

【様式 1】

① 食育月間の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	高知県
取組市町村名 取組団体・企業名	香美市（楠目小学校）
取組の名称	給食参観、給食指導、食育掲示
実施時期	食育月間（6月）
取組内容	<p>【給食参観】</p> <p>○目的：保護者が児童の給食の様子を参観し、給食や食育の取組について聞くことで学校給食への理解を深める。（例年は給食試食会を行っているが、コロナの関係で今年は参観のみとした）</p> <p>○内容：保護者が児童の給食の様子を見る。給食や食育の講話を栄養教諭より行う。</p> <p>【給食時間取組】</p> <p>○目的：地域の食材たっぷり給食を実施し、当日に生産者、調理員の仕事の様子を動画で流すことで、給食を残さず食べようと思う気持ちや感謝の気持ちを育む。</p> <p>○内容：給食を食べながら動画を見る。 各教室に整備されたタブレットを使用し、全学年で視聴する。 （例年、生産者の方等を学校へお招きして、食材のお話を聞いた後、一緒に給食を食べる取組を行っているが、今年度はコロナの関係で難しいため、畑や調理室の様子を動画にとり、子ども達へ届けることにした）</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">    </div> <p>【食育掲示】</p> <p>○目的：児童の取り組みや食育の指導内容などを折に触れて掲示することで、食への興味関心を持たせる。</p> <p>○内容：6月の食育月間には、テーマ「朝ご飯をバランスよく食べよう」の内容で給食指導を行った後、内容を掲示した。また調理実習後の児童の様子を掲示板にのせ、ふり返れるようにしている。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>

【様式 1】

① 食育月間の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	高知県
取組市町村名 取組団体・企業名	宿毛市 宿毛市立沖の島小学校・宿毛市立沖の島中学校
取組の名称	「バランスのよい朝ごはんについて」
実施時期	令和3年6月7日
取組内容	<p>【目的】幡多地区では毎年、食生活調査を実施しており、令和2年度の幡多地区食生活調査では、「朝ごはんを毎日食べる」という小学生の割合は90%、中学生は84%でした。その中には、パンしか食べていなかったり、菓子パンとジュースの組み合わせだったり、バランスの偏った朝食を食べている児童生徒もいました。</p> <p>我が校でも、朝食摂取率はほぼ100%で推移しているものの、朝食の内容を聞くと、「パンだけ。」や、「朝ごはん野菜はほとんど食べない。」と答える児童生徒が多くいます。そこで、給食時指導で、バランスのよい朝ごはんについて指導し、朝食内容の向上を図りました。</p> <p>【対象者】宿毛市立沖の島小学校・宿毛市立沖の島中学校 全校児童生徒(7人)</p> <p>【取組内容】朝食内容を意識してもらうために幡多地区で取り組んでいることの1つである、「理想の朝ごはん献立」の実施に合わせ、給食時指導で、バランスのよい朝ごはんについて指導しました。内容として、朝ごはんを食べると入る3つの目覚ましスイッチと、それぞれのスイッチを入れる食べ物を紹介しました。</p> <p>1、頭のスイッチ 脳のエネルギーのもとになり、勉強への集中力がアップする。 このスイッチを入れる食べ物：ごはんやパン、めんなど。</p> <p>2、体のスイッチ 体温が上がり、体が活動モードになる。 このスイッチを入れる食べ物：肉や魚、大豆など。</p> <p>3、おなかのスイッチ 腸が動き出して、お腹の調子が整う。 このスイッチを入れる食べ物：野菜や海藻、果物など。</p> <p>3つの目覚ましスイッチを全てオンにした方が、より、1日を元気に過ごせることを伝え、自分たちにもできることから工夫してみるようよびかけました。</p> <p>当日提供した「理想の朝ごはん献立」→</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・あじつけのり ・魚の塩焼き ・いろどりいため ・豆腐のみそ汁 ・いちご ・牛乳

