

# お弁当の日通信

平成29年11月17日 小笠原中学校

No. 7 保健室 鈴木 奈留美



第7回目の食育の日。朝の食育講話では、「食事に関わる人に感謝して食べよう」というテーマで話を聞きました。先生の奥さんが留守中の家事のことや、毎月11日と11月11日は「いただきます」の日という紹介がありました。

感想には、「普段やらないこと(先生が留守中に家事をしたこと)をやってみると、新しく思うことがあるとわかった。」(1年)、「今日も(お弁当の日で)2品しか作れなかったけど、結構時間がかかったから、いつも作ってくれてありがたいと思った。」(1年)、「当たり前にご飯もちゃんと感謝しないといけないと思った。」(2年)、「母にあまり「おいしい」と伝えていなかったの、日頃から意識して伝えようと思った。」(2年)、「この世の全ての食材に感謝を込めていただきます。」、「いつも何も考えずにいただきますって言うけど、ちゃんと意味を考えて言おうと思った。」(3年) などがあがりました。

## 今月は、縦割り弁当の日でした。

今月は、6月にも行った「縦割り弁当の日」2回目でした。中庭の芝生が、朝の雨で湿っていたため、今日は各教室に分かれて食べました。6月とは、また違うメンバーに分けた4つのグループで、それぞれ楽しく食べることができました。机の配置も、各グループによって違っていたり、各グループの特徴が出ていました。

### Aグループ



# B グループ



# C グループ



# Dグループ



お弁当を作った感想では、「オムライスを作るのは初めてだったけど、うまそう良かった。」(1年)、「卵焼き、ウィンナー、野菜炒めを作った。炒めた後、味付けをした。卵焼きがうまかった。」(1年)、「メカジキのバター炒めを作った。いつも通りにやった。」(2年)、「時間がかからないように、火曜日(前日)に前もってご飯だけ作り置きした。」(2年)、「おにぎりとお卵焼きとウィンナーという王道だった。」(3年)、「カレー、きんぴら、ひじきの和え物、リンゴをつくった。」(3年) などの感想があがりました。作るメニューや増えた人や、いつものメニューのコツや、調理のコツがつかめてきた人もいました。素晴らしい!

## 保護者の皆様へ

月1回の食育の日へのご協力、ありがとうございます。各ご家庭の様子はいかがでしょうか。後期になり、どの学年も着実にレベルアップしています。本校のようにお弁当の日に取り組む学校は、2001年香川県の小学校でスタートしてから、2016年現在、全国で1800校を超えているそうです。

「食べる」ということは、「私たちの一生」といっても良いと思います。一生のうち、どの時期に、誰と何を食べ、何を感じ、何を吸収し、私たちはどう生きていくのか。そんな「食べる」ことを、食育講話・お弁当の日で少しでも考える機会となっていれば嬉しいです。保護者の皆様のご協力なしでは、この取り組みは実現できません。どうぞ、今後ともよろしくをお願いします。

**次回の食育は、12月20日(水)です!**