

「食育」－ 体をつくる －

先日、給食の片付け当番で配膳室前にいました。その日の給食には、ヨーグルトが出ていました。2年生の男子生徒が運んできたワゴンの上には、数個のヨーグルトが残っていました。本校では、残食は全てごみとしてごみ袋に収めることになっています。男子生徒は、ヨーグルトをどこにしまうのかを知らない様子で、ごみ袋に入れるよう話すと、びっくりした様子でした。ごみ袋に入れるのを躊躇しているの、「もったいないけど、ごみ袋に入れるんだよ。」と言うと、しばらく間を置いてヨーグルトに「ごめんなさい。」と言って、そっにごみ袋の中に収めたのです。配膳員さんと、「今時、なかなか見かけない光景ですね。」と話をしていました。

中学生の時期は、大人になるための体をつくる大切な時期です。残念なことに、様子を見ていますと、パンを食べない、副菜を残す、体調に関係なく牛乳を飲まない生徒も見かけます。この後何十年も生きていくための骨格・筋肉・内臓をつくり、脳の発達を促すための栄養を摂取しなければならぬ時期であることを自覚して、食事をとってほしいと思います。



成長期の子供に対して、一生涯にわたって健やかに生きていく基礎をつくるために行われる指導を食育といいます。平成17年に食育基本法が、平成18年に食育推進基本計画が制定され、食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身に付けるべく、学校の教育活動として取り組むことになりました。

「食育」の授業で次のようなものがありました。三日間の給食の食材を、体の組織をつくる食材、エネルギーとなる食材、体の調子を整える食材に分けます。さらに、「これらの食材全てに共通するものは何か？」を考える授業です。その答えは、「全ての食材には、『生命』が宿っていた。」というものです。『命』を食していることに気付き、驚きと共に子供たちの目の色が変わったのが印象的でした。

ご家庭でも、給食や食事について、お子さんと話をされることをお勧めいたします。

2月の行事

4日(木) 新入生入学説明会	23日(火) 天皇誕生日
11日(木) 建国記念の日	24日(水)～26日(金) 期末考査
県書初大会(書類審査)	25日(木) あったか家族の日
15日(月) 受賞集会	



「身近な人の職業調べ」発表会(生徒の感想)

先週、1学年では、冬休みの課題の「身近な人の職業調べ」をタブレットを用いて、互いに閲覧し合い、「働くこと」について考えました。



- 私は美容師さんにインタビューをし、いろいろと知らないことを聞くことができました。大変な仕事だけど、「お客様を美しくきれいにする」と思って働くのは楽しそうだと思います。
- 職業がたくさんあるのと同じように、それぞれのやりがいがあることが分かりました。また、仕事に就くのは簡単ではなく、たくさんの経験をしたから働けるのだと思いました。これからは、自分たちも同じ道を進まないといけないので、見習いたいと思います。
- 友達のレポートを見て、仕事の内容は異なっても、人とつながって仕事をするので「コミュニケーション能力」が大切だと分かりました。また、職に就くまでの道筋が大切となるので、よい成績を積み重ねることも大切だと思います。
- 仕事の内容、仕事の苦勞や、やりがいを知ることができました。しかし、仕事の内容が違っていても、人のために働いているんだと思いました。体力が必要だったり、精神的に疲れたりすると思います。でも、働いている人は、お客さんや患者さんなど、人に感謝され、笑顔をもらい、やりがいをもって働いていると感じました。
- ばあちゃんが看護師なので、昔から看護師になりたいと思っています。今回の学習で、体調のコントロールの難しさや、患者さんのつらい姿を見て悩むことなど、いろいろあることを学びました。だけど、患者さんが元気になる、感謝の言葉をもらうなどのやりがいがあることも分かりました。ばあちゃんは、「患者さんが元気になって退院する姿を見ると嬉しくなる。」と言っています。私も看護師になり、たくさんの人を元気にしたいと思いました。
- 授業で印象に残ったことは、仕事を選んだ理由です。「好きだから」というものがたくさんありました。僕は、「生活のための収入を得るため」に働いていると思っていました。しかし、苦勞することはたくさんあるが、喜びや嬉しさ、楽しみもあることが分かりました。
- 今日、いろいろな職業について関心をもつことができました。仕事をしている人は、どうしてこの職業に就いたのか？どんなやりがいがあるのか？を考えてみるといいと思いました。
- みんな人のためにできることをしているし、責任があるのにやりがいや思いやりをもっていてすごいなと思いました。たくさん苦勞もあり、つらいこともこなさなければならないことを忘れずに頑張りたいです。



- なんとなく仕事を選んでいる人が多いと思っていましたが、目的や目標がある人がほとんどでした。木材販売の仕事では、ロシア語を話せないといけないことに驚きました。輸入した木材を扱う時、ロシア語を使うのかなと思いました。
- 他の人に考えが通じた、「ありがとう」と言われた、何かを完成した時に、嬉しくて、やりがいを感じることを知りました。仕事のやりがいを感じる時は、私が嬉しいと感じる時と似ていると思いました。