

【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	岡山市
取組市町村名 取組団体・企業名	全域
取組の名称	介護予防教室
実施時期	4月～12月（6月を除く）
取組内容に該当する 食育ピクトグラム	
取組内容	ねらい：要介護状態に陥らないように予防し、住み慣れた地域でより健康的な生活を送ることができるよう、健全な食生活の実施を促します。 日時：4月～12月（6月を除く） 場所：公民館 対象者：おおむね65歳以上の高齢者 参加者数：延べ6,582人（令和6年12月末時点） 内容：中学校区単位で実施している介護予防教室（37ヶ所）において207回、食・栄養に関する講話を実施した。 【講話タイトル】 ・タイプ別便秘解消でお腹から元気に（15回） ・快眠で健康な毎日を！～睡眠の質を高める方法～（10回） ・それなに？スキnfレイルのお話（20回） ・健やかな身体づくりを始めよう！（13回） ・これでバッチリ！ストレス・不眠を和らげる食事（8回） ・食品ロスを減らしながら、しっかり食べる食生活（15回） ・楽しく学ぼう！今から備える災害時の食事（12回） ・意外に知らない？！食事にまつわるウソ・ホント（7回） ・知って得するお口の知恵袋（5回） ・「よい咀嚼（そしゃく）」から始まるフレイル予防（17回） ・知ろう、舌の役割 始めよう、舌のトレーニング（6回） ・誤嚥性肺炎予防の新習慣「長生きうがい」（17回） ・物忘れが気になる方の認知症予防講座（21回） ・見逃さないで！認知症の一步手前の状態とは？（20回） ・いつ食べる？時間栄養学で体のリズムを整える（6回） ・お口のケアグッズの選び方・使い方（5回）

	・フレイル予防で健やかな身体づくり（１０回）
--	------------------------

【様式2】

②食育月間以外の月の取組

提出都道府県名	岡山県
政令指定都市名	岡山市
取組市町村名	岡山市
取組団体・企業名	中央地域栄養改善協議会 陵南学区
取組の名称	おやこ料理教室
実施時期	令和6年7月
取組内容に該当する食育ピクトグラム	
取組内容	日時：令和6年7月26日 場所：陵南コミュニティハウス 対象者：陵南学区の小学生とその保護者 参加者数：小学生25名、保護者3名、栄養委員7名、保健センター1名 内容：夏休みのイベントとして、陵南学区栄養改善協議会が小学生を対象に親子料理教室を開催しました。熱中症予防や感染症予防の観点から朝ご飯を食べてきたかを確認し、正しい手洗いや身支度の説明を行い、調理実習を行いました。参加者からは「普段包丁を使えないので教えてもらえてよかった」「とてもおいしかったので家でも作ってみたい」などの感想が聞かれました。  

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	岡山市
取組市町村名 取組団体・企業名	岡山市立御南中学校
取組の名称	学校保健集会
実施時期	令和6年12月19日
取組内容に該当する 食育ピクトグラム	
取組内容	・活動の目的は「生徒の食生活に関する実態を把握し、食への関心を高める」ことです。 ・今回は災害時の食事に焦点をあて、基本的な知識を習得し、関心を高めるための活動や発表です。 ・クラス対抗でテーマに関するクイズに挑戦します。 ・本集会の事前事後のアンケートを実施し、集計結果を紙面等で生徒に知らせます。

【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	岡山市
取組市町村名 取組団体・企業名	岡山市
取組の名称	建部はっぼね児童クラブ 料理教室
実施時期	7月、8月、12月
取組内容に該当する 食育ピクトグラム	
取組内容	ねらい：建部小学校の児童と栄養委員との交流を図り、地域ぐるみで子どもを育てるまちづくりを目指しています。 日時：令和6年7月31日（水）（第1回） 令和6年8月9日（金）（第2回） 令和6年12月25日（水）（第3回） 場所：北区北保健センター建部分館 対象：建部小学校の学童クラブ（建部はっぼね児童クラブ）に通う児童 参加者数：栄養委員 延べ31人、学童クラブ指導員 延べ7人 児童 延べ68人 内容：① 講話「早寝・早起き・朝ごはん!」、食育クイズ（第1回） 講話&ゲーム「たべものがたりカードゲーム」（第2回） リサイクル教室「新聞紙エコバッグ作り」（第3回） ②調理実習（4品） ③試食 栄養委員がサポートしながら、一緒に楽しく料理を作りました。 おかわりをする子どもがいたり、野菜嫌いの子どもも残さず美味しく食べられました。 クイズやゲームで楽しく食や環境について学ぶことができました。

【様式2】

②食育月間以外の月の取組

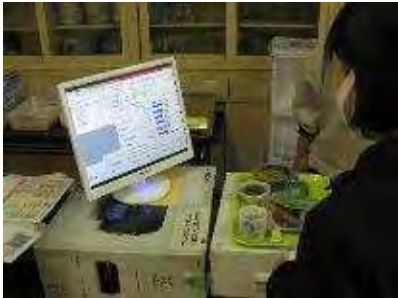
提出都道府県名 政令指定都市名	岡山市
取組市町村名 取組団体・企業名	岡山市
取組の名称	御津中学校「食活ゼミ」
実施時期	令和6年7月4日
取組内容に該当する 食育ピクトグラム	
取組内容	目的： 野菜の働きや食べ方を知ること、野菜摂取量を増やしたり、自分の体は自分が食べた物で作られていることを知ること、栄養バランスよく食べることが大切だと気づいてもらいたいです。 日時：令和6年7月4日 16時～16時45分 場所：御津中学校 対象者：御津中学校給食委員1～3年 参加者数：給食委員会12人（各学年4人）・先生3人 栄養委員7人 内容：野菜の働きを知ろう 野菜の大切さを知ろう 食べやすい野菜の調理方法を知ろう 栄養バランスについて

【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	岡山市
取組市町村名 取組団体・企業名	岡山市立御南中学校
取組の名称	夏レシピ
実施時期	令和6年7月下旬～8月下旬
取組内容に該当する 食育ピクトグラム	
取組内容	・活動の目的は「自らが家族のために食事を作ることを通して、食の大切さに気付き、食材等について興味を持つ」こと、「毎日の食事に感謝をすること」です。 ・夏休みや冬休みの長期休暇中に「家族のために食事を作り、レシピを提出する」課題を、全校生徒対象に出します。 ・提示されたいくつかのテーマに沿って食事を作り、食材の買いだしや準備片づけまですべて自分でやります。保護者に手伝ってもらうことは可能としており、多くの生徒が積極的に、意欲的にこの課題に取り組んでいます。  

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	岡山市
取組市町村名 取組団体・企業名	岡山市立御南中学校
取組の名称	食育 SAT システムを利用した、食の意識改革
実施時期	令和6年10月10日～22日
取組内容に該当する 食育ピクトグラム (複数選択可)	
取組内容	・活動の目的は「食品模型を使った栄養診断システム（SAT システム）を実施することで、楽しくわかりやすく献立の改善点を伝えることができるようにする」ことです。 ・校内の保健委員会が主体となり実施する活動です。 ・まず保健委員会に所属する生徒がこの SAT システムの演習をし、自分たちの普段の食生活を振り返り、本活動の意義を確認しました。 ・その後、各学年の生徒の参加者を募り、学年別に演習日を設定して実施しました。 ・日頃あまり気にすることのない、食事における栄養バランスに着目することにより、自分の食生活における栄養の過不足について意識を新たにすることができました。  

【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	岡山市
取組市町村名 取組団体・企業名	岡山市立興除公民館
取組の名称	食育セミナー
実施時期	9月30日（月）
取組内容に該当する 食育ピクトグラム	
取組内容	目的 健康で生活の質をよりよいものにするように、ヨーグルトのよさに気づき食事においてとることの意義と、食と健康との関係を考える機会とします。 対象 健康に関心のある市民 20人 内容 講義「ヨーグルトのひみつ」 ヨーグルトと健康の関係について正しい知識を知るとともに、乳酸菌を含むヨーグルトを食することで腸内環境を整える実践につなげる話をしてもらいました。