

家庭教育学級だより



平成31年 3月18日 第21号 最終号

【家庭教育学級】 核家族化・少子化・地域の連帯感の希薄化が進む現代社会においては、子育てについて気軽に相談できる機会が少なくなっています。家庭教育学級は子育てに迷い悩んだり、家庭教育のヒントを学びたいと欲していたりする保護者の皆さんに、子育てや家庭教育について学ぶ場・学ぶ機会を提供するため、石巻市が取り組んでいる事業です。

今年度は、**81機関で160回の学習会が実施されました。**その中で、これまで紙面の関係上紹介できなかった、**さくら保育園の実践を紹介します。**さくら保育園では、**年間のテーマを「食の在り方」とし、食育だよりの配布と参加型の学習会を通して、以下の実践を工夫して行ってきました。**

第1回学習会 6月19日（火）【食育だよりの配布】

＜内容＞ ○食育とは何か ○朝ごはんについて ○バランスのよい朝ごはんとは

＜感想＞ ・分かりやすかったです。 ・朝食の重要性を改めて確認することができました。
・朝ごはんを食べたときと食べないときの体温や集中力の違いが分かりました。



第2回学習会 7月11日（水）【参加型の学習会】

＜内容＞ ○開級式 ○夏野菜を使ったメニューでクッキング

＜感想＞ ・簡単にピザを作れたことに驚いた。ぜひ、家でも子どもたちと作りたいです。
・とてもよい取組だと思えます。子どもたちの表情がよかったです。

第3回学習会 7月19日（木）【食育だよりの配布】

＜内容＞ ○偏食、小食、野菜嫌いについて

＜感想＞ ・好き嫌いをなくすための工夫や、「〇〇を食べるとこうなる」という声掛けがとても参考になったので、やってみようと思います。
・「偏食」と「ばっかり食い」の違いについて、とても分かりやすかったです。

第4回学習会 8月20日（月）【食育だよりの配布】

＜内容＞ ○咀嚼と手づかみ食べについて

＜感想＞ ・朝は忙しくてつい「早く食べろ」と言ってしまうがちでした。子どものペースも大事にしてあげたいと思います。
・ホットケーキミックスを使った手づかみレシピを参考にさせていただきます。



第5回学習会 9月19日(水) 【食育だよりの配布】

- <内容> ○子どもの体と健康について ○アレルギーについて
- <感想> ・アレルギーについて詳しく記述してあり、分かりやすかったです。
- ・大人が周知していることで、対応できることが増えることが分かりました。



第6回学習会 10月19日(金) 【食育だよりの配布】

- <内容> ○子どもの生活 ○病気、食中毒について
- <感想> ・子どもの睡眠時間と風邪予防の仕方がためになりました。
- ・子どもの睡眠について、改めてその重要性を知ることができました。

第7回学習会 11月19日(月) 【食育だよりの配布】

- <内容> ○お手伝いの大切さについて ○食事の会話から食育を始める
- <感想> ・お手伝いの目安が記されていて、参考になった。チャレンジさせていきたい。
- ・食事の中の会話の話、お手伝いの話、両方ともためになりました。

第8回学習会 12月19日(水) 【食育だよりの配布】

- <内容> ○おやつ、清涼飲料水、スナック菓子 ○食べ物、栄養
- <感想> ・改めて栄養について考えることができました。食事作りの参考にしていきます。

第9回学習会 1月18日(金) 【食育だよりの配布】

- <内容> ○食事づくりについて
- <感想> ・まだ1歳なので、一緒にクッキングは難しいです。もう少し大きくなったら。
- ・子どもが喜びそうなので、家でもやってみたいと思います。興味深かったです。

第10回学習会 2月5日(火) 【参加型の学習会】

- <内容> ○子どもの食について考える ○季節の旬の食材で冬を乗り切ろうクッキング
- <感想> ・事情により中止になりました。

第11回学習会 2月19日(火) 【食育だよりの配布】

- <内容> ○出汁を味わうことで得られる効果 ○出汁のとり方
- 日本の伝統行事とその行事食の意味
- <感想> ・出汁について詳しく記載してあり、自然に出る旨みを大切にしていきたいです。
- ・伝統行事について考える機会が少ないので、改めて知ることができました。



第12回学習会の予定 3月19日(火) 【食育だよりの配布】

- <内容> ○食事のマナー

今年度も各実施機関のご理解とご協力のおかげで、当初の目標を達成することができました。ありがとうございました。次年度も更なるご理解とご協力をお願いいたします。