

School Lunch News

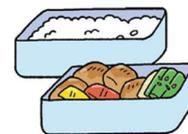
ひだまりだより

令和6年11月18日
糸島市立志摩中学校
栄養教諭 迎 晶子

11月は「いい歯の日」、「勤労感謝の日」、「和食の日」などがあります。わたしたちの食事は、食料を生産する人をはじめ、多くの人の苦労や努力によって支えられています。「勤労感謝の日」の機会には、「ありがとう」の気持ちを伝えてみませんか。



「弁当の日」へのご協力、ありがとうございました！



11月5日(火)は、「弁当の日」でした。給食時間にお弁当の写真を自分のタブレットで撮影した後、おいしくいただきました。その後、5時間目の学級活動の時間にそれぞれの弁当の交流を行いました。タブレットで撮影した写真を活用しながら、班やクラス全体で交流して、自分が苦労したこと、工夫したことなどを友達に伝えることができていました。保護者の皆様には、献立へのアドバイス、買い出しや前日、当日の弁当作りの見守りなど、大変お手数をおかけしたと思います。「弁当の日」へのご協力、本当にありがとうございました。

振り返りシートより 一部紹介します



★ 挑戦・工夫・苦労したところ ★



- ・親が作っている味の再現に挑戦した
- ・国産食材、糸島食材を使うことに挑戦した
- ・魚を釣って三枚おろしにした
- ・さつまいもなど、旬の食材を使った
- ・パン粉がなかったのでそうめんて代用した
- ・できるだけ家にある材料を使った
- ・夏休みに挑戦した料理を取り入れた
- ・ほうれん草が高かったのでオクラを使った
- ・6つの食品群の6群を全部入れる弁当にした
- ・お弁当箱の盛りつけ、すきまなくつめるのに苦労した
- ・たまごやきをまくのが難しかった
- ・味の調整や火加減などが大変だった
- ・かたいかぼちゃを切るのに苦労した
- ・賞味期限が近いものを使いフードロス削減に取り組んだ



★感想・日常生活でどのように生かしていきたいか★



- ・食事を作ってくれる人に今まで以上に感謝したい
- ・おうちの人のすごさを改めて知った
- ・家族の分も作りたい、手伝っていききたい
- ・1から作ると思ったよりも時間がかかると分かった
- ・相手や自分を思いやる気持ちを大切に次からも栄養を考えていきたい
- ・食と命の大切さを知ったので生かしていきたい
- ・節約をするためにも自分で弁当を作りたい
- ・片付けの時にペーパーで油をふき取ってから洗う
- ・料理の楽しさに気づくことができた
- ・新たな料理に挑戦することで自分の強みが増えていくように感じた
- ・自分で料理することで食への興味関心が高まった
- ・効率よく作るのが難しかった
- ・何事も計画が大事ということを生かしたい
- ・自分でできることを増やして自立につなげたい



自分で作ったたまご焼きや、糸島の食材や旬の食材、自分の好きな料理、おうちの人の味を再現した料理など、色々な料理が詰め込まれていてどれも素敵な弁当でした。保護者の方々には、料理の見守りの際にやけど等のご心配をおかけしたと思います。回数を重ねることで上手になっていくと思うので、今後とも、温かい見守りをどうぞよろしく願います。当日、体調が悪く欠席だった皆さんも、ぜひご家庭で取り組んでみてください。