

【様式 2】

②食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	長崎県
取組市町村名 取組団体・企業名	川棚町
取組の名称	食育講話「親子で学ぼう！体をつくる栄養」
実施時期	令和6年8月7日（水）
取組内容に該当する 食育ピクトグラム	
取組内容	【目的】体をつくる栄養について学び、バランスよく食べることの大切さと正しい食の知識を身につけ、子どものうちから生活習慣病予防を考えることです。 【対象者】町内小学3～6年生の親子 【参加人数】11人 【内容】 夏休み期間中に、親子で体をつくる栄養について、講話を行いました。体は食べたもので作られていること、それぞれの食べ物によって異なる栄養があることを話し、バランスよく食事をするものの大切さを伝えました。また、お菓子やジュースについても実際にジュースの砂糖量の媒体を活用しながら、子どもの生活習慣病について説明を行いました。 夏休み期間中だったため、さらに自由研究におすすめの「だし」についてもうまみのひみつや「だし」のとり方の講話、だしを使った料理の紹介などを行いました。最後にお土産でかつお節・昆布・煮干し・干しいたけを渡し、家で料理に挑戦するように勧めました。  