

【様式 3】

③食育の日の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	静岡県
取組市町村名 取組団体・企業名	袋井市健康長寿課、袋井市おいしい給食課
取組の名称	小児生活習慣病予防講座
実施時期	9月19日
取組に該当する 食育ピクトグラム (複数選択可)	<input checked="" type="checkbox"/> 1 みんなで楽しく食べよう <input 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 <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 <input type="checkbox"/> 11 和食文化を伝えよう <input checked="" type="checkbox"/> 12 食育を推進しよう
取組内容	<p>【概要】</p> <p>小児生活習慣病予防講座は、自分の生活習慣を振り返ることで、小児期からの食生活や運動習慣の改善を促し、生活習慣病予防の意識づけを図るために市内の小学校5年生と中学校2年生に実施しています。</p> <p>【内容】</p> <p>生活習慣病は小さい頃からの生活習慣が積み重なって起こる病気であり、今からの生活（食事・運動・休養）が重要であることを理解してもらいます。</p> <p>《小学校》</p> <p>自分の朝食の摂り方について振り返り、自分の健康のために、食事の摂り方を考え、自らの健康を管理していく力を身につける。</p> <p>《中学校》</p> <p>自分の間食の摂り方について振り返り、自分の健康のために、食事や間食の摂り方を考え、自らの健康を管理していく力を身につける。</p> <p>【結果】</p> <p>授業後のアンケートの感想からは、「おやつは何キロカロリーか見ながら食べようと思った。」「3色の食べ物で、緑があまり取れてなかったので、緑を取れるようにしたい。」等の声が聞かれました。</p>