

区民が 取り組む 食育活動	子どもの頃から楽しく身につける食習慣	食事から始める生活習慣病予防	若い頃からのフレイル予防の食生活	区民の食生活を支える活動
毎日朝ごはん を食べる	<ul style="list-style-type: none"> ●わくわくクッキング講座 (江戸川区地域活動栄養士会) ●単位団体にて親子クッキング教室 (江戸川区子ども会連合会) ■食育講座実施後、朝ごはん調べを実施 (保育課) 	<ul style="list-style-type: none"> ●育みイベントによる朝ごはんを食べようのPR (3月) (イトーヨーカ堂アリオ葛西店) 	<ul style="list-style-type: none"> ●地域ミニディサービス (ファミリーヘルス推進員) (食品衛生協会) ●料理講習会 	<食品ロス> <ul style="list-style-type: none"> ●フードドライブ事業・常時開設 ●エコクッキングで減らそう！食品ロス (えどがわロセター) (食品衛生協会) ●料理講習会 ■えどがわ食べきり推進運動 ■第二次Edogawaごみダイエットプラン ■江戸川区食品ロス削減推進計画 ■★フードドライブの常設回収 (清掃課) ■江戸川区食品衛生大会 ■食品衛生街頭フェア ■食品衛生講習会 (生活衛生課)
主食・主菜・副菜を 知って食べる	<ul style="list-style-type: none"> ■食育キャラクターを使った子ども向け食育 (給食献立・講座・掲示物等) ■給食の献立に郷土料理、世界の料理を盛り込む ■★園庭での栽培物を給食に利用 (保育課) ■食育活動を各私立保育園に周知し園内や家庭での食育を実践 (子育て支援課) ■関連する教科での学習 ■学校給食を教材とした食育 (学務課) ■食育全体計画、食育年間指導計画を各校で策定・遂行 ■食育リーダー研修の実施 ■多彩な給食写真やレシピ紹介 (教育指導課) 	<ul style="list-style-type: none"> ◆びよママ相談 ◆ハローベビー教室 ◆新生児訪問 ◆助産師育児相談 ◆2か月児の会 ◆乳幼児栄養相談 ◆3・4か月児健康診査 ◆乳幼児歯科健診 ◆3歳児健康診査 ◆びよナビえどがわ ◆健口体操の普及啓発 ◆いい歯の日リフレット配布 ◆学校歯科保健支援リフレット配布 ◆★乳児歯科相談 ◆保育園等歯科健康教育 ◆離乳食講習会 ◆家庭料理検定 ◆★妊娠期の食事管理アプリ【新】 (健康サービス課) 	<ul style="list-style-type: none"> ◆生活習慣病予防イベント ◆ファミリー健康アップ事業 ◆Edogawa まいにちごはん ◆E.I.S健康弁当プロジェクト ◆地域での食育講習会 (健康サービス課) 	<農業体験> <ul style="list-style-type: none"> ●野菜の栽培収穫体験 (江戸川区私立幼稚園協会) ■区民農園・ふれあい農園 (産業振興課) ■農作物の栽培 (健全育成課) <地産地消> <ul style="list-style-type: none"> ●地元野菜を使った親子でクッキング ●ミニディサービスで交流 (JA東京スマイル) ■冊子「小松菜力」発行 ■小松菜スタンプラリー、直売マップ配布 (産業振興課) ■地場産物の提供、和食の推進、行事食、郷土料理の提供 (学務課)
塩分を控える 工夫をする	<ul style="list-style-type: none"> ■教科等と連携した食に関する指導 ■給食試食会 ■食育だより ■学校給食を生きた教材として活用すること食育の推進 (各小・中学校) 	<ul style="list-style-type: none"> ◆★減塩商品に減塩ポップやポスターを掲示【新】 (イトーヨーカ堂アリオ葛西店) ◆ウォーキングフェスタでの栄養相談の実施 (江戸川区地域活動栄養士会) 	<ul style="list-style-type: none"> ■活き活き健康塾 (地域保健課) ◆地域健康講座・健康相談 ◆栄養相談日 (健康サービス課) 	<その他> <ul style="list-style-type: none"> ●特定健診における特定保健指導等 (江戸川区医師会) ●口腔ケア健診等 (江戸川区歯科医師会) ●病態に応じた栄養摂取の提案 ●お菓・健康相談・区のイベントなどでベジメータを利用した食生活の提案 (江戸川区薬剤師会) ●★SNSで栄養・健康に関する情報の発信 (江戸川区地域活動栄養士会) ■配食サービス支援事業 (介護保険課) ■おうち食堂、KODOMOごはん便 (相談課) ■中高生Kitchen (健全育成課) ■えどがわっ子食堂ネットワーク (社会福祉協議会) ■給食施設における嚥下調整食一覧 ◆給食施設栄養士連絡会 ◆栄養成分表示活用普及啓発 ◆給食施設指導 ◆歯と口の健康週間イベント (健康サービス課)
上記すべての 推進を図る	<ul style="list-style-type: none"> ●江戸川区立中学校ごとの取り組み (江戸川区立中学校PTA連合協議会) ●江戸川区立小学校ごとの取り組み (江戸川区立小学校PTA連合協議会) ●認可私立保育園ごとの取り組み (認可私立保育園) 	<ul style="list-style-type: none"> ■みんなのえどがわ健康いきいきプラン (健康推進課) 	<ul style="list-style-type: none"> ◆区民まつり、地域まつり等での事業のPR ◆食育ホームページ ◆地域健康講座・健康相談 ◆ファミリーヘルス推進事業 (健康サービス課) 	<ul style="list-style-type: none"> ●：食育連絡会団体による取り組み ■：食育推進会議主管課の取り組み ◆：健康サービス課の取り組み ★：令和7年度更新

文化共育部

健全育成課	育成活動支援係	子ども会連合会が実施するキャンプでは、炊飯活動を通して、食事づくり、調理器具の使い方や食器類の片付け等の子どもたちの食に関する体験につながる活動が行われている。
	共育プラザ運営係	中高生が、農園活動と中高生キッチンの活動を行っている。H29～実施。令和6年度は、7館で133回のべ733人参加。子どもたちの意見を聞きながら、例えば、防災、アウトドア、国際交流にちなんだ料理なども作っている。



産業経済部

産業振興課	農業係	収穫体験やふれあい農園等区民が参加できる体験を実施。 小松菜力冊子を制作配布。
-------	-----	--



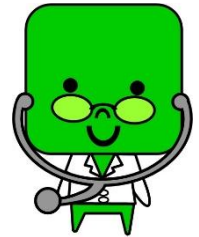
福祉部

介護保険課	相談係	食事の準備が困難な高齢者を対象に配食サービスを実施。配達時に見守りを行う。約16.5万食/年。仕出し弁当組合、社福法人に委託。
-------	-----	---

社会福祉協議会





なごみの家	運営係	えどがわっ子食堂ネットワークの事務局。子ども食堂は年々増加。現在66食堂。子ども食堂をもっと知ってもらいたいと、昨年4月、葛西地区の子ども食堂が滝野公園にて「こども食堂マルシェ」を開催。食堂同士の横のつながりも生まれている。
-------	-----	--

子ども家庭部



子育て支援課	運営支援係	認可私立保育園園長会で食育の説明。保育の質ガイドラインには、完食を強要しないなど食べ方について記載している。
保育課	保育園支援係	食育キャラクターを活用。栽培物を給食に使用。4,5歳児が食事の絵を描いて保護者に渡す取り組みを実施。
	給食指導係	園児向け食育講座の後、家庭向けに、食育キャラクターを活用した「朝ごはんしらべ」を実施している。 保護者向けには、出汁の試飲などの取り組みも実施。
相談課	事業係	おうち食堂、KODOMOごはん便を運営。

記入例





























めにゅー	あかべえの たべもの	きさくの たべもの	みどすけの たべもの	ぱくぱくとりお がそろったら ぱくどん
<p>10がつ 17にち</p> <p>ごはん</p> <p>わかめととうふの</p> <p>みそしる</p> <p>ういんなー・ぷちとまと</p> <p>おれんじ・麦茶</p>				



それぞれの応援する食べ物を食べたら、“ぱくぱくとりお”のシールを貼ってください。
 “ぱくぱくとりお”が揃った日はぱくどんのシールも貼ります。

しっかりたべようあさごはん!!

- ()ほいくえん ()くみ なまえ
- あさごはんにたべた、たべものをめにゆーにかいてね。
 - あさごはんに【あかべえ・きさく・みどすけ】のたべものははいっていたかな？はいっていたら、あかべえ・きさく・みどすけのしーるをはってね。
 - 3にんそろったあさごはんをたべたら、ばくどんのしーるもはりましょう♪

めにゆー	あかべえのたべもの	きさくのたべもの	みどすけのたべもの	ぼくぼくとりおがそろったらばくどん
9 がつ 28 にち (あ) ようび まごめさかな あちちみかん				
9 がつ 27 にち (きん) ようび さけごはん のリスアチャ				
9 がつ 28 にち (ど) ようび X ぬうにやう まごめさかな				
9 がつ 29 にち (に) ようび さけごはん				
9 がつ 30 にち (け) ようび ばな×はさ"るど こ"と"う"は0ん				
10 がつ 1 にち (か) ようび くまじしち				
10 がつ 2 にち (け) ようび おけおにをり かほちやスー				

【おうちのかたからおこさまへ】





























【えいようしから】

みせてくれて
ありがとう



しっかりたべようあさごはん!!

- ()ほいくえん ()くみ なまえ
- あさごはんにたべた、たべものをめにゆーにかいてね。
 - あさごはん【あかべえ・きさく・みどすけ】のたべものははいっていたかな？はいっていたら、あかべえ・きさく・みどすけのしーるをはってね。
 - 3にんそろったあさごはんをたべたら、ばくどんのしーるもはりましょう♪

めにゆー	あかべえのたべもの	きさくのたべもの	みどすけのたべもの	ぼくぼくとりおがそろったらばくどん
9 がつ 11 にち (あ) ようび くらわさん ぼるべりー ーごると やさしいやーす				
9 がつ 12 にち (き) ようび くらわさん ぼるべりー ーごると やると				
9 がつ 13 にち (きん) ようび わたすとはおのてんといち ろーるばん やさしいやーす ーす				
9 がつ 14 にち (ど) ようび ちんくらわさん やさしいやーす たまごわかめやすーふ				
9 がつ 15 にち (に) ようび かにぼん やさしいやーす ぼるべりー ーごると				
9 がつ 16 にち (け) ようび くりおぼん やさしいやーす ーす				
9 がつ 17 にち (か) ようび いちごやむ(ぼん やさしいやーす ぼるべりー ーごると				

【おうちのかたからおこさまへ】

【えいようしから】

みせてくれて
ありがとう



教育委員会事務局

学務課	給食保健係	動画、紙芝居を作成。 給食の献立を食育の教材としている。 全校SDGsを考える給食に取り組んだ。
-----	-------	--





みんなの給食 ～給食からSDGsを考える～

「SDGs」とは、サステナブル・ディベロップメント・ゴールズの略称です。“持続可能な開発目標”を意味し、「今だけでなく、未来まで、すべての人が平和で豊かに暮らし続けるために、世界を良くする目標」といえます。2030年までに「誰一人取り残さない社会」を実現するための世界共通の目標です。今、地球上では、「経済」「社会」「環境」それぞれに関連した問題が起きています。この問題を解決する術がSDGsであり、一人ひとりが「自分ごと」として捉え、身近なことから少しずつ取り組むことが大切です。

江戸川区は、「SDGsの理念＝江戸川区が目指す共生社会の考え方」と捉え、「子どもから熟年者、障害のある方や外国籍の方など、さまざまな皆さんが、安心して自分らしく暮らせるまち」を実現させるためにもSDGsを推進しています。

普段の何気ない生活の中でも、実はSDGsに繋がっている行動があります。児童生徒のみなさん、保護者のみなさん、地域のみなさんが、学校給食とかかわる取り組みからSDGsを考える機会となるよう江戸川区では令和3年度より「みんなの給食～給食からSDGsを考える～」を実施しています。

令和4年度は児童生徒のみなさんが「SDGsの行動を通して理解を深める1年」となるよう、年2回「みんなの給食の日」を設けるとともに、より行動が具体的にわかりやすくなるように「SDGs*えどがわ*学校給食*10の行動」をまとめました。

令和5年度は「SDGsを習慣化する1年」とし、年2回のみんなの給食の取り組みを行い、小学校低学年向けの紙芝居と高学年向け、中学生向けの動画も作成しました。

今年度もすべての小中学校で「みんなの給食」の日を設けて「SDGs」を発信します。ぜひ、ご家庭や地域でも話題にしてみてください。

『SDGsえどがわ*学校給食*10の行動』

- 01 食材を無駄なく使って食べよう
- 02 栄養バランスを考えて食べよう
- 03 友達と協力して給食の準備、片付けをしよう
- 04 水を大切にしてお水を洗おう
- 05 食の安全に興味をもとう
- 06 食文化の違いや食物アレルギーを知ろう
- 07 給食行事をとおして絆を深めよう
- 08 牛乳パックをリサイクルしよう
- 09 プラスチックごみを減らそう
- 10 江戸川区産の小松菜を食べよう



江戸川区の学校給食の取り組みから

3



たとえば、成長期に必要な栄養バランスのとれた給食

- 各学校の栄養士は、和食を中心とし、1食1食が家庭の食事の参考になるように献立を作成しています

11



たとえば、地場産物を積極的に活用した給食

- 江戸川産小松菜を地元の農家から直接購入して使用しています
- 東京都の水産物等も積極的に使用しています

12



たとえば、環境を考えた給食

- 丁寧な調理で、食材の廃棄を少なくする工夫をし、仕方なく出てしまった生ごみは、養鶏場等で活用される飼料にリサイクルしています
- 給食で使用した油もインクやSAF、石けん、飼料等にリサイクルしています
- 強化磁器食器の導入をすすめ、破損してしまった食器はリサイクルしています
- 食器や調理用具の洗浄に使用する洗剤は、合成洗剤を極力少なくし、石けん分を含む洗剤を使用しています

小学校低学年向け紙芝居「みんなのきょうしゅく」から



令和5年度、東京都の食育支援事業を活用して作成した小学校低学年向けの紙芝居を小学校に1組ずつ配布しました。今後、各学校の食育で活用してまいります。

教育委員会事務局

小松川中学校	栄養教諭	生活習慣病予防で保健体育の授業の中で食育を実施。生徒が食事の選択ができるようになることを狙いとした。時間栄養学をテーマに、保護者向け食育講演会を開催した。
南葛西小学校	栄養教諭	食の全体計画を作成し、計画に沿った食育を実施。
教育指導課	指導主事	食に関する全体計画を各校で作成。食育推進研修を実施。今年度から2回開催予定。 葛西二中、瑞江三中が東京都体育健康教育推進校。

令和7年度 食に関する指導の全体計画①

江戸川区立南葛西小学校

児童の実態
【児童の実態】
・朝ごはんを毎日食べる児童 94%
・好き嫌いをしないで食べる児童 83%
・肥満度30%以上の児童 5.0%
・給食残食率 約4.0%
【保護者・地域の実態】
・学校は、食に関する指導の充実 に努めている 94%(令和4年度 学校評価の回答)
・(参考)令和3年度江戸川区食育 生活調査報告書

学校教育目標
○進んで学びくふうする子 ○思いやりのある子 ○健康でたくましい子

【第4次食育推進基本計画】
・朝食を欠食する子供の割合目標値 0%
・生活習慣病予防のために普段から適正体 重の維持や減塩に気を付けた食生活を実践 する国民の割合目標値 75%以上
【東京都食育推進計画(令和3年度～7年度)】
・持続可能な社会・東京の実現に応える食育 の推進
【江戸川区の教育目標・基本方針】
・ころ豊かに たくましく 教育の江戸川区
【基本方針4】健全育成活動の推進
【江戸川区食育推進計画(第2次)】
・毎日、朝ごはんを食べる
・主食・主菜・副菜を知って食べる
・塩分を控える工夫をする

「健やかな体」の育成
生涯にわたる心身の健康増進をめざし、基本的な生活習慣の定着と、 健康的な生活を実践できる態度を育てる。

食育の視点
◇食事の重要性【重】
◇心身の健康【健】
◇食品を選択する能力【選】
◇感謝の心【心】
◇社会性【社】
◇食文化【文】

食に関する指導の目標
(知識、技能)
・栄養バランスのとれた食事をとる大切さを理解し、食事のマナーや簡単な調理を身に付けている。
(思考力、判断力、表現力等)
・食料の生産等に関わる人々に感謝の心を持ち、健康的な食生活を考えて行動することができる。
(学びに向かう力、人間性等)
・食事を通してあいさつなどコミュニケーションを図り、多様な食文化を尊重する態度を身に付けている。

各学年の食に関する指導の目標	
1・2年	あいさつやはしの使い方など食事のマナーを身に付け、いろいろな食品や料理に興味をもって楽しく食べることができる。
3・4年	朝食を含む規則正しい食生活が心身の健康に必要なことが分かり、様々な食品の栄養をとるように好き嫌いをなく食べることができる。
5・6年	栄養バランスのとれた食事の大切さを理解して健康的な食習慣を形成しようと行動できる。、簡単な日常食を考え、調理をすることができる。

食育推進組織

校長・副校長・主幹教諭・食育リーダー・学校栄養職員・養護教諭・各学年担当教諭
※必要に応じて、学校給食運営委員会・学校保健委員会

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(生活・社会・理科・家庭・体育(保健)・道徳・総合的な学習の時間・特別活動)で、教科のねらいに沿った食に関する指導をする。

【給食の時間における食に関する指導】

給食を食べる経験を積みながら、給食を教材として食品の旬や食文化(行事食・郷土料理や伝統料理)や教科等で学習したことを理解する。

給食指導として、準備から片付けまで要点を抑えた一連の指導を繰り返し行い、食事のマナーや人間関係形成能力を習得させる。

【個別的な相談指導】

必要に応じて、教職員や家庭と連携して食物アレルギー・肥満・やせ傾向・偏食等の個別的な相談指導を行う。

地場産物の活用

食育の視点を考慮した献立作成／国産や旬の食材を選定／江戸川区産の小松菜や東京都産の食材(トビウオ、ムロアジ、あしたば、糸寒天等)を使用
地場産物等の使用について、献立表や給食時間で紹介し、教科等の学習や小松菜農家見学等の体験活動と関連を図り、食育の一環とする。

家庭・地域との連携

「みんなの給食」の取組によるSDGsの行動推進／健康サポートセンターと連携した取組による生活習慣病の予防啓発／江戸川区食育推進会議／
学校給食運営委員会／学校保健委員会／学校だより・保健だより・給食だより・ホームページ等で積極的な情報発信／学校評価

食育推進の評価

児童の実態(残菜・生活リズム等) / 学校評価

令和7年度 食に関する指導の全体計画②(年間指導計画)

江戸川区立南葛西小学校

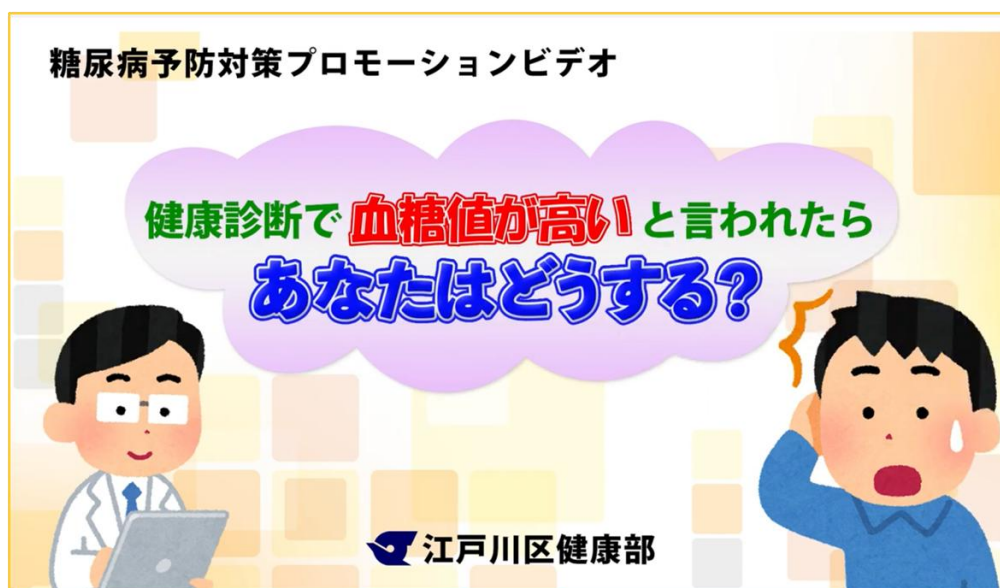
教科等		4月	5月	6月	7月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
学校行事等		始業式・入学式	全校遠足 体育科学習発表会	読書週間	終業式	始業式		南小フェスタ(学習発表会)	終業式	始業式	持久走記録会	卒業式・修了式
推進体制	進行管理	部会・教育計画										
	計画策定	計画策定							評価実施	評価結果の分析	計画案作成	
各教科・道徳・総合的な学習の時間	社会		ごみの処理と再利用【4年】	江戸川区の様子【3年】 水はどこから【4年】 縄文のむらから古墳のくへ【6年】		店ではたらく人【3年】	わたしたちのくらしと農家の仕事【3年】					ゆたかな自然を守り生かす小笠原村【4年】
	理科	植物の育ち方【3年】 季節と生物【4年】		わたしたちの国土【6年】	わたしたちの生活と食料生産(くらしを変える食料生産・米づくりのさかんな地域・水産物のさかんな地域・これからの食料生産とわたしたち【6年】 日本の歴史(農家のくらし、農士の営みの中へ、町人の文化と新しい学習)【6年】						長く続いた戦争と人々のくらし【6年】	世界の中の日本【6年】
	生活	どきどきわくわく【1年生・がっこうだいすき【1年】 きんぐんそでわたしの野い【2年】 どきどきわくわくまたたんけん【2年】		くんぐんそでわたしの野い【2年】 どきどきわくわくまたたんけん【2年】	なつがやってきた【1年】		たのしいあきいっせい【1年】			じぶんでできるよ【1年】	ふゆきたのしもう【1年】	もうすぐ2ねんせい【1年】 あしたへジャンプ【2年】
	家庭	私の生活、大発見！【5年】	ゆでる調理でおいし発見【5年】			持続可能な社会へ物やお金の使い方【6年】			食べて元気！ごはんのみそ汁【5年】			気持ちがあつながら 家族の時間 生活を変えるチャンス【6年】
	体育(保健領域)							病気の予防【6年】	心の健康【6年】	健康な一日の生活【3年】		体の発育・発達【4年】 けがの防止【5年】
	上記以外の教科		茶つみ【3年】		おおきな【1年】	すがたをかえる大豆【3年】 顔をもる人になろう【2年】(野菜果物)3年生(年中行事)		まかせてね 今日のお食事【6年】		冬を明るく暖かく【6年】		あなたは家族や地域の宝物・生活を変えるチャンス【6年】
	総合的な学習の時間	A読書、劇制「ものやおかをわいせつに【1年】」「ある朝のまごころ【6年】」「農事中のメニュー【6年】」 B礼儀「あいさつのことば【1年】」「ありがとうはだれがら【2年】」「学校のれんし【4年】」 C家族愛、家庭生活の充実「きょうしゅく前篇【2年】」「お父さんのラーメンがいらねえ【4年】」	田植え体験【6年】	学ぼうSDGs【6年】	稲刈り体験【6年】							東西の伝統文化にふれよう (海苔すき体験)【3年】
	学級活動(食育教材活用)	給食がはじまるよ	食卓のマナー	おやつとはみがきはしのもちかた	もうすぐ夏休み(早寝早起き朝ごはん)	食べ物と仲良くなるう				もうすぐ冬休み(早寝早起き朝ごはん)		もうすぐ冬休み(早寝早起き朝ごはん)
	委員会活動	給食時間の放送、給食目標の掲示ポスター作成、残量調べ、リクエスト献立アンケート、片付け点検確認や呼びかけ、集会の発表										
	特別活動	学校行事	始業式 入学式 1年生を迎える会	全校遠足 開校記念日 体育科学習発表会	あいさつ読書週間 顔と口の健康週間	セレクト給食 水泳指導 七夕祭 終業式	始業式 日光移動教室【6年】	どんぐり読書週間 就学準備教室【6年】	南小フェスタ	セレクト給食 終業式	始業式 入学説明会 全国学校給食週間	持久走記録会 6年生を送る会
給食の時間	給食指導	給食当番の衛生点検、準備や後片付けを協力して安全に行う、適量の配膳、食材や料理に関心をもつ、和やかに食卓をする工夫、感謝の心を養う、食卓のマナーを身に付ける、食後の過ごし方										
食に関する指導	準備や片付けの仕方	牛乳の栄養 牛乳パックのリサイクル方法	牛乳の栄養 牛乳パックのリサイクル方法	牛乳の栄養 牛乳パックのリサイクル方法	牛乳の栄養 牛乳パックのリサイクル方法	牛乳の栄養 牛乳パックのリサイクル方法	牛乳の栄養 牛乳パックのリサイクル方法	牛乳の栄養 牛乳パックのリサイクル方法	牛乳の栄養 牛乳パックのリサイクル方法	牛乳の栄養 牛乳パックのリサイクル方法	牛乳の栄養 牛乳パックのリサイクル方法	牛乳の栄養 牛乳パックのリサイクル方法
月目標(学校給食10の行動目標)	友達と協力して給食の準備、片付けをしよう(03)	牛乳を飲んで牛乳パックをリサイクルしよう(08)	食卓のマナーを身に付けてみよう	水などの資源を大切にしてお水を洗おう(04)	食の安全に興味をもとう(05)	食材を無駄なく使おう(01)	産地地産を知り、江戸川区産の小松菜を食べよう(02)	栄養バランスを考えて食べよう(02)	食文化の違いや食物アレルギーを知らう(06)	給食でSDGsに取り組みよう	給食行事とおして絆を深めよう(07)	
食文化の伝承	お花見 入学遠足	端午の節句	入梅 夏越の節	半夏生 七夕	團圓の節句	十五夜	和食の日 十三夜 小松菜(産地地産)	冬至	正月料理・七草餅	節分	ひな祭り	
行事食	入学遠足献立	端午の節句献立	入梅献立 夏越の節献立	半夏生献立 七夕献立	團圓の節句献立	お月見献立	和食献立 お月見献立	冬至献立	正月・鏡開きの献立	節分献立	ひなまつり献立 卒業式献立	
その他			カミカミ献立 おはなし給食	セレクト給食			みんなの給食(SDGs) 小松菜一斉給食	クリスマス献立 セレクト給食	全国学校給食週間の献立	みんなの給食(SDGs) リクエスト給食	セレクト給食 リクエスト給食	
旬の食材	たけのこ・ふき・春キャベツ・かぶ・漬物・いちご	鮭・グリーンピース・空豆・新じゃが・新たまねぎ・春キャベツ・栗生相	きゅうり・グリーンアスパラ・しそ・梅・さくらんぼ・メロン・国産バナナ	きびご・なす・きゅうり・トマト・オクラ・とうもろこし・ししにら・ピーマン・メロン・スイカ・国産バナナ	あじ・トマト・きゅうり・かぼちゃ・なし	さんま・なす・きつまいも・ピーマン・かぼちゃ・栗・なごぼう	きつまいも・鮭・さば・白栗・かぶ・大根・人参・ごぼう・蓮根・みかん・りんご・柿	鮭・鯖・鯛・大根・ほうれん草・小松菜・ブロッコリー・白栗・みかん・ゆず	鮭・鯖・鯛・大根・ほうれん草・小松菜・ブロッコリー・白栗・みかん・いちご	鮭・鯖・わかさぎ・ねぎ・ブロッコリー・白菜・大根・いよかん・ぼんかん	鮭・鯖・キャベツ・ブロッコリー・菜の花・小松菜・いよかん・いちご	
地場産物	小松菜・トビウオ・ムロアジ・糸巻天・あしたば											
個別的な相談指導	食物アレルギー対応・肥満・やせ傾向や偏食等の個別的な相談指導(面談)									生活管理指導表提出	個別面談	
家庭・地位との連携	学校だより・学年だより・学級だより・給食だより・保護者だよりの発行 / ホームページでの情報発信 / 学校評価 / 江戸川区食育推進会議 学校公開 / 保護者会 / 学校給食運営委員会 / 学校保健委員会 / 小中連携の日											
教科等	4月	5月	6月	7月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	

令和7年度 食に関する指導の全体計画②(年間指導計画)

教科等		4月	5月	6月	7月	9月	10月	
学校行事等		始業式・入学式	全校遠足 体育科学学習発表会	読書週間	終業式	始業式		南
推進体制	進行管理	部会・教育計画						
	計画策定	計画策定						
各教科・道徳・総合的な学習の時間	社会		ごみの処理と再利用【4年】	江戸川区の様子【3年】 水はどこから【4年】 縄文のむらから古墳のくにへ【6年】		店ではたらく人【3年】	わたしたちのくらしと農家の仕事【3年】	
		国土の地形の特色【5年】	わたしたちの国土【5年】		わたしたちの生活と食料生産(くらしを支える食料生産・米づくりのさかんな地域・水産業のさかんな地域・これからの食料生産とわたしたち)【5年】 日本の歴史(貴族のくらし 武士の世の中へ 町人の文化と新しい学問)【6年】			
	理科	植物の育ち方【3年】 季節と生物【4年】		植物の体のつくりとはたらき【6年】	ヒトの誕生【5年】 生物と地域環境【6年】	花から実へ【5年】		
	生活	どきどきわくわく1年生・がっこうだいすき【1年】 春だ今日から2年生【2年】	ぐんぐんそだてわたしの野さい【2年】 どきどきわくわくまちたんけん【2年】	なつがやってきた【1年】	たのしいあきいっぱい【1年】			
	家庭	私の生活、大発見！【5年】	ゆでる調理でおいしさ発見【5年】			持続可能な社会へ 物やお金の使い方【5年】		
		見つめてみよう生活時間【6年】	朝食から健康な一日の生活を【6年】		夏をすずしくさわやかに【6年】		まかせてね 今日の食	
	体育(保健領域)							病気
	上記以外の教科		茶つみ【3音】			おおきなかぶ【1国】	すがたをかえる大豆【3国】 調べる名人になろう【2読書(野菜果物)3読書(年中行事)】	
特別の教科 道徳	A節度、節制「ものやおかねをたいせつに【1年】」「ある朝のできごと【5年】」「食事のメール【6年】」 B礼儀「あいさつのことば【1年】」「ありがとうはだれがいい？【2年】」「学校のれきし【4年】」 C家族愛、家庭生活の充実「きょうしよく当番【2年】」「お父さんのラーメンがいちばん【4年】」						B礼儀「礼儀作法と茶道【6年】」 C伝統と文化の尊重、国や郷土を愛 D生命の尊厳「いたがきます【2年】」	

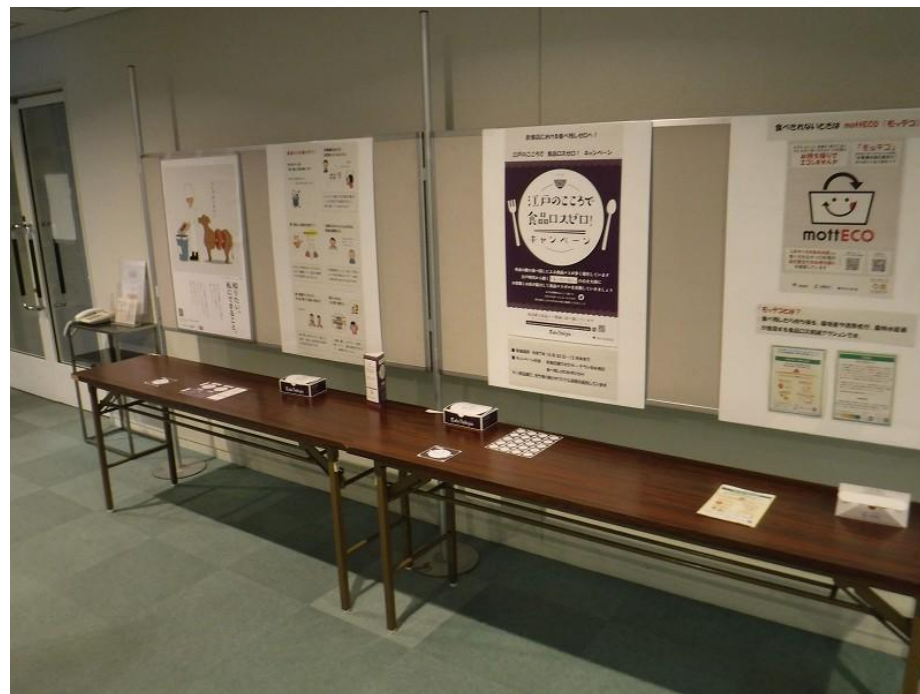
健康部

健康推進課	計画係	健康増進計画を策定。広報や区ホームページに生活習慣病予防の記事を掲載。
地域保健課	調整係	生活習慣病予防として、糖尿病予防対策プロモーションビデオを区ホームページに掲載。 フレイル予防として、生き生きけんこう塾を実施。 大腸がん啓発記月間特別講演会を開催予定。



健康部

江戸川保健所 生活衛生課	食品衛生 第一係 食品衛生 第二係	食品衛生監視指導計画を策定。フードチェーンにおける安全な食事の確保のため、事業者に対する講習会の実施、立入指導。消費者には、食品衛生大会、街頭フェア等で普及啓発。
-----------------	----------------------------	---



健康部

健康サービス課	栄養担当	<p>産学官連携による食環境整備事業「E.I.S(イース)健康弁当プロジェクト」で開発した健康弁当がスマートミール認証を取得。</p> <p>妊婦を対象に食事管理アプリの提供。(新)</p> <p>児童生徒を主な対象者として家庭料理検定実施。</p>
---------	------	---

昨年完売のお弁当が帰ってきた!

野菜のマリモ

ホウホウ じゃがいもの マリモソース

手熟 中玉子

小松菜 たっぷりごめ

味噌ス ピーンズの 甘煮

特製小松菜 ふまわりソース

ロコモコ江戸川風

頑張るあなたを!

応援弁当 754円

8/9(土)~8/11月

イトヨーカドー アリオ豊西店・小岩店のみで販売!

- 食事の量も質も味付けもぴったりなお弁当を作りました。
- 2025年スマートミール認証 を取得しました。
- 江戸川区とイトヨーカ堂と相模女子大学の **コラボ弁当** です。

相模女子大学健康栄養学科の 学生がメニューを考えました!



頑張るあなたを! **応援弁当** ができるまで & 食べたあなたへ伝えたいこと

なぜ?

～弁当の開発にいたった背景～

江戸川区の20～30代の女性は、バランスが良い食事と言われる「主食・主菜・副菜のそろった食事」の頻度や野菜の摂取量が、他の年代に比べ少ない、といった食生活に心配な点があります。これは、仕事や子育てに多忙で、自分の食事を後回しにしてしまう、そんな**頑張る気持ち**が要因の一つと考えられます。

しかし! 一方で区民の約半数が「食生活に問題がある・改善したい」と考えています。そこで、中食の利用率が東京23区の中でもトップクラスの江戸川区の特徴を活かし、本弁当で、**頑張る皆さまを応援するプロジェクト**を企画しました!

誰が?

～弁当に関わっている人々～

江戸川区と関わりが深い、イトヨーカ堂と相模女子大学が江戸川区と手をつなぎ、本弁当は生まれました。弁当の“商品化”には武蔵野フーズや生産者の方々、“販売”には、各店舗スタッフの皆さんのご協力を得て、実現しました!



誰の、何のために?

～弁当に込めた想い～

特に、日々子育てに忙しい世代の女性の方々、そして日々充実しながらも忙しく働く女性の方々が、「楽しんで食べる♥」ことを通じて、心も体もより美しく、さらに楽しく自分らしいライフスタイルを実現していくきっかけになることを目指しています。

どのように?

～弁当の特徴～

本弁当は、「量」も「質」も「味」も食べる人にとってぴったり。一食の中で、主食・主菜・副菜がそろい、野菜がたっぷり、食塩のとり過ぎにも配慮した弁当になっています。さらに、江戸川区の特産品「小松菜」、姉妹都市ハワイの料理「ロコモコ」を盛りこみました!

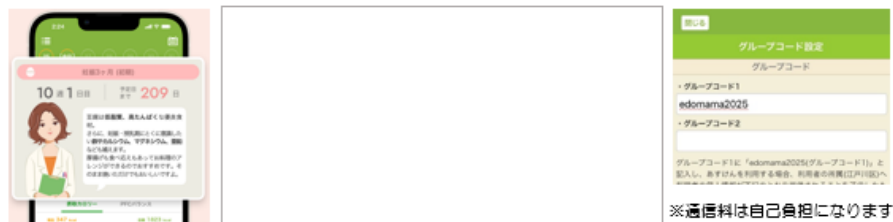
賢く食べて健康に!



スマートミールとは 健康づくりに役立つ栄養バランスのとれた食事のこと。1食で主食主菜副菜がそろい、野菜がたっぷり、食塩のとり過ぎにも配慮した食事のこと

赤ちゃんや妊婦さんのための適切な食生活の実現を支援します
食事管理アプリ『あすけん』の「あすママコース」
登録から180日間 無料で使えます！

赤ちゃんを育む食生活チェック



あすけん



特徴

- 食事の写真やバーコードを撮るだけで簡単に食事記録！
- 「つわり」が記録でき、独自のアドバイスも表示されます
- 妊娠期のOK/NG食材が確認できます
- 個に応じた妊娠周期ごとの目安体重を確認でき、体重管理もサポート
- 鉄や葉酸など、妊娠期に必要な栄養素の充足率をグラフで確認

利用方法



1. 上記二次元コードを読み込み、「あすけん」をダウンロード
2. アプリを開き、アプリ左上三本線をタップし、「設定」をタップ
3. 「グループコード設定」をタップし、上記のグループコード1・2を入力
※既にアプリをダウンロード済の方も入力が必要です。
4. 今一度アプリ左上三本線をタップし、「コース」をタップ
5. 「妊娠・授乳期に！あすママコース」を選択
※パートナーの方は選択不可です。

グループコード入力可能期間：令和6年3月31日までのです。グループコード入力後180日間「あすママコース」をご利用いただけます。180日後は退会しない限り自動で食事管理アプリ『あすけん』無料版に移行します。
※パートナーの方もグループコード1に「edodad2025」を入力すると、1か月間無料で『あすけん』の有料サービス（『あすけんプレミアムサービス』）をお使いいただけます。グループコード2は妊婦さんが入力するものと同じです。選択できるコースは「あすけんダイネット基本コース」他3種です。

『あすけん』に関するFAQ
アプリ内左上三本線をタップ→「あすけんの使い方」をタップし、最下項までスクロールしてください

その他お問い合わせは
最寄りの健康サポートセンターへ

妊娠・授乳期に必要な
栄養素が
すぐわかる



めざせ！えどがわフードマスター

江戸川区 家庭料理 検定

2025年度

参加賞あり！
成績優秀者には
優秀賞もあり

すべての区民が、
食をとおして
心身ともに健康で
豊かな人生を
送るために
(江戸川区食育推進計画より)



申込期間 2025年9月5日(金) ~ 10月24日(金)

受検期間 2025年12月24日(水) ~ 2026年1月23日(金)

受検方法 オンライン受検
(パソコン・タブレット・スマホで受検できます)

検定料 無料

受検対象と受検級
初級 小学校5・6年生
中級 中学校1・2年生、保護者、教職員

申込方法
LoGoフォームを利用してお申し込みください。
<https://logofom.jp/form/L6MJ/1169911>



江戸川区健康部健康サービス課
中央健康サポートセンター 栄養担当
TEL 03-5661-2467

検定事業者：
女子栄養大学
生涯学習センター

江戸川区 家庭料理検定とは

小中学生の皆さんが、生涯健康で充実した生活を営める食べる力を身につけるために、検定を通して、健康な体を保ち、体を作るために必要な食生活の知識を深めます。この学びを基礎に、調理に興味を持ち、自ら調理ができる知識や技能を身につける一助となるよう実施するものです。

江戸川区家庭料理検定初級・中級で学べること

試験範囲は3領域

食生活と栄養

【初級23問・中級28問】

- 食事の役割
- 日本の食文化
- 五大栄養素
- 三色食品群
- 6つの基礎食品群
- 規則正しい食事
- 献立の立て方

調理と衛生

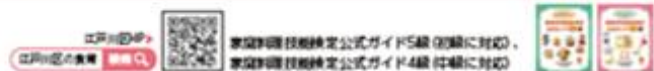
【初級23問・中級28問】

- 調理の手順
- 調理に必要な器具について
- 材料について
- 調理の基本
- 日常食の調理

江戸川区オリジナル

【初級4問・中級4問】

- 食育推進計画
- 江戸川区を知ろう
- SDGs 防災 衛生
- 食育キャラクター



江戸川区民一人ひとりが取り組む食育活動



食育推進連絡会×食育推進会議

<p>食育推進連絡会・ 食育推進会議</p>	<p>●食育推進連絡会 イトーヨーカ堂アリオ 葛西店 保育園・幼稚園園関 連団体</p> <p>●食育推進会議 保育課・子育て支援 課・学務課 健康サービス課</p>	<p>保育園・幼稚園園児向けに「区民が取り 組む3つの活動」をテーマにした「食育 ぬりえ」に希望の保育園・幼稚園が参加 する。食育ぬりえは園近くの店舗に掲示。 ※食育ぬりえ イトーヨーカ堂様が作成 区立保育園食育キャラクターを使用。</p>
----------------------------	---	--

