



プレスリリース [2023年3月24日]

(計3枚)

「まち☆ベジ、もり☆もり！大作戦」を広めよう ～地域の人達へも野菜摂取の大切さや、野菜摂取の方法など学んだことを伝えよう～

町田市教育委員会は、カゴメ株式会社とともに、同社が提供する野菜摂取量推定機「ベジチェック®」を活用した食育授業「まち☆ベジ、もり☆もり！大作戦」を、2023年1月から3月に鶴川第三小学校（鯉坂映子校長）で試行的に実施しました。

この授業を受けて児童は、学んだ野菜摂取の大切さなどを示したポスターやカルタを制作し、広く地域の皆さまに伝える活動を行っています。

■地域の人達へ野菜摂取の大切さを伝える取り組み

【取り組み1】タブレット端末を駆使した、野菜摂取の大切さを伝えるスライドショーの作成

授業で学んだ野菜のはたらきや野菜摂取の大切さを、一人1台のタブレット端末を活用し、スライドショーにまとめ、音声を録音して5分程度の動画にしました。作成した動画は、近隣の小学校（鶴川第二小学校、鶴川第四小学校）及び中学校（鶴川第二中学校、真光寺中学校）にも配信し、地域の児童・生徒にも野菜摂取の大切さを伝えていきます。



▲作成したスライドショーを紹介している様子

【取り組み2】スーパー三和鶴川店におけるポスター掲示

鶴川第三小学校の児童（4年生）が授業で学んだことや、グループで内容を考えながら、地域の人達へ野菜摂取の向上につながるようなポスターを制作し、株式会社三和（東京都町田市、代表取締役 小山真）のスーパー三和鶴川店に掲示しました。併せて授業で使用した野菜摂取量推定機「ベジチェック®」をスーパー三和鶴川店がカゴメ株式会社から借用し、3月1日から店舗に設置しており、地域の皆さまが気軽に野菜摂取量を測定できます。

・ポスターの内容：

<p>『野菜を食べて健康に！』</p> <ul style="list-style-type: none"> ・野菜の働きと野菜を食べると健康になる ・野菜の摂取量の目安 ・野菜料理のレシピ紹介 「ピーマンの野菜炒め」 	<p>『野菜は味方！』</p> <ul style="list-style-type: none"> ・手軽に野菜を食べる工夫の紹介 ・合言葉で「やさいだいじ」 <p> やさ：やさしい味で い：いつでも味方 だい：だいすきな じ：じきの野菜も 全部だいすき </p>
--	--



▲ポスターを制作した鶴川第三小学校4年2組児童



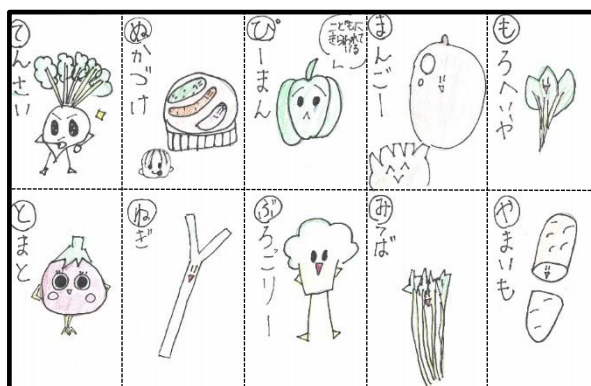
▲スーパー三和鶴川店の仲店長にポスターを渡している様子

<児童の声>

- ・野菜について詳しくなりました。
- ・家族や地域の人達にも、野菜の良さを知ってほしい。
- ・野菜が苦手な人にも食べてほしいと思ってポスターを作りました。

【取り組み3】幼稚園・保育園向けにカルタ、紙芝居、人形劇の制作

近隣の幼稚園や保育園の園児に向けて、野菜の名前や栄養などを知ることができるカルタや、野菜のはたらきや大切さについて学べる紙芝居、折り紙で作成した野菜の人形劇を制作しました。園児が楽しみながら野菜を摂取することの大切さを学べるよう、制作したカルタや紙芝居を配付します。人形劇はタブレット端末を活用して動画を撮影したものを配信します。



▲制作したカルタの一例

■授業名「まち☆ベジ、もり☆もり！大作戦」の概要

鶴川第三小学校の4年生（4年1組児童数31名、4年2組児童数32名）が行った授業実践

1 回目の授業 (1月16日)	<p>「まち☆ベジ、もり☆もり！大作戦」を考えよう</p> <ul style="list-style-type: none"> ・授業開始前に「ベジチェック®」の測定を行い、各自の野菜摂取量を確認しました。 ・栄養教諭から毎日食べている給食を例に、給食では旬のまち☆ベジが使用されていることや、まち☆ベジの良さについて学びました。 ・カゴメ株式会社の方から、野菜を食べるメリットや、適切な野菜摂取量及び野菜を食べるための工夫などを学びました。 ・1ヶ月後の「ベジチェック®」の測定に向け、これからの食生活で頑張ることなど目標をたてました。
2 回目の授業 (2月13日)	<p>「まち☆ベジ、もり☆もり大作戦」を広めよう</p> <ul style="list-style-type: none"> ・2回目の「ベジチェック®」の測定値の結果が、1回目よりも数値が上がり、給食時間においても積極的に野菜を食べようとする姿が見られるなど、取り組みの成果がありました。 ・1ヵ月間児童が食生活で取り組んだことを振り返り、野菜摂取の大切さや適切な野菜摂取の方法など自分たちが学んだことを、家族や友人、地域の人達へ「だれに」「どこで」「どうやって」「何を」伝えるかを考えました。
3 回目以降の授業	<ul style="list-style-type: none"> ・2回目の授業で行った、「どうやって伝えるか」の具体的な方法として、近隣の児童生徒に向けて動画を、家族や地域の人達にはポスターの制作、幼稚園児向けにカルタや紙芝居などの制作などを行いました。

《ベジチェックの結果》

児童が1ヶ月間、野菜を摂取する取り組みを行い、2回の授業で児童が測定したベジチェックの結果、ベジチェックの平均値は、0.5～0.6上昇しました。1ヶ月で3.3上昇した児童もいました。

「ベジチェック®」とは

手のひらをセンサーに約30秒当てるだけで、簡単に推定野菜摂取量が見える化できる機器です。野菜摂取レベルを0から12.0まで測定をすることができ、1日の野菜摂取量350gを基準として7.0を目標レベルとしています。

※ ベジチェックで表示される野菜摂取レベルと推定野菜摂取量は、成人以上のデータで表示しているため、子どもでは結果が異なる場合も考えられます。

■ 本件に関するお問い合わせ先

学校教育部保健給食課長 押切 TEL 042-724-2177