

いさおだより

11月号
平成25年10月30日
和歌山市立有功小学校



食育と健康



今年は季節はずれの台風と言いますか、週末ごとに台風の接近に悩まされた10月でしたが、ようやく気候も秋らしくさわやかな気温になってきました。急激な季節の変化に体調を崩さないようにしていきたいものです。

さて、10月25日（金）に、和歌山県の子どもの体力向上支援事業の一環として6年生が「食育」の出前授業を受けました。講師は、和歌山県でただ一人の公認スポーツ栄養士、管理栄養士である 村上 知子 先生が来てくださいり「食事の基本を覚えよう」～元気な体を作るための食事～のテーマで約1時間講演してくださいました。日本食のすばらしさ、朝・昼・夜バランス良く食事をすることがとても大切なこと、今、成長している子どもにとって成長する材料である食事、それと運動することの大切さを教えてくれました。どんな一流スポーツ選手も特別な食事ではなく、このバランスの取れた食事取っていることを教えてもらいました。このことを習慣化して、子どもの身につけていきたいですね。

この11月は、学校における教育活動を保護者や地域住民の皆様にお知らせし、一層の关心と理解を得て、地域ぐるみで子どもを育成いこうとする機運を高めるという趣意のもと、学校開放を実施いたします。学校開放週間は、11月18日（月）～24日（日）を予定しています。各学年の取り組みをご覧いただきたくお願い申し上げます。さらに23日の土曜参観日には、元貴志小学校長 田中 英明 先生をお招きして子育てに関する智恵をいくつかお話ししていただく講演会を3・4限に予定しています。また、24日（日）には「こどもまつり」が開催されますので皆様、万障繰り合わせの上ご参加いただきますよう併せてお願い申し上げます。

本校は、和歌山市で唯一「食と健康」（食育）を研究テーマとしている学校です。先ほど述べましたように成長していく子どもにとってバランス良い食事ほど大切なものはありません。

食育を推進していくためには、「学校で食育、家庭で食育、そして地域でも食育」ということが大事かと思います。保護者、地域の皆様、今後ともご理解、ご協力いただきますようよろしくお願い申し上げます。



（校長 小林 達史）