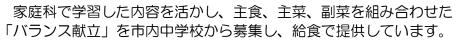
食育ニュース

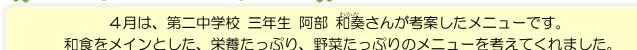


中学生の考えたバランス献立





先生や友達に自分の考えた献立を食べてもらい、「おいしい」「すごい!」という感想に照れながらも喜び、「食」に対する興味が育っていると感じます。 今後も、この取り組みを通して、「健康」や「食」に対する意識を高め、 「自分で弁当を作ることができる」力を身につけて欲しいと願っています。







業 考案者 阿部さんにインタビュー

- Q. この献立のポイントを教えてください!
- A. 2年生の時に家庭科で習った「まごはやさしい」を存分に とりいれて、ヘルシーな食事をこころがけました。
- Q. この献立に込めたメッセージは何ですか?
- A. 「和食」が栄養バランスの優れた健康的な食生活ということから、ユネスコ無形文化遺産に登録されたので和食を選びました。この献立をきっかけに、和食の良さを知ってもらい、好きになってもらいたいです。
- Q. 「バランス献立」に採用が決まったときはどんな気持ちでしたか?
- A. びっくりしたけど、うれしかったです。

