

村上小食育新聞

第 8 号

毎月 19 日は

食育の日です。



2年生が作ったおでん♪おいしかった～

スーパー食育スクール研究発表会

12月2日に、文部科学省委託事業『スーパー食育スクール研究発表会』が開催され、遠くは高知県や神奈川県など新潟県内外から百名ほどの参加がありました。給食の時間における食に関する指導と、2年生「生活科」、4年生「学級活動」、6年生「家庭科」の教科等で食育の授業が公開されました。

2年生 生活科

「わたしたちのやさいはだけ」

2年生は、春のヨモギ団子作りに始まり、六斎市で苗を買ってきて夏野菜の栽培をしたり、秋には育てた大根を収穫して調理をしたりと、季節の野菜にふれ合う活動に取り組んできました。

当日は、自分たちが野菜作りを通して見つけたたくさん発見や自分たちで野菜をおいしく調理して食べた体験などを1年生に発表するための準備をしました。どの子どもも輝かせ、いきいきと活動していました。



切干し大根のサラダを作っておいしく食べたことを劇で表現する練習をしています。

大根の栽培活動をとおして、びっくりしたことや発見したことをクイズで紹介するために班で相談しています。

みんなの発表の練習を見て、アドバイスをしています。どうしたら1年生にうまく伝えられるかな？



4年生 学級活動

「よくかんで食べることの大切さを知ろう」

中学年は、歯の生え変わりの時期です。乳歯が抜けていたり、永久歯が生えかかっていたり、全ての歯が生えそろっていないため、かむ力が弱くなってしまうがちです。そこで、4年生は、よくかんで食べることの大切さを知り、もっとよくかんで食べるためにはどうしたらよいか考えました。

当日は、参観の保護者の皆様にも授業に参加していただきました。お家での食事の様子や授業の感想などを話してもらうことで、子どもたちの「よくかむ」ことの意識がいつそう高まりました。



栄養教諭からは、よくかむためのコツや、かむ回数を増やすために給食でも工夫がされてあることを聞きました。



学校歯科医の佐藤先生がビデオで登場。よくかまないといくような問題点があるのかな。



これからの給食で、もっとよくかんで食べるにはどうしたらいいかな。お家の方も一緒に考えてくれました。

全学年 給食の時間の食に関する指導

給食の時間には、全クラスで学級担任による給食の時間の指導が行われました。内容は、当日の給食の「鮭の焼き漬け」にちなんで、村上に伝わる様々な鮭料理のお話でした。参観者からは、給食の時間での指導がすばらしいとの声が寄せられました。



6年生 家庭科

「まかせてね今日の食事」

「家族のためにHappy Box Lunch」

6年生最後の調理実習は、一食分の食事作りです。そこで、家族への想いをこめた弁当作りにチャレンジすることにしました。栄養バランスなど食事作りの基本に加え、家族への想いを大切にした献立作りをしました。調理計画も、買い物も自分たちで行なってきました。

当日は午前中に弁当作りをし、午後からの公開授業では、弁当をお互いに味見して、味つけや調理時間などを振り返りました。さらに家族が、この弁当を食べる時にもっと楽しんで食べてもらえるような工夫を考えました。冬休みには、実際に各家庭で弁当作りをします。

弁当作りを通して、子どもたちが家族への想いを深めていく様子に、弁当作りから参加していただいたお家の方は、子ども家族への想いが伝わってきたとお話ししてくれました。



弁当のフタを開けた瞬間！みんな思わず笑顔がこぼれます。



みんなが自分の力で弁当を完成させました。



お家の方からもアドバイスや感想をいただきました。



うまくできたかな。弁当作りを振り返っています。

全体会

新潟医療福祉大学・森泉哲也教授から、これまでの食育の取組について指導をいただきました。



割烹善蔵様より作っていただいた参会者用のお弁当です。村上の伝統的な鮭料理6品を中心に村上の味がぎゅっと詰まっています。大変好評で、参会者の皆様にも村上の素晴らしい食文化を知っていただくことができました。

3年生 食育の取組

「食べ物と歯の健康」

11月19日(食育の日)に、学校歯科医の佐藤先生から食べ物と歯の健康についてのお話を聞きました。佐藤先生からは、よくかんで食べることの大切さや和食の良さなどについて教えていただきました。

【児童の感想から】

こんなに歯が役立つのに、そんなにかまないでのみこんでいたので、これからはたくさんかみたいと思います。(藤田律さん)



「サトウ食品見学」

11月27日、聖籠町にあるサトウ食品の見学に出かけました。子どもたちは、ごはんが一分ずつ炊かれ、無菌状態で安全に気をつけながら製品になっっていく様子を興味深く見入っていました。



朝食・睡眠たっぷり週間

11月30日から12月4日まで、「朝食・睡眠たっぷり週間」でした。家庭からも協力いただきありがとうございました。

早寝早起き朝ごはん。そしてしっかり運動をして、寒さに負けず元気いっぱい週間。

