

# くりまっこ

元気いっぱい 笑顔あふれる 栗真の子



## 5年生で「食教育」を行いました！

7月8日（月）1限目に、5年生で「おやつ」をテーマにした食教育を行っていただきました。前回紹介したように、栗真小学校には、栄養教諭が在籍していないため、白塚小学校の栄養教諭に「食教育」の授業をお願いしています。今回の授業は、「おやつのとりの方をふりかえることができる」「自分に合ったおやつのとりの方法ができるようになる」という目標で行いました。まず、子どもたちに「おやつ役割」について聞いてみました。子どもたちからは、「リラックス効果がある」「頭を活性化させる」「宿題をするときに元気が出る」「ストレスがなくなる」などの意見が出されました。おやつの一つ目の役割「心の栄養になる」は正解です。もう一つ「足りない栄養素を補う」という役割もあります。

次に、「おやつ選び」です。何種類かのおやつの中から、最高3つまでのおやつを、子どもたちが選んでみました。「麦茶・キウイフルーツ・チョコレート」を選んだ子、「コーラ・ポテトチップス・フライドチキン」を選んだ子など、自由に選んでいました。すると、先生からは、給食一食分が780kcal、ご飯一杯分が270kcal、一日にとって良いおやつを目安としては200～300kcalということをお伝えしていただきました。子どもたちが選んだおやつ cal の合計を合わせてみると、200 kcal に満たない子が数人いましたが、中には800 kcal を超える子も複数人いました。給食一食分の cal を超えているので、取り過ぎですね。

おやつによっては、1つだけでも300 kcal を超えるものもあり、おやつ選び方に気をつけることの大切さを学びました。また、子どもたちがよく食べているおやつには、糖質や脂肪分が多く含まれているものが多いことも分かりました。日頃の食事だけでは十分に摂取できていないビタミン類・食物繊維や、タンパク質・無機質の多く含まれているおやつを選ぶことの大切さも学びました。最近のお菓子のパッケージには、栄養成分が表示されているので、それを確かめながら選ぶことも一つの方法ですね。



## 不審者対応の避難訓練を実施しました！

7月10日（金）2限目に「不審者対応の避難訓練」を実施しました。当日は、津警察署防犯安全アドバイザーの方に不審者役になっていただき、6年生教室に侵入するという設定で行いました。子どもたちは、事前指導において、学校内で不審者に出会った時の対応について話し合ったり、避難するときの「おはしもち」の徹底について確認したりしていますが、いざというときの避難経路については、訓練だからこそ上手くいったというのが本当のところだと思います。不審者がどこから侵入し、どこへ入ったかによって、避難場所やそこへの避難経路が変わってきます。大切なのは、火事の場合と同じように、現場に近づかないように避難することです。とは言っても、不審者は、火事の現場と違って、移動することも十分あり得ます。そのため、警察に引き渡すまでは、「不審者を同じ場所に留めておく」という教職員の不審者への対応が鍵を握ることになります。その意味では、今回の訓練は、子どもたちのための訓練でありながらも、教職員のための訓練でもありました。

今回の訓練を通して、教職員は、子どもたちの安全確保を第一優先に考え、避難経路や報告連絡体制等を把握徹底し、いかなる事態に対しても適切な行動がとれるようにすることを学びました。そして、子どもたちに対しては、今回の訓練だけでなく、常日頃から、どんな有事であっても、冷静に判断し、自分の身は自分で守る力が身につけられるように、指導していきたいと考えています。



## 七夕飾りが飾ってあるよ！

7月3日（水）に実施した「七夕集会」で、縦割り班ごとに作成した「七夕飾り」が、職員室前廊下の掲示板に飾ってあります。「学校だより・第17号」で紹介した「願い事」の他にも、その子らしい「願い事」がたくさん飾ってあります。来週に実施される個別懇談会で来校された際に、ぜひご覧ください。



### 【子どもたちの作品】

～1年生の作品～

