



食育だより



倉敷まきび支援学校

食育係

倉敷まきび支援学校では、食育に関するさまざまな取組を行っています。例えば、間食の状況を調べるアンケートを実施したり、食べ物の性質や栄養素について学習し、栄養のバランスをチェックしたりして、食に対する関心を高めています。今回は、知的障害部門高等部の取組について紹介します。

ランチルームの清掃

ランチルームの清掃をしました。床や机を磨いてピカピカにしました。みんなが気持ちよくおいしく食べてもらえるように頑張りました。



砂糖の害についての学習

砂糖の害について学習しました。炭酸飲料などには思っていた以上に砂糖が入っているのを知り、みんな驚いていました。健康への害を避けるためには、どのように気を付けたらよいかグループで意見を出し合って、考えを深めることができました。
(高等部生活コース 2年生)



作業学習（農園芸班）

高等部農園芸班で栽培した、たまねぎを収穫しました。収穫したたまねぎは根や葉をきれいに切り落とし、皮をむき、天日干しにしました。給食のおかずとして出され、農園芸班の生徒もうれしそうでした。クラスメイトから「おいしいよ、ありがとう」と感謝され、さらに笑顔になりました。
(高等部 作業学習農園芸班)



野菜の種苗植えと収穫

流通サービスでは、地域の農場の一部をお借りして、なすやピーマン、トウモロコシなどの野菜を植えています。種苗植えや収穫では、地域の方の助言を受けながら、生徒同士協力して作業しました。草抜きや、水やりなどの手入れも頻繁に行っています。収穫した野菜は、給食のおかずとしておいしくいただきました。野菜の成り立ちや栽培の仕方を勉強したり、普段食べている食物の栽培には多くの人の努力が詰まっていることを学んだりするための良い機会となっています。



(高等部 職業コース流通サービス 地域型学習)

家庭科の授業で (栄養素の働き)

家庭科の授業で、食べ物の栄養素の働きを勉強しました。人間が健康に暮らすためには、いろいろな食品をバランス良く食べる必要があることを学びました。栄養のバランスを考えたメニューを食品サンプルの中から各自で選び、食育SATシステムという機器を使って栄養のバランスをチェックしました。毎日の食生活を見直すよい機会になりました。
(高等部職業コース2年生)

