

食育月間の取組

施 設 名	宇和島市立番城小学校
取 組 の 名 称	給食試食会
実 施 時 期	令和5年6月23日（金）
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	6月23日に新型コロナウイルス感染症の影響で3年間実施していなかった給食試食会を行いました。給食試食会の実施の目的は、学校給食を試食することにより、給食の量や栄養価を知り、学校給食についての理解を深めるとともに、家庭での食育にもつなげていただくことです。 給食試食会当日の献立は、ごはん、牛乳、きすのピリ辛ソースかけ、大根サラダ、大豆の磯煮で、参加者は20名でした。 まず、教職員とPTA役員が配膳した後、グループに分かれて給食を食べました。その後、鶴島小学校の橋本栄養教諭が「給食がどのように作られているのか」を動画入りのパワーポイントを使って説明しました。参加者は普段見ることのできない給食センターの様子を見せていただくことができ、大変興味深く視聴しました。 なお、給食試食会は、今後畑地小学校でも実施予定です。  

食育月間の取組

施 設 名	宇和島市立吉田小学校
取 組 の 名 称	歯と口の健康週間 & カミカミの日 特別献立 ～ カミカミ給食の実施 ～
実 施 時 期	令和5年6月5日～9日 令和5年6月30日
取組内容に該当する食育ピクトグラム（複数選択可）	☒ 1 みんなで楽しく食べよう ☐ 2 歯にはんを磨こう ☒ 3 バランスよく食べよう ☐ 4 水すぎないやせすぎない ☒ 5 よくかんで食べよう ☒ 6 手を洗おう ☐ 7 災害にそなえよう ☒ 8 食べ残しをなくそう ☒ 9 産地を応援しよう ☒ 10 食・農の体験をしよう ☒ 11 和食文化を伝えよう ☒ 12 食育を推進しよう
取 組 内 容	学校給食の時間は、準備から後片付けまで、複数の学校職員で指導しています。手洗いをし、服装を整えます。各学年整列して、配膳室まで給食を取りに来ます。学校給食の献立は、月の半分以上は和食を取り入れており、和食文化を支える食材についても、児童が食育資料を放送したり、学校栄養職員が教室巡回時に説明したりしています。 6月4日～10日の「歯と口の健康週間」と6月30日は、かみごたえのある食材・歯にいい食材を多く取り入れた、「カミカミ給食」を特別献立として実施しています。低学年の中には、歯が生え代わり中の児童も多く、かみごたえのある食材・歯にいい食材をよくかんで食べることが難しいこともあります。よくかんで食べることを実感できる給食にしています。食育掲示で意識を啓発したり、普段から『かむ』ということを考えながら食べるように、継続的に機会をとらえて、身に付けさせるように指導したりしています。    

食育月間の取組

施設名	宇和島市立岩松幼稚園															
取組の名称	稲作体験活動（田植え）															
実施時期	令和5年6月15日（木）															
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	【目的】 ○ 稲作体験を通して、お米の生育にふれながら、食に興味や関心をもつ。 【対象児】 ○ 3・4・5歳児親子 【活動内容】 ○ 小雨の降る中、地域の方々の協力のもと田植えを実施しました。コロナ禍の中、3年間実施できなかったため、全園児が初めての体験でした。 地域の方に苗の植え方を教えてもらい、早速、親子で田に入りました。初めは泥に足を取られながら思うように体を動かすことができなかった幼児も、時間が経つに連れて、上手に植えることができるようになりました。秋の収穫を楽しみに親子で頑張る姿が見られました。 【活動計画】 <table><tr><th>時期</th><th>活動内容</th><th>視 点</th></tr><tr><td>6 月</td><td>田植え</td><td>お米の生育に興味をもつ</td></tr><tr><td>9 月</td><td>園外保育</td><td>稲の生長を楽しみにする</td></tr><tr><td>10 月</td><td>稲刈り</td><td>収穫の喜びを味わう</td></tr><tr><td>12 月</td><td>餅つき</td><td>食に関心をもつ</td></tr></table> やさしく植えるんだって、ほら上手でしょう！  おいしいお米になるといいな？！ お母さん、はやく苗ちょうだい 	時期	活動内容	視 点	6 月	田植え	お米の生育に興味をもつ	9 月	園外保育	稲の生長を楽しみにする	10 月	稲刈り	収穫の喜びを味わう	12 月	餅つき	食に関心をもつ
時期	活動内容	視 点														
6 月	田植え	お米の生育に興味をもつ														
9 月	園外保育	稲の生長を楽しみにする														
10 月	稲刈り	収穫の喜びを味わう														
12 月	餅つき	食に関心をもつ														

やさしく植えるんだって、
ほら上手でしょう！



おいしいお米に
なるといいな？！

お母さん、はやく
苗ちょうだい



食育月間の取組

施 設 名	宇和島市立番城美徳認定こども園
取 組 の 名 称	子どもの生活習慣・生活のリズムを整えよう！ ～早寝・早起き・朝ご飯・はみがきの大切さ～
実 施 時 期	6 月
取組内容に該当する食育ピクトグラム（複数選択可）	☐ 1 みんなで楽しく食べよう ☒ 2 朝ごはんを食べよう ☐ 3 バランスよく食べよう ☐ 4 太りすぎないやせすぎない ☐ 5 よくかんで食べよう ☐ 6 手を洗おう ☐ 7 災害にそなえよう ☐ 8 食べ残しをなくそう ☐ 9 産地を応援しよう ☐ 10 食・農の体験をしよう ☐ 11 和食文化を伝えよう ☐ 12 食育を推進しよう
取 組 内 容	○エプロンシアターを使つての啓発をしました。 昨日は何時にお布団に入った？  寝ている間に、実は、頭の中では大切なことが起こっているよ。 朝ご飯を食べないと元気が出ないし、イライラしちゃうよね。  ・寝るのが遅いとどうなるのかな。 ・寝る時間が短いとどうなるのかな。 ・朝ご飯はどうして食べないといけないの？ みんなで一緒に考えました。 やっぱり早寝早起きは大切なんだね。朝ご飯も食べて来ようね！ ○食べたら歯をみがこう！～歯磨きの大切さ～ ペープサートを使ってわかりやすく知らせていきました。  わにくんもしっかり歯磨きました！ 手遊びも交えて楽しく聞きました！   乳児も興味津々です！

食育月間の取組

施設名	宇和島市立高光保育園
取組の名称	生活習慣を整えて、元気に過ごそう！ ～元気な歯で、おいしく食べよう！～
実施時期	6月
取組内容に該当する食育ピクトグラム（複数選択可）	☐ 1 みんなで楽しく食べよう ☐ 2 眼ごはんを食べよう ☒ 3 バランスよく食べよう ☐ 4 太りすぎないやせすぎない ☒ 5 よくかんで食べよう ☐ 6 手を洗おう ☐ 7 災害にそなえよう ☐ 8 食べ残しをなくそう ☐ 9 産地を応援しよう ☐ 10 食・農の体験をしよう ☐ 11 和食文化を伝えよう ☐ 12 食育を推進しよう
取組内容	元気な歯って、どうやって出来るのかな よく噛みましょう なんでも食べましょう！ みんなと約束！歯磨きは、しっかりします。 以上児はもちろん、乳児も、ばい菌がついているのを嫌がり、歯磨きを頑張っています。 歯をしっかりと磨きまじよう 壁にかばさん ○たんぱく質・「は」をつくれます。 (魚・豆腐・卵・肉) ○カルシウム・「は」を守ります。 (小魚・チーズ・ヨーグルト・牛乳) ○ビタミン・「は」を強く元気にします。 (野菜・果物・芋・きのこ) ○太る・疲れやすい ○言葉・はっきり言える ○歯・病気になる ○胃腸・元気になる。 ○味覚・おいしいと思う ○脳・元気に大きくなる ○病気・なりにくい。 ※元気に遊べる。

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	虫歯予防について
実 施 時 期	令和5年6月7日(水)
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	○6月4日の「虫歯予防デー」に合わせてかばくんのペープサートを使用し、子どもたちに話をしました。 ・食べ物をおいしく食べるには、歯を大切にすること ・虫歯になってしまうと大好きなごはんやおやつを食べられなくなってしまうこと ・元気いっぱい、丈夫な体をつくるには食べることが大切であり、そのためには、よく噛んで食べること ・おいしく食べるためには歯を大切にし、そのために食べた後は丁寧に歯をみがくことなどを話しました。   *家庭で歯磨きをした後は、お父さんやお母さんに仕上げ磨きをしてもらっている子どもがたくさんいました。自分では隅々まで磨くことができないため、仕上げ磨きをしてもらうことも伝えてました。集会の様子を掲示したり、送迎時に保護者に伝え働きかけました。

食育月間の取組

施 設 名	宇和島市立 岩松保育園
取 組 の 名 称	食材（ハヤシライス）の買い物 ～お店で何が売られているか、食材の産地を知ろう～
実 施 時 期	6 月 9 日（金）10:00～11:00
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	○ハヤシライスの食材を買いに行こう！ ・4.5 歳児で近所の山下青果店まで歩いて行きました  なにがあるかな たのしみ  手作りの バック♡ ・山下青果店でニンジン、タマネギ、ルー、桃缶などを買いました。 子ども達はたくさんの食材に興味津々で、品物をお金で購入する経験もできました。   これ、ください  ・お店の方が食材の産地はどこか教えてくれました。 食べ物を作っている農家の人に感謝の気持ちをもつ機会となりました。   これは○○で 作られています 