

【様式 1】

食育月間の取組 (6月の実績)

提出都道府県名 政令指定都市名	堺市
取組市町村名	堺市
取組の名称	食育集会時での食育指導の実施
実施時期	6月
取組内容	<p>食育月間の取組として、幼保推進課管理栄養士が、市内公立こども園(5か所)で朝の集会時に下記の内容で食育指導を実施しました。</p> <p>○目的:食育推進計画の一環として、「食を営む力」の育成に向け、食に興味・関心を持ち、食べることを楽しむ子どもに成長していくことを目指し食育を推進する。</p> <p>○開催日:6月中の5日間(5日、9日、14日、19日、26日)</p> <p>○開催時間:午前10時～10時30分(30分程度)</p> <p>○テーマ:「早寝・早起き・朝ごはん」</p> <p>○対象:2歳児～5歳児(各こども園 120名程度)</p> <p>○内容:</p> <p>①寸劇「早寝・早起き・朝ごはん」 あらすじ:夜ふかしが大好きなけんた君が、3色食品のキャラクターであるえいよう見守り隊「ごはんつぶマン・にくにくマン・はっぱマン」、「早寝・早起きの国の王様」と出会い、早寝・早起きをして朝ごはんをしっかりと食べると元気いっぱいになることを学び、生活習慣を改める。また、夜ふかしが大好きな「夜ふかしマン」をえいよう見守り隊、王様、子どもたちの「おひさまビーム」の力で早寝・早起きが大好きな「おひさまマン」に変身させる。</p> <p>②手遊び歌「やさいのうた」</p> <p>③食育指導 寸劇の終了後、保育教諭や登場人物が早寝・早起きをして朝ごはんを食べると元気に過ごすことができるようになることや、給食の食材について興味が出るような問いかけを行いました。また、劇の内容に関心を持ってもらうためにえいよう見守り隊のぬり絵を作成し、子どもたちへ配布しました。</p>



こども園に掲示したポスター:
「今度こんな劇があるね」期待に胸がふくらみます。

劇の様子:夜ふかしが好きなけんた君に
えいよう見守り隊が栄養指導!



やさいのうたの様子:
子どもたちも一緒に歌いました!



○まとめ:夜ふかしが大好きなけんた君が早寝・早起きをして朝ごはんをしっかりと食べるようになる姿を子どもたちは自分自身に重ねて、早寝・早起き・朝ごはんの大切さを学びました。給食時には、えいよう見守り隊のそれぞれのキャラクターの栄養素の役割を理解し、肉や野菜・ご飯などの食材に注目しながら食べることができるようになりました。また事前に園に掲示したポスターを見て保護者にも興味を持っていただき、家庭でも劇の内容について子どもと話す良い機会となりました。

【様式 1】

食育月間の取組 (6月の実績)

提出都道府県名 政令指定都市名	堺市
取組市町村名	堺市
取組の名称	堺市立各学校園における様々な取組
実施時期	6月
取組内容	<p>生活習慣の向上に向けた取組</p> <ul style="list-style-type: none"> 「よくかんで食べよう」キャンペーン、元気アップウィーク等を実施しています。給食便りや食通信で事前に告知し、給食時間の放送や掲示物で啓発しています。1週間の生活習慣をチェックシートに記録します。栄養教諭等がコメントを返し家庭へ啓発しています。 <p>朝食メニューの充実を図る取組</p> <ul style="list-style-type: none"> 朝ごはんもう一品運動、朝ごはんを食べようチャレンジ！等を実施しています。チェックシートを用いて自分の朝食の内容を確認。さらに良い朝食をめざします。 <p>完食をめざす取組</p> <ul style="list-style-type: none"> お皿ピカピカ大作戦、ペロリン週間等を実施しています。残食量を調査し、残食の少ない学年を表彰します。委員会活動が中心となって取り組んでいます。 <p>食事マナーの啓発にむけた取組</p> <ul style="list-style-type: none"> お椀でごはんの日、おはしを上手に使おう大会等を実施しています。 <ul style="list-style-type: none"> おはしの持ち方 お椀の持ち方 食事時の姿勢について 食器の並べ方 食器ピカピカ習慣 <p style="text-align: right;">} 栄養教諭と担任教諭が連携して指導しています。</p> <p>体験活動等の実施</p> <ul style="list-style-type: none"> パン作り体験を通して、食べ物を大切に作る心を育みます。 給食調理員さんとの交流を通し、作り手の思いを知り感謝の心を育みます。 修学旅行で食をテーマに活動しました。(四国を食べつくせ～Enjoy meeting, Feel the nature. ～) (鯉のたたきの調理やうどん打ち体験を通し、食材への感謝、食文化への理解を深めました。) 野菜栽培体験(食材を大切に作る気持ちを育みます。) <p>給食試食会、参観における取組</p> <ul style="list-style-type: none"> 保護者対象の試食会を実施しています。 「1日参観」の日を設定し、子どもたちの給食時間を参観できるようにしています。 食育講演会(保健センター管理栄養士を招き、親子対象に実施しました。) 参観日に親子で3色栄養を大切にしたお弁当モデルづくりを実施しました。 <p>その他</p> <ul style="list-style-type: none"> 食に関する俳句、川柳を作成(バス・キッチン工業会川柳へ応募しました。) 読書タイムに食育紙芝居を読みました。(栄養教諭、給食委員会) 食育クイズ(栄養素や産地等について)を校内放送を用いて実施しています。 雨の日には給食すぐろくで遊ぶ。(給食委員会にて給食すぐろくを作成しました。) 学校園での取り組みをHPに掲載しています。

【様式1】

食育月間の取組 (6月の実績)

提出都道府県名 政令指定都市名	堺市
取組市町村名	堺市
取組の名称	子育てママ・パパの食育講座～おいしく野菜を食べよう～
実施時期	6月29日
取組内容	<p>食育の月間の取組みとして、堺市東保健センターで高校生以下の保護者を対象に食育体験教室を実施しました。</p> <p>○目的:野菜を使用した料理を通して野菜摂取量の増加を図り、保護者からの相談も多い、子どもの野菜嫌いについて情報交換する機会とする。また、食に関する知識を身につけ、参加者自身の食生活を見直すことで、家庭における食育の推進を図る。</p> <p>○実施日:平成29年6月29日(木)</p> <p>○対象:高校生以下の保護者</p> <p>○当日の様子: 当日は10名の参加でした。管理栄養士で野菜ソムリエ上級プロである講師を招き、バランスのよい食事や野菜・果物の摂取量についてのお話と、調理実習を実施しました。講話の中では、1日の野菜摂取量を握りこぶしで確認したり、講師の話す内容を書き留められたり、参加者の皆さんは興味深そうに聞かれていました。調理では、それぞれのグループごとに作業を進め、コールスロー風切り干し大根サラダ、カボチャのニョッキ、パイナップルプリンの3品を作りました。作業工程の質問だけでなく、使用食材のアレンジ方法やお子さんの野菜嫌いについてなど様々な質問・会話が講師や参加者の間で飛び交っていました。普段の家事とは違い、グループで協力しながら進める調理に笑顔と会話が止まらなかったようです。最後に「さかい食育目標」を確認し、参加者の皆さん自身とご家族の食生活を振り返りました。</p>



○感想:
 参加者からは「野菜が全然足りていないことが分かった」、「野菜を意識してとりたい」、「バランスのよい食生活を心掛けたい」、「とても簡単にできて栄養が整っていておいしくいただけました」、「また自宅で作ってみようと思う」などの感想がありました。教室の内容・調理ともに大変好評でした。