



# おこ小

## 学校便り

平成25年度—NO.6

### 食育「ごはん塾」をおこないました

猛暑・酷暑で、記録づくめの今年の夏も、秋分の日（9/23）あたりを境に、秋を感じられるようになって来ました。季節を感じさせてくれる萩の花や彼岸花も校内で、きれいな花を咲かせています。ご来校の折には、是非校内を一回りご覧いただき秋を感じていただければと思います。

さて、先週の9月24日に本校の食育の一つとして、「ごはん塾」（兵庫県体育協会県学校給食・食育支援センター主催）を行いました。3年生児童を対象として、ごはんを釜戸や羽釜（はがま）で炊いて食べる（火おこしや火吹き竹等も）体験を通して米食への関心を高めさせていただきました。羽釜で炊いたごはんの香や味（今ではなかなか味わえないおこげ）をしっかりと味わい、子どもたちはごはんの美味しさを堪能したようです。また、全学年の保護者を対象に、本校でお招きするのは2回目となる保田



茂先生（兵庫農漁村社会研究所代表）からお話を聞かせていただきました。お話の内容は多岐に渡るものでしたが、私の心に残ったものとして、「日本の食文化」を大切にしたいとお考えが強く伝わりました。朝食には「ごはん」を食べましょう。国が推奨する「早寝・早起き・朝ごはん」の標語がありますが、この朝ごはんは、朝食ということと、その朝食をごはん食にしようという意味です。欠食（けっしょく・食事をぬかすこと）はもちろんダメですが、パン食をごはん食にしてくださいと強く説いておられました。現在の食の欧米化（パン食、肉や油の多食）と日本人の健康への影響を、統計資料等をもとにわかりやすく説明いただきました。また、躰として、子どもたちに家事を分担（小学生の低学年のうちにごはんを炊かせる等々取組）させることの大切さもお話いただきました。世界各地で日本食が健康食としてブームになっているとも聞きます。是非とも各ご家庭で実践いただきたいと感じました。

### 自然学校 がんばってきま～す

5年生は、今週月曜日から4泊5日の自然学校に出発しています。

自然学校では、豊かな自然の中で、学年の仲間と5日間寝食を共にします。そして、いろいろな体験活動を通して、社会生活を営む上で必要な資質を、社会的自立に向けて学ぶ機会でもあります。

子どもたちは必ず一回り大きくなって帰ってきますので、どうぞご期待ください。

（校長 濱田康助）

## 10月の行事予定

- 1日(火) 自然学校【9/30(月)～10/4日(金)】  
エコクッキング(6年)
- 2日(水) 給食終了後下校 給食試食会
- 7日(月) 朝会
- 8日(火) 月曜時間割り 委員会活動
- 9日(水) 連体先頭練習
- 10日(木) 給食終了後下校  
就学時健康診断
- 15日(火) あまいも親子調理実習(5年)
- 16日(水) 連合体育大会
- 17日(木) 6時間授業(3年生以上)
- 18日(金) 避難訓練
- 21日(月) 朝会 クラブ活動  
読書週間(～25日)  
生活点検(～25日)
- 24日(木) 連合体育大会予備日
- 28日(月) 個人懇談会(～11月1日)

## 11月の行事予定

- 14日(木) 小学校音楽会(4年)
- 22日(金) 作品展(児童)
- 23日(土) フリー参観  
作品展(保護者)
- 25日(月) 代休日
- 28日(木) 月曜時間割り

## 諸費振替日

10月の振替日は7日(月)  
21日(月)です。  
残高不足にならないようご協力お  
願いします。

## フリー参観・武庫小ランド ご参加のお礼

9月のフリー参観ではお忙しい中、多くの方に参観していただきありがとうございました。子どもたちが学習に一生懸命取り組む姿、また武庫小ランドでは、子どもたちがいきいきと活動している姿をご覧になることができたのではないのでしょうか。今後とも多くの方々のご参観宜しくお祈いします。

## 下校時の変更について

- ◎職員研修のため、10月2日(水)は給食終了後の下校となります。
- ◎10月10日(木)は、来年度入学予定の児童の就学時健診を行います。  
給食終了後の下校となります。



## 自然学校について

今年は、5年生が丹波少年自然の家で9/30～10/4まで宿泊します。ひとつひとつの行事を、友達と一緒に乗り越え、大きな成長を見せてくれることでしょう。