

【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	茨城県
取組市町村名 取組団体・企業名	水戸市
取組の名称	柳河小学校 「朝ごはんで目覚ましONする作戦をたてよう」
実施時期	令和2年11月19日
取組内容	「朝ごはんで目覚ましONする作戦をたてよう」 5年生 15名 常磐小学校の栄養教諭の指導で、朝ごはんの大切さを学ぶとともにどのような朝ごはんを食べたらよいかを学んだ。自分の朝ごはんを見直し、何を加えたらよいかを考えたり、どのようなメニューにしたらよいかをワークシートを使って作ったりし朝ごはんに対する意識の改善が図れた。 <授業に熱心に耳を傾けている様子>  <わかりやすく説明>  <ワークシートに真剣に取り組む様子> 

③食育の日の取組

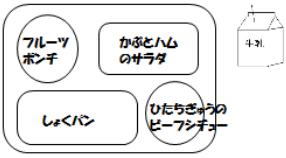
提出都道府県名 政令指定都市名	茨城県
取組市町村名 取組団体・企業名	水戸市立緑岡中学校
取組の名称	給食の決まりごと 残量0を目指して
実施時期	11月19日
取組内容	【給食時の決まりごと確認】 衛生チェック ⇒ アルコール消毒 ⇒ テーブルクロスを敷く ⇒ 配膳 ・給食時は、話をせずに食べる。  【残量0を目指して】 ・1か月の残量を伝える ・給食の残量処分にかかる費用を伝える ・炭水化物が及ぼす脳へのよい影響を伝える ・バランスよい食事の大切さを伝える 

③食育の日の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	茨城県
取組市町村名 取組団体・企業名	ひたちなか市 ひたちなか市立長堀小学校
取組の名称	収穫祭の実施
実施時期	11月19日 木曜日
取組内容	1 目的 ・児童が自ら作物を育て味わうことで、食への感謝の気持ちを養うきっかけとしました。【感謝の心】 ・児童が保護者や地域の方々と関わり、グループで取り組むことで、協力したりマナーを考えたりすることが相手を思いやり楽しい食事につながることを理解できるように行いました。【社会性】 2 対象者と人数 5年生児童97人、6年生児童112人、地域の方々2人、保護者10人 3 実施内容 ・総合的な学習の時間に、地域の方のご指導のもと、畑をお借りして児童が育て収穫したお米とだいこんを、当日おにぎりとし漬けにして味わいました。 ・ご指導いただいた地域の方々や日頃お世話になっている方々には、収穫したお米や野菜に手紙を添えて贈りました。 4 特徴 ・年間を通して、学校と保護者や地域の方々が連携して食育に取り組みました。 ・防災教育も兼ねて、おにぎりは炊飯器を使わずに、洗米したお米と水をビニール袋に入れて湯煎して炊いてにぎりしました。 ・新型コロナウイルス感染症対策のため、おにぎりは体育館において各自で炊飯して握り、漬け物は野菜を洗う作業を児童が行い、切って漬ける作業は職員等が行いました。食べる際には、換気のよい屋外で食べるようにしました。



③食育の日の取組

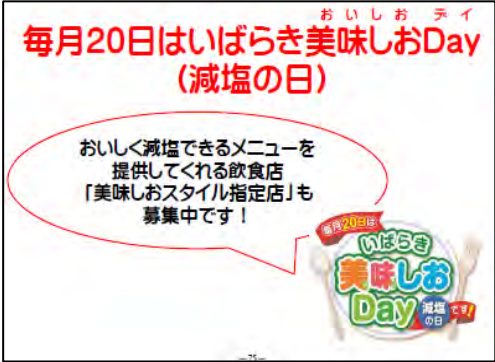
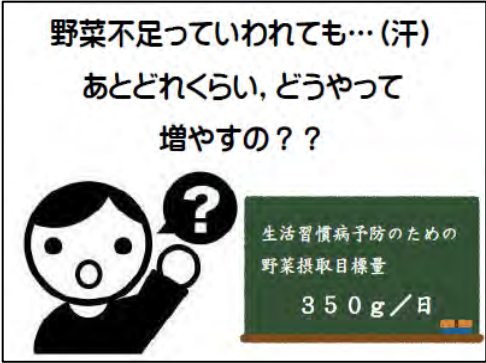
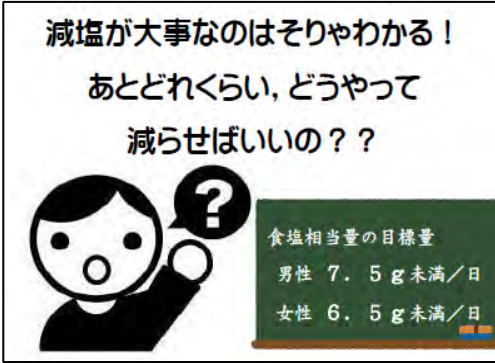
提出都道府県名 政令指定都市名	茨城県
取組市町村名 取組団体・企業名	潮来市
取組の名称	毎月1回、県産食材を多く使用する日の設定（まるごと茨城デー）
実施時期	食育の日付近の日付で毎月1回
取組内容	茨城県食育推進計画にならい、潮来市の学校給食においても地産地消を進めています。ごはんの日（月・水・金）は、市のブランドコシヒカリあやめちゃんを毎回使用しています。また道の駅や、農家と連携し、市産の野菜を積極的に納入しています。 その中で、毎月1回食育の日付近の日に、県産・市産食材を特に多く使用する、「まるごと茨城デー」を設けています。現在までに、県産の肉（ロースポーク、美明豚）、魚（鯖、鮭、しらすなど）の他、潮来市産のサツマイモ、小松菜、トマト、マコモダケ、もやし、ゆず、ねぎ、きゅうりなどの野菜も取り入れてきました。掲示資料や配布資料でも、まるごと茨城デーや地産地消について記載し、子供たちへの指導も強化しています。 11月19日(木) ・食パン ・牛乳 ・かぶとハムのサラダ ・常盤牛のビーフシチュー ・フルーツポンチ  11/19(木) まるごと茨城デー  今日は茨城県の食材を多く使用したまるごと茨城デーです。米は潮来市の「あやめちゃん」やかぶ、小松菜が潮来市産です。牛乳、きゅうり、常陸牛、マッシュルームなど茨城県産の食材を多く使っています。

← 各クラスで掲示している指導資料「ランチタイム」

毎日、その日の給食の内容で伝えたいことが書かれています。今回は県の、常陸牛無償提供事業で、給食で常陸牛提供することができました。

潮来市産の小松菜は農家から直接納品した新鮮なものを使用し、かぶは道の駅の協力を得て提供しました。

③食育の日の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	茨城県
取組市町村名 取組団体・企業名	竜ヶ崎保健所
取組の名称	「食育の日」の周知及び減塩・野菜摂取量増加の食育実践例の紹介
実施時期	令和2年12月1日（火）
取組内容	・毎年、竜ヶ崎保健所では管内市町村の食生活改善推進員養成講座において保健所管理栄養士を講師派遣しており、食改さんとして活躍するために必要な知識習得のための講話を市町村保健センター等に出張して実施しています。 ・今年度は、茨城県守谷市が養成講座開講の年度。保健センターでの講座終了後、「食育の日」「食育月間」等の、食育取り組みについて受講者にご紹介したほか、茨城県民（守谷市民）の健康課題をふまえて、実践できる食育活動として、手軽な「減塩のコツ」「野菜摂取量アップのコツ」を伝授しました。 ・また、今年度より本県で開始した“美味しく減塩”を目指す取組みである「いばらき^{おい}しおDay」についても併せて紹介し、「味は美味しいままで減塩はできる！」ことの周知を行いました。参加者の皆様には「おいしお」の語感を気に入っていただき、「食育の日」と併せて覚えて帰っていただくことができたようでした。 【講座で使用した資料（抜粋）】   野菜不足っていわれても…（汗） あとどれくらい、どうやって増やすの？  生活習慣病予防のための 野菜摂取目標量 350g/日 減塩が大事なのはそりゃわかる！ あとどれくらい、どうやって減らせばいいの？  食塩相当量の目標量 男性 7.5g未満/日 女性 6.5g未満/日

