

お弁当の日通信



令和2年2月18日 小笠原中学校

No. 9 保健室

2月の食育講話は、島しょ保健所の栄養士さんをゲストティーチャーにお招きし、「味覚について知ろう」というテーマで、お話を聞きました。5つの味覚、「苦味、酸味、塩味、甘味、旨味」があること。舌には、味を感じるセンサーの「味蕾(みらい)」というものが、約1万以上あるということ、最後には、味覚以外の五感(味覚、視覚、触覚、聴覚、嗅覚など)も大事にして、楽しく食事をとって欲しいとお話がありました。



今月のお弁当の日は、前回に続いて、**保健委員会企画「おそろい弁当(おにぎり)」**でした。「おにぎり」と一口にいても、実に多様な「おにぎり」が、各学年そろいました。ぜひ、全校の「おにぎり」に注目して読んでみてください。全校で「おにぎり」をほおばる姿が、良い雰囲気でした。今回も保健委員会が「おにぎり」に関するアンケートを実施しました。集計結果は、次のページをご覧ください。来月は、今年度最後の「お弁当の日」です。3月は、「おそろい弁当」(お題：2種類以上の野菜を入れる)&「縦割り弁当」です。今年のお弁当作りのまとめとして、頑張っで欲しいです。

～1年生～

4月の頃はお弁当の食べ始めが一番遅かった1年生が、今は一番早く食べ始められています。お弁当作りにも、成長が感じられます。

作った「おにぎり」を皆で、「誰のが、一番大きい?」、「形くずれちゃった。」、「具は何入れた?」、など、見合う様子が微笑ましかったです。感想では、「ツナマヨ、鮭、トマト、キャベツを入れた。ご飯が熱くて、にぎるのが大変だった。」、「塩おにぎりを作った。塩をかけすぎた。すごくしょっぱくなった。」などがあがりました。



同じ班に3人もスパムおにぎりがいました!



～2年生～

2年生も、個性豊かな「おにぎり」がそろいました。「おにぎり」に加えて、おいなりさんやチャーハンなども作っていたり、食べ盛りの男子達のお弁当の様子は、すごいボリュームでした。1年生は、「おにぎりは、意外と時間がかかる。」と言っていたのに対し、2年生は、「おにぎり、意外と簡単！」という意見が多かったです。

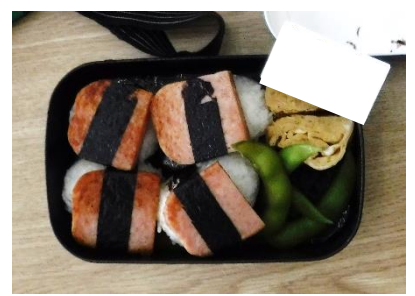
感想では、「弁当箱の形に合わせて、おにぎりを作った。」、「おにぎりは、普通のお弁当よりはるかに簡単だし早く作れたから、朝時間がない時はおにぎりにしようと思った。」、「スパムおにぎりを作った。短時間でできた。味完璧！」などがあがりました。



～3年生～

3年生は、都立入試も近づいていたため、少し厳しい日程でお弁当の日を設定してしまったのですが、頑張って取り組んでくれました。いつも忘れてしまっている生徒が、しっかりと作ってきたのが嬉しかったです。お弁当作りが、あと1回となってしまった3年生。最後に、どんなお弁当を作るのか楽しみです。

感想では、「ピリ辛おむすびを作った。食べ始めの場所だけ海苔をなくした。」「おにぎり握った。朝、勉強できなかった。梅の入った瓶が割れた。」などがあがりました。



(保健委員会企画)「おにぎりに関するアンケート」集計結果

- ①海苔はパリパリ派 しなしな派？
- | | | |
|-------|-----|---------------------|
| パリパリ派 | 47人 | (1年15人、2年16人、3年16人) |
| しなしな派 | 5人 | (1年4人、2年0人、3年1人) |
- ②おにぎりの具は、何を入れた？
- | | | |
|---------|-----|------------------|
| 1位：スパム | 15人 | (1年8人、2年4人、3年3人) |
| 2位：ツナマヨ | 8人 | (1年2人、2年1人、3年5人) |
| 3位：梅 | 7人 | (1年2人、2年3人、3年2人) |
- ③あなたは、おにぎりサンドウィッチどっちが好き？
- | | | |
|---------|-----|-------------------|
| おにぎり | 26名 | (1年12人、2年6人、3年8人) |
| サンドウィッチ | 23名 | (1年7人、2年9人、3年7人) |

次回のお弁当の日は、3月10日(火)です！今年度最後です！

縦割り弁当＆おそろい弁当「2種類以上の野菜を入れる」