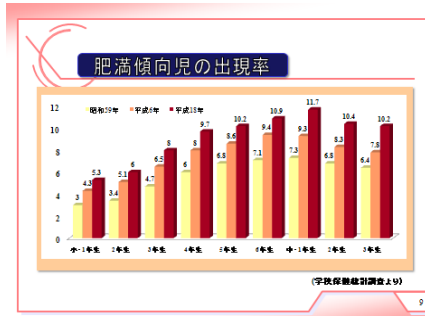
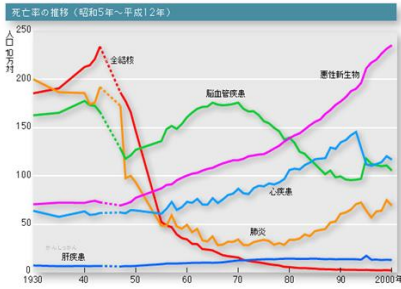


保護者への提供例

1 食育の重要性

○ 食育は、生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきものです。



子どもの肥満

- ・ 学童期肥満の40%、思春期肥満の70~80%が成人肥満に移行
- ・ 小学校低学年の気づきが効果的

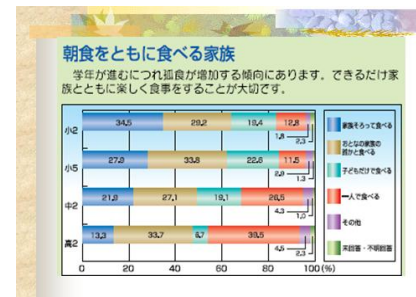
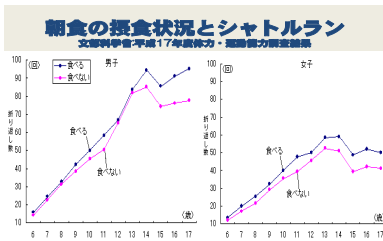
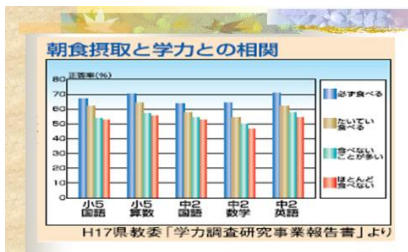
↓

成人肥満

- ・ 成人肥満は生活習慣病の最大の原因となる
- ・ 体格が形成されてしまうので改善が難しい

2 食生活の実態

○ 食が子どもたちの心や身体の発達に影響を与えています。



3 福島県の食育推進

○ ふくしまっ子食育指針に基づいて実践します。



4 学校における食育推進

○ 学校給食を生きた教材として活用しています。

○ 教育活動の関連を図り、食育を推進しています。



- 食事内容
料理の組み合わせ
食べる分量
- 食べ方
食事のマナー
- 地産地消
日本の食文化
郷土食・行事食

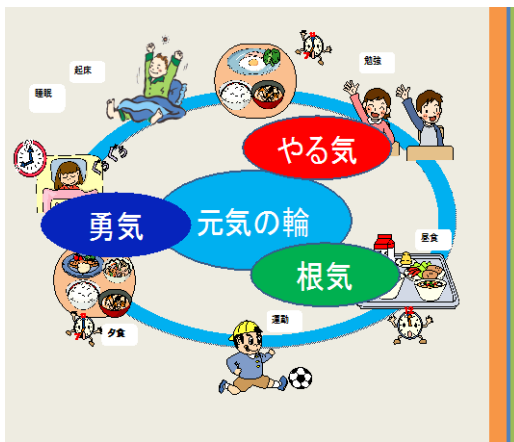
麦ごはん、牛乳、にら玉汁、鶏肉と大豆のみそ炒め、ブロッコリーとポテトのサラダ、りんご、手作りふりかけ

全国学校給食甲子園HPより
入賞(新地町立新地小学校)

自分の「食」の基準となる

5 家庭における食育推進

○ 学校から発信する食の情報を活用します。



○ 食を要とした望ましい生活習慣の形成が子どもの持つ力を引き出します。

○ 家庭の味を大切にするとともに、食文化、日本型食生活を継承しましょう。



家庭で「食」を楽しむ！



○ 家族で食の体験を共有しましょう。
(つくる・たべる・そだてる)
自分の食を自分で整える子どもに・・・