



# もぐもぐだより(食育だより)

宇都宮市教育委員会 令和元年9月



食に対する関心  
や、感謝の気持ち  
を持ってください。

## 学校・家庭・地域がつながって食育を進めていきましょう!

7月29日に開催した「第14回宇都宮市食育研究大会」では、たくさんの皆様に御来場いただき、ありがとうございました。

食育について研究されている宇都宮大学の森玲子教授をお招きし、「学校・家庭・地域がつながる食育～子どもが伸びる食育を目指して～」と題した御講演をいただきました。

近年、社会環境やライフスタイルの変化により、食の問題が多様化している中、子どもたちが食に関する自己管理能力を身に付け、健やかに成長するためには、学校だけでなく家庭や地域とスクラムを組んで食育を推進していくことが不可欠です。ぜひ、学校や地域の食育の取組について関心をもっていただけるようよろしくお願いいたします。



【講演の様子】

### ～食べることを通して心も体もパワーアップ大作戦～

#### 親子で一緒に料理をしましょう。

普段は忙しくて、なかなかお子さんと一緒に料理をする時間がとれないという御家庭もあるかもしれません。

でも、時には、親子で一緒に料理をし、食材を混ぜる・切る・焼くなど、お子さんのできることを少しずつ手伝わせるようにしてみましょう。

お子さんのできることが増えるだけでなく、会話をしながら料理をするので、親子の絆が深まるといったメリットもあります。ぜひ、お試しあれ!!

今年も、もうすぐ「お弁当の日」があります。  
練習を兼ねて、一緒に料理をするのもいいですね。



### お知らせ

次の催しを開催しますので、お子さんと一緒にお越しください。

#### 第14回 うつのみや食育フェア

【日時】令和元年10月6日(日) 午前10時～午後3時〔荒天中止〕

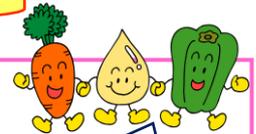
【場所】宇都宮城址公園

【ステージプログラムの主な内容】

11:20～ 中学生による「お弁当コンクール」入賞校調理披露

12:35～ 食育関係コンクール表彰式(ポスター・お弁当)

13:25～ 料理研究家 柳澤 英子さんの健康&簡単レシピ講座



食について楽しく学んだり、体験したりできるコーナーもあります。  
詳しくは、ポスターや宇都宮市のホームページをご覧ください。

#### 小中学校における食育の取組パネル展

【期間】令和元年10月9日(水)～18日(金) 午前9時30分～午後8時

【場所】宇都宮市立南図書館 ギャラリー (初日は午後1時から、最終日は午後1時まで)

【内容】・本市の小中学校の食育の取組紹介 ・学校給食の歴史

・「食育啓発ポスターコンクール」と「あなたのためのお弁当コンクール」の入賞作品 など



10月は、「とちぎ食育推進月間」や「食品ロス削減月間」です。



#### 本市の学校給食レシピを「クックパッド」で発信中。

アドレス <http://cookpad.com/kitchen/14312506>

QRコード (スマートフォン  
タブレット用)



～ 食育スローガン: 食事のときには、感謝の気持ちを込めて「いただきます」「ごちそうさま」～

＜問い合わせ: 宇都宮市教育委員会学校健康課 学校食育グループ TEL 632-2757＞