

熊中

クールないかした生徒
 マナーを守る(礼儀をわきまえた)生徒
 ニーズがある(必要とされる)生徒
 シーンを創れる場面を演出できる)生徒

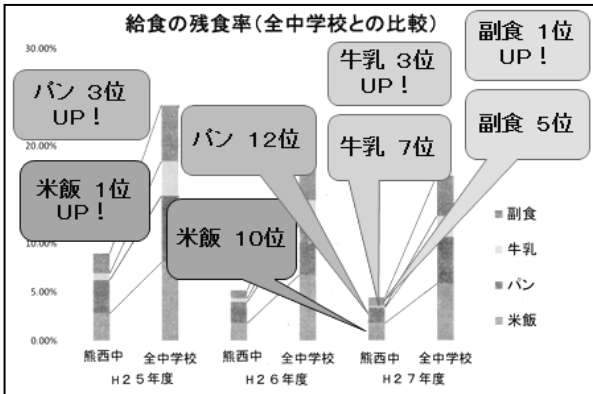
校長室だより
 第 13 号
 北九州市立熊西中学校
 校長 江口 恵子

食の大切さを学びました

栄養バランスを知った食育講演会

十一月二十五日(水)、
 筒井小学校の栄養士であ
 る宍戸えり子先生をお招
 きして、食育講演会を開
 催しました。

講演に先だって、保健
 委員会の生徒が、給食を



はじめとした食の大切さ
 や、本校の残食率について
 の発表をしました。

まず始めに、本校の残
 食率について、上のような
 表をもとに説明してくれ
 ました。

本校の残食率は、
 年々減っていて、中学
 校六十二校中、主食
 は約十一位、副食は
 五位、牛乳は七位で
 す。
 他校に比べると少
 ないほうですが、その
 説明を聞いて、残食
 がそんなにあるなん
 てと嘆いていた生徒
 が多くいて、うれしく

思いました。

また、本校で残食が多い
 おかずは、甘夏かんと野
 菜の甘酢漬け、かぼちゃの
 含め煮、ひじきごはん、ゴ
 ーヤチャンプルー、さばの
 塩焼きなどということだ
 した。

ただ、これらのおかずは
 は、ビタミン類や食物纖
 維、鉄やカルシウム、たん
 ぱく質など、大切な栄養
 素が含まれていることが
 紹介されました。だから、
 バランスよく食べる必要が
 あるとの説明には納得さ
 せられました。

次に、栄養士の宍戸先



生から、栄養のバランスについ
 てや弁当づくりについての話
 をしていただきました。最後
 まで真剣に話を聞いている生
 徒たちの姿に、宍戸先生か

自分で作った「お弁当の日」

らおほめの言葉をいただ
 きました。また、生徒たち
 も五日後の「お弁当の日」
 に向けての意欲が高まった
 ようでした。

土・日曜日に材料の買
 い出し、下ごしらえなど
 をして、月曜日の朝は早起
 きをして作りました。

学校では、各自の弁当の
 名前や材料を紹介する個
 表を作成し、全員の弁当
 の写真を撮り、感想を書
 きました。どの感想も、食
 への感謝の気持ちにあふれ
 ていました。保護者の皆様
 のご理解やご協力、あり
 がとうございました。



十一月三十日(月)、生徒
 が自分で作る「お弁当の日」
 の取組を行いました。これは
 親子でふれあう機会の充実
 と、家族に対する感謝の気
 持ちを育てていくために、毎
 年行っているものです。
 食育講演会で学んだこと
 を生かして、生徒たちは家
 庭科の授業で、各自の弁当の
 献立を考えました。

