

令和5年度「高校生への食育講座」実施要領

1 目的

県立津山工業高校において、令和4年度に保健所が実施した生徒の食習慣のアンケート調査結果では、朝食の欠食や野菜の摂取不足など偏った食習慣がみられた。

そこで、健康的な食事のポイントや食事選択の知識を楽しく学び、健康で自立した食生活の実践に活かすため、高校・大学と協働した食育講座を実施する。

2 日時 令和5年11月22日(水) 10時45分～11時35分(機械科)
令和5年11月27日(月) 10時45分～11時35分(建築科)

3 場所 岡山県立津山工業高等学校 被服室

4 対象者 機械科2年生 39名(男子39名)
建築科2年生 40名(男子27名、女子13名)

5 目標

- ・生徒が、地域の大学生と交流しながら楽しく講座に参加し、自身の食生活に関心を深めることができる
- ・生徒が、朝食や野菜の大切さなど、健康的な食生活のポイントを習得できる

6 内容 楽しくディスカッション
美作大学生による“食と健康”に関するミニ講話

7 実施主体 岡山県立津山工業高等学校
美作大学
岡山県美作保健所