

令和4年度ふくしまっ子体力・健康優秀校実践発表資料

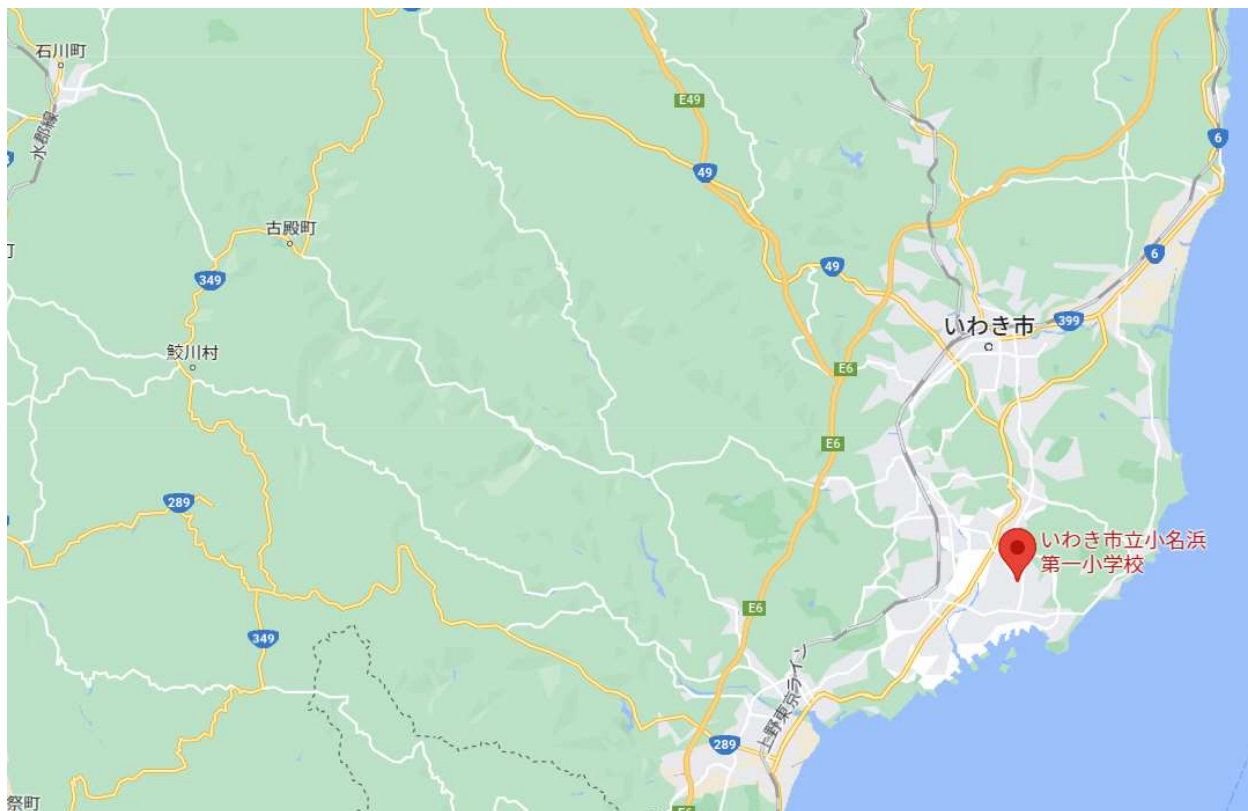
「食への興味関心を高め、
望ましい食習慣の形成を目指して」

～食の大切さに気づく・考える・行動する力の育成～



いわき市立小名浜第一小学校

はじめに



アクアマリンふくしまやマリ
ンブリッジ、マリンタワーなどが
一望できる高台に位置しており、
創立149年目を迎える伝統あ
る学校

小名浜一小の教育目標

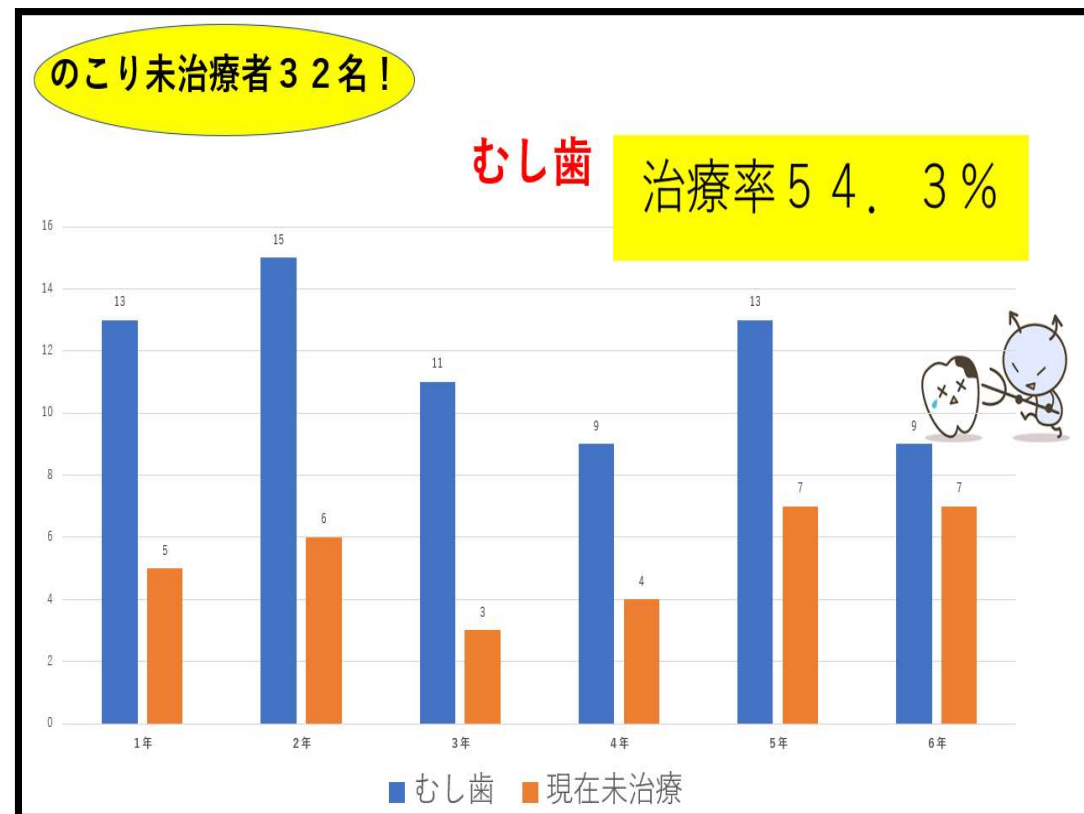
し：^{しん}真^{けん}剣^{まな}に学ぶ子
お：^{おも}思いやりのある子
か：^{からだ}体^{こころ}も心^{つよ}も強い子

 You can do it. 

平成18年3月

自校の児童の食生活の実態や課題

朝食を見直そう週間	6月	11月
朝食摂取率	97.2%	97.5%
朝食に野菜を食べた	46.4%	49.0%
汁物を食べた	42.9%	43.6%
誰かと2回食事をした回数	72.6%	70.0%
1回食事をした回数	23.4%	22.6%
0回	4.0%	7.4%



～食育の推進に向けた実践について～

工夫した取組例①



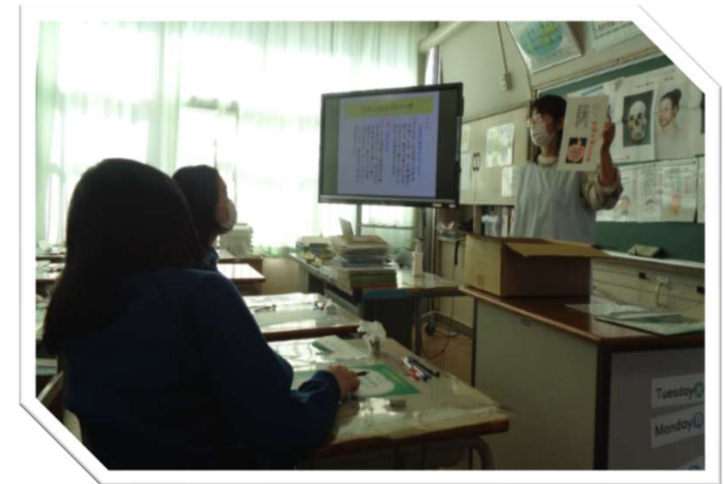
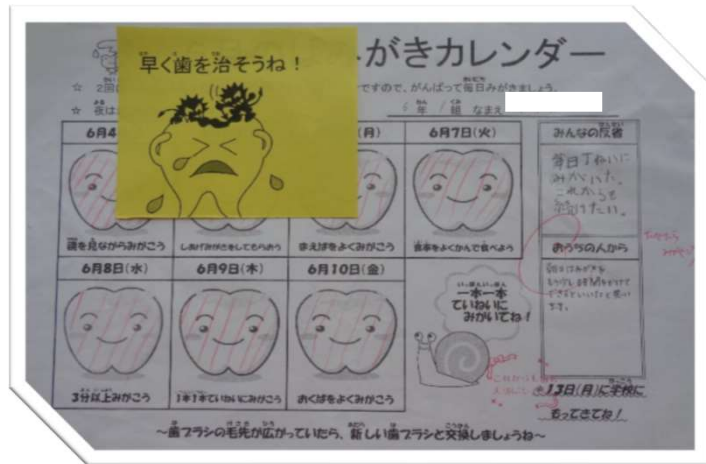
優秀標語
『朝ご飯 赤緑黄で 健康に』



子どもの給食の感想
『寒い雨で冷える中、すき焼きを
食べたら温かくなりました！』
～コメント～
『温まりよかったです。給食で、
生卵は付けられないので厚焼き卵
にしました』



～歯科保健指導の充実～(生涯おいしく食べるには歯の健康が大事！)



～食育の推進に向けた実践について～

栄養教諭の積極的な活用

効果が見られた取組例



～食育の推進に向けた実践について～

特色のある取組例①



外部講師の活用



～食育の推進に向けた実践について～



自分でサンマのポーポー焼きを作って食べたよ！

特色のある取組例②

外部講師の活用



～食育の推進に向けた実践について～

特色のある取組例③

外部講師の活用



包丁を使わなくても
サラダができたよ！



～食育の推進に向けた実践について～



特色のある取組例③

いわき市と連携

出汁が美味しくて和食
が好きになったよ！



食育教室の先生へ

わたしたちの知らないことをたくさんおしえてくれてありがとうございました。
 ました。ピーラーは、かわをむくだけでなく、細く切ることも使えるこ
 とにおどろきました。こども食育教室でならよ、サラダを家でつく
 ってみたくです。はじめての食育教室はとても楽しかったです。

習ったサラダを家で
作りたいです！



「おやつ正しい食べ方を知ろう」

4年/組 名前

みんなが大好きなお菓子。でも、たくさん砂糖が入っているよ。食べる量を気をつけて生活しようね。今日、勉強して分かったことや気をつけたいことを書きましょう。

いつもおかしのカロリーを気にしていな
かったのだからからは、カロリーを気をつけ
たいです。食べる量も気をつけたいです。
 200キロカロリーをこえないように、気をつけ
 て食べる。おやつ正しい食べ方を知
 れてよかったです。夜ごはんを
 食べる2時間前に食べる。

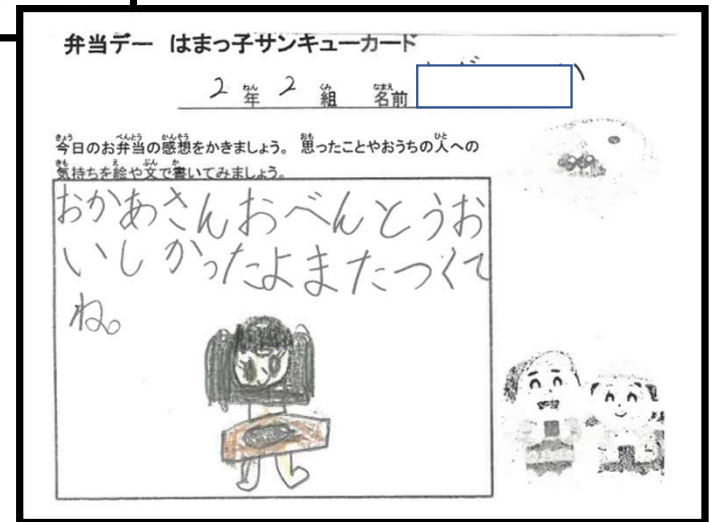
令和4年度
和食給食交流会に参加して
 いわき市立小名浜第一小学校
 6年 2組 20番 氏名

私は今回の「和食給食交流会」に参加し、前より和食に興味を
 持りました。今まで洋食の方が好きだったのですが、魚をこぼす所が
 栄養のバランス、こまごまの組みかたなど、色々なことを教えても
 らい、和食が好きになりました。元気がしました。
 今日給食がとても美味しく、11月24日の、いい和食の日は、
 和食を家で食べたかと思っております。

子どもたちの感想

和食に興味を
持ちました！

カロリーに気を
つけます！



ご清聴ありがとうございました。