

## 食育月間以外の取組実績 (食育月間を除く 4月～12月の実績)

提出都道府県名 政令指定都市名	徳島県
取組市町村名	徳島市
取組の名称	食育講座の実施
取組内容	<p>●小学生とその保護者対象の食育講座(講義と調理実習) 「からだが好きおうちごはん塾」 【テーマ】家族で楽しくクッキング！～野菜のはたらきを知ろう～ 【対象】7月29日・31日：小学1～3年生とその保護者 7月28日・30日：小学4～6年生とその保護者 【内容】野菜について楽しく学び、不足しがちな野菜をたっぷり使った料理を親子で一緒に作りました。 【参加人数】80人</p> <p>●若い世代向けの食育講座(講義と調理実習)「美のキホン☆」(7月3日) 【テーマ】目指せ！腸内美人！！ 【対象】20～50歳代の女性 【内容】腸内環境を整えることで体の中からきれいになることを目指し、食物繊維たっぷりの料理を作りました。 【参加人数】19人</p> <p>●「からだが好き！健康ダイエットのキホン」(8月25日講義、9月1日調理実習、9月8日運動) 【テーマ】今日から始める健康バランス食 【対象】20～50歳代の市民 【内容】自分に合った食事と運動を知ることで、将来の生活習慣病を予防すること目的に、バランス食の調理実習をしました。 【参加人数】20人</p> <p>●高齢者向けの食育講座(講義と調理実習)「のぼそう!!健康寿命教室」(11月10日) 【テーマ】食で健康に！お手軽健康食を作ってみよう 【対象】65歳以上の市民 【内容】健康で自立した生活を送るための食事を学び、健康寿命を延ばすことを目的に、調理実習を実施しました。 【参加人数】22人</p> <p>●野菜摂取量アップのための食育講座(講義と調理実習) 「野菜de生活習慣病予防」(8月17日、10月19日) 【対象】20歳以上の市民 【内容】全国と比較して少ない野菜摂取量を増やし、生活習慣病を予防するため野菜について楽しく学び、家庭でできる野菜料理を作って試食しました。 【参加人数】37人</p> <p>●各種出前講座における集団栄養教育 「1日3食の大切さ～いつもの食事に+100gの野菜」 【対象】在宅育児家庭相談室への来所者で健診を受ける機会のない市民 【内容】野菜について楽しく学び、不足しがちな野菜をたっぷり使った料理を親子で一緒に作りました。 【参加人数】45人</p> <p>その他栄養・食生活に関する正しい知識の普及啓発の出前講座 計3回 64人に実施しました。</p>

## 食育月間以外の取組実績 (食育月間を除く 4月～12月の実績)

提出都道府県名 政令指定都市名	徳島県
取組市町村名	阿南市
取組の名称	保育所での食育の推進
取組内容	<p>1. 旬の野菜を味わう 園庭の畑で野菜の種まきや苗植え、水やり等を通して、生長する様子を観察しました。収穫した旬の野菜は、給食やお楽しみクッキングに取り入れることで、子どもたちの食への興味や関心を高め、健康な身体づくりへと意識できるようにしました。また、収穫した野菜の一部を展示したり、家庭に持ち帰って料理することで、保護者にも啓発できました。 お楽しみクッキングでは、季節や行事を考慮して、柏餅、よもぎ団子、カレー、夏野菜のピザ、いも満月、お月見団子、ふかしいも、スイートポテト、お餅つき、煮物、おでん、みそ汁、おにぎり等を作りました。</p> <p>2. 食品について知ろう 毎日の給食に使用する食品の写真や絵を使って、食品は含まれる栄養やその働きによって3群分け(赤・緑・黄色)できることを掲示し、子どもたちの興味や関心を高めました。</p> <p>3. 給食とおやつの展示 毎日の給食やおやつを展示することで、保護者にもその日の献立や栄養のバランスを分かりやすく情報提供しました。また、家庭でも食べてもらいたい献立は、レシピを展示の横に置いて自由に持って帰ってもらいました。</p> <p>4. 野菜の日の啓発 「8月31日は野菜の日」を啓発するため、野菜の摂取量を増加してもらう内容のポスターを掲示しました。そして、給食の献立の中から特に野菜をたくさん使用し、子どもたちが喜んで食べてくれる牛肉ピーマン丼、ドライカレー、ナムル、青椒肉絲のレシピを保護者に配布しました。</p> <p>5. 給食試食会の開催 保護者を対象にした給食やおやつの試食会を開催しました。子どもたちに人気があるものや、家庭でも取り入れてもらいたい献立を選び、レシピを配布し、材料や作り方を説明した後、試食してもらって味付けや分量を確認してもらい、子どもたちが給食を食べる様子を見てもらいました。 また、家庭での食生活等についても、保護者とお話することで、情報交換できました。</p> <p>6. 食に関する講演会や親子料理教室の開催 保護者を対象にした食に関する講演会を開催し、子どもたちの成長に必要な栄養素や食事のバランス、規則正しい生活リズムの大切さを聞くことで、家庭での食事や運動、睡眠の確保を実践してもらえるように啓発しました。 地域の食育事業の一環として、公民館で親子料理教室に参加してもらい、一緒に料理して食事をすることで、食育についての話をする中でコミュニケーションが図れました。</p>

# 食育月間以外の取組実績

## (食育月間を除く 4月～12月の実績)

提出都道府県名 政令指定都市名	徳島県
取組市町村名	
取組の名称	野菜たっぷり料理レシピコンクールの実施
取組内容	<p>平成26年度より県民の野菜摂取量アップ、地産地消・食育推進を目的とし、県下の小・中・高校生、大学生、一般県民を対象とした料理レシピコンクールを実施しています。夏休み前に学校や関係団体に周知することで、学校の夏休みの宿題として県下の多くの子どもたちから応募があり、今年度も総応募作品数2,390作品(小学生451作品、中学生、1,155作品、高校生717作品、大学生65作品、一般県民2作品)の応募がありました。</p> <p>最優秀賞等の決定については、以下のように審査を実施しています。</p> <p>【一次審査】 関係団体による書類審査により、8作品を選出</p> <p>【二次審査】 審査員による試食審査(応募作品のレシピに基づき調理師によって調理された料理を試食)とレシピ考案者によるPRスピーチ、質疑応答により最優秀賞(1名)、特別賞(2名)、優秀賞(5作品)を決定</p> <p>応募レシピの条件として、(1)県産農産物を使った夏野菜料理または冬野菜料理であること(2)料理1人分に野菜を120g以上使用していること(3)簡単に作ることができること(4)主菜、副菜、デザート等料理のジャンルは問わない(5)独自に創作した内容であることとすることで、レシピ考案者に食育への意識と実践力を高めてもらえるよう工夫しています。</p> <p>また、応募作品の中から最優秀賞(1名)、特別賞(2名)、優秀賞(5作品)を含む16作品をレシピ集としてまとめ、県下で実施されるイベント、フェア等で配布し、食育啓発活動も行っています。</p> <p>当該コンクールは、県(健康増進課、もうかるブランド推進課)、県教育委員会、JA全農とくしまが主催で実施しているほか、審査員として県栄養士会、(株)キョーエイ(量販店)、料理研究家 鈴木 仁美氏、(株)ワイヤーママ(親子向け雑誌編集社)にご協力いただいております、官学民が連携した食育推進の取組となっています。</p>
	 <p>最優秀賞</p>
	 <p>レシピ集</p>

## 食育の日の取組実績 (4月～12月の実績)

提出都道府県名 政令指定都市名	徳島県
取組市町村名	徳島市
取組の名称	食育タイム・給食だより・放送原稿による啓発
取組内容	<p>(食育タイム) 徳島市栄養教諭部会作成の「食育タイム」(食育の日の指導資料)を毎月、市内の幼・小・中・高等学校へ配布し、全てのクラスで短学活や給食時間に担任の先生による指導をお願いしています。「食育タイム」は、毎月テーマを変え、幼稚園・小学校低学年用、小学校高学年用、中学校・高等学校用に、それぞれの発達段階に合わせた内容にして配布しています。平成23年9月より実施し、現在約60種類となった内容を全て活用できるよう、全校でデータを共有しています。</p> <p>(給食だより) 「食育の日」に給食で活用した徳島県産食材や食育につながる内容を毎月の給食だよりに記載し、全小・中学校に周知しています。</p> <p>(放送原稿) 市内全小中学校の給食時間の放送で、毎月食育の日の啓発を行っています。 特に、食物アレルギー除去食の日や、誤飲しやすい食材が含まれている日には、注意を呼びかける内容となっています。</p>

## 食育の日の取組実績 (4月～12月の実績)

提出都道府県名 政令指定都市名	徳島県
取組市町村名	神山町
取組の名称	小児生活習慣病予防教室の開催
取組内容	<p>10月19日(水)、広野小学校6年生と保護者を対象に開催しました。 (参加者:広野小学校6年生11名、保護者3名、ヘルスマイト3名)</p> <p>事前に、話の内容や献立について、学校と打ち合わせを行いました。今年度の講義内容は「野菜はなぜ食べるの?」です。 グループごとに実際に用意した野菜を秤で測定してもらい、1日の目標量350gの量を確認してもらいましたが、野菜以外のじゃが芋やすだち、きのこを野菜だと思い、入れているグループもありました。 間違った知識のままでは、せっかく350gの野菜を摂ったつもりでいても実際には摂れていないということがわかったようです。また、これからさらに成長する中学生、高校生になると、野菜の量をもっと増やさないと健康な体(細胞)がつかれないことを話しました。</p> <p>講義の後、バランス食の調理実習を行い、地域ボランティアのヘルスマイトに各班へ入ってもらい、切り方など調理の仕方を教えてもらいました。献立にも野菜量を示しました。</p>

# 食育の日の取組実績

## (4月～12月の実績)

提出都道府県名 政令指定都市名	徳島県
取組市町村名	小松島市
取組の名称	フルーツ寒天づくり
取組内容	<p>【実施時期】平成28年8月19日(金)                  【実施対象】小松島市立横須保育所 1～5歳児                  【参加人数】子ども 68名 職員 20名                  【ねらい】食材に触れることにより、食への興味を引き出し、作ることや楽しく食べることを経験し、季節感を味わう。</p> <p>【実施内容】                  食育の日のおやつ献立に「フルーツ寒天」があり、棒寒天を利用し、おやつ作りを楽しみました。1歳児から5歳児の全員が棒寒天をちぎる作業から始めました。初めて見る子どもたちもいて、手で触れた感触や匂いに驚いた表情でした。小さくちぎった棒寒天は給食室に集められ、きれいに水洗いした後、煮溶かしました。その間に4～5歳児は、名前を書いたカップにみかん・パイン・キーウィなどのフルーツを入れる作業をしました。</p> <p>3時のおよつ時間は、ひんやりとしたフルーツ寒天が出来上がり、楽しく食べました。子どもたちの中には、ゼリーとは違う寒天の食感が苦手な子もいたのですが、自分で作ったものはひと味がいい、よく食べていました。</p> <p>各クラスには、調理員が作成した「寒天」の紙芝居を見せ、寒天のもとである「テングサ」は、海で採取していることや、それに関連して海や環境を汚してはいけないことや、寒天の栄養、また食べることによって得られる効果などについて学びました。</p> <p>食育活動のひとつとして、「食育メール」と題して、寒天のルーツや製法などを紹介し、子どもたちの様子等の写真を展示し、子どもたちの送迎時に見ることができるようになりました。</p> <p>フルーツ寒天作りを通じて、自然に感謝し、食にも関心を持ってもらう事ができたと思います。</p>
	<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="width: 45%;">  </div> <div style="width: 45%;">  </div> </div>
	食育紙芝居