

食育だより

# もぐもぐ

# ごっくん



平成19年10月発行  
岩舟町食育推進検討委員会

## 「楽しい食事で育む未来」～望ましい食の習慣化をめざして

保護者、地域の皆様には、日頃より学校給食運営や食育推進にご協力いただき、感謝申し上げます。児童生徒が、『栄養のバランス』『生活のリズム』『楽しい食事』の望ましい食習慣を身につけることができるよう、今後も皆様のご協力をよろしくお願いいたします。

## 「親子料理教室」「学校給食試食会」へのご参加、「朝食レシピ」のご応募、ありがとうございました



夏休みの親子料理教室は、予定を増やし3回実施しました。料理を通して親子のふれあいを深めることができたようです。朝食レシピは、63点の応募がありました。ご家庭では、おいしく、手軽で栄養のある朝ご飯を工夫していることがわかりました。レシピ集を作成し、保護者の皆様に配布するとともに、町の広報紙やホームページ等でご紹介していきたいと思っております。また、試食会ではいろいろなご意見をいただくことができました。今後の献立作成や調理の参考にさせていただきます。

生徒のみなさんと一緒に料理をして食べてみたい。(60代女性)

朝は忙しく、いいかげんな朝ご飯が多い。試食会で食べてみて、だしやふりかけ、サラダなど手作りが多く、手作り料理をがんばっていかうと思った。(30代女性)

子どもの好き嫌いが多く、食べられるものを作ることが多いので、どうしても偏った食事になってしまい、気掛かりだ。給食を参考に作ってみたいと思う。(30代女性)



食べるだけでなく、目で見て作り方の参考になった。このような機会をまめに作っていただけたら、家の料理の品が増えそう。帰ったら家で作りたい。(30代女性)

夕食は、家族そろって食べているが、朝食は個食になってしまっている。朝食の内容も野菜が少なく反省する部分が多い。食事のアンケート結果を聞いて、もう少しがんばってみようかと思った。(50代女性)

給食試食会アンケートより  
献立内容は? よい79.2%  
味付けは? よい70.8%

## 親子料理教室



メニューは「ビソワーズスープ、スパゲティカルボナラ、豚肉のローストの野菜添え、マドレーヌ、すいかのスムージー」とてもおいしくできました。



「今日はお子さんが主役です。お家の方は後ろで見守ってあげてください」と講師の先生。

「検討委員会」と「研究委員会」のみなさんにご指導をいただきながら、食育を推進しています。

メンバーは「検討委員」はPTA、生産者、教育委員会、校長、教諭、栄養士等19名、「研究委員会」は教育委員会、教務主任、給食主任、養護教諭、栄養士等11名です。

## 研究委員会

学校での取り組みを話しあい、朝食レシピを選定しました。



「ごはんにみそ汁」という朝ご飯はどのくらい食べているのでしょうか。

## 学校給食試食会



「食生活チェック」「給食や食習慣の話」の後、給食の配膳も体験していただきました。



味が薄味だったので、家の味付けの参考にします。(50代女性)



なかなかかんぴょうを使った料理ができないので、給食のサラダを参考にしたい。(40代女性)

**お知らせ**  
11月11日(日)の健康福祉・環境まつりで「食育推進コーナー」を出展します。取り組みの様子やアンケート結果をパネル展示し、給食の一品試食で「手作りふりかけ」をお配りする予定です。

市販のふりかけばかりがふりかけだと思っていたので、今日のメニューはビックリだった。(40代女性)

かんぴょうのサラダがおいしいと子どもが言っていたので、楽しみだった。とてもおいしく、家庭でも作ってみたい。(40代女性)