

お弁当の日通信



平成31年4月25日 小笠原中学校

No. 1 保健室

17日(水)は、第1回目の食育の日でした。先生から、月1回の「お弁当の日」についての説明がありました。3年間かけてレベルアップして欲しいです。また、いつも使っているお弁当箱の大きさ、中学生が摂る食事量についても話がありました。自分自身がいつも使っているお弁当箱の大きさを調べてみましょう！

「お弁当の日」初回だったこともあり、ほとんどの生徒が何らかの取組みができていました。皆の作品は「お弁当日記」として、家庭科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ましょう！

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呼びかけします。朝や夜など、台所が忙しい時間帯であり、親子喧嘩もあることでしょう。詰めるだけ、洗い物をするだけなどでもかまいません。お弁当作りで様々な体験をさせていただきたいです。ご協力お願いいたします。

今年度も始まりました。「自分でつくる！！お弁当の日」です。各学年の写真を紹介していきます。

～1年生～

少しずつ中学校のリズムに慣れてきた1年生。始めてのお弁当の日だったので、「バタバタするかな？」と思いましたが、順調に写真撮影をこなし、いつもの時間に「いただきます」ができました。協力し合う姿が頼もしかったです。自信満々な表情の人と、「これで大丈夫かな？」と不安げな表情の人もありました。自分で何かしら取り組んだのであれば、自信をもって大丈夫！失敗して見た目が悪くなったお弁当でも、堂々としてください。

感想には、「肉とじゃがいもの炒め物、卵焼きを作った。今度からは、食材も購入してご飯も炊いて完璧に！」、「二食弁当を作った。作ってみて弁当作るのが大変だなと思った。」などがありました。



～2年生～

2年生は、昨年度と比べお弁当の量が増え、オムライスなどの一品料理＋αになっているという印象を受けました。体を作る大事な時期に必要なカロリーと栄養を摂ろうという意識と、お弁当作りがレベルアップしているのが感じ取れました。

感想では、「卵焼き、ウィンナー、かぼちゃ、ハンバーグを作った。片付けをしていなかったから次はできるようにしたい。」「今回は、パンを焼きながらベーコンを炒めるなど時短をすることができたから、今までよりも早くお弁当ができた。」「あげワントン、ポテトサラダを作った。前より作る品数が増えた気がする。」などがあがりました。



～3年生～

3年生は、3年目の「お弁当の日」のスタートでした。修学旅行のコース決め、実行委員会などもあり、バタバタと忙しい日々だったので、作り忘れてしまった人も数名いました。3年生は、3年目でどうしてもマンネリ化になりがちです。新しいメニューに挑戦したり、家族の分も作ったりと、レベルアップしていきましょう。

感想では、「1回目だったから、作り慣れたものにしたけど、次は違うものを作りたい。ちょっと飽きてきた。」「兄弟がいると、やることのない人が出てくる。もうちょい弟にやらせたかったな。」などがありました。



次回のお弁当の日は、5月29日(水)です！