【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	兵庫県
取組市町村名 取組団体・企業名	南あわじ市 南あわじ市立沼島中学校
取組の名称	栄養教諭による食育指導
実施時期	令和５年６月１９日（月）
取組内容に該当する食育ピクトグラム	
取組内容	目的：朝食の大切さ、バランスよく食事しよう！ 対象：中学１年生　８名 ６月２日（金）～５日（月）までの休日を挟んだ４日間、「生活ふり返りカード」（元気度、睡眠、朝ごはん、昼食、排便、歯みがき、テレビ・ゲーム・インターネット・携帯電話、家庭学習、運動、おやつ）のチェックを実施しました。 その結果から朝食の内容が、「パンのみ」や「パンと牛乳」、「ご飯とお茶」などと答えた生徒が多かったため、バランスよく食べる大切さ、また、バランスが崩れたときの体調の変化などを栄養教諭の先生から丁寧に教えていただき、生徒たちは朝食の大切さを理解することができました。 食育指導の後、家庭科でバランスのよい朝食の献立を一人ひとり考えました。毎日、朝食を自分でつくって食べることが理想ですが、中学生なのでなかなか長続きしません。今自分でつくっている朝食に、ゆで卵、サラダなどを一品増やす。または、パンに野菜をはさんでサンドイッチにするなど少し工夫することで野菜を食べることができることに気がつくことができました。 ２学期に２回目の「生活ふり返りアンケート」の実施を予定しているので、今回学習したことが生徒の生活にいかすことができているかチェックする予定です。