



みんなが笑顔になれる 「マイスペシャル弁当の日」

平成25年度
大王谷学園中等部

わたしたちは、大王谷学園の食育キャラクターです。
赤レンジャー、緑レンジャー、黄レンジャーの3人はいつも仲良く、
手をつないでいます。3人はいつもいっしょ。栄養バランスばっちりの
マスコットです。
* 3年生の武智里奈さんが初等部6年の時に考案してくれました。

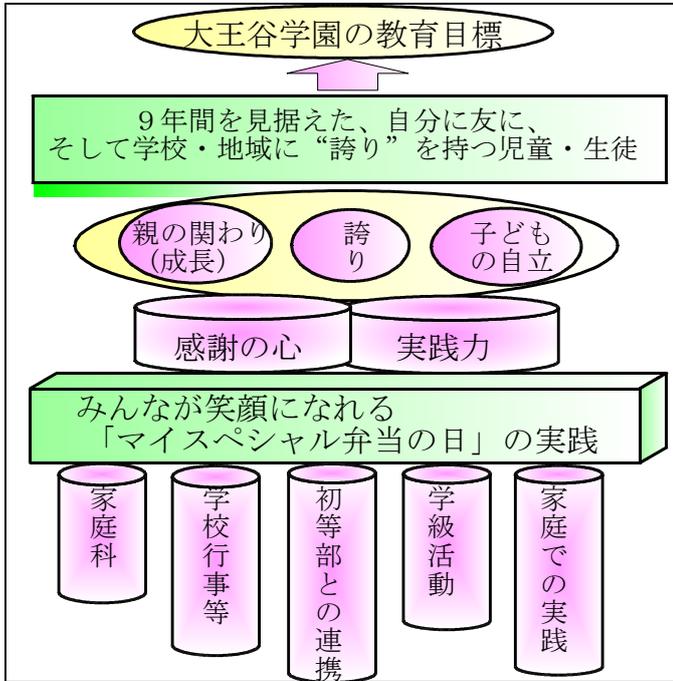
1 「マイスペシャル弁当の日」のテーマ

みんなが笑顔になれる
「マイスペシャル弁当の日」
☆自分で弁当を作ったことで自信に満ちた笑顔
☆感謝の気持ちを伝えられた親の嬉しそうな笑顔。
☆信頼できる友だちと食事を共にできたときのうれ
しそうな笑顔
が見られることを願って取り組んでいます。

2 「マイスペシャル弁当の日」の目的

- (1) 弁当づくりを通して、食生活や健康について
の関心を高めましょう。
- (2) 弁当の献立作成や調理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もち
ましょう。
- (3) 自分でつくることの喜び・満足感を味わい進
んで食事づくりができるようになりましょう。

3 全体構想



4 取組の実際

(1) 実施計画

実施日	対象	行事等	概要
平成24年度 の取組	小学6年	家庭科	お弁当用のおかず作りを調理実習で実施
	中学1年	家庭科	地域の食材を使ったお弁当作りを調理実習で実施
H.25.5.22	全校生徒	学活	栄養教諭による講話。「弁当作りの基本について」
H.25.6.18	全校生徒	学活	献立作成(目的・年間計画・要点・献立作成)
H.25.7.3	全校生徒	平日	「マイスペシャル弁当の日」の実施
H.25.8	中学1年	夏季課題	「お弁当作り」を1回実施し、レポートを提出
H.25.10	全校生徒	家庭科	献立作成
H.25.10.27	全校生徒	合唱コンクールの日	「マイスペシャル弁当の日」の実施
H.26.2.7	保護者	学校保健委員会	講師を招き「食育、弁当の日」の講話を実施

5 成果と課題

	到達目標の項目	達成率
1	弁当の献立を考える。	100%
2	食事の準備をする。(自分で買い物に行く)	52.3%
3	おにぎりをつくる。サンドイッチをつくる。	76.6%
4	おかずのうちいくつかをつくる。	93.6%
5	おかずを全部つくる。	47.2%
6	おかずやごはんを弁当箱につめる。	95.9%
7	調理の片付け、もしくは弁当箱を洗う。	71.6%

今年度の実践はまだ1回のみですが、上記のように、「1・4・6」の項目は90%以上達成することができました。2回目は1つでも多くの項目が達成できるよう願っています。

【生徒の感想】

◎朝早く起きて自分で作った弁当はとてもおいしかったです。次の弁当の日が楽しみです。◎父と母がいることにとっても感謝しました。◎完成した後、家族に「すごい!」と言ってもらえて喜びと達成感を味わうことができました。

【保護者の感想】

◎小学校の頃から始まっていますが、回数を重ねるごとに自発的に頑張るようになりました。お昼に弁当作りで覚えた卵焼きを作ってくれて大変うれしく思いました。
◎献立を1人で考え、当日はいつもより1時間前に起きました。眠い目をこすりながら作業している姿が見られて嬉しかったです。

(2) 実践の概要



【栄養教諭による講話】



【弁当の日】



【献立作成】



【生徒のお弁当】