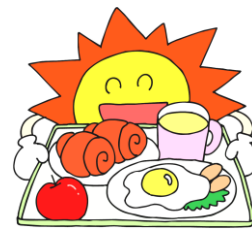




令和 3年 9月 29日
尾道市立向東小学校
No. 5

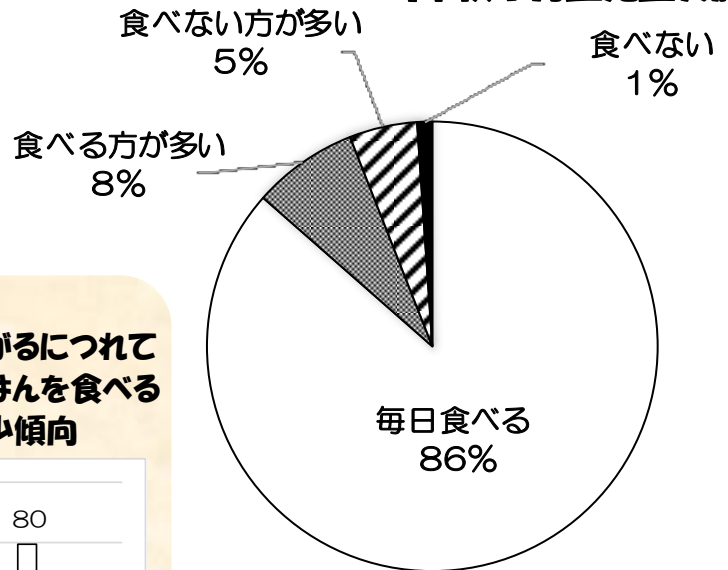


私たちの体は、朝ごはんを食べることで目覚め、一日を元気にスタートさせることができます。

しかしながら、7月に本校で実施した「心と体の健康アンケート」の結果によると、毎日朝ごはんを食べている児童は86%という結果でした。

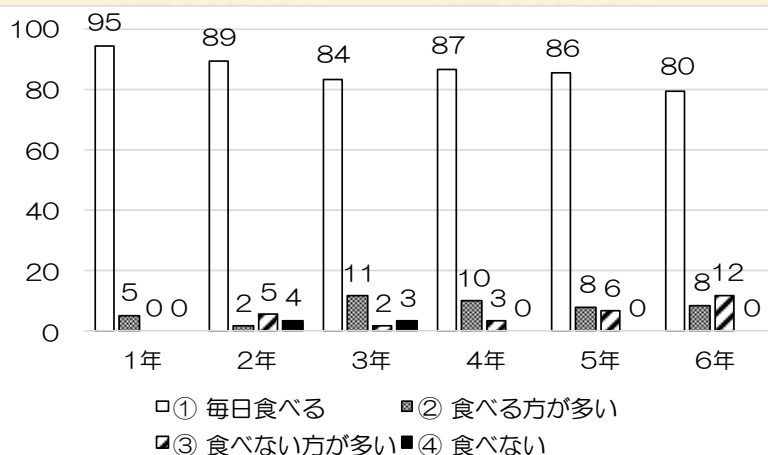
朝ごはんを食べますか

【本校7月全児童実施】



学年別 朝ごはん喫食率

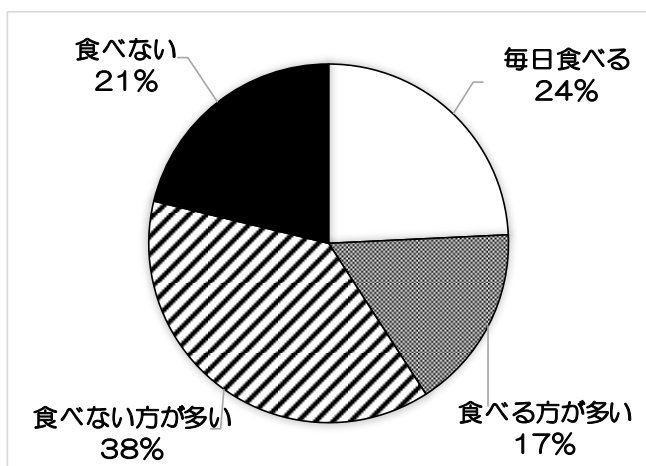
(%)



学年が上がるにつれて
毎日朝ごはんを食べる
児童が減少傾向

令和3年3月31日に第8回食育推進会議において決定された第4次食育推進基本計画（令和3～7年度）において、朝ごはんを欠食する子どもの割合を令和7年度までに0%とすることを目標としています。

主食・主菜・副菜のそろった朝ごはんを食べますか



主食・主菜・副菜のそろった朝ごはんを毎日食べている児童は、24%でした。

バランスのよい朝ごはんを食べることは大切ですが、なかなか主食・主菜・副菜を毎日そろえることは難しいようです。主食・主菜・副菜をそろえることは、バランスのよい朝ごはんの目安になります。しかし、まずは食べることで、そして無理のない継続可能な簡単朝ごはんを提案していくことの必要性も感じています。

夏休みに6年生が「向東っ子元気朝ごはん」を考えています。次回の食育だよりで紹介予定です！乞うご期待☆