

令和5年度 学校だより



丘の学び舎

所沢市立上新井小学校
3月号
児童数 737名
校長 伊藤 公雄

＜段差をなだらかに＞

春に向けて、季節の転換期を迎えていますが、気温の上下が例年になく激しく、穏やかな気持ちで春を待つとはいかないようです。四季の恵みの豊かさを味わえるとはいえ、身体の管理はいつも以上に大切です。

春は、子供たちにとっては、1段成長する時期でもあります。期待や喜びがある一方、不安を覚えることもあるかと思います。お子さんの状況に何か心配なことがありましたら、いつでも相談してください。



■食育の充実を 「食べる」を楽しむ。

食事を通して栄養を摂取することは、体力向上の面からもとても重要です。給食の時間は、空腹を満たすための時間ではなく、「食べる」ことを教育する時間と考えています。

第三給食センターでは、各学校の残菜率をまとめています。そのデータからは、上新井小学校は他校と比較して、極端に少ない学校であることがわかりました。つまり、給食を残さずによく食べる子が多い、ということなのです。

これまで、コロナ禍で子供による配膳ができない間でも、教員が食缶をかかえ、子供の席を周り、おかわりを配ってきました。教員にとっては、ゆっくり食べる時間も無いですが、それを続けてきた成果です。

実際に、新体力テストでは、総合評価A+B+Cの数値が、前年より下がっているものの、市や県の平均値を上回っています。

しかし、子供をさらに伸ばすという視点から、考えてみますと、大きな問題が見られます。

全体として、食べる子が多く、食べる量も多いのですが、給食の時間に一人一人を見ていきますと、食べる量が少ない子がいるのです。食べ慣れないものを避けたり、好き嫌いが多かったりするようです。一人分の半分、いや、少なくともスプーンひと口位は食べるようにしてほしいです。

献立は、カロリー計算に加え、栄養のバランスも考えられています。同じ献立が続くこともありません。5年生の家庭科では3色食品群について学習しますが、子供たちがそれ以前から、無意識的に、栄養バランスの良い食事ができているということは、とても大切なことではないでしょうか。

年間食事回数のうち、学校給食の回数は、2割程度しかありません。残り8割を担う保護者の皆さんと一緒に、食育を充実させていきたいと思っています。

日本は、海や山に囲まれ、四季に恵まれ、多様な食材があります。他国の料理方法も取り入れ、様々な食事を楽しめる国です。「食べる」ことを楽しんでほしいと思います。



2月29日の給食。
おでん、サバの文化干し、菜の花のおひたし

※[学校ブログ](#) (学校 HP) をご覧ください。

「[いいね](#)」のランキング(2/28 現在)

- ①26 大谷翔平選手のグローブが届きました。
- ②16 埼玉プロンコスの選手(五十嵐選手)が学校に来ました
- ③14 競書会

[雪遊び\(全学年\)](#)が6なのが、残念です。