※令和４年度以降入学生用

学校番号	１００５

令和８年度　（専）家庭科

教科	（専）家庭	科目	フードデザイン	単位数	２単位	年次	３年次
使用教科書	図説　家庭基礎　（実教出版）						
副教材等	LIFE　おとなガイド　デジタル＋（教育図書）						

１　担当者からのメッセージ（学習方法等）

食生活に関心をもち、積極的に取り組みましょう。

・生活の様々な現象や課題をグループワークや演習等を通して考え、理解を深め知識を身に付けます。友だちの考えを知り、多様な考え方･価値観に気づき、自分の考えをもちましょう。

・実践的･体験的な学習を通して、科学的な理解に基づいた確かな技術を身に付けましょう。

・学んだことを自分の生活の問題として捉え、よりよい生活をめざしましょう。

２　学習の到達目標

家庭の生活に関わる産業の見方・考え方を働かせ、実践的・体験的な学習活動を行うことなどを通して、食生活を総合的にデザインするとともに食育を推進し、食生活の充実向上を担う職業人として必要な資質・能力を次の通り育成することを目指す。

(1)栄養、食品、献立、調理、テーブルコーディネートなどについて体系的・系統的に理解するとともに、関連する技術を身に付けるようにする。

(2)食生活の現状から食生活全般に関する課題を発見し、食生活の充実向上を担う職業人として合理的かつ創造的に解決する力を養う。

(3)食生活の充実向上を目指して自ら学び、食生活の総合的なデザインと食育の推進に主体的かつ協働的に取り組む態度を養う。

３　評価の観点及びその趣旨

観点	a:知識・技術	b:思考・判断・表現	c:主体的に学習に取り組む態度
観点の趣旨	栄養、食品、献立、調理、テーブルコーディネートなどに関する知識を体系的に理解しているとともに、それらに係る技能を身に付けている。	食生活の現状から食生活全般に関する課題を見出し、思考を深め、食生活の充実向上を担う職業人として合理的かつ創造的に解決する力を身に付けている。	食生活に関する諸問題に関心をもち自ら学び、食育の推進に向けて、積極的に取り組もうとする態度を身に付けている。

上に示す観点に基づいて、学習のまとまりごとに評価し、学年末に５段階の評定にまとめます。学習内容に応じて、それぞれの観点を適切に配分し、評価します。

※令和４年度以降入学生用

４　学習の活動

学期	単元	学習内容	単元(題材)の評価規準	評価方法		
				知(a)	思(b)	主(c)
1学期	第1章　健康と食生活	① 食事の意義と役割 1. なぜ食べるのだろうか ②食を取り巻く現状 1. 青年期の食生活 2. 食生活の変化 ー食の外部化の進行 3. 現代の食生活の課題 4. 栄養素等の摂取状況 5. 食品の流通と変化	a:毎日の食事にどのような役割があるか理解している。 日本の食生活の現状と、青年期の食生活の課題を理解している。 よくない食生活と、それによって引き起こされる生活習慣病について理解している。 栄養素の摂取量や比率は時代によって変化していることを理解している。 b:食事の役割をふまえて、自らの食生活を正しく評価している。 日本の食生活の課題を把握し、自身の食生活について考察している。 将来の健康の基礎が青年期の食生活と関係していることに気づくことができている。 生活習慣病の原因や症状を調べ、話し合ったり発表したりすることができている。 栄養素の摂取量や比率が変わることで、私たちにどのような影響があるか考察している。 c:食事の役割を自分ごととして捉え、自分の食生活を見直そうとしている。 青年期の食生活の特徴を自らの生活と比較し、食生活を改善しようとしている。 生活習慣病を自分ごととして捉えようとしている。 栄養素の適正な摂取量や比率について考えようとしている。	定期考査 レポート ワークシート ディスカッション(現代の食生活、青年期の食生活の課題)	定期考査 レポート ワークシート ディスカッション(現代の食生活、青年期の食生活の課題)	レポート ワークシート ディスカッション(現代の食生活、青年期の食生活の課題)

※令和４年度以降入学生用

	第2章　栄養素と食品	① 栄養素と消化・吸収 1. からだは何でできている 2. 消化・吸収のしくみ 3. 栄養素の役割 ② 各栄養素のはたらき 1. 炭水化物 2. 脂質 3. たんぱく質 4. ビタミン 5. 無機質(ミネラル) 6. 水とその他の栄養素 ③ 食品とその特徴 1. 穀類 ／ 2. いも類 3. 砂糖類・甘味料 ／ 4. 豆類 5. 種実類 ／ 6. 野菜類 7. 果実類 ／ 8. きのこ類 9. 海藻類 ／ 10. 魚介類 11. 肉類 ／ 12. 卵類 13. 牛乳・乳製品 ／ 14. 油脂類 15. 寒天・ゼラチン ／ 16. 嗜好食品 17. 調味料・香辛料 ／ 18. 加工食品 19. 健康食品 ④ 何をどれだけ食べる？ 1. 日本人の食事摂取基準 2. 食品群別摂取量のめやす 3. ライフステージと栄養	a: からだの構成成分と栄養素について基礎的な知識を身に付けている。 食品の消化と吸収のしくみについて理解している。 栄養素の種類と役割について、科学的に理解している。 水もからだを維持するために大切な要素であることを理解している。 食品の特徴、調理上の性質、調理の特徴や加工などについて理解している。 身の回りの加工食品と、加工の目的を理解している。 健康食品の種類と気をつけるべき情報を取集、整理している。 食事摂取基準が、健康維持・増進、また生活習慣病の予防を目的としていることを理解している。 各ライフステージの栄養について理解している。 「日本人の食事摂取基準」や「４つの食品群による摂取量のめやす」などを活用し、ライフステージに応じた食事計画を立てる力を身に付けている。 b:からだの中で、それぞれの栄養素がどのような働きをしているのかについてまとめたり、発表したりすることができている。 栄養素と食品の学習を結びつけ、日常の食事の改善点について考えている。 食品の加工について身近な事例と結びつけて考察している。 健康食品の情報や表示を正しく判断できている。 食事バランスガイドと自分の食生活を結びつけて考察している。 ライフステージによってなぜ必要とされる食事が異なるのかを考えている。 からだの中で栄養素がどのよう	ワークシート（食品成分値記入シート） ワークシート（実験の記録） 定期テスト	ワークシート（食品成分値記入シート） ワークシート（実験の記録） 定期テスト	ワークシート（食品成分値記入シート） ワークシート（実験の記録）

※令和４年度以降入学生用

			な働きをするのかを考え、各ライフステージにおける食事の課題を発見し、その解決に向けて工夫している。 c:からだの構成成分と栄養素の学習を、自らの健康と関連づけて考えようとしている。 炭水化物、脂質、たんぱく質、ビタミン、無機質（ミネラル）などの種類、役割について食生活と関連づけて関心を持とうとしている。 食品の種類と特徴についての知識を、自分や家族の健康のために活用しようとしている。 食品の調理性などについて、実験などを通して科学的に取り組もうとしている。 各ライフステージにおける栄養素の特徴を知り、それぞれのライフステージに応じた食事計画を活用しようとしている。			

※令和４年度以降入学生用

2学期	第3章　食品の選択と取り扱い	① 食品選択のコツ 1. 食品の選択 2. 食品の表示 ② 食品の衛生と安全 1. 食中毒とは？ 2. 食中毒の種類 3. 食中毒の予防 ③ 食の安全を考えて選ぼう 1. 食の安全を考える 2. 添加物(食品添加物) 3. 食の安全制度と情報	a:生鮮食品の選び方のコツを身に付けている。 加工食品の表示を読み解く技術を身に付けている。 食物アレルギーと表示について理解している。 食中毒の特徴を知り、リスクを減らす技術を身に付けている。 食品の安全を守るためにさまざまな制度があることを理解している。 b:食品を選ぶ際に、安全や衛生に配慮して適切に判断している。 食中毒が起こりうる状況を理解し、注意しなければならない場面について考えている。 食品の安全を守る制度について考察している。 c:日常生活で食品の表示をチェックし、食生活をより良くするために活用しようとしている。 食品の衛生に関心を持ち、生活に活かそうとしている。 身近な食品の表示について調べ、インターネットを利用して、食に関するキーワードを調べようとしている。	ワークシート（食品成分値記入シート） ワークシート（実験の記録） 定期テスト	ワークシート（食品成分値記入シート） ワークシート（実験の記録） 定期テスト	ワークシート（食品成分値記入シート） ワークシート（実験の記録）
	第4章　調理してみよう	① なぜ調理するのか 1. 安全性の向上 2. 栄養性の向上 3. おいしさの向上 ② 調理操作と調理器具 1. 非加熱操作 2. 非加熱調理 3. 加熱操作・加熱調理 4. 加熱(調理)機器 5. 調理器具とその素材	a:安全性、栄養性、おいしさなどの面から、調理の目的を理解している。 食べ物の味が影響を受けている要素を理解している。 非加熱調理と加熱操作の種類とそれぞれの特徴を理解している。 b:食べ物のおいしさに関わる要因について考察している。 調理操作が料理の出来上がりに与える影響を、具体的に考え、工夫している。 c:実際にさまざまな調理操作を試して、取り組もうとしている。 調理器具の特徴としくみを理解し、具体的に使ってみようとしている。	レポート ワークシート	レポート ワークシート	レポート ワークシート

※令和４年度以降入学生用

	実践編　献立と調理	献立を立ててみよう 1. 献立の構成 2. 献立作成の要素 3. 献立を立てる 調理実習 和風献立 洋風料理 中国料理 多国籍料理 行事食ほか SDGs を意識して調理をもっと楽しもう！ 災害時の食について考えよう！	a:献立の構成や栄養、嗜好、費用、食品、調理法、季節感などの要素を理解している。 食事のテーマに応じた献立作成、食材の選択と調理、テーブルコーディネートと各料理のサービス方法について理解している。 衛生面と安全に配慮した食品の取り扱いと、調理操作を身に付けている。 b:食事テーマを具体的に設定し、それに適した献立を考え、適切に食材の選択することができている。 環境に配慮した食材の選択や調理方法を考え、工夫している。 c:食事のテーマに応じた献立作成、食材の選択と調理、テーブルコーディネートと各料理のサービス方法に意欲、関心を持って取り組もうとしている。	レポート(調理操作、調理実験) ワークシート 定期テスト	レポート(調理操作、調理実験) ワークシート 定期テスト	レポート(調理操作、調理実験) ワークシート
３学期	第５章　各国料理とコーディネート	① 料理の様式 1. 日本料理の様式 2. 西洋料理の様式 3. 中国料理の様式 ② テーブルコーディネート 1. テーブルコーディネートとは 2. テーブルコーディネートを考える手順 3. 五感にうったえる要素 4. 日本料理のコーディネート 5. 西洋料理のコーディネート 6. 中国料理のコーディネート	a:各様式別料理の特徴や献立構成について理解している。 各様式別料理の作法に関するマナーやサービスを身に付けている。 目的に応じたテーブルコーディネートの技術を身に付けている。 b:食べる人に配慮した献立やサービスの方法について判断することができる。 食事のテーマに応じた色彩や照明、小物、食卓花など、食事空間の演出を判断し、工夫している。 c:各様式別料理の献立や作法について興味を持ち、具体的に取り組もうとしている。 季節や食事の目的をふまえて、食卓を意欲的に演出しようとしている。	レポート(テーマに応じたテーブルコーディネート) ワークシート 定期テスト	レポート(テーマに応じたテーブルコーディネート) ワークシート 定期テスト	レポート(テーマに応じたテーブルコーディネート) ワークシート

※令和４年度以降入学生用

	第6章　食育と食育推進活動	① 食育推進の取り組み 1. 食育基本法 2. 食育の推進体制 3. 家庭、学校、地域等における食育の推進 ② 食文化を見つめる 1. 食と文化のかかわり 2. 日本の食文化 ③ 食と環境について考えよう 1. 食品はどこから来るのか 2. 食品とごみ問題	a:食育基本法、食育推進計画等の目的や概要を理解している。家庭、学校、地域等の食育活動に関連する情報を収集・整理している。 日本の食料自給率の現状と課題について理解している。 食品ロスの原因を理解しているとともに、食品ロス削減に関する取り組みの情報を収集・整理している。 b:食と生活の関わりを、郷土料理や季節などを意識しながら考察している。 和食の特徴や食文化の伝承について考え、課題を見出している。 食品ロスに関する課題を考察し、問題点をまとめたり発表したりすることができる。 c:食育を家庭、地域、企業はどのように推進しようとしているかに意識、関心を持ち、主体的に考えようとしている。 食育に関する活動を、ホームプロジェクトや学校家庭クラブにつなげて行おうとしている。 食と環境を関連づけて考え、具体的な取り組みにつなげようとしている。	レポート(テーマに応じたテーブルコーディネート) ワークシート	レポート(テーマに応じたテーブルコーディネート) ワークシート	レポート(テーマに応じたテーブルコーディネート) ワークシート

※　表中の観点について　a:知識・技術　b:思考・判断・表現　c:主体的に学習に取り組む態度