

平成30年度受賞

## 前橋市学校栄養士会

推薦者：前橋市長

活動をはじめた時期：昭和62年4月

### ～活動報告～

前橋市教育委員会に設置された学校保健会の健康教室において、前橋市内の小学校2・3年生の肥満度30%以上の児童と、その保護者を対象に栄養指導を30年以上継続して行っている。

栄養指導では、事前に食事調査を行い、栄養士全員が指導内容について共通理解のもと実施し、保護者の普段の食事の悩みなどを聞き、保護者と一緒に考えながら進めるため、実践につながりやすくなっている。この栄養指導は夏休み中に行うことが多いため、夏休み中の食生活の参考にしてもらおうとともに、普段の給食の献立なども話の中に取り入れ、わかりやすい指導を行っている。

また、毎年2月に、市内の中学3年生への卒業祝いとして、お弁当のおかずにもなる「給食レシピ集」を贈り、高校生になっても栄養のバランスに気を付けたお弁当づくりの参考にしてもらっている。簡単に調理できるように作り方をわかりやすく掲載し、主菜になるおかずだけでなく、野菜のおかずを含めてバランスよく、いろいろな食材を使用できるように工夫している。

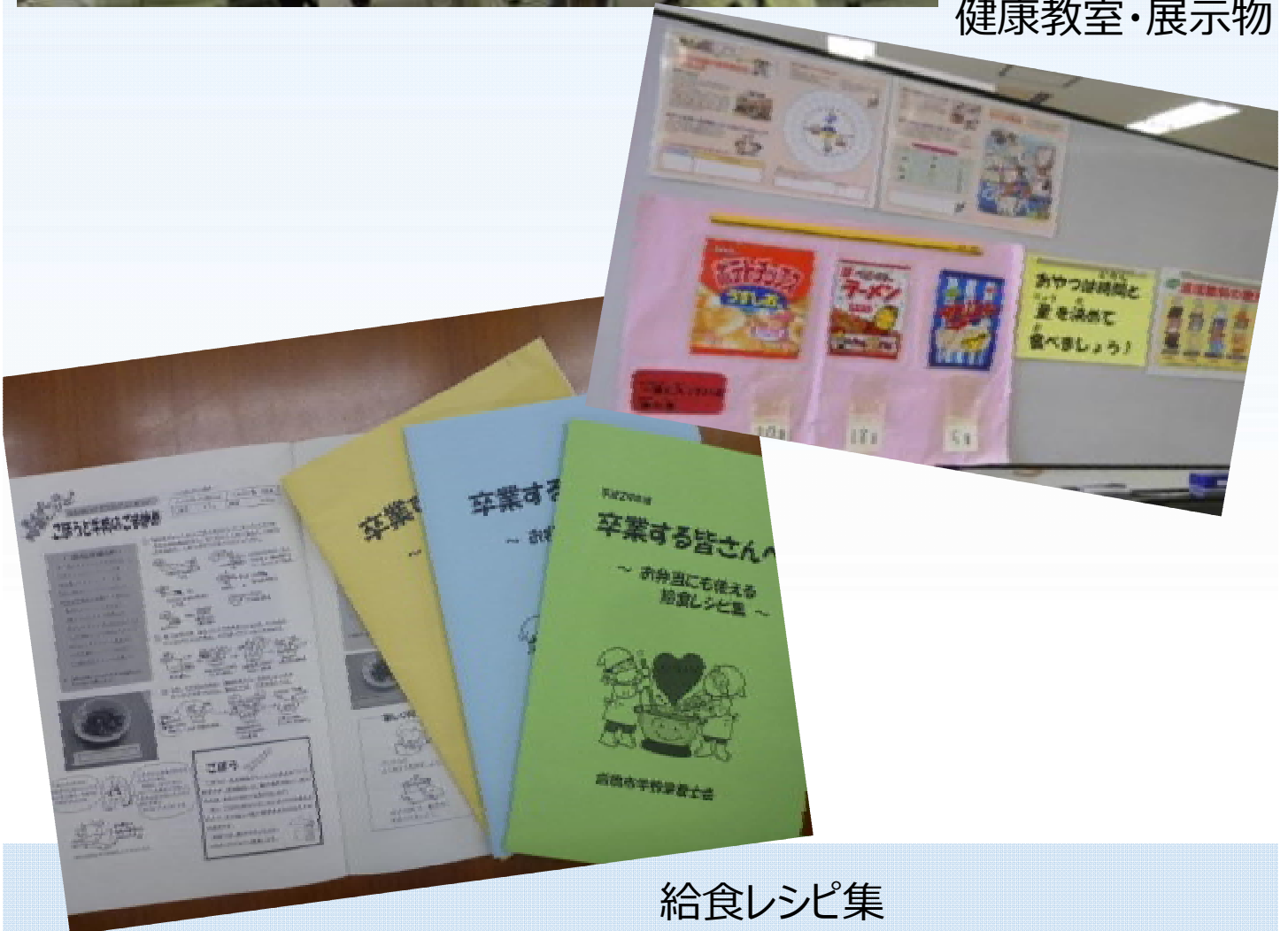
「給食レシピ集」は、平成21年度から継続して配布しており、レシピの内容の見直しを行いながら、多くの家庭でレシピ集を活用してもらっている。

# 活動の様子

健康教室・指導風景



健康教室・展示物



給食レシピ集