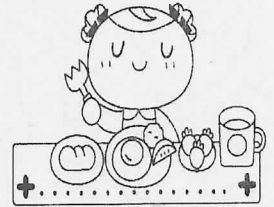


よりよい生活習慣と安定した人間関係の確立のために

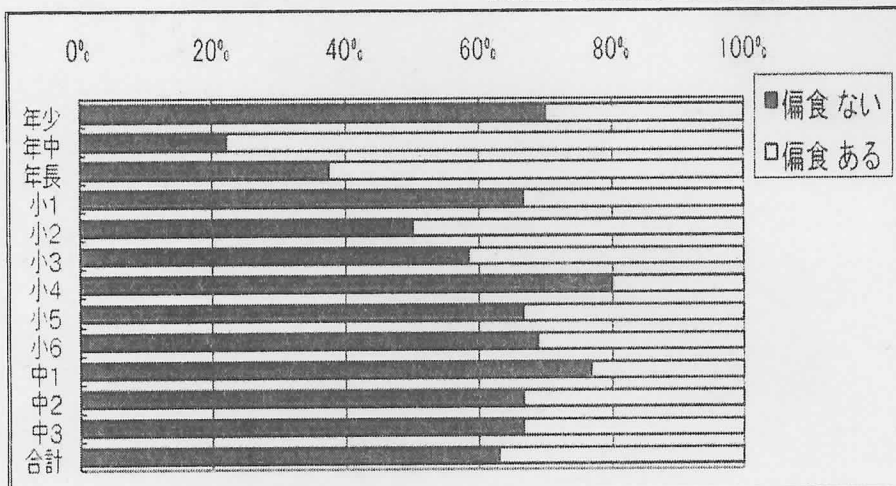
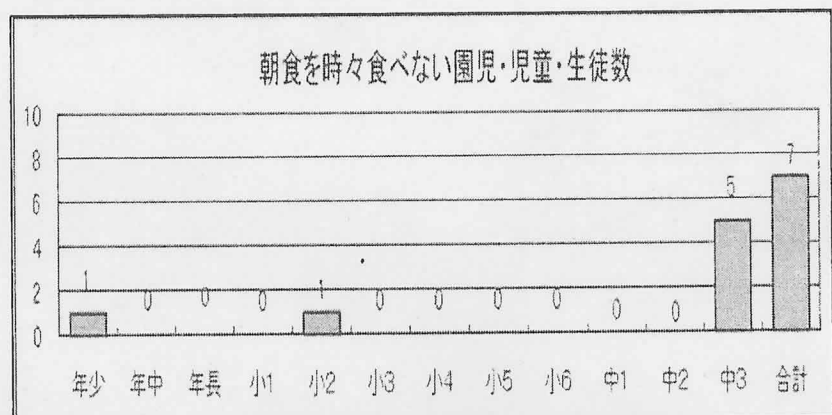
泉陽中学校区一貫教育の取り組みである「成長の記録」の記入に御協力いただきありがとうございます。今年度も「よりよい生活習慣と安定した人間関係の確立」をテーマに、特に「食」について重点的に意識しながら、園児・児童・生徒の心身の健康問題への解決に向けて取り組んでいきます。



～成長の記録「生活調査」より～

＜朝食の様子＞

ほとんどの子は朝食を食べてきていますが、中学3年生で朝食を食べて来ない日がある子が多くみられます。朝食は「1日のはじまり」のエネルギー源で、規則正しい生活リズムの基礎になる大切な食事です。朝食を必ず食べる習慣を身につけさせたいものです。



＜偏食の様子＞

学年により、差がみられています。全体としては、約4割の子どもたちに偏食がみられています。家族や友だちと楽しく食事をしたり、いろいろな味を体験させたりしながら、食べることへの良いイメージが持てるようになると良いと思います。

食事のマナーは、感謝の気持ちから

「ごはんをこぼさないで食べる」「食事の時の礼儀作法」だけがマナーではありません。食材を作ったり届けたりしてくれた人、料理を作ってくれた人に対して感謝の気持ちをもつことが、マナーの根本になります。その感謝の気持ちから、食べ物や粗末にしない精神がはぐくまれていきます。「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつも、感謝の気持ちをもって言うことができると良いですね。



次回の「生活調査」は、11月を予定しています。
また、9月には「睡眠チェック」を行いますので、御協力をお願いします。