

【様式2】

②食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	静岡県
取組市町村名 取組団体・企業名	伊豆伊東高校定時制・伊東市（健康推進課）
取組の名称	Z世代に伝えなきゃ ～朝ごはんって大事&STOP！カフェイン過剰！&毎日嚙んで食べてますか？～
実施時期	令和7年7月18日（金）
取組内容に該当する食育ピクトグラム（複数選択可）	<input checked="" type="checkbox"/>  <input checked="" type="checkbox"/>  <input checked="" type="checkbox"/>  <input checked="" type="checkbox"/>  <input checked="" type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input checked="" type="checkbox"/> 
取組内容	<p>【目的】将来にわたって自他の安全な生活づくりや、自身の健康づくりに欠かせない「食事」「栄養」「口腔衛生」について知識の普及啓発を目的としました。</p> <p>【対象者】定時制1年生11人</p> <p>【講師】管理栄養士・歯科衛生士</p> <p>【実施内容】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・講話：朝食クイズとエナジードリンク使用の注意喚起 ・歯の染め出しとブラッシング指導 ・ちゃんと噛めてる？噛むカムチェックガムでチェック！ <p>【実施結果】</p> <p>事後アンケートより「朝食を食べることで幸せホルモンと呼ばれるセロトニンによって心も体もハッピーになるので、なるべく食べるようにしたい」「エナジードリンクは、眠い時に飲んでいたので、カフェインの過剰摂取に気を付けていく」「染め出しによって、みがき残し部分がよくわかった」等の意見がありました。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;">  <div style="text-align: right;"> <p>朝ごはんが大事って伝えなきゃ！</p>  <p>エッポ エッポ</p> <p>エッポ エッポ</p> </div> </div>