




【様式 1】

① 食育月間の取組

<p>提出都道府県名 政令指定都市名</p>	<p>青森県</p>
<p>取組市町村名 取組団体・企業名</p>	<p>むつ市（健康づくり推進課）</p>
<p>取組の名称</p>	<p>むつ市考案のヘルシーバランス弁当及び販売促進 PR</p>
<p>実施時期</p>	<p>6月</p>
<p>取組内容</p>	<p>むつ市考案のヘルシーバランス弁当（熱量500キロカロリー、食塩相当量2.5g以下、レシピ付き）を広く周知するため、市HP、Facebook、窓口でのレシピ配布等のほか、事業所単位で購入促進のため、むつ市すこやかサポート事業所や健やか隊員のいる事業所へPRチラシの送付を行いました。</p> <p>食育月間に合わせ、新メニューの弁当を3つ追加し、市HP、Facebook、窓口等で宣伝し、ヘルシーバランス弁当購入者にはレシピ添付のほか、食育月間であることの周知も行いました。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">  </div>

## 【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	青森県
取組市町村名 取組団体・企業名	十和田市（十和田市立深持小学校）
取組の名称	○ 食育・食事のマナーを身につけよう（児童生活委員会） ○ 好き嫌いしないで食べよう 栄養指導（養護助教諭）
実施時期	6月
組内 容	<p>・日程 6月24日(月)～6月28日(金) 全校児童（35名）</p> <p>・ねらい 基本的な食事マナーを身につけ、みんなと楽しく給食を食べる。</p> <p>・内容 生活委員5名が、委員会活動で、深持小学校の児童で特に守ってもらいたい食事のマナーを話し合いました。「お椀や皿を持つ」「ひじをつかない」「姿勢正しく食べる」に決定し、各学級でマナーが守れた日にはプリントにシールを貼り、クラスのシールの合計枚数を発表しました。委員会発表でのマナーの良い見本を確認しました。</p> <p>・日程 6月12日(水)5校時 4・5学年(7名)</p> <p>・ねらい ①自分たちが好きな食べ物や嫌いな食べ物について考え、自分の食生活を見直す。 ②自分たちが調理することを通して作ってくれる人の気持ちを考え、食べ物を無駄にせず大切に食べようとする気持ちを育てる。</p> <p>・内容 「好き嫌いをしないで食べよう。『野菜と豆パワー』」 野菜を使ったおやつ作りをしました。 生活習慣病は食事や運動不足、睡眠不足等によって起こることを知りました。病気になるためには規則正しい生活や食事が大事であることを知りました。野菜の栄養について知り、にんじん、かぼちゃパウンドケーキを作りました。</p> <p>・日程 6月13日(木)5校時 1学年(6名) 6月13日(木)5校時 2・3学年(13名)</p> <p>・ねらい ①野菜を食べると体にいいことがあることを知る。 ②自分たちが調理することを通して作ってくれる人の気持ちを考え、食べ物を無駄にせず大切に食べようとする気持ちを育てる。</p> <p>・内容 「野菜を食べよう。『野菜と豆パワー』」 野菜を使ったおやつ作りをしました。 元気に過ごすためには、食事が大事なことを知りました。アンケートの結果から自分たちが好きなもの、嫌いなものについて考え、食事やおやつについて見直しました。</p> <p>・日程 6月18日(火)6校時 6学年(9名)</p> <p>・ねらい ①自分たちが好きな食べ物や嫌いな食べ物について考え、自分の食生活を見直す。 ②生活習慣病にならないためにはどうしたらよいか考える。</p> <p>・内容 「野菜を食べよう。『野菜と豆パワー』」 生活習慣病は食事や運動不足、睡眠不足等によって起こることを知りました。自分たちの食事や睡眠について考え、健康な体を保つためには食事が大事なことを知りました。アンケートの結果から嫌いな野菜が多いことを知りましたが、野菜や豆を食べることで体にどのような良いことがあるか知りました。好き嫌いせずに食べることが病気の予防の一步とすることを学習しました。</p>

【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	青森県
取組市町村名 取組団体・企業名	新郷村
取組の名称	(1)3つの食品群についての周知 (2)オレンジジュースを作ろう(2・3学年) (3)保健だよりの発行 (4)ふるさと産品給食の日
実施時期	(1)毎日 (2)6月20日(木) (3)6月 (4)6月21日(金)
取組内容	(1)給食に使われている食品を3つの食品群に分類し、給食のエネルギー量も生活委員会が給食前に全校15名に紹介しました。(新郷村立西越小学校)  (2)養護助教諭の指導により、小学校2・3年生(5名)を対象に、オレンジジュースは何でできているのかを予想し、実際にジュースを作ってもらいました。 清涼飲料水には、パッケージに味の種類が記載されていても果汁が入っていないものがあることを学び、また、大量の砂糖が入っていることを理解させました。(新郷村立西越小学校)  (3)保健だよりに、6月と11月は食育月間であること、毎月19日は食育の日であることを取り上げ、特に感謝の気持ちを込めた「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶をしっかりとしようという内容を掲載しました。(新郷村立野沢中学校)  (4)6月21日(金)にふるさと産品給食の日を実施しました。 当日の給食献立は、飲むヨーグルト、ごはん、ほたて汁、チキンみそカツ、小松菜の煮びたし、りんごゼリーでした。 青森県むつ湾でとれたほたてや県産野菜、新郷村で作られたみそを使ったほたて汁と、青森県産のとり肉を使ったチキンみそカツ、青森県産のりんごを使ったりんごゼリー、新郷村の飲むヨーグルトなどを使い、全15品目の食材のうち、13品目に新郷産・青森県産の食材を使いました。そして、青森県や新郷村で採れる食材を児童生徒に知らせました。 また、ふるさと産品給食について、給食だよりや給食一口メモで各校の児童・生徒に伝えました。(新郷村内各小中学校)