

『富風 弁当の日』

宮崎県立富島高等学校家庭クラブ・生徒会

【目的】

1. 自分の力で弁当を作ることで、食への関心を高め、感謝の気持ちを持ち、生きる力を身につける。
2. 食の学習を生かした弁当作りによって、自ら実践する力や創意工夫する力を育てる。
3. 地域の産物を利用することで、地域の食材への関心を持たせる。

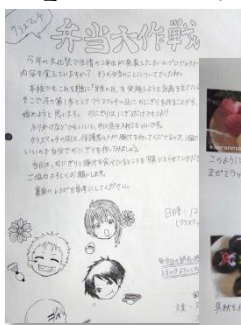


【今までの取り組み】

H23：第1回「おにぎり弁当の日」

ホームプロジェクト「てげすげっちゃが！弁当」の取り組みを文化祭で全校生徒へ発表紹介、

「皆さんも一人でお弁当を作ってみませんか？」



家庭クラブ委員を中心に、全生徒へ呼びかけ、実施しました。実施後アンケートでは、80%近くの生徒が自分でおにぎりを作りました。



H24：第2回「歓迎遠足 弁当の日」

生活情報科2・3年生が「キャラ弁」を全員作り、日向グリーンパークにて、皆で楽しく食べました。



H24：第3回「長距離走大会 弁当の日」

3年生が、自分の力に合わせて、弁当作りに励みました。頑張った後の爽快感を味わいながら、とても美味しく食べました。先生方も手作り弁当を持参しました。



広がれ！【H25の実施計画】

4月：第4回「歓迎遠足 春の行楽 弁当の日」
対象生徒 2・3年生全員
アンケート実施



5,6月：第5回・6回の計画立て 弁当レシピ集の計画立案

7月：弁当レシピ集のための調理実習

8,9月：弁当レシピ集作成・編集



私たちがつなぐ弁当の輪

10,11月：文化祭にて、弁当レシピ集の紹介

12月：第5回「自分でできる簡単弁当の日」

対象生徒 1・3年生全員 アンケート実施

1月：第6回へ向けて、食べ物のカロリーや栄養について、家庭クラブより通信発行

2月：第6回「健康志向の弁当作り」

対象生徒 1・2年生 アンケート実施

H25 富風 弁当の日テーマ

2,3 学期に
こう
ご期待!

1 学期：春の行楽弁当作り・・・自分の力に合わせて作るよ

2 学期：自分でできる簡単な弁当作り・・・レシピ集を利用しよう

3 学期：健康志向の弁当作り・・・カロリーや栄養を考えてみよう



富風弁当の日 生徒感想

作るの楽しかったけれど、朝早く起きて作業するのが大変でした。みんなにすごい!とってもらえて嬉しかったので、また、機会があったら作りたかったです。

朝早くに起きて作ったけれど、時間がかかりすぎてしまいました。ご飯をキャラ弁にしました。結構、難しかったです。時間がすごくかかってしまったので、次にまた弁当の日があったら、時間をあまりかけずに作れたら良いなと思いました。

今回は、母がすでに作っていた料理を詰めただけですが、詰め方も工夫が必要だなと感じました。本当、感謝です。



初めて全部作って、お母さんの分も一緒に作りました。おかずを考えたり、色を考えたりして、お母さんと一緒に行きました。買い物もとても楽しかったです。朝早く起きてきつかったけれど、イメージ通りに作れたので、良かったです。

この弁当のために、何を入れようか、どうやったらきれいにバランス良い弁当になるかなど、作るまで迷ったりしましたが、自分で買い物からして、弁当を作り、とても楽しかったです。朝早くから起きて、作らないといけないことが少しきつかったことを学び、お母さんの気持ちがわかりました。

買い物からやってみて、冷凍食品を1品にして、他は頑張って作ってみました。前の日から準備して、なかなか上手にできました。次回も頑張って作りたと思います。

今回、初めてお弁当を作りました。オムライスを作ったのですが、えらく小さくて、しかもお弁当を開けたら、ケチャップがベチャップになっていて、むなしい気持ちになりました。味は美味しかったので、食べた後は幸せでした。