



食育だより



2024.6 井芹 文責

6月は、食育月間でした。普段の食事やマナー、食べ物など「食」について学びを深める月間です。様々な食育の取り組みを行いました。今日は、その一部をご紹介します。

1年生とうもろこしの皮むき



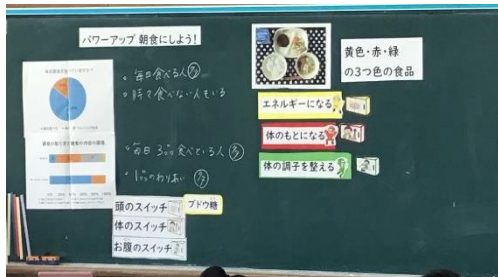
6月12日に、1年生が給食に使うとうもろこしの皮むきをしました。「ひげがもじゃもじゃしてる」「皮が10枚もあった」などしっかり観察しながら、楽しく皮むきすることができました。



むいたとうもろこしは、次の日の給食に、塩ゆでして提供しました。「昨日むいたやつだ!」「先生、おいしい!甘い!」とおいしそうに食べる姿が見られました。低学年では、

食に関する指導計画の一部に「食べ物に興味関心をもつ」があります。ぜひ、ご家庭でも食材にふれながら、お子さんが食べ物に興味関心をもつ機会を作ってみませんか?

パワーアップ朝食にしよう!



6月21日に、6年生の学活で「パワーアップ朝食」という授業を行いました。子どもたちの食育アンケート結果をもとに、自分たちの朝食の様子や課題を知り、朝食の大切さを理解した後に、しっかりパワーが発揮できるための黄色・赤・緑の3つ色の食品がそろった「パワーアップ朝食」について学びました。

朝食の大切さを理解している児童が多く、「朝食を食えないと給食前にお腹がすく」など実体験をもとに学びができました。また、実際に自分たちと似た境遇の朝食をパワーアップ朝食にするための班活動では、タブレットを使用し、班全体で考えることができました。「味噌汁には、野菜だけじゃなくて、豆腐とか入っているから味噌汁をメニューに入れよう」「パンの上にハムをのせて、食べるようにしましょう」など自分たちで考えて工夫した「パワーアップ朝食」のメニューを作ることができていました。



それ以外にも朝食をしっかり食べるためには、早寝・早起きなど生活面での工夫大切であることを自分たちで気づくことができました。この学びをもとに、少しでも自分の朝食をパワーアップさせながら、高学年としてさらに学校のリーダーとしてパワーアップしてほしいと思います。ご家庭でも、朝食について考えるきっかけになれば、幸いです。

