

れいわ ねんど
令和6年度

12月食育たより



あい ち けんりつ み よしとくべつ し えんがっこう
愛知県立三好特別支援学校

【今月の目標】楽しく食べよう

早いもので、今年も残すところあと1ヵ月となりました。少しずつ季節も冬へ近づき、寒さが身に染みるようになってきました。冬休みはクリスマスやお正月と楽しいイベントがあります。手洗いやうがいなど、感染症対策を行い、元気に楽しい冬休みを過ごしましょう。

手洗いは感染症予防の基本です！

気温が低くなり、冷たい水で手を洗うのがつらい季節です。いろいろなものに触れる手は、一見きれいに見えても、細菌やウイルスなどがたくさん付いています。自分自身の感染を防ぐとともに、周りの人へ感染を広げないために、食事の前にはきちんと手を洗いましょう。



【食育指導】

実践紹介：小学部6年生の取組

①「ゆっくり、よくかんで食べよう」

食べるスピードが早く、食べ物をかまずに飲み込んでしまう児童に対し、「10回かんだらシールを貼る」ようにしました。この取組を行ったところ、食べるスピードが落ち、給食をよくかんで食べられることが増えてきました。大好きな「シールを貼る」という取組を行ったことで、苦手な「よくかむ」ということも、できるようになりました。



②「食事時間を意識しよう」

食べるスピードが遅く、なかなか食事に手がつかない児童に対し、時間が意識できるようにiPadのタイマーを使い、給食の終わり時間を表示しました。タイマーを指さし、教師が残りの時間を伝えることで、少し急ごうという意識が芽生え、給食時間内に食べ終わることが増えてきました。時間を視覚的に分かりやすく表示することで、言葉がけに比べ、とても時間を意識できるようになりました。

