



すぎのこ つうしん



船橋市立金杉台小学校 学校だより 10月号

校長 中野 誠

〒273-0852 船橋市金杉台2-1-7

金杉台小ブログ

電話047(448)3876

ホームページ <http://www.city.funabashi.lg.jp/gakkou/0001/kanasugidai-e/index.html>

実りの秋、食の力を味方に ～給食試食会が復活！～

校長 中野 誠

仲秋の候、保護者・地域の皆様にはご健勝のことと存じます。5連休となったシルバーウィークですが、台風の影響を受け、本市や近隣市町村に大きな爪痕を残しました。被災されたすべての皆様にお見舞いを申し上げます。

さて、不安定な天候が続く中ですが、季節は本格的な実りの秋を迎えました。校庭の木々も少しずつ色づき始め、豊かな自然の恵みを感じることができます。また、たくさんのおいしい食べ物が収穫される時期です。そのような中、先日ある製菓会社が実施した「子どもの食育とデジタル活用に関する調査」の結果が報道されました。そこには、保護者の6割以上が「子どもの偏食と食わず嫌い」に悩み、教員の8割が「偏食の児童が増えていると感じる」と回答しています。



もともと子どもには味を感じる味蕾（みらい）が大人の2倍近くあり、味にとっても敏感です。それは太古の昔から、食の経験が少なく、発達途上にある子どもたちが、自分の命を守るために身に着けたものだと言われています。毒や腐敗物を口にしないために酸っぱいものや苦いものを嫌い、確実にエネルギーになる甘いものを大いに好むという生存本能です。子どもに好き嫌が多いのは、子どもたちなりに自分の身を守り、健やかに育とうとしている証拠とも言えます。そのうえで近年、偏食の傾向が増えていると感じられる背景には、旨味や甘味がしっかりと調味された加工食品が増えたことや、食材そのものに触れたり興味を持ったりする機会が減っているためであると言われています。

一方で、人間は大人になるにつれて「何度も安全に食べる経験」を重ねることで、かつて苦手だった味をおいしいと学習し、食べられるものが増え、成長とともに偏食は改善されていきます。近年の研究では、この偏食の改善が子どもの学力や記憶力、集中力の維持にも深く関わっていることがわかってきました。主食・主菜・副菜のそろったバランスの良い食事をとる児童ほど学習の正答率が高い傾向にあり、逆に偏った食事や特定の栄養素の不足は、脳の記憶力や集中の持続、情緒の安定にも影響を与えることが示されています。学校では、給食の時間を通してみんなと楽しく食べる経験や一口チャレンジしてみる機会を大切に、子どもたちが成長とともに偏食を克服できるよう温かく指導してまいります。ご家庭でも前向きな声をかけていただければ幸いです。



本校では来月、PTAの協力を得て7年ぶりに給食試食会を復活させます。子どもたちの喫食の様子をご覧いただきながら、給食の試食を体験していただき、家庭と学校が同じ目線で子どもたちの食育に力を注ぐ機会となればと願っております。

生活目標

すすんで読書をしよう

◆スクールカウンセラー来校日のお知らせ ご相談がありましたら、担任または教頭までご連絡ください。

市 SC : 13日、27日

県 SC : 8日、22日