

# 陽東地域学校園

陽東中学校  
峰小学校  
石井小学校  
陽東小学校

## 健全な食生活の実現を目指した食育の推進

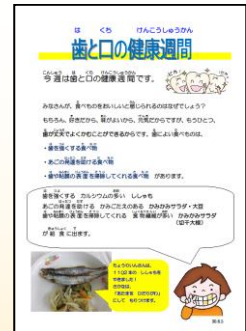
～「体力の向上」「学校保健」「学校安全」と関連した食育の取組～

### 〈石井小学校〉

学級担任・養護教諭・学校栄養職員の3人で、6年生の保健体育「病気の予防」の授業を行いました。身近な食べ物や飲み物の実物と血管の模型を使い、糖分・脂分・塩分との関係について、運動や休養・睡眠との関係について学習をしました。



### 〈陽東小学校〉



6月4日～10日の「歯と口の健康週間」に保健と連携して取り組みました。保健では、歯の染め出し調べ、保健委員会の校内放送、歯ブラシチェックを実施し、給食では「かみかみ献立」を出しました。カルシウムが多い食品、かみごたえのある食品、食物繊維の多い食品を使った給食を出し、かむことの意識づけを行いました。6月の保健日より、給食日よりでも、歯の大切さやよくかんで食べることの大切さを伝えました。

### 〈陽東中学校〉

夏の総体前の部活動激励会にて、熱中症対策や試合前の食事管理・水分の摂り方などについて養護教諭・栄養教諭より話をしました。「栄養満点・胃袋からっぽ」が勝利の原動力！「暑さを避け、こまめに水分補給」が勝利の秘訣！



### 〈峰小学校〉

峰小学校では、12月に保護者代表の方や学校医の方をお招きして、「学校保健給食委員会」を行いました。子どもたちの健康問題について審議し、保健・給食活動の推進を図ることが目的です。峰小学校の食育・給食、児童の健康・体力について発表し、保護者の方々から貴重なご意見・ご質問を頂くことができました。

