

タイトル

【参加者様の声】講座の感想が届きました

本文

こんにちは、悠です。

昨日から講座のご案内をしています。

案内を見るだけでも、

「どうすれば偏食が改善できるのか？」

ということのヒントが得られるようにしてあるので  
ぜひ見てみてくださいね。

案内ページはこちらから

↓↓↓↓

レターURL

さて、今日は

講座のモニターに参加して下さった方から  
感想をいただいたのでご紹介します。

本当にありがたいことに、  
好評の声をいただけてまして...

感謝です！

いただいた声を少しお見せしますね。

-----

Oさん 女性

食べ物は生きる、生活する上で 欠かせないものですよ！

内容もとても分かりやすく説明されていた動画でした。

食から視野を広げて価値観、感謝、脳科学などに繋げてあり見応えがありました。

きっと知的欲求が強い方は大満足する内容だろおな...って想像しちゃいました^^

現在の教育現場のあり方、  
変える事の出来ない現状から家庭で何ができるのか！

自分ができる事を見つけていく!!

コーチング的要素も入っていたので見る方の考える力も養っていける教材だと感じました！

Cさん 女性

「食育」という言葉は  
子供が生まれてからによく耳にしましたし、

少しは知っているつもりでいましたが、  
奥が深いですね～！

食事は毎日のことなので、  
正直メニューを考えたり料理するだけで疲れてしまって。

何も考えずに食べたり、テレビを観ながら会話もなく終了ってこともあります。

そんな私でも少し意識すればとても簡単にできそう！と感じました。

どんなことに気を付けるのか、  
伝え方や○○しないなど

ポイントを押さえて毎日続けて習慣にしまえば続けられると思います。

それに食育をすることでのメリットが物凄く魅力的です。

食事とは関係ないと思われるようなところまで育まれるし。

何より将来子供が、  
「食べること＝食欲を満たすこと」だけではなく  
自分の健康に興味や高い意識をもってくれることは、親の理想だと思うのです。

子供の健康は親にとっては最大の心配事であると同時に、それは生きていく上で最優先ですよ  
ね。

そうして育つ子供は、自分の子供にもその教育が自然とできるようになることも想像できます。

4歳の我が家の長女は満腹中枢に異常があります。いくら食べても満腹感を得ることができません。

将来的に彼女には自分で食事をコントロールできるようになってもらうのが理想ですが、

言葉が遅く、意思疎通でつまづくことの多い日常で、知的な面での成長がどこまでかも今はまだ  
わかりません。

それでも  
この「食育の方程式」を知ったことで希望が見いだせますし、  
親として最善と思えることができるのはとてもうれしく思います。

それから〇〇モデルという言葉を知りました。

これは面白い！

やって欲しくない行動をとるのが得意な主人に試してみようと思いました笑

Hさん 女性

モニター参加させていただき、ありがとうございました！！

食育は色々なことにつながっていて、  
やるべきことだけど学校等ではそこまでできていない。

だからこそ、  
食育大事だよな、ちゃんとやらなきゃなと反省しました。

まずは自分が食についてもっと考えるところからはいらなければ...とも思いました。

子どもへの食育の前に自分がきちんと知らなければと。

子どもに食育を行うに当たっての内容は、

しつけの仕方というか子どもへの接し方、言葉のかけ方など。

食育だけでなく  
子育ての本質的な向き合い方を教えていただいている感じがすごく参考になりました。

どうしても  
直接的に否定文を使ってしまうことを〇〇を考えて使ったり、

〇〇に置き換えて伝えることをもっともっと意識して子どもと関わっていかねばと思いました。

これを気に気を付けていきます。

全体を通して食自体と食育の大切さを改めて認識でき、  
子どもへの声かけの仕方はとてもわかりやすかったです。

このような機会をいただき、ありがとうございました！！

-----  
こうやって喜びの声をいただけて、

本当にありがたい限りです。

こういった声をいただくと、  
食育を伝える活動を始めてよかったなと  
心から思います。

もし、

「講座に参加しようか迷っている...」

とっていたら、  
モニターさんの声を参考にしていただけたらなと思います。

講座の案内はこちら↓です。

レターURL

それでは、また明日のメールで！