

2024年5月31日

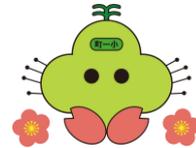
町田市立町田第一小学校

校長 佐野 友隆

学校便り NO.3



食育月間！



校長 佐野 友隆

「ONE」にも運動会についての記事を掲載いたしました。あらためて運動会へのご協力ありがとうございました。教職員だけでは運営することが難しい行事、PTAやお父さんNWの協力があったからこそ充実した一日となりました。正面席の入れ替えや徒競走の写真撮影もスムーズで、この形が定着したと思っています。

さて、学校だよりには毎月「全校道徳」（6月は「環境月間」なので自然愛について学習します）のを中心に記事を書いているのですが、今月は話題を変え給食のことについて書きます。それは6月が「食育月間」でもあるからです。なぜ6月が食育月間かということ、食育基本法が平成17年6月に成立したこと。学校生活や社会生活が少し落ち着き、国をあげて取り組みやすい時期だからだそうです。

コロナが落ち着き、グループを作って給食を食べることが出来るようになりました。食事は「何を食べるかよりも誰と食べるかが重要である」という言葉を聞いたことがあるのですが、グループで食べるということが楽しい食事の基本になると思っています。

さて、1年間で人は約1000食の食事を取ります。そのうち200食ほどを子どもたちは給食として食べます。食べ物から人間の身体は出来るわけですから（細胞は7年で全て入れ替わるという説は間違いで、数か月で生まれ変わる細胞もずっと変わらない細胞もあるそうですが）5分の1は同じ食べ物から町一小の子どもたち、そして教員も出来ているといえます。

だからこそ、同じ学校の子どもたちは仲良くなれ分かり合える。また教員と子どもたちも共感し合えるんだという話を仲間から聞いたことがあるのです。もちろんこれは、一つの例え話ですが、なるほどなど感じさせられる話です。

その続きを考えてみました。親子は8割は同じものを食べています。だから親子は8割ぐらいは分かり合えて、2割ぐらいは「わからない」のかもしれない。別々に食事をする回数が多くなればなるほど、その比率は変わってくるわけです。（夫婦関係、親子関係等様々に当てはまりそうです）

以上の話は勿論根拠のないことではありますが、書いていて意外と的をのけているなと感じました。

さて、その食事ですが「朝ごはん」の大切さは様々なところで言われています。本校は朝ごはん抜きで登校する子は極めて少ないですが、朝からしっかり食べて元気いっぱい学校に来て欲しいと思っています。

6月、「食育月間」です。ポスターには以下の文が書かれています。

「食べることは生きることであり、健康な身体と心を育むことにつながります。栄養バランスや食品ロス削減などについて、正しい知識を身につけましょう。」

学校でもご家庭でも、このことを意識していきたいものです。