

あさぎりのあったかい味とつよい心
しっかり未来へつないでいきます！



自分で作ったお弁当♪おっきな梅干しは食生活改善推進員さんに教えてもらい一緒に作りました！

町

15歳までに一人でご飯が作れるプロジェクト

〔目的〕 将来自らの健康を守るために「好きなものだけ食べる」という食生活ではなく、「自分で食事を作る」体験を通して、生命の大切さを学び自信を持って生きることが重要と考えます。そのために保育園や学校、地域と協力し、中学校を卒業する時には、ごはん・味噌汁・焼き魚・野菜炒めの4品を一人で作れることを目指し取り組みます。



『保育園親子料理教室』 包丁を使うのが初めてというお子さんもありましたが、自分で作ると苦手な野菜もおいしく食べられました！

『中学生夏休み料理教室』 自分にあった量や栄養バランスなどを学びました！
これからは、ひとりでお弁当を作れるよう頑張ります！

地域

～親子でつなぐ、大人につなぐ、高齢者につなぐ健康の輪～
各世代生涯にわたって、食育に関わっています



食生活改善推進員
会長 蟻田和子さん

現在、あさぎり町食生活改善推進員は31人で活動しています。保育園での親子料理教室、小学校での梅干しやこんにゃく作り指導、中学校では郷土料理教室などを通して子どもたちに関わっています。「自分のご飯は自分で作れるようになってほしい」とそんな想いで取り組んでいます。子どもたちへ向けた活動ばかりではなく、健康づくり事業や地域のサロンなどでの活動もおこなっています。

食生活改善推進員の活動は生涯にわたり関わっていく大切なものです。生涯にわたり関わるからこそ、そとくさんの「つながり」を大事にしていきたいと感じています。子ども会での親子活動や祖父母との活動にも力を入れていますので、お気軽にご相談ください。



複合健診時のだし割じょうゆ配布



健康ウォーキング大会時の豚汁作り

免田小学校スーパー食育スクール事業

H 27・28 年度文部科学省の研究指定を受け、食育を柱に体力向上や学力向上を目指し、さまざまな取り組みがなされ、多くの効果が見られました。

☆食育による効果および評価☆

- ① 食習慣の改善…朝食品数 3 品以上
60%→84%
- ② 心と体づくりにつながる実践力の育成…
体育以外の運動（外遊び）46%→80.5%
- ③ 自己管理能力育成…肥満傾向児童
15.1%→11.9%
- ④ 家庭・地域との連携…朝食共食率
59%→74%
- ⑤ 学力検査等結果…県学力調査結果
（県平均を100とした場合）92→104
- ⑥ 残食率の推移…残食率 1.4%→0.4%

学校

あさぎり町給食センター
田代優子先生



学校全体で食育に取り組んでいます。子どもたちは、生活習慣の改善によって勉強と運動に力を入れることができ、学力と体力の向上が見られています。

また、地域の産物を知り、作り手の思いを知ること、郷土愛や感謝の気持ちが育まれています。

今後も食育を続けていくことが大事で、地域と家庭と学校が力を合わせた食育を目指します。

「学校」「家庭」「地域」みんなで
生涯を健康に生きるための
「食育のプレゼント」を子どもたちへ♡



免田小食育研究主任
黒木靖子先生