

市町村名：新里村
学校名：新里村立新里中学校
担当者名：小澤 佳子

【地域の食改善グループの協力により、地元の食材を利用した調理実習を行っている事例】

教科名等	技術・家庭科				
単元名等	日常食をよりよくしよう 「地域の食材を使った調理」				
取組学年	3 学年	取組時期	9 月	毎年実施の有無	有
取組内容	<p>新里村に食改善グループがあり、食改善の活動を行っている。 その事業の一環として、昨年度から新里中学校の生徒に「良い食生活について」の講習と、新里村特産の食材を使用しての調理実習を実施している。 内容については次のとおりである。</p> <p>(1) 開会 (2) 講義 「朝食は大切」 バランスのとれた食事をとるには 主食、主菜、副菜をバランスよくとることが大切 よい献立の目安は、1日30食品 栄養バランスの決め手は、朝食と昼食に</p> <p>(3) 調理実習 テーマ「簡単朝ごはん」 <献立> ごはん オムレツ 具だくさんみそ汁（中学校で栽培したかぼちゃ入り） ちぎりサラダ ヨーグルトゼリー</p> <p>(4) 「学んだことを自分の食事を確認しよう」 今朝、食べたものを絵や文字でプリントに記入し、栄養バランスがとれているかチェックした。</p> <p>(5) ヘルスサポーター21登録証の授与 (6) 閉会</p>				
本取組を行っている理由	<p>地域の方々の協力を得ることで、その土地の食材を取り入れた調理実習を行うことができる。また、栄養についての知識も深められ、生徒個人だけではなく、家庭での食生活に対する意識の向上と改善が図られると考え、この取り組みを行っている。</p>				

