



鞍岡中学校【弁当の日】



【食に関する指導の年間計画】

1 学 期	・家庭科、学級活動で食に関する授業の実施 ・第1回弁当の日（全学年） 「バランスのよい弁当を作ろう」
2 学 期	・ふれあい料理教室 ・第2回弁当の日 （1・2年 家庭科調理実習）「五ヶ瀬の食材を使った弁当作り」 （3年） 「家にあるもので弁当を作ろう」 ・おにぎり弁当の日 「汁物に合うおにぎりを作ろう」
3 学 期	・第3回弁当の日 （1・2年） 「家にある物で弁当を作ろう」 （3年 家庭科調理実習） 「五ヶ瀬の食材を使った弁当作り」



【食に関する指導に関連した取組】

《学校》

- 1年 家庭科 「栄養バランスのとれた弁当について考えよう」
- 2・3年 学級活動 「弁当の計画を立てよう」
- 1年 家庭科 「べんとう箱入れを作ろう」
- 1年 総合的な時間 「しいたけ栽培」
- 『みやざき弁当の日』シンポジウムへ全職員参加予定。



《家庭・地域》

- 弁当アンケート
 - ・「弁当の日」実施後、今後の「弁当の日」改善につなげるため全保護者に「弁当アンケート」を実施している。
- ふれあい料理教室
 - ・地域の方を講師に招き、鞍岡の食材を使って郷土料理を作る「ふれあい料理教室」を実施している。
- 汁物作り
 - ・鞍岡小中合同駅伝大会開催時に、五ヶ瀬の食材を使った豚汁を保護者に作っていただいている。
- 五ヶ瀬町小中合同学校保健委員会
 - ・食をテーマにした研修会への参加。
- 『みやざき弁当の日』シンポジウム
 - ・『みやざき弁当の日』シンポジウムへ全職員参加予定。



《五ヶ瀬町学校保健会の取組》

- 町内小・中学校の取組
 - ・24年度から、町内全ての小・中学校で「弁当の日」実施する予定である。
- 五ヶ瀬町小中合同学校保健委員会の開催。
 - ・会の中で、食育の講話、講演を実施している。
- 「学校保健安全計画年間計画」の中に「食に関する指導」の項目を位置づけ
 - ・保健主事・養護教諭・学校栄養職員を中心に年間計画の見直し、作成を行っている。
- 「食に関するアンケート」の実施
 - ・生徒児童の食についての実態把握を行う。
- 町広報紙への掲載
 - ・五ヶ瀬町小中合同学校保健委員会や弁当の日の取組を、家庭だけでなく、地域にも発信している。



「弁当の日」を実施して

本校では、平成22年度から『弁当の日』の取組を始めました。

初めは、弁当作りの手順が分からず消極的だった生徒も回数を重ねるにつれ、メニュー決めや弁当が出来上がるまでにかかる時間が短くなり、楽しみながら取り組めるようになってきました。

今回の『弁当の日』の取組を通して、自分で作ることの満足感やバランスのとれた食事について考える機会となりました。また食事を準備することがいかに大変かを知り、家族への感謝の気持ちを、多くの生徒が持つこともできるようになりました。

「いずれ親元を離れる子どもたちに、弁当の日をきっかけに、料理の段取り、コツ、栄養バランスなどを身につけてほしい」という保護者の思いも聞く事が出来ました。

