

## DVD・書籍

## E 食に関する指導動画 DVD

No	タイトル	対象	内容	所要時間	制作者	制作年
E-1	朝食と生活リズム おもしろ大実験		<p>「朝ごはんを食べないと、どうして集中力がでないの?」「夜ぐっすり眠るための秘密とは?」数々の興味深い実験映像やCGを通して、食事・運動・睡眠の(生活リズム)をめぐる秘密に迫ってみよう!</p> <p>《主な内容》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○宇宙飛行士の食事、運動、睡眠</li> <li>○[実験]朝食あり・なし 集中力の比較(朝食チームVSはらぺこチーム 札揚げテスト)</li> <li>○[実験]朝食あり・なし 体温の比較(朝食チームVSはらぺこチーム サーモグラフィ・脳内温度)</li> <li>○[実験]朝食抜き1週間(体温、酸素消費量の変化)</li> <li>○[実験]朝の食欲と胃の状態(早寝早起きの人VS夜更かしの人 胃のレントゲン撮影)</li> <li>○[体内探検]胃の「空腹期強収縮」(内視鏡・CG)</li> <li>○[実験]ランニング・ハンドベースボール・TVゲーム別 眠気度チェック</li> <li>○[実験]眠りの深さ調べ(早寝早起きの人VS夜更かしの人)</li> <li>○[実験]生活リズムの達人(お寺の修行僧の1日)</li> <li>○[実験]元気が出る朝食(三大栄養素別 体温の上がり方)</li> <li>○宇宙ステーションでの「1日の活動スケジュール」</li> </ul>	23分	NHKエンタープライズ 医学監修:鈴木正成	2006年
E-1	新 朝食と生活リズム おもしろ大実験		<p>「朝ごはんを食べないと、どうして集中力がでないの?」「夜ぐっすり眠るための秘密とは?」数々の興味深い実験映像やCGを通して、食事・運動・睡眠の(生活リズム)をめぐる秘密に迫ってみよう!</p> <p>《主な内容》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○宇宙飛行士の食事、運動、睡眠</li> <li>○[実験]朝食あり・なし 集中力の比較(朝食チームVSはらぺこチーム 札揚げテスト)</li> <li>○[実験]朝食あり・なし 体温の比較(朝食チームVSはらぺこチーム 身体の表面と脳の中の温度)</li> <li>○[実験]朝食抜き1週間(体温、酸素消費量の変化)</li> <li>○[実験]朝の食欲と胃の状態(早寝早起きの人VS夜更かしの人 胃のレントゲン撮影)</li> <li>○[体内探検]胃の「空腹期強収縮」(内視鏡・CG)</li> <li>○[実験]ランニング・ハンドベースボール・TVゲーム別 眠気度チェック</li> <li>○[実験]眠りの深さくらべ(早寝早起きの人VS夜更かしの人)</li> <li>○[実験]眠りのホルモン メラトニンの秘密(部屋の明るさの違い)</li> <li>○[解説]光と体のリズム めざめホルモン、ねむりホルモン</li> <li>○[実験]生活リズムの達人(お寺の修行僧の1日)</li> <li>○[実験]元気が出る朝食(三大栄養素別 体温の上がり方)</li> <li>○宇宙ステーションでの「1日の活動スケジュール」</li> </ul>	30分	NHKエンタープライズ 医学監修:鈴木正成	2012年
E-2	学校給食充実のために 冷凍食品にできること		<p>冷凍食品の活用は多様な献立作りが可能になり、調理者の負担を軽減させることができます。また、冷凍食品は凍結することで微生物の増殖を防いでいるため、衛生的で安全な調理現場を保つことができます。この作品は、冷凍食品の特性や役割を理解するための基礎的内容をわかりやすく解説しながら、学校給食をさらに豊かなものにしていくために、冷凍食品が貢献できることを紹介します。</p> <p>チャプター内容: 1オープニング 2冷凍食品のできるまで 3冷凍食品の品質管理 4学校給食での活用事例 5冷凍食品のメリット 6エンディング</p>		一般社団法人日本冷凍食品協会 監修:金田雅代	不明

## F 安全・安心な食卓づくり

No	タイトル	対象	内容	所要時間	制作者	制作年
F-1	安全・安心な食卓づくり —地産地消の共生へ—		①大丈夫?あなたの食卓	27分	農山漁村 文化協会	2006年
			②ここで見分ける食品表示	20分		
			③安全安心な食卓づくり	20分		
			④食と農の距離を縮めるために	25分		
			⑤安心な食を引き継ぐ「食育」とは	25分		
F-2	学校の管理下における食物アレルギー への対応 —教職員の共通理解を深めるために—		近年、学校教育の現場ではアレルギー疾患への対応が求められています。特に食物アレルギーは、給食ばかりでなく、総合的な学習の時間や家庭科などでも原因食品にふれる機会があるので、しっかりとした管理をする必要があります。食物アレルギーの症状はさまざまです。なかでもアナフィラキシーは、症状が急速に全身に現れ、ショック状態になることがあり、適切な処置を行わないと死に至る危険があります。このDVDは、学校において食物アレルギーの事故を起こさないためにはどうしたらいいのか、また、万一、児童生徒が食物アレルギーやアナフィラキシーを起こしてしまった場合にはどうすればよいのかという対応について、分かりやすく説明しています。	45分	独立行政 法人日本 スポーツ 振興セン ター	2011年

## G 食生活を考えよう CD-ROMビデオクリップ

No	タイトル	対象	内容	所要時間	制作者	制作年
※食生活について3つのビデオ作品。全26テーマを収録。必要な項目だけをピンポイント選択して使用できます。						
G-1	大丈夫?あなたの食卓 輸入食品を追跡する		内容: 遺伝子組み換え食品/BSE(牛海綿状脳症)/輸入野菜残留農薬データ/バナナ栽培/エビ養殖/有機野菜の栽培	各タイトル 平均1分 半	農山漁村 文化協会	不明
G-2	味覚のしつけは乳幼児期から		内容: 離乳食のステップ/歯周病/味覚実験/味覚のしつけの実践/離乳食例			
G-3	健康長寿は日本型食生活から		内容: 野菜/大豆/魚/海藻			

## J 食に関する書籍

No	タイトル	対象	内容	所要時間	制作者	制作年
J-1	 たべもの・食育図鑑		知識や情報を並べただけの“栄養学早わかり”ではなく、一つには食育を教える人が理論をきちんと理解でき、それを子どもたちにわかりやすく、もちろんおもしろく伝えられる本であること。二つ目に食育の基本理念に沿っていること、三つ目にビジュアル的で楽しい本であること—この三つを編集の基本方針としました。(あとがきより) 内容: 日ごろよく使われる食材約72種について、食育で扱いたいテーマと小話を掲載し、さらにそれぞれの食材を使った学校給食の人気料理約54点の写真と一人分のレシピを掲載しました。		群羊社	2009年
J-2	 食育早わかり図鑑 CD-ROM付		年間を通して給食献立に必ず登場してくる季節の野菜や牛乳、穀物などについて、興味深くわかりやすく編集され、児童生徒にとってはもちろん、指導者自身のモチベーションをも高める媒体として給食時間などの短時間の指導にもご活用いただけます。 内容: 各月ごとの食材や給食指導の観点をテーマとし、 ○テーマの食材にまつわる小話 ○指導のねらい ○各教科などとの関連 ○「指導の内容」に関連した資料 ○テーマの食材を組み込んだ「給食献立」 ○「おうちへのメッセージ」の資料		群羊社	2015年

## K 食に関する紙芝居 CD-R

No	タイトル	対象	内容	枚数	制作者	制作年
K-1	たべものの旅	小学3～5年	食べたものは、体の中のどこへいってしまうのでしょうか。今日は口から入ったたべもののあとを追いかけてみることにしましょう。	12	公益財団法人 学校給食研究改善協会	不明
K-2	ばいきん魔王のぼうけん	小学1～2年	ばいきん魔王があっちこっちにとびまわって、居心地の良い所を探す旅に出ます。しかし、たくさんの試練が待ち受けていました。どんな試練が待ち受けていたのでしょうか？	12		
K-3	牛乳は一生のともだち	小学3～4年	給食に毎日牛乳がついているのは、みなさんの成長と健康を支えるためなのです。なぜ牛乳は体に役立つのでしょうか？その理由をご紹介します。	12		
K-4	バランスのよい食べ方	小学5年～	何でも食べたいものが手に入るわたしたち。毎日の食事の中で、バランスのよい食べ方を身につけていきましょう。	12		
K-5	豆坊や大活躍	小学3～4年	豆坊やは早く大きくなって、いろんな姿に変身したいと思っています。世界中の人々が豆坊やに注目しています。	12		
K-6	学校給食のマナー	小学1～2年	給食の時間になりました。皆さんできちんとした食事のマナーを身につけ、楽しい給食時間にしましょう。	12		
K-7	真夜中の大会議	小学3～4年	紳士淑女諸君、今夜、世界中の食べ物の代表の方々が集まって会議が開かれます。さて、その会議の内容とは・・・？	12		