/simple/5-1-3-1.pdf>



令和4年度 学校給食に関する管理職研修会

食に関する指導における 食物アレルギーについて

ご視聴いただき、
ありがとうございました。

