



子供たちの食について考える

校長 五十嵐 一嘉

本校の児童は現在、秋の文化的行事である「西一さくらっ子まつり」へ向けて準備を進めています。学年によって発表形式は異なりますが、地域の皆様、保護者の皆様に練習の成果を披露したいという意欲が児童から感じられます。ご多用の折り恐縮ですが、11月15日（土）にはご来校いただければ幸いです。例年当日は体育館一杯に地域の皆様、保護者の皆様にお集まりいただいていると聞いています。鑑賞スペースには限りがあることをご理解いただき、皆様譲り合っ

ての鑑賞をよろしく申し上げます。
さて季節は秋を迎えます。この季節は旬の食材が豊富なので、食べることが好きな方には楽しい時期でしょう。

以前から子供の食事についての課題を端的に表す言葉として「コ食」がありました。私はこのコ食は三種類程度と認識していました。しかし調べてみると、最近は九種類程に増えているようです。資料によってその内容は少し違うのですが、代表的なものを紹介してみます。

- | | | |
|---|------|--------------------------|
| 1 | 「孤食」 | 子供が一人でとる孤独な食事 |
| 2 | 「個食」 | 家族がそれぞれ、違ったものを食べる |
| 3 | 「固食」 | 好きなだけを食べる |
| 4 | 「粉食」 | パンや麺類など、小麦粉が原料のものばかりを食べる |
| 5 | 「小食」 | 食欲がなく少しの量しか食べない |
| 6 | 「濃食」 | 味の濃いものばかりを食べる |
| 7 | 「子食」 | 子供だけで食べる |
| 8 | 「戸食」 | 外食ばかりの食事 |
| 9 | 「虚食」 | 朝、食欲がない 何も食べない |

いかがでしょう。生活習慣が変わってきている家庭の状況では、これらのすべてが問題というわけではありません。しかし私達がこのようなことを意識しておくことは、とても大切だと感じます。

9つのコ食のなかで、私が特に気になるのは「孤食」です。30年ほど前には、家族と一緒に食事をしていただいた回数は、1年間で700から800回といわれていました。しかし今は、その半分以上の300回程度まで減少している家庭もあるということです。人と接する機会が少なくなると、コミュニケーション能力やマナーが身に付きにくくなります。孤食が多くなることが、他のコ食を増加させる原因にもなっているでしょう。

「孤食」という言葉に対して、「共食」という言葉が使われることがあります。家族で食卓を囲むことで、食事の大切さや楽しさ、マナーや食文化を子供たちに伝えていきたいものです。それぞれのご家庭で工夫していただき、ご家族揃って食事をされるのはいかがでしょう。

日	曜	11月の行事予定		一年	二年	三年	四年	五年	六年	日	曜
1	土	開校記念日								土	1
2	日									日	2
3	月	文化の日								月	3
4	火	西ータイム 13:00-13:30		5	5	6	6	6	6	火	4
5	水	安全指導 SC		4	4	4	4	4	4	水	5
6	木	C時程		5	6	6	6	6	6	木	6
7	金	昼休み・掃除なし 委員会 13:15～	委員会	4	4	4	4	5	5	金	7
8	土									土	8
9	日									日	9
10	月	避難訓練 勤労感謝週間～21日まで	朝会	5	5	5	6	6	6	月	10
11	火	さくらっ子まつりリハーサル		5	5	6	6	6	6	火	11
12	水	SC		5	5	5	5	5	5	水	12
13	木	西ーさくらっ子まつり①（児童鑑賞日）		5	6	6	6	6	6	木	13
14	金	西ーさくらっ子まつり②（児童鑑賞日）		5	5	5	5	5	5	金	14
15	土	西ーさくらっ子まつり③（保護者鑑賞日）B時程		5	5	5	5	5	5	土	15
16	日									日	16
17	月	振替休業日								月	17
18	火	C時程 松江一中職業体験始		5	5	6	6	6	6	火	18
19	水	歯みがき週間始～11/26 SC 図書委員会集会 6年鼓笛演奏発表会（全校）	集会	5	5	5	5	5	5	水	19
20	木	鼓笛引継ぎ式（56）松江一中職業体験終		5	6	6	6	6	6	木	20
21	金	B時程		5	5	5	5	5	5	金	21
22	土									土	22
23	日	勤労感謝の日								日	23
24	月	振替休日								月	24
25	火	C時程 松江六中職業体験始 食育「バナナうんちで元気な子」（12）		5	5	6	6	6	6	火	25
26	水	SC 給食委員会集会 環境学習（5） 5年ウインタースクール説明会 14:30～	集会	5	5	5	5	5	5	水	26
27	木	社会科見学（6） 学年行事（12）		5	6	6	6	6	6	木	27
28	金	社会科見学（5）B時程		5	5	5	5	5	5	金	28
29	土									土	29
30	日									日	30

日	曜	12月初週の行事予定		一年	二年	三年	四年	五年	六年	曜	日
1	月	4時間授業 個人面談1日目 松江六中職業体験終	朝会	4	4	4	4	4	4	月	1
2	火	4時間授業 個人面談2日目 色覚(1) 研究授業のため6年4組のみ5時間授業		4	4	4	4	4	4	火	2
3	水	安全指導 昼休み・掃除なし 委員会 13:15～ 色覚(4) SC 個人面談3日目（14:30～）	委員会	4	4	4	4	5	5	水	3
4	木	4時間授業 個人面談4日目 江戸川区学力の日(区学力調査)		4	4	4	4	4	4	木	4
5	金	4時間授業 個人面談5日目		4	4	4	4	4	4	金	5
6	土									土	6
7	日									日	7

※SC・・・スクールカウンセラー勤務日

時程	授業（給食）終了時刻	下校予定時刻	時程	授業（給食）終了時刻	下校予定時刻
4時間（給食なし）	12:10	12:30頃	5時間（BC時程）	14:00	14:20頃
4時間（給食あり）	12:55	13:15頃	6時間	15:10	15:30頃
5時間	14:20	14:40頃	6時間（BC時程）	14:50	15:10頃

各学年からのお知らせ

1年

○持ち物のお願い（詳細は9月19日配布のお便りをご覧ください。）

- ①西一さくらっ子まつり「おいしいパフェをめしあがれ！」の材料・・・11月4日（火）・5日（水）
イメージカードを持ち帰っています。必要な材料を持たせてください。リース作りの際、ボンドの乾きが遅く、上手く付けられなくて困っているお子さんがいました。お子さんに確認をしていただき、乾きの早いボンドを用意してあげてください。
- ②生活科「秋のおもちゃづくり」の材料・・・11月10日（月）・11日（火）
お子さんが作りたいおもちゃを書いたワークシートを持ち帰っています。必要な持ち物を持たせてください。どんぐり虫が出てこないように、必ず処理をしたものを持たせてください。
- ③算数科「かたちあそび」と図画工作科「はこと はこを くみあわせて」の空き箱・・・11月18日（火）・19日（水）
いろいろな大きさの立方体、直方体、円柱があるといいです。できれば10個以上ご用意ください。グループで作業することがあるので、一つずつ記名をお願いします。簡単に潰れない、丈夫な箱をご用意ください。

○持ち物や記名のお願い

筆箱の鉛筆が削っていなかったり、5本揃っていなかったりするお子さんがいます。また、学級で落とし物があっても持ち主が現われず困ることがあります。学校生活に慣れ、余裕も出てきた頃だとは思いますが、もう一度鉛筆や消しゴム、ハンカチ、ティッシュなど細かいものにも記名がしてあるか確認をお願いします。

2年

○町たんけんについて

先日の町たんけんではたくさんの保護者の方にお手伝いいただき、無事に活動することができました。ご協力ありがとうございました。

○さくらっ子まつり衣装について

先日配布しました「西一さくらっ子まつり衣装について」をご確認いただき、11月5日（水）までに衣装を持たせていただくよう、準備をお願いします。

○かけ算チェックカード（黄色）について

算数ではかけ算の学習に入り、九九の練習が始まりました。学習が進んでいくと、正しく暗記しているかどうかお家の方に確認していただく宿題が出ますので、ご家庭でも練習をしてください。

○生活科「うごくうごくわたしのおもちゃ」について

身近にある材料で各自が作りたいおもちゃを作ります。作るおもちゃによって材料が異なります。作るおもちゃが決まりましたら計画表を持ち帰りますので、必要な材料の準備をお願いいたします。11月中旬から行う予定です。

3年

○「りいこの冒険」衣装持参について

先日配布しました「さくらっ子まつり臨時号」をご確認いただき、衣装を11月4日（火）までに持たせていただくよう準備をお願いいたします。

※改めて新しい服を購入していただく必要はありません。お持ちの服の中で、「さくらっ子まつり臨時号」に記載の条件に近い服をご用意ください。何かご不明点やお困りのことがございましたら、気兼ねなく担任までご相談ください。

4年

○理科室で火を用いた実験が始まります。

理科室での本格的な学習が各学級で始まります。火を用いますので、髪が長い児童は、火に髪が入らないよう髪をまとめるものを持たせてください。ただし、シュシュ等あまりにも大きいものは実験の妨げになりますのでご遠慮くださるよう、ご配慮ください。

5年

○安全マップについて

先日の安全マップ作りの時には、多くの保護者の方にご参加いただきました。子供たちの安全を守り、一緒に町の大切なことを考えてくださり、ありがとうございました。

○校外学習のお知らせ

11月28日(金)の3・4時間目にトヨタモビリティ東京一之江店へ工業の学習へ行きます。

【持ち物】

・水筒 ・校帽 ※弁当は不要です。

○ウインタースクール説明会のお知らせ

11月26日(水)、保護者の方を対象に、ウインタースクール説明会を行います。詳しくは別紙をご覧ください。児童にとって初めての宿泊行事ですので、ご参加宜しくお願いいたします。

時 間：14：30～ 1時間程度

場 所：体育館

持ち物：名札、室内履き、筆記具など

6年

○社会科見学

27日(木)に社会科見学で昭和館と国会議事堂へ行きます。当日お弁当が必要になりますのでご準備をお願いします。

○鼓笛衣装

鼓笛で使った衣装は西一さくらっ子まつり終了後、クリーニングして返却してください。1年間子供たちはよく頑張りました。ご協力ありがとうございました。

学校からのお知らせ

歯磨き週間について

11月19日(水)～26日(水)までの5日間、歯磨き週間があります。

持ち物…歯磨きセット(歯ブラシ、コップ、ハンカチを巾着袋に入れる。各々名前を書いておく)

毎日持ち帰りますので、洗って持たせてください。歯磨き粉や歯ブラシのキャップは持たせないでください。

体育の上着について

秋も深まり、だいぶ肌寒になってきました。

西一之江小学校では、体育の時間に着用できる上着についてフードやチャック、紐、ボタンなどの付属品がついてない、シンプルなトレーナータイプのものとしています。長袖の肌着を着用しての体育は原則しません。その日に着てきたものを使うことがないよう、体育用のものを体操袋にいっしょに入れておいてください。また、体が温まると脱ぐ子がいますので、必ずトレーナーに記名をお願いします。また、タイツや膝上までの長い靴下等は、運動の妨げになることがあるため、不可です。登校時に着用している場合は、体育用の靴下を持たせてください。ご不明な点がありましたら、担任までご相談ください。ご不明な点がございましたら、担任までご相談ください。