

草平小試食会アンケート 質問事項

Q：好き嫌いをなくすにはどうしたらよいでしょうか。

学校給食では苦手なものが出た場合、どのように指導しているのか気になります。

A：子どもたちの様子を見てみると、食べず嫌いをしている子も多いように思います。学校給食では、色々な食材や味を知ってもらい、豊かな食経験をしてもらえよう、バラエティーに富んだ料理を提供しています。苦手な食べ物でも、食べる経験を重ねることで、味覚の幅が広がり苦手が克服できることが多くあります。このことから、苦手なものをすべて残すのではなく、担任の先生がその児童の食べ方に応じて量を調節し、少量でも「食べられた」という経験ができるように指導しています。

Q：偏食で、苦手なものを出すとダラダラ食べて時間がかかります。

A：試食会で子どもたちが学校給食を食べている様子をご覧になった保護者の方からは、「給食だと苦手なものもパクパク食べていた」「いつも食べるのが遅いのに、給食では普通に食べているようなので安心した」という感想を多くいただきます。給食は時間が決まっているというのもありますが、友達がおいしそうに食べていたり、食べてみようという気持ちを刺激する先生の声かけがあったりすると、その雰囲気で食が進むこともあるように思います。あるクラスでは、担任の先生が「今日のスタミナ丼を食べたら力が湧くよ。疲れていると感じる人はしっかり食べようね」などと、いつも子どもたちに声をかけてくれています。ご家庭でも、保護者の方の表情や言葉かけで楽しく食べられる雰囲気を大切に、適切なタイミングで「今日はここまで食べられたから、次も頑張ろうね」と打ち切り、ダラダラする時間が少なくなるようにしてみるのはいかがでしょうか。

Q：テレビを見ながら食事をする癖がついてしまっています。

A：試食会でもお話をしたように、食事中はテレビを付けずに食事と会話を楽しむ場にしていただきたいと考えているのですが、いきなり「今日から食事中はテレビを消す」と言われても、テレビのことが気になって食事の時間が楽しいものでなくなる可能性もありますね。まずは、特に見たい番組がないタイミングでテレビを消す提案をして、「食事と会話が楽しい」という経験を増やすことから始めてみてはいかがでしょうか。