



令和6年度講師派遣事業が盛り上がっています!!

☆講師派遣事業☆

県では、食育への理解を促し、食育の場（教育・保育の場、地域、家庭等）におけるさらなる食育活動の実践を図るため、食育関連の講演会等を実施する県内の学校、保育園、認定こども園等に対し、講師を派遣する事業を行っています。

【11月7日（木） 巖木小学校】



↑ 龍氏の話に熱心に聞く保護者の皆さん



大塚製薬株式会社の龍公平氏により、保護者（35人）に対し「食について考える」と題して講演していただきました。

講演では、まず健康的に過ごすためには、「栄養」、「運動」、「睡眠」が大切であり、健康を維持するために必要な5大栄養素のたんぱく質、脂質、炭水化物、ミネラル、ビタミンの役割を理解してバランスよく摂取することが大事との話がありました。

続いて、食事の面からの話。朝食には、次の5つの役割がある。「①身体を目覚めさせる」「②体温上昇」「③知的作業能力向上」「④学業成績アップ」「⑤メタボ予防」。データを用いて分かりやすく説明がありました。

最後に、朝食を食べることはメリットが多いので、必ず朝食を食べてほしい。栄養・運動・睡眠のバランスを大事にして日々を健康に過ごしてほしいと話されました。

【11月9日（土） 遊学舎武雄こども園】



↑ 樋口氏の話に熱心に聞く保護者の皆さん



大塚製薬株式会社の樋口智子氏により、保護者（14人）に対し「子どもの未来を育む！～朝食の重要な役割～」と題して講演していただきました。

まず、朝食欠食の実態として、20～40代の男性で欠食が多く、子どもの朝食欠食率がコロナ以降増加傾向にあるとの話がありました。次に朝食の大切さとして、「①睡眠中に下がった体温や脈拍の上昇効果」、「②エネルギー源・栄養素の補給」、「③便秘予防」、「④体温維持の効果」、「⑤良質な睡眠のため」と紹介されました。

まとめとして、子ども・家族の健康のために朝食を食べること！と締めくくられました。

フードドライブ活動を行う企業・団体等を募集しています！



フードドライブとは、家庭で余っている食品を集めて食品を必要としている地域のフードバンク等の生活困窮者支援団体、こども食堂、福祉施設等に寄付する活動です。

貴企業・団体等で常設しているフードドライブ活動や、実施予定のフードドライブ活動がありましたら、県庁ホームページに掲載しておりますので、是非ご応募ください！

○募集対象のフードドライブ活動

- ・ 県内で実施していること
- ・ 県民の皆様が参加可能であること

※企業・団体内のみで実施する場合は、募集対象外です。

○応募方法

※下記①または②いずれかの方法でお申込みください。

①Logo フォームに必要事項をご記入の上、お申込みください。

<https://logoform.jp/form/jbBd/626973>



【QR コード】

※募集期限は設けておりませんので、随時お申込みください。

※なお、実施期間が終了したのものについては、県ホームページへの掲載を終了しますので、あらかじめご了承ください。

②県庁ホームページに掲載されている「フードドライブ実施情報掲載申込書」に、必要事項をご記入の上、下記提出・問合せ窓口までご提出ください。

<https://www.pref.saga.lg.jp/kiji003107657/index.html>



【QR コード】

<提出・問合せ先>

佐賀県くらしの安全安心課 食育・計量担当

〒840-0815 佐賀市城内一丁目 1-59

TEL : 0952-25-7069

FAX : 0952-25-7327

E-mail : syokuiku@pref.saga.lg.jp

毎月 19 日 第 3 金土日は食育の日です!!



正しい食習慣づくりは、子どもだけでなく大人にとっても大切です。

毎月 19 日は国が定める食育の日です。

佐賀県では、それに加え、週末にゆっくりご家庭で食育について考えていただけるように第 3 金・土・日曜日を食育の日と定めています。

自然の中で生まれた食べ物は、私たちの体の中で生きる力になるまでつながっています。

「何をどう食べればよいのか」食を選択する力を身につけることは、とても大切です。普段の生活の中でも、食事のマナーを学んだり、食べ物のことを考えて、さまざまな経験を通して「食べる力」を育てていきましょう。

「さかの食育 in FB」や「さかの食育 in IG」

佐賀県くらしの安全安心課では、食育・食品ロス削減に関するイベント、情報等を「#さかの食育 in FB」や「#さかの食育 in IG」で情報発信しています。

Facebook「#さかの食育 in FB」やInstagram「#さかの食育 in IG」には、食育推進や食品ロス削減推進に関する話題、催し物、イベント等があれば、取材に出向き記事を掲載しております。

食育ネットワークさが会員のみなさまには、食育推進や食品ロス削減推進に関する催し物、イベント等ありましたら、佐賀県くらしの安全安心課へ情報提供願います。もちろん、自分たちだけの小さな集まりでもかまいません。

よろしくお願ひします。

【12月～1月に掲載した記事の紹介】

- 令和6年度講師派遣事業⑥＝巖木小学校
- 令和6年度講師派遣事業⑦＝遊学舎武雄こども園
- 園児によるもちつきを行いました!!
- 九州佐賀国際空港で食品ロス削減啓発グッズを配布しました
- 1月20日（月）・21日（火）/県民ホールでフードドライブを実施します
- 令和6年度講師派遣事業⑧＝すみれ幼稚園

【編集後記】

あっという間に2月がやってきます！2月といえば、まず節分ですね。

今年の恵方巻を食べるときの方角は西南西のようです。恵方巻を食べるときは無言で願い事をしながらといますが、私はついつい心に願っていることが口に出てしまいそうになります。

続いてバレンタイン♡手作りのチョコレートやお菓子を作ったりする人も多いのではないのでしょうか。この時期に、お店へ行くと普段はなかなか目にしないチョコレートが出ていたりして、それを見るのもまた楽しいですね。

さて、令和6年度の生きる力も102号（3月号）を残すのみです。3月号では、多数の参加申し込みをいただいている食育推進交流会などをご紹介します！お楽しみに☆

食育ネットワークさが事務局

（佐賀県くらしの安全安心課 食育・計量担当）

〒840-8570 佐賀市城内一丁目1-59

電話：0952（25）7069 FAX：0952（25）7327

E-mail：syokuiku@pref.saga.lg.jp

ホームページ：食育・たべんぼくん

<https://www.pref.saga.lg.jp/list02447.html>

Facebook：#さかの食育in FB

<https://www.facebook.com/560005244175185/>



QRコードはこちら➡

