

火おこし体験と食育

校長 近藤 しのぶ

先日、3年生の子どもたちが運動場で七輪を使って火おこしの体験学習をしました。初めのうちはなかなか火が付きませんでした。やがて火が付き、餅を網にのせて焼き、砂糖醤油につけてみんなで食べました。今はどの家庭でもガスや電気を使っているため、薪や炭を使って火をおこすことなどめったにありません。子どもたちはグループで協力して盛んに団扇で扇いで火をおこしていました。野外活動や、自然学校などでは、きっとこの経験が役立つでしょう。私も参加させてもらい、火おこしを手伝いました。

子どもたちに固いスルメを食べさせたらどのような反応をするか、興味津々でしたので、スルメを買ってきて子どもたちに焼かせ、食べさせてみました。スルメは冷めると固くなるので子どもたちが気に入るかどうかが少々心配でした。しかし、網にのせて焼くととても良い香りがして、しかもスルメが思ったより柔らかくなるので喜んで食べていました。

今の子どもたちは、あごの発達が弱く歯並びが悪くなりやすいようで、むし歯よりも歯列矯正のために歯医者に通う子どもが増えているそうです。給食で子どもたちの好きな食べ物の上位は、ハンバーグやラーメン、焼きそば、明石焼きなど、あごの力をあまり必要としない柔らかい食べ物が多くなっています。歯ごたえのある固い食べ物は、普段の食生活ではあまり食べていないように思われます。

学校給食では定期的に「噛み噛みミックス」や「アーモンド」「切り干し大根」等歯ごたえのある食べ物を提供します。(七輪体験をした日の給食にはタイミングよく「アーモンド」が出ました。) 歯ごたえのある食べ物を食べることは、不整合やむし歯などの予防だけでなく、血流がよくなり脳の発達にも良い影響があると言われています。心身ともにバランスよく成長するために必要な食べ物を食べるということは一生健康に生きていくための基礎・基本であると言えるでしょう。3年生の子どもたちは、スルメを食べ舌で味覚を感じ、スルメを噛んで歯ごたえを実感してくれたことと思います。

お知らせ

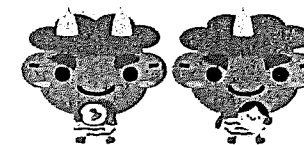
2019年度の明石市立学校の儀式的行事の日程が明石市教育委員会のHPで発表されました。大きな変更点は、小・中学校の2学期の始業式が8月26日(月)になったことです。その他の日程につきましては明石市教育委員会のHPをご覧ください。

◎2月の行事予定◎

日	曜	行事予定	日	曜	行事予定
1	金	校内図工展	15	金	新1年生入学説明会・1年生と交流会 3年生校外学習 子ども安全の日
2	土	土曜参観(低学年2校時 高学年3校時) 校内図工展 11:55下校 月曜時間割	16	土	
3	日		17	日	
4	月	参観日代休	18	月	集会 クラブ活動(まとめの会)
5	火	諸費引き落とし ブックママ	19	火	ブックママ
6	水		20	水	2・4・5・6年生6校時(21日の振り替え)
7	木	1年生昔遊び(1・2校時 体育館)	21	木	全校生14:35下校
8	金	明石市小・中・養護学校書き初め展 (11日まで)	22	金	
9	土		23	土	
10	日		24	日	
11	月	建国記念の日	25	月	お礼の会 委員会活動
12	火	ブックママ	26	火	代表委員会 ブックママ
13	水		27	水	
14	木	沢池ランド(1・2校時)	28	木	明石っ子造型展(3月3日まで)

【3月の主な予定】

- 1日(金) 教育相談日
- 4日(月) 朝会 委員会活動 あじさい・ひまわりお別れ遠足
- 5日(火) 諸費引き落とし
- 13日(水) 卒業を祝う会
- 18日(月) 給食終了
- 20日(水) 卒業式
- 22日(金) 修了式



【なせば成る なさねば成らぬ 何事も】

一度は、耳にしたことがある言葉ですが「できそうもないことでも、その気になってやり通せばできる。」という意味だそうです。言い換えれば、諦めたときに何事も達成はしないということですね。

近年スポーツの世界では、日本勢が非常に活躍しているように感じます。しかしその陰には、私には予想もつかないような強い意志と努力があるのだと思います。「自らを高めたい」「もっと力をつけたい」そんな思いを持ち続け、充実した毎日を送っているからこそ大きな成果を残せるのだと考えます。

最近、毎朝駅伝の練習で早朝に走っている児童の姿を見ている時、この言葉を思い出しこんなことを考えていました。自ら進んで登校し、息を切らせながら走っている姿は、本当に素晴らしいです。陸上以外でも、学習に努力する児童、一生懸命掃除をしている児童など、校内で見かけるといつも大きな可能性を感じずにはられません。きっと成長するにつれ、強い意志を持ち努力を重ね自らの未来を切り拓いてくれることと思います。

自分が主人公の素敵な物語を作ってくれることを心から願っています。

(教頭 辻 勝由)