



給食 食べる力 生きる力 つなぐ力

先日、給食センターからの統計で、河南中学校というか河南中学校区での給食残食率が高いことがわかりました。つまり、給食を残す割合が高いということです。昨年度の1月の学校通信で、「あたりまえに感謝！」と題して、米原市の給食や牛乳が素晴らしく美味しいこと、食べることの大切さ等を掲載しました。今回の残食率の高いことに心を痛めます。今回はまた違った視点でお話をします。

明治時代に「食養医学」を提唱したひとりの医師がおられました。“石塚 左玄（いしづか さげん、1851年～1909年）”という方で、著作のなかで記した「**体育智育才育は即ち食育なり**」という一文があります。石塚左玄は「玄米・食養」の元祖で、栄養学がまだ学問として確立されていない時代に、医食同源としての食養を普及し食育を提唱しました。そんな昔にすでに「食育」という言葉があって、「食育」の大切さが訴えられていたなんてビックリです。現在、その考えは「食育基本法」の前文、「食育は生きる上での基本であって、**知育、徳育及び体育の基礎ともなるべきものと位置づける**」とされています。



教室で準備が揃ったあと、何人かの人たちがおかずの容器を持って教室前の配膳台へ来ました。みんな食欲あるなあと思って見ていたら、配膳された量を減らしにきた人たちの多いことにビックリしました。「**食べる力**」の弱さを感じました。しっかり食べないとパワー出ないよと思わず言っていました。

他市町から来られた先生方に米原市の給食の感想を聞くと、「美味しい」と返ってきます。私も旧坂田郡の時代から「美味しい」と思っています。「美味しい」「美味しくない」とか、好き嫌いなどの個人の好みはありますが、毎日安全・安心で栄養バランスを考えた給食をいただけることに感謝しながら、しっかり食べることは、「**生きる力**」の源だと思います。毎日決まった時間に、温かくて栄養バランスのとれた**食事がとれることは感謝しかない**と思います（特に、出汁が効いた給食の味付けはすばらしい！）。



給食を食べるということを通して、もう一つ意味を伝えたいと思います。



あるお坊さんから聞いたお話です……【**食べるという事は、たくさんの命をいただいています。人は一人ひとりに父と母がいます。その父と母にもそれぞれ父と母がいます。30代さかのぼれば約900年前、直接のご先祖が1億人を越えます。何十万年もさかのぼれば、犬も猫も牛もどんな野菜も命あるもの全てが直接の先祖となります。つまり生きるとは、先祖・親戚を食べるということだと伝えたい。1億人の中の1人でもこの世に存在しなかったら、自分の命は無かったかも知れない。この「授かった命・つなぐ命」をどう使うかは私たち一人ひとりの生き方に委ねられています。粗末には出来ません。**】

「命」の意味がわかれば……、食材全てに感謝し、育てる人、調理する人、運ぶ人……達にも感謝し、自分の大切な一生をどう社会に貢献して生きるかを考える機会になればと願っています。



<食べるの「食」は、分解すると「人」を「良くする」となりますね！>

フェスタ河南開催 体育の部

スローガン「Be + the one ～力を合わせて乗り越えよう～」

2学期に入りすぐにフェスタ河南の取組が始まりました。まず9月9日（土）に体育の部を盛大に開催できました。小規模学校を生かし、各学年が縦割りで青団と赤団に分かれて競い合いました。陸上競技的な種目はありませんが、恒例の借り物競争や段ボールキャッチ、障害物競走、さらには台風の日や大縄跳び(連続8の字跳び)などの種目、そして最後の選抜リレーで締めくくられました。全校で大いに盛り上がり、グラウンド一面に生徒たちのほとばしる汗と共に、一生懸命取り組む姿が躍動していました。空を見上げれば、夏雲と秋を漂わせる筋雲が入り混じった素晴らしい天候の中、充実かつ笑顔あふれる取組だったと思います。

また、半日の開催ではありましたが、当日、ご家庭の方々に120名近くの参観と応援にお越しいただきましたことに感謝申し上げます。ありがとうございました。



団優勝は、青団



～赤団、青団の結団式～



～力の入った綱引き～



河南中 Facebook



河南中 HP

～英語弁論大会出場～



・76回滋賀県夏季総合体育大会

& 第16回県民スポーツ大会 7/26・27

柔道 女子個人 40 kg級 3位 ①土田朔南

・県中学校英語弁論大会地区予選 9/8

暗唱の部に参加 ①北村建人、①古川瑠菜

堂々とした姿で大変すばらしい発表をしてくれました。

* 敬称略、丸数字は学年



フリー参観週間のお知らせ

10月23日(月)～27日(金)は、終日自由に学校へおいでいただき、学校や生徒たちの様子をぜひご覧いただきたいと思います。保護者の方はもちろん、普段からお世話になっています学校運営協議会の方やボランティアの方々のご来校をお待ちしています。

フェスタ河南 文化の部

9月29日(金)は、フェスタ河南文化の部を開催します。今年は、どの学年も演劇の発表となり、本番に向けて、出演者、照明や道具係などに役割分担し、取り組んでいます。体育の部に続いて、時間の許す限り、生徒たちの一生懸命に頑張ってきた姿をご覧いただけたらと思います。ご来校をお待ちしています。

2日(月)教育相談

3日(火)教育相談、交通安全指導

5日(木)教育相談

6日(金)中間テスト、避難訓練

7日(土)土曜バチスタ、英語検定

9日(月)スポーツの日

10日(火)中間テスト、**学校徴収金口座振替日**

12日(木)生徒会委員会

13日(金)2年平和学習、学校運営協議会

16日(月)**後期時間割開始**

17日(火)交通安全指導

18日(水)3年福祉学習事前

19日(木)3年実力テスト ～20日(金)

20日(金)秋季総体、河南部音楽会

21日(土)土曜バチスタ

23日(月)フリー参観週間 ～27日(金)

27日(金)3年福祉学習①

31日(火)衣替え完了

10月