

【様式3】

③食育の日の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	三重県
取組市町村名 取組団体・企業名	伊賀市立緑が丘中学校
取組の名称	「和食の日」について
実施時期	11月24日
取組に該当する食育ピクトグラム (複数選択可)	<div style="display: flex; flex-wrap: wrap; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"><input type="checkbox"/> </div> <div style="text-align: center;"><input type="checkbox"/> </div> <div style="text-align: center;"><input type="checkbox"/> </div> <div style="text-align: center;"><input type="checkbox"/> </div> <div style="text-align: center;"><input type="checkbox"/> </div> <div style="text-align: center;"><input type="checkbox"/> </div> <div style="text-align: center;"><input type="checkbox"/> </div> <div style="text-align: center;"><input type="checkbox"/> </div> <div style="text-align: center;"><input checked="" type="checkbox"/> </div> <div style="text-align: center;"><input type="checkbox"/> </div> <div style="text-align: center;"><input checked="" type="checkbox"/> </div> <div style="text-align: center;"><input checked="" type="checkbox"/> </div> </div>
取組内容	<p>11月24日の「和食の日」に、給食センター作成の和食についての資料を使い、授業を行いました。</p> <p>和食は、ユネスコ無形文化遺産になっていることや、和食の4つの特徴である、①多様で新鮮な食材を使い、その味わいを活かす。②健康な食生活を営む。③自然の美しさや季節の変化を楽しむ。④自然の恵みに感謝する。について学習しました。</p> <p>また、和食の基本となる「だし」について、昆布・鰹節・煮干しを使い「だし」をとることを学習しました。</p> <p>そして、この日の給食の「いがスマイル和食の日」では、伊賀の食材「伊賀米・豚肉・白ねぎ（芭蕉ねぎ）・人参・大根・油揚げ・柿（すなみ柿）を使った、伊賀豚丼・のっぺい汁・すなみ柿・牛乳でした。のっぺい汁は「だし」が使われていることや、伊賀の食材を使う「地産地消」についても学習しました。</p> <p>〈子どもたちの感想〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・昔の人たちは、栄養バランスを考えてご飯を作っていたんだなと思いました。 ・和食は、世界で大人気の料理と聞いて、日本食ってすごいなと思いました。 ・和食では季節を感じられることが多くて、冬は温かい食べ物、夏は冷たい食べ物があっという間だなと思いました。 ・和食は健康にいいから、日本に生まれてきてよかった。 ・和食にはおいしい物がいっぱいあると気づきました。 ・私は和食が大好きです。特に、ごはんとおみそ汁、お魚、ほうれん草が大好きです。これからも和食をもっと食べたいです。