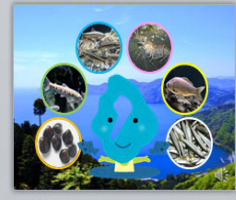


## ① 食育月間の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	滋賀県
取組市町村名 取組団体・企業名	愛荘町給食センター
取組の名称	食育の日（食育月間）
実施時期	6月
取組内容	<p>・食育の日を2回設定し各幼稚園、小中学校にて食育指導の実施</p> <p>1回目「むし歯を防いで丈夫な歯をつくろう」</p> <p>2回目「琵琶湖でとれる魚を知り、琵琶湖の恵みに関心を持とう」</p> <p>【事例】小中学校では給食時間にテーマに沿った内容のDVD視聴をし、児童が自らの食生活を振り返るきっかけとなるようにした。また、滋賀県にある琵琶湖でとれる魚介類について知り、食することで琵琶湖をもっと身近に感じることができる機会とした。</p> <p>↓↓↓『むし歯を防いで丈夫な歯をつくろう DVD 一部抜粋』</p> 

↓↓↓ 『琵琶湖でとれる魚を知り、琵琶湖の恵みに関心を持とう DVD 一部抜粋』



取組の名称	給食時間の食育指導															
実施時期	6月															
取組内容	<p>・栄養士による食育指導の実施</p> <p>小学校3年生：題材名「丈夫な歯を作る食べ物を食べよう」</p> <p>給食時間に児童へ食育指導を実施した。丈夫な歯を作るために大切な「よくかんで食べることの大切さ」や「歯を丈夫にする食べ物について」話し、子ども達が歯の健康を守っていくために自分の生活習慣や食習慣を見直す機会とした。</p> <div data-bbox="608 618 1406 1574" style="border: 1px solid black; padding: 10px;"> <p style="text-align: center;">小学校第3学年 給食の時間指導案（6月）</p> <p>1.題材名 丈夫な歯を作る食べ物を食べよう。</p> <p>2.ねらい ・むし歯を予防し、丈夫な歯をつくる食べ物を知り、歯の健康を守ろうとする。</p> <p>3.食育の視点・日常の食事の大切さが分かり、健康によい食事のとり方を身につける。（心身の健康）</p> <p>4.展開</p> <table border="1" data-bbox="683 763 1326 1111"> <thead> <tr> <th>学習活動</th> <th>指導の留意点</th> <th>資料</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>つかむ 1. 歯に関する健康クイズを考える。</td> <td>○ じょうぶな歯を作る食べものを食べよう。 ○ クイズを考えさせる。 ○ 答えを説明する。</td> <td>1. クイズ</td> </tr> <tr> <td>ひげ 2. よくかんで食べることの利点を確認する。</td> <td>○ よくかんで食べることの利点。 ・ 食べすぎを防ぐ・消化を助ける・味がよくわかる・脳の働きを活発にする・虫歯を防ぐことを確認させる。</td> <td>2. 絵</td> </tr> <tr> <td>まめ 3. 丈夫な歯を作る栄養素を知る。</td> <td>○ 歯を丈夫にする食べ物（海藻・緑の野菜・乳製品・小魚・大豆製品）と栄養素（カルシウム・タンパク質・ビタミンD）を知らせる。</td> <td>3. 食品の絵</td> </tr> <tr> <td>まめ 4. よくかんでしっかり食べ、歯磨きもする。</td> <td>○ よくかんで、しっかり食べて、歯磨きもしっかりする。</td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <p>5.評価 むし歯を予防し、丈夫な歯をつくる食べ物がわかり、歯の健康を守ろうとする意識をもてたか。</p> <p>6.資料</p> <p>①クイズA「右側の歯と左側の歯、かみやすい方でかんでいけば良いでしょうか？」 1. かみやすい方でかんでよい 2. 左右両方の歯でかむのがよい 答；2（左右の歯、両方でバランスよくかみましょう。 どちらか一方ではなく、なるべく両方の奥歯でバランスよくかみましょう！）</p> <p>クイズB「足を下につけている時と、つけていない時、どっちがよくかめるでしょうか？」 1. 下につけている時 2. 下につけていない時 3. どちらも同じ 答；1（足を下につけているほうがよくかめます。 食べる時に足がぶらぶらしていると、身体に力がうまく入らず、かむ力が弱くなってしまいます。また、下のアゴの筋肉は首や背中などとつながっているので、背筋をピントのばすこともよくかむためには大切です。）</p> <p>②. よくかんで食べることの利点 の絵</p> <p>③食品の絵（小松菜、ブロッコリー、切り干し大根、小魚、チーズ、ひじき、わかめ、大豆製品） （大根、にんじん、れんこん、ごぼう、ほうれんそう） （お水、お茶）</p> </div>	学習活動	指導の留意点	資料	つかむ 1. 歯に関する健康クイズを考える。	○ じょうぶな歯を作る食べものを食べよう。 ○ クイズを考えさせる。 ○ 答えを説明する。	1. クイズ	ひげ 2. よくかんで食べることの利点を確認する。	○ よくかんで食べることの利点。 ・ 食べすぎを防ぐ・消化を助ける・味がよくわかる・脳の働きを活発にする・虫歯を防ぐことを確認させる。	2. 絵	まめ 3. 丈夫な歯を作る栄養素を知る。	○ 歯を丈夫にする食べ物（海藻・緑の野菜・乳製品・小魚・大豆製品）と栄養素（カルシウム・タンパク質・ビタミンD）を知らせる。	3. 食品の絵	まめ 4. よくかんでしっかり食べ、歯磨きもする。	○ よくかんで、しっかり食べて、歯磨きもしっかりする。	
学習活動	指導の留意点	資料														
つかむ 1. 歯に関する健康クイズを考える。	○ じょうぶな歯を作る食べものを食べよう。 ○ クイズを考えさせる。 ○ 答えを説明する。	1. クイズ														
ひげ 2. よくかんで食べることの利点を確認する。	○ よくかんで食べることの利点。 ・ 食べすぎを防ぐ・消化を助ける・味がよくわかる・脳の働きを活発にする・虫歯を防ぐことを確認させる。	2. 絵														
まめ 3. 丈夫な歯を作る栄養素を知る。	○ 歯を丈夫にする食べ物（海藻・緑の野菜・乳製品・小魚・大豆製品）と栄養素（カルシウム・タンパク質・ビタミンD）を知らせる。	3. 食品の絵														
まめ 4. よくかんでしっかり食べ、歯磨きもする。	○ よくかんで、しっかり食べて、歯磨きもしっかりする。															

<p>取組の名称</p>	<p>食育だよりの配布</p>
<p>実施時期</p>	<p>6月</p>
<p>取組内容</p>	<p>・「食育だより」を幼稚園、小中学校へ配布し家庭等へ啓発</p> <div data-bbox="552 450 1406 1599" data-label="Complex-Block"> <div style="border: 1px solid black; padding: 10px;"> <div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> <div style="text-align: center;"> <h2 style="margin: 0;">食育だより</h2> </div> <div style="text-align: center;"> <p>令和3年</p> <h2 style="margin: 0;">6月</h2> </div> <div style="text-align: right;"> </div> </div> <p style="font-size: small;">さわやかな季節はあつという間で、気温と湿度が上がる梅雨の季節に入りました。6月は「食育月間」です。生涯にわたって心身ともに健康で、生き生きと暮らしていく上で、食は重要な役割を果たしています。望ましい食習慣を身につけるためには、子どもの頃から様々な食に関する経験を積んでいくことが大切です。学校や幼稚園では給食を通して、子どもたちが食や健康について学ぶ機会をつくっています。ご家庭でも普段の食生活を見直してみませんか。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: flex-start; margin-top: 20px;"> <div style="width: 60%;"> <h3 style="text-align: center;">食育で育てたい「6つの食べる力」</h3> <ul style="list-style-type: none"> <li>食事の大切さと楽しさを美意識する</li> <li>自分の健康を守る実践力</li> <li>食べ物の選択や食事づくりができる</li> <li>自然の恵みと人のはたらきへの感謝</li> <li>思いやりと社会性</li> <li>食文化を未来に伝える</li> </ul> </div> <div style="width: 35%; border: 1px dashed gray; padding: 5px;"> <h4 style="text-align: center; color: red;">食品ロスと賞味期限</h4> <p style="font-size: x-small;">食品ロスとは、まだ食べられるのに廃棄されてしまう食品のことです。日本国民一人当たり1日換算すると「お茶碗約1杯分(約132g)の食べもの」が毎日捨てられています。「賞味期限」が過ぎた食品は、食べずに廃棄したほうがよいですが、「賞味期限」を過ぎた食品は、必ずしもすぐに食べられなくなるわけではありません。それぞれの食品が、どの表示か、また、安全に食べられるか個別に判断しましょう。</p> </div> </div> <div style="margin-top: 20px; border: 1px solid gray; padding: 10px;"> <p>5月の食育の日は「食べ物を大切にしよう」を目標に、食品ロスについて知らせ、食べず嫌いをせず食事で苦手なものにもチャレンジし、食品ロスを減らそうと小学校の子ども達に呼びかけました。小学校からいただいた感想を紹介します。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: flex-start;"> <div style="width: 80%;"> <p><b>小学校【3年1組より】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* 給食の食べ残しを減らしていきたいと思った。</li> <li>* きらいな食べ物でも一口は食べたい。すききらいをせずに食べたいと思った。</li> </ul> <p><b>小学校【6年1組より】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* 食品ロスのことがよくわかりました。一人だけだと少ないかもしれないが、集めると残飯が多くなってしまいたいことがわかりました。これからは給食を残さないように苦手なものもがんばって食べようと思います。</li> </ul> <p><b>小学校【2年A組より】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* DVDを見て、あまり残さないようにしようと思った。残さず食べるのが大事だとわかった。</li> <li>* 残ったごはんは捨てられてしまうので残さないように食べようと思った。</li> </ul> <p><b>小学校【6年1組より】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* 今まできらいな食べ物を残していたので、これからは残さず食べようと思った。</li> <li>* 何でも好ききらいせず食べることが大切だと分かった。きらいな食べ物も食べて食品ロスを減らそうと思った。</li> </ul> </div> <div style="width: 15%; text-align: center;"> <p style="font-size: small; color: red;">食品ロス</p> </div> </div> </div> </div> </div>