

食育だより

お弁当の日
特別号



2022. 11 那須中学校

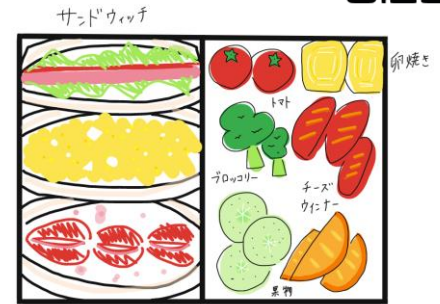
イラストや写真のカラー版は
「那須中学校ホームページ」→



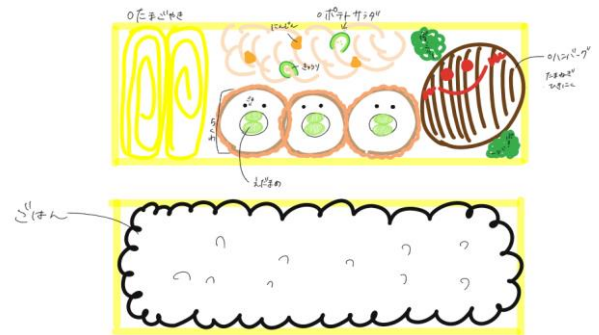
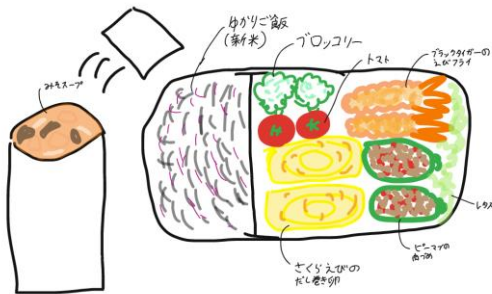
「那須中学校お弁当の日」を 実施しました

先月9日の「お弁当の日」では、お忙しい中お父さまのお弁当作りに、御協力いただきありがとうございました。一人一人が自分で計画し、自分の力でお弁当作りにチャレンジしたことで、「食」への興味や作ってくれる人への感謝の気持ちがもてたようです。振り返りシートによる生徒の感想や、家族の方へのメッセージ、保護者の皆様からの感想の一部を掲載します。

生徒昇降口付近に写真を掲示してありますので、来校される際は是非御覧ください。



計画書



【生徒の感想】

- ・外で食べるということもあり、食べやすさを考えた。
- ・毎年かなり苦戦していたけれど今年は事前に準備していたのでテキパキ作れました。
- ・茹でて、切って、詰めるだけでもすごく大変だった。料理をするのは楽しかった。
- ・早起きが苦手すぎる・・・でも、完成したお弁当はおいしかった。
- ・朝早く起きて疲れた。親の気持ちが分かった。
- ・栄養バランスと食べやすさ、自分の好みを考えながら、丁寧にお弁当を作ることができた。
- ・時間の使い方をもっと上手にできるといいと思った。
- ・時間に余裕をもって作ることができて良かったです。去年よりもレベルアップしたと思います。
- ・去年よりも難しい料理に挑戦できたのでとても良い経験になりました。学校や家以外で自分の作ったものを食べたのも初めてだったので、それも良い経験でした。
- ・一からお弁当の内容を考えて料理するのが楽しかった。
- ・こんなにお弁当作りって大変なんだと改めて思いました。揚げ物が初めてだったので、最初は怖かったです。
- ・去年はずっと親が近くに来てくれたけど、今年は一人で作ることができてよかった。
- お弁当を食べる時にも中身が崩れていなくて良かった。
- ・自分でお弁当を作ったので、食べたらいつもの倍美味しかったです。
- ・大変だったけど楽しかったし、おいしそうにできた。
- ・お弁当の計画を立てるのも、作るのも、お弁当箱を洗うのにも時間がかかることが分かりました。

【家族へ一言】

お弁当を作ることがどれほど大変なことか分かったから、お弁当は残さないようにする

見守ってくれてありがとうございました。

次は自分一人で作って親に食べてもらいたい。

いつも当たり前のように食べてしまっているけど、これからは感謝して食べていきたい。

お弁当だけでなく、普段の料理の大変さを体で実感しました。

一緒に作りながら、細かく教えてくれてありがとう。

試合がある日にお弁当を作ってくれてありがとう。

毎回自分のために、朝早くからお弁当を作ってくれてとても感謝しなきゃと思いました。



【保護者からのメッセージ】

お弁当写真

1年生の時とは、違うお弁当にしよう。でも、好きなおかずは入れようと、考えながら献立をたてていました。揚げものは、どの位が目安か、又、油のハネが「わっ!!」と言いつつも、元々、頑張っていました。おつかれ様でした!!



朝から眠そうで大変そうだったけど、作り始めるよーは、けん命頑張っていて、きゅいにできあがったのよ。達成感はいっぱいあったわ!! がんばって、良かったと思います。



料理することに興味を持ってくれてうれしいです。教えてあげる時間がなくて、あまりお手伝いさせられなかったのよーからお弁当を作ることを大変だと思っています。おいしいお弁当ができてよかったです。こちらこそ、いつも「おいしい!!」と食べてくれてありがとう!!



五子焼きは家族の誰よりもうまく焼けていた!!
今度、私のお弁当作って下さい。
朝早くからお疲れ様でした。

前日に、買い出し行って、朝、いつもより早起きして初めてのお弁当作り。あたふたしたけど、楽しくバランスよく上手に出采まいたね!! 最初は、タブレットの絵にはびくりました!! 谷のレタス入れた!! トマト入れているぞ!! 100点!! またチャレンジしてね!!

