



令和2年度
西山小学校
学校だより

杉

第31号
令和2年12月14日(月)
文責：猪野 典由

深い雪にも耐え 大空に向かって たくましく伸びる 西山の杉のような子どもを育てる

食べる力＝生きる力～食育の授業～

先週は、いつもお世話になっている給食センターの野口先生にお越しいただき、全学級で食育の授業を行いました。低学年は「野菜を食べて元気になろう」、中学年は「おやつのとり方を考えよう」、高学年は「バランスよく食べることの大切さを知ろう」というめあてでした。事前のアンケートの結果や日頃の給食の様子などから、子どもたちの実態に応じた授業をしていただき、子ども達自身が「食の大切さ」について考えることができました。

「食育」とは、様々な経験を通じて、「食」に関する知識と、バランスの良い「食」を選択する力を身に付け、健全な食生活を実践できる力を育むことです。「食べること」は「生きること」の基本であり、一生継続する営みですから、健康的な食のあり方を考えるために、食育はとても大切なものです。また、誰かと一緒に食事をする事でマナーを学んだり社会性を育てたり、食べ物の収穫をしたり、季節や地域の食べ物を味わったりと、様々な「生きる力」を育むことができます。

9日(水)には、西山小学校児童のリクエストを給食の献立に取り入れていただきました。この日のメニューは「わかめごはん・鶏肉のから揚げ・海藻サラダ・コーンスープ・みかん・牛乳」、感謝の気持ちをもちながら、みんなでおいしくいただくことができました。ご家庭でも、引き続き「今日の給食は何だった？」と食卓の親子の話題にしていいただければと思います。また、今週は2回目の「自分でつくるお弁当の日」があります。こちら保護者の皆様には大変お世話になります。



西山小リクエスト給食



よい歯の教室～歯科衛生士さんによる指導～

11日(金)、歯科衛生士の桑原さんを迎え、学級ごとに「よい歯の教室」を行いました。内容は、1・2年生が「6才臼歯」について、3・4年生が「混合歯列、噛むこと」について、5・6年生が「歯肉炎の予防」についてでした。多彩な資料によるお話やテスターを使って正しい歯みがきを学ぶことをとおして、子どもたちは歯の大切さを改めて感じ取っていました。

先日、地域学校保健委員会の会議に出席した際、歯科医の先生から「歯みがきで口内を清潔に保つことは、ウイルスの増殖を防ぐことにつながり、感染症予防の観点からも有効です。」というお話を聞きました。歯の健康を守ることは、体全体の健康を守ることに繋がっているんですね。

