

鬼怒地域学校園

健全な食生活の実現を目指した食育の推進

～よく噛んで食事をすることの大切さ～

御幸ヶ原小学校 平石北小学校

鬼怒中学校

平石中央小学校 御幸小学校

御幸ヶ原小学校

たくさんの感想と楽しそうな給食の様子です☆



平石北小学校

中学生からのメッセージ DVD を給食時に流しました。たくさん噛むことが身体によいことを学びました。



☆『カミカミ献立』は、いつもよりも大きめに切り、硬めに調理して、かむ回数が増えるようにしました。
 ☆担任からは、一口を小さくする・犬食いしないなどを指導してもらいました。保健給食委員会による献立の説明や歯によい食材の紹介がありました。

鬼怒中学校 生徒考案カミカミ献立の提供

～カミカミ献立 提供までの流れ～ 生徒会保健委員会・給食委員会 合同チームの活動

- 1 献立作成会議
- 2 DVD の作成
- 3 献立の実施



『歯とからだに良い食べ物』ま(豆)、ご(ごま)、わ(わかめ・海藻)、や(野菜)、さ(魚)、し(椎茸・きのこ)、い(芋) 食品を使った献立を考えました。



9月18日
 ピザトースト
 牛乳
 こんにやくが
 ミネストローネスープ
 ミニフィッシュ



11月8日
 発芽玄米入りごはん
 牛乳
 鶏肉と大豆のみそ炒め
 磯辺あえ
 けんちん汁
 ミニフィッシュ

平石中央小学校



9月18日に鬼怒中学校生徒さんが考えてくださった献立を実施しました。
 完食した児童も多数でした！

☆児童からは、トーストは耳が固いからカミカミメニューになるんだね。

☆こんにやくがカミカミメニューになるとは知らなかったよ。などの感想がありました。



御幸小学校

9/18に鬼怒中学生が考えてくれた「洋風カミカミ献立」を実施しました。保健委員さんが鬼怒中生徒のメッセージを放送で流したり、「ひみこのはがいで」の放送を流し、よく噛むことの重要性や歯を大切にすることをわかりやすく伝えました。



11/28には「和風カミカミ献立」を参考にさせていただき、「鶏肉と大豆の味噌炒め」を出しました。定期的に出る定番メニューですが意識をして噛んで食事をする指導をしました。