

お弁当の日通信

令和5年5月2日 小笠原中学校

No. 1 食育担当

4月13日(木)は、第1回となる食育講話でした。高部先生から「お弁当づくりについて考えよう」というテーマで、お弁当づくりの良いところ、作るにあたってのアドバイス、食中毒の危険性など、「お弁当の日」に向けたお話がありました。

これから、お弁当作りから「食べることや、からだを作ること、また、日頃のお家の人への感謝の気持ちなど」を少しずつでも学んで欲しいなと思います。

皆さんのお弁当は「お弁当日記」として、1・2年生は家庭科室前、3年生は2年2組教室前に掲示していきます。ぜひ他学年のお弁当作りもチェックしてみてください。

保護者の皆様、月1回の「お弁当の日」が始まりました。「ほけんだより」で月初めに日程をお知らせし、前日に子どもたちへ保健委員から呼びかけをします。朝や夜など、台所が忙しい時間帯ですが、詰めるだけ、洗いものをするだけなどでも構いません。お弁当作りで様々な体験をさせていただければと思います。ご協力をお願いいたします。なお、パソコン作業が苦手なため、編集が上手くいかず、ご迷惑をおかけすると思います。お許しください…。(小河)

～1年生～

少しずつ中学校の生活リズムに慣れてきた1年生。

中学生になったら「お弁当の日」がある！と心待ちにしていた人もいたのではありませんか？「夜、準備することが大変だった」「丁寧にすることが大変だったけど、それが大切だと分かった」「初めて作ってこんなに大変だと気付いた」「色などを意識して作りたい」「栄養が取れる物を作る」「次回は食材も購入して、色々なおかずを作りたい」「姉と一緒にやったので、ちゃんとできたが、次は一人でもおかずをつくられるように頑張りたい」(一部抜粋)など、日頃、お弁当をつくってくださる家の人の大変さが分かったことや、次回への挑戦の気持ちがあふれる感想が多かったです。次回も楽しみです！！

1年生の お弁当



～2年生～

2年生は、昨年度から引き続いての取組みです。「何を入れようかな？」と、「お弁当の日」を楽しみにしていた人も多かったのではないのでしょうか？「キャラ弁作ってみようかな」「親の指示なしで作れるようになりたい」「栄養バランスを考えて食材を詰めただけ、時間がかかってしまった」「素早く作る」「時短できる物を工夫したい」など、お弁当箱への工夫や時間配分など、1年間作った2年生だから、ちょっとベテラン風な感想や次回への意気込みを書いている生徒もいました。今回は、時間配分へのチャレンジを試みてください。応援しています！！

2年生の お弁当



～3年生～

さすが3年生！！視覚で味わわせていただいたお弁当が勢ぞろいでした。「30分以内に作れたので続けていきたい」「時間に余裕をもつ」「全部量を計って入れたい」「早起きできるように早寝でいきたい」など、3年目だという自負とステップアップを感じる感想が多かったです。自分へのお弁当作りの課題を次回に繋げて欲しいです。がんばれ3年生！！

3年生の お弁当



次回のお弁当の日は、

5月18日(木)です

入港日：5月17日(水)