

【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	岩手県
取組市町村名 取組団体・企業名	北上市（北上市南部学校給食センター）
取組の名称	栄養教職員による食に関する指導
実施時期	6月27日
取組内容に該当する食育ピクトグラム	
取組内容	<p>【目的】</p> <p>1日を元気に過ごすために朝食が大切であることと、どんな朝食を食べたらよいか理解できるようにすることを目的に実施しました。</p> <p>【対象】</p> <p>北上市立東桜小学校 4年生（27名）</p> <p>【内容】</p> <p>題材名：「朝食をしっかりと食べよう」</p> <p>栄養教職員が、朝食をバランスよくしっかりと食べることで、「体温が上がる」「便がでる（でやすくなる）」「脳が働く」3つのはたらきを紹介し、夕飯から朝食までの時間が長いことと、朝は脳に届けられる栄養がないことを学習させ、朝食の大切さを指導しました。また、どんな朝食を食べると栄養のバランスを整えることができるか指導しました。</p> <p>【成果】</p> <p>指導後の児童からの感想では、「早起きして、朝食を食べて学校へ行きたいです。」「早起きして、栄養バランスが足りないものがあつたら、自分で作って食べたいです。」「栄養バランスよくしっかりと朝食を食べることによっていいことがたくさんあるし、休みの日でも朝食をしっかりと食べたいと思いました。」などが出され、栄養バランスよくしっかりと朝食を食べようとする意識が高まりました。</p> <div data-bbox="1177 1395 1536 1865" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>朝ごはんの楽しみを知らそう。</p> <p>朝食にはどんなはたらきがあるのかな？</p> <p>体温が へん が のう が 上がる である はたらく</p> <p>どんな朝食を食べたいかな？</p> <p>ごはん・パン・・・ エネルギー のちになる おかず・・・ 体を温める ちになる しる物・・・ おうすでゆゆ 体を温める イモ 体を温める 水やジュース</p> <p>今日の学習で分かったことを書きましょう。また、朝食を食べて健康するために、これからの生活で気をつけたいことを書きましょう。</p> <p>わたしは毎朝 朝食を食べているけど、朝食を食べないとこんなに体温が下がると知り、おどろきまけ、これから毎朝朝食を食べるようになりたいです。朝食を食べると体が暖かくなり、気持ちよく生活しています。早く早起きして、健康的に生活したいです。</p> </div>