



豊溪通信

練馬区立豊溪小学校
学校通信 2月号
平成26年2月3日発行

食について考える

校長 山口 義一



「どれが大根？どれがカブ？」(親子料理教室野菜クイズ)

今年の冬は、連日ノロウイルスやインフルエンザ流行のニュースが流れ、本校でも先日、一学級インフルエンザによる学級閉鎖になってしまいました。

まだしばらく心配な時期が続きますので、ご家庭でも十分気をつけていただきますようお願いいたします。特に、週明けに欠席者が急増することが多いので、週末の過ごし方にご注意ください。

* * *

さて、先日、本校の家庭科室で、「第二十回小中連携親子料理教室」が行われました。

八坂小学校、豊溪小学校の二校から申し込みがあった十五組の親子と、八坂中学校の生徒、八坂中学校PTA教養委員の皆さん、三校の栄養教員、栄養士、教員が集まり、クイズや料理を

楽しみました。

毎回テーマがありますが、今回のテーマは「健康食品豆パワー／豆のひみつを学ぼう！」でした。

給食でも豆はよく出ますが、豆の苦手な子供たちが多いように思います。私自身、子供の頃「グリーンピースご飯」が出されると、グリーンピースをよけて食べていたのを思い出します。

しかし、豆は様々な栄養が含まれているのはもちろん、日本の伝統行事やお祝いには欠かせないものでもあります。

おせち料理には、黒豆やお多福豆、豆きんとんが出されますし、二月三日の節分には、豆まきをします。ひな祭りの桜餅や端午の節句の柏餅、お祝いの時の赤飯には小豆が使われます。

親子料理教室の後半には、毎回近所の農家の方が来て、野菜クイズをしてくださいました。参加者は、料理の仕方だけでなく、食材についても楽しく学ぶことができました。

親子で料理をすると、自然と会話が弾むことも魅力の一つです。毎回お父さんも参加されていて、私も見習わなくてはと思わされます。

* * *

今、学校では平成十七年に食育基本法が施行されたのを受け、食育の推進を行っています。食育では、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、食事のマナーや感謝の気持ち、地域の産物や食文化、食料問題など学びます。学校ではこれらのことを、色々な教科や給食の時間などを通して指導していきます。

当然、ご家庭でのご理解ご協力も大切になります。忙しい現代社会にあって、家族がばらばらに食べる「孤食」や、便利な時代になって、それぞれが自分の好きなものを食べている「個食」などは多くの家庭で起こりうることです。

「箸を正しく持てる、いただきますやごちそうさまをきちんとというなど子供を躾ける上で食卓はまたとない絶好の場となる。」と、食育基本法制定に尽力された服部栄養専門学校の服部幸應さんは言っておられます。

* * *

昨年の十二月、国連教育科学文化機構(ユネスコ)は、「和食 日本人の伝統的な食文化」の無形文化遺産新規登録を決めました。和食が「文化の多様性を反映し、人類の創造性を証明している」といった基準になつていっていると判断されたのです。(給食でも色々な和食が出ます。二月の献立表をご覧ください。)

子供たちがしつかり食べてこの冬を元気に過ごすことを願うと共に、ご家庭で食について考えていただければ幸いです。

2月の行事予定

日 曜	行 事	1年	2年	3年	4年	5年	6年
1 土							
2 日							
3 月	委員会 読書週間始	4	5	5	5	6	6
4 火		5	5	5	6	6	6
5 水		5	5	5	5	5	5
6 木	新一年生保護者会(14:45~)	5	5	6	6	6	6
7 金		5	5	6	6	6	6
8 土		3	3	3	3	3	3
9 日	東京都知事選挙						
10 月	クラブ	4	5	5	6	6	6
11 火	建国記念の日						
12 水	※4時間授業(教育会研究発表会)	4	4	4	4	4	4
13 木		5	5	6	6	6	6
14 金		5	5	6	6	6	6
15 土							
16 日							
17 月	クラブ(クラブ見学)	4	5	6	6	6	6
18 火	強化の時間(4,5,6年)	5	5	5	5	5	5
19 水		5	5	5	5	5	5
20 木	球技大会(5,6年)	5	5	6	6	6	6
21 金	縦割班遊び 読書週間終 アルミ缶回収	5	5	6	6	6	6
22 土	スケート教室						
23 日							
24 月	全校清掃 クラブなし	4	5	5	5	5	5
25 火	保護者会(12)	5	5	5	6	6	6
26 水	縦割給食	5	5	5	5	5	5
27 木	保護者会(56)	5	5	6	6	5	5
28 金	保護者会(34) リサイクル回収	5	5	5	5	6	6

※1～3月の避難訓練は「予告なし」で実施されます。

2月の生活目標

寒さに負けず がんばろう

- 手洗い、うがいを進んでしよう
- 寒さに負けず からだをきたえよう
- 衣服の調節をしよう
- 休み時間は、外で元気に遊ぼう

2月になり寒さもさらに厳しくなってきました。豊溪小でもインフルエンザの流行の兆しが見られ、先月は学級閉鎖も出ました。これ以上の感染が広がらないよう、うがいや手洗いの徹底を呼びかけるとともに、教室の換気などをこまめに行い、感染拡大の未然防止に努めています。

もうしばらくはこの寒さが続きそうですが、病気に負けない強い体を作るためにも、天気の良い日は積極的に外に出て体を動かすよう働きかけていこうと思います。また、睡眠、栄養も元気に学校生活を送るためには重要です。生活改善週間は終わりましたが、早寝、早起きをして、朝食をしっかりとってから登校できるよう、ご協力をお願いします。