

# 食育だより

H23・4月号

近年、食生活の多様化が進み、偏った栄養素摂取や食生活の乱れにより、子どもたちの健康を取り巻く問題が見られます。学校では、『子どもたちが食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身につけることができる』力をつけ、自らの健康は自分で守ることができるように食育を推めています。食育は、全ての教育の土台となるものです。

今年度の「食に関する取組」の計画です。授業を公開したり、食育だよりやホームページ等で授業内容についてお知らせしていきますので、お子様にお話を聞いていただき感想やご意見等をお寄せください。

栄養教諭

## 1学年

《5月》「えんどうの皮むき」  
「きゅうしょくのマナー」

《6月》「うんこのはなし」

**目標：食べ物に興味・関心をもつ。**



## 2学年

《5月》「食べ物のはたらきをしよう」  
《7月》「やさいパワーをもらおう」(夏野菜)  
《9月》「とうもろこしのかわむき」  
《10月》「ピザトーストづくり」  
《11月》「大根パワーをもらおう」(冬野菜)  
「おでんづくり」  
「せかいのどこかで」

**目標：食べ物の働きがわかる。**



※ 写真は去年のを使っています。

## 3学年

《6月》「お魚はかせになろう」

《11月》「大豆はかせになろう」

《11月》「黄粉・とちもちづくり」

**目標：健康に過ごすには、食事が大切なことがわかる。**



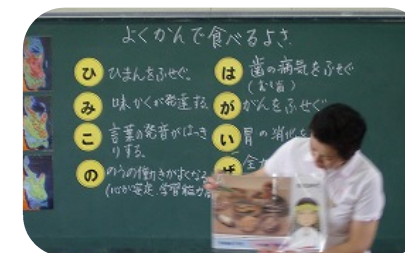
## 4学年

《4月》「かむことのよさ」

《7月》「おやつのとりにかたを考えよう」

《7月》「おやつづくり」

**目標：いろいろな食べ物を好き嫌いせずに食べようとする。**



## 5学年

《7月》「シェフによる料理教室」

地場産食材を使って

《10月》「朝食の大切さを知ろう」

《10月》「地場産食材のすばらしさを知ろう」

農場見学・収穫体験

《11月》「1日の食事バランスを調べよう」

**目標：栄養のバランスのとれた食事の大切さが分かる。**



## 6学年

《4月》「マイ弁当作り」年3回予定

《5月》「朝食に合うおかずを作ろう」

《11月》「生活習慣病を予防しよう」

《1月》「一食分の食事について考えよう」

リクエスト献立作り

**目標：食品をバランスよく組み合わせて、一食分の献立を考え調理をすることができる。**

