

【様式 3】

③食育の日の取組

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	八戸市立長者中学校
取組の名称	食育だよりの発行
実施時期	6月、7月、10月、12月の食育の日
取組内容	各月の食育の日に以下のテーマで食育だよりを発行しました。 6月・・・「食育月間」と「食育の日」について 7月・・・食事を通してできる熱中症や夏バテの予防 10月・・・みなさんの食に関する質問に答えていただきました （生徒から寄せられた食に関する質問に対し、栄養教諭に回答してもらった内容を特集して掲載。） 12月・・・学力と食事について （1年生対象に栄養教諭による講演会を実施。その内容を掲載。）

③食育の日の取組

提出都道府県名	青森県
政令指定都市名	
取組市町村名	六ヶ所村
取組団体・企業名	
取組の名称	健康づくりカレンダー
実施時期	5、7、8、10、12月
取組内容	○目的：食育の普及を図るために行う。 ○対象：村民 ○内容：村で配布している健康づくりカレンダーにおいて、各月の旬の食材や行事等について掲載した。 ・5月 食育の日 毎月19日は食育の日です。 5月の旬の野菜は、グリーンピース、アスパラガス、新玉ねぎ、ルッコラなどです。 こどもの日や母の日もありますので旬の食材を使った料理をぜひご家族で作ってみてください♪  ・7月 食育の日 毎月19日は食育の日です。 7月の旬の野菜は、トマト、なす、ピーマン、きゅうり、パプリカ、オクラなどです。七夕にそうめんの飾りとして使ったり、夏野菜でカレーやラタトゥイユを作ったりしてみてください♪  ・8月 食育の日 毎月19日は食育の日です。 8月の旬の野菜は、とうもろこし、なす、冬瓜、モロヘイヤなどです。 8月31日は「野菜の日」です。夏は野菜摂取量が少なくなる傾向にありますので、いつもの食事にプラス1皿野菜料理を加え、1日350gの野菜摂取を目標に食べましょう♪  ・10月 食育の日 毎月19日は食育の日です。 10月の旬の野菜は、かぼちゃ、かぶ、さといもなどです。 今年の十五夜は10月1日です。お団子やさといもなどをお供えして秋の収穫に感謝しましょう♪  ・12月 食育の日 毎月19日は食育の日です。 12月の旬の野菜は、カリフラワー、長芋、春菊などです。風邪に負けない丈夫な体をつくるためにも野菜をたくさん食べましょう♪ 

③食育の日の取組

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	むつ市
取組の名称	令和2年度むつ市健康カレンダー 「食育の日」や「青森県の食育月間」の普及啓発
実施時期	11月
取組内容	1. 目的 市民へ健康カレンダーを通して、「食育の日」や「青森県の食育月間」の普及啓発のため、PRを実施しました。 2. 対象者 むつ市民 3. 実施内容 栄養バランスの整った食事の推進や食生活改善推進員の活動を含めた記事を掲載し、PRを実施しました。