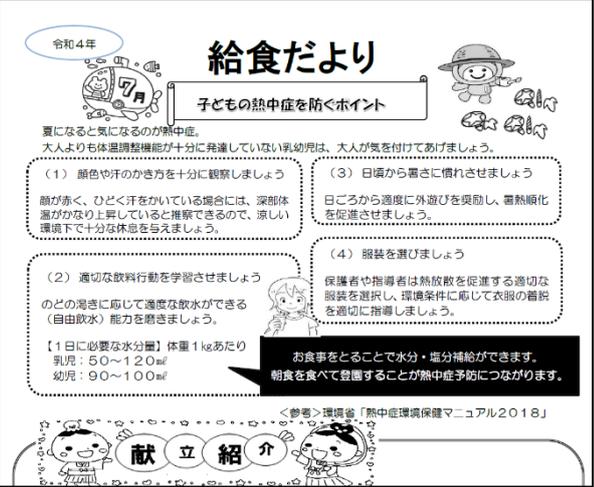


②食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	埼玉県
取組市町村名 取組団体・企業名	上尾市
取組の名称	保育所給食献立表と給食だよりの保護者へのアプリ配信
実施時期	通年
取組内容に該当する食育ピクトグラム	 
取組内容	<p>○令和5年上尾市では、登降園管理などを行う保育園保護者アプリを導入した。アプリ導入に伴い、保育所給食実施献立表及び給食だよりを各保育所からアプリ経由で保護者に配信している。</p> <p>今までは紙媒体だったが、アプリ配信により、保護者が手元にある端末で確認が取れるようになった。紙の削減につながっただけでなく、紙媒体ではモノクロでの印刷であったが、カラーで配信できるようになり、視覚にも見やすい状態で配信することが可能になった。</p> <p>&lt;令和5年度&gt;</p> <div data-bbox="316 1301 916 1794">  <p><b>7月 給食だよりの野菜を美味しく食べよう</b></p> <p>子どもたちは、生活の中での体験を通じて、嗜好を獲得していきます。大人が食べている姿を見て、安心して挑戦できます。</p> <p>野菜を食べることが健康にとって大切なことは、広く知られていますが、特有の味、風味、歯ざわり、触感を持つ野菜は、子どもには受け入れづらい食べ物の一つです。 2～6歳児の保護者の調査では、野菜を毎日2回以上食べる割合が50%程度、1日に1回も食べないことがある割合は20%を超えています。(平成27年度乳幼児栄養調査の結果概要 厚生労働省) 今回は、家庭で野菜を美味しく食べてもらうヒントをお伝えします。</p> <p><b>★子どもが野菜を嫌う理由</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><b>固い野菜が嫌</b> れんこんやごぼうといった軟らかくない野菜は、噛むのが難しい子どもには食べにくい野菜です。</li> <li><b>刺激がある味が嫌</b> 辛い、辛みは舌が麻痺して認識しているため、本能的に避けようとする。</li> <li><b>べらべらで上手に噛めない野菜が嫌</b> レタスのような薄い野菜は、子どもが上手にすりつぶすことができません。</li> </ul> <p><b>★調理の工夫で美味しく食べよう</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・苦みのあるピーマンなどの野菜は、苦みが減り、食べやすい食感になります。</li> <li>・ごぼうやれんこんの根菜は5mm程度の厚さに切って、ゆっくり煮るとホクホク感が出て、食べやすくなります。</li> </ul> <p>下処理編 ゆでる</p> </div> <p>&lt;令和4年度&gt;</p> <div data-bbox="938 1301 1538 1794">  <p><b>令和4年 給食だよりの子どもの熱中症を防ぐポイント</b></p> <p>夏になると気になるのが熱中症。大人よりも体温調整機能が十分に発達していない乳幼児は、大人が気を付けてあげましょう。</p> <p>(1) 顔色や汗のかき方を十分に観察しましょう 熱が赤く、ひどく汗をかいている場合には、深部体温が十分に上昇していると推察できるので、涼しい環境下で十分な休息を与えましょう。</p> <p>(2) 適切な飲料行動を学習させましょう のどの渇きにに応じて適度な飲水ができる(自由飲水)能力を磨きましょう。</p> <p>(3) 日頃から暑さに慣れさせましょう 日ごろから適度に外遊びを奨励し、暑熱順化を促進させましょう。</p> <p>(4) 服装を選びましょう 保護者や指導者は熱放散を促進する適切な服装を選択し、環境条件に応じて衣服の着脱を適切に指導しましょう。</p> <p>【1日に必要な水分量】体重1kgあたり 乳児：50～120ml 幼児：90～100ml</p> <p>お食事をとることで水分・塩分補給ができます。朝食を食べて登園することが熱中症予防につながります。</p> <p>&lt;参考&gt; 環境省「熱中症環境保健マニュアル2018」</p> <p>献立紹介</p> </div>