

## 食育の推進と児童の心身の 健全育成をめざして

### プロフィール

#### 地域

川崎市は東京都に隣接した工場地帯と巨大なベッドタウンをかかえる百万人以上が住む都市である。特に本校の所在地は徳川氏の重要拠点として歴史的な場所であり緑も多く、自然環境に恵まれている。Jリーグサッカーチーム川崎フロンターレのホームでもある。

#### 学校

明治34年に創立され、現在、児童数497名、学級数16、で「楽しく学び共に育つ学校」を教育目標とし、児童の「生きてはたらくことばの力」の育成に力を注いでいる。

#### PTA

会員数407名、PTA役員、成人委員会、広報委員会、各学年委員会、各地区委員会によって構成され、学校・家庭・地域が連携した積極的な活動を行っている。

### 1 はじめに

子どもたちの食習慣のみだれが引き起こす様々な問題がとりざたされて久しいが中原小学校では平成十八年度より「食に関する指導」年間計画をたて学年に応じた食育をおこなっている。低学年と高学年用に分けられたこのメニューに沿って子どもたちは楽しく食事の基本を学ぶことができる。

食事ということは人間が生きていく上においての根幹であり、それにとまなう所作にもまた大切な多くのことを含んでいる、「時間を守ること・与えられたものに感謝する礼・自分が食べる場所を清めること・自分の行動に責任持つこと。」これらが基本になる。目の前の食物を、ただ口に入れればいい、お腹がいっぱいになればいいのではないのだということを子供たちと一緒に大人もまた考える良い機会をいろいろなPTA活動を通じて提案していきたい。

### 2 活動のねらい

- ① 食事の重要性、食事のよろこび、楽しさを理解する
- ② 心身の成長や健康の保持増進の上で望ましい栄養や食事の摂り方を理解し、自ら管理していく能力を身につける

- ③ 正しい知識、情報に基づいて、食品の品質及び安全性等について自ら判断できる能力を身につける
- ④ 食物を大事にし、食物の生産などに関わる人々へ感謝

する心を育む

⑤ 食生活のマナーや食事を通じた人間形成能力を身につける

⑥ 各地域の産物、食文化や食に関わる歴史などを理解し尊重する心をもつ

学校における食育指導は給食時間のみならず、学級活動や教科・総合的な学習の時間、学校行事のなかで横断的に実践されている。これをうけてPTAの活動の中でも保護者への「食育」ということへの理解と家庭での実践をすすめる企画を考えた。つまり、子どもたちと一緒に「食」の大切さを学ぼうとするのがねらいである。また食育活動を通じて一番重要なのは「三歳から八歳」までの食育であるという観点から、特に低学年時における学級活動への協力・保護者への啓発はとても重要となった。

### 3 活動の内容

#### ① 給食試食会（六月十二日）

低学年保護者を対象に行われ、学年委員が中心になって進めている。現在の子どもたちの問題点を取り上げて毎日の献立の工夫を話しあった。朝食をぬいたりしていないか、偏食が多くはないか、野菜や海藻などは適正な量を食べているかなどなど。

この日の献立は

かつおそばろごはん 牛乳  
きゅうりの中華づけ 豚汁



給食試食会

とてもおいしかったのでいつも好評である。平成二十一年度も実施予定。

#### ② 家庭教育学級（成人委員会）

##### 「鉄人に学ぶ食育のすすめ」九月三十日実施

食育の取組の中で学校の給食指導だけでは本来の食育指導をするとすれば不十分である。食育の一番の中心はいうまでもなく家庭における日常の食習慣にあり、とくに小学校低学年における食育指導の大切さが叫ばれている。実際の食事のときの対応は各家庭にゆだねられているわけであるから保護者がどのようにわが子に食習慣を教えたらいいかを考えるために、食育の専門家である栄養専門学校長F氏をむかえ、現在の日本の児童の食習慣についての多くの



家庭教育学級「講演会—食育のすすめ」



家庭教育学級「講演会—健康・夢の大切さ」



きなこ作り

問題点を話していただいた。この講演では特に低学年時における食育の重要性、またテレビ等の食事時の家庭での扱  
いの問題点（つけながらみていますか？ 消してたべます  
か？ など）「食事」という作業にまつわる様々な作法に  
含まれる意味が語られた。この企画は同じ中学校区の2校  
との家庭教育学級活動との連携もできたことも新しい収穫  
であった。

### ③家庭教育学級（成人委員会）

元プロ野球選手Mさん講演会 十一月二十七日実施

子ども参加した。元巨人軍の投手であったM氏があつく野球  
をとおして健康管理のことや夢をもつことの大切さを語っ  
た。プロとしての健康管理は当然、良質な食習慣から生ま  
れるものであり十全な身体はこの食習慣から生まれるにち  
がいない。この講演はただ単に講演をして話を聞くといっ  
たものではなく、子どもたちとのミニゲームも開催され  
た。天気が少し悪かったので体育館でのゲームとなったが  
大盛況のうちに終わった。

### ④学級活動との連携

（施）

収穫祭授業への参加 二十年・二十一年二月七日（実

施）食育の年間計画に基づき学級園にて栽培された（二十年  
度収穫さつまいも・枝豆）を使った調理実習。二年生の  
生活科の授業に組み入れられて収穫祭としておこ  
なわれる。さつまいもを使った献立を学年に募集  
し（二年生）決定したメニューを保護者がつくり  
子供たちと一緒に食べる。今年はスイートポテト

を制作した。作  
物の耕作をお  
して自分たちが  
食べるものを作  
り、育てたもの  
を残さず食べ  
る。枝豆は子ど  
もたちが炒り、  
黄粉にする。保  
護者が今度は白