

【様式 3】

③食育の日の取組

|                        |  |
|------------------------|--|
| 提出都道府県名                | 和歌山県   |
| 政令指定都市名                | 和歌山市   |
| 取組市町村名                 | 和歌山市立和歌浦小学校  |
| 取組団体・企業名               |  |
| 取組の名称                  | 朝ごはんスイッチオン！<br>元気な一日は朝ごはんから  |
| 実施時期                   | 令和7年5月19日（月） 1時間目  |
| 取組に該当する食育ピクトグラム（複数選択可） | <input type="checkbox"/> 1 みんなで楽しく食べよう <input checked="" type="checkbox"/> 2 朝ごはんを食べよう <input checked="" type="checkbox"/> 3 バランスよく食べよう <input type="checkbox"/> 4 太りすぎないやせすぎない <input type="checkbox"/> 5 よくかんで食べよう<br><input type="checkbox"/> 6 手を洗おう <input type="checkbox"/> 7 災害にそなえよう <input type="checkbox"/> 8 食べ残しをなくそう <input type="checkbox"/> 9 産物を応援しよう <input type="checkbox"/> 10 食・農の体験をしよう<br><input type="checkbox"/> 11 和食文化を伝えよう <input type="checkbox"/> 12 食育を推進しよう |
| 取組内容                   | <p>① 朝食の問題点を考える。</p> <p>② 朝食を食べる理由、何を食べるとよいのかを理解する。</p> <p>理由→カラダのスイッチを入れるため</p> <p>何を食べる→3つの色の食品が入っているごはん</p> <p>③ 理想の朝食メニューを考える。（グループワーク）</p> <p>④ ふりかえりを書く。（明日からの自分の朝ごはんを考えて書く）</p> <p>⑤ おうちの人と朝ごはんのメニューを考えて書く。</p>   |

