



令和2年2月18日
発行 給食委員会
No. 4
食育だより
～ランチタイム～

親から子へ“食”という愛の形・食育講演会！

2月14日（金）、マイ弁当の日を実施したこの日、午後から食育講演会が行われました。今回講師として、マイ弁当の日を日本で初めて提唱された竹下和男先生をお招きし講演会を実施しました。お話の中で先生は、

- 「はなちゃんの味噌汁」について、はなちゃんのお母さんは、はなちゃんに「正しく食べて生きる」ことを身につけさせたこと。
- 親が子どもに愛情を与えると、子どもは素敵な大人になること。
- 台所に興味を持ったときに、けがをさせることを恐れず、子ども自身に調理をさせ、自分で食べることができる力を身につけさせること。
- ゲームやメディアばかりに接触し、好きなことだけをしている子どもは「人間脳」と呼ばれる脳が発達せず、引きこもりになったり、犯罪を犯す可能性が高い。また、人の痛みや悲しみを感じたり理解することが難しく、人をいじめる可能性も高くなること。
- 「マイ弁当の日」を通して、親からの独立宣言を果たすことができた生徒がいたこと。
- 人は置かれた環境に適応すること。しかし、その環境も自分で変えることができること。

などについて約1時間30分、しっかりと話をされました。また、竹下先生は、「食」を変えることによって子どもを産むためのしっかりとした体を作る大切さや、「子育ては楽しい」という気持ちを自分の子どもたちに引き継いでいくことで、日本全体の少子化にも歯止めをかけることができることについても話をされました。

生徒たちも「食を通してこんなにも人は変わることができる。」ことに気がつき、普段の自分の行動を振り返ることができました。参加された保護者の方も目頭を熱くさせながら、熱心に聞き入っていらっしゃいました。今年度、そして来年度の食育の研究発表に向けて素晴らしいご講演をいただきました。マイ弁当の日と竹下先生の講演会を通して「食」に関する関心を高めることができた1日となりました。

以下に講演を聴いた生徒の感想を紹介します。

- *母親ばかりに頼っていると、何もできない大人に育っていくことがわかりました。「自分のことは自分でできる。家族全員の朝食を作ることができる」自分になっていきたいです。
- *中学生になってお母さんの仕事が忙しく、私が夕飯を作る機会が増えました。これも環境が変わったせいだと気がつきました。これからは家族に「おいしい」と言ってもらえるような食事を作っていきたいです。
- *親が子どもにしたことは、良いことも悪いことも受け継がれていくことに気がつきました。自分の子どもに受け継ぎたいことを、今のうちに自分もできるようになっておきたいです。
- *私はよく、祖母と一緒に夕飯を作ります。そして、遅く帰ってきた母が喜んで食べてくれます。だから私は料理が大好きです。
- *私はこれまで自分のためだけに時間を使ってきました。でも家族全員分の食事を作るなど、人のために時間を使うことが豊かな人生につながっていくことに気がつきました。まずは自分で自分のことができるようになり、自分の子どもも私を見てそれを受け継いでほしいです。



年間200本近い講演を全国各地で行っていらっしゃる竹下先生。「子どもの命を正しく育てていきたい」という熱い気持ちが伝わってまいりました。



真っ茶色のお弁当だが、全て自分で作った「独立宣言弁当」。出来映えではなく、自分で作る大切さが伝わってきました。