

# 村上小食育新聞

第3号

毎月十九日は  
食育の日です。

## 給食時間における指導

毎日、学級担任による給食指導が行われています。給食ひとくちメモを活用し、その日に使われている食材の栄養や献立のねらいなどを伝えていきます。

食に関する指導の目標として、

- ① 食事の重要性
- ② 心身の健康
- ③ 食品を選択する能力
- ④ 感謝の心
- ⑤ 社会性
- ⑥ 食文化

が挙げられています。五分以内の短い指導ですが、担任の言葉で体験談等を交えながら、毎日継続して行っています。

これからも、食に関心をもち、良い食習慣が身に付けられるように指導を継続してまいります。「ご家庭でも給食について話題に挙げてみてください。」



## 給食に使われている 食べ物やメニューを知ろう

一年生の学級活動で「給食に使われている食べ物やメニューを知ろう」という授業を行いました。

十六品目の食材を紹介しましたが、それらが全て前日の給食で自分たちが食べたものだとなると、児童は皆「ええ〜〜！」と驚きの表情を見せていました。給食に使われている食材の多さや、片栗粉などの今まで知らなかった食材を知るきっかけになったようです。

低学年の発達段階では、まず食べ物に興味関心をもつことが、良い食習慣の形成の第一歩だと考えられます。そのための一つの良いきっかけになったのではないのでしょうか。



「水でといた片栗粉は魔法をかけると、ドロドロになるんだよ〜!!」魔法の正体はレンジでチン!です。サラサラからドロドロになった変化に子どもたちは驚いていました。料理のとりみの正体は片栗粉だと初めて知った瞬間です。

## 野菜博士になろう

ハートフルの生活の学習として「野菜博士になろう」という授業を行いました。自分たちで育てたじゃがいも、ピーマン、なすを収穫して、夏野菜カレーを作りました。当日は保護者の方にも見守っていただきながらの調理実習でした。子どもが嫌いな食べ物代表格であるピーマン・なすですが、自分たちで育て、自分たちで調理したものは、感慨もひとしおで美味しくいただけました。



## おいしい給食をつくる

三年生の道徳の学習として「おいしい給食をつくる」という授業を行いました。調理員さんは、夏は四〇度近くにもなる大釜の近くで調理していること、三百三十人分もの給食を五人で作っていること、一日に手を十回も洗ったりエプロンを何度も付け替えたりして衛生に注意しながら調理をしていること、ピーマンやゴーヤなどの食材は下処理をして食べやすいように工夫をしていることなど、調理員さんの苦労や想いを知ること、尊敬と感謝の気持ちをもつことができました。翌日の給食では「今日の給食の調理員さんの工夫は？」と聞く子、いつもは苦手な野菜料理にもチャレンジする子、配膳室で調理員さんに「いただきます」と声をかける子など良い変化が見られました。わたしたちが食事をいただくまでには、調理員さんだけではなく、農家の方、漁師の方、保護者の方など多くの方々の苦労や想いがあります。子どもたちが感謝の気持ちを、食事のあいさつや残さず食べることなどで示すことができるといいですね。

