

家庭、園・学校が ともに育ち合うための手引きから

生活習慣・学習習慣・食育研究部会で作成した「家庭、園・学校がともに育ち合うための手引き」の中から、小学生用子育てQ&Aの一部を紹介します。家庭教育の参考にしてください。

子育て Q&A

Q 最近食が細くなってきました。夕食を残すので心配です。



一般的には、小学生になると行動範囲が広がり、運動量も多くなってきますので食欲は旺盛になります。夕方ごろには我慢ができなくなり、内緒で菓子を食べ、肝心の夕食時に残してしまうといったケースもよくあります。親に見つかるとしかられると思い、家に痕跡を残さない子どももいますので、休みの日などにおなかの空き具合やトータルした摂取量をチェックしてみましょう。
一日行動を共にして、それでも食べる量が少ないと感じるようなら、心と体の状態にも目を向けてみましょう。

場合によっては、担任の先生にも相談してみましょう。担任は給食の状態や交友関係の様子などを観察しています。

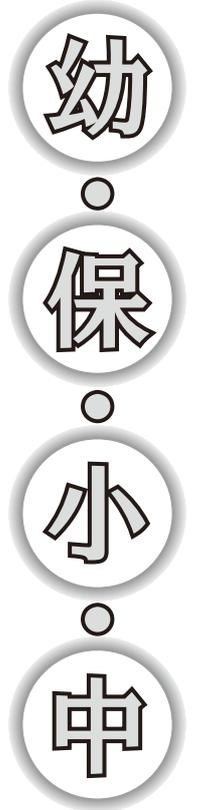
いくつかの面から子どもの状態を観察しながら、しばらく様子を見てください。

いずれにしても親子の会話を多く持ち、しっかり触れ合ひましょう。神経質になる必要はありませんが、子どもに関心を向けることで、防げるアクシデントや問題はたくさんあります。適度な距離を保ちながら、しっかり子どもを見守ってください。



＝全国へ発信 54＝

一貫教育プロジェクト



Q 好き嫌いが多く、学校の献立表を見て嫌いなものが出る日には登校を嫌がります。



給食が原因で、学校が嫌になってしまうと困りますね。その点については、担任の先生と相談するのがいいと思います。

偏食を直そうと意気込んでいる熱心な先生もいます。一生懸命になってくれるのはありがたいのですが、逆に子どもにとってはプレッシャーとなり、周りの期待に応えられない自分を否定してしまう場合も出てきます。問題を一方的に先生に委ねるのではなく、これからどうしていけば良いかを、先生の意見を聞きながら、家族で一緒に話し合っていくのはどうでしょうか。

家庭内では、食事に限らず、新しいことに挑戦できたときにはたっぷりとほめてあげるとよいでしょう。偏食の激しい子どもは、かたくなに守りの強い子どもが多く「私はこれが好きなんだ」と最初から固定してしまう傾向が、ほかの場面でも見受けられます。そのような場合は、柔軟に心を開いて、「何でもいいから一度試してみよう」といった挑戦意欲や好奇心を刺激できるような環境づくりを心掛けられたらどうでしょうか。

いくつかの成功例を紹介するので、子どもに合う方法を焦らずあきらめず、根気よく工夫しながら続けてください。

<成功例>

- ・ 食べられる量だけ自分でよそう。決して横から促さない。ルールとしてメニューにあるものはどれだけ少なくてもいいから、一通り入れる。自分でよそったおかずは残さない。ニンジン5ミリ角でもいいから、食べられたら褒める。(この方法は人に促されてではなく、自分で決めていくやり方なので、挑戦意欲をそそり、よい結果が出やすい。)
- ・ おやつは子どもの目に触れない場所で親が管理し、決まった時間に与える。
- ・ 食べないのが分かっているけど、根気よく出し続ける。
- ・ 子どもの特別メニューは、なるべく一品にする。
- ・ 学校給食のメニュー表を見て、同じ調理法を家の食事にも取り入れる。



平成20年から2年間、「家庭、園・学校がともに育ち合うための手引き」の抜粋を掲載してきましたが、今回で内容紹介を終わります。

阿久比町の幼保小中一貫教育プロジェクトでは、家庭の役割、園・学校の役割をはっきりさせ、町全体で子どもたちを育てたいという願いのもと取り組みを進めています。今一度これまでの内容を見直していただき、家庭や地域からの支援をお願いします。

問い合わせ先 学校教育課 ☎(48)111(内202)