

【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	東京都
取組市町村名 取組団体・企業名	東久留米市
取組の名称	カレーを通して栄養バランスを考える
実施時期	令和2年6月1日（月）～30日（火）まで
取組内容	<p>・多摩小平保健所と圏域5市で構成されている「栄養・食生活ネットワーク会議」では栄養改善目標「栄養バランスのとれた食事」について推進しています。</p> <p>・今年度は食育月間の取組の一環としてテーマを「カレーを通して栄養バランスを考える」とし、普及用リーフレット「食事を美味しく、バランスよく」等を活用しながら市民への働きかけをしました。</p> <p>【市内では】</p> <p>・公立保育園、わかさ学園、公立小学校で主食・主菜・副菜のそろった栄養バランスの良いカレー給食の提供を行い、その際にリーフレットを活用しました。</p> <p>・広報ひがしくるめ6/15号に食育月間に関する記事を掲載しました。</p> <p>・ホームページに、6月限定で下記の関連記事を掲載しました。</p> <p>①6月は食育月間、今年は『カレーを通して栄養バランスを考えよう』 食育月間の周知と、普及用リーフレットから抜粋した栄養バランスのとれた食事について、ライフステージ別に気を付けていきたいこと等、掲載しました。</p> <p>②「カレーレシピ特集」 栄養士が所属する健康課・障害福祉課・学務課・子育て支援課で、給食や教室等で提供している手作りカレールーでの主食・主菜・副菜の揃ったカレーライスレシピを掲載しました。</p> <p>例年、保健センター内での展示をしていましたが、施設利用再開の見通しが立っていない状況だったため、ホームページの充実を図りました。</p> <p>また、給食提供では新型コロナウイルス感染症の関係で、予定通りにはできないところも多く、可能な限りでの普及啓発となりました。</p>

市広報紙



ホームページ



【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	東京都
取組市町村名 取組団体・企業名	三鷹市
取組の名称	食育動画の配信
実施時期	6月1日から6月30日まで
取組内容	<p>【概要】</p> <p>食を通じたコミュニケーションの促進を目的とし、市民を対象に三鷹市の公式チャンネルを通じて動画の配信を行いました。</p> <p>小さい子どもでも食事の準備に関わることが出来るようなコツを分かりやすく紹介しました。</p> <p>【内容】</p> <p>「家庭で出来る食育のすすめ～小さい子どもが出来るお手伝い～」</p> <p>再生回数 208 回</p>  <p>小さな子どもでも出来るお手伝いのコツ紹介 ちらしずし編</p> <p>https://youtu.be/W8vHgpFn230</p> <p>「おうちごはんを応援！～子どもと作ろうサンドイッチ」</p> <p>再生回数 103 回</p>  <p>おうちごはんを応援 ～子どもと作ろう！サンドイッチ～</p> <p>ポテトサラダ サンド たまごサンド</p> <p>三鷹市総合保健センター</p> <p>https://youtu.be/7g101jzmlbU</p> <p>【取組の成果】</p> <p>新しい情報発信の形を作ることが出来ました。また、動画を通じて子どもが食への興味を持ちコミュニケーションの促進につながる内容になりました。</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	東京都江東区
取組市町村名 取組団体・企業名	深川一丁目保育園
取組の名称	<p>① 様々な食材の味や形態に慣れる</p> <p>② 一人でコップを使う食事のマナーを知り、スプーンを使って食べる</p> <p>③ 玉ねぎの収穫</p> <p>④ きゅうりの収穫</p> <p>⑤ 紫キャベツを使った制作</p>
実施時期	<p>①② 6月</p> <p>③ 6月1日・6月3日・6月4日</p> <p>④ 6月8日</p> <p>⑤ 6月15～19日</p>
取組内容	<p>対象：1歳児</p> <p>① 個々の発達段階に応じて手づかみ食べをさせました。 →あらかじめ一口分の大きさに切るなどし、食べやすいようにしました。 →保育者が噛む真似を見せ、十分に咀嚼する習慣が身につくようにしました。</p> <p>② コップでの水分の取り方（持ち方、口のつけ方）を丁寧に知らせています。 保護者とも連携し、家庭と保育園と両方でコップの使い方の練習を進めています。</p> <p>① ②に取り組みながら、楽しい雰囲気ですり食べができるようにしています。</p> <p>対象：4歳児</p> <p>③ 前年度から育てていた玉ねぎを収穫し、収穫した玉ねぎをどうするかこどもと調理・栄養士と相談し、こども達が皮むきをし、サラダとして調理してもらいました。玉ねぎのにおい・皮をむいたツヤ・味など五感で感じました。</p> <p>④ きゅうりのトゲトゲの発見・色・においを感じることを目的に、自分たちが育てた苗が口に入るまでを経験しました。苦手な子も口にしたり食に関心を持っていました。「皆で育てる」「口に作る」が楽しみになっています。 * 図鑑や苗の生長を写真付きでまとめ、絵本コーナーに設定しています</p> <p>⑤ 紫キャベツで色水を作り、pHの違いを活用し、あじさいの花の色付けをしました。 酢・レモン・食器用洗剤等を使用すると、みるみるうちに色が変化しました。 子供たちは、普段口にしないものなので興味津々でした。</p>