



長い夏休みが終わり、いよいよ2学期が始まりました。

「早寝、早起き、朝ごはん」を合言葉に生活リズムを整え、元気に過ごしましょう。

さて、夏休みの間も山城町では食育推進事業の取組を進めており、小・中学校合同の食に関する職員研修や、家庭・学校・地域が連携した食育の取組として山城町の食材（食べ物）を使った地産地消の親子クッキングを行いました。多数ご参加いただき、ありがとうございました。

小・中学校 合同「食育研修」

8月4日（水）、山城中ブロック小中連携の研修のなかで、3校の職員による食育研修を行いました。今年度、木津川市で委託された食育推進事業の説明や、児童・生徒の実態交流、先進地視察の報告に加え、京都光華女子大学の田中敬子教授による講演「子ども達の現状と食育の必要性」を聴かせていただきました。食をめぐる現状や課題だけでなく、食と学力・体力との関係、食習慣や生活習慣と健康との関わりについての話等も聞かせていただき、実態をふまえて食育に取り組む必要性を感じることができました。



食に関するアンケートの結果より

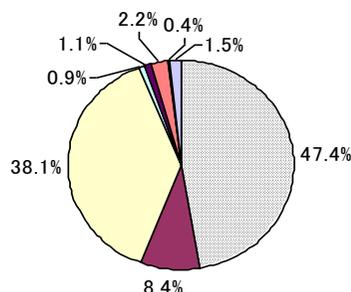
6月にご協力いただきました食に関するアンケート結果の一部をお知らせします。

朝食について、毎日食べる子は94.5%（小）、84.8%（中）、週に4～6日食べる子は4%（小）、9.5%（中）でしたが、内容をみると、主食とおかずがそろっている児童・生徒は半数以下でした。朝食は1日の始まりであり、3食のうち大切な1回です。1日に必要な栄養素を補えるよう、主食だけでなく、おかずや汁物に加え、野菜や果物のビタミン類、肉や魚、卵等のタンパク質をとれるよう工夫していきたいものです。

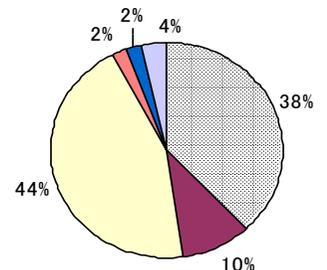
<朝食は毎日食べていますか>

	小学校 (%)	中学校 (%)
毎日食べる	94.5	84.8
週に4～6日食べる	4.0	9.5
週に1～3日食べる	1.3	3.8
食べない	0.2	1.9

朝食内容(小学校)



朝食内容(中学校)



- 主食+おかず
- 主食+デザート
- 主食のみ(+飲み物)
- 汁物・おかずのみ
- デザート・果物のみ
- 菓子類
- 食べていない
- 無記入

地産地消 親子クッキング

8月6日（金）木津川市立山城保健センターにて、山城町の食材を使用した地産地消の親子クッキングを行いました。上粕小学校 20名、棚倉小学校 15名、職員9名の参加があり、笑顔あふれる楽しい時間を過ごすことができました。

山城町の食材として、お茶、万願寺唐辛子、なす、ぶどう、えだまめ、おくらを使用し、えだまめごはん、万願寺唐辛子の肉詰めなど計6品を作り、会食を行いました。子ども達もおうちの方と一緒に料理をするいい機会となったようです。



メニュー

- ・えだまめごはん
- ・万願寺唐辛子の肉詰め
- ・なすの田楽
- ・すまし汁
- ・ぶどう大福
- ・水出し茶



参加いただいた方より

今日は「とても楽しかった」28人 「まあまあ楽しかった」5人 「あまり楽しくなかった」1人
料理は「とてもおいしかった」24人「まあまあおいしかった」10人 「あまりおいしくなかった」0人
家でも「ぜひ作りたい」25人 「機会があれば作りたい」6人 「あまり作りたくない」3人
今後も「ぜひ参加したい」21人 「予定があれば参加したい」12人 「あまり参加したくない」1人

- ・山城町でできた野菜を使って、こんなに素敵な献立ができるなんて感動した。
- ・山城町の野菜で色々と工夫して料理ができるんだと思いました。食材を生かした料理でおいしかった。
- ・家でもごろごろと野菜が転がっているのにレシピが少なく、家でも作ってみようと思う。
- ・山城町の食べ物に安心しておいしかったので、これからもできるだけ山城町の食材を利用したい。
- ・今日は一緒に作って楽しかったので、機会があれば家でも一緒に作ってみようと思う。
- ・普段食べないものを子どもたちがおいしいと言いながらおかわりして食べていたので、一緒に料理する機会をつくらうと思った。

山城町の農家の方には、おいしい食材をご協力いただきました。ありがとうございました。

