

## 家庭教育サポーターとともに考える

# 親から子へ “食” に込めたメッセージ



子どもたちの生きる力を育むために、食の果たす役割は大きいものがありますが、現在、社会環境や家庭環境の変化に伴い、食生活の乱れや食事マナーの低下、食に対する感謝の念の希薄さ、食品ロス(注・1)などの問題が起きています。

このような中、本市の学校教育では、「宮っこ、食べっこ、元気っこプラン ～宇都宮市学校教育食育推進行動計画～」のもと、食を通して自らの健康を考え、判断し、実践できる“たくましい宮っ子”を目指して、学校と家庭・地域・企業との連携を図りながら食育を推進しています。例えば、家庭との連携した取組の一つとして、「お弁当の日」があります。(注・2)

今号では、今後ますます重要になってくる食に関する家庭の役割などについて、身近な地域で家庭教育支援のボランティア活動を行っている家庭教育サポーターの方々と一緒に考えてみました。この機会に家庭の食育を振り返ってみませんか。

※情報誌作成委員紹介コーナーは、3ページです

(注・1) 「食品ロス」とは、食べられるのに捨てられてしまう食品のことです。

(注・2) 本市の学校給食レシピを「クックパッド」で発信中です。給食のレシピや学校の食育の取組を紹介するブログを掲載しています。ホームページ▶<http://cookpad.com/kitchen/14312506>



QRコード

## 「食」を通して、“子どもに伝えたいこと”

### 「食」の大切さ

正しい食習慣とバランスの良い食事は、体だけでなく心の成長にも大切なこと。特に、朝ごはんは、体と心の目覚めのスイッチ！



### 「ありがとう」の心

食事を作ってくれた人、食材を育ててくれた人、もちろん食材そのものにも感謝



### 食事の楽しさ

みんなで食べるとおいしさUP



### 食事のマナー

「いただきます」や「ごちそうさま」、食事の姿勢やおはしのつかい方、配膳の仕方など



#### 【表紙について】

(左上)親子ふれあい給食の様子(富屋小学校)

(左下)子どものたくましさを育む取組「じゃれつき遊び」(さつき幼稚園)

(右)おばあちゃんのために作ったお弁当(若松原中学校3年牧野亜由夢さん、2年棚瀬末奈美さん)