

## 自ら考え行動する北っ子を目指して

日進市立北小学校 栄養教諭 松田雅子

北小学校は、児童数685名（平成28年4月現在）の学校です。「強く、正しく、明るく」を校訓に、「自ら考え行動する児童の育成」が教育目標となっています。木々に囲まれ、自然環境に恵まれた学校で、子どもたちは四季の移り変わりを肌で感じながら学んでいます。

給食時には給食センターから出向き、子どもたちと一緒に給食をいただきながら、食べ物にまつわる話をします。食に問題を抱える子どもたちも多く、少しでも食べることに興味・関心をもってほしい、食べることの大切さを感じてほしいと願いながら接しています。本校の教育目標である、自ら考えて行動できる北っ子になるよう、学級活動の授業や、家庭科の食に関する単元での関わりをもつよう努めています。

### 学級活動等の主題

- 1年生 きゅうしょくをしろう（学級活動—社会性）
- 2年生 こめたろうのへんしん（学級活動—食文化）
- 3年生 一日のスタートは朝ごはんから  
（学級活動—食事の重要性）
- 4年生 おやつのお食べ方を考えてみよう  
（学級活動—心身の健康）
- 5年生 朝ごはんを食べよう（学級活動—食事の重要性）  
なぜ食べるのか考えよう（家庭科—食事の重要性）
- 6年生 地域に伝わる料理や産物を大切にしよう  
（学級活動—食文化）



〈3年生授業の様子〉

平成27年度の北小学校3年生から6年生のアンケート結果では、朝食を毎日とっている児童は約9割で、いつも栄養バランスを考えて食べている児童は約3割という結果でした。繰り返しの指導、しかも、家庭まで届く指導を目指して、3年生と5年生に朝食の指導を実施しています。

以下は授業後の子どもたちと保護者の声です。

### 【児童】

- ・ お母さんは、いつも元気になるごはんを作ってくれていることが分かりました。
- ・ 体にいいものを食べると元気になることが分かりました。これからも朝ごはんをしっかり食べたいと思います。
- ・ 1・2年生のときは、みそしるやおかずを食べなかったけれど、今は食べるようになりました。
- ・ 早ね早起きができることはうれしかったです。
- ・ これからもずっと続けたいです。元気が出て楽しくなりました。
- ・ こんなに朝ごはんが大事なことをはじめて知りました。
- ・ やさいが少ないと思ったから、やさいを食べました。

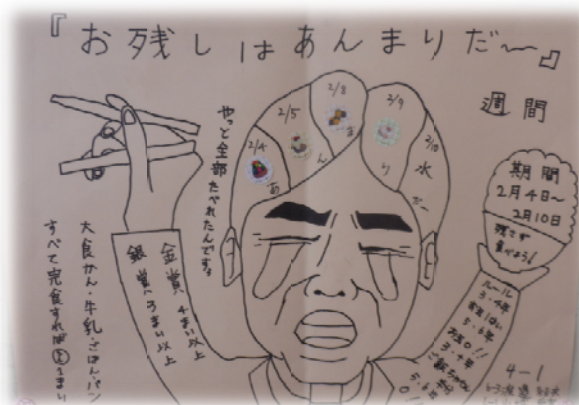
### 【保護者】

- ・ 早く寝て、早く起きて、ゆったりと朝食を食べてくれるようにと頑張るようになりました。こんなにも意識が変わると思っていませんでした。
- ・ 好きな肉を食べるときに、苦手な野菜も一緒に食べて、「いろいろ食べるといいね」と話をしました。
- ・ 時々食育授業を行っていただくことで、子供の意識と知識に変化がみられて、とても良いことだと思います。
- ・ 食べものの3つのはたらきのプリントの内容を子どもがよく理解していました。
- ・ 食べることは生きること。元気に生きる基本を学校でも子どもたちに伝えていただけることは大変ありがたいと思いました。親が生活を見直す機会にもなりました。
- ・ 学校から帰るとすぐに、朝食食べたごはんについて、何でできているのかを聞いてきました。用意しても朝食はあまり食べないことがある子でしたが、少し意識が変わったようです。

### 〈平成28年6月実施した3年生授業のワークシート等より〉

さて、北っ子の給食の食べ方かどうかというと、残念ながら市内では残食の多い学校になります。そこで立ち上がったのが、給食委員の子どもたちです。

給食委員会は全部で23名。自ら北っ子のために給食の後片付けの手伝い、毎月の給食の目標の広報活動など、日々頑張っている。そして、子どもたちの発案で、毎学期残食を減らす運動を実施しています。平成28年2月4日から10日までは、「お残しはあんまりだ〜」週間に取り組みました。ご飯、おかず、牛乳を残さずに食べることができたら、そのクラスはシールをもらえます。2月は、主食の残りが、1人1回当たり約14g、おかずが約10gでした。しかしこれは、一人一人があと一口食べればなくなる量なのです。自分の体のために、苦手なものにもチャレンジし、食べ物を大切にする気持ちのもてる人になってもらいたい。そんな給食委員の子どもたちの気持ちが、これからも北っ子に届くといいなと思っています。



〈児童が作成したポスター〉

給食委員をやってみてどうだったかな？

- 給食の大切さが分かりました。
- 低学年の手伝いできて、やりがいがありました。
- 低学年に片付け方をしっかり伝えたい。
- 残食ゼロ運動をもっとみんなに呼びかけたい。

給食委員の活動を通して、子どもたちはさらに成長してくれたようです。