

食育講座 ☆子供と食事の出会い☆

=H24. 1. 24=



= 食事はコミュニケーションの場 =
 子どもと食事について困ったり悩んだりしていませんか？食べることは、栄養を摂るだけではありません。「楽しい、うれしい、おいしい」といった気持ちも一緒に食べるのです。
 また、食卓では他人の心を察する、場の空気や相手の表情を読むなどの日常生活に欠かせないことも学んでいるんだそうです。
 ★★まずは食卓の雰囲気が大切★★
 食事の内容もさることながら、食卓の雰囲気は、子どもの人格を形成していきます。食事を通して子どもの自発性を伸ばし自信を持たせる。
 食事は子ども自ら“するもの”であり、“させられる”ものではないということに、“目からうろこ”といった参加者のみなさんの感想でした！！



へえー！そうなんだ...
 だた食べ物を口に運び
 栄養を体に送っているだけ
 じゃないんだね！？



講師の管理栄養士さんは昼食中も残り、
 親子の食事風景を
 優しく見守ってくださいました♡



高知大教育学部の学生さんも授業で来所。
 子どもにどう接したらいいのかわからないのか
 子育ての先輩「ケーチョコキバー」のおはちゃんが
 優しく教えて下さいました。



いつも親子の成長を見守り、
 保護者の勉強の機会を保障するようにと
 託児を支援して下さる子育て応援団
 「ケーチョコキバー」の皆さん♡
 翌日あれ？おばちゃんは？と
 尋ねる子どももいるくらい
 仲良しなんです！