

食いとなの営みからはぐく育む 心と体を

平成 17 年 7 月に食育基本法が施行され、平成 18 年 3 月には食育推進基本計画が策定されました。「食育」とは生きる上での基本であって、知育・徳育及び体育の基礎となるべきものと位置付け、様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てる「食育」を推進することがうたわれています。三好市内でも様々な場所で、色々な取り組みが行われています。今月はその一部を紹介し、人間が生きる上で必要な「食」について知っていただきたく思います。

募集

わが家の自慢料理募集

三好保健所

家庭の数だけ、その家庭独自の味付けや工夫した料理・家族のイベント時の料理があります。そうしたわが家の自慢料理を募集します。家族や親子でわが家の自慢料理について考え、話し合い、調理することで家族間の連帯意識や食育の場を提供することを目的としています。

なお、応募していただいた料理の中から優秀な作品を選考したり、学校給食や保育所などの集団給食施設でのメニューに加えたりさせていただきます。ふるってご応募ください。

応募資格 三好市・東みよし町在住、また勤務されている方ならどなたでも参加できます。

応募内容 応募用紙は次の施設、または市役所及び総合支所に置いてあります。詳しくは三好市・東みよし町内の給食センター・学校栄養職員にお問い合わせください。

応募締切 9月28日（金）

提出先 三好市・東みよし町内の小中学校・幼稚園・保育所・給食センター、三好保健所

事務局 西部総合県民局保健福祉環境部（三好保健所）
担当：中川 電話72-1121

主催 三好集団給食施設協議会

後援 三好市教育委員会
東みよし町教育委員会



学習

「食」の大切さを学ぶ

池田小学校

池田小学校は、文部科学省より平成19年度「栄養教諭を中核とした学校・家庭・地域の連携による食育推進事業」の実践中心校としての委嘱を受け、食育に取り組んでいます。「自らの食生活に関心を持ち、すすんで健康づくりに取り組む子どもの育成」をめざして、研究実践を進めています。

池田小学校では、5月には6年生が、6月24日の食育参観日には1年生から5年生までが「食」に関する学習に取り組みました。この食育参観日では、学年ごとに紙芝居やスライドを使って、黄・赤・緑の3つのグループから、バランスよく組み合わせる食べることの大切さを学びました。



大西欣美栄養教諭は公開授業をすることで、保護者が食に対する認識を深め、学校で学習したことを家庭でも実践してもらえ、機会となればよいと話されていました。



催し

親子の食育教室を開催

市保健センター

親子で、食べ物についての勉強をしたり、料理にチャレンジしたり、おしゃべりしながら、夏休みの思い出と一緒にランチを楽しみましょう。

日時 8月22日（水）10時～13時

場所 三好市保健センター

対象 市内小学生と保護者（先着15組）

参加費 無料。エプロン、三角きんをご持参ください。

内容 食べ物の話、ランチ作りなど

締切 8月20日（月）

お申し込み先 三好市保健センター
（電話72-6767）



暑い夏だけど

規則正しい食事を心がけ

生活リズムを整えましょう



特に朝食は一日の活力源であり、毎日朝食を食べることは、やる気、体力、集中力等、「生きる力」を育むことにつながります。毎日、朝食を食べて、心と頭のスイッチを入れましょう。

