

## 平成30年度 食育振り返り

今年度は、主に下記のような取組をしました。どの授業やイベントも生徒・保護者・地域の方が楽しく、しかも真剣に取り組み、大成功に終わっています。来年度もたくさんの食育に関する行事を企画し、川下中学校区の食と健康に携わっていきたいと思います。来年度もお楽しみに！

### 平成30年度 食育取組

- 4月： 食生活アンケート1回目
- 6月： 3年生 保健体育『食生活と健康』
- 8月： 簡単朝ごはん料理教室
- 10月： 文化祭  
『六群！釣って貼って覚えよう』
- 11月： 2年生 道徳  
『郷土の伝統と文化の尊重』
- 12月： 1年生 家庭科『給食献立作成』  
3年生 家庭科  
『郷土料理の調理実習～岩国寿司～』  
クリスマススイーツ料理教室  
食生活アンケート2回目
- 2月： 給食試食会



【3年 保健体育】



【2年 道徳】



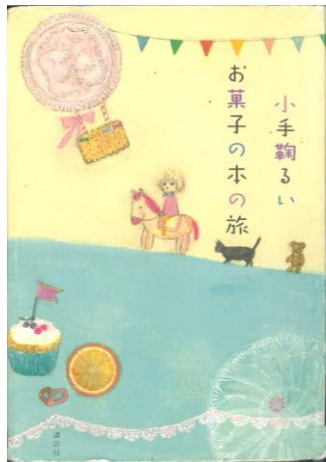
【クリスマススイーツ料理教室】



【給食試食会】

## 読書活動推進委員の白坂先生へインタビュー

～図書室にあるオススメの食に関する本を紹介していただきました～



### 《お菓子の本の旅》

小手鞠 るい 著

#### ☆ここがおすすめ☆

人生で初めての試練を助けてくれる、旅する「お菓子の本」です。旅を続けた本の最後もとてもすてきです。

### 《ちょっと具合のよくないときのごはん》

病院に行くほどじゃないけど、からだの不調を感じる時に》

医学博士 石川 みずえ  
管理栄養士 岩崎 啓子 著

#### ☆ここがおすすめ☆

ストレスを感じたり、疲れやだるさが取れないとき、何を食べたらいいいのかよく分かります。難しいレシピではなく、ジュースやお粥など簡単でありながら効果的な食材を知ることができます。



川下中学校の図書室にありますので、ぜひ読みに、借りにきてください！他にもたくさんの面白い“食”に関する本がありますよ。