

学校で取り組む食育

近年、核家族化やライフスタイルの変化で家族がそろって食事をする「団らん」の機会が減り食生活も多様化したため、食生活の乱れによる肥満や生活習慣病の増加、朝食を食べないなど、健康への影響が懸念されます。そのため市は、一人一人が「食」を通じて健康でいきいき過ごすため、平成28年8月に「市食育推進計画」を策定し、家庭や地域、学校が連携して「食育」の意義や必要性を理解し実践できるよう食育活動を推進しています。ここでは特に学校での取り組みを紹介します。

●「食育」とは

さまざまな経験を通じて「食」に関する知識とバランスのよい「食」を選択する力を身につけ、健全な食生活を実践する力を育むことを目的とし、「食育」は、生きていく上で欠かせないものです。

●学校の食育スローガン

～かしこく食べて健康いきいき そうまっ子～

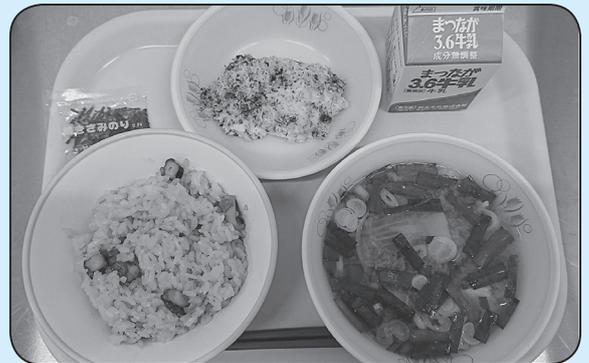
親子給食試食会

桜丘小学校は、学校給食や食育に対する理解を深めるために1年生と保護者が一緒に食べる「親子給食試食会」を6月14日（金）に開催しました。



特色ある給食献立

相馬でとれる安心で安全な食材を中心に使うことによって、地元の食材の良さを知るとともに、郷土料理などを味わう献立を取り入れ、給食のおいしさを伝えています。



地元食材などによる食育・親子料理教室

八幡小学校3年生は磯部水産加工施設を訪問し、地元の水産物や施設を見学しました。6月29日（土）の授業参観には「お魚マイスター」の指導による郷土料理「ほっきごはん」に親子でチャレンジしました。



食育講演会

7月2日（火）は飯豊小学校で料理研究家江川和花氏、7月5日（金）は向陽中学校で元Jヴィレッジシェフ西芳照氏による講演会を実施しました。今後は東京農業大学の協力による食育講演会を開催する予定です。

安心・安全な学校給食

大野小学校は6月20日（木）、「学校医によるアレルギー研修会」を実施しました。研修会では教職員や調理員へアレルギー処置用のエピペンの緊急時対応に関するシミュレーションを行い、アレルギーの適切な対応への共通理解を図りました。また、学校給食における安全性の確保を目的として放射能検査を実施し、検査の様子を授業参観時などに保護者らに説明をすることで、安全性の理解を深めています。



食育月間（6月）の取り組み

食育月間「朝食を見直そう週間運動」を実施し、各学校で朝ごはんの大切さを呼びかけました。



中村第一小学校で給食委員会の食育を推進する活動

中村第二中学校で食育授業「朝ごはんの大切さについて」

食事で健康な心と身体をはぐくむために

家庭の食卓でできること

～食卓は食育の宝庫です、今からできることをはじめてみませんか～

- ▽家族や友人と楽しく食卓を囲む
- ▽感謝の気持ちで「いただきます」「ごちそうさま」
- ▽親子一緒に料理や後片付けをする
- ▽季節や地域の食べ物を取り入れる
- ▽食べ物を無駄なく使い残さず食べる



●問い合わせ先 学校教育課（☎ 37-2185）