

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	高知県
取組市町村名	宿毛市
取組の名称	小学校への出前授業の実施
取組内容	【目的】 県内の農畜産物を理解し、愛着を持つ子どもたちを育てる食育活動を通じて、家庭や学校給食における県産農畜産物の利用を促進するとともに、将来の県産農畜産物のファンづくりにつなげるにより、地産地消の更なる拡大を図っていく。 【開催場所】 平田小学校 【対象者】 平田小学校5、6年生(29名) 【日時】 平成28年5月12日(木) 10:35～12:15 【内容】 ●講義(45分) 宿毛市の若い農業者の団体である宿毛4Hクラブ(農業青年クラブ)の協力のもと、イチゴ栽培について講義を行いました。 パワーポイントの画像や実物を用いて、生徒が理解しやすいようにしました。 ※4Hクラブとは 将来の日本の農業を支える20～30代前半の若い農業者が中心となって組織され、農業経営をしていくうえでの身近な課題の解決方法を検討したり、より良い技術を検討するためのプロジェクト活動を中心に、消費者や他クラブとの交流、地域ボランティア活動を行っている団体。 ●調理実習(45分) 宿毛市洋菓子店のパティシエの協力のもと、イチゴのババロアを作りました。  授業の様子  積極的に質問する生徒たち  調理実習の様子  調理メニュー

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	高知県
取組市町村名	日高村（日下保育園）
取組の名称	健康な心と身体を育て、基本的な生活習慣を身に付けるための取り組み
取組内容	[ねらい] ○野菜の種まきや苗植えをし育てることで、野菜に興味や関心をもつ。 ○自分たちで育てた野菜を収穫し友達と一緒に料理することで、進んで食べようとする気持ちを育てる。 ○早寝・早起き・朝ごはん等について、園と家庭が一緒に取り組むことで、基本的な生活習慣の定着を図る。 [園児数] 0歳児11名、1歳児16名、2歳児15名、3歳児14名、4歳児21名、5歳児20名 計97名 保育者15名 [取組内容] 1 毎月の献立や野菜の栄養、快便のための食事ポイント、季節ごとの野菜や食べ方、身体の調子に合わせた食事の取り方、食事のマナーなどを給食だよりで家庭に知らせています。 2 給食室前のボードにその日のメニューを書き、“力や熱になるもの”“血や肉になるもの”“体の調子を整えるもの”に分けて材料を表示しています。子どもたちはボードを見て会話したり、窓越しに調理の様子を見たり、給食室からのいいにおいを感じながら、毎日の給食を楽しみにしています。年長児になると、食品にどんな働きがあるかを覚えている子どももいます。 3 園庭の畑やプランターで、クラスごとに自分たちで野菜(きゅうり・なす・ピーマン・かぼちゃ・落花生・芋・エンドウ豆・白菜・かぶ・ほうれん草・葉大根など)を育て、日々世話をしています。収穫できたら給食の材料にしてもらったり、自分たちで料理をしたりして新鮮な野菜を味わって食べています。 4 年長児親子対象の親子クッキング開催……平成28年7月23日(土) 【参加者】 年長児9名、保護者9名、食生活改善委員8名、管理栄養士(村職員)1名 ・食生活改善推進協議会の主催で、年長児の親子を対象に料理教室を行っています。 ※「食育5つの力」を育む ①食べ物の味がわかる力 ②元気なからだがわかる力 ③料理ができる力 ④食べ物の命を感じる力 ⑤食べ物を選ぶ力  上手に切れるかな？  お母さんと一緒に作ったよ。 バランスプレートを見て盛りつけました ・親子での料理後、管理栄養士さんの話を聞き、バランスプレートを使ってバイキング形式で料理を取ります。おかずの選び方や取る量、バランス良く食べているか等を親子で意識しながら食事を楽しみ、健康的な食について知ってもらう機会になっています。 5 「連携教育日高の会」にて保・小・中合同で活動しています。 保小中が連携し、早寝・早起き・朝食・排便・家での過ごし方等の生活調査を実施し、生活習慣の大切さを家庭に知らせています。全体の結果を知らせるとともに、前年度の調査と比較した一人一人の結果をまとめたカード(すこやかキッズカード)をもとに、生活習慣の改善を保護者とともに考えるようにしています。 [まとめ] 自分たちが育てた野菜を使って料理し食べることで、家では食べられなかったなすやかぼちゃ、ピーマン等を園で食べることができるようになりました。家庭にも料理法を知らせると「何回も作ってよと言われ、よく食べています」と嬉しい声や、「園の行事で食べたおやつが美味しかったので、作り方を教えてほしい」という声もあり、給食だよりで知らせています。給食の残食もほとんどなくなり、家庭も含めて食の大切さは浸透しているようです。しかし、生活習慣については、全体的に寝る時刻が遅いので、園では外遊びを多くして身体を動かし、早寝のリズムを作るとともに、早寝・早起きの大切さを家庭に知らせ、基本的な生活習慣が身に付くよう取り組みを継続していきたいと思ひます。

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	高知県
取組市町村名	土佐市
取組の名称	市内量販店における食育推進イベント(第2弾)
取組内容	1. 日時:平成28年8月31日(水)9:30～16:00 2. 場所:サニーマート高岡店 3. 主催:土佐市健康づくり課 共催:土佐市食生活改善推進協議会 協力:サニーマート高岡店 4. 目的:食育に関心を持つ人や実践する人を増やすための運動の一つとして、不特定多数の方々が集まる場所で食育月間・食育の日のPRを行い、食生活や生活習慣を見直し、改善のきっかけとなるよう働きかけます。 5. 内容:「野菜摂取・朝食摂取・減塩」をテーマとして、野菜たっぷりメニュー・簡単朝ご飯メニューの試食と啓発、野菜350g重量当てクイズ・野菜釣りゲーム・減塩みそ汁飲み比べクイズを実施しました。 また、土佐市のマスコットキャラクターである「とさごん」、土佐市の特産品である文旦をキャラクターにした「ぶんちゃん」の着ぐるみでイベントへの参加を呼びかけました。 【野菜たっぷりメニュー・簡単朝ご飯メニューの試食と啓発】 忙しい朝でも簡単に作れて、野菜も摂れるレシピということで、「おにぎらず」と「鶏ささみと野菜のごま風味サラダ」を、延240名程の方に試食していただき、展示とレシピの普及を行い、大変好評でした。また、朝食の大切さについてパンフレットを配布して啓発を行いました。 【野菜350g重量当てクイズ】 野菜を350gになるように量りに乗せてもらうクイズを行い、149名の方が参加し、このうちピタリ賞が10名でした。それぞれの方々に野菜の摂取量等を啓発する良い機会となりました。 【野菜釣りゲーム】 ビニール袋へ野菜等を入れ、釣りをするゲームを子どものみに実施しました。35名の参加があり、ゲームを楽しんで頂き、かつ野菜摂取の大切さについて啓発できました。 【減塩みそ汁飲み比べクイズ】 煮干しからとった天然だしのみそ汁と、顆粒のインスタントだしのみそ汁を飲み比べていただき、どちらが天然だしのみそ汁かを当てるクイズを行いました。111名の参加があり、このうち67名の方が正解されていました。ご家庭の味との比較もでき、かつ天然だしの方が減塩になるということも啓発できました。

