

春は芽を・・

春が近くなるこの時期、ふきのとうを採りによく出かけます。採ったふきのとうを天ぷらにするとほろ苦い春の味がします。菜の花も、こごみも、みつばも春の味はほろ苦い。

春野菜特有の苦味や香りは心身に刺激を与え、これから暖くなる季節に備えて身体機能を活発にさせる働きがあるそうです。

「春は芽を・・」では夏、秋や冬にはどう続くかというと、

「夏は葉を 秋は実を 冬は根を食べ」

となります。いわゆるそれぞれの季節の旬のものを食べることが自然であり、体にとってよいという意味の言葉なのだと思います。厳しい寒さに耐え地中から顔を出した芽は、生命力に溢れています。

夏は陽をたくさん浴びた葉を食べる。秋は陽を浴びて育った実を、そして冬は栄養を貯めた根を食べる。「これこそ食材の持つ本当のおいしさなのだ」と美食家の魯山人（「美味しんぼ」の海原雄山のモデル）なら言いそうなセリフです。

今は食べ物の旬がよくわかりません。1年中どんな野菜、魚、果物でも手に入り、地球の裏側からも食べ物が届く時代です。このような時代ですが、今の季節はどのような食べ物がとれておいしいのか、食に関する正しい知識を持っておくことは大切ではないかと思います。食べたもので、子どもたちの体は作られていきます。学校でも、食に関する知識、自分の食について考える習慣や食を選択する判断力を育てていく取組を行なっています。食卓を家族で囲みながら、食べ物の旬の話がでる食事は素敵だと思います。



今年度最後の参観日



2月19日(金)の4時間目、5時間目に今年度最後の参観日がありました。今回も2時間に分け、地域を指定しての分散参観日としました。学習を見られた感想はどうだったでしょうか。1年間の学習面での成長を感じられた保護者の方も多くおられたと思います。雪が降り出にくかったことと思いますが多くのご参観ありがとうございました。

卒業写真を撮影

2月18日(木)、卒業写真の撮影をしました。赴任してから一緒に時間を過ごしていく中で、6年生との会話も増え、親しく話をしてくれる子も多くなりました。この2年間で本当に大きく成長しました。学校をよくリードしてくれたと感謝しています。撮影で並ぶ6年生を見ると、確かな成長を感じました。あと少しの学校生活を大事に過ごしてほしいです。