

栽培・収穫・調理体験

やまよし保育園



育

「これから野菜の収穫をしますよ」「はい」
園児たちは、保育園のそばにある畑に向かいます。
畝に沿って並ぶと、目の前には養分たっぷりの土から顔を出す大根や白菜、水菜。掛け声に合わせて、数人がかりで収穫します。「土のにおいがする」。手を泥だらけにして、用意した段ボールに野菜を詰めました。
西宮市山口町下山口四のやまよし保育園。同園では四十一年以上前から近くの畑で野菜を育て、園児が収穫調理をしています。季節ごとにたまねぎやトマト、じゃがいもなど種類はさまざま。いずれも有機肥料を使っています。

園児自信野菜嫌い解消

取りたての野菜を手に笑顔の園児たち = 西宮市下山口、やまよし保育園

「これからの野菜の収穫をしますよ」「はい」
園児たちは、保育園のそばにある畑に向かいます。
畝に沿って並ぶと、目の前には養分たっぷりの土から顔を出す大根や白菜、水菜。掛け声に合わせて、数人がかりで収穫します。「土のにおいがする」。手を泥だらけにして、用意した段ボールに野菜を詰めました。
西宮市山口町下山口四のやまよし保育園。同園では四十一年以上前から近くの畑で野菜を育て、園児が収穫調理をしています。季節ごとにたまねぎやトマト、じゃがいもなど種類はさまざま。いずれも有機肥料を使っています。

食に学べ

カルシウムの大切さ学習 北夙川小



骨をテーマにカルシウムの大切さを学ぶ児童
= 西宮市石劔町の北夙川小学校

知

食育授業

「カルシウムについて考えよう」
石劔町の北夙川小学校の四年三組。二分の一成人式おめでとう給食の実施を前にした食育授業のひとつです。骨の役目を尋ねた学校栄養職員の古野和子さんの質問に、児童から元気な答えが返ってきました。
四年生は骨の急激な成長期に当たります。黒板には、生後六カ月、九歳、二十歳時の手のエックス線写真の略図を貼って、骨の仕組みやはたらきを学びます。続いてカルシウムビンゴゲーム。骨の成長に欠かせない食品を知る試みです。配られたプリントには、バナナやししやもなど二十種類の食品があり、それを九つのまに書き込みます。「牛乳」「チーズ」とカルシウムが豊富な食品が読み上げられ、一列に並んだ児童は大喜び。「牛乳が苦手なら小魚や海そう、大豆製品を食べてね」「色の濃い葉野菜にも含まれるよ」と古野さんは話しかけました。最後に、年齢を横軸に骨量を縦軸にしたグラフが示されました。男女とも二十五歳ごろをピークに骨量が減り、特に女性の落ちこみは明らかです。「大変」「どうするの」と声を上げる児童に「ビンゴゲームで出てきた食べ物があれば大丈夫。今からしっかり食べておけば心配ないよ」と、改めてカルシウムを含む食品の大切さを伝えました。

給食残量ゼロ活動

苦楽園中



「残さず食べてるよ」。空っぽの食器が生徒の思いを代弁
= 西宮市苦楽園三番町の苦楽園中学校

心

「残さぬ」生徒に浸透

「給食残量をなくそうキャンペーン」と題した取り組みが、苦楽園三番町の苦楽園中学校で展開されています。生徒会が四年前から本格的に始めたもので、給食終了後に残量を調べた後、三種類のシールを使用して各クラスで競っています。同中の給食残量は当初は4・95%でしたが、一年後は3・04%、二年後の一学期は0・34%に大きく減りました。この一年あまりで減った残量は、ご飯に換算すると三千七百七十四人分にもなります。
なぜ食べ残しがこんなに減ったのでしょうか。同中には、各クラス二人計二十六人の厚生委員の生徒がいます。厚生委員は交代で給食時間の前後に食器のリフト室で待機。返却された食器を見て、「パーフェクトシール」「残量ゼロシール」などのシールをクラスごとに表に貼っていきます。一年生の道徳の授業では、作りの調理員の思いを伝えることで、食べ残しが減っていくことがうれしく話しています。

「残さず食べてるよ」。空っぽの食器が生徒の思いを代弁
= 西宮市苦楽園三番町の苦楽園中学校