



### 「食べ物のあいがたみ」

～“いただきます”の意味を知ろう～

健康・保健 道徳 家庭 食育

- (1) ねらい
- ① 自分の食生活に関心を持ち、生活の中で食事が果たす役割を考えさせ、本当の意味での「食育」について理解できるようにする。
  - ② 体をよりよく発育・発達させるためには、調和の取れた食事、適切な運動、休養および睡眠が必要であることを知る。
  - ③ 人としての生活に欠かすことのできない「食」を通して、よりよい生き方を学ぶ。
  - ④ 家庭や地域社会と連携を図りながら、生涯を通じて健康・安全で活力ある生活が送れるようにする。

- (2) 対象
- ・幼稚園・小学1年～中学3年生
  - ・保護者も一緒に参加されると有効です。
  - ・保護者、地域の方、学校保健委員会を対象とした講演も行います。
  - ・幼稚園は、保護者一緒でお願いします。年長さんが希望ですが、内容をご相談ください。

- (3) 講師 庄司 美幸 氏  
NPO法人すみだすくすくネットワーク  
加工食品診断士



- (4) 形式
- ・所要時間 1単位時間（土曜授業可）
  - ・原則クラス単位で教室等で行います。
  - ・2クラスまでは同時間で実施できますが、それを超える場合はご相談ください。

- (5) 内容
- 講演・授業テーマ「食と生活のふかい関係」
  - ① 食事をするときとは？
  - ② 食事の意味とは？
  - ③ 食べることは生きること
  - ④ 日常食の理解と地域の食文化
  - ⑤ その他・・・「食育」に関する指導内容についてご相談に応じて行います。

- (6) 費用 「無料」  
NPO法人すみだすくすくネットワークの社会貢献事業の一環として行うために費用はかかりません。 事後に、児童・生徒からの「感想文」を送っていただきますようお願いします。

- (7) 申込み **出前授業申込書** 実施日2ヶ月前 ⇒ 学校支援ネットワーク本部へ送付  
講師の方には、当本部から連絡を取らせていただきます。  
詳細の打ち合わせは、講師の方と学校担当者で行ってください。