

【様式2】

②食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	京都府
取組市町村名 取組団体・企業名	宇治市 京都岡本記念病院
取組の名称	南宇治中学校での適塩授業～今日からはじめる適塩生活～
実施時期	令和元年11月28日（木）
取組内容	<p>中学生は保護者の目も離れはじめ、自分で食事を選択する機会も増えるので、中学校の保健体育の生活習慣病の単元授業において適塩授業を実施しました。</p> <p>自身の塩分摂取についてふり返り、生活習慣病にならないために正しい食の選択ができることを目的としました。</p> <p>【内容】</p> <p>宇治市適塩アドバイザーの京都岡本記念病院 腎臓内科副部長 劉 和幸医師と市の保健師・栄養士によるクイズや実験も盛り込んだ適塩授業を実施しました。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  <p>▲調味料に含まれる塩分量の多い順に並べるクイズをしました。</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>▲ダイアライザーを使用した実験を行い、腎臓の働きを説明しました。</p> </div> </div> <p><成果></p> <p>事後アンケートの結果によると、塩分を摂りすぎていることへの気付きや、自分の食生活において改善すべき点を見つけることができました。</p>

【様式2】

②食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	京都府
取組市町村名 取組団体・企業名	綾部市
取組の名称	あやべ食育・すこやかフェスティバルの開催
実施時期	日時：令和元年11月10日(日) 10:00～15:00
取組内容	<p>目的：広く市民に健康・食育に関する啓発・普及を行い、市民の健康意識を高めるために実施しています。</p> <p>内容：食育や健康づくりに関するイベントの中で、綾部食育推進ネットワークで構成される団体（保育園・幼稚園・食生活改善推進員等）の取組の紹介や食に関する展示と、手作りおやつ体験コーナーとして「豆腐団子」の手作り体験を行い、子供81人を含む192人の参加がありました。</p> <p>参加者：総来場者 810人</p> <p>【食育に関する展示】</p>  <p>【手作りおやつ体験】</p>  <p><成果></p> <p>幅広い年代の方が来場され、食育に関心を持ってもらう機会となりました。手作りおやつ体験コーナーは特に家族連れで多く参加され、家族で体験を共有し、一緒に食について考えていただく機会となりました。</p>

【様式2】

②食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	京都府
取組市町村名 取組団体・企業名	宮津市立宮津小学校
取組の名称	教科・領域に取り入れた授業の実施
実施時期	10月11日
取組内容	<p>○令和元年10月11日開催の京都府学校給食研究発表会で、様々な教科・領域の中で食育の視点を取り入れた授業を行った。</p> <p>■授業例</p> <p><2年生「おいしい野さいをそだてよう～みんなにつたえよう～（生活）」></p> <ul style="list-style-type: none"> ・自分たちが育て、蒸かしたさつまいもを、見た目、匂い、触感や食感を意識させながら食べさせ、それぞれの意見を発表。農家の方が育てたさつまいもの写真を見せ、育てることの苦労や工夫を学んだ。 <p><5年生「みらいへのつばさ（算数）」></p> <ul style="list-style-type: none"> ・担任と栄養教諭とで、2次元の表の導入として教科書にある食事バランスガイドを取り上げ、授業を実施。表の利便性と共に1日分の献立を考えるポイントも学んだ。 <p><6年生「I like my town. 自分たちの町・地域（英語）」></p> <ul style="list-style-type: none"> ・宮津の良さを交流させ、文面を英語化。宮津の良さを考える中で、改めて宮津の食の素晴らしさを考え、伝えようとする気持ちを高めた。 <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;">  <p>2年生</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>5年生</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>6年生</p> </div> </div> <p><成果></p> <p>食育とは関係なさそうな教科についても、自分たちの町や身近な食事を題材とすることで興味をもって考えることができ、ふるさと宮津の食材に係わる知識の習得や食に携わる人々の思いに触れ感謝の気持ちを育むことにつながった。</p>

【様式2】

②食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	京都府
取組市町村名 取組団体・企業名	京丹後市
取組の名称	キッズクッキング
実施時期	令和元年7月29日(月)9:30~13:00 令和元年8月19日(月)9:30~13:00
取組内容	<p>目的:朝食の大切さについて伝え、朝食を喫食する習慣をつける。更に子ども自身で食を選択する力や調理する力を身に着けるための一歩として、簡単な調理実習を行う。そしてこの実習をきっかけに、家庭でも取組を進めるもらうことを目的とする。</p> <p>会場:峰山総合福祉センター 健幸館 参加者:市内小学生2、3年生 各回12名(合計24名) 従事者:健康推進課 栄養士 3名</p> <p>実施内容: ・講話「朝ごはんを食べて元気な一日を！」 自分で考えた朝食献立のバランス等を各自で評価・検討 ・調理実習「ごはん、みそ汁、スペイン風オムレツ」</p> <p><教室の様子> 参加児童は、自分で作成した朝食献立のバランスなどを評価し、さらに良い献立にするためにどうしたらよいかを考えることができました。また、実習も積極的に取り組み、よい調理体験ができました。</p>  <p><成果> 終了時アンケートより、「バランスよく食べることの意味」「朝食の必要性」について、全員が理解できました。また、自分達で作った料理はとても美味しく、調理することの楽しさを体験することができました。</p>

【様式 2】

②食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	京都府
取組市町村名 取組団体・企業名	南丹市立殿田小学校
取組の名称	弁当の日の取組
実施時期	令和元年5月～12月
取組内容	<p>実施学年等 第5 学年12 名、第6 学年15 名</p> <p>殿田小学校では、毎年、5、6 年生が家庭科の学習で、弁当の日の取り組みをしています。今年度も、4回にわたり実施しました。</p> <p>5 月の第1 回目には、殿田中学校の栄養教諭の指導により、弁当の色や栄養バランス、そして、自分に合った弁当箱の選び方を学びました。普段使っている弁当箱を持ち寄り、自分に適した弁当の容量かどうかを計算して確かめました。自分が食べたいものだけを詰めるのではなく、年齢や発育に合わせた食事量について学ぶ機会となりました。</p> <p>第2 回目（5 月11 日）は、給食のおかずを自分の弁当箱に詰める体験をしました。隣接する給食調理場で弁当用に特別献立のおかずを用意していただきました。弁当に彩りよく、分量を考えながら詰める体験を通して、同じものでも、詰め方により見栄えが違うことなどに気づきながら、弁当の詰め方や盛り付け方の意義を考えることができました。</p> <p>第3 回（11 月7 日（6 年）、11 月14 日（5 年））では、南丹市保健医療課の職員や食生活改善推進員と一緒に調理実習に挑戦しました。今回は、自分達で調理して弁当を作ります。事前に献立と作り方を見て、グループごとに分担をすることや、ご飯を先にセットしておくことなど、調理の手順についても計画を立てました。ご飯を鍋で炊いたり、おかずによって調理法が違うことを確かめたりする中で、家庭科で学習したことを確かめながら調理を進めていました。弁当に合わせて、自分たちで出汁を取って作った味噌汁も調理して食べました。自分や友達が作ったおかずの味を楽しみながら、みんなでおいしくいただきました。</p> <p>最終回の第4 回（12月9日）は、全て自分で弁当を作りました。これまで学習してきた調理法や食材、詰め方などの知識を生かし実践する学習です。事前に、ワークシートで、作りたい主食、主菜、副菜を考えました。それに必要な食材や調理法についても計画を立てます。今回は、家庭で、自分で弁当作りをして、学校に持ってきますので、家族と一緒に買い物をするところから実習スタートです。中には、総合的な学習の時間に環境について学習した際に考案した「残り物チャーハン」など、家庭の冷蔵庫にあるものを応用した調理を計画する児童もいまし</p>

た。当日は、弁当を持ち寄り、計画や調理のポイントを誇らしげに交流しながら、自分の作った弁当を食べました。今回が弁当の日の最終回でもあるので、これまでの学習を振り返り、弁当の量や色合い、栄養のバランスなどについて振り返りながら会食が進みました。

