

























【様式2】

食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	長崎県
取組市町村名 取組団体・企業名	松浦市食生活改善推進協議会
取組の名称	郷土料理教室
実施時期	令和5年12月15日(金)
取組内容に該当する 食育ピクトグラム (複数選択可)	<input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input checked="" type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/> 
取組内容	<p>目的：調理実習を通して、郷土料理の作り方や地域の食文化について学ぶ機会とする。</p> <p>対象者：市内中学2年生</p> <p>参加人数：生徒15名</p> <p>内容：食生活改善推進員の指導のもと、郷土料理の調理実習を行いました。          押しずしやおよごし等、昔から食べられていた料理ですが、作ることも食べることも初めての生徒が多く、押しずしは1人ずつ寿司型を使って上手に作る事ができました。他にも、汁物やだんご等6品の郷土料理を体験しました。          地域で食べられていた食材やどのような行事で作られていたのか学ぶ機会となったようです。</p>

## 【様式2】

## 食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	長崎県
取組市町村名 取組団体・企業名	松浦市
取組の名称	食育講演会
実施時期	令和5年11月13日(月)
取組内容に該当する 食育ピクトグラム (複数選択可)	<input type="checkbox"/>  <input checked="" type="checkbox"/>  <input checked="" type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/> 
取組内容	<p>目的：食生活の大切さや弁当作りのポイント等を学ぶことで、家庭での調理体験につなげる。</p> <p>対象者：市内中学生</p> <p>参加人数：生徒45名</p> <p>内容：中学生に必要な食事量を確認し、主食・主菜・副菜をどのようなバランスで食べたらいいか、また、旬の食材について学び、調理方法を紹介しました。</p> <p>また、朝ごはんの必要性について説明し、ただ食べれば良いのではなく、食べる内容も意識してもらうために、ご飯やパンに加えてたんぱく質や野菜の組み合わせ方を紹介しました。自宅でも自分で味噌汁を作ってもらえるように動画を使って作り方を説明し、実際に試飲して普段食べている味と比較することで味の濃さについても考えてもらうことができました。</p>