

【様式 1】

① 食育月間の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	鳥取県
取組市町村名 取組団体・企業名	米子市
取組の名称	いきいきこめっこプロジェクト
実施時期	6月食育月間から開始
取組内容	いきいき こめっこ プロジェクト」の実施について ～いきいきと豊かな心を育む学校給食を目指して～  1 「いきいき こめっこ プロジェクト」の実施目的 本市の学校給食では、普段から米子市や鳥取県の地元食材を取り入れた給食と、米子市に伝わる郷土料理など、特色ある給食献立実施に取り組んでいる。 今年度からは、これまで以上に食やふるさとの魅力を伝え、「食べる楽しさ・学ぶ楽しさ」を子どもたちに届けることによって、いきいきとした豊かな心や郷土愛を育むことを目的に、給食に係る取組を食育の視点で再構築し、さらに充実したものにしていく。 また、本市の総合計画と関連付け、毎月の食育の日を『いきいき こめっこデー』と名付けるなど、覚えやすいネーミングでプロジェクトを展開していくことで、児童生徒や保護者などに対してより一層発信力を高めてPRを行う。 2 「いきいき こめっこ プロジェクト」の主な実施内容 児童生徒の給食や食に対する興味・関心を高めることをねらって、次の事業を実施する。 (1) 「いきいき こめっこデー」の実施 【毎月19日】 6月の食育月間から、毎月19日の食育の日に、地元食材を取り入れた給食献立を実施する。 (2) 「いきいき こめっこレシピ」の市報への連載 【毎月】 給食献立等のレシピを市報に連載し、児童生徒・保護者・関係者等の理解を深め、連携を図る。 (3) 夏休み料理教室の実施 【8月】 参加者が食に関する理解を深め、実生活に活かすことができるよう調理実習や食育講演を行う。 (4) ふるさとの食材を使った「こめっこ献立」の募集【募集7月から10月/実施1月】

ふるさとの食材を使った献立を積極的に募集し、採用された作品を給食献立に取り入れ、給食だより等に掲載する。

3 食育月間の実施内容

5月29日市長定例記者会見で「いきいき こめっこ プロジェクト」の実施を発表



※日本海新聞(5月30日)
市長定例記者会見の記事

6月 1日 広報よなご6月号に「いきいき こめっこデー」の開始について掲載

6月 8日 DARA Z FMで取組について情報発信



※DARA Z FM収録の様子。こめ太とこめ子もブースの外で応援。

6月19日 初回の「いきいき こめっこデー」

※給食だより「こめっこ」6月号(号外)配布

市長 明道小学校で給食を試食



※学校栄養士の給食時間の指導の様子



※明道小学校で市長が給食を試食

6月以降 毎月19日の食育の日に、地元食材を使用した給食献立を実施

7月10日 日本海新聞情報誌「うさぎの耳」にいきいきこめっこプロジェクトの内容を掲載

7月以降 毎月、広報よなごに「いきいき こめっこレシピ」を連載し、給食献立を紹介

	6 初回（６月１９日）の「いきいき こめっこデー」の給食 （１）当日の献立 玄米ごはん、牛乳、とっとりっ子煮、さわらの西京焼、きゅうりの甘酢和え （２）新メニュー「とっとりっ子煮」に入っている地元食材の産地 白ねぎ、焼豆腐、こんにゃくは米子市内産。鶏肉、干しいたけは鳥取県内産。 7 米子市学校給食キャラクター「こめ太・こめ子」の出没情報 （１）「こめ太・こめ子」とは？ 県内市町村において初めて３Ｄレベルで誕生した学校給食キャラクターで、ゆるキャラグランプリ２０１５にもエントリーし、初出場ながら県内４位に入るなど大健闘した。 （２）６月１９日の「こめ太・こめ子」の出没情報 給食や食の大切さ、「食べる楽しさ・学ぶ楽しさ」を子どもたちに届けるため、給食時間に、明道小学校に出没。 今後もいきいきこめっこデーに、栄養教諭、学校栄養職員とともに食育を推進していく。
--	--

【様式 1】

① 食育月間の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	鳥取県
取組市町村名 取組団体・企業名	倉吉市
取組の名称	親子で学ぶ食の教室
実施時期	6 月
取組内容	1 目 的 給食センターにおいて、親子で一緒に学習したり給食を食べたりすることを通して、食の大切さを学び学校給食への理解を深めること 2 内 容 (1) 調理場見学（調理の様子を見る） (2) 給食クイズ「見て！聞いて！学んで！」 (3) ビデオ視聴 (3) 食の学習 「3つのなかまをそろえて食べよう」 (4) 給食試食 準備、親子で会食、後片付け 3 対 象 市内全小学校 1 年生及びその保護者 ※各学級毎に実施 (6 月 11 回、7 月 4 回、9 月 2 回、10 月 2 回、12 月 1 回)  (調理場見学)  (食の学習)

【様式 1】

① 食育月間の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	鳥取県
取組市町村名 取組団体・企業名	倉吉市
取組の名称	食育特集記事の市報掲載
実施時期	6月
取組内容	昨年度、「倉吉市いきいき健康・食育推進計画」の中間評価を行いました。その中の「食育」の分野の内容を市民に情報提供するために、6月号の市報に「食育のすすめ」と題した特集記事を掲載しました。 計画の「食育」に関する取組の具体的な数値目標の中で、「食事の手伝いをする子どもの割合」について、幼児は増加しましたが、小学生の割合は著しく減少しました。そのため、幼児、小学生、中学生に分けたお手伝いの例を紹介し、お手伝いを無理なく続けるポイントについて掲載しました。 また、食生活改善推進員の活動として、家庭訪問を行って各家庭のみそ汁の塩分測定を行う取組の結果について、県と倉吉市の結果を比較した状況を掲載しました。みそ汁の標準的な濃さ（0.8～1.0％）の家庭は県よりも多いが、濃い（1.2～1.6％）家庭も県よりも多い状況であったため、みそ汁の塩分を控える工夫について紹介し、薄味と野菜をたっぷりとする食習慣の定着について伝えました。 合わせて、食生活改善推進員の養成講座を3年ぶりに開催する記事も掲載し、市民の食生活改善についての意識啓発の取組を行いました。 市報6月号「食育」の掲載サイトは下記のとおりです。 https://www.city.kurayoshi.lg.jp/gyousei/div/kikaku/kikaku/8/shihou/19/



食育のすすめ

その1 早寝、早起き、朝ごはん！

食事をおいしく楽しく食べよう！

※食育活動の目標（食育活動に必要となる知識・技能・態度の育成）

食育とは食育の一環として、「早寝、早起き、朝ごはん」を推進しています。

食育とは

食育とは食育の一環として「食」に関する正しい知識と、食を調製する力を養い、健全な食生活を営み、食を楽しむこととを「食育」といいます。

食育の目標と内容

食育では食育活動として、食に関する知識の習得と、食を調製する力を養い、健全な食生活を営み、食を楽しむこととを「食育」といいます。食育活動は、食に関する知識の習得と、食を調製する力を養い、健全な食生活を営み、食を楽しむこととを「食育」といいます。

食育とは、食に関する知識の習得と、食を調製する力を養い、健全な食生活を営み、食を楽しむこととを「食育」といいます。

食育とは、食に関する知識の習得と、食を調製する力を養い、健全な食生活を営み、食を楽しむこととを「食育」といいます。

食育とは、食に関する知識の習得と、食を調製する力を養い、健全な食生活を営み、食を楽しむこととを「食育」といいます。

食育の目標と内容

食育では食育活動として、食に関する知識の習得と、食を調製する力を養い、健全な食生活を営み、食を楽しむこととを「食育」といいます。食育活動は、食に関する知識の習得と、食を調製する力を養い、健全な食生活を営み、食を楽しむこととを「食育」といいます。

食育とは、食に関する知識の習得と、食を調製する力を養い、健全な食生活を営み、食を楽しむこととを「食育」といいます。

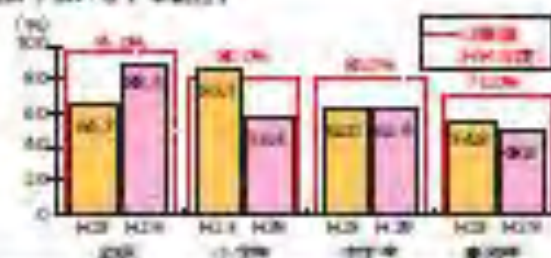
食育とは、食に関する知識の習得と、食を調製する力を養い、健全な食生活を営み、食を楽しむこととを「食育」といいます。

大切な食育です

食育とは、食に関する知識の習得と、食を調製する力を養い、健全な食生活を営み、食を楽しむこととを「食育」といいます。食育活動は、食に関する知識の習得と、食を調製する力を養い、健全な食生活を営み、食を楽しむこととを「食育」といいます。

食育とは、食に関する知識の習得と、食を調製する力を養い、健全な食生活を営み、食を楽しむこととを「食育」といいます。食育活動は、食に関する知識の習得と、食を調製する力を養い、健全な食生活を営み、食を楽しむこととを「食育」といいます。

【お手頃にする割合】



食育では「お手頃にする割合」も食育活動の目標の一つとしています。

平成24年度の調査結果も、結果は66.3%、小・中学生は66.3%、高校生は70.0%に設定し、取り組まれています。

家族でチェックしてみよう!

「食育食育ウィーク」に、食生活やお手伝いについて家族で確認してみませんか。

お手伝い、してまうか(幼児期)

- ☐ 米を研ぐ
- ☐ 野菜を洗う
- ☐ 材料を選べる
- ☐ 食器やはしを並べる
- ☐ 食器をどける

お手伝い、してまうか(小学生)

- ☐ 米を研いでご飯を炊く
- ☐ 材料を切る
- ☐ 簡単な料理を作る
- ☐ 料理を選ぶ
- ☐ 洗った食器をもふいて片付ける

お手伝い、してまうか(中学生)

- ☐ 献立を考える
- ☐ 朝ごはんを作る
- ☐ 休みの日の昼ごはんを作る
- ☐ 料理を盛り付ける
- ☐ 食器を洗う

できてまうか(家族みんなで)

- ☐ 朝ごはんを毎日食べる
- ☐ いめできます・ごちそうさまでしたなどのあいさつを元気良くする
- ☐ 正しいはしの持ち方、食器の持ち方などを声かけする
- ☐ 一口30秒かんで食べる

お手伝いは、親子も無理なく続けていきましょう



無理なく続ける！

お手伝いのポイント

余裕を持って見守る

朝に余裕がないときには時間がないから、まだ今更しようね」と断ることも必要です。また「毎週何曜日には、お手伝いの日」と決めて、子どもが行いやすいメニューを考案したり、家事の時間と余裕を両立させてあげたりするのも大切です。

感謝の気持ちも伝える

子どもがお手伝いを続ける原動力になるのは、家族の役に立ったという満足感です。お手伝いの後には、必ず感謝の気持ちも伝え、しっかりとほめて、次も頑張ろうという意欲につなげましょう。

食事は私たちの健康で、
こころを豊かにしてくれる。



圖 1-5-2 的電路結構

— 自由時報 — 11月15日 —

地域の子ども会など、親子で一緒に料理をやって、楽しく食べる活動もしていい。

[illegible][illegible][illegible]

富田が中平と北と一線に戦うらしいと聞いて、香月次郎郎に対しての諷刺として北と中平が争ったはず、北と中平が争ったはず。

0000-0001-9371-9999



2014年12月14日

食改が事を動かし、議員の
議決、みま汁の増税案を押し進め、

項目	2014年	2013年	2012年	2011年	2010年	2009年
売上高	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000	1,000

醫學博士

● 400-000-0000

宮本市では全国的に最も多い割合を占めている。若い世代の過半数を占めている人については県の平均より多い。



日本人の1日の食塩摂取量の標準値は、男子9.9g、女性9.2gとされています。しかし、食塩摂取量の平均値は、男子10.8g、女性9.2gと少し高めです。

● 葡萄汁的國產化生產工藝

- ・出汁の風味を効かす
うま味成分を2割にすると調味料が濃って濃味に
- ・具だくさんにする
煮付けるときの具が少なくなると減量に
- ・牛乳や豆乳を加える
コクやうま味がアップして減量に

愛知県議会に於いて「官政人」として活動し、また、日本生活衛生協会の会長兼代表理事、愛知生活協

食生活改善推進員になって、食生活の改善に
関するボランティア活動も実施し、自給の野菜
も作り、家族、地域住民の健康づくりに役立て
た。

【対象】① 四以上受講できる人／終了後に食生活改善指導員連絡協議会に入会し、地区の健康増進会である人（要申込）に限る。

Table 1 (continued) - Continued

【参考文献】 [1] 陈国平. 中国农村人口老龄化与养老保障[J]. 人口研究, 2006(1): 7-12.

日期	1月25日(金)	2月22日(水)	3月21日(金)
	4月18日(水)	5月20日(火)	6月19日(木)

「**職業生活シスター**」(船橋しほ子 作の原作)

【圖說】本圖係以圖解說明

2022. 5월 22 일 (수)

● 2009 年 12 月 1 日起, 对原产于与我国签订含有关税优惠条款的区域性贸易协定的国家或地区的进口货物, 按照协定税率征税。

[illegible]

か、地獄である。上月、食糧増産に力をつくす旨といふ事、料理長、衛生長、合議部長、衛生官など各所面したいと思つたが、地獄の食糧に地獄に二回願ひたい。

また、平成24年度から食料増産推進連絡協議会への関係委員の加入が可能になりました。料理に自信がある人、食料増産を軸としてみたい人など、意欲のある人ならなただち願ひたい。平成25年度も要請して、食糧になりまけぬか。