

「食育」報告

平成二十六年



伊那市立長谷小学校
26. 11. 13

長谷小学校の学校教育目標

「本気で取り組む子ども」

- 自分で考え自分から取り組む **長谷の子ども**

ふるさとを誇りに思う

食こそ人と人がつながる

「おすそわけ」で広がる人の輪・・・食育

長谷小の食育の目標

- | | | |
|------|--------------|---|
| お・・・ | おいしい食事はマナーから | 1 |
| す・・・ | すききらいなく豊かな食材 | 2 |
| そ・・・ | 爽快な朝 | |
| | 早寝、早起き、朝ご飯 | 4 |
| わ・・・ | 分け合うことで心が育つ | 4 |
| け・・・ | 健康づくりは食事から | 3 |

1「お」おいしい食事はマナーから

食事（給食）のマナー

- 身支度・手洗い・あいさつ
- 全員が給食当番……見返し

■給食の先生方への感謝

下膳・なるべく完食

感謝のメッセージ

食事の様子の参観

共同調理場の参観

栄養士の先生との交流



給食室とのつながり

- 日々の給食
への感謝

- 行事献立

お楽しみ献立

セレクト給食

紅白もち米ボール

アンパンマンごはん



アンパンマンのごはん



家庭とつながる給食室

- ・献立

食材の分かる献立表

- ・お弁当づくり

給食をお弁当箱に
詰める 4年生予定

給食試食会・・地域と



家庭数の半分以上が給食試食会への参加
長谷総合支所の皆様の参加

学習の中の食 畑大好き1年生



お友だちと協力



2年生の大豆・大根作り



こんな素敵な絵が描けました



3年生社会見学 長谷のクロワッサン



食後の水やり





4年生のゴーヤ、トマト



みんなの遊び場になる 畑



5年生の米作り



5年生の米作り



6年生のサツマイモ (全校の焼き芋・・長谷小の行事)



畑の管理

- 草取り
 - ひとりひとりの分担制
 - 1週に1度お掃除を草取りタイムにする。
 - うねづくりの工夫・・草取りを機械で
 - マルチをかける。わらや段ボールを敷く。
- 水やり
 - 給食後の水やり



2「す」好き嫌いなく豊かな食材

新鮮な食材・地域の食材

中学校の給食室

小学校の畑から給食室へ

しいたけ・よもぎ・大根・とうがらし



ふるさと食材との出会い



郷土の味をいただく

ふるさと祭り

鹿鍋、おやき、五平餅

給食

鹿肉の導入を計画

・中学校で利用、その結果で小にも利用

ふるさとの食材

郷土に伝わる作物
高遠の内藤とうがらし

漬物

大根漬け

切り干し大根



4 「そ」そう快な朝、 早寝・早起き・朝ご飯

- 朝ご飯を食べる、98%の家庭
伊那市の平均85%
- 食べていなかった家庭がきちんと食べるようになる。

課題・・・朝ご飯の内容の充実 孤食ですか？

家庭の協力

- ・栄養士さん・・・簡単朝ご飯のレシピを
各家庭配布

子どもたちへ

- ・劇のキャラバン隊
- ・孤食かどうか

4「わ」分け合うことで心が育つ

- 畑の作物のおすそ分けの意識の高まり
姉妹学級 職員室 家庭
「人と人とのかわり」「思いやり」
「相手を思う心」



今日は早速、掘ったサツマイモで「チーズ入り蒸しパン」を作りました。サツマイモを賽の目に切って、チーズと共に混ぜ込みます。太いものを切るのには苦労しましたが、協力しておいしい蒸しパンを作ることができました。たくさんできたので、全校のみなさんにも「おすそわけ」しました。お昼休みに「おいしかった」「ごちそうさま」「ありがとう」…と他の学年の友だちに言われてちょっと照れたようなうれしい4年生でした。

4「わ」分け合うことで通じる気持ち

- 学校のご近所さんへお届けする。



地域からのおすそ分け

地域の方の応援

- 田や畑をお借りする。
- うねづくり
- 大根漬けのレシピ紹介

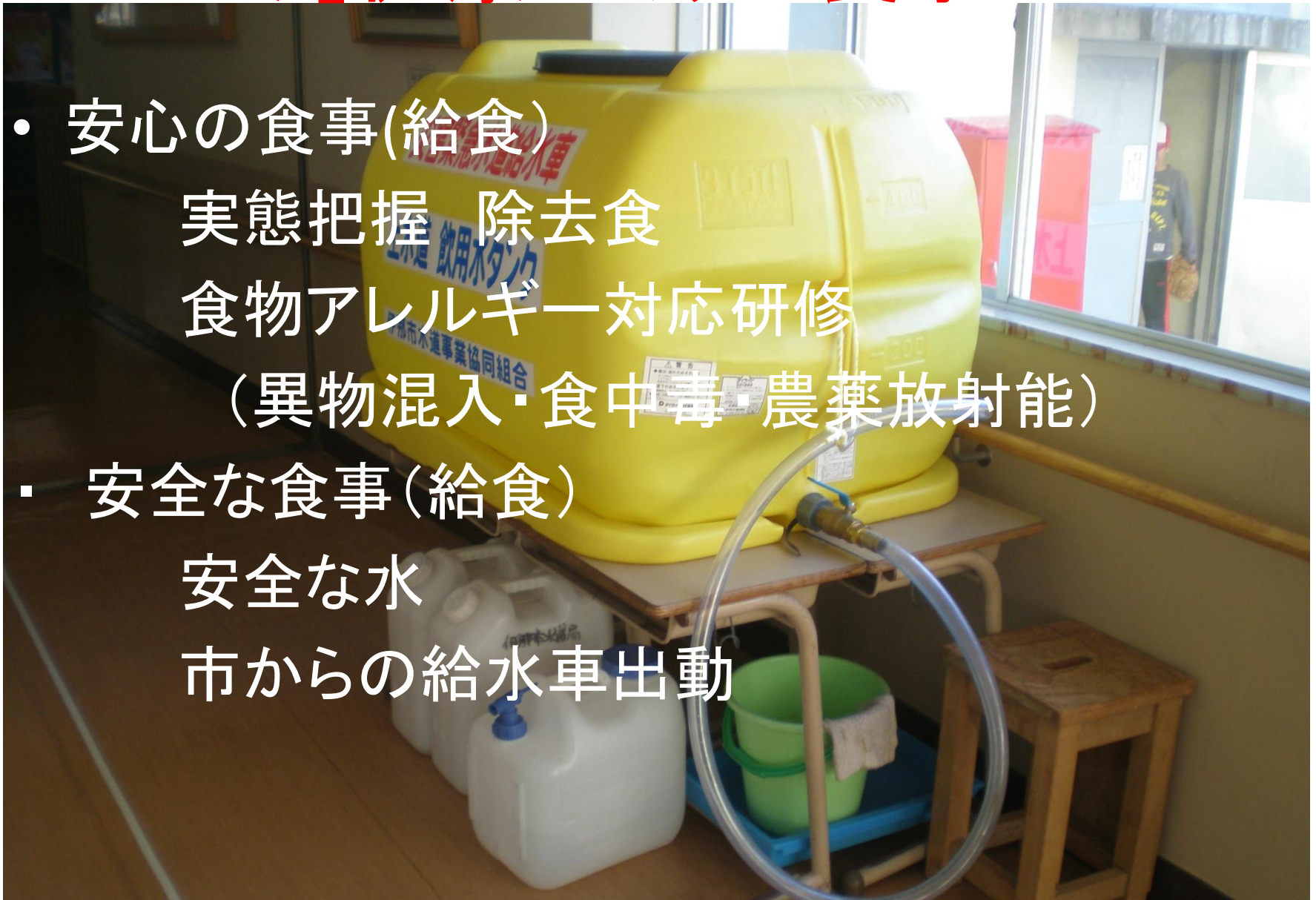




草餅づくりを学ぶ

3「け」健康づくりは食事から

- 安心の食事(給食)
 - 実態把握 除去食
 - 食物アレルギー対応研修
 - (異物混入・食中毒・農薬放射能)
- 安全な食事(給食)
 - 安全な水
 - 市からの給水車出動



課題・・「食育の時間」

- 時間割の中に位置づける。
朝の活動の時間・お掃除の時間
- 「くさぶえ」の時間
- 教科の中へ

職員の教材研究

- 高遠の内藤がらし
- 大根
- ゴーヤ
- なす
- きゅうり

長谷小学校ホームページ



まとめ

- 「食育」はすべての基本。心と体の健康
欠席率0.8。
- 学校目標を具現化できる「食育」。
- 「おすそわけ」で育つ子どもたちの心。
- 「食育」で深まる地域とのつながり

まとめ

- ふるさとに思いを寄せる子が育つ「食育」
- 子どものころの郷土の「食」の体験
- さまざまな方々の「食」にかける思いを理解し感謝できる子どもたち。
- 「食」について語る。これが今、学校現場を元気にしていく。
- 打てば響く長谷の地域へ発信を続けたい。

長谷の自然と食と人

