

**【様式3】****食育の日の取組****(毎月19日：4月～12月までの実績)**

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「食育の日」の取組み
実施時期	5月19日、10月19日
取組内容	<p><b>【テーマ】</b> 保育所での「食育の日」の取組み</p> <p><b>【対象】</b> 公立保育所2か所に入所する児童と保護者</p> <p><b>【内容】</b> 1. 「食育の日」の啓発 保護者にも見える場所に、毎月19日が「食育の日」と分かるように掲示しました。子どもたちには、食に関する絵本や紙芝居等を使って啓発しました。</p> <p>2. クッキング 5月19日には、園庭の畑で収穫したじゃがいもやたまねぎを使って、カレークッキングを実施しました。2歳児と3歳児が野菜を洗って皮むきした後、給食室でカレーを作ってもらい、みんなでおいしく食べました。 10月19日には、園庭の畑で収穫したさつまいもで焼きいもを作りました。</p>

## 【様式3】

## 食育の日の取組

(毎月19日：4月～12月までの実績)

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	JA名西郡女性部研修会
実施時期	1月19日
取組内容	<p>【テーマ】 健康意識の向上、野菜摂取量アップ</p> <p>【対象】 JA名西郡女性部</p> <p>【内容】 JA女性部は、健康かみやま21第2期計画検討委員会の関係機関であり、今回、一緒に神山町の健康について考え、推進していくという趣旨で研修会を開催しました。内容は、全農講師によるデコずし講習の後、「神山町の食の実態と野菜摂取・お茶だけ運動」について資料をもとに学習してもらい、その後、“もう1品！お手軽野菜”のレシピを2品デモンストレーションし、試食してもらいました。 簡単な方法で、野菜摂取が可能なこと、野菜が高い場合は冷凍食品や値段の変動の少ない野菜を利用するなど工夫することで摂取可能なことを伝えました。 野菜は1日350g以上が目標ですが、この350gの野菜の中に、いもやきのこ、海藻、豆類は含まれないことを話しました。これらを野菜と思って摂っていると、実際には野菜を350g以上とれていないことになるかと理解していただけたと思います。 神山町の食の実態を知り、自分たちの健康実態と結びつくことで、日々の食事内容や、買い物の仕方が変わってくれればと期待しています。この日以外にも、他地区で2回、同じ内容の研修会を開催しました。</p> <p>【実施日】 1月19日(金)</p> <p>【参加人数】 38人</p>

## 【様式3】

## 食育の日の取組

(毎月19日：4月～12月までの実績)

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	徳島県ジュニア☆クッキングチャレンジ！
実施時期	11月19日
取組内容	<p>【テーマ】 魚食、伝統的食文化の継承</p> <p>【対象】 若い世代(中学生、高校生、大学生、専門学校生) ※親子、祖父母と孫などの大人とのペア参加も可</p> <p>【内容】 食生活が乱れがちな若い世代の食への関心を高め、健全な食生活の実践につなげるとともに、周りの人に食育啓発ができる「ジュニア食育推進リーダー」を育成するため、県産食を使った料理教室を10～12月の月1回実施しました。 11月は講「徳島の旬の魚介類をさばいてみよう！」をテーマとし、講師にとくしま食育推進協議会構成団体である県漁連の関連団体「魚っSUN's(うおっさんず)」を招きました。「魚っSUN's(うおっさんず)」は阿南市の漁師が中心となった団体のため、料理教室の材料のアオリイカ、わかめ、しらす、伊勢エビ等は、魚っSUN'sメンバーがとった阿南市椿泊産のものを扱い、梅しらすご飯、わかめの味噌汁、アオリイカのお造りを調理してもらいました。 料理講師に料理のデモンストレーションを交えながらさばき方や味付けのポイントをレクチャーしていただき、大人も子どもも普段あまりさばくことのないアオリイカさばきに熱中していました。</p> <p>【実施日】 11月19日(日)</p> <p>【参加人数】 35人</p> <p>※参考 (10月料理教室) 【テーマ】野菜摂取量アップ 【実施日】10月29日(日) 【講師】徳島県県栄養士会会員2名(連携団体:徳島県栄養士会) 【参加人数】11人</p> <p>(12月料理教室) 【テーマ】郷土料理・和食の伝承 【実施日】12月17日(日) 【講師】徳島県家の光所属講師1名(連携団体:JA徳島中央会) 【参加人数】21人</p>