



教育目標

明るく思いやりのある子 (きよく)
 進んで学ぶ子 (かしこく)
 健康でねばり強い子 (たくましく)

毎朝7時45分にスタートするスロージョギング。冬の寒さにも負けずに、子どもたちは早めに登校し、自主的でスロージョギングを始めます。運動場2周、雨の日は体育館内を4周を走ります。学年の壁を越えて、楽しそうに話しながら、走る姿は、ほほえましいものです。

そのスロージョギングへの参加率の目標は、85%です。しかし、2学期は、参加率が69%と低下してしまいました。それに伴い、遅刻が1学期に比べて増加しています。1学期は全体で、59回だった遅刻総数が、なんと120回と倍増してしまいました。1人当たり、約1回は遅刻していることとなります。

早登校は、早起きにもつながります。そのためには、早寝をしなくてはなりません。毎朝のスロージョギングの参加が、基本的な生活習慣である、「早寝・早起き」につながっているのです。

冬の寒い朝のスロージョギングは少し大変かもしれませんが、ぜひ、ご家庭でも、早登校の声かけをよろしく願います。



写真1 スロージョギング中

5年生給食の時間に「栄養指導」

1月11日(木)の給食時間、学校給食協同調理場の栄養士 宮城葵先生を講師に、「栄養指導」を実施しました。「栄養指導」は、食事の大切さ、栄養のバランス、食事のマナー等学年の発達段階に応じて、お話をいただいています。今回は、5年生を対象に「正しい配膳と三角食べ」と題して、お茶碗等の正しい配膳の仕方と、食事の栄養バランスを考えた食べ方について、お話がありました。

給食では、メニューによって、ご飯碗・汁碗・大皿・小皿が食器として提供されます。お膳にその食器を正しく置くことには、意味があります。さらに、給食は「赤・黄・緑(写真2)の3つの食品がそろっていること」「いろんな食べ物が入っていること」さらに、主食・主菜・副菜・汁物(飲み物)が全部あるかも吟味して献立を立てているそうです。そのため、バランスよく全部食べるために、三角食べを心がけることも大切だと、お話していました。

5年生の皆さんは、正しい配膳をして、バランスのよい食事が取れる三角食べを意識していきたいと感想を述べていました(写真4)。この栄養指導をきちんと聞きたいということで、早めに給食を終えていた5年生。

お話を終えた、葵先生は、「こんなにもよく考えて、感想をお話できることに驚いています。」と感嘆していました。さすが、5年生!

5年生の感想

- ・ご飯碗・汁碗・大皿・小皿等の食器の正しい配膳の仕方がよくわかりました。これからは、お家でも三角食べをしていきたいです。
- ・三角食べをしたことがなかったので、これからやってみようと思いました。
- ・正しい配膳の仕方には、意味があることだとわかりました。これからは、正しく配膳して、三角食べも意識してやっていきたいと思います。
- ・配膳は、どうでもいいと思っていたのですが、正しい配膳には意味があると分かったので、今日から意識して配膳していきたいです。



写真2 栄養士のおおい先生

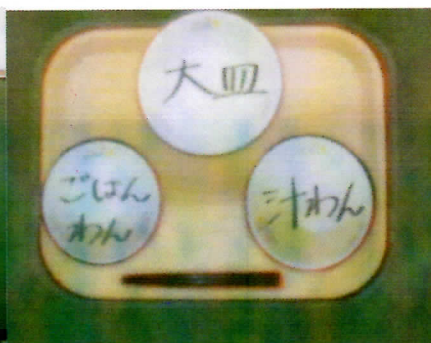


写真3 正しい配膳



写真4 感想を述べる5年生