

研修名	第3回 京丹後市自主研修会
	令和2年1月18日(土) 13:45~15:30
講演	「子どもにとって食育とは」
講師	オーガニック野菜 梅本農園 「きょうと食育先生」 梅本 修 氏

## 1、講演要旨

### ◎食育とは

- ・子ども達の健やかな体を作る
- ・正しい食事を選択する力を身に付ける

### ◎食育活動について

- ・給食での地産地消率を上げる。
- ・郷土料理に触れ合う機会を持つ。
- ・農家と顔が見える活動をする。

### ◎食育活動の成果

- ・給食に出た野菜をおいしいと食べる子どもが増えている。
- ・食べ物がおいしいと京丹後に帰ってくる子どもが増えている。

## 2、感想

子ども達の食を通した健康について問題意識をもち活動を進められていることに感銘を受けた。自然の中で生きている人の体は自然の物を食べることで健康を保てると話され、私自身が子ども達の見本となって示していきたいと改めて思った。

京丹後の美しい自然の中で育まれた命をいただいて子ども達が健やかに育ってくれることと、京丹後を大切に思いいろいろな場で活躍してくれることを今後も期待して取り組みたい。

### 給食室より

食に携わる職業ではあるが添加物についても知らないことが多かった。日本の規格で通っていると安心したが漂白剤、石油、洗剤等がもとになっていると知り、大変驚いた。有機野菜の大切さを改めて思った。

私達も梅本さんと同じ思いで“子ども達の健やかな体づくり、心を育てる“為に今後も引き続き、こども園で地産地消の物を取り入れていきたい。