【様式１】

① 食育月間の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	島根県
取組市町村名 取組団体・企業名	飯南町保健福祉課、谷公民館、食生活改善推進協議会
取組の名称	通学合宿（かじかクラブ）における調理実習
実施時期	6 月 30 日（金）
取組内容に該当する食育ピクトグラム	
取組内容	小学校に通う児童を対象とした通学合宿が行われ、その中で食生活改善推進員を中心に調理実習を実施し、食育の推進を行いました。当日は小学生 11 名、通学合宿のスタッフ 8 名の参加がありました。主食、主菜、副菜、乳製品、果物を揃えた献立で、小学生でも作ることができる内容にし、お家でもまた作れるようにレシピも配布しました。調理実習では、だしの取り方、野菜の切り方、適切な野菜摂取量、適切な味の濃さなどを伝えました。朝食に味噌汁を食べる頻度を聞いたところ約半数が食べないと答え、味噌汁での野菜摂取の手軽さについても普及できました。味の濃さについては塩分計を用いて数値を確認し、実際に食べて舌で感じるという体験を行いました。 今年度は町内で行われていた各地区での通学合宿が再開されると予想されることから、今回の調理実習をもとに積極的に食育の機会を設けていきたいと思います。また、町全体において、若い世代では朝食の食事バランスが十分でない様子が見られることから、手軽に作れるバランスの良い朝食についても普及していきたいと思います。