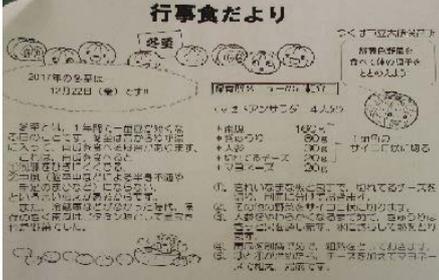


# 食育の日の取組実績 (4月～12月の実績)

提出都道府県名 政令指定都市名	茨城県
取組市町村名	つくば市(大穂保育所)
取組の名称	お魚プロジェクト, 栄養士ニュース(行事食), 会食
取組内容	<p>つくば市大穂保育所</p> <p>・お魚プロジェクト 対象者:3・4・5歳児(69名)  秋の魚が美味しくなる9月頃, 骨のある魚を上手に食べられるように紙芝居で学びました。さんま, さば, 鮭等, 骨のある魚についてだけではなく, はんぺんやさつま揚げ等の加工品にも魚が使用されていることを知りました。「魚は骨があるから苦手だよ。」と言っていた子どもたちも, 「骨上手にとれるかな?」「骨とれたよ!」と意欲的に食事をする姿に変化していました。お箸で骨を取ったり, 口の中で選り分けたりしながら, 給食を食べることができました。</p>   <p>・栄養士ニュースの発行 対象者:0～5歳児(105名)と保護者  行事食がある月にはおたよりでお知らせをしました。お月見や冬至, 年越しそば, おせち料理, お雑煮, 七草粥…。それぞれの由来と保育所レシピを知らせることで, 伝統的な食文化に親しむ機会になりました。</p>  <p>・会食 対象者:3・4・5歳児(69名)  19日(食育の日)には, 普段給食を作っている給食室の先生方も子どもたちのクラスに入って一緒に食事を楽しみました。子どもたちも給食に興味津々の様子で, 「この野菜はなに?」「これはどうやって作ったの?」と質問をなげかけていました。「いつも美味しい給食ありがとう。また給食作ってね!」という子どもたちの言葉が, 共食の大切さを実感させてくれました。</p> 

# 別紙3 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	茨城県				
取組市町村名	常総市				
取組の名称	「食育の日」の認知度を高める取組み(豊岡小学校)				
取組内容	<p>1. 給食委員会が、給食の時間に「食育の日」に関連した一口メモを放送した。 献立表の19日の欄に★食育の日★を記載しており、19日には放送で「朝食について」などの放送を行い、本校の組織目標でもある「早寝・早起き・朝ごはん100%達成」に向けて取り組んでいる。</p> <p>2. 毎月の献立表の19日に、「食育の日」を記載した。</p> <p>3. 食育だよりに、「食育の日」に関する内容を載せている。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="width: 45%;"> <p><b>食育だより 4月号</b> 常総市立豊岡小学校 平成29年4月17日発行</p> <p>食育は、生きる上での基本となるもので、子どもたちが、食に関する知識や食を選択する能力を取得し、生涯にわたって健全な食生活を実践することをねらいとしています。 今年も、給食や食に関する様々な情報をお知らせしていきますので、どうぞよろしくお願ひいたします。</p> <p><b>毎月19日は食育の日</b> 家庭でも心がけたい「食育」の中で、取り組んでいただきたいことが二つあります。 一つ目は、朝ご飯を食べること。二つ目は、きちんとした食べ方を身につけることです。 毎月19日の食育の日には、家族全員で取り組んでみましょう。</p> <p><b>早寝・早起き・朝ごはん！！</b></p> <p>私たちのからだと脳は、朝食をとることで、睡眠中に低下した血糖値や体温が上昇して目覚めることができます。だから、朝食を「時間がない」「食欲がない」といってとらないと、からだと頭はいつまでも寝ぼけたままです。朝から元気に活動するためには、まず早起きして朝食をとることが大切です。</p> </div> <div style="width: 45%;"> <p><b>食べ方に気をつけよう！</b></p> <p>給食の時間に気になることがあります。好きなものだけ食べたり、左手をお皿に添えずに食べたりしている人がいます。よい姿勢で食べると、背筋が伸び、消化がよくなります。ひじをつかずに、食器を持って食べることも、よい姿勢で食べることにつながります。ご家庭でも、話題にさせていただきたいと思います。</p> <p><b>「春を感じる食べ物を味わいましょう」</b></p> <p>春は、さまざまな生命が芽吹く時季です。たけのこやうどなど少し苦みがある野菜もありますが、春の味を味わってみましょう。</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="background-color: #fce4ec;">季節の食べ物 たけのこ</th> <th style="background-color: #fce4ec;">季節の食べ物 さくら</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="text-align: center;">             香りがよく独特のえぐみがあり、汁物やたけのこごはんなどで味わいます。         </td> <td style="text-align: center;">             漢字で魚へんに香と書くように、香が目です。やわらかく食べやすいのが特長です。         </td> </tr> </tbody> </table> </div> </div>	季節の食べ物 たけのこ	季節の食べ物 さくら	 香りがよく独特のえぐみがあり、汁物やたけのこごはんなどで味わいます。	 漢字で魚へんに香と書くように、香が目です。やわらかく食べやすいのが特長です。
季節の食べ物 たけのこ	季節の食べ物 さくら				
 香りがよく独特のえぐみがあり、汁物やたけのこごはんなどで味わいます。	 漢字で魚へんに香と書くように、香が目です。やわらかく食べやすいのが特長です。				

# 食育の日の取組実績 (4月～12月の実績)

提出都道府県名	茨城県
市町村名	八千代町(健康増進課)
取組の名称	食育の日の葉を作成, 配布
取組内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・本に挟む葉を作成。葉の表「毎月19日は食育の日」, 「毎年6月は食育月間」裏「私達の健康は私達の手で…八千代町食生活改善推進協議会」と記載し, 食育事業に参加した住民に配布しました。</li> <li>・茨城県食育推進大会で展示及び配布し, 他団体の食生活改善推進員の方からも「食育の日」の周知に効果的であると好評でした。</li> </ul>

