

市町村名：二戸市

学校名：二戸市立金田一中学校

担当者名：小林美子

### 学校における特色ある食育実践事例の紹介

教科名等	金田一小中学校合同学校保健委員会				
単元名等					
取組学年	-	取組時期	12月	毎年実施の有無	有
取組内容	<p>【生活リズムと食生活のアンケート調査の実施】...6月上旬 結果から中学生のよく食べるおやつは「油が多くカロリーが高い物が好まれている」ことが分かった。</p> <p>【第1回小中合同学校保健委員会】...6月 今年度のテーマを「おやつ」に決定</p> <p>【我が家の健康めあて】 7月22日の「家族の日」に1年間の「おやつ」のめあてを決めて取り組みを開始。</p> <p>【第2回小中合同学校保健委員会】</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1 開会の言葉</li><li>2 あいさつ...中学校保健委員会会長</li><li>3 実践発表<ol style="list-style-type: none"><li>(1) 小学校児童保健委員会 健康集会で発表した「おやつについての実験」からスナック菓子に含まれる油と砂糖の量調べの実験結果</li><li>(2) 中学校生徒保健委員会 文化祭で行ったスタンプラリー「おやつに気をつけて！おいしさにかくれる脂肪」</li></ol></li><li>4 講話「おやつの上手なとり方」 講師：給食センター栄養士 内容 おやつを上手に摂るポイント 手作りおやつ紹介 (牛乳ココアもち・りんごとさつまいものコンポート・さつまいもチップ) 市販のおやつと手作りおやつのカロリーの比較</li><li>5 参加者の意見交流</li><li>6 学校医の先生方からの助言</li><li>7 その他 連絡...これからの取り組みの確認</li><li>8 閉会の言葉</li></ol>				
本取組を行っている理由	小中の学校保健委員会が合同で取り組みを始めて3年目を迎えた。「生活習慣病を予防するために食生活を見直そう」をテーマに掲げ、本地区の健康課題である肥満の改善と健康の基礎を築くために家庭を基盤とした実践を願って活動を展開している。				

