

# 食育だより

岩舟町教育委員会

2011. 10. 1

10月号

編集 櫻井 早苗

10月は食育月間です

子供達の食について  
一緒に考えましょう!

保護者のみなさんへ

子供達の「食」をとりまく環境が一層厳しくなっている昨今、ご家庭や、学校でできることを一緒に考えていきたいと思えます。

子どもに対する食育については、家庭を中心としつつ学校においても積極的に取り組んでいくことが重要です。学校が家庭に助言や働きかけを行うことを含め、学校・家庭・地域が連携して、次代を担う子どもの食環境の改善に努めることが必要です。

子どもに望ましい食習慣を身につけさせることは次の世代の親への教育という視点も忘れてはなりませんね。

## 食育の授業が始まりました。

4月19日の小野寺南小学校1年生の授業を皮切りに全73時間の食育の授業を予定しています。子どもたちに楽しく、わかりやすく、体験活動を取り入れながら、授業ができたらと、日々取り組んでいます。

学校

地域

家庭

学校で学んだことが、家庭でも生かされ、より良い食習慣形成ができるよう、保護者や地域の方のご協力をよろしくお願いします。

## 6月の行事 (小学校2年生)

学級活動「やさいとなかよしになろう」の授業を6日南小、7日北小、8日静和小、7月6日岩小で行いました。給食でその日に使われる野菜を実際に触れ興味関心が高まったようです。野菜の適量が意外に多いことを知り、がんばりカードの記入で、一口でも食べて慣れていこうという姿勢が出てきて、さらにご家庭でのひとことも子どもに励みになったようです



## マイお昼ごはんを作れます!

岩舟中1年5組の生徒が先陣をきって夏休みに家庭科の授業や食育の授業で学んだスキルを生かして昼食作りにチャレンジしました。事前アンケートでは、日頃家の人に用意してもらう生徒が多かったようですが、買い物から後片付けまで自分の力でやることで、知識の実践化や、家族の一員としての自覚、感謝の心が養われたと思われまます。これを機会にさらに「食の自立」に向けてご家庭のご協力をよろしくお願いします。



## 親子でヘルシーおやつ作り(7月4日南小3年生)



- ・ヨーグルトムース
  - ・コーン入蒸パン
  - ・キュウリの華風煮
  - ・野菜ジュース
- 子供が主体で、材料はかり、野菜切り等がんばりました。



## 親子で食育「スポーツ栄養を学ぼう」

6月22日静和小学校の3年生の児童と保護者対象に「親子で取り組む食育～好き嫌いなく食べよう～」と題してビデオとお話をさせていただきました。

好き嫌いなく食べることがこれからの成長に大きく関わってくるのがわかってもらえたと思います。

5年生の親子学習では「1日のスタートは朝食から」で、朝食の役割や、バランスのよいメニューを友達と考えることで、栄養を意識するようになり、野菜やたんぱく質を毎食入れるようがんばるという反省がでた。その後スポーツ栄養ガイドのビデオをみて、頭の中が整理できたようです。スポーツ少年団の入っている保護者の方々から、熱心な質問が多く出てきて、関心の高さが伺えました。