

嶮山小通信

6 月号

ホームページアドレス <http://www.edu.city.yokohama.lg.jp/school/es/kenzan/>

校長 山口 昭代



いのちの教育につなげる「食」

児童支援専任 深谷 聡子

今年度も「児童支援専任」として、子どもたちや保護者の皆様、地域や各関係の皆様とかがかわらせていただくこととなりました「深谷 聡子」(ふかがい さとこ)です。どうぞよろしくお願いいたします。

この立場となり、休み時間や登下校時、授業中や給食・掃除など、様々な場面で子どもたちと接し、頑張る姿や一生懸命取り組む姿などを多く目にするようになりました。また学校生活の中で、子どもたちは時に悩んだり迷ったりすることもありますので、そのような時にすすんで話を聞いたり、できる限り心をこめて一緒に考えたり、会話をしたりしています。

そのような中で日々、子どもたちが前向きに自信をもって成長していくことができる根底には、食事・運動・睡眠といった正しい生活リズムがとても重要であることを感じるようになりました。

平成 17 年に制定された「食育基本法」では、近年の偏った栄養摂取、朝食欠食など食生活の乱れや肥満・痩身傾向など、子どもたちの健康を取り巻く問題が深刻化している中で、食を通じて地域等を理解することや、食文化の継承を図ること、自然の恵みや勤労の大切さなどを理解することが重要とされています。子どもたちが食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身に付けることができるよう、学校においても積極的に食育に取り組んでいくことが必要とされています。嶮山小学校でも主に給食の時間を通して、食育に取り組んでいます。食事のマナーや栄養、食事をする楽しさについて、日々の給食指導を行うとともに、栄養士の大橋先生が給食中に巡回し、様々なお話をしてくださっています。

「バランスのよい食事とは」を目で見て知ることができるように、4年生にもバランスイーナちゃんの説明を行った。バランスイーナちゃんはまだまだあまり浸透していない様子で、はま菜ちゃんと思っている子もいた。でも、嶮山小の4年生は、黄赤緑の食品とその働きについてはちゃんと知識がある。その個々の知識をバランスイーナちゃんの各パーツの意味と合わせて説明。「バランスの良い食事とは？」と聞かれた時に、大人でも的確に答えられる人は少ないと感じるが、6年間の嶮山小での生活でごく自然に理解し、身につくことができるよう働きかけをしたいと思う。 「大橋栄養士の日誌より」

昨年度より、一人ひとりが成長に必要な栄養を理解し、できるだけ食べることができるよう、給食の配膳のしかたを校内で見直し、取り組んでいます。しかし食が細かったり、苦手な食べ物があったりして、給食の残りが多く出ている現状もあります。残りが少なくなしてほしいという願いはありますが、残りがなくなること目標にするのではなく、食に対して興味をもつこと、自分自身の心身の健康について考えていくことのできる子どもに育ってほしいと思います。6月は「食育月間」です。より「食」への興味を深めることができるように子どもたちへ呼びかけていきます。ぜひご家庭でも「食」について、お子さんと話をしてみてください。

また「食」を通して食べ物や様々な人への感謝の気持ち、命の大切さを学び、命の大切さを感じることで、自分の命を大切にできる、そして相手の命を大切にできる人へと成長してほしいと思います。今年度、嶮山小学校は「心・体・いのち」の健康教育を学校運営の柱としています。そして食育から、日々の豊かな人間関係の構築につなげていきたいです。保護者・地域・関係の皆様、今後ともよろしくお願いいたします。