

食育だより

令和2年度 No.3 日光市立大沢小学校

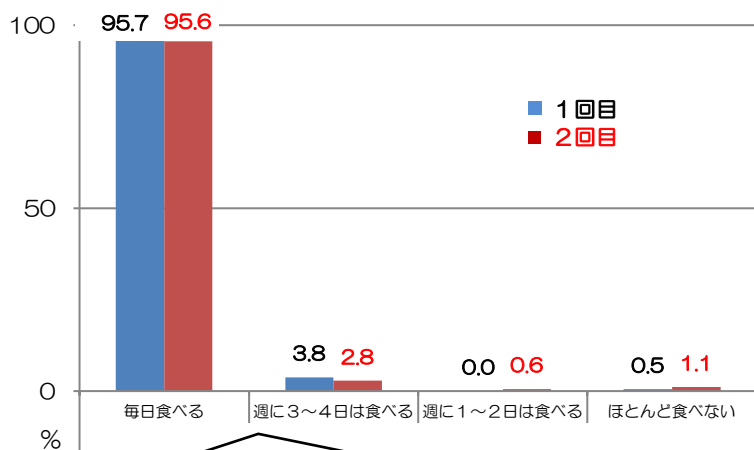
「食育」とは？

- 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
- 様々な体験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てること

大沢小学校では、毎年1学期と2学期の年2回「食生活アンケート」を実施しています。アンケート結果から、子どもたちが「食」に対してどのくらい興味関心をもち、実践することができたのかを知る一助にしています。ぜひ、御家庭でも話題にいただければと思います。

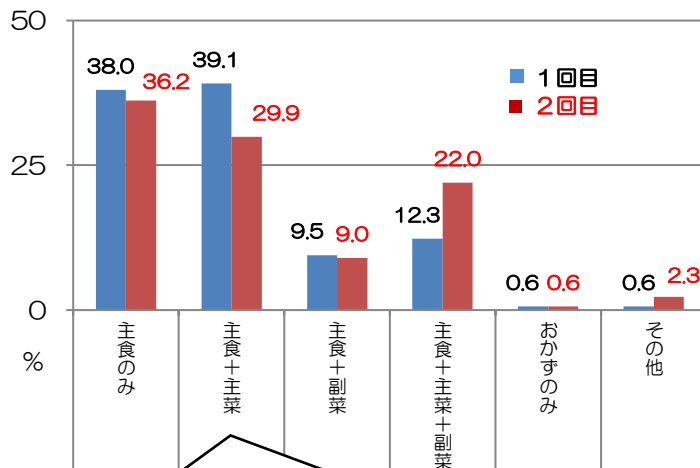
【回答数 1回目：186名 2回目：183名】

Q. 学校に来る時、 朝ごはんを食べていますか？



・朝ごはんに関しては、95.6%の児童が朝ごはんを食べて登校しています。1回目とあまりかわりはありませんでした。また朝ごはんを毎日食べない理由は「時間がないから」が多く、次いで「食べたくないから」でした。

Q. 朝ごはんの内容は？



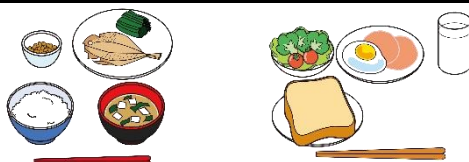
・朝ごはんの内容に関しては、「主食・主菜・副菜」のそろった朝ごはんを食べている児童は1回目と比べ9.7%も増加しました。少しずつ主菜や副菜などのおかずを食べるように心がけてほしいと思います。

◆ 朝ごはんの内容について (学年別)

【1回目→2回目、無回答は除く】

	1年生	2年生	3年生	4年生	5年生	6年生
主食のみ	22.6%→23.3%	48%→30.4%	37.5%→46.7%	39.3%→39.3%	46.7%→32.1%	30.8%→41%
主食+主菜	64.5%→46.7%	20%→26.1%	28.1%→26.7%	39.3%→25%	30%→28.6%	41%→25.6%
主食+副菜	6.5%→10%	20%→0%	6.3%→0%	7.1%→14.3%	13.3%→14.3%	5.1%→12.8%
主食+主菜+副菜	6.5%→13.3%	8%→39.1%	15.6%→26.7%	7.1%→17.9%	10%→21.4%	20.5%→17.9%
おかずのみ	0%→0%	0%→0%	3.1%→0%	0%→0%	0%→0%	0%→0%
その他	0%→6.7%	0%→0%	0%→0%	3.6%→3.6%	0%→3.6%	0%→0%

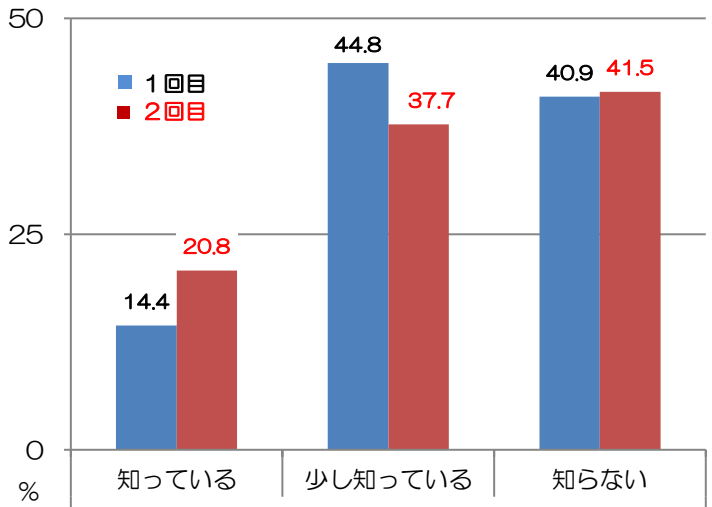
・「その他」の回答は、果物、ゼリーでした。



※裏面に続く

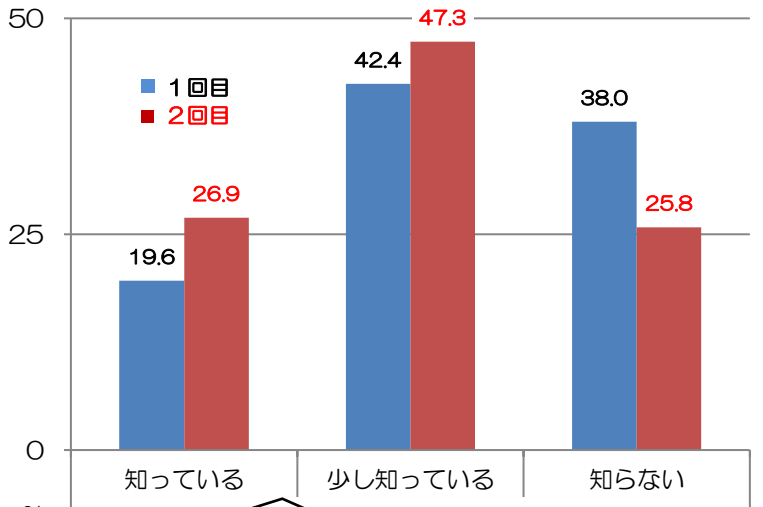


Q. 栃木県の郷土料理や 伝統料理を知っていますか？



・県の郷土料理や伝統料理について「知っている」が20.8%と6.4%増えました。しかし「知らない」の回答はあまり変わりませんでした。

Q. 栃木県や日光市でとれる 食べものを知っていますか？



・県や市でとれる食べものについては「知っている」「少し知っている」あわせて1回目の62%から74.2%と12.2%も増えました。

◆アンケート結果から

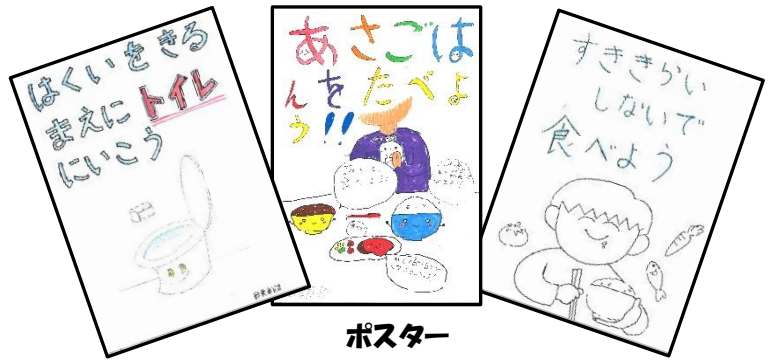
朝ごはんの内容に関しては、「主食と主菜、副菜」のそろった栄養バランスのよい朝ごはんを食べている児童が今回の調査で約10%増加しました。全体から見るとまだ22%ですが、少しずつ増えてきています。これからも朝ごはんにおかずを食べて、元気に学校生活を送ってほしいと思います。今回記載できませんでしたが、「し好」（いも類・魚類・豆類・牛乳、乳製品・野菜類・きのこ類・海藻類）については、1回目「嫌い」の回答が多かった、豆類（11.8%→6.6%）・野菜類（11.9%→8.8%）・きのこ類（21.1%→16%）が減少しました。しかし、きのこ類については、まだまだ苦手とする児童が多い傾向があります。児童の将来の健康のために、これからも学校と家庭で連携・協力していけたらと思いますので、御協力をお願いいたします。

◆給食委員会の活動紹介◆

今年度給食委員会では、給食委員会おすすめ献立やポスター作成、1年生に向けた給食当番の資料などを作成しました。例年6年生が1年生の教室に行き給食当番の仕事をお手伝いしながらお手本を示していましたが、コロナウイルス感染予防のために、お手伝いできませんでした。そこで給食委員会で給食当番の身支度のよい例や悪い例、手洗い、配食方法の資料を作成し、1年生の教室で掲示しました。また「朝ごはんをとることの大切さ」や「好き嫌いせずに食べるることの大切さ」等を啓発するためのポスターも作成しました。給食委員会おすすめ献立は、1月からスタートし3月まで実施します。詳しくは献立表を御覧下さい。



給食当番資料



ポスター

早ね 早おき 朝ごはん すっきりスタート 学力アップ