

# 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	茨城県
取組市町村名	美浦村
取組の名称	「美浦村バランスレシピ」作成
取組内容	<p>住民の健康への関心・知識の向上や自分達の住んでいる地域性や特徴を理解し、健康への意識を高めてもらうために、目で見てわかりやすく写真を導入し、具体的に作成しました。 「美浦村バランスレシピ」のチラシ作製</p> <div style="text-align: center;">  </div> <p>食事をおいしく、バランスよく…<b>バランスのよい食事とは?</b></p> <div style="text-align: center;">  </div> <p>★主食・主菜・副菜の揃った食事を摂ることで、多様な食品からバランスよく、身体に必要なエネルギー・栄養素を補給することができます。 ★外食では定食ものにするとかえりやすくなります。野菜が不足しているときは、サイドメニューで追加しましょう。牛乳・乳製品、果物などを一品ずつ加えることより理想的です。 ★1回の食事で副菜を2品以上摂りましょう。また食量の摂りすぎに注意し、汁物は別売品にして、1日1～2回にしましょう。 ★1回の食事で行うべき食品をとるのが難しいときは、1日でバランスがとれるようにしましょう。</p> <p>★写真は茨城県や美浦村の食材を使ったレシピ例です。 ★各レシピは美浦村ホームページ「食育・バランスレシピ」をご覧ください!</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	茨城県
取組市町村名	水戸市(五軒小)
取組の名称	プロスポーツ選手との給食交流会の実施
取組内容	<p>児童が、プロスポーツ選手と学校給食を通して交流し、選手から食に関する自らの体験談を聞くことにより、食への興味・関心を高め、食べることや栄養バランスの摂れた食事などを学ぶことを目的とし、下記のような取り組みを行いました。</p> <p>1 期日 9月27日(水) 12時05分から13時45分</p> <p>2 実施学年・児童数 第6学年児童41名</p> <p>3 選手名 水戸ホーリーホック GK 笠原選手 FW 斎藤選手</p> <p>4 内容</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 児童と選手の交流歓談</li> <li>○ 選手と一緒に給食を食べながらの交流</li> <li>○ 児童からの質疑応答</li> </ul>
	
	<p>児童は、プロスポーツ選手との初めての交流に、戸惑い、驚きながらも徐々に打ち解け、楽しく歓談しながら、給食交流会を行うことができました。</p> <p>質疑応答では、給食の献立で好きだったものや、速く走るにはどのようにしたらよいか等、児童から様々な質問が選手2人に向けられました。児童たちにとってプロスポーツの世界で活躍する2人の選手と身近に接することは、食への興味・関心を高めるよい機会となりました。また、選手の立派な体形を見たり、話を聞いたりして、栄養バランスの摂れた食事が、体をつくる上での大切な要素であることにも気付くことができました。</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	茨城県
取組市町村名	潮来市
取組の名称	真中シェフ監修の給食メニューの提供
取組内容	<p>潮来市では29年度から、水郷潮来大使でイタリアンシェフの真中シェフ監修の給食を年に4回提供します。シェフに潮来野菜を取り入れたメニューを開発していただき子供たちの農業への理解や生産者への感謝の心の育成などを目的としています。12月現在までで3回の提供を終えました。</p> <p>献立内容はイタリアンで、食材は潮来市でとれたものを多く使用しています。シェフは給食提供当日に中学校で生徒たちと給食を食べ、その後講演を行います。講演では潮来市の食材についてや、シェフになったきっかけ等をお話しいたします。その他、ビデオメッセージや、潮来食材についてのコラム等を作成していただき、市立幼小中学校へ配布し各担任からの指導に使用します。</p>
	
	<p>第一回目(7月12日)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん ・牛乳</li> <li>・とりもも肉のハーブ風味</li> <li>・さやいんげんと新じゃがいもの パルミジャーノ風味</li> <li>・夏野菜のスープ</li> </ul>
	
	<p>第二回目(10月20日)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん ・牛乳</li> <li>・白身魚のオープン焼き、ズッキーニの 入った潮来産トマトクリームソース</li> <li>・レンコンとジャガイモ、ニンジン、 ビーツの色鮮やかなサラダ</li> <li>・潮来産マコモダケ、小松菜を使った カレースープ</li> </ul>
	
	<p>第三回目(12月6日)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん ・牛乳</li> <li>・茨城のローズポークと潮来市産サツマイモ、ショウガとバルサミコの 甘酢ソース</li> <li>・霞ヶ浦のシラウオ、潮来市産柚子、ブロッコリー、里芋の オリーブオイル和え</li> <li>・潮来野菜のミネストローネ、カブと小松菜のトマト風味</li> </ul>