

我が家de食育 109

我が家de食育では、みよしの食に関するさまざまな情報をお届けします。

☎ 学校教育部 ☎ 32-8026 FAX 34-4379

市内の全小学校では、栄養教諭が学級担任と一緒に各学年に沿った内容で「食に関する指導」を行っています。5年生は日本の主食である米について学ぶことで食への関心をもち、給食のご飯を残さず食べる意欲を高めることを目的としています。今回は、黒笹小学校で行われた授業の様子を紹介します。

めざせお米のマイスター ～黒笹小学校5年生～

お米のことを知ろう！

お米の作り方を知る

児童が体験した、田植え、草取り、稲刈り、脱穀などの米作りについて振り返りました。

お米のことを知る

もみ、玄米、胚芽米、精白米などの名称や栄養について、クイズを通して学びました。

給食のご飯のことを知る

給食の茶碗1杯分(200g)にお米は何粒入っているのかな？ ご飯は和洋中どんなおかずにも合うことや、給食1食分には成長に必要な栄養が含まれていることも知りました。



授業後の児童の感想



- ▶ 給食のお茶碗1杯分の米粒が、約4,300粒と聞いてびっくりしました。4年生にもクイズで教えました。
- ▶ お米のありがたみが分かったので、ご飯を残さず食べたいです。
- ▶ 給食は、僕たちに必要な栄養や量が計算して作られていることを知ってすごいと思いました。
- ▶ お米を作っている農家の皆さんに感謝して食べたいです。
- ▶ 学校で育てているバケツ稲のお米を食べるのが、より楽しみになりました。

担任の先生より



子どもたちの食への関心が高まり、お米を食べられることへのありがたみを感じていました。その後、一粒も残さないように給食を食べる子どもの姿がみられて、うれしく思いました。

栄養教諭の先生より



日本の主食であるご飯をおいしく食べ、栄養バランスの良い食事を通して、健康的な生活を送ってほしいと思っています。