



平成28年度 「スーパー食育スクール」事業

松江市立玉湯中学校

協力校

松江市立玉湯小学校

松江市立大谷小学校

スーパー食育スクール事業について

<目的>

学校が**大学**や**企業**、**生産者**、**関係機関**等と連携し、**食育の効果**について、科学的データに基づいて検証を行い、その成果を普及啓発することで食育のより一層の充実を図る。

玉湯中学校
玉湯小学校
大谷小学校

早稲田大学
島根大学

上大谷農産加工
グループ

地域コーディネーター
県農林水産部
県健康福祉部

食と学力

食と健康

食とスポーツ

取組テーマ

体力向上と連動した効果的な「食育プログラム」
の開発とその効果検証



スーパー食育スクール事業指定校

• 平成26年度 33事業(42校)

小学校 26校
中学校 8校
高等学校 5校
中高一貫校3校

• 平成27年度 30事業(35校)

小学校 19校
中学校 7校
高等学校 6校
中高一貫校3校

• 平成28年度 12事業(12校)

小学校 4校
中学校 4校
高等学校 2校
中高一貫校2校

H26~:4校
H27~:3校
新規:5校

子供の健全な発育・発達、県民・国民の健康増進

食育の充実

成果の普及



実践校 松江市立玉湯中学校

＜食育プログラムの実践＞

- みそ汁摂取率向上を中心とした朝食内容の改善
- 給食摂食率の向上
- 体力・運動能力の向上

指導・支援

連携校

玉湯小学校

大谷小学校

生産者

協力・連携

島根大学

調査分析
検証・評価
出前授業

連携

早稲田大学

報告

委託

松江市教育委員会

報告

委託



「食育プログラム開発・
評価基準検討委員会」
(大学、学識経験者、実践校、県教委等)
・実践内容の検討
・具体的目標の設定

委託・学校の指定

文部科学省

報告

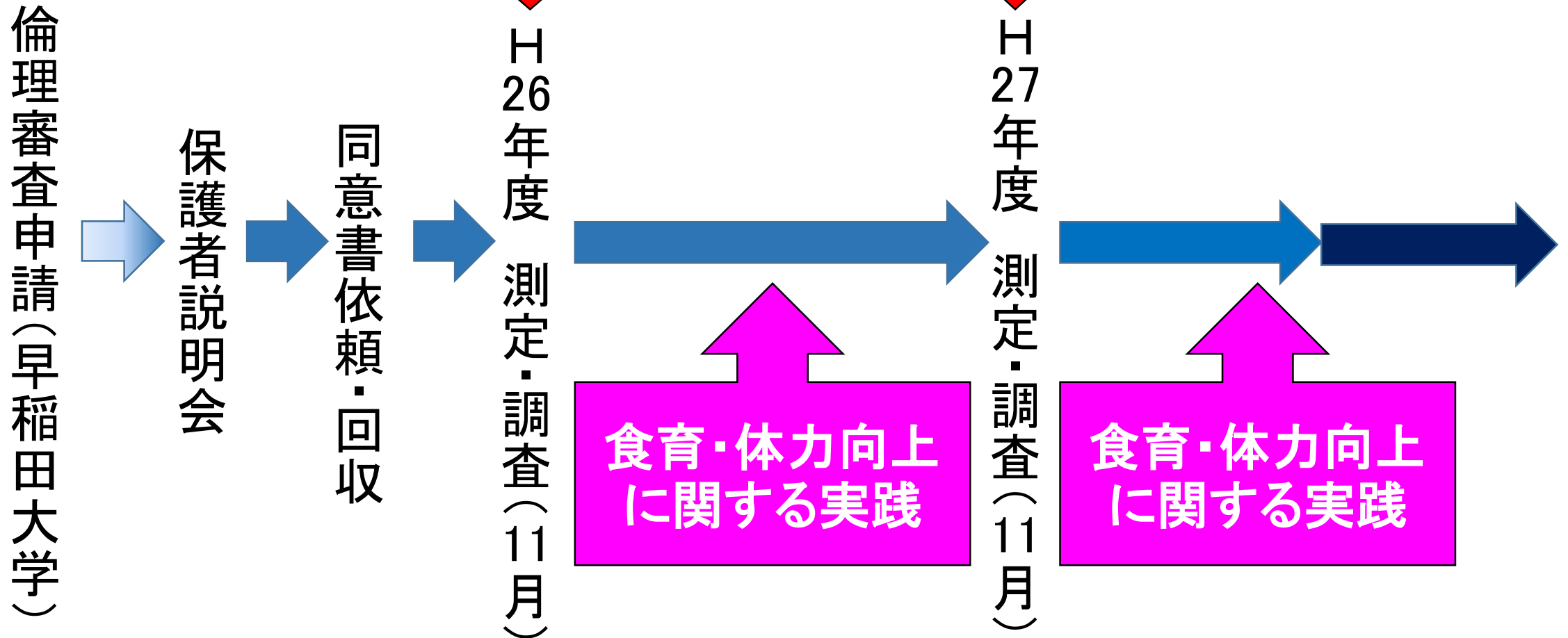
島根県教育委員会

指導
支援

指導
支援

「スーパー食育スクール事業食育推進検討委員会」
(大学、県農林部局、県保健部局、実践校、連携校、保護者、
生産者代表、地域コーディネーター代表等)
・事業実施方針の承認
・評価・検証

取組の流れ



H26年度測定・調査(11月)

○身体組成測定
(身長・体重・体脂肪率)



○形態計測
(周囲径・皮下脂肪厚)



○骨強度測定



H26年度測定・調査(11月)

○貧血検査

○認知機能計測

○20mシャトルラン



H26年度測定・調査(11月)

○食事調査

食事調査記入票 12月 10日(水) 夕食・夜食(夕食後のおやつ)

時間・場所	料理名	材料名	食べた量(グラム)	祖父	祖母	父	母	備考
8:00	ごはん 味噌汁	ごはん	お茶碗1杯(140g)	○	○	○	○	
		煮ごはし (粒粒)	6人分のご飯1	○	○	○	○	
		だしねり	46g	○	○	○	○	
		ねり	5g	○	○	○	○	
		油あげ	2g	○	○	○	○	
		えのき	15g	○	○	○	○	
		味噌	6人分のご飯4	○	○	○	○	
	から揚げ	肉 (鶏肉)	70g	○	○	○	○	
		しょうゆ	6人分のご飯1杯	○	○	○	○	
		小麦粉	〃 大さじ5	○	○	○	○	
		しょうゆと味噌汁	〃 10g	○	○	○	○	
		卵	〃 卵中1個	○	○	○	○	
		キャベツ センザリ	20g	○	○	○	○	
		ごぼう	25g	○	○	○	○	
	さんまのしょう	人参	10g	○	○	○	○	
		ごま油	少々	○	○	○	○	
		五少糖	6人分のご飯1	○	○	○	○	
		しょうゆ	〃 小さじ2	○	○	○	○	
		だし汁	〃 200cc	○	○	○	○	
		酒	〃 大さじ1	○	○	○	○	
		野菜スープ	はんぺん	スライサー 1杯				
	ドレッシング	だし	〃					
		ごま油	〃					
		だしねり・セロリ・イボナ	〃					
		塩	全肉落 大さじ1					
マスタード		〃						

H26年度測定・調査(11月)

○アンケート調査

<児童対象>

- 生活習慣
- 運動への意識
- 体調
- 食習慣
- 食意識

<保護者対象>

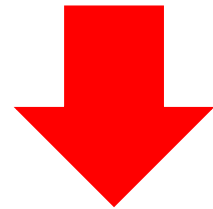
- 家庭環境
- 食環境
- 食意識
- 子どもの食事状況
- 子どもの体調
- 子どもの運動習慣、テレビの視聴時間

H26年度測定・調査結果及び課題

●副菜摂取量が少ない傾向であった

→ ビタミン類・食物繊維の摂取が少ない

●体力レベルが全国平均値より低い




保護者を巻き込んだ食育を行う必要がある

県の取組との連携

朝は **いっぱい** のみそ汁を飲もう!!

午前中にしっかりと活動するためには、朝食が大切です。朝食は、体や脳のエネルギー源になります。
グラフからわかるように毎日朝食を食べる子どもほど学力調査の得点が高い傾向にあります。



小学校算数A正答率

毎日食べる	66%
食べない	48%

中学校数学A正答率

毎日食べる	75%
食べない	57%

出典：文部科学省 平成24年度「全国学力・学習状況調査」

朝食の欠食は習慣化します

朝食欠食が始まった時期（20歳以上対象）

性別	年齢	20歳以降	高校を卒業した頃から	中学、高校生の頃から	小学生の頃から
男性	平成17年 (677)	46.7%	23.6%	23.5%	6.2%
	平成21年 (639)	50.1%	17.2%	26.3%	6.4%
女性	平成17年 (486)	60.9%	14.6%	18.5%	6.0%
	平成21年 (491)	60.7%	14.1%	18.9%	6.3%

左図のように、朝食欠食が始まった時期(20歳以上対象)は、「高校生まで」と回答した割合が **男性32.7%、女性25.2%** という結果です。
思春期までに朝食欠食が習慣化してしまうと大人になっても朝食欠食につながる可能性があります。

出典：厚生労働省 平成21年「国民健康・栄養調査」

より良い朝食習慣のためには… →

平成26年4月
島根県教育委員会

朝食には **いっぱい** のみそ汁がおすすめです

朝食に食べる具たくさんのみそ汁は、いかに時代が変わろうとも、変わらず伝えていきたい日本の食の宝物です。
例えば、朝忙しくてみそ汁を作る時間がないときは、前日の夜に多めに作っておいたみそ汁の中に、他の具を入れて温めなおし、ご飯と一緒に食べてみませんか。



目覚めに効果があります
いっぱい のみそ汁を食べると体が温まります。体の代謝を助けてくれるビタミンB群も含まれているので目覚めさせてくれます。

体調を整えます
みそ汁には、さまざまな健康に良い成分が含まれており、体にたまった老廃物や毒素を洗い流してくれる働きがあります。

理想的な組み合わせになります
米に含まれるたんぱく質のうち、やや不足しているアミノ酸の「リジン」はみその原料である大豆に多く含まれていますので、ご飯とみそ汁の組み合わせは、栄養学的にも理想的な食事です。

簡単に栄養を摂ることができます
みそ汁とご飯で体も心も温かくして、笑顔と元気で一日のスタートを切りましょう。
野菜や海藻類、卵など具を **いっぱい** 入れれば、ビタミンやカルシウム、たんぱく質などをみそ汁1品で効率よく摂ることができます。

学校ではこんな取組をしてみませんか？

朝食改善には、家庭との連携が欠かせません。
できることから取り組んでみましょう。例えば…

- 校報や学校だよりによる啓発
- 家庭科の授業で習ったみそ汁づくりを家庭で実践する取組
- PTA研修会や講演会
- 高校生の自立に向けて自分で作るみそ汁の実践

問い合わせ先
保健体育課健康づくり推進室 TEL.0852-22-5425 FAX.0852-22-6767

全体構想図

取組テーマ
体力向上と連動した効果的な「食育プログラム」の開発とその効果検証

事業目標
 ■心と体のかかわりを知らせ、食から体力・運動能力向上をめざす。
 ■健やかな成長と健康課題の解決のため、みそ汁を中心とした食育プログラムを開発する。

玉湯小学校研究主題
 「学び合い、高めあう子どもの育成」
 ～思考力、判断力、表現力を育むための算数科の授業づくりと基盤としての体づくりを通して

学校

- ・健全な発育・発達と基礎体力及びQOLの向上による健康増進
- ・食生活習慣をよりよくしようとする態度の育成

家庭

- ・食生活習慣の改善について考え、よりよくしようとする意識の向上

地域に根差した給食

<SSSでめざす子ども像>

- ・体と食事のかかわりを知り、偏りなく食事することができる。
- ・家族や友だちと楽しく食事ができる。
- ・栄養バランスを考えたみそ汁作りができる。

<SSSでめざす保護者像>

- ・朝食にみそ汁をとり入れる。
- ・家族そろって食事をする。
- ・子どものみそ汁作りを支援する。

自分の体の状態について関心を持ち、体力向上と食事との関係について学ぶ場の設定

家庭で取り組むことができる体力・運動能力向上につながる食育プログラムの実践

事業目標	評価指標	評価方法	手立て
■心と体のかかわりを知らせ、食から体力・運動能力向上をめざす。	・給食摂食率の向上 ・朝ごはん摂取内容の改善 ・運動活動量の増加	・給食残量調査 ・朝ごはんアンケート(6年生) ・シャトルラン	・給食時の指導 ・学級活動での指導
■健やかな成長と健康課題の解決のため、みそ汁を中心とした食育プログラムを開発する。	・みそ汁摂取率の向上 ・副菜摂取率の向上 ・調理ができる子どもの割合の増加	・みそ汁チェックシート ・給食残量調査 ・夏休みおにぎり・みそ汁づくり	・リーフレット作成 ・レシピ集作成 ・家庭科での指導 ・給食献立の工夫

玉湯小学校の取組

朝食内容の改善

主食・主菜・副菜が
そろった朝食を
食べよう!



給食摂取率の向上

好き嫌いをしないで
食べよう!



みそ汁摂取率の向上

朝食にみそ汁を飲もう!



玉湯小学校では、玉湯町の特産品「大谷みそ」に注目し、地域の方を講師とした「みそ作り」をはじめ、「朝食にみそ汁を取り入れる」「自分でみそ汁を作ることができる子どもの育成」など、「みそ・みそ汁」を使った食育を進めています。

また、早稲田大学・島根大学と連携して食育の効果検証を行っています。

体力・運動能力の改善

バランスよく食べて
しっかり体を
動かそう!



朝食内容の改善

授業（学級活動・公開授業）



朝食内容の改善

講演会（学校保健委員会）

講演会で
朝ごはんの大切さを
脳科学から学ぶ



みそ汁摂取率の向上

みそづくり



みそ汁摂取率の向上

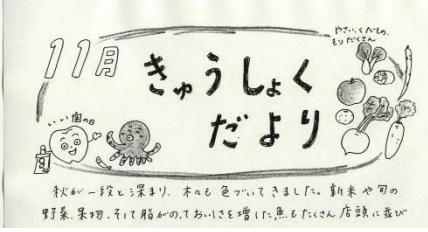
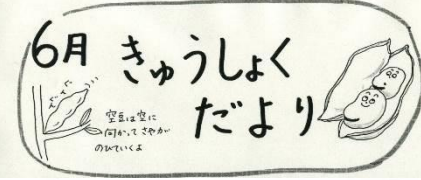
完成したみそを使った
調理実習



完成したみそを
使った給食提供

みそ汁摂取率の向上

みそ汁週間の取組



玉湯小学校 みそ汁週間
 11月24日(火)から11月27日(金)は玉湯小学校の6年生児童が主体に取り組んだ「おいしい!楽しい!」みそ汁作り体験朝ごはんに2017年のみそ汁を味わおう

秋が一段と深まり、木も色づいてきました。新米や旬の野菜、果物、そして脂がのびた魚もたくさん店頭に並んでいます。

みそを手作りしてあげられ、家族が喜んで食べているように感じます。簡単に作れるものも売られているけれど、昔、日本の食生活はみそ汁が朝ごはんの定番で、家族で食事を囲んで食べていました。日本食、あんなに健康的でおいしいものはありません。今、玉湯小学校の6年生が、その食生活の大切さを伝えていきます。みそ汁作り体験朝ごはんを味わおう。おいしい! それぞれの味を味わってほしいと思います。

朝ごはんにみそ汁を
 朝ごはんにみそ汁を飲ませるご家庭は、子どもの健康にいいと、お母さん、お父さん、おじいちゃん、おばあちゃん、みんな、おいしい! 健康的で、おいしい! 健康的で、おいしい!

学校給食のなかみ

朝ごはん	卵とじ	味噌汁	ごはん
朝ごはん	卵とじ	味噌汁	ごはん
朝ごはん	卵とじ	味噌汁	ごはん
朝ごはん	卵とじ	味噌汁	ごはん

今日の給食は、秋の味覚を味わうことができます。今年も安全でおいしい給食作りを頑張ります。朝ごはんは、お母さん、お父さん、おじいちゃん、おばあちゃん、みんな、おいしい! 健康的で、おいしい!

日本の学校給食は明治時代に始まり、戦時中一時中断されたが、戦後、世界の食文化を取り入れて進歩を遂げた。1月24日から27日までは、全国学校給食週間です。この週間を通じて、食生活の大切さを理解し、食の安全・食の栄養に関する知識を身につけてもらう。この機会に、学校給食について学びたいと思います。

週間があります
 朝ごはんの週を「給食週間」として、食生活の大切さを伝えたいです。おいしい! 健康的で、おいしい!



簡単!おいしい!みそ汁作り挑戦!

朝ごはんにびったりみそ汁を作ってみよう

8月 18日 (火)

工夫したことや感想
 味噌汁が1匹入って、和の朝ごはんがみそ汁を作りました。工夫したこととしては、味噌汁がおいしいように、お母さんに作りました。

おうちのみなさんと
 朝ごはんの時間、お母さんと一緒に作りました。

8月27日(木) 10時の食事に参上しました。

みそ汁摂取率の向上


冬休み・春休み・夏休みの宿題

楽しい！おいしい！おにぎり作りに挑戦！

6年生のテーマ
栄養を考えて作ってみよう

作った日 8月2日(日)

できあがり写真、または絵



工夫したことや感想
夏の食材を使いました。夏をイメージしました。
材料はコーン、ちくわ、青菜、焼き鮭を使いました。
味は塩で調節しました。かむとコーンが甘くてとてもおいしいです。


おうちのかたよりひとこと
夏の食材があたり前には入っていませんでした。
コーンの甘みが塩でより際立ちました。ちくわの食感に変化を押し出すのが、おにぎりには、ちくわは2品で栄養価が高いです。
*8月27日(木)担任の先生に提出しましょう。

簡単！おいしい！みそ汁作りに挑戦！

6年生のテーマ
朝ごはんにぴったりみそ汁を作ってみよう


作った日 8月2日(日)

できあがり写真、または絵



工夫したことや感想
夏の食材のトマトを中心に具を考えました。
卵をたっぷり入れて早めに火をとめてふわふわにしました。アクセントに今か旬のいもぎらを入れてみました。

おうちのかたよりひとこと
家の火で取れるもので材料を考え
上手にできました。旬の食材は栄養価が高くおいしいです。
*8月27日(木)担任の先生に提出しましょう。



みそ汁摂取率の向上

冬休み・春休み・夏休みの宿題

冬休み ごはんとみそ汁に挑戦!

家庭科で学習したごはんのたき方、みそ汁の作り方を思い出し、冬休みに家で調理してみましょう。お米はみなさんが稲刈りをしたものを(2合)を使いましょう。

ごはん 野菜類・なべ・その他()でたきました。

米・・・2合(360ml)
水・・・450ml

感想

わたしは、ごはんを作るのは2回目です。でも米を洗う時に、落とさないようにくふうしました。

なのでふわふわのごはんができました。みんなにおいしいと夸奖されたので、良かったです。 *お母さん、かたじけなく褒めてくれたので、お母さん、かたじけなく褒めてくれたので。*

みそ汁

<材料>

- ぶた肉
- こんにゃく
- 豆腐
- わかず
- おだし
- みそ

・どんなみそを使いましたか?


おうちの方からの感想

お母さん、かたじけなく褒めてくれたので、お母さん、かたじけなく褒めてくれたので。

感想

わたしは、みそ汁を作るのは2回目です。でも、上手に切ったり入れたりできたので、お母さんにはめられました。食べてもらったとき、すごくおいしかったので、うれしかったです。

お母さん、かたじけなく褒めてくれたので、お母さん、かたじけなく褒めてくれたので。



冬休み みそ汁づくりに挑戦!

5年生の時に仕込んだみそが完成し、家庭科の調理実習の時や、給食で味わいました。そのみそを使って、今度はみなさんがみそ汁をつくってください。つくって、味わって、家族にも味わってもらって、感じたことを書いてください。

みそ汁 70g入るといいな

<材料>

- さけ
- 大根
- にんじん
- ごぼう
- しめじ
- 里芋
- だし
- こんにゃく
- れんこん
- ネギ
- 酒かす
- しょうゆ
- 牛乳
- みそ



お家の方からの感想

お母さん、かたじけなく褒めてくれたので、お母さん、かたじけなく褒めてくれたので。

感想

冬野菜をたくさん入れて主菜のようにしました。

酒かすを入れたので、食べやすくするために牛乳を入れました。寒い冬に体が暖まる品を食べて、また作って家族に食べてもらいたいです。


みそ汁摂取率の向上

冬休み・春休み・夏休みの宿題

作ってみよう 朝ごはん

作った日 4月 6日

<出来上がり写真または絵>



感想

料理が思より大変だったので、すごく苦労しました。スープは野菜を切るのが大変でした。おしぼりは簡単、たただのですぐできました。スクランブルエッグはお母さんに手伝ってもらったけど自分でできたので良かったです。お母さんに食べてもらって、全部おいしくいしく食べて良かったです。今度は一人で挑戦したいと思います。

お家の方から

自分で作るのが嬉しい
張り切りで作ってあげた。お母さん
使ったお見せはいいお見せが
今度は一人で作るのを応援してあげよう

【7月】いろいろできてきたね。
プロキョウチクトウ、チーズに卵。
いろいろをいけるよ。お母さん
よく頑張ったね

家庭・地域への取組

情報発信

2015 2月

まがたま食育カレンダー

松浦正敬 松江市長さんのみそ汁



「冬場の寒い日におふくろが作ってくれた」みそ汁は、たくさんの冬野菜とともに、湯ざらししない、クジラの脂身を薄切りにして使います。クジラの脂が浮いた熱々のみそ汁を食べると、体がポカポカと温まったそうです。市長さんにとって、大切な、懐かしの味です。

材料 クジラの脂身 うす揚げ さといも 大根 にんじん こんにゃく ねぎ

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28

制作:玉湯小学校

玉湯小5-2の杉谷優太さんの考えてくれたマークです

まがたま食育便

大谷小戸谷開さん・玉湯小の下山莉玖さん、武部祥希さん、松浦あみさん、が考えてくれた名前です。

玉湯小学校は今年度、文部科学省の「スーパー食育スクール」の研究指定を受け、さまざまな食育の取り組みを始めています。この研究では、体力向上と食育の関わりを早稲田大学と島根大学と共同で検証していきます。おもに玉湯小学校5年生と大谷小学校5年生の皆さんとご家庭に協力していただき、数々の調査・測定をしていきますが、その他の学年の児童、保護者の皆さんにも情報をお伝えしたり、講演会等へのご案内もしていきます。この『まがたま食育便』は不定期に発行予定ですが、さまざまな食情報を早稲田大学の田口素子先生と一緒に載せていきますので、楽しみに！

<不規則になりがちな冬休みの食生活>

冬休みに入ると、睡眠時間が乱れやすくなり、朝食の欠食が多くなりがちです。生活のリズムを整える意味でも、朝ごはんは抜かないようにしましょう。そこでおすすめなのが、「みそ汁」です。みそ汁を食べると体が温まります。体の代謝を助けてくれるビタミンB群が含まれているので、体を目覚めさせてくれますよ。副菜がなかなか準備しにくい、という声をよく聞きますが、実だくさんのみそ汁にすると、副菜としての1品になりますので、ぜひ、朝ごはんに加えてみてください。



<朝ごはんのみそ汁を食べるための工夫>

- その1 夕ごはんの残りを利用して。
- その2 前の晩、鍋に分量の水と煮干しを一緒につけておくと、翌朝、火にかけて一煮立ちさせるだけで、おいしだしがとれます。
- その3 切った野菜を冷凍しておくとう便利です。また、冷凍野菜を利用してもいいですね。フライドポテトなどもそのまま使えます。

～早稲田大学 田口素子先生から～

「食事バランスガイド」をご存知ですか？これは、望ましい食生活についてのメッセージを示した「食生活指針」を具体的な行動に結びつけるものとして、1日に「何を」「どれだけ」食べたらよいかの目安を分かりやすくイラストで示したものです。エネルギー源となる「主食」、野菜・いも・海藻・きのこなどの「副菜」、肉・魚・卵・大豆製品の「主菜」の3つを毎食そろえ、牛乳・乳製品と果物を1日1～2回とることが「バランスの良い食事」の基本となります。

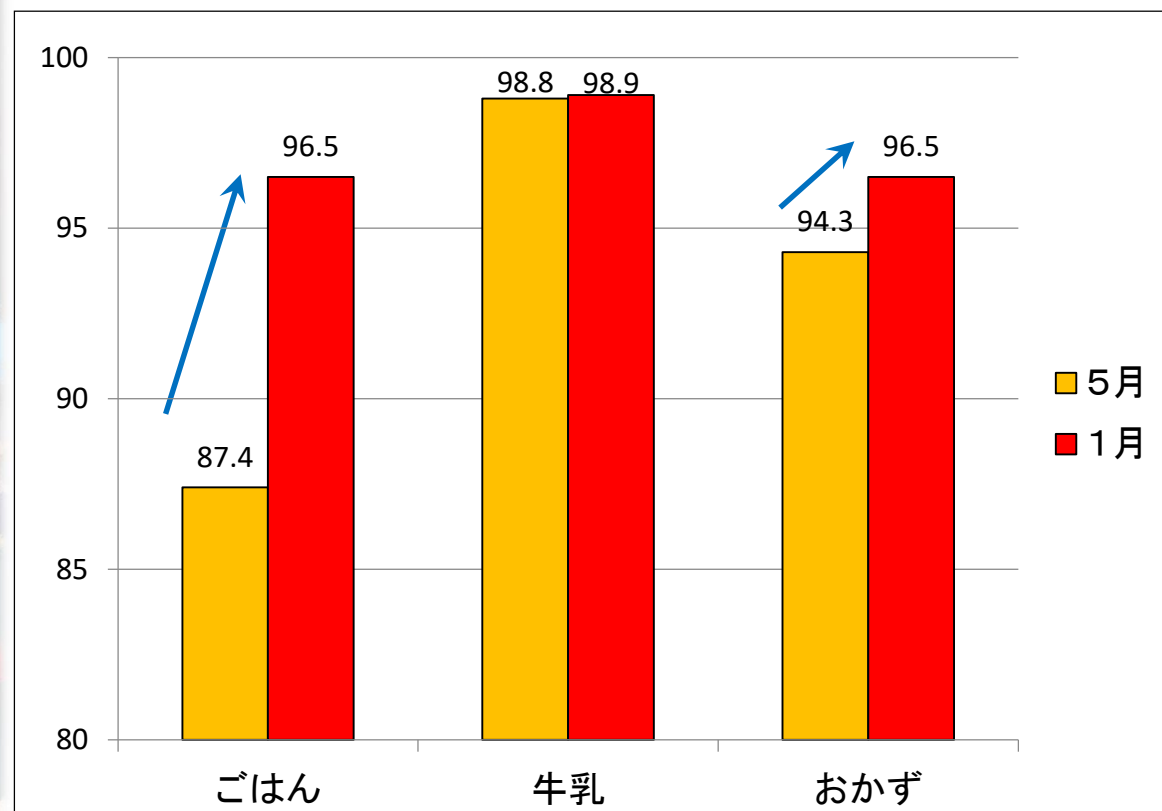


厚生労働省・農林水産省

コマの上に位置する料理グループほどしっかり食べたいものです。この5つの料理グループがきちんと取れているかを親子で確認し、足りなかったものをプラスするよう心がけましょう。

給食摂食率の向上

全校一斉給食指導



体力・運動能力の改善



歩数チャレンジ

SSS まがたまツアー

☆ルール☆

- 1000歩ごとに1マス 色をぬろう。
- まずは、早稲田大学をめぐろう。早稲田大学に着いたら日本一同じ 玉瀧小学校に分えよう。
- 1日10000歩の場合 10マスぬらして1000歩未満は切り捨てだよ。
- 1日10000歩(10マス) ぬらそう!

5年()組()番氏名()

☆北海道☆
北海道の米は、佐渡や新潟の米にしている赤米だよ。

☆東北☆
東北の米は、米から作られる赤米だよ。仙台みや 秋田みや 津軽米が有名だよ。

☆長野県☆
長野県では信州米を使うよ。長野県は米の生産量が99だよ。

☆京都府☆
京都のお米は、関西では、西米(白米)を使うよ。

☆長野県☆
長野県では信州米を使うよ。長野県は米の生産量が99だよ。

☆九州☆
九州の米は、麦から作られるあまぐちの米だよ。

☆大阪府☆
USJで決山遊園地から3マスぬらそう。

☆徳島県☆
徳島県では、1丁井米(赤米)を使うよ。おそくつや米に2丁うぶが有名だよ。

スタート!

ゴール!!

次は東北地方、北海道をめぐって玉瀧小学校に分えよう。

島根県「スーパー健康スクール(SSS)」プロジェクト

体力・運動能力の改善

出前授業



早稲田大学 准教授
田口素子氏



北京オリンピック銅メダリスト 朝原宣治氏
早稲田大学スポーツ科学研究科
長坂聡子氏

体力・運動能力の改善

ダンス



島根大学との連携



広報活動

報道機関名	報道日(掲載日)	報道内容(実施日)
山陰中央新報	H26.9.20	玉湯小:スーパー食育スクールに指定
山陰中央新報	H26.11.23	測定の様子
山陰中央新報	H27.7.9	【H27.7.8】出前授業とトップアスリート朝原宣治さんとの交流学习
島根日日新聞	H27.7.9	【H27.7.8】出前授業とトップアスリート朝原宣治さんとの交流学习
毎日新聞	H27.7.14	【H27.7.8】出前授業とトップアスリート朝原宣治さんとの交流学习
NHK	H27.7.8	【H27.7.8】出前授業とトップアスリート朝原宣治さんとの交流学习
山陰ケーブルビジョン	H27.7.8	【H27.7.8】出前授業とトップアスリート朝原宣治さんとの交流学习
山陰中央テレビ	H27.7.12	【H27.7.8】出前授業とトップアスリート朝原宣治さんとの交流学习
山陰中央テレビ	H27.7.22 21:55~22:00	【島根県広報番組】もっと×もっとしまね 給食時間の様子。みそ汁の取り組みについて紹介。 7月8日トップアスリートとの交流学习の様子。
山陰ケーブルビジョン	H27.9.10	【H27.9.9】朝ごはん集会での島根大学によるダンス指導
山陰中央新報	H27.9.11	【H27.9.9】朝ごはん集会での島根大学によるダンス指導
山陰ケーブルビジョン	H27.11.14	【H27.11.13】測定
山陰中央新報	H27.11.4	【H27.10.14】早稲田大学:田口素子先生の児童向け出前講座
山陰中央新報	H27.12.26	【松江市新聞広報】:一品運動+SSSスクール

H27年度測定・調査(11月)

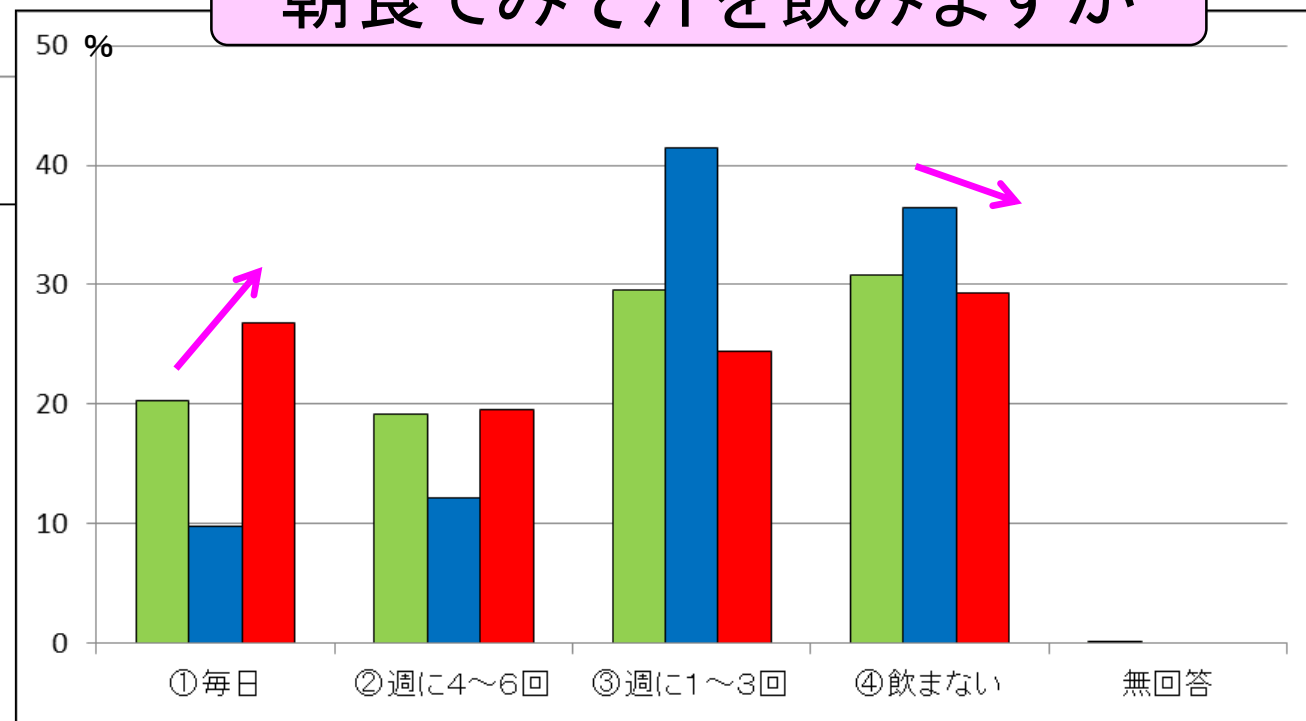


調査結果

朝食は食べますか

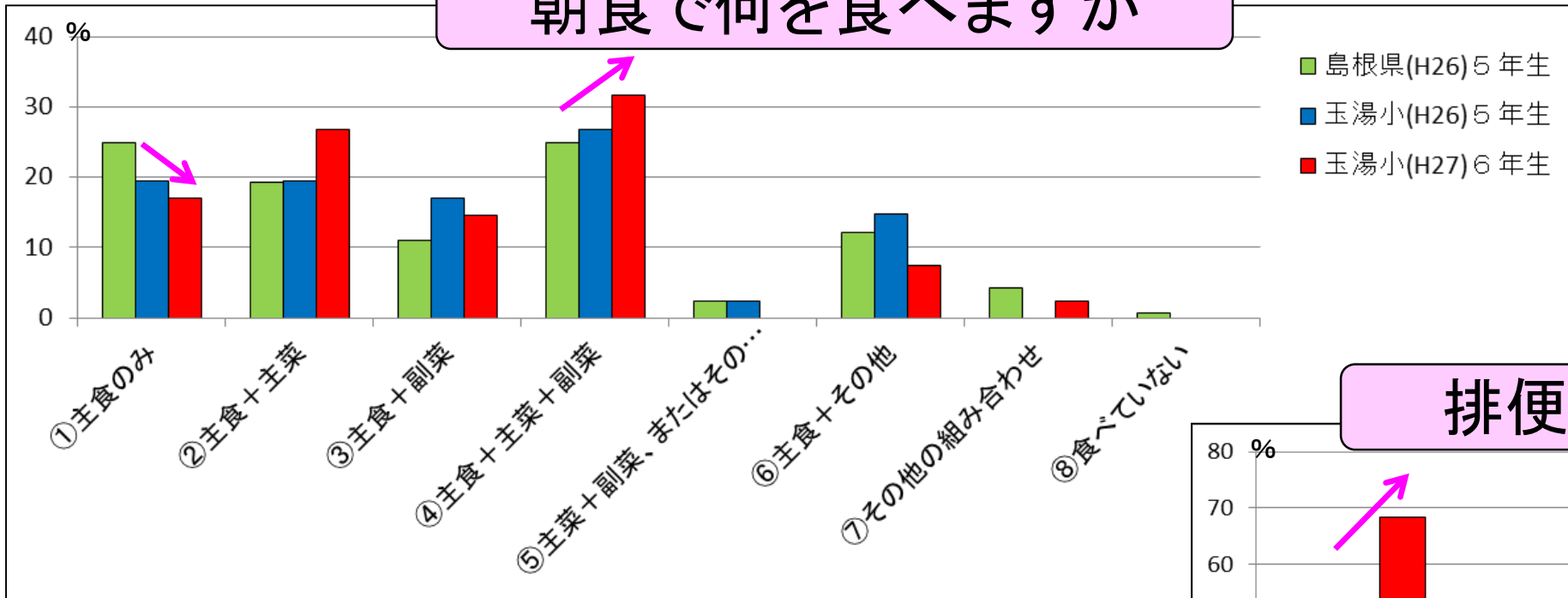


朝食でみそ汁を飲みますか

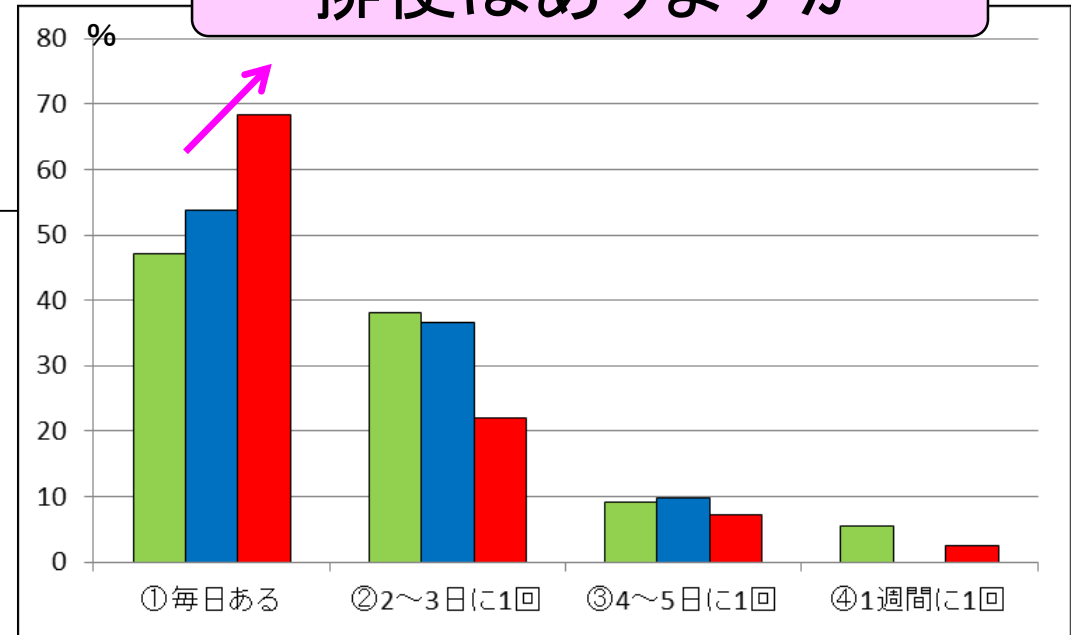


調査結果

朝食で何を食べますか



排便はありますか



取組による成果

- 副菜摂取量が増加し、栄養状態に改善が認められた
- 保護者の食意識の向上がみられた
- 20mシャトルランの回数増加率(5年生→6年生)が全国平均値よりも高値であった
- 朝食内容の改善がみられた
- みそ汁摂取率が向上した
- 朝の排便率が向上した
- 給食摂取率が向上した

今後の課題

- 朝食内容の充実をめざした取組の継続
- 体力向上をめざした運動習慣づくりの継続



豊かな「食」を楽しく味わおう そして運動 私たちの未来のために 玉湯の未来のために