

③ 食育の日の取組

提出都道府県名	兵庫県				
政令指定都市名					
取組市町村名	宍粟市立一宮北小学校				
取組団体・企業名					
取組の名称	食育ワークの実施				
実施時期	食育の日の取り組み				
取組内容に該当する食育ピクトグラム (複数選択可)	<div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: flex-start;"> <div style="text-align: center;"> <input type="checkbox"/> 1 みんなで楽しく食べよう  </div> <div style="text-align: center;"> <input type="checkbox"/> 2 穀ごはんを食べよう  </div> <div style="text-align: center;"> <input type="checkbox"/> 3 バランスよく食べよう  </div> <div style="text-align: center;"> <input type="checkbox"/> 4 太りすぎないやせすぎない  </div> <div style="text-align: center;"> <input type="checkbox"/> 5 よくかんで食べよう  </div> <div style="text-align: center;"> <input type="checkbox"/> 6 手を洗おう  </div> <div style="text-align: center;"> <input type="checkbox"/> 7 災害にそなえよう  </div> <div style="text-align: center;"> <input type="checkbox"/> 8 食べ残しをなくそう  </div> <div style="text-align: center;"> <input type="checkbox"/> 9 産地を店舗しよう  </div> <div style="text-align: center;"> <input type="checkbox"/> 10 食・農の体験をしよう  </div> <div style="text-align: center;"> <input type="checkbox"/> 11 和食文化を伝えよう  </div> <div style="text-align: center;"> <input checked="" type="checkbox"/> 12 食育を推進しよう  </div> </div>				
取組内容	<p>【食育ワーク】</p> <p>毎月1回、食育の日に給食センターから配布される献立表を活用し、「食育ワーク」に取り組んでいます。低学年・高学年それぞれの発達段階に応じた内容で、献立表から出題されるクイズに答える形式となっています。児童は、自分たちが食べている給食の献立について興味をもち、栄養や食材、料理の特徴などについて理解を深めることができます。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; margin-top: 10px;"> <p style="text-align: center;">しょくいく 食育ワーク</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%; padding: 10px;"> <p style="text-align: center;">5月22日(木)</p> <p style="text-align: center;">ごはん すいた ちゅうかあえ すいか ざゅうにゅう</p>  <p>すいかは水分だけではなく、体に吸収されやすいブドウ糖やビタミン・ミネラルなど豊富に含まれているので、疲労回復やむくみの解消、睡眠の質を高める効果などがあります。暑い夏には、冷やして美味しいイメージですが、キンキンに冷やし過ぎると甘みが弱まる原因になります。果実、美味しいが半端にしてしまいます。しかも、リコピンやβカロテンといった栄養も減ってしまいます。すいかの量も美味しい感じの量は8~10個くらいです。これらの季節やスポーツの後などに食べると効率的に栄養を補給することができます。ちなみに、すいかの種はしま模様に沿って均等に並んでいます。</p> </td> <td style="width: 50%; padding: 10px;"> <p style="text-align: center;">月 日 名前()</p> <p>①すいかにふくまれているもののうち、水分・ブドウ糖と、あと2つをカタカナで書きましょう。</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%; text-align: center;">と</td> <td style="width: 50%; text-align: center;">と</td> </tr> </table> <p>②すいかの最もおいしく感じる温度は何度から何度くらいですか。()に入る数字を書きましょう。</p> <p style="text-align: center;">()°Cから()°Cくらい</p> <p>③すいかの種はどのようにならんでいますか。□にあてはまる言葉を書きましょう。</p> <p style="text-align: center;">□に沿って均等にならんでいる。</p> </td> </tr> </table> </div>	<p style="text-align: center;">5月22日(木)</p> <p style="text-align: center;">ごはん すいた ちゅうかあえ すいか ざゅうにゅう</p>  <p>すいかは水分だけではなく、体に吸収されやすいブドウ糖やビタミン・ミネラルなど豊富に含まれているので、疲労回復やむくみの解消、睡眠の質を高める効果などがあります。暑い夏には、冷やして美味しいイメージですが、キンキンに冷やし過ぎると甘みが弱まる原因になります。果実、美味しいが半端にしてしまいます。しかも、リコピンやβカロテンといった栄養も減ってしまいます。すいかの量も美味しい感じの量は8~10個くらいです。これらの季節やスポーツの後などに食べると効率的に栄養を補給することができます。ちなみに、すいかの種はしま模様に沿って均等に並んでいます。</p>	<p style="text-align: center;">月 日 名前()</p> <p>①すいかにふくまれているもののうち、水分・ブドウ糖と、あと2つをカタカナで書きましょう。</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%; text-align: center;">と</td> <td style="width: 50%; text-align: center;">と</td> </tr> </table> <p>②すいかの最もおいしく感じる温度は何度から何度くらいですか。()に入る数字を書きましょう。</p> <p style="text-align: center;">()°Cから()°Cくらい</p> <p>③すいかの種はどのようにならんでいますか。□にあてはまる言葉を書きましょう。</p> <p style="text-align: center;">□に沿って均等にならんでいる。</p>	と	と
<p style="text-align: center;">5月22日(木)</p> <p style="text-align: center;">ごはん すいた ちゅうかあえ すいか ざゅうにゅう</p>  <p>すいかは水分だけではなく、体に吸収されやすいブドウ糖やビタミン・ミネラルなど豊富に含まれているので、疲労回復やむくみの解消、睡眠の質を高める効果などがあります。暑い夏には、冷やして美味しいイメージですが、キンキンに冷やし過ぎると甘みが弱まる原因になります。果実、美味しいが半端にしてしまいます。しかも、リコピンやβカロテンといった栄養も減ってしまいます。すいかの量も美味しい感じの量は8~10個くらいです。これらの季節やスポーツの後などに食べると効率的に栄養を補給することができます。ちなみに、すいかの種はしま模様に沿って均等に並んでいます。</p>	<p style="text-align: center;">月 日 名前()</p> <p>①すいかにふくまれているもののうち、水分・ブドウ糖と、あと2つをカタカナで書きましょう。</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%; text-align: center;">と</td> <td style="width: 50%; text-align: center;">と</td> </tr> </table> <p>②すいかの最もおいしく感じる温度は何度から何度くらいですか。()に入る数字を書きましょう。</p> <p style="text-align: center;">()°Cから()°Cくらい</p> <p>③すいかの種はどのようにならんでいますか。□にあてはまる言葉を書きましょう。</p> <p style="text-align: center;">□に沿って均等にならんでいる。</p>	と	と		
と	と				