

家庭教育学級の歩み

牛久第一中学校家庭教育学級
委員長 大出 友美

1 牛久第一中学校の学級目標

「保護者同士の交流を深め、子育てについての情報交換や学び合う場をつくる」

2 学習活動の経過

- (1) 5月23日(火)
- ・開級式
社会教育指導員鈴木さんの話
教頭先生、委員長の挨拶
 - ・給食試食会
栄養士関川先生による食生活についての講話
試食
- (2) 11月20日(月)
- ・ZUMBA講習会
「健康について考え、体を動かそう」
～初めてのZUMBA～ 講師 海老根みゆき先生
 - ・閉級式
教頭先生の話
社会教育指導員鈴木さんの話

3 実践を振り返って

(1) 開級式・給食試食会

開級式では、社会教育指導員の鈴木さんから、この家庭教育学級の活動を、子供の為の情報を共有する場にしてほしいとのお話がありました。

給食試食会では、牛久第一中学校栄養士の関川先生の講話で、牛久第一中学校の残食率が低いこと、減塩を積極的に推進していることを知りました。

そして実際に給食を試食してみると、本当に健康に配慮されている味付けになっていることを実感しました。

保護者同士、子供の健康について話をして情報交換をし、今後改めて健康的な食生活を心がける良いきっかけになりました。



(2) ZUMBA講習会

「健康について考え、体を動かそう」をテーマに、日々子育てをしている保護者の健康維持とリフレッシュを目的として開催しました。

まずはウォームアップで体をほぐし、ステップの練習をしてから、ラテン音楽を中心に世界中の音楽に合わせて踊りました。

普段動かさないところも動かすことができ、気持ちが良かったです。

また、初めて話をする保護者の方々とも声を掛け合いながら、日々の運動不足やストレスの解消ができる素晴らしい時間となりました。



4 まとめ

学級目標であった「保護者同士の交流を深め、子育てについての情報交換や学び合う場をつくる」をテーマに、今年度は2回の講習会を行うことができました。まだまだコロナやインフルエンザが大流行している中ではありますが、無事に開催できた講習会を通じて、普段出来ない体験やお話も聞くことができ、とても有意義な時間を過ごすことができました。改めて保護者同士の交流の場の大切さを感じました。

ご参加頂きました保護者の皆様、ご指導頂きました先生方、ありがとうございました。