

# 令和元年度「県立学校による地域との協働推進事業」実施報告書

番号	16	学校名	桜井高等学校
----	----	-----	--------

## 1. 取組名 食生活改善推進

## 2. 活動内容

(1) 趣 旨 大和野菜に親しみ、知識・理解を深めるとともに、地域の方々（桜井市食生活改善推進員協議会の方々）の調理実習のご指導を通して、日頃の自分たちの食生活を見直す契機とし、実践する力を育成する。



(2) 内 容 大和野菜を用いた調理実習と講義

メニュー：餃子、卵スープ

(3) 講 師 桜井市食生活改善推進員協議会

会長様 他（のべ64名）



(4) 対象学年 第1学年（315名）

(5) 場 所 本校 食物室・試食室

(6) 実施日時 11月14、15、18、19日の各3・4限、  
5・6限に2クラスずつ実施



(7) 当日の流れ 講師紹介（5分）、調理実習（65分）、  
試食・後片付け（20分）、まとめ・講義「食育」（30分）

## 3. 成果と課題

生徒の感想より、「餃子をはじめて作りましたが、食推の方々が丁寧にご指導くださったおかげで、とてもおいしく上手にできました。家でも是非、家族に作ってあげたいです。」「餃子は、野菜もたくさんとれるし、ダイエットによく、健康によいと知ったので、家に帰った瞬間、母に教えてあげました。」「自分は野菜をしっかりとれていると思っていましたが、全然足りていないことがわかりました。」「朝食が大切なことを改めて知ることができました。」「0.8%の塩分濃度の汁は薄いと思っていましたが、生姜が効いていておいしかったです。身体もほかほか温まりました。」「どれくらいの塩分の濃度が健康に良いかと学ぶことができて良かったです。」など、参加した生徒たちは、日頃接することがない地域の方々とのコミュニケーションを図ることができ、地域の方という違う立場の方々から教えていただくことが印象にも残り、学習の定着を図ることができた。

## 4. 次年度に向けて（担当者の感想を含む）

桜井市食生活改善推進員協議会の方々には、大変好意的に協力いただき、今後も継続してご指導いただけると確認できている。次年度は、地産地消という観点も入れ、食材生産者との繋がりを創り、実施していきたい。