



練馬東小だより

平成31年1月31日
練馬区立練馬東小学校
校長 山田 美鈴
第10号

「食習慣を考える」

校長 山田 美鈴

観光庁の訪日外国人消費動向調査(2017年)によると外国人が訪日時に期待していることで最も多かったのは「日本食を食べること」という結果となりました。

海外で人気が高まる一方で、国内では和食離れが懸念されています。2013年に「和食・日本人の伝統的な食文化」がユネスコ無形文化遺産に登録されて丸5年が過ぎた今、東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会を契機に、和食の良さを見直し食習慣の改善を図りたいところです。

先日参加した食育講演会で「7つのこ食」というお話を聞き、たいへん印象に残りました。

- ①孤食(一人で食べる)
- ②個食(個々に別々の物を食べる)
- ③固食(毎日同じ物を食べる)
- ④小食(やせ願望や食に興味がないことなどから食べる量が少ない)
- ⑤粉食(パンや麺ばかり食べる)
- ⑥濃食(濃い味付けの物ばかり食べる)
- ⑦子食(子供だけで食べる)

子供たちが食に関する正しい知識を身に付けて、自らの食生活を考え、望ましい食生活を実践することができるよう、練馬区としては「早寝・早起き・朝ご飯」の取組調査として、5年生を対象に朝ご飯調べを毎年行っています。この結果本校では毎日朝ご飯を食べている割合は94%、そのうち主食にご飯を食べている児童は53%、朝ご飯をいつも誰かと食べている割合は60%という調査結果でした。また区全体としてご飯を主食にしている児童の方が、バランス良く副菜も取り入れている割合が多いという結果が出ました。

今までの食習慣を変えることはなかなか難しいことですが、できるだけ子食や孤食を無くし、栄養バランスのとれた食習慣を心がけたいものです。

1月24日～30日は「学校給食週間」でした。学校では日本の伝統的な食文化継承のための行事食を積極的に取り入れています。今後も家庭と連携を図りながら、食育を通して「7つのこ食」を少しでも改善できるよう努めてまいります。

☆作品展について☆

2月の作品展のために、4月から作品を描きためてきた学年もあり、早くから「今年度は作品展！」という意識をもって取り組んできました。各学年とも平面作品は一人一点、立体作品は一人一点、5、6年生は家庭科作品一人一点、そして全校児童でつくりあげる共同制作が会場を埋めつくします。今年度の共同制作テーマは「未来の街 TOKYO」。体育館全体がアートになる瞬間をぜひ御覧ください。

平成31年2月8日(金) 12:00～16:15

9日(土) 9:00～16:15

《 第42回 サッカー大会について 》

2月10日(日)都立練馬高等学校を会場に、練馬区青少年育成第四地区委員会主催のサッカー大会が行われます。本校からは、6年男子、6年女子、5年男子、5年女子が出場します。また、大会に向けてチームごとに集まって練習をしています。

応援をよろしくお願いいたします。

○ 校内書き初め展 ○

子供達が真剣に取り組み、書き上げた作品が校内に展示されました。



※1月に行ったユニセフ募金では47012円をユニセフ協会へ送ることができました。御協力ありがとうございました。

連合図工展を終えて（児童作品）

連合図工展の様子です。平面作品と立体作品が展示されました。



社会科見学を終えて（3年生）

わたしは、ふるさと文化館で昔の生活は大変だったということが分かりました。わたしはこれから昔の人のことを思いやって、今の生活に感謝していきたいです。そして、毎日を大切に送っていきたくて思いました。（1組女子）

ぼくが社会科見学で一番おどろいたところは、練馬区役所の議場です。広くてはく力がありました。議員さんが話し合いをして、練馬区をよくしてくれるのですごいなと思いました。（2組男子）

社会科見学を終えて（5年生）

ぼくは、社会科見学で日常生活の中で食べているお菓子や飲み物がどのように作られているかを知ることができました。ほとんどの作業が機械で行われているということに驚きました。そして、技術の進化を感じました。他の工場も見学したいと思いました。（1組男子）

私は、社会科見学を終えてお菓子や飲み物は願いをもって作られているなと思いました。例えばロッテという社名には、多くの人々に愛される企業という願いが込められています。このように製品にも願いを込めて作っているから、おいしくて親しまれる製品が作れるのだなと思いました。（2組女子）

私は、社会科見学で驚いたことがありました。それは、ほとんど機械が仕事をしていたことです。働いている人は非常に少なく、とてもびっくりしました。これからさらに機械化が進んでいくと、このスタイルが普通になるのかなと思いました。わたしは、社会科見学で未来について考えることができました。（3組女子）

2月の行事予定

○は、学年を表します。

1	金	
2	土	
3	日	
4	月	全校朝会 安全指導
5	火	
6	水	水曜5時間開始①
7	木	児童集会 生け花教室⑥ 委員会活動
8	金	作品展
9	土	作品展 第三回学校公開 二分の一人式④ アジア教育友好協会 出前授業⑤⑥
10	日	第四地区サッカー大会
11	月	建国記念の日
12	火	全校朝会 ブックトーク④
13	水	4時間授業 ブックトーク⑥
14	木	クラブ発表集会 ブックトーク④ 入学説明会
15	金	音楽朝会
16	土	
17	日	
18	月	全校朝会 B時程 ブックトーク⑤ そろばん授業③
19	火	リニア鉄道館出前授業③④
20	水	そろばん授業③ 小中合同研修会
21	木	音楽朝会 そろばん授業③ クラブ活動（クラブ見学③）
22	金	なかよし学級（読み聞かせ） そろばん授業③
23	土	
24	日	
25	月	全校朝会 B時程 ねりまおはなしの会①～③
26	火	6年生を送る会 お別れ給食
27	水	
28	木	体育朝会 クラブ活動（最終）

読書月間

※2月の避難訓練は、予告なしで行います。