

① 食育月間の取組

<p>提出都道府県名 政令指定都市名</p>	<p>青森県</p>
<p>取組市町村名 取組団体・企業名</p>	<p>深浦町（深浦町立深浦中学校、深浦町立深浦小学校）</p>
<p>取組の名称</p>	<p>食育授業と「残さず食べよう『かものはし』運動」</p>
<p>実施時期</p>	<p>①令和4年6月3日（金） ②令和4年6月6日（月）～6月10日（金）まで残量調査 *放送は7月</p>
<p>取組内容</p>	<p>①食育授業（深浦町立深浦中学校）</p> <p>今年度初めての取組として、深浦小学校栄養士、深浦町健康推進課保健師、深浦中学校養護助教諭が連携し、深浦中学校の全校生徒に食育の授業を行いました。</p> <p>同校生徒の給食残食量調査の結果に基づき、食生活アンケートや野菜の充足率を測定するベジチェックを実施し、生徒自らが食生活の改善に取り組めるように促しました。</p> <div data-bbox="470 981 975 1265"> </div> <div data-bbox="991 981 1501 1265"> </div> <p>②残さず食べよう『かものはし』運動（深浦町立深浦小学校）</p> <p>深浦小学校健康委員会活動の一環として、毎年6月・11月に給食の残量調査を行っています。平成29年度より、かものはしの食育キャラクターを作成し、その標語（か：よく噛む、も：食器を持って食べる、の：残さず食べる、は：箸の持ち方に気を付けよう、し：美しい姿勢で食べよう）とキャラクターを、食事のマナーについての指導に活用しています。毎月1回、食事のマナーについてのかものはし放送を行い、今月のかものはしの目標を伝えていきます。6月の残量調査の結果を踏まえて、7月のかものはしの目標を「残さず食べる」にし、残さず食べようとする意識付けを行いました。</p> <div data-bbox="938 1592 1517 1973"> <p>かものはし放送原稿</p> <p>これから、食事のマナーについての「かものはし放送」を始めます。「かものはしの歌」～♪</p> <p>みなさん、食事のマナーをきちんと守って給食を食べていますか？ 食事のマナーは、一緒に食事をする人同士が、お互いに気持ちよく食べられるように、そして、食事や食材を作ってくれた人に、感謝の気持ちを表すための行いです。</p> <p>深浦小学校では特に気を付けてほしい食事のマナーを「か・も・の・は・し」の標語で表しています。</p> <p>今月のめあては、「か・も・の・は・し」の「の」、「のこさず食べよう」です。</p> <p>6月6日～10日の1週間、「残量調査」を行い、各学年、どのくらいの量の給食を残しているかを健康委員会と調べました。調べた結果、1週間多く残ってしまっただけで2年生でした。深浦小学校で多く残った料理は、切干大根のベーコン煮、パプリカ漬けでした。この料理にはどちらも切干大根が入っています。切干大根は普段食べられない人も多いと思いますが、実は普通の大根より、鉄分やカルシウム、食物繊維などの栄養素が多く含まれている、とても栄養価が高い食べ物です。</p> <p>他の料理の残量や、学年別の結果は、ランチルームに掲示するので、後で見てください。</p> <p>普段食べている給食は、みなさんの成長や健康にすくすくするために必要なエネルギーや栄養素を考えて出しています。1人ひとり身長や体格、活動量も違い、食べられる量もそれぞれ違いますが、好き嫌いでのこすと、体の成長のためや健康にすくすくするための必要な栄養が足りなくなってしまうので、無理をして食べるのはよくありませんが、自分たちの健康な体づくりのためにも、なるべく残さないようにして食べましょう！</p> <p>これで、今月のかものはし放送を終わります。⇒「かものはし放送の歌」～♪</p> </div>