

食育SAT報告書

学校種	小学校	対象	児童・保護者・教職員・その他	人数	52
教科・単元名	図書館夏休み行事				

テーマ「早寝 早起き 朝ごはん ～朝食を楽しく考えよう～」

詳細

- ・夏休みの図書館講座の中で、児童と保護者を対象に朝食指導を実施し、よりよい朝食内容を指導するための教材として用いた。
- ・1年生は親子で、6年生は自分で選択をし、結果を話し合った。
- ・今後は計画的に授業や保護者、地域に向けて指導に活かしていきたい。



栄養教諭が結果を個別指導しています。



自分たち(6年生)で結果を話し合っています。

参加者の感想・様子

・いつもの朝ごはんでは何が不足しているかが分かった。
 ・朝ごはんだけでなく、他の食事でもバランスが気になる。今日のお昼ごはんも気をつけます。

ワンポイントアドバイス等

・朝ごはんの栄養バランスを見直す指導を行った。
 ・普段の朝ごはんを確認し、何が不足しているか、何と交換や追加をすると栄養バランスのよい食事になるかを確認した。
 ・何度も繰り返し行い、3回目くらいになると料理の選択が上手になり、1度目でよいバランスになるように選択することができていた。

実践校名

岡山市立福田小学校