



関係機関と連携した食育 ～岡山市立操南中学校～

近年、偏った栄養摂取や朝食を欠食するなどの食生活の乱れが問題となっており、その結果として、肥満や生活習慣病の増加などが顕在化してきています。

このような中、岡山市立操南中学校では、大学や生産者、企業等と連携した食育による食生活の改善、健康増進、地産地消の推進による学力向上へつなげる取り組みを行っています。

大学・企業等・地域と連携しての食育指導・健康教育

操南中学校では、平成21年度から毎年、9月には、「健康づくりウィーク」として、大学や民間企業・岡山県酪農乳業協会と連携した身体測定を実施しており、体組成測定は計量器メーカー、動脈硬化度・貧血検査は大学、骨密度測定は岡山県酪農乳業協会と連携して行っています。

また、測定日には、PTAの方や地域協働学校運営委員、地域の愛育委員、栄養委員、健康おかやま21推進委員等も参加し、測定補助や自作のポスターを用いたアドバイス等で協力していただいています。



ヘモグロビン測定



骨密度測定

このウィークの期間には、栄養教諭が給食の特別献立を考え、献立名を生徒がイメージしやすい「体の成長おたすけ献立」、「身長ぐんぐん骨太献立」などのネーミングにすることで、測定項目と食が繋がる取り組みも実施しています。

健康づくりウィーク特別献立

自分の体は自分で作ろう！
「食べる力」を育てよう！

<p>成長期に大切な栄養素</p> <p>体の成長促進をサポート！</p> <p>2日目(水)</p> <p>カルシウム たんぱく質 鉄</p>	<p>美肌効果も期待！</p> <p>メリハリボディに近づこう！</p> <p>3日目(木)</p> <p>ビタミンC たんぱく質</p>	<p>腸が弱い人は注意！</p> <p>腸の働きを助けてあげよう！</p> <p>4日目(金)</p> <p>食物繊維 たんぱく質</p>	<p>少しも成長を伸ばしたい人必見！</p> <p>身長ぐんぐん骨太献立！</p> <p>5日目(土)</p> <p>たんぱく質 カルシウム ビタミンD</p>
--	---	---	--

「これでバッチリ」その名も「鉄骨ふりかけ」

成長期に必要な栄養素
・カルシウム
・たんぱく質
・鉄
これらをしっかり摂取することで、こまごま・ひきき・おののこに入りの鉄骨ふりかけが活躍します！これを食卓に加えてあげれば、鉄骨の成長が期待できます！

メリハリボディには筋肉が必要！

まずは、体の中にエネルギーを蓄積してあげる必要があります。そのためには、お肉のお肉をしっかりと食べてください。豚肉のたんぱく質が鉄骨の成長をサポートします！

チーズはたんぱく質とカルシウムが豊富で、骨の成長促進に役立ちます。また、チーズのたんぱく質は、お肉のたんぱく質と合わせて食べると、鉄骨の成長が期待できます！

腸の働きを助けてあげよう！

腸の働きを助けてあげよう！腸の働きを助けてあげよう！腸の働きを助けてあげよう！

また、測定結果の返却に合わせて全体や個別に栄養指導・生活習慣等の指導を行います。生徒は自身の体や体調を数値で把握することで、日頃の食習慣や生活習慣を振り返ることができます。その問題点の改善等については、栄養教諭・養護教諭・担任・部活動の顧問等や家族と相談するなど、多くの反応があります。

なお、同校は本年度、文部科学省が食育を通じた学力向上、健康増進等、食育の多角的効果について科学的なデータに基づいて検証を行う「スーパー食育スクール」のモデル校に指定されています。

地産地消の推進

給食の食材は、主に岡山市学校給食会を通して購入していますが、岡山市農業委員会や地元の生産者団体とも連携し、地元の旬の食材を使用しています。生産者には、事前に時期ごとの野菜の必要量の年間計画を連絡し、計画に合わせて生産者が栽培しています。また、地元の食材が献立名で分かるように表示することで、岡山県の野菜等について印象に残るようにしています。

生活習慣病が問題となっている中、操南中学校ではこれらの食育の取り組みにより食べ残しの減少や、毎朝、朝食を食べる生徒が増加するなどの成果が認められています。



岡山の食材を使った地産地消献立

第2回「食と農林漁業の食育優良活動表彰」の表彰候補を募集しています！

農林水産省では、「食と農林漁業の食育優良活動表彰」に関して、表彰候補となる食育活動に取り組む農林漁業者、企業等を募集しています。

【募集の対象】

食文化の伝承や農林漁業体験機会の提供等を通じて、農林水産業への理解と食への感謝の念の醸成を促すとともに、食生活の健全化に資する食育活動で優れた実績を上げた者を表彰します。

【部門及び募集対象者】

- (1) 一般部門
農林漁業者（法人含む）、集落営農等農業者グループ
農林漁業関係団体（JA等）、学校、NPO法人
その他
- (2) 企業部門
企業・事業者

【応募受付】

平成26年5月30日（金）～7月31日（木） 消印有効

【表彰式】

平成26年11月上旬 会場：(株)三菱総合研究所 4階会議室（東京都千代田区永田町）

【応募方法】

以下のホームページにアクセスしていただき、専用の応募用紙をダウンロードし、必要事項を記入の上、下記あて先までメール送付、応募用紙またはCD-Rを郵送してください。

農林水産省 <http://www.maff.go.jp/j/syokuiku/>
(株)三菱総合研究所 <http://www.mri.co.jp/shokuiku-boshu/>

【応募用紙送付先】

メール shokuiku-boshu@mri.co.jp（50Mbまで）

郵送 〒100-8141 東京都千代田区永田町2-10-3

(株)三菱総合研究所「第2回 食と農林漁業の食育優良活動表彰事務局」宛

* 審査結果は、平成26年10月中旬に「第2回食と農林漁業の食育優良活動表彰事務局」を通じて、連絡があります。

【問い合わせ先】

(株)三菱総合研究所「第2回 食と農林漁業の食育優良活動表彰事務局」にお願いします。

03-6705-6134 10:00～17:00（平日の12:00～13:00及び土・日・祝日除く）

平成25年度の農業、林業、水産業に関する白書が公表になりました。

- ・「平成25年度食料・農業・農村白書」（5月27日公表）
- ・「平成25年度森林・林業白書」（5月30日公表）
- ・「平成25年度水産白書」（5月23日公表）

詳しい内容は農林水産省ホームページでご覧になれます。

消費者 の部屋

【テーマ】「食の大切さを農業とともに考えよう！」

【期間】平成26年6月16日（月曜日）～平成26年7月4日（金曜日）
（土・日曜日を除く。最終日は13時まで）

【場所】岡山第2合同庁舎1階ロビー「消費者の部屋」

【お問合せ先】中国四国農政局消費・安全部消費生活課（内線2314）