

熱く 羽ばたけ 大潟っ子

# 白鳥



校長通信  
大潟村立大潟中学校  
令和3年10月29日(金) 発行  
NO.6 文責:安田 和人



## 第1回お弁当デー

今年度の本校の特色ある取組の一つに、「家庭と学校が連携した3S（炊事・洗濯・掃除）」があります。家庭科の授業で学んだことを、実生活で取り組む活動です。これまでは、家庭で洗濯と掃除を行い、ご家族から感想をもらいながら実施してきました。そして10月25日（月）には炊事「お弁当デー」を開催しました。事前に自分で買い出した食材を使い、卵料理だけは必須にして作ったお弁当を全員が忘れずに持参しました（教職員も）。普段当たり前のように家族がしてくれていることを自分で実際に体験することで、新たな気づきがあったはず。炊事は買い出しをしたり、包丁や火を扱うこともあるので、3S活動の中では一番ハードルが高いと思われましたが、一生懸命作ってきた様子が見られ本当によかったです。今年度はあと一回、11月24日（水）にも予定しています。保護者の皆様、ご理解とご協力のほどよろしくお願いします。



### □食育

近年、社会環境の変化に伴い、食行動の多様化、偏った栄養摂取や朝食の欠食、不規則な食生活など、生徒を取り巻く食環境は大きく変化しています。特に、成長期にある中学生にとって健全な食生活は、健康な心身を育むために欠かせないものです。同時に、将来の食習慣の形成にも大きな影響を及ぼすものです。こうした中学生に対して、学校では家庭科を中心に食に対する意識を高め、正しい知識を習得し、適切な判断を行う能力を身に付けるといった食育の推進を行っています。1日の食生活の1/3を担う給食では、いつもバランスを考えたおいしい食事を提供してくれています。好き嫌いもあるかもしれませんが、自分の心と体の成長に必要な量を知り、生産から調理までの行程を考え、作ってくれた方々に対して感謝の気持ちをもって食べてほしいと思います。

また、県が今年の3月に策定した「第4期秋田県食育推進計画」では、今まで取り組んできた家庭での共食や農業体験活動の実施、食品の安全性への理解などに加え、健康寿命の延伸に向けた取組や食品ロスの問題への対応など、今後食育の取組をさらに充実させる必要があることが示されています。子どもの頃に身に付いた食習慣は、なかなか変えることが難しいので、学校で学んだことや実践を踏まえ、将来に役立ててほしいものです。



### □お弁当デーのねらい

#### ①正しい知識や理解力を身に付ける。

自分で買い出しすることで食材に詳しくなり、物価に対する経済的関心や、「なぜ中国産が多いのか？」などの社会的関心も呼び起こします。そして興味の広がり知識を深めることにもつながっていきます。

#### ②感謝と自立の気持ちをもつ。

自分で作ることで、お弁当のおかずができるまでに携わった人々の存在に気づき、感謝の心が生まれます。また、ある生徒は「準備や早起きして作るの大変。もう作りたくない!」と思い、「親は毎日こんなに大変なんだ……」と気づきます。自分で作ったからこそ、いつも作ってくれる人への感謝の気持ちが芽生え、その気づきは心の奥に深く刻まれ、その後の生き方に影響を与えることとなります。

#### ③家族団らんを促す。

お弁当作りに取り組むときは、ご家族の協力が必要です。メニューを相談したり、自分の

手づくり弁当の感想や反省、友だちのお弁当はどうだったのかなど、家庭での会話が増えます。更に、「家族みんなで美味しいものを食べることは楽しい!」という思いにつながることを願っています。

### □当日の生徒の様子

早起きしてお弁当を作ってきたせいか、登校時間はみんな普段より早めで、遅刻する生徒はほとんどいませんでした。昼食の時間になり、自分でお弁当の写真を撮るときは、少し自慢げな人や恥ずかしそうにしている人など様々でした。みんなの出来映えを見て、先生たちも職員室で驚きや賞賛の声をあげていました。

#### 【生徒の感想】

- ・私は一人で弁当を作ってみて、栄養バランスや見た目が悪かったので、毎回作ってくれているお母さんがすごいなと思いました。(1年 鎌〇 〇華)
- ・お弁当作りでは彩りを工夫しました。赤・緑・黄と様々な色を使いました。また、卵焼きは家庭科で習ったことを活かして作れました。(2年 村〇 〇空)
- ・少し甘めの卵焼きにするために、母に教えてもらい出汁や砂糖などを使いました。一回目は失敗しましたが、2回目は弱火で3回に分けて巻く工夫をしました。(3年 小〇 〇子)



私は皆が作ってきたお弁当を見て、センスのよさとその作成能力に本当に感動しました。

皆が高校生になり、親が農繁期で忙しいときや、感謝の気持ちを示したいときなど、洗濯や掃除と同様に、自分でお弁当を作って登校してくれることが私の小さな望みです。

### □お弁当作りとは

「弁当の日」は、2001年に香川県綾川町立滝宮小学校の校長だった竹下和男氏が始めた取組です。その竹下先生が、卒業式で子どもたちに送った感動的な言葉を紹介します。

- ・食事を作ることの大変さが分かり、家族をありがたく思った人は、優しい人です。
- ・一粒の米、一個の白菜、一本の大根の中にも「命」を感じた人は、思いやりのある人です。
- ・食材が弁当箱に納まるまでの道のりに、たくさんの働く人を思い描けた人は、想像力のある人です。
- ・自分の弁当を「おいしい」と感じ「うれしい」と思った人は、幸せな人生が送れる人です。
- ・「弁当の日」で仲間が増えた人、友だちを見直した人は、人と共に生きていける人です。
- ・「いただきます」「ごちそうさま」が言えた人は、感謝の気持ちを忘れない人です。

## 四つ葉と五つ葉のクローバー

かれこれ10年に渡り、大潟中3年生の受検合格と幸福を願い、この時期に四つ葉と五つ葉のクローバーを届けてくださる方がいます。その方は小〇〇蔵氏



です。ご自身が営んでいる田んぼの周辺から、一つ一つ探し出し、茎の長さまで考えて摘み取り、丁寧にセロハンに入れて学校に届けてくれます。みなさんも何かの機会に小〇様に会うことがあったら、お礼を述べてほしいと思います。地域の方々からも、それ以外にもいつもたくさん助けられています。この場をお借りして感謝申し上げます。

