

【児童への話】

5月も半ばになり、暦の上ではもう夏の初めです。今日は、「大切な食」についてお話しします。

ちょうど今の時期は、あるおいしい食べ物が地面から顔を出す頃です。何だか分かりますか？正解は、タケノコです。校長先生は、お醤油を付けて焼いたタケノコや炊き込みご飯に入っているタケノコが大好きです。

タケノコは、「竹の子ども」とも書きますが、有名なのは、この「筍」の漢字です。この漢字をよく見ると、たけかんむりの下に「旬（しゅん）」の漢字がくっついています。旬とは、その食べ物が一番美味しいとされる時期や季節のことです。5月は、タケノコ以外にも日本茶、お魚のカツオ、ソラマメ、グリーンピース、ジャガイモなどが新しく美味しい旬の時期です。皆さんも、自分の大切な身体をつくってくれる食べ物について興味をもち、よく食べて、毎日学校で元気に過ごせる立派な身体を作ってくださいね。今日は、「大切な食」についてお話ししました。

【本講話について】

気温、木々や草花の様子は、私たちに季節の変化を伝えてくれます。そして、普段目にするとはなくとも、その時期の到来を感じさせてくれるのが、旬の食材です。

その時期ならではの美味しい食材を学校の給食やご家庭の食卓で味わうことは、子どもの食への関心を高め、健康な身体をつくることはもちろん、季節の変化を敏感に感じ取る豊かな情操を得ることにもつながります。ぜひ、ご家庭での食卓の話題に、旬の食材の内容を加えてみてください。