

## 食育で育てたい5つの力

### I. 事業・活動の概要・成果等

- ・対象者:年長児、小学生、中学生
- ・内容:学年に合わせた「食育で育てたい 5 つの力」の講話を実施しています。紙芝居やカルタ、エプロンシアター等も使用しています。
- ★「食育で育てたい 5 つの力」とは①食べ物の味がわかる力②食べ物のいのちを感じる力③食べ物をえらぶ力④料理ができる力⑤元気なからだがわかる力

活動の様子



活動の様子



活動の様子



### 2. 団体の紹介

#### ・団体の紹介メッセージ

滋賀県健康推進員団体連絡協議会は「私達の健康は私達の手で」をスローガンに、自分自身や家族、地域の健康づくりにつながる活動を進めるボランティア組織で、県内すべての市町で活動しています。

子どもから高齢者まで全ての世代を対象に、食生活、運動、健診受診、たばこ対策等の地域に根差した健康づくり活動を行っています。

### 3. 子どもの体験活動における「事業の充実」に向けて大切にしたいこと、・今後の改善点など

#### 【スタッフの確保・育成、活動場所】

健康推進員は県内各市町で行われている養成講座を修了しています。その後も研修会や自己学習を行い、地域での活動に活かしています。

幼稚園・こども園、学校のほか、コミュニティセンターや公民館、保健センターなど県内各市町で啓発活動をしています。

#### 【体験活動を通しての次世代の若者の育成】

学校での食育啓発活動では、学年や状況に応じて「食育で育てたい 5 つの力」のほか、「野菜1日 350g 摂取」「朝食摂取」「うす味(減塩)」などについて講話や調理実習・レシピの紹介を行っています。

参加者が「家に帰ってもう一度作ってみたよ」「おいしかったよ」と報告してくれることを励みに活動しています。