

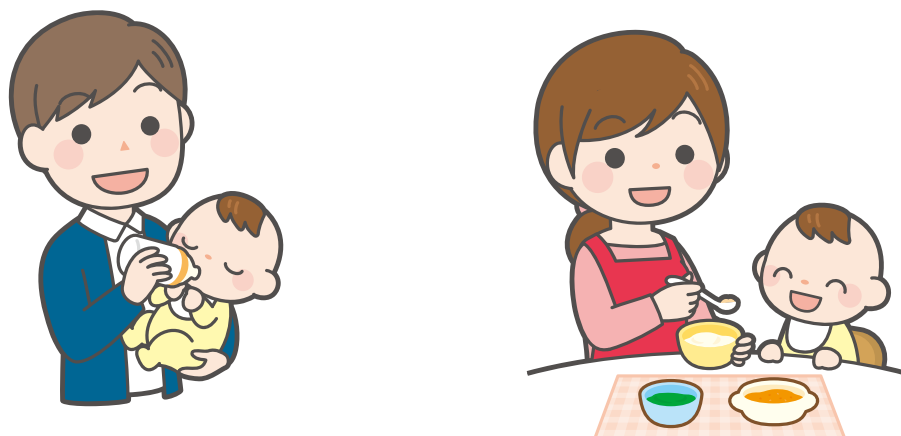
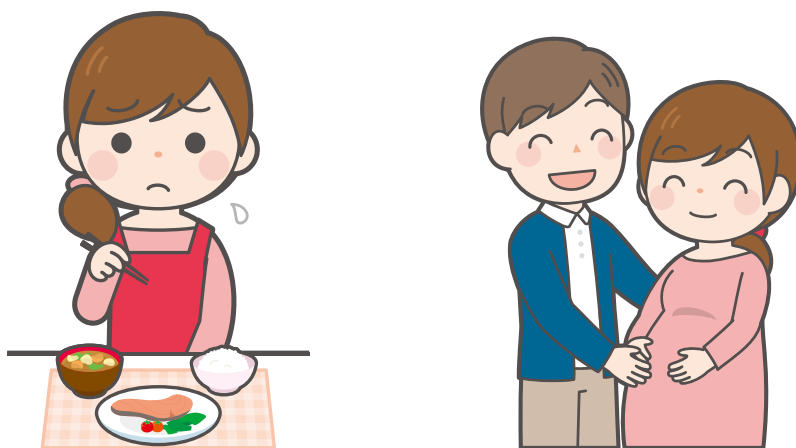
2 ライフステージに応じた健康寿命の延伸につながる生活習慣や食習慣の定着の推進

健康寿命の延伸に向けては、生活習慣病の発症・重症化の予防が重要であり、そのためには、妊産婦・乳幼児期から高齢期に至るまで、ライフステージに応じて、望ましい生活習慣や食習慣を実践することが大切です。ライフステージにおけるそれぞれの場面において、望ましい生活習慣や食習慣についての知識の普及啓発を行うとともに、食に関する指導や体験などを通じて、その実践を促し、健康寿命の延伸につながるよう取り組みを推進します。

(1) 妊産婦や乳幼児等に関する食育の推進

妊娠・授乳期において、食生活は妊産婦自身の健康と、お腹にいる間や授乳を通して赤ちゃんの発育に影響を与えます。そのため、つわり症状や体重管理など緊急性のある問題だけでなく、日々の食事についても配慮が必要です。また、乳幼児期は一生の中で心身ともに発育が盛んな時期です。離乳食や幼児食についても子どもの心身の発育・発達段階に合わせて工夫することで食事に関する保護者の悩みが軽減することがあります。

妊娠期から乳幼児期までの各時期に、食生活に関する適切な情報提供を行うとともに、親子それぞれの状況に対応した栄養相談により子育てを支援しています。



健全な食生活を再発見！

主な取り組み	取り組み内容	所管局
「妊産婦のための食生活指針」の普及・啓発	母子健康手帳交付時に、リーフレットの配布とあわせて希望者に食事相談を実施	子ども青少年局
	方向性 継続	
両親学級	両親学級や母乳相談で望ましい食事のとり方、食習慣についての情報提供や助言、調理実演等を実施（両親学級 1,534 人、母乳相談 234 人）	子ども青少年局
	方向性 継続	
妊婦等調理技術向上支援講習会	基本的な調理技術を身につけ、妊娠中に必要な栄養を食事から摂取できるよう、調理実習を含めた指導や相談を実施（220 人）	子ども青少年局
	方向性 継続	
乳幼児健康診査等における栄養指導・相談	子どもの健やかな発育・発達及び健康の維持・増進に資するよう、また、望ましい食習慣や生活習慣の定着を図ることができるよう、個々の状況に応じた支援を実施（3 か月児健診 8,834 人、1 歳 6 か月児健診 17,592 人、3 歳児健診 17,215 人、乳児期の相談 1,013 人、幼児期の相談 437 人）	子ども青少年局
	方向性 継続	
離乳食講習会	7、8 か月、9～11 か月、1 歳などの発育・発達の段階に合わせた、離乳食に関する講話や相談を実施（2,174 人）	子ども青少年局
	方向性 継続	
幼児食講習会	偏食、小食などの食事の悩みについて調理実演等を行いながら相談を実施（284 人）	子ども青少年局
	方向性 継続	
地区栄養講習会	乳幼児の保護者、幼稚園の父母の会、地域のグループなどを対象に食生活の改善や向上を図るために講習会を実施（353 人）	子ども青少年局
	方向性 継続	
アプリや動画を活用した普及啓発の実施	アプリを活用した食育に関する情報発信や動画を活用した食育支援を実施	子ども青少年局
	方向性 新規	

関連計画：なごや子ども・子育てわくわくプラン2024(子ども青少年局)

第1章

計画の策定にあたって

第2章

計画の基本方針

第3章

施策の展開

第4章

推進体制と進行管理

資料編

離乳食講習会

離乳食が始まるとママやパパの悩みや心配事が増えてきます。「なかなか食べてくれない」「どれくらいの量が適当かわからない」「何を作ったらいいの？」等々。そんな親子を対象に離乳食の進め方を実際に調理実演や試食等を通じて目で見て体験して学んでもらい、また同じような月齢のお友達のママ・パパ同士で交流し、情報交換等ができる講習会を開催しています。



「なごや子育てアプリ「NAGOMii（なごみー）」について

妊娠、出産、子育てと切れ目なく子育て家庭をサポートするスマートフォン用の子育て支援情報提供アプリを配信しています。

名古屋市の子育てに関する施策や相談窓口をわかりやすく掲載しており、各種情報提供も実施しています。

なごや子育てアプリ
なごみー

NAGOMii

AppStore または GooglePlay から
ダウンロードできます。

アプリのダウンロードは無料ですが、
通信料はご負担いただきます。



App Store から



Google Play から



食物アレルギーに配慮した食育の推進

アレルギー疾患対策を総合的に推進するため、平成 27 年 12 月にアレルギー疾患対策基本法が施行されました。法の趣旨に基づき、本市においても引き続き食物アレルギーに配慮した食育の推進に取り組みます。

- ・保健センターの乳幼児健康診査等において、保護者から食物アレルギーなどについての聞き取りを行うとともに、必要に応じて相談事業の案内や医療機関の紹介などを実施
- ・保育所等における「保育所等の給食における食物アレルギー児への対応指針」に基づく、食物アレルギー対応給食の提供
- ・学校における「食物アレルギー対応の手引き」に基づく、小学校の食物アレルギー対応給食の提供や「中学校スクールランチアレルギー情報」などの提供
- ・ウェブサイト「なごや食育ひろば」における、食物アレルギーに関する普及啓発

(2) 保育所等における食育の推進

保育所等や幼稚園は、乳幼児が生涯にわたる人間形成の基礎を培う重要な時期に、生活の多くの時間を過ごすところです。保育所等や幼稚園での様々な食体験や食に関する指導などを通じ、望ましい食習慣の定着、豊かな人間性の育成に取り組めます。

また、保育所等においては保育所保育指針及び幼保連携型認定こども園教育・保育要領に基づき、「楽しく食べる子どもに～保育所における食育に関する指針～」（※1）や「保育所における食育の計画づくりガイド」（※2）を参考に食育計画を作成し、保育内容の一環として食育を位置づけ、子どもの年齢・発達に沿った適切な食育の実践を行うとともに、保護者や地域への食育活動に取り組めます。

主な取り組み	取り組み内容	所管局
児童の食育体験	伝統食・行事関連の食事体験、野菜の栽培、調理体験、配膳や片付けの体験、食物アレルギーの対応等特別な配慮などを実施	子ども青少年局
	方向性 継続	
保護者への啓発	給食だよりの発行と家庭への配布、給食の見本展示、保育参観等における食事指導などを実施	子ども青少年局
	方向性 継続	
地域との食育活動	地域の高齢者を招待する食事会、地域の妊産婦や子育て家庭を対象とした講習会などを開催	子ども青少年局
	方向性 継続	
保育所等職員研修	食育をテーマに保育所等職員を対象とした研修を実施（4回）	子ども青少年局
	方向性 継続	
保育所等における食育計画の作成	全ての保育所等において食育計画を作成し、全体的な計画並びに指導計画に位置づけ、日々の生活や遊びの中で食育を展開	子ども青少年局
	方向性 継続	
幼稚園児や保育園児等への啓発	保健センターにおける給食施設指導等の際に、絵本や紙芝居等を使用して、朝食や野菜の摂取などの望ましい食習慣の定着を図る指導を実施（12,623人）	子ども青少年局
	方向性 継続	
幼稚園における食に関する指導	食べ物への興味・関心を持たせたり、皆で食べる喜びや楽しさを味わわせたりするなど、食育を通じた望ましい食習慣の形成	教育委員会
	方向性 継続	

関連計画：なごや子ども・子育てわくわくプラン2024(子ども青少年局)
名古屋市教育振興基本計画(教育委員会)

「《楽しく食べる子どもに～保育所における食育に関する指針～》(*1)」とは

子どもの栄養改善と食を通じた心の健全育成のために、保育所における食育の内容、配慮事項、食育の計画作成・評価方法等、保育所における食育のあり方に関する検討内容が報告書としてとりまとめられました。(平成15年度 児童環境づくり等総合調査研究事業) 平成16年3月に厚生労働省より公表され、保育所における食育の計画作成の参考にするよう通知されています。

「《保育所における食育の計画づくりガイド》(*2)」とは

「楽しく食べる子どもに～保育所における食育に関する指針～」を踏まえて、保育所の職員が食育の計画づくりをすすめる上での具体的な要点をとりまとめたものです。平成19年11月に厚生労働省より公表され、保育所における食育の計画作成の参考にするよう通知されています。

「保護者向け給食だより」とは

名古屋市立保育所では毎月その月の食育トピックスを設け、啓発のため、保護者向けに「給食だより」を発行しています。そのほかにも家庭での食育に役立ててもらえるような情報を提供しています。例えば、「保育所給食こんだて」では、給食の献立名のほか使用食材や調味料、主な材料のはたらき、副食の平均栄養量等を掲載しています。

給食だより

秋の食べもの

令和2年10月

過ごしやすい季節になりました。「食欲の秋」と言われるように、秋はおいしい食べものがたくさんあります。家庭でも、旬の食べものを楽しんでもみてはいかがでしょうか。

秋にうれしい食べもののいろいろ

ぶどう

巨峰、ピオーネ、甲斐路などの種類があります。種があるものといないものがあり、皮ごと食べられる品種もあります。

きのこ

スーパーなどに売っているものはほとんどが栽培物なので年中出回りますが、露地物のしいたけ・しめじなどは秋が旬です。

梨

水分とカリウムを多く含みます。豊水、二十世紀、南水、新高などの種類があります。さっぱりした甘さとしゃきししゃきした食感が特徴です。

里芋・さつまいも

さつまいもは甘味が強く、そのまま煮ただけでもおいしいおやつになります。また、加熱しても壊れにくいビタミンCを多く含みます。里芋のぬめりはガラクトンという成分で、免疫力を高めると言われています。

鮭・さば・さんま

秋は魚もおいしい季節です。いずれの魚もこの時期には脂ののっており、塩焼きをはじめ、味噌煮やムニエルなどいろいろな調理法で楽しめます。

柿

富有柿や次郎柿などの種類があります。栄養価が高く、特にビタミンCが多く含まれます。実だけでなく葉も栄養豊富なので、柿の葉茶などに利用されています。

★旬の食べものは価格が安く、栄養価は高くなっています。家庭で調理をする際は、切り取り皮をむいたりする前に子どもたちに見せたり触らせてあげたりすると、食材への興味が増えます。味覚狩りで収穫を体験するのも楽しいですね。

保育園のメニューを家庭でも！

納豆あえ

納豆は日本の伝統的な発酵食品です。保育園では、苦手な子にも食体験が広がるように、納豆にコーンやマヨネーズなどを加え、サラダ感覚の副菜として提供します。

【材 料】 幼児4人分
納豆 40g、ほうれん草 100g、コーン缶 40g、
油小じし1、しょうゆ小さじ1、マヨネーズ小さじ4
【作り方】
① 鍋を熱し、油をあため、納豆・コーン缶をよくゆめ、しょうゆで煮りつけをする。
② ほうれん草は1～2cmに切ってゆで、水切りする。
③ ①・②をマヨネーズであえる。

子ども青少年局保育部保育課健康推進指導係

令和2年 10月 保育所給食こんだて

指定日	こんだて名	お料理材料のはたらき			
		主 食	副 食	主 食	副 食
1日、14日、28日	〇のっぺい汁 〇ひじきの中華あえ	鶏肉、ひじき	里芋、片栗粉 ごま油、さとう、すりごま	えのき豆、大根、ねぎ きゅうり、人参	
2日、15日、29日	〇豚のすき焼き 〇おむねのめしめし物、みかん	豚肉、生わかめ、フナ缶	角ふ、油、さとう	しらたき、白菜、きんぴら、人参、玉ねぎ、ほうれん草	
3日、16日、30日	〇五目中華、チーズ	豚肉、チーズ	中華そば、油	白菜、人参、もやし、ほうれん草	
4日、17日、31日	〇チキンステーキ 〇フレッシュアヒル	鶏肉	じゃが芋、油、さとう	しょうが、人参、玉ねぎ、人参、エリンギ キャベツ、きゅうり、みかん、油	
5日、18日	〇鶏のちゃんちゃん焼 〇納豆あえ	生さけ、赤みそ、納豆	油、マヨネーズ	キャベツ、人参、玉ねぎ、しめじ ほうれん草、コーン缶	
6日、19日	〇餃子丼、青菜炒め	鶏肉、豚、フナ缶	さとう、油	人参、玉ねぎ、みつば、青菜	
7日、20日	〇八宝豆腐、酢のもの	豆腐、豚肉	油、片栗粉、ごま油、さとう	しょうが、人参、玉ねぎ、しめじ チンゲン菜、きゅうり	
8日、21日	〇ポークスバラチー 〇スープ	豚肉	スエバグツティ、油	玉ねぎ、人参、ピーマン 白菜、おきつき	
9日、22日	〇みそ煮込みうどん	鶏肉、油揚げ、赤みそ	芋めん	人参、ねぎ	
10日、23日	〇さつまいものかき揚げ 〇おひたし、パイン缶	ローズハム、花かつお	さつまいも、小麦粉、油	玉ねぎ、ピーマン、キャベツ 青菜、もやし、パイン缶	
11日、24日	〇白身魚のから揚げ 〇ブロッコリーのごまあえ	白身魚、スキムミルク	じゃが芋、油、上新粉、すりごま	玉ねぎ、(南)グリーンピース ブロッコリー	
12日、25日	〇炒り豆腐、〇南豆腐	豆腐、鶏肉、卵	油、さとう	玉ねぎ、人参、ほうれん草 絹揚げ	
13日、26日	〇ドライトマト 〇マカロニサラダ、りんご	豚挽肉	油、上新粉、バター マカロニ、マヨネーズ	玉ねぎ、人参、ピーマン、しょうが にんじん、きゅうり、コーン缶、りんご	
14日、27日	〇たんぱく質 〇エネギーたんぱく質	豚肉、ひじき	里芋、片栗粉 ごま油、さとう、すりごま	えのき豆、大根、ねぎ きゅうり、人参	
15日、28日	〇豚のすき焼き 〇おむねのめしめし物、みかん	豚肉、生わかめ、フナ缶	角ふ、油、さとう	しらたき、白菜、きんぴら、人参、玉ねぎ、ほうれん草	
16日、29日	〇五目中華、チーズ	豚肉、チーズ	中華そば、油	白菜、人参、もやし、ほうれん草	
17日、30日	〇チキンステーキ 〇フレッシュアヒル	鶏肉	じゃが芋、油、さとう	しょうが、人参、玉ねぎ、人参、エリンギ キャベツ、きゅうり、みかん、油	
18日、31日	〇鶏のちゃんちゃん焼 〇納豆あえ	生さけ、赤みそ、納豆	油、マヨネーズ	キャベツ、人参、玉ねぎ、しめじ ほうれん草、コーン缶	
19日、1日	〇餃子丼、青菜炒め	鶏肉、豚、フナ缶	さとう、油	人参、玉ねぎ、みつば、青菜	
20日、2日	〇八宝豆腐、酢のもの	豆腐、豚肉	油、片栗粉、ごま油、さとう	しょうが、人参、玉ねぎ、しめじ チンゲン菜、きゅうり	
21日、3日	〇ポークスバラチー 〇スープ	豚肉	スエバグツティ、油	玉ねぎ、人参、ピーマン 白菜、おきつき	
22日、4日	〇みそ煮込みうどん	鶏肉、油揚げ、赤みそ	芋めん	人参、ねぎ	
23日、5日	〇さつまいものかき揚げ 〇おひたし、パイン缶	ローズハム、花かつお	さつまいも、小麦粉、油	玉ねぎ、ピーマン、キャベツ 青菜、もやし、パイン缶	
24日、6日	〇白身魚のから揚げ 〇ブロッコリーのごまあえ	白身魚、スキムミルク	じゃが芋、油、上新粉、すりごま	玉ねぎ、(南)グリーンピース ブロッコリー	
25日、7日	〇炒り豆腐、〇南豆腐	豆腐、鶏肉、卵	油、さとう	玉ねぎ、人参、ほうれん草 絹揚げ	
26日、8日	〇ドライトマト 〇マカロニサラダ、りんご	豚挽肉	油、上新粉、バター マカロニ、マヨネーズ	玉ねぎ、人参、ピーマン、しょうが にんじん、きゅうり、コーン缶、りんご	
27日、9日	〇たんぱく質 〇エネギーたんぱく質	豚肉、ひじき	里芋、片栗粉 ごま油、さとう、すりごま	えのき豆、大根、ねぎ きゅうり、人参	
28日、10日	〇豚のすき焼き 〇おむねのめしめし物、みかん	豚肉、生わかめ、フナ缶	角ふ、油、さとう	しらたき、白菜、きんぴら、人参、玉ねぎ、ほうれん草	
29日、11日	〇五目中華、チーズ	豚肉、チーズ	中華そば、油	白菜、人参、もやし、ほうれん草	
30日、12日	〇チキンステーキ 〇フレッシュアヒル	鶏肉	じゃが芋、油、さとう	しょうが、人参、玉ねぎ、人参、エリンギ キャベツ、きゅうり、みかん、油	
31日、13日	〇鶏のちゃんちゃん焼 〇納豆あえ	生さけ、赤みそ、納豆	油、マヨネーズ	キャベツ、人参、玉ねぎ、しめじ ほうれん草、コーン缶	
1日、14日	〇餃子丼、青菜炒め	鶏肉、豚、フナ缶	さとう、油	人参、玉ねぎ、みつば、青菜	
2日、15日	〇八宝豆腐、酢のもの	豆腐、豚肉	油、片栗粉、ごま油、さとう	しょうが、人参、玉ねぎ、しめじ チンゲン菜、きゅうり	
3日、16日	〇ポークスバラチー 〇スープ	豚肉	スエバグツティ、油	玉ねぎ、人参、ピーマン 白菜、おきつき	
4日、17日	〇みそ煮込みうどん	鶏肉、油揚げ、赤みそ	芋めん	人参、ねぎ	
5日、18日	〇さつまいものかき揚げ 〇おひたし、パイン缶	ローズハム、花かつお	さつまいも、小麦粉、油	玉ねぎ、ピーマン、キャベツ 青菜、もやし、パイン缶	
6日、19日	〇白身魚のから揚げ 〇ブロッコリーのごまあえ	白身魚、スキムミルク	じゃが芋、油、上新粉、すりごま	玉ねぎ、(南)グリーンピース ブロッコリー	
7日、20日	〇炒り豆腐、〇南豆腐	豆腐、鶏肉、卵	油、さとう	玉ねぎ、人参、ほうれん草 絹揚げ	
8日、21日	〇ドライトマト 〇マカロニサラダ、りんご	豚挽肉	油、上新粉、バター マカロニ、マヨネーズ	玉ねぎ、人参、ピーマン、しょうが にんじん、きゅうり、コーン缶、りんご	
9日、22日	〇たんぱく質 〇エネギーたんぱく質	豚肉、ひじき	里芋、片栗粉 ごま油、さとう、すりごま	えのき豆、大根、ねぎ きゅうり、人参	
10日、23日	〇豚のすき焼き 〇おむねのめしめし物、みかん	豚肉、生わかめ、フナ缶	角ふ、油、さとう	しらたき、白菜、きんぴら、人参、玉ねぎ、ほうれん草	
11日、24日	〇五目中華、チーズ	豚肉、チーズ	中華そば、油	白菜、人参、もやし、ほうれん草	
12日、25日	〇チキンステーキ 〇フレッシュアヒル	鶏肉	じゃが芋、油、さとう	しょうが、人参、玉ねぎ、人参、エリンギ キャベツ、きゅうり、みかん、油	
13日、26日	〇鶏のちゃんちゃん焼 〇納豆あえ	生さけ、赤みそ、納豆	油、マヨネーズ	キャベツ、人参、玉ねぎ、しめじ ほうれん草、コーン缶	
14日、27日	〇餃子丼、青菜炒め	鶏肉、豚、フナ缶	さとう、油	人参、玉ねぎ、みつば、青菜	
15日、28日	〇八宝豆腐、酢のもの	豆腐、豚肉	油、片栗粉、ごま油、さとう	しょうが、人参、玉ねぎ、しめじ チンゲン菜、きゅうり	
16日、29日	〇ポークスバラチー 〇スープ	豚肉	スエバグツティ、油	玉ねぎ、人参、ピーマン 白菜、おきつき	
17日、30日	〇みそ煮込みうどん	鶏肉、油揚げ、赤みそ	芋めん	人参、ねぎ	
18日、31日	〇さつまいものかき揚げ 〇おひたし、パイン缶	ローズハム、花かつお	さつまいも、小麦粉、油	玉ねぎ、ピーマン、キャベツ 青菜、もやし、パイン缶	
19日、1日	〇白身魚のから揚げ 〇ブロッコリーのごまあえ	白身魚、スキムミルク	じゃが芋、油、上新粉、すりごま	玉ねぎ、(南)グリーンピース ブロッコリー	
20日、2日	〇炒り豆腐、〇南豆腐	豆腐、鶏肉、卵	油、さとう	玉ねぎ、人参、ほうれん草 絹揚げ	
21日、3日	〇ドライトマト 〇マカロニサラダ、りんご	豚挽肉	油、上新粉、バター マカロニ、マヨネーズ	玉ねぎ、人参、ピーマン、しょうが にんじん、きゅうり、コーン缶、りんご	
22日、4日	〇たんぱく質 〇エネギーたんぱく質	豚肉、ひじき	里芋、片栗粉 ごま油、さとう、すりごま	えのき豆、大根、ねぎ きゅうり、人参	
23日、5日	〇豚のすき焼き 〇おむねのめしめし物、みかん	豚肉、生わかめ、フナ缶	角ふ、油、さとう	しらたき、白菜、きんぴら、人参、玉ねぎ、ほうれん草	
24日、6日	〇五目中華、チーズ	豚肉、チーズ	中華そば、油	白菜、人参、もやし、ほうれん草	
25日、7日	〇チキンステーキ 〇フレッシュアヒル	鶏肉	じゃが芋、油、さとう	しょうが、人参、玉ねぎ、人参、エリンギ キャベツ、きゅうり、みかん、油	
26日、8日	〇鶏のちゃんちゃん焼 〇納豆あえ	生さけ、赤みそ、納豆	油、マヨネーズ	キャベツ、人参、玉ねぎ、しめじ ほうれん草、コーン缶	
27日、9日	〇餃子丼、青菜炒め	鶏肉、豚、フナ缶	さとう、油	人参、玉ねぎ、みつば、青菜	
28日、10日	〇八宝豆腐、酢のもの	豆腐、豚肉	油、片栗粉、ごま油、さとう	しょうが、人参、玉ねぎ、しめじ チンゲン菜、きゅうり	
29日、11日	〇ポークスバラチー 〇スープ	豚肉	スエバグツティ、油	玉ねぎ、人参、ピーマン 白菜、おきつき	
30日、12日	〇みそ煮込みうどん	鶏肉、油揚げ、赤みそ	芋めん	人参、ねぎ	
31日、13日	〇さつまいものかき揚げ 〇おひたし、パイン缶	ローズハム、花かつお	さつまいも、小麦粉、油	玉ねぎ、ピーマン、キャベツ 青菜、もやし、パイン缶	
1日、14日	〇白身魚のから揚げ 〇ブロッコリーのごまあえ	白身魚、スキムミルク	じゃが芋、油、上新粉、すりごま	玉ねぎ、(南)グリーンピース ブロッコリー	
2日、15日	〇炒り豆腐、〇南豆腐	豆腐、鶏肉、卵	油、さとう	玉ねぎ、人参、ほうれん草 絹揚げ	
3日、16日	〇ドライトマト 〇マカロニサラダ、りんご	豚挽肉	油、上新粉、バター マカロニ、マヨネーズ	玉ねぎ、人参、ピーマン、しょうが にんじん、きゅうり、コーン缶、りんご	
4日、17日	〇たんぱく質 〇エネギーたんぱく質	豚肉、ひじき	里芋、片栗粉 ごま油、さとう、すりごま	えのき豆、大根、ねぎ きゅうり、人参	
5日、18日	〇豚のすき焼き 〇おむねのめしめし物、みかん	豚肉、生わかめ、フナ缶	角ふ、油、さとう	しらたき、白菜、きんぴら、人参、玉ねぎ、ほうれん草	
6日、19日	〇五目中華、チーズ	豚肉、チーズ	中華そば、油	白菜、人参、もやし、ほうれん草	
7日、20日	〇チキンステーキ 〇フレッシュアヒル	鶏肉	じゃが芋、油、さとう	しょうが、人参、玉ねぎ、人参、エリンギ キャベツ、きゅうり、みかん、油	
8日、21日	〇鶏のちゃんちゃん焼 〇納豆あえ	生さけ、赤みそ、納豆	油、マヨネーズ	キャベツ、人参、玉ねぎ、しめじ ほうれん草、コーン缶	
9日、22日	〇餃子丼、青菜炒め	鶏肉、豚、フナ缶	さとう、油	人参、玉ねぎ、みつば、青菜	
10日、23日	〇八宝豆腐、酢のもの	豆腐、豚肉	油、片栗粉、ごま油、さとう	しょうが、人参、玉ねぎ、しめじ チンゲン菜、きゅうり	
11日、24日	〇ポークスバラチー 〇スープ	豚肉	スエバグツティ、油	玉ねぎ、人参、ピーマン 白菜、おきつき	
12日、25日	〇みそ煮込みうどん	鶏肉、油揚げ、赤みそ	芋めん	人参、ねぎ	
13日、26日	〇さつまいものかき揚げ 〇おひたし、パイン缶	ローズハム、花かつお	さつまいも、小麦粉、油	玉ねぎ、ピーマン、キャベツ 青菜、もやし、パイン缶	
14日、27日	〇白身魚のから揚げ 〇ブロッコリーのごまあえ	白身魚、スキムミルク	じゃが芋、油、上新粉、すりごま	玉ねぎ、(南)グリーンピース ブロッコリー	
15日、28日	〇炒り豆腐、〇南豆腐	豆腐、鶏肉、卵	油、さとう	玉ねぎ、人参、ほうれん草 絹揚げ	
16日、29日	〇ドライトマト 〇マカロニサラダ、りんご	豚挽肉	油、上新粉、バター マカロニ、マヨネーズ	玉ねぎ、人参、ピーマン、しょうが にんじん、きゅうり、コーン缶、りんご	
17日、30日	〇たんぱく質 〇エネギーたんぱく質	豚肉、ひじき	里芋、片栗粉 ごま油、さとう、すりごま	えのき豆、大根、ねぎ きゅうり、人参	
18日、31日	〇豚のすき焼き 〇おむねのめしめし物、みかん	豚肉、生わかめ、フナ缶	角ふ、油、さとう	しらたき、白菜、きんぴら、人参、玉ねぎ、ほうれん草	
19日、1日	〇五目中華、チーズ	豚肉、チーズ	中華そば、油	白菜、人参、もやし、ほうれん草	
20日、2日	〇チキンステーキ 〇フレッシュアヒル	鶏肉	じゃが芋、油、さとう	しょうが、人参、玉ねぎ、人参、エリンギ キャベツ、きゅうり、みかん、油	
21日、3日	〇鶏のちゃんちゃん焼 〇納豆あえ	生さけ、赤みそ、納豆	油、マヨネーズ	キャベツ、人参、玉ねぎ、しめじ ほうれん草、コーン缶	
22日、4日	〇餃子丼、青菜炒め	鶏肉、豚、フナ缶	さとう、油	人参、玉ねぎ、みつば、青菜	
23日、5日	〇八宝豆腐、酢のもの	豆腐、豚肉	油、片栗粉、ごま油、さとう	しょうが、人参、玉ねぎ、しめじ チンゲン菜、きゅうり	
24日、6日	〇ポークスバラチー 〇スープ	豚肉	スエバグツティ、油	玉ねぎ、人参、ピーマン 白菜、おきつき	
25日、7日	〇みそ煮込みうどん	鶏肉、油揚げ、赤みそ	芋めん	人参、ねぎ	
26日、8日	〇さつまいものかき揚げ 〇おひたし、パイン缶	ローズハム、花かつお	さつまいも、小麦粉、油	玉ねぎ、ピーマン、キャベツ 青菜、もやし、パイン缶	
27日、9日	〇白身魚のから揚げ 〇ブロッコリーのごまあえ	白身魚、スキムミルク	じゃが芋、油、上新粉、すりごま	玉ねぎ、(南)グリーンピース ブロッコリー	
28日、10日	〇炒り豆腐、〇南豆腐	豆腐、鶏肉、卵	油、さとう	玉ねぎ、人参、ほうれん草 絹揚げ	
29日、11日	〇ドライトマト 〇マカロニサラダ、りんご	豚挽肉	油、上新粉、バター マカロニ、マヨネーズ	玉ねぎ、人参、ピーマン、しょうが にんじん、きゅうり、コーン缶、りんご	
30日、12日	〇たんぱく質 〇エネギーたんぱく質	豚肉、ひじき	里芋、片栗粉 ごま油、さとう、すりごま	えのき豆、大根、ねぎ きゅうり、人参	
31日、13日	〇豚のすき焼き 〇おむねのめしめし物、みかん	豚肉、生わかめ、フナ缶	角ふ、油、さとう	しらたき、白菜、きんぴら、人参、玉ねぎ、ほうれん草	

※こんだては多少変更する場合があります。
※太字は主菜に含まれる食品です。
※献立名の前に使用される調味料のマークがついています。

○ しじみ・白しじみ
△ スープの素

(3) 学校における食育の推進

学齢期は生活習慣が形成される時期であり、食への関心を高めたり、判断力を養ったりすることで、食に関する基本的な習慣を身につける重要な時期ですが、近年、子どもの食を取り巻く社会環境が変化し、栄養摂取の乱れや朝食欠食等に起因する肥満や生活習慣病の顕在化が指摘されています。

小・中・特別支援学校では、給食の時間、家庭科や保健体育をはじめとする各教科、総合的な学習の時間等において食に関する指導を充実し、学校における食育を組織的・計画的に推進します。特に、健全な食生活についての指導では、学習教材を活用し、栄養教諭・学校栄養職員による指導も推進します。

また、学校給食では、給食として重要な安全・安心で必要な栄養が摂取できることを確保した上で、子どもたちがより楽しめる献立づくりに努めます。

主な取り組み	取り組み内容	所管局
食に関する指導	「なごやっ子食に関する指導の手引」を活用し、学校給食を教材とするなどの食に関する指導を実施するとともに、献立表を毎月家庭へ配布	教育委員会
	方向性 継続	
スクールランチの献立募集	生徒の食物への関心と理解を深めるため、生徒から献立を募集し、優秀なものをスクールランチに採用（年1回）	教育委員会
	方向性 継続	
給食新聞・給食だよりの発行	小学校給食の献立など、食育推進につながる内容を掲載する「なごやの学校給食」や食に関連する情報を記載した給食だよりにより、保護者と連携して食育を推進（給食新聞年2回、給食だより毎月発行）	教育委員会
	方向性 継続	
元気いっぱいなごやっ子の育成事業	「元気いっぱいなごやっ子カード」等を活用し、早寝早起きや朝食の摂取などの望ましい生活習慣の定着を図る指導を推進	教育委員会
	方向性 継続	
食育推進に関する教職員研修	栄養教諭・学校栄養職員や一般教員等を対象に、衛生管理、食に関する指導、食物アレルギー等の研修を実施	教育委員会
	方向性 継続	
学校保健委員会を活用した食育の推進	学校医、教職員、保護者、地域等が連携して、食育に関する取り組みを推進	教育委員会
	方向性 継続	
学校給食の充実	安全・安心で必要な栄養が摂取できるようにし、児童生徒にとって魅力的な献立づくりを実施	教育委員会
	方向性 継続	

関連計画：名古屋市教育振興基本計画（教育委員会）