

6月は“食育月間”です。 この機会に、食育について考えてみませんか？

食育は「生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきもの」といわれています。これは、**毎日の積み重ね**により自然とできていくものです。完璧を求めると長続きしません。**できることから、少しずつ変えていくことが大切です！**

■ 家族で楽しく食事をとりましょう！

毎日でなくても構いません。家族で食事ができる日は、テレビを消して会話を楽しみながら食事をしましょう。

■ 朝ごはんをしっかりと食べましょう！

朝ごはんを毎日食べる子どもほど、学力調査の平均正答率や基礎的運動能力が高いという調査結果があります。主食（ご飯・パン）だけでなく、副菜もつけると、より効果的です。

■ 正しい食事の姿勢やマナー（挨拶・箸のもちかた等）を意識しましょう！

■ 親子で調理をしましょう！

調理体験は、感謝の心や自立心を育み、将来の生きる力となります。春日市小中学校では「お弁当の日」等を通じて、子どもの調理体験を推進しています。

■ 食品ロスを減らしましょう！

自然の恩恵や生産者等への感謝の念をもち、「もったいない」精神を大切にしましょう。

地産地消“とれたてうまかばい給食”の取り組み

春日市小学校給食では、平成26年度から**地産地消の取り組み“とれたてうまかばい給食”**を行っています。地産地消の取り組みには、新鮮で旬なものを提供することの他に、生産者や流通業者を知ることを通じ、生産者の食材に込められた思いや苦労などを子ども達に知ってもらい、感謝の心や、食べものの大切さを学んでもらう目的があります。

地産地消を推進するため、JA、青果市場、野菜の納入業者、栄養教諭、市給食担当者及び農政担当者による会議を定期的に開催しています。

昨年度は、生産者等の協力を得て、那珂川町で生産されているアスパラガスや水菜を紹介するDVDを作成し、給食指導に活用しました。

今後も、関係機関と連携をしながら、食育につながる取り組みを推進します。

南 中 ブ ロ ッ ク

～感謝の心を育む食育の取り組み～

第2号から、春日市内小中学校の食育の取り組みを中学校ブロックごとに紹介しています。第3号は、春日南中ブロックの3校を紹介します。

春日南小学校 ～招待給食～

春日南小学校では、平成28年1月28日に招待給食を実施しました。

いつも給食を作ってくださっている調理員さんや給食に携わってくれている給食物資納入業者の方をクラスに1人ずつ招いて給食を共にし、楽しい時間を過ごすことができました。

クラスでは、感謝状やメダルを渡したり、歌や合奏の出し物をしたりと各クラスで工夫をし、招待者を歓迎しました。

招待者からは、「普段は納品するだけでどのような給食になっているのか、子ども達の給食を食べている様子がわからなかったけれど、今日おいしい給食を子ども達と一緒に食べることができて、よかったです。楽しかったです。」等のお言葉をいただきました。

児童は招待者の話を聞いて、**仕事の内容や苦勞を知り、給食や食べ物、さらに仕事に対する感謝の気持ちを持つことができました。**

招待給食は、普段はあまり関わることのできない調理員の方や給食物資納入業者の方と交流ができる貴重な時間になるため、継続して行っていきたいと考えています。



春日南中学校 ～お弁当の日～

春日南中学校では、「弁当の日」の取り組みが本年度で2年目になります。平成27年度は、10月と12月の2回実施しました。実施するにあたって、事前に全校集会で、「弁当の日」の取り組みの意義や弁当を作る上での留意点について全校生徒及び全教職員で確認しました。

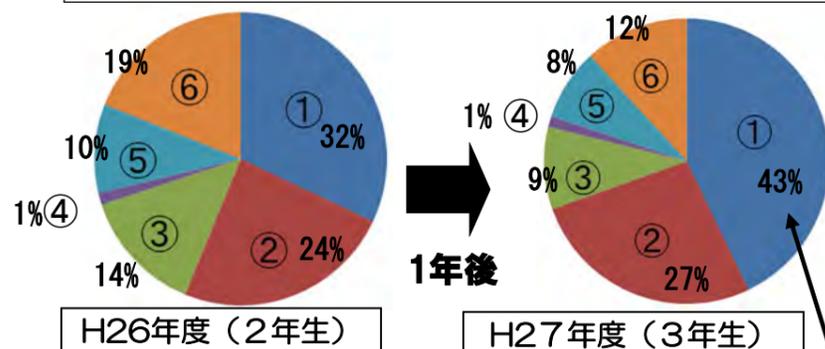
また九州大学大学院農学研究員助教農学博士 佐藤剛史先生による「すごい弁当力！～人と自分を大切に作る食～」という演題で講演会を開催し、保護者も一緒に心と体を育む食について考えました。



弁当の大切さはもちろん、食べることの大切さや生きていられることの素晴らしさを学んで、**自分が恵まれた環境にいられることに感謝して弁当の日に臨もう**と思いました。

○ 弁当の日は、6つのコースから自分のレベルに合ったものを選びました。

- ① すべて一人でチャレンジコース
- ② 親子で一緒に作ったコース
- ③ 1品だけ自分で頑張ったコース
- ④ おにぎりだけ自分で作ったコース
- ⑤ 弁当箱に自分で詰めるのを頑張ったコース
- ⑥ 感謝の気持ちを伝えてきましたコース



先生も自分で作りました。
みんな興味津々！



自分一人で作りました。

1年前より
①すべて一人で
チャレンジコース
に挑戦する割合が
増えました！



キャラ弁に挑戦しました。

《お弁当作りに挑戦した南中生徒の感想》 みんなの達成感が伝わってきます♪

今までは1品だけ自分で頑張るや自分で詰めるのを頑張るコースだったけど、この前の講演での話を聞いて、今回は少しだけお母さんの力を借りるくらいで後は自分一人でやりました。**思った以上に綺麗にできたし、とても嬉しかったです。これからも頑張ります。**

限られた時間の中で栄養バランスや色合いを考えながら、いくつかの料理を作らないといけないから大変だと思いました。これを毎日しているお母さんはとても凄いなとちょっと尊敬しました。**いつも弁当を作ってくれる親に感謝して弁当を食べることができました。**

本当は自分一人で作りたかったけど、寝坊してしまいました。でも普段は、親と一緒に食事を作ったりすることはないので、**めったにできない体験が出来たのでよかったです。**卵焼きを作るのはとても大変でした。**いつかは自分で1食分を作れるようになりたいです。**

お父さんと私で勝負しました。味はどちらも美味しかったのですが、お父さんの方が色々な野菜を使って、彩りがよかったです。今回も中身がすかさずの卵焼きができました。**次こそは成功してみせます。**

天神山小学校 ～お弁当の日～

平成27度は、6年生が社会科見学に自分で作ったお弁当を持って行きました。家庭科で学習したことを活かして計画をたて、当日は朝早く起きてつくったお弁当。調理の仕方や彩りを工夫したお弁当がたくさんみられました。

子どもたちは、お互いに作ったお弁当を見せ合いながら、楽しそうに食事をしていました。

平成28年度は12月に全校を対象にしたお弁当の日を予定しています。



《天神山小児童のお弁当》