



みんなで子育て No.9

家庭教育学級で家族や地域の温かさを感じます。

山県市立大桑小学校 食育講演会 10月20日(火) 講演会型



○給食参観

例年行われている「給食試食会」、今年度は新型コロナウイルス感染防止のため実施は無理と判断。子どもたちの給食も一方向を向いて、距離を取るために、大桑小学校のランチルームはぎりぎりの規模でした。ランチルームの外からガラス越しに給食の様子を参観。手を振る姿がほほえましく、どの子も顔見知りという雰囲気がいいいですね。

●栄養教諭 石神えみ 先生の講話 演題：「子どもと食」



1 子どもの脳の発達と食

小学生は脳の発達が著しい時期、味覚も発達する時期、食べることが楽しいと感じるきっかけを作りたい。

2 朝食について

朝食を食べる習慣のある児童ほど、テストの正答率が高い傾向にあるようです。朝ごはんは、眠っている間にながった体温をしっかりと上げ、体全体を目覚めさせます。朝ごはんはお米を食べるとよいでしょう。粒食なので、ゆっくりと消化・吸収され、なだらかに血糖値を上げて、長時間維持します。体温を1℃上げると免疫力が上がります。

●理想的な朝ごはん

温かい飲み物、ご飯やパンなどの主食、卵や豆類、乳製品などのたんぱく質、野菜や果物でミネラルをプラスするとより理想的です。

3 子どもと食事（給食で毎年サンマを出しています）

- 食べる意欲
 - ・空腹で食事に臨む。
 - ・食べ慣れさせる。
 - ・強制しない。
 - ・楽しい食環境：嫌いなものでも少量でも食べたことをほめる。飲み物やスープ等食べやすく。噛み応えのある根菜類や野菜、サンマなどの骨のある魚を添える。子どもと一緒に食事の準備をする。
- 食に必要な力
 - ・食べ物を選ぶ力
 - ・食べ物の味がわかる力
 - ・料理ができる力
 - ・元気なからだがわかる力
 - ・食べ物の命を感じる力
 - ・この5項目に+1：どこから来たのかわかる力（生産者や調理師等の人とのかわり）

<保護者の感想>

- ・全員で同じ方向を向いて食べるといった今年ならではの光景は子どもたちにとってもまた、違う意味でよい思い出になるのかな？と思いながらみていました。こういう形でも同じ空間で食べられることはいいですね。
- ・1℃違うと免疫力が違ってくるのかサンマの話がありがたい。食べる経験をさせていて学校のほうが教育してくれているな。
- ・朝食を食べるとよいという認識はありましたが、色々なデータを基に話を聞いたことで、食べることの良さを改めて感じました。



コメント

子どもたちが一方向に向いて食べる様子の参観を行うことで、学校での配慮がわかります。講演では朝食の重要性が多くのデータで示されていて説得力がありました。食べにくいものでも食べるという経験が大事であるということで給食の献立が作られていることには反響がありました。意味を知ることによって家庭での食事が変わっていくようです。

参加された方々が、その後校庭の草取りをされていました。次週に運動会があるのでされるとのことでした。保護者が学校に、自然にかかわっている姿に地域の温かさが伝わってきます。





●**パパさんクラブ**

広い遊戯室の床にカラーテープで四角く区切り動物のシールを貼って場所の確保がされています。5組の親子が参加されました。楽しむ遊びがあり、お父さんに抱っこされて、グルグル回りや「バスに乗って」やリズムに合わせて体を目いっぱい動かしました。手遊びや「絵本ぴよーん」でお父さんと一緒に楽しみました。その後



○**ハロウィンの足型**

最初に夫婦で両足を持って、そろえて押さえ、次に足を開いて、先ほどつけた両外側に押さえるとかぼちゃの形ができます。次に目・口・鼻等のシールをはります。字を書いて完成です。足型をとると成長したことがわかります。



●**感想**・家で足型はとることがないので良かった。家に帰ってからも見ることができて子どももうれしそう。

- ・楽しかった。普段できないことができた。また参加したい。
- ・大変だった。2人分できた。面白かった。もっとやりたい。いい感じにできた。

●**コロナ対策 消毒を徹底**

使ったものの消毒を考えられています。必要なおもちゃや本を絞りこみ、置くものを少なくしています。使ったら消毒するために入れるカゴが用意されています。また、各部屋の定員を減らしています。入口に自動消毒液噴霧器がありそこには「**児童センターに遊びに来たら：検温→手指消毒→入館カード記入→番号札をもらう→三密に気を付けて遊びましょう→番号カードを返し手指消毒**」といったルールが明記されています。



コメント

岐阜市は10月からイベントの再開でした。消毒にこだわる姿勢が徹底してます。雨でしたが参加されたお父さんの名前を職員の方が知っているということ、お子さんがすぐおもちゃを使おうとしていて、この施設をよく利用されていることがわかります。小学生がお手伝いで来ていました。毎回ボランティアでの参加ができることも素晴らしいですね。パパさんクラブはご夫婦での参加も多く家庭に帰ってからも楽しめそうです。あるお父さんが1人で男の子2人のお子さんを連れて来ていましたが、2人とも楽しげに参加している姿に脱帽でした。こういった機会を使って子どもが育っていくと感じました。

西児童センターの紹介：身近で通い慣れている施設だと感じました。

当日は雨でしたが、幼児室(親子4組まで)で母子が遊んでいました。お父さんが男の子2名を連れて来館され、早速子ども用の車にお子さんが乗り込みます。車をたくさん動かしたいので遊戯室に行こうとされますがパパさんクラブのため入れません。すぐに終了時間を聞かれ、ほかの施設に移動されました。雨の日に利用しやすいと感じているようで通い慣れていらっしゃる方がいらっしゃいます。パパさんクラブに参加の子も終了後おもちゃにまっすぐです。小学生以上(7名までの人数制限)の図書室・集会室には7つの机があります。勉強することが多いようです。



おもちゃを使ったら入れる消毒かご



幼児室の車、ドアがついていて乗り降りができる、楽しそう。



大好きなアンパンマンのあいうえおのおもちゃ



おいてあるおもちゃの数をしぼった3歳までのへや

各務原市立陵南小学校のPTAの広報委員会が「ステイホーム中のちょっといい話」を募集し、作成した広報を提供していただきました。

在宅期間型

[広報より] コロナの影響で行事がなく、陵南小学校の保護者とお子様からステイホームの期間中の出来事を募集いたしました。
●が保護者 ●がお子様のお話です。親子で応募された方は同じ枠に入っております。それぞれのステキなお話をどうぞお楽しみください。応募してくださった皆様本当にありがとうございました。

学校でのコロナ対策

学校でのコロナ対策に関する写真と説明が掲載されています。

ちょっといい話

読者の投稿記事のタイトルと冒頭部分のスクリーンショットが並べられています。

●私が、仕事だったため高校生の兄と2人で家にいました。なのでお昼ご飯も2人で用意をして食べていました。兄が作り、弟が後片づけという分担ですとやってくれました。高校生の兄がいなければ出来なかった事だと思いますが兄弟で協力してやれた事がうれしく思いました。
●お兄ちゃんのごはんがとてもおいしかったです。ばくもおさらをきれいにあらえるようになりました。

●コロナ生活のおかげで6年生の息子と陵南校区を歩いて一周することができました。普段はお互いに忙しい毎日でゆっくりと会話することすらできていませんでした。何度か歩く中で、会話も弾み息子の考えていることも少し分かるようになったので、これからも時間をつくって歩き会話したいと思いました。
●母さんと歩くことが出来て楽しかったです。また、歩きたいです。

●小学校・幼稚園と休校・休園になり、普段なかなか一緒にいれない6コマの弟とずっといたので、弟がとてもしっかりしてくれそうでした。ただずっと一緒にいるので「お兄ちゃん」から普通に名前と呼ばれるようになってしまいました。
●いろいろできることもふえてふたんお父さん、お母さんがどれだけがんばっているかすごい分かった

●〈取り組んだ事〉
週3~4日、9kmを走り続けました。苦しい時はお互いに励まし合い頑張りました。感動した事①家事手伝い(料理、そうじ、洗濯物、花の水やり)を進んでしてくれ、成長を感じて感動しました。②母の日に誰にも手伝ってもらわず全て1人でやり、オムライスを作ってくれました。とても美味しかったです。あとフェルトを使って、小物入れを作ってくれました。大切に使っています。
●ひもなどを使ってあそんだ。家のかいだんをホッケーで上っていた。手芸でふでばこを使った。お母さんと二人でおかせ池まで家から走りに行った(9kmぐらい)

●コロナ禍の最中、2年の闘病の末、母方の曾祖父が亡くなりました。コロナ対策のため病院へはお見舞いに行くこともできなかったのですが、最期は在宅に切りかえ看取りました。「コロナのせい」、「コロナのせい」と他のことでは言う機会の多い昨今ですが、家に帰ってきてからは子ども3人、孫10人、ひ孫2人全員が顔を見せることができました。「コロナのおかげ」で、皆仕事や学校が休みだったからです。死をネガティブなことだと教えたくなかったので、おじいちゃんは頑張ってお星様になりに行くのだと見送りました。それから2人はよく星空を見て「おじいちゃんのお星様はどこかな?あれかな?(飛行機)」とっていました。おりがみでリースを作ってお仏壇に飾ったりして、ゆっくり心の整理をする時間がとれ、そんな時があってもいいねと親族の絆が深まったことに感謝したステイホームでした。
●このかわいいリースを2つつくっておじいちゃんのおうちにかざりました。もう1つは、ばあばのいえにかざらうとおもいます。

●3ヶ月間の休校中、子供の世話が大変、と世間のお母さんの話をよく聞きましたが、うちはとても楽しく、満喫したステイホームでした。大きなダンボールをたくさんもらって来て、それで家を作ったり、お店になったり子供の想像力をフルに活かして遊び尽くしました。大好きな子供たちがキラキラと楽しそうに遊ぶ姿を時間を気にせず眺めていられる、とても幸せな時間でした。
●休校中、手話好きな私は、手話でどうふけんをあらわしてみました。20回ぐらい、ちようせんして、やっとじょうずになりました。私がかよっている手話サークルの人たちに見せたら「すごい!!」「よかったよー」などみんながほめてくれてうれしかったです。

●元々、なわとびが大好きで2重とびがたくさん跳べてましたが毎日こつこつと練習して回数はかなり増やす事ができました。子供の成長を感じました。
●にじゅうとびを36回とべて、とてもうれしかった。がんばったことは、がんばるとぶことです。

●家事を中心に、家のことを色々とお手伝いしてくれました。洗いの、洗たく物をとりこみ、畳んでくれました。掃除も、トイレ掃除のやり方を教えてと自ら進んでやろう!!という姿勢がありました。下の兄弟(0才)の子のお世話も上手になり、遊んだり、抱っこしたり、おむつ交換、寝かしつけまで、なんでもできる、小さなお母さんになってくれていました。
●わたしは、手つだいや、そうじや、あらいのものなどを中心にしてすごしていました。めんどうかいけどのしかつたし、くろうがわかりました。

子どもと一緒にいるということで、成長やそのよさに気づけたようです。「ちょっといい話」ではなく、「家族の温かい宝物」ですね。掲載された量にも質にも驚きと感動です。ありがとうございました。