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６年６月 21 日（金）
取組内容に該当する食育ピクトグラム	☑ 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	６月 21 日に給食試食会を行いました。給食試食会の目的は、望ましい食習慣や食生活を家庭に啓発し、家庭との連携・協力体制を築くことと学校での児童の様子を見てもらうことで、安心・安全な給食提供に理解を深めていただくことです。今年度は、校区の民生委員児童委員の皆様にも参加していただきました。 給食試食会当日の献立は、ごはん、牛乳、鶏肉の香味焼き、小松菜のおひたし、大豆の磯煮で、参加者は 20 名でした。 教職員が配膳した後、グループに分かれて給食を食べました。その後、アンケートを記入していただき、各学級の給食の様子を参観しました。児童が給食を食べている様子を見る機会は、この参観日だけとなっています。

食育月間の取組

施設名	宇和島市立喜佐方小学校
取組の名称	喜佐方小学校 150 年の歴史を学ぼう 先輩方との交流給食
実施時期	令和６年６月１９日（水）
取組内容に該当する 食育ピクトグラム	☑ 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	☐　目　的　　令和６年度末の閉校を控え、学校の歴史を学び、卒業生から思い出の話を聞いたり、給食を食べながら交流したりすることにより、いつまでも喜佐方小学校を誇りに思う心を育てます。 ☐　参加者　全校児童 27 名、卒業生（30～90 代）11 名、保護者４名、地域住民１名 ☐　内　容　　まず、今年度 150 周年を迎える本校の歴史を学ぶ機会を設定します。60～90 歳代の各卒業生から、校舎の建て替えや今と比べて児童数が多かった頃のこと、そして戦時中のことなどお話しいただきます。小学生の頃の食事情も語られます。 講演会終了後、児童と一緒に現在の給食（地産地消献立　宇和海産のタイを使用した鯛の梅味噌焼き）を食べながら、各世代の先輩方の給食の思い出や食に関する考えを聞かせてもらいます。そして、異世代で楽しく食事をすることを経験します。

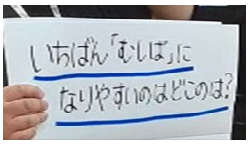
食育月間の取組

施設名	宇和島市立畑地小学校
取組の名称	給食試食会
実施時期	６月２３日
取組内容に該当する食育ピクトグラム	☑ 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	６月 23 日に、１・２年生の保護者を対象に給食試食会を実施しました。本校は、１・２年生の交流学級で給食を食べています。給食試食会の実施の目的は、家庭との連携・協力体制を築くこと、安心・安全な給食提供に理解を深めてもらうことです。 給食試食会当日の献立は、キムチチャーハン、牛乳、シューマイ、バンバンジー、卵スープでした。参加者は７名でした。 試食会の日は、普段のように児童が配膳をした後、保護者も一緒に給食を食べました。岩松小学校の栄養教諭に作成していただいた、学校給食についての資料と、献立紹介の資料を配布し、学校給食について説明をしました。 保護者からは、「一人一人の子どもに合わせた量に調整されていて、子どもたちへの食への意欲、食品ロスを減らせて良いと思いました。」「バランスのよい給食をいつも作っていただいていることに感謝です。」等、感想をいただきました。 本校は自校式給食であり、地元の食材を使用したり、学校で採れた野菜を使用したりしています。今後も自校式給食の良さを生かし、食育の推進をしていきたいです。

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	☐ 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	１．早寝・早起きあさごはん 「眠たくてなかなか起きられないのはどうしてかな？」みんなでいろいろ考えました。 寝ているときに脳の中ではいろいろなホルモンがでてきてみんなを元気にさせてくれることを知りました。 朝ご飯は体も脳も起きるために大切なことを知りました。 ぼくは『パン！』私は『コーンフレーク』『おにぎり』朝ご飯はみんないろいろな物を食べていることがわかりました。 早く寝て、早く起きて朝ご飯をしっかり食べてこども園に来ようね！とみんなで約束しました。 2.歯磨きってどうして大切なのかな？ クイズに答えたり、ダンスをしたりして、虫歯にならないために歯磨きの大切さについて考えました。

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	食育集会 ～正しい歯みがきの仕方を知り、歯を大切にする～
実施時期	令和６年６月１８日（火）
取組内容に該当する食育ピクトグラム	☑ 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	**【歯を大切にしよう】** 絵本「ミューとタンとスー」を見ながら、歯の大切さを考えていくよ！ みんな真剣に聞いています むし歯クイズ！ はーい！ はい!! 正解は…  ・絵本を見たり、様々なクイズに答えたりしながら、楽しく歯を大切にすることの大切さを学ぶことができました。 ・歯を丈夫に保つことで、よく噛んで食べることもでき、楽しい食事につながることを今後も伝えていきたいと思います。

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	水荷浦段畑のジャガイモ（みて！つくって！たべて！）
実施時期	6 月 19 日
取組内容に該当する 食育ピクトグラム	☑ 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 ≪ジャガイモ栽培・・・収穫≫	 育てたジャガイモを収穫しました。保育園がある遊子は、水荷浦段畑のジャガイモが有名です。
≪園外保育・・・水荷浦段畑≫	 遠足で段畑に登りました。石垣の熱の効果や水はけのよさ、海からのミネラルを受ける事で段畑のジャガイモは美味しくなります。 だんばた、テレビにでたよね。
≪クッキング・・・ジャガイモまんじゅう≫	 地域の人が考案されたジャガイモまんじゅうを作って食べました。ホコホコしてとっても美味しかったです。

食育月間の取組

施設名	宇和島市立嵐保育園
取組の名称	・自分達で育てた収穫物を味わい美味しく食べよう ～3つの食品群に興味を持ってバンスよく食べる事の大切さを知ろう～
実施時期	令和6年　4月～6月
取組内容に該当する食育ピクトグラム	☑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

〇春野菜の収穫をする。

〇給食のお手伝いをする。

〇体を作る栄養素を知る。

〇カレーライスを美味しく食べる。

【目的】

〇野菜を栽培、収穫する喜びを知り、給食を通して食べる事の大切さを感じていこう

【対象】園児　2～6歳　　18名

【内容】自分達で育てたい野菜を選び、世話をしながら栽培・収穫に取り組む。

毎日の給食を通して、赤・黄・緑の食品群に興味を持ち、バランスよく食べる。

(園の畑で、玉ネギ191個、じゃがいも125個　大収穫!!)

(私達がカレーの準備をしたよ！)　(食材を「赤」「黄」「緑」に色分けしてみたよ。

クッキングにチャレンジ!!　　体の中でそれぞれ大事な役割があることを知ったよ。)

{なすびの花}　　{かぼちゃの受粉に挑戦}　　{とうもろこし}　{星形きゅうりも作ってます}

◎これから野菜の収穫を楽しみにし、みんなで世話をしていきたいと思います

食育月間の取組

施設名	宇和島市立北灘保育園
取組の名称	収穫した野菜を使ってピザトーストを作ろう！
実施時期	６月
取組内容に該当する食育ピクトグラム	☑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 ・収穫した玉ねぎは、折を見て給食の材料として使いました。 ・ピーマン・バジルは、クッキング当日に収穫した物を使いました。 クッキング 「夏野菜ピザ」	○野菜の収穫をしよう！ ６月、玉ねぎの収穫　　ピーマンの収穫 **ピザの具材**・ウインナー　トマト、ピーマン、バジル、玉ねぎ、食パン、チーズ ①食パンにケチャップをぬります。 ②その上にウインナー、野菜をのせて チーズとバジルを載せましょう。 ③オーブンで焼いて出来上がり！ どれもおいしくできました。 おいしいね！

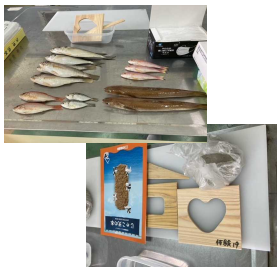
食育月間の取組

施設名	宇和島市立高光公民館
取組の名称	男の料理教室
実施時期	年２回（６月、１月）
取組内容に該当する食育ピクトグラム	☑ 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	○みんなで楽しく料理を作って健康づくりに役立てたり、 バランスの取れた食事（減塩等）の大切さをお伝えしています。 ○市の保険健康課に講師を依頼し、年に２回行っています。 参加者は、主に高光春秋会のメンバー（高齢者）ですが、 １月開催分は、地区社協との共催で行っています。 毎回、１０～１５名の方が参加してくれています。

食育月間の取組

施設名	宇和島市　生活環境課
取組の名称	出前授業・講習会：ダンボールコンポストで食のリサイクルを学ぼう！
実施時期	6 月
取組内容に該当する食育ピクトグラム	☐ 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	市内の小学校へ生活環境課から職員を派遣し、３R やダンボールコンポストに関する出前授業・講習会を行いました。(1校) 食べ残しや調理くずなどの生ごみをそのまま捨てるのではなく、ダンボールコンポストを使って堆肥へとリサイクルし、その堆肥を使って野菜を育てて食べるといった食の循環を学ぶことで、食べ物を無駄にせず、食への感謝の心を持てるようになることを目的としています。

食育月間の取組

施設名	宇和島市　保険健康課
取組の名称	元気うわじまサポートバンクの活動 ～じゃこ天作り～
実施時期	令和 6 年 6 月 15 日、6 月 29 日
取組内容に該当する食育ピクトグラム	☑ 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	「元気うわじまサポートバンク」は、食育講師の人材バンクです。市民のマンパワーによる主体的な食育推進、健康づくりを図るために、優れた知識や技術を持った個人・団体が登録しています。今回はじゃこ天づくりの技術を持つサポーターが、小学校の学級レクリエーションでの依頼により、じゃこ天作りを実施しました。 【参加者】6 月 15 日　小学 5 年生 19 名　保護者 10 名 6 月 29 日　小学 4 年生 28 名　保護者 18 名  じゃこ天の本やパネルを使って、宇和島市のソウルフードであるじゃこ天のルーツ、材料等について説明します。 業者ごとに、すり身にする魚や材料等に違いがあります。 こうやって成型します。 さあ、すり身を型枠に入れて、実際に作ってみましょう。 美味しそうに揚がりました。 【参加者の感想】 ・じゃこ天嫌いの子が、揚げたてを美味しいと言いながら食べてくれていて、とても良かった。 ・地元の名産であるじゃこ天について、親子で勉強することが出来て良かった。など ※元気うわじまサポートバンクについて、宇和島市のホームページに掲載しています。 https://www.city.uwajima.ehime.jp/soshiki/20/sapo-tobanku.html