

津山市教育委員会通信

【津山市教育委員会】

〒708-8501 津山市山北520

電話：0868-32-2112（教育総務課）

Eメール：kyouiku@city.tsuyama.lg.jp

部活動を通じた食育実践事業を実践中！

本年度、岡山県教育委員会から委託を受け、津山西中学校、勝北中学校の2校をモデル校として、バレーボール部を対象に栄養教諭と部活動顧問が連携し、食に関する事業を実施しています。

この取組により、生徒が、自身に必要な栄養素や望ましい食事のとり方を理解し実践することで、それぞれの成長期に応じて適切に発育発達し、部活動におけるパフォーマンスを最大限に発揮できることを目指します。

取組の一環として、夏休みに入った7月30日、岡山シーガルズの選手と管理栄養士の方をお招きし、食に関する指導と技術指導をしていただきました。

管理栄養士の方からは、三食バランスよく食べる大切さや補食について、選手が実際に食べている食事内容を交えながらお話いただきました。

技術指導では、2名の選手から部員1人1人に声かけをしてもらいながら、レシーブやスパイク等の指導がありました。普段経験することのできない環境の中で生徒達は一生懸命プレーしていました。

食に関する指導



来る！岡山シーガルズ！

選手からの熱い指導！

技術指導



※令和4年7月30日（土）実施

おうちでクッキング♪

毎年、市内の小中学校親子を対象に開催している「夏休み親子料理教室」。残念ながら今年度も新型コロナウイルス感染症対策の観点から中止となりました。

そこで、代わりにご家庭で簡単に取り組んでいただける「おうちで作ろう！学校給食おすすめレシピ」を作成し、市内小中学校全児童生徒へ配布しました。

今回は学校給食のレシピの中から人気の5品を紹介しています。

メニュー紹介👉

- ・スパゲティのカレーあんかけ
- ・魚のオーロラソースかけ
- ・牛肉のしぐれ煮
- ・パンサンスー
- ・じゃがいものみそ汁



レシピに関する情報は二次元バーコードから！



津山市食育推進キャラクター「しよたん」

今年もやります！

毎年、市内の小学5年生から中学3年生を対象に実施している「レッツチャレンジクッキング！」

第15回目となる今年のテーマは、、「夏もおうちでカルシウム～作ろうカルシウムたっぷりレシピ～」です。

成長期には丈夫な骨づくりのためにカルシウムを取ることは重要ですが、給食がない休日には不足しがちです。そこで、夏休みを利用してカルシウムたっぷりの食材を使った料理づくりに取り組んでいただきました。今年も力作揃いです！！

下記の日程で展示しますのでぜひ足を運んでください！

- ◆ 場所 ◆
津山市地域交流センター（アルネ・津山4階）
- ◆ 日時・時間 ◆
令和4年10月15日（土）
16日（日）
午前10時～午後7時



【R3年度展示の様子】

学校給食甲子園に挑戦！

「全国学校給食甲子園」。これは、全国の学校栄養士が地元の食材を生かした献立で、アイデアや栄養価を競う大会です。食育を啓発しながら、地産地消の推奨を目的としています。

津山市の学校給食では、以前から積極的に地場産物を活用する取り組みを行っています。学校給食甲子園に挑戦することで、生産者とのつながりを知ってもらうきっかけや、学校栄養士のスキルが上がり、よりよい給食の提供につながり、また、子どもたちが喜び郷土愛を育むことを願い、挑戦を続けています。

主催：認定NPO法人21世紀構想研究会

◆学校給食甲子園に応募した「津山の恵み献立」

7月の給食で提供◆

吉備高原鶏の梅みそソースがけ

牛乳

美作の彩りあえ

津山まごころごはん

津山の恵みモ〜っと汁



就学時健診の実施について

令和4年度の就学時健康診断は、下記の日程で実施します。

津山地域・加茂地域・勝北地域

会場：岡山県津山総合体育館

日程	学校名	受付時間
11月9日(水)	東小 南小 佐良山小	13:00~13:40
	高倉小 河辺小 大崎小 広野小	14:00~14:40
11月10日(木)	西小 林田小 向陽小	13:00~13:40
	院庄小 清泉小 加茂小 新野小 広戸小 勝加茂小	14:00~14:40
11月16日(水)	弥生小 高田小	13:00~13:40
	高野小 成名小	14:00~14:40
11月17日(木)	北小 鶴山小	13:00~13:40
	一宮小	14:00~14:40

久米地域

会場：津山市久米公民館

日程	学校名	受付時間
10月18日(火)	喬松小 中正小 誠道小 秀美小	13:00~13:40

※指定日時に受診できない場合は、別日程での受診も可能です。あらかじめ保健給食課(TEL:0868-32-2117)まで御連絡ください。

学校保健会の実施について

7月7日(木)、津山歯科医療センターで、令和4年度岡山県学校保健会津山支部総会及び研修会が開催され、市内幼稚園・小中学校の校(園)長、学校医、学校歯科医、学校薬剤師、養護教諭等約50名が出席しました。

総会終了後には、かたやま小児科クリニックの片山威先生を講師にお招きし、「スマホと子どもの健康」と題して研修会を開催しました。メディアへの接触が子どもの心身に与える影響や、ネット・ゲーム依存症の子どもへの対応について、事例を交えながら解説していただきました。

Dr.片山の



メディアとの付き合い方4箇条

- 子どもと一緒にルールを決めてメディアを活用できるようにしましょう！
- 子どもの年齢や発達に応じた番組やアプリを選びましょう！
- スマホばかりではなく親子で一緒に身体を動かしましょう！
- ブルーライトは怖がりすぎなくて大丈夫！

インフルエンザを防ごう！

11月から3月にかけて流行するインフルエンザを日々の予防を心がけ感染を防ぎましょう。

インフルエンザは、「飛沫感染」や「接触感染」により急速に蔓延し、いつどこで起こるかは予想が付きません。風邪に比べて症状が重く、子どもや妊婦、高齢者、心臓や腎臓に持病を持っている方などは特に重症化しやすいため感染をさせないためにも以下の感染対策を心がけましょう。

◆感染経路◆

飛沫感染：感染した人のくしゃみなどで出る飛沫を吸い込む事による感染

接触感染：ドアノブなどを触れた手で、鼻や口などに触る事でおきる感染

◆感染対策◆

