

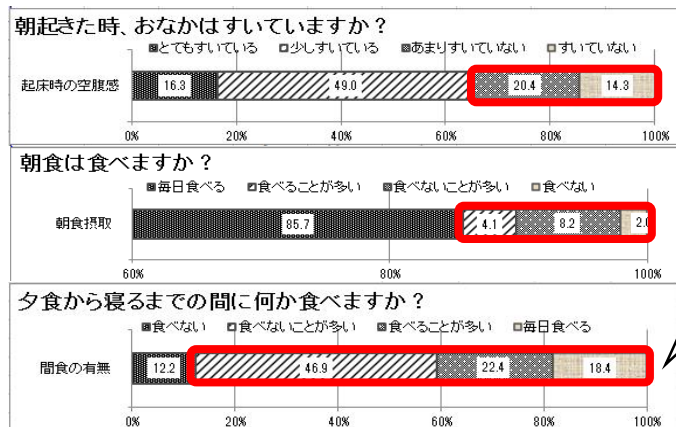
しらかば

〒005-0018 札幌市南区真駒内曙町2丁目1-1 TEL 581-5291 FAX 581-6984



健やかな体の育成のために ～食の視点から～

健やかな体育成部



Q 夕食から寝るまでの間に、何か食べますか？

食べないことが多い
食べることが多い
毎日食べる

を選んだ児童

本校児童：87.7%
札幌市：75.1%

上の3つのグラフは、今年の6月に、本校5年生の児童を対象とした食生活に関する調査の結果を一部抜粋したものです。起床時に空腹感を感じていない子が約35%、そのため朝食を食べない日がある子が約15%となりました。また、夕食から寝るまでの間に何か食べている子が約88%という結果が出ており、札幌市全体と比べると高い数値です。間食をするから食事の時に空腹が空かない、食事があまり進まないから間食してしまう、といった循環が生じている子が多いのかもしれない。このことから、本校児童の食への興味を高めることや食の大切さの理解を深めることの必要性を感じます。

そこで本校では、子どもたちの食に対する意識の向上を目指すため、以下の取組をしています。

栄養教諭による食指導

北の沢小学校の栄養教諭が、全学年に1回(または2回)、それぞれの学年に合わせた食指導を行います。子どもたちが1時間の学習の中で、今まで知らなかった食に関する知識が分かったり、食の大切さに改めて気付いたりすることができるよう、練られた学習内容となっています。ですから、子どもたちは短い時間の中でも集中して考え、自分の食生活と結びつけることができます。

また、食指導の後に「食育だより」を配付し、お子さんが取り組んだワークシートを返却しています(6年生は11月28日に学習をしたので、これから発行予定です)。子どもたちが食について学んだことを保護者の皆様にも知っていただき、その学びを給食だけでなく、おうちでの食事にも生かしてほしいという願いが込められています。

給食ビンゴ

各学級に1枚、「給食に関するお題」が書かれたビンゴを配ります。ビンゴのマスには「苦手なものを一口食べることができた!」「ご飯ものを全部食べることができた!」などの9つのお題が書かれており、子どもたちは自分の中で目標をもって給食を食べます。1か月の終わりに、一人ひとりがビンゴのお題を1回でも達成することができたかを振り返り、クラス全員が達成できたらそのマスはクリアとなります。

右の写真は、私の担任するクラスの給食ビンゴのカードです。4月は1つもクリアすることができませんでした。おしゃべりに夢中になってしまったり、苦手なおかずは箸がなかなか進まなかったりしていました。しかし、5月に栄養教諭の食指導が行われた後から、子どもたちの給食に対する意識が変わりました。苦手なものを食べられる量が増えることで、クリアの数がだんだん多くなっていく喜びを感じ、今ではおしゃべりを楽しみながら完食を目指す姿がたくさん見られています。



小学校6年間は、子どもの体はもちろん、心も大きく変化し、成長していきます。その成長を支える一因となるのが「食」です。引き続き「食」の視点からも、子どもたちの育ちを見守っていきたくと考えています。



12月の行事予定

1	日	ノーゲーム・ノー動画デー
2	月	4～6年生 6時間授業 跳び箱 week 開始 (～20日)
3	火	スクールカウンセラー来校 (8:30～11:30)
5	木	ALT 来校 (5・6年 ももんが学級)
6	金	ALT 来校 (3・4年) 真駒内中学校交流会 (ももんが学級1～4校時)
7	土	土曜参観 (2時間授業) PTA 行事
8	日	家庭学習がんばり週間最終日
9	月	振替休業日
10	火	スクールカウンセラー来校 (8:30～11:30)
11	水	青少年科学館見学 (6年)
13	金	ALT 来校 (3・4年)
15	日	ノーゲーム・ノー動画デー
16	月	委員会活動⑨ ALT 来校 (3・4年) ALT 来校 (5・6年 ももんが学級)
17	火	PTA 資源回収 スクールカウンセラー来校 (8:30～11:30)
19	木	スケート体験 (1・2・3年 アイスアリーナ)
20	金	スケート体験 (4・5・6年 セキスイハイムスタジアム)
23	月	4～6年生 6時間授業
24	火	ALT 来校 (5・6年 ももんが学級) スクールカウンセラー来校 (8:30～11:30)
25	水	2学期終業式 (通常5時間・給食あり)

【冬季休業日】
12月26日(木)～1月14日(火)…20日間

【3学期始業式】
1月15日(水)…通常4時間授業給食あり

2学期終業式 12月25日(水)

この日は、全学年通常日課で5時間授業となります。14:20頃の下校となります。

登校時刻についてのお願い

本校の毎朝の玄関開錠は8:15となっております。様子を見ておりますと、8時前に登校し、玄関前で待機する子が見受けられます。安全面を考慮し、8:15～8:25を目指して登校するよう、その都度声をかけております。

お子さんの安全を確保するために、家を出発する時刻についてお子さんと相談していただき、8:15～8:25の間に学校に到着するよう、御協力をよろしくお願いいたします。

MK コンサート御来校のお礼

11月16日(土)に行われたMKコンサートでは、たくさんの方に御来校いただき開催することができました。

発表の度に温かい拍手をいただき、子どもたちも頑張ってきたことに自信をもつことができていたようです。また、御家庭で御記入いただいた感想カードは、校内に掲示し子どもたちの今後の学校生活の励みとなるように、活用させていただきます。ありがとうございました。



土曜参観について

12月7日(土)、「土曜参観」を行います。MKコンサートでは、子どもたちの成長がたくさん見られたと思います。今回は、日常の授業の様子を見ていただきます。たくさんの保護者の方の御来校をお待ちしております。授業の詳細につきましては、2日(月)に配付するプリントを御覧ください。

玄関開錠 9:15～(東・西玄関)

参観授業 9:35～10:20



PTA 行事について



授業参観後、PTA 行事を体育館で行います。詳しくは、11月5日(火)に配付しております文書(訂正版を11月19日にすぐるにてお送りしております)を御確認ください。

PTA 行事 10:40～11:50頃

児童下校 11:55頃

跳び箱 week(12月2日～)

各学年の体育科の学習は、この時期、跳び箱運動(1・2年生は跳び箱遊び)が行われます。この期間に体育館に跳び箱を常設し、それぞれの児童の技量に応じた場を作り、跳び箱の楽しさを味わわせます。寒さが増してくる季節ですので、運動する機会を増やす取組の一つです。

12月のスクールカウンセラー来校日

お子さんについて、学校や家庭で気になることがありましたら、スクールカウンセラーにお気軽に御相談ください。希望される際は、教頭(581-5291)まで御連絡ください。

◇12月 3日(火) 8:30～11:30

◇12月10日(火) 8:30～11:30

◇12月17日(火) 8:30～11:30

◇12月24日(火) 8:30～11:30

