


# 食べものの文化

特  
集

夏休み、子どもの外食・  
コンビニ食どこが問題？

8

2010 August  
No.420

- 
- ★安い外食も、回り回って高くつく!?
  - ★居酒屋・ファミレスの輸入食材が心配!
  - ★インスタント・レトルト昼食—ここが問題
  - ★コンビニ食だけではつまらない、おにぎり作ってみよう
  - ★学童の子、塾の子のお昼ご飯から見えるもの

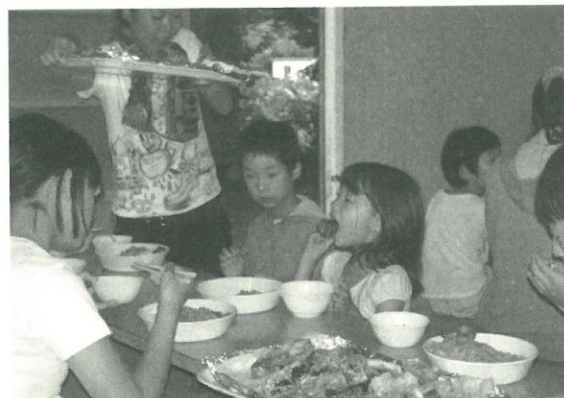
連載  
食の安全

マグロは水銀で汚染されている

## 外食・コンビニ食どこが問題？



みんなでおいしいものを食べる。  
この経験を大事にしています。



合宿は自由の森学園でおこなわれます。  
日本一の学食といわれています。

また、夏休みは大きな行事に取り組みます。中学生・高校生は7泊8日の合宿。小学生たちは3泊4日のキャンプです。  
合宿は「学び」「創る」「結ぶ」という大きなテーマを組みまます。  
「学び」は狭い教科の枠

よつとかわった塾」でしょうか。

### エルムの夏休み行事

学校の授業の進まない夏休みは、学習のやり直しをする大きなチャンスです。そのために夏期講

習を組みます。高校受験・大学受験の子どもたち以外は学校の宿題を中心として講習を組みます。そして、受験生たちは総復習に取り組みます。ちなみに、エルムの中3は1日4時間の講習を16日間受講することになっています。

## 塾に通う子どもたち 夏の生活

半数の子は手作り弁当だけけれど……

エルムアカデミー代表

矢沢宏之



### ちよつとかわった塾エルムアカデミー

私たちの塾エルムアカデミーは東京都品川区にあります。1984年に設立されて今年で26年になります。小学生から高校生・大学受験生までの子どもたち、120名が通っています。その中には、不登校などで学校に行くことのできない子どもたち、発達障害と言われるLD・ADHD・ア

スペルガーなどの子どもたちもいます。ですから、勉強面で言えばデキル子からデキナイ子まで、じつにさまざまな子どもたちがエルムに通っています。

私たちは「子どもの成長が真ん中の塾」として、安心して学べ、何でも仲間と話せる場を提供しています。そして、「どの学校に進学するのか」という狭い進学指導ではなく、「どう生きていくのか」という広い進路指導を一貫して追求しています。

成績だけ上げればよいという塾と比べると「ち

を離れて、その教科の持つ本質的な文化にさかのぼり学んでいきます。

「創る」は合宿中にあるスポーツ大会での応援づくりと発表会での演劇づくりを子どもたち自らがチームを組んで創り上げます。

「結ぶ」はこれらの活動を通じて、一人ひとりの子どもたちがまわりの子どもたちと結びつき、自治を創り上げていきます。

こうしたことは、一見するといわゆる勉強とはかけ離れているように見えます。しかし、この行事の中で達成感を得て、かけがえない仲間を見つけ、自分に自信を取り戻していきます。その自信が自分も満足ではないという自己効力感につながり、苦手を勉強にも向き合うことができるようになります。

## 心配な昼食

夏休み、中3は夏期講習で午前4時間、午後は合宿準備で4時間と、ほぼ中学校生活と同じ時間

をエラムで過ごすことになります。多くの子どもたちは昼食をエラムで取ります。女子を中心に約半数の子はお弁当を持参してきます。しかし、残り半分はコンビニやファストフードになっているのが実態です。休み中はどうしても孤食になりがちなので、なるべく、みんなと一緒に食事をするようにさせています。みんなでとる食事のおいしさに気づいてほしいからです。

東京では、公立保育園・小学校・中学校はすべて給食です。栄養のバランスもよく、安全・安心でおいしいものを子どもたちは食べる事ができます。しかし、給食に慣れてしまい、自分で食事を考えてとるのは不十分のようです。体を作ってくれるのは食べものです。勉強も脳がしますから食べものの重要性をもっと学んで活かしてほしいと思っています。

できれば、中学生は家の夕食の残り物を自分でアレンジして、自分の作ったお弁当を持ってきてほしいものです。