

～全部食べないとおかわり禁止ってどうなの？～



先生から「嫌いなものを食べないのに、好きなものをおかわりさせるのは良いのでしょうか？」という疑問が挙がる場合があります。一方で保護者からは「全部食べないとおかわりできない“っていうのはどうなんですか？」という声を聞くこともあります。今回からは給食のおかわりについて考えを深めるような内容をお届けしていきます。



嫌いなものを食べないのに、
おかわりをしたら食が広がらない

給食を全部食べないと、
おかわりできないなんて、おかしい



その子の食の広がりや、
苦手の程度を考えた上でチャレンジの提案をしてみよう

解説

偏食の改善という観点から考えると、
「好きなものだけ食べられる」という環境では、食を広げることは難しいです。

一方で、文部科学省の『食に関する指導の手引き(第二次改訂版)』から引用すると
“苦手な食品の匂いを嗅ぐだけ、ごく少量を食べてみるなど、
偏食の原因を軽減するための取り組みを段階的に行います”
と、あります。

それを踏まえると、全部食べないとおかわり禁止というのは、
苦手な食べ物が多い子にとって、厳しいルールになるでしょう。

「ひと口挑戦する」ことですら、ハードルが高いケースもあるので、その子に応じた挑戦のステップ
を考えてみると、食を広げることと食を楽しむことのどちらにも貢献できるかもしれません。



来月号以降でも今月の内容を踏まえたうえで、さらにこの問題を深掘りしていきます。
楽しみにお待ちください!

詳しい解説記事は
こちら!

