

【様式 2】

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	宮崎県
取組市町村名 取組団体・企業名	五ヶ瀬町
取組の名称	①「L e t ‘ s S o y 培！」 ②すこやか週間
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	○対象者 町内全学校 ○内容 ①「L e t ‘ s S o y 培！」 「早寝・早起き・朝大豆」推進事業の一つとして、令和元年度から大豆栽培に取り組んでいる。大豆を栽培・収穫し学校給食で食べるまでの体験活動を通して、「食」を大切にする心を育てることを目的としている。 ②「すこやか週間」 各家庭で「すこやか週間」に取り組める3日間を毎月定め、「朝食（朝大豆）・睡眠時間・ノーメディア」のチェックを行っている。本町では「朝食」で大豆製品を積極的に摂取するよう呼び掛けており、その理由（理由：必須アミノ酸であるイソフラボンを摂取し、メラトニンとセロトニンの分泌を高めるため）についても学習する機会を設けている。