

「命をいただく」明日の体をつくる ―給食を通して― (高学年のための食育学習)

2019年12月13日（金）、高崎学校給食センターの依頼により食育学習をおこなった。

目的は、体をつくっている食事の役割や食品（食材）の働きを知り、健康な体をつくることへの理解を深めることである。

都城市立麓小学校（生徒13名+職員3名、計16名）を同センターへ招き、施設見学や食育学習Ⅰ（45分）、食育学習Ⅱ（45分）の授業構成で実施した。初めに食育学習Ⅰでは、食事の役割と食品（食材）の働きについて、健康な食生活について同センターに勤務されている栄養教諭が生徒たちへ説明した。

次に食育学習Ⅱでは、本会が宮崎県水産試験場の技師よりアドバイスを受けたサバの資料を基に説明した。また、内海の定置網の動画をプロジェクターで放映し、実況中継みたいな感じで説明した。

当日の給食では、ゴマサバの生姜煮が提供された。ふっくらとした食感で味わい深く、残す生徒は見受けられなかった。当日の給食は、全て完食でした。

最後に20分間お魚に触れる体験としてサバ（マサバとゴマサバの違い）や鮮魚セット（11魚種）を展示した。漁業体験として模擬のカツオー一本釣りをを行い、生徒一人一人が経験することが出来た。好奇心や刺激的な体験を通して、水産物の理解を深め、今後も継続して水産物の需要拡大に努めていきたい。

