



岸本小学校

## 「わっしょい きしもと」

「わっしょい きしもと」は地域と学校をつなぎ、志を一つにして目標に向かう「愛ことば」です。

コミスク岸本小学校運営協議会では、8月22日岸本公民館にて、この「愛ことば」のもとに、地域・保護者・先生・コミスク委員の計50名以上が「ふるさとを愛する子どもを育てるために」をテーマに熟議し、じっくりと話し合いました。

「ふるさとを愛する子どもの姿」を考えた後は、子どもたちの学びと成長を応援する「伯耆I（愛）学習」をどのように進めていけばよいかアイデアを出し合いました。地域と学校が目指す方向(志)を共有する貴重な時間となりました。



### 【ふるさとを愛する子どもの姿】

- ・地域の魅力に気づく子
- ・地域の良さを知り、地域の行事に進んで参加する子ども
- ・地域とのつながりを大切にする子
- ・家族や友だちを大切にする子
- ・将来大人になったときに、地域を盛り上げる一役を担う子
- ・ふるさとに貢献する子（貢献したいから帰ってくる）
- ・伯耆町（地元）に住む子

問い合わせ先 岸本小学校 ☎ 0859-68-2019

## 食育 朝ごはんで野菜や果物を食べていますか？

みなさんのご家庭では、朝ごはんにどんなメニューが並んでいますか？

伯耆町内全小中学校では、毎月1回（19日）、朝ごはんに関するアンケートを取っています。その結果、朝ごはんを食べていると答えた子どもは、98%（4月～7月の累計）という結果でした。

しかし、朝ごはんに野菜や果物を食べていると答えた子どもは66%（4月～7月の累計）という結果でした。

一食に必要な野菜は、両手に一杯分とされています。学校給食では、それに相当する量を提供していますが、各ご家庭の朝ごはんでどのくらいの野菜や果物を食べているでしょうか。

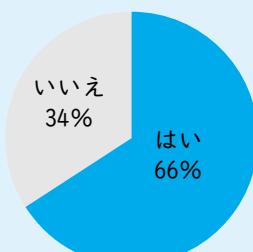
野菜や果物は、ビタミン・ミネラル・食物繊維などを豊富に含んでおり、体の調子を整えてくれます。その他にも、食物繊維には、腸内環境を整えお通じを促したり、食後の血糖値の上昇を緩やかにしたりする働きがあります。

忙しい朝ですが、元気に1日をスタートするために、朝ごはんに野菜や果物を食べましょう！

伯耆町教育振興会 学校保健部



朝ごはんに野菜や果物を食べましたか？



伯耆町内小中学校的アンケート結果より  
(4月～7月の累計)



一食に必要な野菜は、  
両手に一杯分です！

連載

SERIALIZATION