お弁当の日通信



令和4年11月3日 小笠原中学校

No. 4

保健室

9月は23日(金)、10月は18日(火)にお弁当の日を行いました!

食育講話では、「楽しく食事をとる工夫をしよう」「野菜を積極的にとろう」などの内容でしたが、 日々の生活や、お弁当の日などに皆さん実践してくれているでしょうか?

学校での昼食時は黙食となってしまうのが残念ですが、その中でも楽しく食べられる工夫や、野菜 を美味しく食べるための工夫なども、ぜひ考えてみてくださいね!

2学期に入り、1年生は「お弁当の日」の取組にもだいぶ慣れて ~1年生~ きた様子です。みんなそれぞれの工夫が光っています!特に、見た 目の彩りなどを意識している人がとても多いのが印象的です。

そして毎月の「お弁当日記」に書かれている「今月の目標」と、「次回への意気込み」が、着 実にレベルアップしていっているのがとてもよくわかります。いろいろ考えながら、一生懸命 取り組んでいる姿勢が素晴らしいです!引き続き頑張りましょう。



~2年生~

新たな組織体制になり、役職がついたり、仕事が増えたりと、いつ も頑張っている2年生ですが、「お弁当の日」も何かしらに取り組め ており、手の込んだメニューや、時短を意識したレシピなど、工夫も

たくさんされていました。よく頑張っています!お弁当日記の目標や感想も、前向きな意見が多かったです!とても良い傾向だと思いますので、ぜひ続けてみてください。来月も期待しています!



~3年生~

3年生は自分で調理した品が入っている人がほとんどで、火加減や切り方、手際などを意識している人が多かったです。毎月、新しいことを始めようとすると取組自体が辛くなってしまうので、家族と相談し、無理なく楽しめるように取り組みましょう!うっかり忘

れてしまうより、調理しなくても、準備や後片付けを手伝うだけの時があっても良いです。何 かーつでも取り組んでみましょう!



次回のお弁当の日は

11月22日(火)です! 入港日: 11月19日(土)