

機 同 啄 啐



大阪市立榎本小学校

1月13日

NO、17

食 育

「人が良くなる」と書いて、「食」となります。

体に直接いれるのが「食」ですから、影響が小さいはありません。だからこそ「食育」は重要です。

食育には、次の3つの面があると考えられます。

1, 選食能力の育成

何を食えば安全なのか。

何を食えば健康になれるのか。

学校給食では、アレルギー対応を丁寧に行っています。しかし、いつでも誰かに頼るといふわけにはいきません。自分で判断することができる力をつける、そのために食育が必要になります。

2, しつけ

箸の持ち方に代表される食事のマナーです。

子ども達のなかには、よく食べることができるなあときどき驚くような持ち方をしている子もいます。

箸の持ち方と鉛筆の持ち方に深い関係があります。

2本の箸の下に1本を抜く。残った1本が鉛筆の持ち方になります。箸の持ち方が悪いということは、鉛筆の持ち方もおかしいということになります。

鉛筆の持ち方は、文字の美しさにも直接関係してきます。

欧米では「箸が上手に持てなければエリートとは言えない。」と本に書いてありました。外国からのお客さんが多く日本に来ています。その訪問客に、見られても恥ずかしくない箸の持ち方を体得してほしいものです。

3, 食糧問題

日本の食料自給率が低いことは、ご承知のことと思います。カロリーベースは38%、生産額ベースでは61%にすぎません。食料の輸入が止まれば、必要なカロリーの38%しか、国内では賄えません。

そんな日本ですが、年間で460万tの食料を廃棄しています。大型トラック1270台分の食料を1日に廃棄している計算になります。700万tあれば、世界中の全ての飢えている人を救えると言われていています。子ども達には、そんな事実に向き合えるようになるためにも食育は必要なのです。

学校給食の歴史



明治22年の日本最初の給食献立

戦後しばらくは脱脂粉乳にコッペパン

昭和27年ころの代表的な給食献立。コッペパン、脱脂粉乳、鶏肉の竜田揚げ、せん切りキャベツ、ジャム。

牛乳、デザートもつくようになり、献立が年々広がっていった。

豊富な献立内容は、レストランと同じランチに進化

写真：学校給食歴史館、月刊『学校給食』、独立行政法人日本スポーツ振興センター、文部科学省など