食育だより

平成２３年度　１１月
木津川市食育推進委員会

１１月も後半になり、寒さが厳しくなってきました。子ども達は、体の成長と共によく食べるようになり、給食の残食も減ってきています。学校では、これまでに引き続き、様々な食に関する取組が行われていますので、紹介します。

地産地消 親子クッキング

１０月２２日（土）、棚倉小学校家庭科室にて、親子クッキングを開催し、９家族４２名に参加いただきました。山城町産の青ねぎやほうれん草、水菜、堀川ごぼうに加え、木津川市鹿背山産の富有柿など旬のおいしい食材を使って親子で楽しい時間を過ごすことができました。多くのご参加ありがとうございました。

次回は１２月１７日（土）、上狛小学校にて開催します。

3校合同 授業研究会

１０～１１月、３校にて食育の授業研究会を実施しました。食育を広めるため、相楽地方の小・中学校の教職員に授業を公開しました。多くの学びあいの中で、小・中学校９年間を見通した指導など、今後の課題について考えることができました。

10月26日(水)山城中学校1年生
学級活動「成長期に必要な栄養素と朝食の大切さ」

生徒達は、自分たちに必要な栄養のとり方を学習した後、牛丼、ハンバーガー、スパゲティなど身近な単品メニューに工夫を加え、栄養バランスのよい食事になるよう考えました。

11月2日(水)棚倉小学校
1年生　生活科「ぐんぐんのびろ」
3年生　学級活動「地域の食材を知ろう～えびいも～」

１年生は自分達が育てたさつまいものひみつを探る学習を行いました。３年生では、社会科で栽培方法を学んだ地元のえびいもについて、味や料理などを学びました。どちらも実際にいもを味わいながらの体験的な学習となりました。

11月15日(火)上狛小学校
4年生　体育(保健)「育ちゆくわたし」
5年生　家庭科「元気な毎日と食べ物」

４年生は健康に育つための食事として、たんぱく質、カルシウム、ビタミンが大切であることを学習し、５年生は日本の伝統的な食事であるみそ汁について、栄養バランスを考えたみそ汁の実を考えました。

各学校の取組

10月　上狛小　6年　総合的な学習の時間「お点前体験をしよう」

地域のお茶の先生にお世話になり、お点前体験を行いました。お茶の心は、無になること。心を落ち着かせた雰囲気の中で、基本の座り方や立ち方、歩き方など、たちい振る舞いを教えて頂きました。また、手作りの練り切り菓子を準備いただき、お茶のたて方、いただき方を学習し、地域の食文化に触れる貴重な体験となりました。

10月　山城中　2年　家庭科　「地域の方と調理実習」

地域の食生活改善推進員の方にお世話になり、調理実習を行いました。メニューはどれも地元の野菜や加工品を中心に考えられたもので、春巻きやクリーム煮、炒めなますなど、６品も作りました。生徒達は積極的に実習に取り組んでおり、「今日のメニューを家でも作ってみたい」という感想も多くあがりました。地域の方々に地元食材について学び、郷土への関心も高まったと思います。今後は、調理実習の楽しさが家庭での活動につながってくれるとうれしいです。

11月　棚倉小　3年　学級活動「いももち作り」

１０月に、社会科で「えびいも作り」について学習し、地域のえびいも農家の方にご協力いただき、主な仕事や、よいえびいもを作るための工夫・苦労・喜び等をお聞きしました。実際に畑に行き、収穫の様子も見せていただくことができました。その後、えびいもの栄養や料理について学習し、「いももち作り」に挑戦しました。自分達で作ったおいしいいももちに子どもたちは大喜びでした。

児童の感想より

「えびいもでいっぱい料理が作れるとは知らなかったです。木曜日にえびいもを使ってもちを作りました。えびいもはすごくおいしかったです。」

「えびいもでいももちを作りました。もちもちしておいしかったです。えびいもが大好きになりました。また作りたいです。」