

【様式 1】

① 食育月間の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	埼玉県
取組市町村名 取組団体・企業名	熊谷市
取組の名称	塩分測定会
実施時期	令和8年6月16日（火）
取組内容に該当する 食育ピクトグラム （複数選択可）	☐ 1 みんなで楽しく食べよう ☒ 2 眼にはんを食べてよう ☒ 3 バランスよく食べよう ☒ 4 たりすぎないやせすぎない ☒ 5 よくかんで食べよう ☐ 6 手を洗おう ☐ 7 災害にそなえよう ☐ 8 食べ残しをなくそう ☐ 9 産物を忘れよう ☐ 10 食・農の体験をしよう ☐ 11 和食文化を伝えよう ☐ 12 食育を増進しよう
取組内容	【目的】生活習慣を見直しする機会を提供し、生活習慣の改善についての正しい知識の普及啓発を行います。 【対象者】高血圧が気になる方や予防したい方 【人数】9名（同日実施「からだ見直し講座」の参加者4名含む） 【内容】 ・家庭で調理している献立の塩分を確認するため、持参した汁物の塩分を塩分計で測定し、保健師が塩分濃度や塩分量の説明を行いました。 ・今回の測定結果の平均は、塩分濃度 0.73%・塩分 1.09 g。汁物 150 g を飲んだ場合の理想は、塩分濃度 0.7%・塩分 1.05 g であり、汁物の塩分量は理想に近い値でした。一方で、塩分濃度の最高値が 0.99%、最低値が 0.52%とばらつきがみられました。 ・一人ひとりに合わせた減塩の方法や健康相談を実施しています。また、希望により体組成計や血圧の測定も行うなど、血圧を測る機会を提供するため、自動血圧計を設置し、家庭血圧記録表などを用意して、血圧測定ができる環境を整えています。

【様式 1】

① 食育月間の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	埼玉県
取組市町村名 取組団体・企業名	熊谷市
取組の名称	からだ見直し講座 今日からできるコレステロール対策 ～動脈硬化を予防しよう～
実施時期	令和8年6月16日（火）
取組内容に該当する 食育ピクトグラム （複数選択可）	☐ 1 みんなで楽しく食べよう ☒ 2 眼にはんを食べてよう ☒ 3 バランスよく食べよう ☒ 4 太りすぎないやせすぎない ☒ 5 よくかんで食べよう ☐ 6 手を洗おう ☐ 7 災害にそなえよう ☐ 8 食べ残しをなくそう ☐ 9 産物を忘れないよう ☐ 10 食・農の体験をしよう ☐ 11 和食文化を伝えよう ☐ 12 食育を増進しよう
取組内容	【目的】 熊谷市の健康課題は、血糖・血圧が高く、善玉コレステロールが少ない、身体活動や生活習慣の改善を実施している人が少ないというデータが導かれています。これらの方の値が改善されるよう、生活習慣改善・予防についての正しい知識の普及・啓発に努めるとともに市民の健康の保持・増進を図る事を目的とします。 【対象者】 市民で生活習慣病・予防に関心のある者 【人数】 6名 【内容】 保健センターにて、保健師から脂質異常、コレステロールと中性脂肪について、管理栄養士から飽和脂肪酸の上手な減らし方について講話を実施。脂質異常と言われたらどんな事に気をつければよいか、適切なエネルギー量、毎食の栄養バランス、規則的な食事習慣、動脈硬化を防ぐための食事の摂り方について説明をしました。講座終了後、コレステロールについて相談を受けました。

【様式 1】

① 食育月間の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	埼玉県
取組市町村名 取組団体・企業名	熊谷市
取組の名称	ママパパ教室 栄養講話「妊娠中に知っておきたいママの栄養」
実施時期	令和 8 年 6 月 4 日（木）
取組内容に該当する 食育ピクトグラム （複数選択可）	☒ 1 みんなで楽しく食べよう ☐ 2 眼にはんを 食べよう ☒ 3 バランスよく 食べよう ☐ 4 たりすぎない やせすぎない ☐ 5 よくかんで 食べよう ☐ 6 手を洗おう ☐ 7 災害に そなえよう ☐ 8 食べ残しを なくそう ☐ 9 産物を 認識しよう ☐ 10 食・農の 体験をしよう ☐ 11 和食文化を 伝えよう ☐ 12 食育を 推進しよう
取組内容	【目的】母子保健に必要な知識の普及啓発及び指導を行うことにより、心身ともに健全妊婦及び乳幼児を育てることを目的とします。 【対象者】初めて赤ちゃんを迎える妊婦とそのパートナー 【人数】妊婦 11 名、妊婦以外 4 名（うち夫 3 名）、合計 15 名 【内容】 3 回 1 コースで実施 ・ 1 回目は産科医師、歯科医師、栄養士による講話を実施。 ・ 2 回目は小児科医師による講話と、助産師による講話とストレッチを実施。 ・ 3 回目は助産師による沐浴実習と、保健師による講話を実施。 ○栄養講話については、「妊娠前からはじめる妊産婦のための食生活指針」（厚生労働省）や「食事バランスガイド」（厚生労働省・農林水産省決定）を用い、「妊娠中に知っておきたいママの栄養」をテーマに講話を実施。

【様式 1】

① 食育月間の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	埼玉県
取組市町村名 取組団体・企業名	熊谷市
取組の名称	離乳食教室
実施時期	令和8年6月19日（金）
取組内容に該当する 食育ピクトグラム （複数選択可）	☒ 1 みんなで楽しく食べよう ☐ 2 眼にはんを食べよう ☐ 3 バランスよく食べよう ☐ 4 太りすぎないやせすぎない ☐ 5 よくかんで食べよう ☒ 6 手を洗おう ☐ 7 災害にそなえよう ☐ 8 食べ残しをなくそう ☐ 9 産物を応援しよう ☐ 10 食・農の体験をしよう ☐ 11 和食文化を伝えよう ☐ 12 食育を増進しよう
取組内容	【目的】乳児の健康の保持増進のため、また子育て支援の面から保護者と一緒に離乳食のあり方を考え、援助します。 【対象者】第1子の乳児（生後4～5か月児）を持つ保護者。 【人数】14名（母12名、父2名） 【内容】 - 離乳食の開始時期とすすめ方の話 - 調理体験や試食（保護者のみ） - グループに分かれ、離乳食4品の調理実習を行い、保護者が試食をします。実習中は栄養士が各グループを回り、質問等に対応しました。



【様式 1】

① 食育月間の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	埼玉県
取組市町村名 取組団体・企業名	熊谷市
取組の名称	ひよこ教室
実施時期	令和8年6月11日（木）、25日（木）
取組内容に該当する 食育ピクトグラム （複数選択可）	☒ 1 みんなで楽しく食べよう ☐ 2 眼にはんを ☐ 3 バランスよく食べよう ☐ 4 たりすぎないやせすぎない ☐ 5 よくかんで食べよう ☐ 6 手を洗おう ☐ 7 災害にそなえよう ☐ 8 食べ残しをなくそう ☐ 9 産物を忘れないよう ☐ 10 食・農の体験をしよう ☐ 11 和食文化を伝えよう ☐ 12 食育を増進しよう
取組内容	【目的】乳児の保護者に対し、こどもの発育発達、離乳食等について情報を提供することにより、乳児が健やかに成長し、子育て支援を行うことを目的とします。 【対象者】1歳未満の乳児（主に生後4～5か月児）を持つ保護者 【人数】合計24人 【内容】 ・保健師、栄養士、図書館職員・読み聞かせボランティア・子育て支援コーディネーターによる講話を3部構成で実施。 （参加者が3グループに分かれ、講師が入れ替わって説明） ・栄養士からは、離乳食の進め方をはじめ、スプーンでの食べさせ方や食事を摂るときの姿勢、口腔機能の発達に合わせた食材の形態のすすめ方等についてフリップを用いて説明をしました。 ・教室終了後、希望者は体重測定を行い、離乳食の相談を受けました。

【様式 1】

① 食育月間の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	埼玉県
取組市町村名 取組団体・企業名	熊谷市
取組の名称	みんなで農業体験・料理教室の開催
実施時期	6月13日(第4回)
取組内容に該当する 食育ピクトグラム (複数選択可)	☐ 1 みんなで楽しく食べよう ☐ 2 朝ごはんを食べよう ☐ 3 バランスよく食べよう ☐ 4 太りすぎないやせすぎない ☐ 5 よくかんで食べよう ☐ 6 手を洗おう ☐ 7 災害にそなえよう ☐ 8 食べ残しをなくそう ☒ 9 食料を大切にしよう ☒ 10 食・農の体験をしよう ☐ 11 和食文化を伝えよう ☒ 12 食育を推進しよう
取組内容	この教室は地元農業者及び農業関係者を講師として、農業体験、料理教室、食育スクールを行い、参加者に「食と農業」に対して理解を深めていただくと共に、地元農業者と市民との輪を広げ、熊谷市の食育と地産地消の推進を図ることを目的としています。 今年度の教室は4月から11月までの全12回、小学生以上の市民の方20名で開催しています。 第4回は農作業(作物の収穫や管理、除草作業)と野菜ソムリエによる食育スクールを行いました。 農作業では野菜の栽培方法や栄養素等を学び、講師や親子そして参加者と協力しながら作業を行い、交流を深めることができました。 食育スクールでは本市の生産が盛んな農作物、旬の野菜、新鮮な野菜の見分け方を学び、さらにメロンの食べ比べにより香りや糖度を評価し、品種の違い等を自ら確認しながら学ぶことができました。

【様式 1】

① 食育月間の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	埼玉県
取組市町村名 取組団体・企業名	熊谷市立市田小学校
取組の名称	「トウモロコシの皮むきの体験」の開催
実施時期	6月19日（金）
取組内容に該当する 食育ピクトグラム （複数選択可）	☒ 1 みんなで楽しく食べよう ☒ 2 朝ごはんを食べよう ☒ 3 バランスよく食べよう ☐ 4 太りすぎないやせすぎない ☒ 5 よくかんで食べよう ☒ 6 手を洗おう ☐ 7 災害にそなえよう ☒ 8 食べ残しをなくそう ☒ 9 産地を応援しよう ☒ 10 食・農の体験をしよう ☒ 11 和食文化を伝えよう ☒ 12 食育を推進しよう
取組内容	栄養教諭による「トウモロコシの皮むき体験」の授業（1年 23名） 1年生がトウモロコシの皮むきを体験し、当日の給食でゆでとうもろこしとして提供されました。1年生が給食を楽しみながら、とうもろこしへの興味を深めました。 

【様式 1】

① 食育月間の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	埼玉県
取組市町村名 取組団体・企業名	熊谷市立江南北小学校
取組の名称	とうもろこしの皮むきの実施
実施時期	令和8年6月23日（火）
取組内容に該当する 食育ピクトグラム （複数選択可）	☐ 1 みんなで楽しく食べよう ☐ 2 眼にはんを ☐ 3 バランスよく ☐ 4 足りすぎない ☐ 5 よくかんで ☐ 6 手を洗おう ☐ 7 災害に ☐ 8 食べ残しを ☐ 9 産物を ☒ 10 食・農の ☐ 11 和食文化を ☐ 12 食育を
取組内容	1時間目に1年生17名がとうもろこしの皮むきを行いました。栄養教諭がとうもろこしの栄養やむき方の説明をし、とうもろこしへの興味を高めました。皮むき当日のとうもろこしは県内でとれた「味来」という品種を青果店から取り寄せました。1年生は「ひげがいっぱいある」とよく観察をしながら、夢中になってむきました。 1年生が皮をむいたとうもろこしは給食センターへ運び、当日の給食で「ゆでとうもろこし」として提供をしました。また給食の時間には給食委員の児童により、1年生が皮むきをしたことを放送で紹介しました。



【様式 1】

① 食育月間の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	埼玉県
取組市町村名 取組団体・企業名	熊谷市立妻沼西小学校
取組の名称	あおぞら給食
実施時期	6月中旬
取組内容に該当する 食育ピクトグラム (複数選択可)	☒ 1 みんなで楽しく食べよう ☐ 2 朝ごはんを食べよう ☒ 3 バランスよく食べよう ☐ 4 太りすぎないやせすぎない ☐ 5 よくかんで食べよう ☐ 6 手を洗おう ☐ 7 災害にそなえよう ☒ 8 食べ残しをなくそう ☒ 9 食中毒を予防しよう ☐ 10 食・農の体験をしよう ☐ 11 和食文化を伝えよう ☒ 12 食育を推進しよう
取組内容	全校での「あおぞら給食」を実施した。本来は校庭の青空の下での食事だが、暑さ対策のため、縦割り教室での実施となった。 トンノスパゲティー、ミートボール、ゆでブロッコリーをお弁当箱に詰め、縦割り班の1年生から6年生が集まり、いつもとは違う環境の中で給食を楽しんだ。 上級生が下級生に声を掛けたり、片づけを手伝ったりする姿が多く見られ、学年を超えた温かな交流の場となった。 また、自校給食である本校では、年間を通じて地元の食材（豚肉、玉ねぎ、にんじん、じゃがいも、きゅうり、ズッキーニ）を使用している。 食育の日（6/19）の給食では、妻沼のゆるキャラ・えんむちゃんをモチーフにした「えんむちゃんうどん汁」も登場した。地域のキャラクターに親しみを持ちながら食事をすることで、児童の食への関心もさらに高まった。 ※えんむちゃんの好きな食べ物→うどん、大きな油揚げ

