

早ね早起き朝ごはん食育講演会

鎌ヶ谷市役所学校教育課・健康増進課
6月中：各学校体育館等



平成21年度から、児童・生徒の望ましい食習慣の確立と生活リズム向上を目指して市内の全小学校9校の5年生、全中学校5校の1年生を対象に年1回実施しています。

6月の食育月間は小学校で実施し、「生活リズムについて」、「朝ごはんを食べること」、「主食、主菜、副菜のバランスについて」を話しています。今年度は、昨年度のアンケートの結果から、「早ね早起き」の生活リズムについて強化した内容として実施しました。家庭に持ち帰りできる教材として、3色食品群を学ぶカードを使い、「主食、主菜、副菜」の料理や栄養的な役割について教育しています。

また、講演会の開始時及び2週間後にアンケートを実施し、講演会の効果の確認をし、来年度の教材に反映できるようにしていきます。