



食育だより

令和8年3月25日発行
小美玉市立小川南中学校
No. 8

3月13日(金)に2年生で、親子食育教室「ウルノ商事 presents 水戸ホーリーホック食育プロジェクト～野菜ソムリエから学ぶ体づくり～」を実施し、その後、親子で給食を食べました。当日の様子と保護者アンケートの結果をお知らせします。

2年生親子食育教室&親子給食について



野菜ソムリエ・アスリートフードマイスター^{みなみや}南谷先生、水戸ホーリーホックユースコーチ木村様、水戸ホーリーホックジュニアユース監督飯田様をお迎えして、野菜を中心とした中学生のための体づくりについての講話をいただきました。

クイズ形式の講話だったため、生徒も保護者も楽しく参加しながら南谷先生の話に耳を傾けていました。「トマトは世界中に8000種類ある」、「レタスの栄養価が高いのは外側の葉っぱ」、「ピーマンの苦みが少ない切り方は縦」など豆知識がたくさんあり、最後まで興味深く聞くことができました。

講話が終わってから、教室に移動して親子で給食を食べました。生徒たちは、保護者の給食までてきぱきと準備をし、楽しい雰囲気でお食事をしている様子でした。2年生の学年委員さん、参加した保護者の皆様ありがとうございました。

アンケート結果について

実施期間：3/13～23 回答者：2年生保護者33人

今まで、お子様の食生活について気を付けていましたか？			
当てはまる	やや当てはまる	あまり当てはまらない	当てはまらない
39.4%	48.5%	12.1%	0%
野菜ソムリエの講話を受けて、お子様の食生活について気を付けようと思いましたか？			
思った	思わなかった		
100%	0%		
野菜ソムリエの講話で、食育について関心が高まりましたか？			
高まった	やや高まった	あまり高まらなかった	高まらなかった
51.5%	48.5%	0%	0%

食育教室、親子給食を通しての感想(一部抜粋)

- ・ クイズ形式で、楽しく学びました。ホーリーホックの皆さんのアシストも良かったです。給食も美味しかったし、給食の時間がどんな様子かわかりました。できたら、どのくらい残飯が出るのか知りたかったです。
- ・ とても参考になりました。野菜はとっているつもりでしたが、成分を考えてもっと野菜を増やしてもいいなと思いました。
- ・ 野菜の魅力がとても伝わり、今後の食事を見直していきたいと思いました。給食は薄味でもとても美味しかったです。たくさんの野菜が使われていてよいと思いました。
- ・ 肌や髪健康の為にバランスよく食べることが大切ということや、10年後の体は今の食事で作られることなど、思春期の子どもにはとても響いたようです。