

「食育」教育 ● スポーツ団体間交流事業

心と体の健全な育成をめざして

「ま」ちづくり戦略プロジェクトの二つである「子ども育成プロジェクト」では、すべての子どもたちが将来に夢を持ち、その夢に向かって生き生きと成長できるように豊かな感性を育てることを目指しています。
今回は、子どもたちの心と体の健全な育成を目指して実施している「食育」教育とスポーツ団体間交流事業の取り組みをご紹介します。

「食育」教育
食生活・食習慣の基礎を培います

「食育」って何ですか？

「食育」とは「生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基本となるべきもの」であり、「様々な経験を通じて食に関する知識と、食を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てること」です。

この「食育」を大切にしようということから平成17年に「食育基本法」が定められ、美郷町でも『美郷町学校食育推進計画』と『美郷町食育推進計画』を作り、食に関する意識調査や食生活の改善を目指した料理教室などを実施しています。

子どもの「食育」

子どもの「食育」はとても重要です。子どもの時に身に付けた食習慣は将来の体と健康の土台になります。また、食べ物の好みとも関係することから、一度身に付いてしまった食習慣を直す

ことは難しく、子どものころに健全な食生活を身に付けておくことが非常に大切です。『美郷町学校食育推進計画』はこの点に力を入れ、学校給食や家庭科・保健体育などの授業を通して食に関する知識を深めることを目指しています。学校給食は教育の一環としてのほか、「食育を進める上でも「生きた教材」としての活用や充実が重要視されています。このことに伴い、町では、町内の児童生徒に統一した教育環境と一貫した「食育」を進めるため、北給食センターの給食の配給方式を弁当方式から南給食センターと同じ食缶方式にすることとし、夏休み前に給食センターの改修工事を行いました。夏休み明けから食缶方式で給食を開始しています。『美郷町食育推進計画』でも子どもとその保護

「美郷町食育推進計画」

今よりも少し、「食」を気にしてみよう！

- ・健全な食生活を実践する
- ・「食」に関する知識と、「食」を選択する知識を習得する
- ・地産地消に努める
- ・水を町民共有の貴重な財産として大切に

自分の健康を維持するために「何をどのくらい食べれば良いのか」を考えることができ、実行できる力を身につけるのは大切なことです。
また、私たちの食生活が自然の恩恵のうねに成り立ち、たくさんの生産者に支えられていることに感謝の気持ちを持つこと、自分が住む土地の食物を積極的に食べ、食べ物を作る経験をする——これも「食育」です。
みなさんも「食育」に取り組んでみませんか？

スポーツ団体間交流事業

スポーツ団体間の交流を推進します

現在、美郷町スポーツ少年団には614名の小中学生が所属し、野球やサッカー、バスケットボール、バレーボール、卓球、剣道、柔道、空手道、バドミントン、陸上競技、スキーで活動しています。子どもたちには競技力を磨くことのみを目指すのではなく、活動を通じて経験する社会生活や文化的側面から心の豊かさやたくましさや身に付けてもらうため、その活動を推進しています。

このたび、財団法人日本体育協会が昭和49年から実施している日独スポーツ少年団同時交流事業の地方プログラムの受入先として美郷町が選ばれ、8月5日から10日までドイツスポーツユースセンター体操種目のメンバー9名(高校生8名・指導者1名)が当町に滞在しました。滞在中、メンバーは町内5世帯の受入家庭にホームステイし、清水めぐりや樽みこし、舟っこ流し、茶道、華道、六郷高等学校生との交流などを体験しました。

8月8日には中央体育館で美郷町卓球スポーツ少年団との交流を行い、団員と二人一組になってダブルスのミニゲームに挑戦するなど、身振り手振りでコミュニケーションを取りながら一緒に汗を流しました。交流を体験した団員は「楽しかった」「すぐにボールを打ち返していたので運動神経が良いと思った」「得点が入ると大きな声で喜んだのでびっくりした」と話し、他団体との交流から刺激を受けた様子でした。

「美郷町食育推進計画」は町のホームページでご覧いただけます。

8月8日に保健センターで「みさとっこ元気クッキング」が行われ、親子連れ15組が食習慣に関する勉強会と調理実習に参加しました。調理実習では低カロリーなわらびもち作り挑戦。手作りおやつのできる味を楽しみました。