

家庭教

平成28年9月26日

PTA会員の皆様

世田谷区立北沢小学校
PTA会長 押田信吾
家庭教育学級部長 広瀬恭子

第二回 家庭教育学級を終えて

9月15日、第二回家庭教育学級「成長期のこころと体に必要な食事」をテーマに、当校栄養士先生を講師にお迎えして開催いたしました。

最近のこどもたちの特徴として、感情のコントロールが苦手な子、いわゆるキレるこどもが増えてきているようです。そこで、そのこどもたちの食事がどんなものなのか。に着目し、最近のこどもたちの食事の傾向、不足している栄養素、取るべき食品、きちんと朝食をとることについてお話いただきました。

そして欠かしてはならない栄養素として、家族との会話というお話を伺いました。こどもひとりで食事をさせるときも、何かしながらでもよいので、必ず声をかけて会話をしましょう。というお話を伺いました。

当日は教育委員会から社会教育指導員 杉本様、保護者24名のご参加をいただき、和やかに終わることが出来ました。

ご参加いただきました皆さま、どうもありがとうございました。

<保護者の感想>

- ・こどもたちのために栄養やメニューをよく考えていただいていることがわかり安心した。
- ・糖質を摂りすぎる怖さがよくわかった。
- ・こどもにとっての食事の大切さがよくわかった。
- ・給食のおかげでこどもたちが健康なのだと思う。
- ・10歳までの食事を気をつけようと思う。
- ・母親としての意見も聞くことができ、栄養学の事だけでなくよかった。
- ・今日聞いた話を考えながら、毎日の食事やおやつに気を使おうと思う。
- ・つい楽をしようと思ってしまうが、こどもとの会話を大切にしながら、食育していきたい。
- ・肉・糖質が多い食事をしているので、参考になった。

※第一回家庭教育学級の報告は、アンケートを回収してから配布いたします。

※ご提出いただきましてアンケートは、一部北沢小学校ホームページに匿名にて掲載させていただく場合がございますのでご理解、ご協力のほどよろしくお願い申し上げます。