

「飲んで笑って元気な脳をつくろう」出前授業

7月2日、愛知県にある安城市立新田小学校の2年生を対象に、「飲んで笑って元気な脳をつくろう」をテーマとした出前授業を行いました。「きゅうちゃん」を活用しながら、水分摂取や笑いと脳との関わりについて学びました。

「あいさつ日本一」を目指す児童たちは、元気な挨拶で迎えてくれました。「きゅうちゃんシート」を配ると、「かわいい!」「名前は何?」と声上がり、児童はすぐに活動へ引き込まれました。

元気がないきゅうちゃんについて考える場面では、自分の生活経験と結び付けた発言や、「髪の毛がほしいんだよ」という自由な発想が生まれ、教室には笑い声が広がりました。

「脳の水分が足りなくなると働きにくくなる」という説明の直後、「あ、じゃあ、朝、水飲めって、そういうことか」と腑に落ちた瞬間に驚きました。児童たちは、「お水が飲みたくなってきた!」と、次々に飲み始めました。

もう一つのひみつである「笑うこと」では、スライドに「アハハ!」の文字が現れると、「アハハ! アハハ!」と大爆笑に包まれました。

児童からは、「ちょちょこ飲みをしてみようと思った」「元気でいるために、水をしっかり飲んで笑って過ごしたい」といった感想が寄せられました。保護者からも、「いつもより水筒のお茶を飲んで帰ってきた」という声がありました。

文責 藤田医科大学 織田千賀子



安城市立新田小学校ホームページに掲載の本実践情報(第1回学校保健委員会)はこちら!

