

食育だより



平成 22 年度 第 1 号
木津川市食育推進委員会

蒸し暑い梅雨が終わり、いよいよ夏休みが始まります。

今年度、木津川市では文部科学省から「栄養教諭を中核とした食育推進事業」の委託を受けました。

そこで山城学校給食センター管内の3小・中学校を食育実践校として食育を推進することとなりました。

子ども達が正しい食習慣を身に付け、「食べるのが楽しい、うれしい」と感じ、健康や食への意識を高められるよう、工夫して取り組んでいきたいと考えています。そのためには、家庭だけ、学校だけでなく、家庭と学校と地域が連携して子ども達の食について考えていく必要があります。今後ともご理解ご協力をよろしくお願いいたします。

「食育」とは？

「食育」とは、「食の教育」のこと。様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てることです。

学校では、次の6点を食に関する指導の目標にしています。

- ①食事の重要性、食事の喜び、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とり方を理解し、自ら管理していく能力を身に付ける。
- ③正しい知識・情報に基づいて、食物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付ける。
- ④食物を大事にし、食物の生産にかかわる人々へ感謝する心をもつ。
- ⑤食事のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を身に付ける。
- ⑥各地域の産物、食文化や食にかかわる歴史等を理解し、尊重する心をもつ。

食事は生きていく上で欠かすことのできない営みです。きちんと食べると健康になり、健康でいると自分の持っている能力を十分に発揮することができます。「食育」はいつでも、誰にでも行うことができますが、成長期の子ども達への「食育」は、心身共に健やかに生きるための基礎を培うことを目的としています。

食の基本のひとつは家庭にあります。毎日の食事から食品の組み合わせや旬を学び、食事を作る姿を見て感謝の気持ちを育み、一緒に食べるなかで食事マナーを身に付け、豊かな心を育みます。



1学期 各学校での取組

5月 上粕小学校、棚倉小学校1年生 えんどうまめのさやむき



1年生がむいたえんどうまめは、翌日の給食「えんどうごはん」になりました。「えんどうまめは苦手だったけどおいしい」と、うれしい声が聞けました。



上粕小学校1年生 給食センターの見学

山城学校給食センターで、約800人分の給食が実際に作られる様子を見学したり、センターの方から話を聞いたり、大きなしゃもじを触ったりして、給食が作られるまでの工夫や苦勞を感じることができました。



山城中学校1年生 自然体験学習 若狭の海で食体験



福井県小浜市で行った自然体験学習では、自分達が地引き網でとった大きなアオリイカや、地元でとれたスルメイカ、アジなどをさばき、その場で刺身や焼き物にいただきました。

6月 上粕小学校、棚倉小学校 給食参観・給食試食会



1年生の保護者や新会員を対象とした給食試食会を行いました。

1年生が給食を準備する様子や食べている様子を参観し、地元の食材を使用した給食を試食していただきました。馬野栄養教諭による学校給食についての講話もありました。

棚倉小学校3年生 えんどうまめの収穫体験



給食に使用しているえんどうまめの畑に行き、収穫体験を行いました。田んぼを利用した広く大きな畑で、青く実ったまめを選び、収穫の喜びを体感しました。

7月 棚倉小学校6年生 調理実習



食生活改善推進員さんに学びながら、夏野菜を使って調理実習を行いました。