

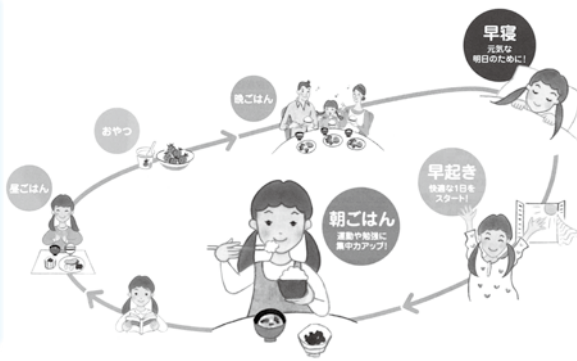
子どもの体と心を のばす食生活

子どもが成長するうえで、食事は単なる栄養補給の場ではありません。家族で食卓を囲むことで、食べる楽しさ、満足感、喜び、安らかさを感じる事ができます。また、食を通じた親子の関わりや味覚は、将来の食生活に大きく影響してきます。

「食育」で大きく育てたい 5つの力

- ① **食べ方を選ぶ力**
必要な食べ物をバランスよく食べる知識と知恵を身につけましょう。
- ② **食べ物の味がわかる力**
食材が本来もつ味やおいしさがわかる感覚を育てましょう。
- ③ **料理をする力**

- ④ **元気な体のわかる力**
健康状態を維持できる力をも身につけましょう。
 - ⑤ **食べ物の命を感じる力**
野菜、肉、魚などは自然の恵み、自然への感謝の心をもちましょう。
- 料理を作ることは、子どもの想像力、集中力、計画性を育みます。
- 健康状態を維持できる力をも身につけましょう。
- 野菜、肉、魚などは自然の恵み、自然への感謝の心をもちましょう。
- 「早寝・早起き・朝ごはん」1日を健やかなリズムでつなげよう



現在の子どもたちを 取り巻く食卓

今の子どもたちの食事の実態について、「こ食」という言葉が使われます。この「こ」という言葉には、いろいろな意味があります。

- ・「**孤食**」
ひとりで食べる。
 - ・「**個食**」
自分の好きなものを各々が食べる。
 - ・「**固食**」
自分の好きな決まったものしか食べない。
 - ・「**小食**」
食べる量が少ない。
- このような「こ食」は、体に悪影響を及ぼすだけでなく、子どもたちの精神面にもさまざまな影響を与えます。最近では、現代っ子にすぐキレる子が多いのは、食の偏りと大きく関わっているのではないかと言われています。
- みんなで食べてこそおいしく、心も満たされる**
- 心がわくわくしている時に子どもたちは良く食べます。しかし、一人ぼっちで食べた時、食事中に怒られたり、無理強いて食べさせられたりするようでは、食が進まないだけでなく、食卓は心なごむ場にはなりません。
- 「食べることは楽しくて、安心できる」。そんな思いを子ども時代にしみ込ませてあげたいものです。



小川中学校から



本校の生徒に、小川中学校の良いところについて尋ねてみると、大半の生徒が「明るく元気のよいあいさつができること」と答えます。この他にも「みんな仲良く、休んでいる生徒が少ない」「学校がきれい」などといった声がたくさん聞かれます。

問、あいさつ運動などたくさん活動を行っています。そして、それらの活動全てが、委員会をはじめ、学級や部活動などの連携を図りながら、生徒たちが主体的に活動できるように工夫されています。

その甲斐あって、生徒たちが自ら考え、判断し、自信を持って行動に移す光景をよく目にしています。そして、「小川中学校を活気のあるすばらしい学校にしよう」という気持ちで、生徒たちの心の中に徐々に根付いてきたようです。

このようなことが、生徒一人ひとりの心の中に実感として残っている背景には、「生徒会活動の充実」が挙げられます。本校では、美化コンクールやゴミ拾い活動、老人施設訪問が、どの学級も一致団結し、生徒全員がその時間を楽しく過ごしていました。

小川中学校の良さを伸ばしつつ、さらに新しい良さを発見できるように、生徒とともに我々職員も日々頑張っています。

広報文芸

俳句

春耕や尾長のつがい降り来たり
 絵馬掛けて二十歳を祝ふ晴着の子
 寒鯉の尾鰭かすかに動きけり
 ぬくぬくと子猫遊ばす障子かな
 すべて脱ぎ冬木の桜堂堂と
 寄鍋や白菜花のごとく盛り

松野 青木 俊蓉
 松野 横山 義夫
 松野 大高 富美
 三輪 永森 悦子
 下西の原 金井 和子
 吉田 国安 薫

短歌

明け初むる空に望月影うすく遠尾根ひかり元朝の春
 整然と藤棚も樹にも電球の夢誘ふがの「フラワーパーク」
 北風に枯葉飛ばして杉檜新たな年への緑ととのふ
 風邪をひくと心配する婆婆に婆婆と休むと上着を急いでぬぐ曾孫の仕草
 玄関の鉢植えの紅梅咲き満ちて茶の間まで香る早春の朝
 ちっぽけな悩みだよねと嘲笑うごとくに過ぎる朝の風は

和見 小高 歌子
 大内 薄井 キイ
 盛泉 岡 イチエ
 浄法寺 伊藤 ヨシ
 浄法寺 佐原 タミ
 三輪 石沢千代子

川柳

大丈夫友の言葉千人力
 流行のように悪事が載る紙面
 合併をしても消えない火の車
 年金のこれっぽちで生き延びる
 子沢山なんて言葉が死語になる

大山田上郷 大森 愛子
 小砂 笹沼 季子
 小川 平沢 照月
 北向田 小林やすこ
 薬利 大嶋 克明



新着図書

那珂川町 図書館



『夜は短し歩けよ女』

森見登美彦／著（角川書店）
 私はなるべく彼女の目にとまるように心がけてきた。
 吉田神社で、銀閣寺で、哲学の道で・・・我ながらあか
 らさまに怪しいのである。二人を待ち受けるのは、奇々
 怪々なる面々が起こす珍事件の数々、運命の大逆転だっ
 た。

『萩のしずく』

出久根達郎／著（文藝春秋）
 歌人・中島歌子が主催する「萩の舎」につとめた才
 女たち。のちの樋口一葉もその一人。
 一葉の友情と恋愛を生き生きと描き、文壇デビュー
 までの知られざる姿を明るく描いた作品。



『不自由な手でできしめて』

島田和子／文（佼成出版社）
 大分県高崎山自然動物園のサル「サヤカ」は、生まれ
 ながらにして、重い障害をかかえていた。長くは生きら
 れないだろう、と誰もが思ったがサヤカは、ふつつのサ
 ルと同じように恋をし、妊娠した。
 本書は、命が命を生み育てることのきびしさと感動を
 伝えるノンフィクションです。



- ◇ 『国家試験資格試験全書2009』（自由国民社）
- ◇ 『布でつくるかわいいお花』野木陽子／著（PHP研究所）
- ◇ 『リースペーパーの折り紙雑貨』小林一夫／著（中央公論新社）
- ◇ 『子家庭は波乱万丈』ドイツ・オーストリア旅物語 赤川次郎／著（新潮社）
- ◇ 『ニッポンの大学』小林哲夫／著（講談社）
- ◇ 『魔法！魔法！魔法！』ダイアナ・ウィン・ショーンズ／作（徳間書店）
- ◇ 『エイズの村に生まれて』後藤健一／著（汐文社）
- ◇ 『ひとりさむらいとこうちょうせんせい』斉藤洋／作・高島那生／絵（講談社）
- ◇ 『パンダの手には、かくされたひみつがあった！』山本省三／文（くもん出版）