

九条北小学校 校長室だより

NO.37 令和2年6月19日



明日6月20日は、「入学式」です。新型コロナウイルス感染症の影響で、この時期の実施となりましたが、心を込めてお祝いしたいと思います。1年生の保護者の皆様、出席の程、よろしくお願いいたします。

★明後日6月21日(日)は「父の日」!★

父の日は世界的な行事ですが、各国でその日にちは違うそうです。日本では「6月の第3日曜日」と定まっています。

実は、父の日は、母の日と密接な関係があるようです。母の日は「アンナ・ジャービス」さんという一人のアメリカ人女性の、母親を想う気持ちから生まれ、全米に広がっていったということですが、父の日も「ソノラ・スマート・ドット」さんという一人のアメリカ人女性の、父親を想う気持ちが世界に広まったそうです。

ドットさんの父親は戦争に招集されて、その間、母親一人で6人の子どもを育てることになったそうです。父親が戦争から戻るも、母親は過労のために亡くなってしまいます。それからは、父親が6人の子どもを男手一つで成人まで育て、その後亡くなっています。母の日がアメリカに広がりだしたころ、父親を敬愛しているドットさんは、「母の日があるなら、父の日もあってもいいのではないか。」という思いで、父の日を提唱します。そこから次第に広がっていき、世界各国にまで届くようになったそうです。



★ 毎月19日は「食育の日」! ★

4月19日と毎月19日は、食育の日です。4月19日の「419」で「食育」、語呂合わせで決められています。また、2005年6月10日に「食育基本法」が成立したことから、毎年6月は食育月間と定められています。

すべての教育の基礎となるのが食育!

「食育」という言葉は、明治時代の医師・石塚左玄（いしづか さげん）が著作のなかで記した「体育智育才育は即ち食育なり」という一文に由来するそうです。石塚左玄は「玄米・食養」の元祖で、栄養学がまだ学問として確立されていない時代に、医食同源としての食養を普及し食育を提唱しました。

「食育基本法」の前文に、「食育を、生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎ともなるべきものと位置づける」と明記されてます。

健康で心豊かな生活をおくるには!?

現在、国が特に力を入れて取り組んでいるのが、「**朝食を食べる**」「**バランスの良い食事をとる**」「**農林漁業体験をする**」の3点。ちょっと聞き慣れない農林漁業体験とは、田植え（種まき）、稲刈り、野菜の収穫、家畜の世話などを通して、米や野菜、肉、魚など、自分で食べるものを育てて収穫することで、食に対する関心や興味を育むというものです。

「朝食を食べる」と「バランスの良い食事をとる」は、わかっているけどなかなかできない!という人も多いのでは。朝食を食べる習慣は、食事の栄養バランス、生活リズム、ストレスなどの心の健康、学力・学習習慣や体力など、毎日の生活に深く関係しているそうです。

