



【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	長野県
取組市町村名 取組団体・企業名	駒ヶ根市立 すずらん保育園
取組の名称	生卵を割ってみよう（年長児） 親子丼が出来るまでを知ろう（年少児～年長児）
実施時期	6月
取組内容	<p>目的：生卵を割る（年長児） 親子丼が出来るまでを知る（年少児～年長児） 対象者・参加者：年少～年長児（71名）、保育士、園長、給食調理員、管理栄養士</p> <p>取組内容①：「親子丼」に使う卵を割る（年長児 21名のみ） 子ども達はしっかり身支度・手洗い・消毒を行った後、給食調理員より卵の割り方を教えてもらい、1人ずつ卵を割りました。 「卵を割る時の力の強さが難しい…」という子や「家で練習して来た！上手に割ることができたよ！」という子など様々でしたが、皆楽しんで取り組んでいました。</p> <p>取組内容②：「親子丼」が出来るまでの説明 親子丼が出来るまでの工程を撮影し、プリントアウトした写真を見せながら管理栄養士が子ども達に説明しました。卵を割っていない年少児・年中児は年長児が卵を割っている写真を見て「年長さんが作ってくれたんだ」「すごい！！」と驚いていました。普段見ることができない調理過程の写真は、「うわ～大きいお鍋！」「お野菜がいっぱい入っているね。」と興味津々で見っていました。 どの学年の子も「おいしい、おいしい」と言ってよく食べ、自分たちが調理に関わったこと、調理の過程を見たことが食欲に繋がっている様子がうかがえました。</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	長野県
取組市町村名 取組団体・企業名	長野県北信保健福祉事務所
取組の名称	フレイル予防普及啓発リーフレット、フレイル予防レシピの作成・配布
実施時期	令和2年6月
取組内容	<p>○フレイル予防普及啓発リーフレット・レシピ</p> <p>新型コロナウイルス感染症による自粛生活を受け、閉じこもりがちな高齢者に向け、フレイル予防の啓発を行うため、リーフレット・レシピを作成。</p> <p>このリーフレットは、食生活改善推進員やシニア大学の学生などを通して地域住民へ配布した。</p> <p>【リーフレット】</p> <p>リーフレットでは「食事」、「運動」、「お口、歯の健康」、「身近な人との支え合い」の4つのポイントを中心とした内容で作成。イラストも加え、理解しやすいように工夫した。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div data-bbox="734 1131 798 1176" data-label="Caption"> <p>【表】</p> </div> <div data-bbox="539 1176 1002 1818" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="1228 1131 1292 1176" data-label="Caption"> <p>【裏】</p> </div> <div data-bbox="1040 1176 1503 1818" data-label="Image"> </div> </div> <p>【レシピ】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・主菜・副菜のレシピを各2品ずつ考案。 ・自宅でも簡単に調理できること、夏野菜を使ったレシピを提案。 ・普段の食事の中に組み合わせてもらえるよう、味付けや調理の仕方が被らないよう工夫した。