

【様式 1】

① 食育月間の取組

提出都道府県名	三重県
政令指定都市名	
取組市町村名	伊賀市
取組団体・企業名	
取組の名称	なんでも食べる元気っこになろう
実施時期	6月中の指定日6回
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	昨年度に引き続き、残さず食べることを意識させるために、6月の食育月間では、『なんでも食べる元気っこになろう』という取り組みを実施しました。 5月の残食調査から、残食は、魚・大豆・きのこ類・小松菜・野菜メインのおかずなどが出る日に特に多くなる傾向でした。これは、いわゆる和食「ま・ご・は・やさ・し・い」の食材が使われている日であったことから、6月の和食メニューの日、6回を『なんでも食べる元気っこになろう』の日と設定し、残食を減らす取り組みを行いました。 また残食を減らすうえで、ただ減らせばよいというものではなく、給食の配膳はどうか、食べ方はのかなども話し合う場を設けました。また、その日の給食には、児童がより興味を持って食べることができるよう、その日のおすすめ食材紹介と「ま・ご・は・やさ・し・い」食材紹介を指導用資料として配布し、各担任が児童に指導をしました。 さらに、やる気を引き出すために、指定された6回の給食をすべて目標値まで減らすことができたクラスには、リクエスト給食券を配布しました。 どの学級でも意欲的に取り組んでいる姿がうかがえ、給食について考えるいい機会になりました。

・取り組みカード（クリアしたらシールゲット）

なんでも食べる元気っ子になろう ～減らそう! 食べ残し～

★食べ残しが少なかった日には、シールをゲットできます!

全部ゲットできたら、すてきなプレゼントがあるかも!?

6月13日(金)	6月16日(月)	6月18日(水)
500グラム以下でクリア	500グラム以下でクリア	400グラム以下でクリア
6月23日(月)	6月26日(木)	6月30日(月)
400グラム以下でクリア	300グラム以下でクリア	300グラム以下でクリア

・指導用資料の一部。指定日に担任から指導する。



骨や血が元気になるもといっぱい!!

【ひじきの特徴】
・海の家産のひじき
・ゆでで、サラダや煮物にするとGood!

【味の特性】
・ひじき!!

【栄養の特性】
・血の流れをよくしたり、骨を強くしてくれたりする効果大!!
・おなかの腸子もよくしてくれます!!
・エネルギーが低いので、ダイエット食品としても大活躍!

きょうの「まごわやさしい」たべもの

きょうの難易度☆☆☆☆(最高難度!)

・だいず、あぶらあげ(まめ)
・ごま
・ひじき
・やさしい
・さわら(うみのなかま)
・こんにやく(いも)

しっかりたべて、元気いっぱい!
今日の食べ残し目標は、300g!
ひとり一人がしっかり食べたいね!
みんなで協力することが大切です!