



LUNCH
給食

空腹がいちばんのソース

意味 空腹のときに食べるものは、すべてがおいしく感じるということ。

解説 4時間も終わりに近づくと、子どもたちは気もそぞろになり、時計の針を目で追っていたりします。待ちに待った給食は、なんとおいしく感じることでしょう。また、運動会で一生懸命体を動かした後や、遠足で山道を歩いた後の、お弁当のおいしさは格別です。空腹のときは、なにを食べてもおいしく感じるものですね。

逆にいえば、おいしく食べるためには、お腹をすかせておく必要があります。体を動かしたり頭を使ったりすれば、エネルギーを消費し、お腹もすいてきます。時計を気にせず、授業に集中することも大事ですね。英語のことわざ Hunger is the best sauce がもともになっています。

五穀は民の汗

意味 国を支えているのは、たゆまぬ国民の労働であるということ。

解説 五穀とは、米、麦、粟、黍、豆の五種類の穀物のことで、穀物の総称でもあります。祭りのとき、神社には、豊作を祈願して「五穀豊穡」の幟が立ちます。

米をはじめとする穀物は、土地を耕して水を引き、種をまいて育てて収穫するという、きびしい労働によって得られるものです。国を支えるのは人々の労働であり、五穀はその汗の結晶なのです。

給食のとき、その食事の材料を生産した人々、流通・運搬にかかわった人々、調理した人々などの労働の価値を、考えさせたいものです。そのために、このことわざを紹介してはいかがでしょうか。



INTER MISSION / 中 休 み

碁で負けたら将棋で勝て

訳 ひとつのことに失敗しても、ほかのことで取り返せばよいということ。

解説 休み時間、ドッジボールで負けてくやし涙をふいている子どもには、「次はサッカーでやり返せ」と励ましてもよいかもしれません。

人の能力は多様で、その評価基準もひとつではありません。このことわざは、ひとつの価値観にとらわれず、得意技を伸ばそうと説いています。囲碁（不得意なこと）で輝けなくても、将棋（得意なこと）で輝くことを目指せばよいのです。

得意なことを伸ばせば、苦手なことにも前向きになれるものです。

関連 ・碁で勝つ者は将棋で負ける

子どもは風の子

訳 子どもは、寒くても平気で戸外で遊ぶということ。

解説 冬の晴れた日の休み時間。寒いからといって、校庭に出たがらない子どももいます。そんなときは、教師が「子どもは風の子元気な子」といって、窓を開け放ち、外に出すのがいいですね。もちろん、先生もいっしょに校庭に出ましょう。子どもは、いっしょに遊んでくれる先生が大好きです。

冬はインフルエンザの流行もありますが、ふだんから、外遊びをする元気いっぴいの声が校庭に満ちていると、心配も吹っ飛びます。よく遊んで体をきたえていれば、ウイルスも寄せつけなくなるでしょう。外遊びが終わったら、水飲み場であいがいと手洗いもお忘れなく。