



子どもの成長と栄養

学校保健安全委員会の開催

1月20日の参観日後に学校保健安全委員会を開催しました。今回は、美和中学校栄養教諭の南條先生に「子どもたちの健やかな成長を育む生活習慣の育成」というタイトルで講話をいただきました。

最初に、現在、世界人口の10分の1の人々が飢餓に苦しんでいること。その一方で、飽食の時代となり、食品ロス、給食の残食などの問題があること等を提示されました。また、本校児童については、食に関するアンケートをとったところ、朝食摂取率97.7%、嫌いな野菜がある児童71.3%と、朝食はとっているが、炭水化物に偏ってしまうという現状をもとに、子どもの成長にとってバランスのとれた食事がどれだけ大切かということをお話いただきました。この日は35名の参加者があり、日々の食事について立ち止まって考える良い機会となりました。講話後のアンケートを抜粋して、紹介させていただきます。

○朝は、時間に追われ、手抜きをしまったり、子供の食欲がないからパンだけの朝食になってしまったりということがありました。体作りのためにもタンパク質、ビタミンなど何かひとつプラスになるよう、楽しい食事になるよう頑張ります。

○美味しくて温かい食事が1日3回とれることは、当たり前ではありません。たくさんの人の労働と努力の末に食事があるのだということを親自身が忘れてはいけないし、子供にもきちんと伝えていきたいと思いました。

○改めて3食をバランスよく食べてもらいたいと感じました。苦手な食材を食べてほしくて出しても残ることがありますが、その食材の栄養を言葉にして教えようと思います。しっかり食べて強い体を作ってあげたいです。

ご参加いただき、ありがとうございました。

日本の伝統文化を楽しむ

この時期、子どもたちは、書き初め、新年の誓い、百人一首、俳句や短歌作り、たこ揚げなど様々な伝統文化に触れ、その意義や方法、楽しさを学んでいます。御庄地区においても1月9日にどんど焼きが行われ、多くの児童が参加していました。どんなに時代が変化しても、これまで受け継がれてきたものの大切さや趣、楽しさは伝わりますし、これからも伝えていきたいと思っています。

2月22日の5校時に参観日を予定しています。この日は、各学年が取組を発表したり、発信したりする機会にしたいと考えています。是非ご参観ください。



書き初め風景

昼休みに縦割り班で長縄跳びの練習をしています。上級生が入るタイミングを教え、声をかけることで、全体で跳ぶ回数が増えています。



縦割り班 長縄練習