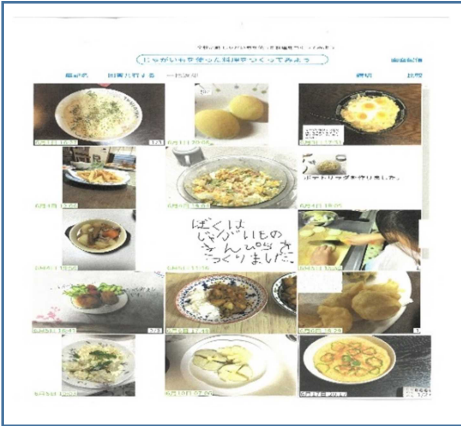


食育月間の取組

施 設 名	宇和島市立三浦小学校
取 組 の 名 称	三浦小でほったじゃがいもで料理をつくろう
実 施 時 期	6 月
取 組 内 容	本校は、児童数 20 名の小規模校です。縦割り班でじゃがいもを収穫しました。5 年生は、家庭科の授業でそのじゃがいもを使って「じゃがいもの料理」の学習をしました。食育月間にちなみ、タブレットを使って、「三浦小でほったじゃがいもで料理をつくろう。」と全校児童に呼び掛けたところ、家庭で作ったじゃがいもの料理の写真がロイロノートの提出箱に送信されてきました。送信されてきた写真を校内に掲示したりホームページで紹介したりして、地産地消や普段の食生活を振り返ってみることを呼び掛けました。  <縦割り班でじゃがいもの収穫>  <収穫したじゃがいもを使った家庭科の授業>  <ロイロノートの提出箱に送られてきた写真等>  <校内掲示>

食育月間の取組

施 設 名	宇和島市立三間認定こども園
取 組 の 名 称	虫歯の原因と予防
実 施 時 期	令和4年6月24日
取 組 内 容	〈目 的〉 ・体の健康と歯の大切さについて考える。 ・丈夫な歯になるために必要な知識を得る。 〈実 施 内 容〉 ○紙芝居「むしばのよぼう」を見ます。 ルーくんは歯磨きしないで寝てるよ！ 虫歯ばい菌は、歯の隙間の食べかすが大好物！ 甘いものをたくさん食べたから・・・ 歯磨きせずに寝てしまったから・・・ 牛乳 いりこ 魚 野菜・・・ 上の歯は上から下へ、下の歯は下から上へ・・・ 子どもたちの発言と助言 みんな、紙芝居を真剣に見ています。 ○「めざせ虫歯0クイズ!!」 ・給食先生からのクイズに、みんなで考え合いました。 Q1「ルーくんはなぜ虫歯になったのでしょうか？」 Q2「歯に良い食べ物は何か？」 Q3「歯磨きの正しい磨き方は？」 ○虫歯0ピカピカの歯おめでとうメダル 治療済みでピカピカメダル 歯磨き頑張ってね！メダル を、給食先生から一人一人にもらいました。 *紙芝居の内容をふまえ、上手な歯磨きの仕方、歯にいい食べ物、ピカピカの歯と体の健康について、わかりやすく話してもらい、自分でできることを考えるよい機会になりました。 *メダルを持ち帰ることで今回の集会を家庭でも話題にし、歯の大切さを子どもと共有しながら、家庭生活での実践に繋げてほしいと願っています。

参加者

- ・5歳児 25名
- ・保育士 3名
- ・調理員 2名



食育月間の取組

施 設 名	宇和島市立住吉保育園
取 組 の 名 称	虫歯にならない強い歯づくり
実 施 時 期	令和4年6月
取 組 内 容	4歳児 15名 ～紙芝居「ワニはみがきできるかな」～ 虫歯にならないために 紙芝居やペープサートを使い知らせる お話しのなかでワニさんの歯磨きについてみんなで考えてみました。 歯磨きの仕方について子どもたちと、紙芝居に合わせて実践してみます。 口を開けて・・・『ワー』や『ニー』の形にしてみます *食後の歯磨きでも このように できているかな～ ～ペープサートを使って～ かばくんはおいしいお菓子をい～ぱい食べて・・・ どんどん食べて・・・何もしないと それを見つけた虫バイ菌がカバさんのお口の中で 暴れまわります・・・さあ！！大変 正しい歯磨きの実践 保育園でもお家でも「食べたら歯磨き」を 合い言葉に・・・歯を大切にして、強い歯を作り 何でもおいしく食事ができるようにします。 幼児クラスでは意識を持って行います。



おいしいお菓子
たくさん
大丈夫かな？



虫バイ菌が
きたきたきた！
大変！！

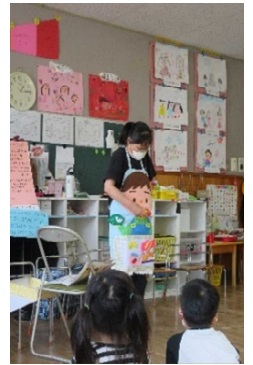


食育月間の取組

施設名	宇和島市立甘崎保育園
取組の名称	自然の恵みや食べ物の旬を知らせながら、食事を通してバランスの取れた献立を知り、生活リズムを整え、食を大切にする気持ちを持つ。
実施時期	令和4年6月22日（水） 参加者：保育士・・・5名・園児・・・15名
取組内容	【目標とねらい】 早寝・早起き・朝ごはんの大切さを知り、生活リズムを整える。 朝ご飯を栄養バランスよく食べよう。 【概要】 「育てよう！食べる力は生きる力」のアンケート調査より、就寝時間が22時台、起床時間が8時台の子どもがいたり朝食は摂取しているものの野菜の摂取ができていない子がいたり偏食のある子どももあり「早寝・早起き・朝ごはん」の大切さを知らせ、朝食時の栄養についてみんなで考える。 【内容】 ・年長児3名が食べたい朝ご飯の献立を考える。（ホワイトボードに貼る） ・3つの栄養素（赤・黄・緑）がバランスよく摂れているかみんなで考える。
3つの栄養素（赤、黄、緑） 赤：骨や筋肉をつくる食べ物 黄：エネルギーになる食べ物 緑：体の調子を整える食べ物 ・食べ物にはそれぞれ体の中で役割がありいろいろな働きを持つ食品を組み合わせることで食べることが大切であることを知らせ、最後に3名で相談しながらバランスの取れた朝食献立を作りました。バランスの良い食事をすることで心も体も元気になり「早寝・早起き・朝ごはん」が元気に過ごすために重要だということを伝えることができました。	それぞれの食べたい朝食を作っています。      3名の年長児が作った朝食献立 選んだ食品がどの栄養素になるか分類しているところです。   栄養のバランスが摂れた理想の朝食ができました。

食育月間の取組

施設名	宇和島市立吉田愛児園
取組の名称	食物をよく噛んで食べることで食べ物の味を知る
実施時期	令和4年6月
取組内容	～食べ物をよくかんで食べよう～ ◎5歳児12名を対象に、エプロンシアターを使って、「食べ物をよく噛んで食べることの大切さ」のお話をしました。 〈なぜ、よく噛んで食べなければならないの？〉 ① よく噛んで食べることで、唾液が出て、食べ物と混ざり、食べ物の味が舌に届いて味がわかることを知りました。 ② 味についての話がはじまると、「あまい」「すっぱい」「にがい」など、それぞれ意見が聞こえました。 ③舌は、食べ物がどんな味かわかるためにとても大切なところだと知りました。 ④モグモグ・カミカミをいっぱいして食べる事を楽しんでいくことを話しました。 ⑤噛むことってとても大事であること、食事がおいしくなるだけではなく飲み込みやすくなるし、排便もスッキリ出やすくなることを知りました。 ・モグモグ、カミカミの話を聞いて ひとつひとつの食べ物を、噛むことを意識して食べるようになり、食事の時間がとても嬉しくなり、みんなで楽しく食べるようになりました。



食育月間の取組

施 設 名	宇和島市立たちばな保育園
取 組 の 名 称	「給食についてのおはなし」 給食を作っている先生に感謝しよう。
実 施 時 期	令和4年6月
取 組 内 容	○どのようにして給食が出来るかを写真を見せながら、ひとつひとつ丁寧に分かりやすく話をしました。時々、子ども達に「これは何をしているのかな？」など問いかけをしながら興味・関心をもってもらおうよう心がけました。  給食が出来るまでに たくさんの過程があるよ 大変だね 1. 「給食おいしいよね」と子ども達に話しかけると「うん！」「おいしいー」と返事が返る。 2. 給食ができるまでの過程を写真を見せながら話す。 ・手洗い、消毒、身支度から始まり、たくさんの食材を切ったり、炒めたり、盛りつけをし、最後に食器洗い・片付けがあることを知らせる。 ・量がたくさんあり、大変である事を伝える。 3. 子ども達からの質問に対する給食先生の答えを伝える。  ○たくさんの具材を切ったり、炒めたり、煮たり、盛りつけるなど、全員分作ることの大変さを感じていました。 ○給食先生は、子ども達が「おいしい！」と食べてくれる事が一番嬉しいと話していました。  愛情・栄養たっぷりの給食に感謝だね 4. 保護者にも見てもらい、家族との給食の会話もうまれた。  ○食育の様子を掲示し、保護者の方にも見てもらいました。改めてバランスのとれた栄養満点の給食の有り難さを感じた様でした。 給食について家庭で話す機会も増え、子どもからも話が聞けました。