

【様式 1】

① 食育月間の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	岡山市
学 校 名 給食センター名	岡山市、岡山市立香和中学校
取 組 の 名 称	総合的な学習の時間 成長期の栄養について考えよう 「丈夫な骨を作るために必要なことについて考えよう」
実 施 時 期	令和 8 年 6 月
取組内容に該当する 食育ピクトグラム (複数選択可)	☐ 1 みんなで楽しく食べよう ☐ 2 朝ごはんを食べてよう ☒ 3 バランスよく食べよう ☐ 4 太りすぎないやせすぎない ☐ 5 よくかんで食べよう ☐ 6 手を洗おう ☐ 7 災害にそなえよう ☒ 8 食べ残しをなくそう ☐ 9 食物を愛護しよう ☐ 10 食・農の体験をしよう ☐ 11 食文化を伝えよう ☒ 12 食育を推進しよう
取 組 内 容	ねらい：丈夫な骨を作るためには食生活が大切であることを知り、自分の生活習慣を振り返り、骨密度を高める方法を考え実践できるようにさせたいと考えました。 日時：令和 8 年 6 月 1 6 日（火）、1 9 日（金） 場所：1 年生 4 クラス 各教室 対象者：1 年生 1 3 6 名 内容：成長期である中学生の時期にいかに骨量をふやしておくかで将来の骨の健康に影響があることを伝えました。1 日に必要なカルシウム量を知らせ、家庭科の教科書を使ってカルシウムが多く含まれている食品を調べました。自分の食事のとり方や生活習慣を振り返り、丈夫な骨を作るためにできることを考えさせました。  