【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	岩手県
取組市町村名 取組団体・企業名	二戸市
取組の名称	二戸市立金田一小学校親子料理教室
実施時期	令和５年９月 30 日（土）
取組内容に該当する食育ピクトグラム	
取組内容	【目的】 調理実習を通じて、親子で１日のエネルギーになる朝食の大切さについて学びます。また、味噌汁の塩分チェックを行い適塩について学び、将来の生活習慣病予防につなげます。 【対象者】 金田一小学校児童 14 名　保護者７名 【内容】 朝食の大切さについての講話を行った後、忙しい朝でも簡単に作ることができ、バランスの良い朝食メニューを親子で調理しました。 また、作った味噌汁は塩分の濃さがわかる塩分チェック試験紙を用い検査し、適切な汁物の濃さについて学びました。最後に塩分チェック試験紙を参加者へ配布し、家で作る汁物の濃さを検査してもらいました。 メニュー：さけと青のりおにぎり、てんかか昆布おにぎり、バンバンジー風サラダ、具沢山お味噌汁