

長崎ほいくだより

発行：一般社団法人 長崎県保育協会 長崎市茂里町3番24号 長崎県総合福祉センター 3F TEL.095-846-8871

No. 232
2015.5

発行人 谷間 和 啓
編集人 川瀬 光
購読料 部 55円



「子どもが作る、みそ汁から、見えてきたもの」
くらしのなかでほんの些細な出来事が、子どもが育つ環境を大きく変えるきっかけになることがあります。その一つが一週間早起きをして家族のために「みそ汁」を作る活動である「みそ汁の日」でした。小学校の授業の一端としてはじめてみそ汁作りが、食卓での会話の変化をもたらした、それに伴って子どもが変わっていったのです。

きっかけは、新たに赴任した小学校5年生のクラスを受け持ったときのことです。一人ひとりが素直で良い子達ですが、ボーとしている子、低体温・便秘の子が目立ちました。聞いてみると夜更かしをして朝から起きられず、朝ご飯も食べてこなかったというのです。これでは、授業に集中することができず、授業内容も理解できません。まずは生活習慣を整え、朝からしっかりと授業に臨める力を育成するのが先決だと感じました。そこで「早寝・早起き・朝ご飯」を身につけることをねらいとして子どもが作る「みそ汁の日」を行うことにしました。

家庭科の授業で扱われる「みそ汁作り」に着目し、調理実習を通して基本的なことを教え、一週間みそ汁作りを宿題にしました。味噌は発酵食品でもあり、整腸作用を促進し、肝臓や腎臓の解毒作用を活性化させる働きがあります。具材の野菜や海藻には、ミネラル・ビタミン・食物繊維の宝庫で、低体温や便秘にも効果があります。



食と言葉で子どもを元気に お手伝いのすすめ



保護者の協力を得て、家庭でのみそ汁作りを実践してもらいました。最終日には朝も自分から起きて、みそ汁もおいしく作れるようになり、朝ご飯も食べてから登校するようになりました。ここまでは、ねらい通りでしたが、予想外の変化もあらわれてきました。「みそ汁の日」の活動を通して大きく変わったのは子どもだけではなく、母親でした。これまでは「早くしなさい」「頑張りなさい」という言葉だったのが、朝の食卓に子どもが作ったみそ汁が並ぶと「おいしい」「嬉しい」「ありがとう」の言葉に代わってきました。子どもは母親からの「嬉しい」「ありがとう」の言葉が心に響くものです。みそ汁作りを通して、親から子へ、感謝やねぎらいの言葉が増えます。子どもの方からも親の苦労や愛情を感じ取れるようになり感謝の気持ちを持てるようになるようになります。家族がお互いに自然と「ありがとう」と言い合えるようなコミュニケーションができると子どもの心も安定してきます。

「みそ汁の日」の活動を通して大きく変わったのは、子どもだけではなく、母親でした。これまでは「早くしなさい」「頑張りなさい」という言葉だったのが、朝の食卓に子どもが作ったみそ汁が並ぶと「おいしい」「嬉しい」「ありがとう」の言葉に代わってきました。子どもは母親からの「嬉しい」「ありがとう」の言葉が心に響くものです。みそ汁作りを通して、親から子へ、感謝やねぎらいの言葉が増えます。子どもの方からも親の苦労や愛情を感じ取れるようになり感謝の気持ちを持てるようになるようになります。家族がお互いに自然と「ありがとう」と言い合えるようなコミュニケーションができると子どもの心も安定してきます。

「みそ汁の日」の活動を通して大きく変わったのは、子どもだけではなく、母親でした。これまでは「早くしなさい」「頑張りなさい」という言葉だったのが、朝の食卓に子どもが作ったみそ汁が並ぶと「おいしい」「嬉しい」「ありがとう」の言葉に代わってきました。子どもは母親からの「嬉しい」「ありがとう」の言葉が心に響くものです。みそ汁作りを通して、親から子へ、感謝やねぎらいの言葉が増えます。子どもの方からも親の苦労や愛情を感じ取れるようになり感謝の気持ちを持てるようになるようになります。家族がお互いに自然と「ありがとう」と言い合えるようなコミュニケーションができると子どもの心も安定してきます。

「みそ汁の日」の活動を通して大きく変わったのは、子どもだけではなく、母親でした。これまでは「早くしなさい」「頑張りなさい」という言葉だったのが、朝の食卓に子どもが作ったみそ汁が並ぶと「おいしい」「嬉しい」「ありがとう」の言葉に代わってきました。子どもは母親からの「嬉しい」「ありがとう」の言葉が心に響くものです。みそ汁作りを通して、親から子へ、感謝やねぎらいの言葉が増えます。子どもの方からも親の苦労や愛情を感じ取れるようになり感謝の気持ちを持てるようになるようになります。家族がお互いに自然と「ありがとう」と言い合えるようなコミュニケーションができると子どもの心も安定してきます。

「みそ汁を作り家族が喜んで食べてくれる行為を見たとき子どもは、その喜びが自分の喜びになることに気づきます。人は他人に親切にして「ありがとう」と笑顔で返されたときには、心が嬉しく感じます。自分の存在、自分がしたことが人に喜んでもらえる、その喜びが自分にとって何よりも大切なことだと気づきます。それは、生活において積み上げていくものです。同じことを繰り返していくうちに、知識がこたえて知恵が生まれ、できないこともできるよになり、いちばん良い方法が分かってくる。そこで、忍耐力や洞察力、判断力がつき、もの加減やバランスの取り方も自然と身につけていきます。それは、生活において

「みそ汁を作り家族が喜んで食べてくれる行為を見たとき子どもは、その喜びが自分の喜びになることに気づきます。人は他人に親切にして「ありがとう」と笑顔で返されたときには、心が嬉しく感じます。自分の存在、自分がしたことが人に喜んでもらえる、その喜びが自分にとって何よりも大切なことだと気づきます。それは、生活において積み上げていくものです。同じことを繰り返していくうちに、知識がこたえて知恵が生まれ、できないこともできるよになり、いちばん良い方法が分かってくる。そこで、忍耐力や洞察力、判断力がつき、もの加減やバランスの取り方も自然と身につけていきます。それは、生活において

「みそ汁を作り家族が喜んで食べてくれる行為を見たとき子どもは、その喜びが自分の喜びになることに気づきます。人は他人に親切にして「ありがとう」と笑顔で返されたときには、心が嬉しく感じます。自分の存在、自分がしたことが人に喜んでもらえる、その喜びが自分にとって何よりも大切なことだと気づきます。それは、生活において積み上げていくものです。同じことを繰り返していくうちに、知識がこたえて知恵が生まれ、できないこともできるよになり、いちばん良い方法が分かってくる。そこで、忍耐力や洞察力、判断力がつき、もの加減やバランスの取り方も自然と身につけていきます。それは、生活において

「みそ汁を作り家族が喜んで食べてくれる行為を見たとき子どもは、その喜びが自分の喜びになることに気づきます。人は他人に親切にして「ありがとう」と笑顔で返されたときには、心が嬉しく感じます。自分の存在、自分がしたことが人に喜んでもらえる、その喜びが自分にとって何よりも大切なことだと気づきます。それは、生活において積み上げていくものです。同じことを繰り返していくうちに、知識がこたえて知恵が生まれ、できないこともできるよになり、いちばん良い方法が分かってくる。そこで、忍耐力や洞察力、判断力がつき、もの加減やバランスの取り方も自然と身につけていきます。それは、生活において



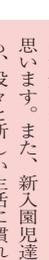
福田 泰三
子どもの「くらし環境」の重要性に気づき「食育」活動を実践をし、現在、南島原市立口之津小学校にて「弁当の日」「みそ汁の日」「健口教育」などさまざまな活動を実践中。
08年 文部科学大臣優秀教員表彰

「みそ汁を作り家族が喜んで食べてくれる行為を見たとき子どもは、その喜びが自分の喜びになることに気づきます。人は他人に親切にして「ありがとう」と笑顔で返されたときには、心が嬉しく感じます。自分の存在、自分がしたことが人に喜んでもらえる、その喜びが自分にとって何よりも大切なことだと気づきます。それは、生活において積み上げていくものです。同じことを繰り返していくうちに、知識がこたえて知恵が生まれ、できないこともできるよになり、いちばん良い方法が分かってくる。そこで、忍耐力や洞察力、判断力がつき、もの加減やバランスの取り方も自然と身につけていきます。それは、生活において

「みそ汁を作り家族が喜んで食べてくれる行為を見たとき子どもは、その喜びが自分の喜びになることに気づきます。人は他人に親切にして「ありがとう」と笑顔で返されたときには、心が嬉しく感じます。自分の存在、自分がしたことが人に喜んでもらえる、その喜びが自分にとって何よりも大切なことだと気づきます。それは、生活において積み上げていくものです。同じことを繰り返していくうちに、知識がこたえて知恵が生まれ、できないこともできるよになり、いちばん良い方法が分かってくる。そこで、忍耐力や洞察力、判断力がつき、もの加減やバランスの取り方も自然と身につけていきます。それは、生活において

「みそ汁を作り家族が喜んで食べてくれる行為を見たとき子どもは、その喜びが自分の喜びになることに気づきます。人は他人に親切にして「ありがとう」と笑顔で返されたときには、心が嬉しく感じます。自分の存在、自分がしたことが人に喜んでもらえる、その喜びが自分にとって何よりも大切なことだと気づきます。それは、生活において積み上げていくものです。同じことを繰り返していくうちに、知識がこたえて知恵が生まれ、できないこともできるよになり、いちばん良い方法が分かってくる。そこで、忍耐力や洞察力、判断力がつき、もの加減やバランスの取り方も自然と身につけていきます。それは、生活において

「みそ汁を作り家族が喜んで食べてくれる行為を見たとき子どもは、その喜びが自分の喜びになることに気づきます。人は他人に親切にして「ありがとう」と笑顔で返されたときには、心が嬉しく感じます。自分の存在、自分がしたことが人に喜んでもらえる、その喜びが自分にとって何よりも大切なことだと気づきます。それは、生活において積み上げていくものです。同じことを繰り返していくうちに、知識がこたえて知恵が生まれ、できないこともできるよになり、いちばん良い方法が分かってくる。そこで、忍耐力や洞察力、判断力がつき、もの加減やバランスの取り方も自然と身につけていきます。それは、生活において



今年の子ども
・子育て支援新制度の変わり目の年で、昨年度末は例年と違い、保護者の皆様にも色々迷惑などかかったかと思いますが、制度が新しくなりましたが、子ども達も、段々と新しい生活に慣れてきた頃でしょうか。初めての集団生活を体験するお子様がほとんどだと思いますので、子ども達自身が、楽しいと思える園生活になって欲しいと思います。5月と言えば大型連休です。休みが多い方もいれば関係ない方もいらっしゃると思いますが、何となく緩やかな雰囲気を感じられます。連休を使って遠出された方々、自宅がゆつくりされた方々など、各ご家庭に連休の過ごし方、楽しみ方があるとあります。逆に、外出続きで疲れたなんてこともあるのではないのでしょうか。長い休みが終わると、急に元の生活に戻るので、体調を崩したり、送迎時に泣いて離れなかったり、新入園児は特に五月病のようになってしまいがちです。連休中も、なるべく普段の生活リズムのまま、早寝早起きを心がけると良いのではないのでしょうか。寒かった冬も終わり、暖かい春の日差しの中で、元気いっぱいの子ども達を見ています。体を動かしたくなりますね。しかし、年齢児と遊ぶほど体力はないので、小さい子ども達と一緒に散歩から始めようかな。いや、まずは連休疲れを治すため、早寝早起きから始めます。
(K・T)