

わたしから始まる高知の食育

～毎月19日は「食育の日」～



学校での食育の取り組み

子どもが食について計画的に学ぶことができるように、食に関する指導の全体計画、年間計画を作成し、学校教育活動として食育を進めています。子どもたちが望ましい食習慣を身に付けるには、学校・家庭・地域が連携協力しながら組織的な取り組みを進めることが必要とされています。

学校では給食を中心に食育を行っています

毎日の給食時間に、子どもたちは学校給食を生きた教材として活用しながら、

- 食事の重要性 ●心身の健康 ●食品を選択する能力 ●感謝の心
- 社会性 ●食文化 について学んでいます。

学校では給食を「生きた教材」として、食育を進めています。



高知市学校給食キャラクター キューちゃん

自由献立・体験学習

高知市では、春野地区を除いて統一献立で給食を実施しています。より楽しく、魅力ある給食を実施するため、学期に1回学校独自の献立（自由献立）を実施しています。

自由献立の日は学校給食における「地産地消の日」として、地元の生産物や体験学習・教科とつながりをもった食材を給食にとり入れ、学校の特色を活かした給食を実施しています。

【みそ作り】



自分たちで作った味噌が給食に登場しました。

【皿鉢給食】



地域食材で作った皿鉢給食は毎年好評です。

【稲作体験】



もみまき・田植え・稲刈りの学習をし、とれたお米は給食でいただきました。



【バイキング給食】



栄養のバランスを考えながら選びます。

各学校の特色ある自由献立や防災給食の取り組みについて、高知市役所正面玄関ピロティ掲示板で6月10日から21日まで紹介しています。ぜひ、ご覧ください。

