



学級だより

今年の家庭教育学級のテーマは
「健康に関すること」です。

そこで、心の健康や体の健康に関わる講座を年間通
して企画したいと思います。

☆家庭菜園

☆調理の工夫(子どもの好きな味付け)

☆食べなくても食卓に出す

野菜を摂らせるには

☆効率よく体に吸収できる献立

・スープ等でたっぷり使う

・旬の野菜を使う



校長先生からの話では、子どもと同じ視線にたつ
ことの大切さを学びました。

また、食育講話では家庭菜園で野菜を育てたり、
一緒にクッキングしたりして食材や料理に関心を
持たせ、家族みんなで同じ物を食べることの大切さ
を学びました。そして給食の試食や子どもたちの給
食の様子を参観して、日々の食卓の中で旬の野菜の
出番が増えるよう、工夫していきたいと感じました。

H24.6.5 発行.

去る5月18日(金)に
『開級式』
『食育講話』
～子どもの健やかな成長に
必要な食事とは～』
『給食試食会・給食参観』を
行いました。

『開級式』

☆子どもの話をよく聞いてあげることが大切

・忙しくても子どもの話を無視しない

☆子どもは親の後ろ姿を見て育つ

・常に言葉遣いや行動を見られている

☆子どもの叱り方

・視線を合わせて納得できるように話す

・叱りっぱなしはいけない

・見守ることが必要

『食育講話』

<子どもの偏食について>

☆朝食…炭水化物をきちんと取ることで脳が活性化

☆おやつ…夕飯に影響のでない量

偏食(野菜不足)が及ぼす影響

☆食物繊維の不足で便秘症になる。

☆あごの発達に影響を及ぼす。

対応策

☆声かけ(食べたことに対してほめる)

☆料理に関心を持たせる(一緒にクッキング)



次回の学級は、6月13日(水)
『親子の防犯講座』です。

7月19日(木)は
『子どものメンタルケア講座』を
(1, 2年生の保護者対象)

開催します。後日開催のお知らせを
配布いたしますので、ふるってご参加
ください。

★編集後記★

ご参加いただいたみなさま、お疲れ様でした。この学級だよりが、
みなさまの学習のサポートになることを願っております。

