

③食育の日の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	岩手県
取組市町村名 取組団体・企業名	久慈市学校給食センター
取組の名称	「もうちょこっと噛もう！みんなで取り組むカミカミ運動」 ～よく噛むことの大切さについて～
実施時期	平成30年5月～平成31年2月
取組内容	久慈市では、毎月19日に合わせてテーマに沿った給食を提供しています。今年度の食育の日は「もうちょこっと噛もう！みんなで取り組むカミカミ運動」をテーマとし、毎月1つずつ噛むことの効果を取り上げて、掲示と放送資料で紹介しました。 給食では、「岩手型肥満解消ぺっこアプローチ」を参考に、噛み応えのある食品を取り入れ、調理法を工夫して提供しました。合わせて保護者にも献立表・お便りを通して情報提供をしました。 ＜テーマ設定の理由・目的＞ 岩手県内の肥満傾向児の出現率は全国を上回っている状況が続いており、特に久慈市の肥満状況は、ほぼすべての学年で県平均を上回っている現状です。生活環境も原因の1つに挙げられますが、よく噛まずに食べる、早食いをする児童生徒の様子も見られることから、食事の仕方にも原因があると考えられます。 よく噛んで食べることは肥満予防・改善をはじめ様々な効果があり、さらに児童生徒が意識するだけで取り組むことができるという観点から、「よく噛むこと」に関する取り組みとしました。児童生徒は、自分の食事のとり方を振り返りながら、みんなで楽しく実践することができたようです。これからも学校との連携を密にし、よりよい食習慣へとつなげていきたいと思ひます。

もう“ちょこっと”かんでたべよう！

＜掲示資料＞

年度初めにモノクロの台紙を配布し、毎月1つずつカラーの掲示物を上に貼っていく仕組みにしました。

5月：「ひ」肥満予防

6月：「み」味覚の発達・・・



よくかむことで、適度な量で満腹感を得ることができるので、食べ過ぎを防ぐことができます。

＜一口メモ＞

毎月配布

③食育の日の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	岩手県
取組市町村名 取組団体・企業名	二戸市
取組の名称	食育の日キャンペーン
実施時期	平成 30 年 8 月 19 日（日）
取組内容	○ 日本栄養士会イベント「栄養ワンダー 2018」と共催で生活習慣病予防を目的に実施した。 内容 ① 個別栄養指導 生活習慣病を予防するための栄養改善についてアドバイスをした。 参加者の感想 普段の食生活について不安な事を、今回直接相談できてよかった。 ② 試食提供 毎月 19 日に発行している「脳卒中予防減塩レシピ」の中から「トマトの炊き込みご飯」と「ミニトマトとわかめの和風サラダ」の 2 品を試食していただいた。 参加者の感想 ・ トマトの働きや食べ方を説明してもらい、とても参考になった。 ★ 113名の参加があり好評でした。

【様式 3】

③食育の日の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	岩手県
取組市町村名 取組団体・企業名	岩泉町
取組の名称	住民への情報発信（ぴーちゃんねっと）
実施時期	毎月 19 日
取組内容	町内で使用している電話型の IP 端末（通称ぴーちゃんねっと）を利用した食育推進の情報配信を行いました。音声配信も利用し、時期に応じた、各月の健康メッセージも合わせて配信しました。  