

家族への感謝の気持ちと社会的自立を育む「弁当の日」

美郷町立北郷中学校

1 ねらい

- 弁当づくりを通して、食生活や健康についての関心を高める。
- 弁当の献立作成や調理等を通して、家族とふれあう機会を増やし、家族への感謝の気持ちを育む。
- 自ら様々な事柄に意欲的に取り組む姿を養うとともに、社会的自立へ向けて必要な意欲・態度を育む。



2 全体構想



3 取組の実際

(1) 実施計画

月	実施計画
4	・職員会（共通理解） ・家庭へ協力依頼（PTA 総会）
6	・食生活改善委員による弁当づくり指導 ・参観日「学校保健委員会」（保体委員会による弁当づくり発表）
8	・天体観測キャンプにおける自炊活動
10	・家庭科調理実習における弁当づくり ・第1回弁当の日 ・学習発表会にて弁当の日コーナー設置
11	・第2回弁当の日
12	・第3回弁当の日（パースディ給食）
1	・第4回弁当の日 ・しいたけコマ打ち体験
2	・第5回弁当の日 ・生徒・保護者アンケート実施
3	・アンケート結果分析及び次年度計画

(2) 実践の概要

ア 「弁当の日」の実践

季節を考慮して、10月から5回行った。また、生徒と保護者が一緒に買い物に行きやすいよう、「弁当の日」は全て月曜日に実施し、家族とのふれあいの大切にした。

イ 委員会活動

保体委員会を中心に、町の食生活改善委員の方々から栄養のバランスや調理法など弁当づくりの指導を受けた。その成果を参観日で発表し、「弁当の日」の良さを生徒・保護者へ伝えた。

ウ 普及・啓発活動

学校便りや学級通信を利用して、家庭・地域へ「弁当の日」の様子を紹介した。また、校内に常時「弁当の日コーナー」を設け、その意義や調理法など紹介するとともに、学習発表会においても同様のコーナーを設け、保護者への啓発も行った。

エ 家庭科の実践

家庭科の調理実習の時間を利用して、栄養のバランスを考えた弁当づくりを行った。家から弁当箱を持参し、調理した2～3品と給食を弁当箱に詰め、「弁当の日」への意欲を喚起させた。

4 生徒・保護者の感想

(1) 生徒の感想

- ・ 将来のためにもなると思うので良いと思います。自分で弁当を作ったとき、喜びがあって良かったです。
- ・ 最初はとても大変だったけれど、何回も続けているうちに親への感謝の気持ちをもつことができたので、とてもいい機会になったと思いました。
- ・ 今まで面倒だと思ってやってきませんでしたが、実際に自分でつくるものを考えたり、調理したりしてみたら楽しかったです。

(2) 保護者の感想

- ・ 料理を覚えるのにいい機会でした。大人になってもコンビニ弁当ばかりでなく、バランスよく食べる「食」の大切さを学べたらいいなと思います。
- ・ パソコンでメニューや盛りつけなど見ていたときは嬉しく思いました。仕事で遅くなったり、家を空けたりするときもあるので夕食メニューにも挑戦してほしいと思いました。
- ・ 口も手も一切出さず、全部やらせました。おかずはワンパターンでしたが、2人仲良く笑いながら弁当を作っているのは、こちらまで嬉しくなりました。お弁当以外でも料理に興味を示すようになってくれた事が「お弁当の日」の効果だと思いました。