

わくわく



もぐもぐ

木津川市立相楽台小学校

食育だより 1年生

平成27年7月1日



1年生が入学して、もうすぐ3カ月が経ちます。1年生は、毎日の給食をととても楽しみにしています。「せんせい、きょうの きゅうしょくなに?」と誰かが言うと、「きょうは、〇〇と△△やで。」と誰かが答えてくれます。1年生にとって、給食は大きな割合を占めています。そこで、文部科学省から出されている『しょくせいかつをかんがえよう 一からだも ころも げんきな まいにちの ためにー』を活用して授業を行いました。

この授業における食育の視点

☆給食に出てくる食材の名前を知り、給食には、たくさんの食材が使われていることに気付く。

【食品を選択する能力】

1回の給食に使われている食材の名前を知ることを通して、給食にはたくさんの食材が使われていることを知り、食材に興味・関心を持たせたいというねらいで、学習しました。



何が入っているのかな?

まず、食材そのものに興味を持つために、入れ物の中に入っている食材を手だけで感じ取りました。形や手触りを頼りに入っている食材を当てました。



その後、授業の日の前日の給食のメニューと写真から、どんな食材が使われているかを発表し合いました。



にんじんでした～! ヤッタ～!



たくさんの食材が使われているね!



「どうして、1回の給食に、こんなにたくさんの食材が使われているのかな?」と問いかけると、子ども達は、「えいようがあるから。」
「みんなが元気になるように。」

「おいしくうれしく食べてくれるため。」
「みんなが笑顔になるため。」
「みんなのパワーになるため。」と答えてくれました。どれも正解! 給食は、「赤・黄・緑」の栄養パワーがバランスよくそろっています。好き嫌いせずに何でも食べることは、健康な体だけでなく、心も育つことにつながるんですね!