

# 『朝食を必ず食べよう』のランチオンマット

南部町教育振興会（保育園・小学校・中学校の教職員、教育委員会事務局員で構成）の地域教育部会が中心となって、健康福祉課などと連携して、ランチオンマットを作成しました。



表面 →  
バランスのとれた朝食の組み合わせが、見本を挙げて書かれています。

← 裏面  
朝食を食べることの大切さや、朝食を食べたくないポイント、はしの選び方等が書かれています。

このランチオンマットは、「必ず朝食を食べる」「バランスよく朝食を食べる」ことを常に意識してもらおうと作成したもので、町内の保育園・小学校に通っている子ども達全員に配布します。

朝食と学力・体力とに密接な関係があることは、いろいろな調査で報告されています。町では学校や関係機関と連携し、『朝食を必ず食べよう』キャンペーンを2年前から展開し、徐々に成果を上げています。しかし、昨年10月の町内一斉アンケートの結果から、食事内容を見直す必要があるということも分かりました。

菓子パンやホットケーキ、おにぎりなどの主食に、ちよつとゆで卵や果物を加えるだけでもずい分と栄養価やエネルギーが違ってきます。ゆで卵なら、前日に作っておくことも可能です。

毎朝しっかりとした食事をとることで、子どもの学校での活力や集中力が違ってきます。このランチオンマットを食卓に置いていただき、ぜひご活用ください。



薪割りの仕方を習う子ども達

## わんぱくリーダー塾

町内の新5・6年生を対象に、子ども会リーダーとしての意識や発表力・コミュニケーション力を育てるために、4月4日と5日、大山青年の家で南部町子ども会育成連絡協議会主催の『わんぱくリーダー塾』が開催されました。

法勝寺歌舞伎保存会や子ども歌舞伎の保護者のご協力を得て、法勝寺歌舞伎の歴史を学び、立ち回りなどの「歌舞伎体験」を行ったほか、薪割りや生地作りなど、皆で協力してピザを作りました。出上がったピザの味は格別でした。