



もぐもぐだより(食育だより)

宇都宮市教育委員会 令和2年度 第2号



食に対する関心や、感謝の気持ちを持って〇だよ。

今年の「お弁当の日」は、「おにぎりの日」で実施します。



毎年本市で実施している「お弁当の日」は、学校と家庭が一体となって取り組むことで、児童生徒が食への関心を高め、食に関する自己管理能力を身に付けるために大変重要な役割を担っています。

新型コロナウイルスの感染拡大が心配される今だからこそ、児童生徒に、免疫力を高められるよう栄養バランスのよい食事について考えさせることや、学校休業期間中などの日常生活において、児童生徒が一人で食事を準備することのできる力を身に付けさせることが大切です。

今年度は、3～5月の学校休業の影響により指導時間の確保が難しいことなどを考慮して、「お弁当の日」の取組内容をしぼり、児童生徒が主食のおにぎりを家庭で作って持参し、給食でおかずなどを提供する方法（「おにぎりの日」）で行い、家庭での実践を組み合わせることで、児童生徒に確実に力を付けることを目指します。御理解と御協力をお願いします。

ねらい



食事について親子で共に考える機会を創出し、子どもたちの食への関心を高め、感謝の心などを育む。

目 標

目標を達成するための第一歩として、次の①～③をできるようにしましょう。



◎ 自分や家族の健康を考えて食事を作るための基礎を身に付ける。

- 〔全児童生徒ができるようにすること〕
- ①ご飯をしゃもじで茶碗によそうことができる。
 - ②おにぎりを作ることができる。

- さらに
〔小学5年生～中学3年生ができるようにすること〕
- ③ご飯を炊くことができる。

実施方法

各学校が設定した日に「おにぎりの日」を1回実施する。

児童生徒が目標を達成できるように、事前から事後までを通して学校と家庭が連携して取り組みます。実施日等の詳細については、学校からの通知をご覧ください。

	学 校	家 庭
事前	・「おにぎりの日」の目標や実施方法等を説明する。	・目標①～③を練習する。（③は小学5年生以上） ※上手にできるようにアドバイスをお願いします。
当日	・おにぎりを給食のおかずなどと一緒に食べる。 ・給食の献立を活用して、栄養バランスの大切さを説明する。	・おにぎりを作る。 ・「おにぎりの日」を振り返り、おにぎりを作ったり食べたりした感想を記録する。 ※お子さんのやる気を高められるように、励ましの言葉を掛けてください。
事後	・目標①～③を継続して行うとともに、その他にもできることを増やすよう働き掛ける。	・目標①～③を継続して行うとともに、その他にもできることを増やす。 ※できるだけ実践できるように御協力ください。

日常化へ



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

<https://cookpad.com/kitchen/14312506>

QRコード

