

わたしから始まる高知の食育

～毎月 19 日は「食育の日」～



6月は「食育月間」です

「食べること」は、私たちが生きていくうえでとても大切なことです。私たちの毎日の生活を豊かにしてくれる「食」ですが、一方で食べ過ぎや欠食、食事バランスの偏りや食文化の画一化など、食にまつわる問題が出てきていることもあり、平成 17 年 6 月に食育基本法が制定されました。

食育基本法の中で、毎年 6 月は「食育月間」、19 日は「食育の日」と定められています。皆さんもこの機会に身近な食について考えてみませんか？



高知が誇る食文化「皿鉢料理」を学校給食で

学校では、学校給食を生きた教材として活用し、食育をすすめています。

平成 29 年度は、高知県地域教育振興支援事業を活用して、高知市立学校 9 年間を通じた食育を検討し、そのうち小学校 4 年生への食育として、高知が誇る食文化である「皿鉢料理」を取り上げました。

以前から、学校独自の取組として皿鉢給食を実施している学校はありましたが、昨年度は栄養教諭等未配置の学校において、担当栄養教諭等が皿鉢料理について担任と協力して事前授業を行い、皿鉢給食を実施することを計画しました。

平成 29 年度は 5 校をモデル校とし、担当の栄養教諭等が指導案・指導資料の研究を重ねました。その指導案にそれぞれのアレンジを加えて、学校や地域の実態に合わせた授業を行い、子どもたちは授業の後、皿鉢給食を楽しみました。

皿鉢給食の調理のために、学校給食調理員は夏の研修で皿鉢料理について学び、調理実習を行いました。ヘルスメイト（食生活改善推進員）さんの指導のもと、巻きずしを巻くコツやハラン（皿鉢に飾る葉）の切り方、料理の盛付、おいしく見せる工夫などを習い、給食実施当日もヘルスメイトさんに協力いただいて、皿鉢給食を仕上げていきました。子どもたちの感想からは、皿鉢料理に対する理解が深まった様子、みんなで皿鉢料理を囲むことを楽しんだ様子が伝わってきました。

今後も、9 年間の食育として他の学年の指導案・指導資料について研究を重ねるとともに、皿鉢給食の実施について呼びかけ、実施校を増やしていきたいと考えています。

食べることは生きること。より豊かに「生きる力」を身に付けるために、さまざまな「食の経験」を重ねていって欲しい。学校での食の経験が、子どもたちから家庭へ、地域へと広がっていくことを期待しています。



高知市学校給食キャラクター
キューちゃん

6月 11 日～21 日に学校の取組を紹介しています。見に来てね！

各学校の特色ある自由献立や食育体験学習の取組について、高知市役所丸ノ内仮庁舎掲示板で紹介しています。

学校での食育の取組を、ぜひご覧ください。