

元気もりもり あさひの子

健康な生活に向けて進んで取り組む児童の育成
～食がつなぐ命と未来～

No.12

2020.7.27 文責 校長

図書委員会が発表しました（全校集会）

給食委員会、保健委員会と続いた健康に関する発表ですが、7月21日の全校集会では、図書委員会が発表しました。内容は健康に関する本の紹介とクイズです。

本の紹介は次の4冊です。

『カルシウムはすごい！』

- ・カルシウムがないといろいろな病気になってしまう。
- ・カルシウムが多い食べ物は、牛乳、小魚、海藻、大豆製品など。

『食物アレルギーのひみつ』

- ・食物アレルギーには、牛乳、たまご、小麦などいろいろある。
- ・食物アレルギーの友達を応援するためには、「わかって」あげることが大事だとこの本を読んでわかった。

『給食のひみつ』

- ・栄養士さんたちがアレルギーのある人に専用のものをつくったりしてくれていることがわかる。

『チョコレートのひみつ』

- ・カカオは豆ではなく、カカオの木からとれる実の中の種。
- ・カカオは王様しか食べられなかった。



自分たちで読んでわかったこと、感じたことを自分の言葉で言ったところがすごくよかったです。これらの本は図書室や保健室にある本ですが、健康に関しての本に興味をもつきっかけになればと思います。

続いてクイズが発表されました。

第1問 おもちを焼くとどうしてふくらむのでしょうか。

- 答え ①空気がふくらむから
②水分が入っているから
③小さな風船がふくらむから

正解は②

第2問 みそについている白い部分は食べていいのでしょうか。

- 答え ①食べていい ②食べてはいけない
③食べてもいいが味はとてもマズイ

正解は①

第3問 だしに入っているイノシン酸やグルタミン酸は、何のもとになっているでしょう。

- 答え ①酸味 ②甘味 ③うま味

正解は③

第4問 キウイ1個で1日に必要なビタミンがとれるのですが、それはいったいなんでしょう。

- 答え ①アリナミンA ②ビタミンB
③ビタミンC

正解は③

クイズについても、自分たちが本を読んで考えたクイズだったところがすごくよかったです。聞いている子どもたちは真剣な表情で考え、しっかりと手を挙げて答えていました。クイズは考える場を与えてくれ、より理解が深まると思います。



本校で取り組んでいる「食育」は授業だけではなく、このように児童会活動でも取り組んでいます。それぞれの委員会がそれぞれの活動内容に合わせた内容で取り組みます。

給食、保健、図書委員会が1学期に発表しました。それぞれの発表内容を全校の子どもたちがよく理解していることがわかります。それは、先日の1年生の研究授業からも感じとれました。

また、全校の子どもたちの前で発表することは、子どもたちの表現力を育てることにもつながります。発表前の緊張した様子、発表後のほっとした様子は、見ていてよくわかります。そして、話を聞く態度も育っていきます。

先日の学校保健委員会で発表した保健委員会の児童は、次のような感想を述べていました。

- ・地域の人など、たくさんの方の前でははずかしかったけれど、練習のときよりも大きな声で話せてよかったです。
- ・発表の時はみんながシーンとなっていたけれど、最後ははくしゅがおきて安心しました。

1学期の食育への取組はこれで一段落といった感じですが、是非夏休みも「食」に興味をもちながら、健康な生活を心がけていってほしいと思っています。