

食育だより

平成30年10月号 寄居町立学校給食センター

5月の「寄居町食育の日」に実施した「わたしのお弁当カード事業」には、多くの方にご参加いただきありがとうございました。毎年実施することで子供たちが次はこんなことをやってみたい、と意欲を高めチャレンジしていく様子うかがえます。これも保護者の皆さまのご協力があった成果だと思います。お忙しい中ご協力いただき、心より感謝申し上げます。今月号では、わたしのお弁当カードでよせられたコメントやお弁当の写真の一部を紹介させていただきます。

<小学生より>

- 朝早起きしてしょうが焼きにチャレンジ。肉に下味をつけ、ピーマンと炒める。にんじんを花形で飾る。おいしく仕上がりました。
- 春キャベツのマリネやシイタケの肉づめを考えました。母の日が近いのでお花をイメージしたお弁当を作りました。
- 玉子焼きを作るのは少し大変でした。早く上手になって家族のご飯やお弁当を作りたいです。
- ママはバランスや色を考えて作っていることが分かりました。一年後は自分で『作る』ので楽しみです。
- ぼくは初めて詰める係になって、ちゃんと考えて詰めたらお母さんが『いいね。』と言ってくれました。
- 自分で主食・主菜・副菜を考えて作ることができました。楽しくお弁当を作ることが出来てよかったです。
- 初めて1人でキャラ弁を作ったので上手ではありませんでしたが、いい体験になりました。
- 炒めたり盛り付けなどやっけて、うまくできたのでよかったです。次もがんばります。
- 自分で詰めて学年ごとの目標を達成できてうれしかったです。
- お母さんと買物に行って何を入れようか考えるのは楽しかった。
- 調理して詰めるのは難しかったけどかわいく詰められてよかったです。最後にお母さんに上手だねと言われてうれしかったです。今度はおかずも自分一人で作りたいです。



用土小6年



鉢形小4年生

<中学生より>

- 4. 5月の旬のイチゴやアスパラガスを入れて、見た目、色どりを考えながら作ったので旬の色どり弁当という名前をつけました。これからはもっと積極的に取り組んでいきたいです。
- 妹と一緒にタケノコの皮をむき、2人で1時間半かけて湯がきました。自分で作ることで大変さがよくわかったし、よりおいしく感じました。また、ピーマンのおひたしは、色がなかったので自分で作って入れてみました。旬の食材を使うことで、この時季にしか味わうことの出来ないお弁当になりました。
- 初めて買出しから作るまで一人でやりました。朝早く起きて作業することが、こんなにも大変だと身にしみました。
- 実際に親と作ってみて、家の手伝いなどを自主的に手伝おうと感じました。また、キレイなお弁当を作れたのでよかったですと思いました。
- 私はフキのすじをとったのが心に残りました。1本1本すじを丁寧にとってみて、とても大変でした。



男衾中2年生

その他の力作については、こちらに掲載した写真と共に寄居町教育総務課のホームページ上で紹介しています。ぜひご覧ください。

URL (<http://www.town.yorii.saitama.jp/soshiki/21/shokuiku.html>)

<小学生保護者より>

- 少食なので少しでも見た目を鮮やかにして食べてもらいたかった。完食してくれて嬉しかったです。
- 献立と一緒に考える時に、絵を描きながらやったのでイメージがわいて楽しかったです。詰める時もキレイな断面が正面にくるように工夫して詰めていました。
- いつもは一人で作るお弁当ですが、たまに一緒に作ると楽しいですね。
- 私はほとんどキャラ弁を作らないので自分で作ってみようと思ったようです。キッチンバサミやナイフを使って試行錯誤していました。
- 色どりやバランスを考えておいしいお弁当が作れました。
- 朝、早起きして進んでよくやってくれました。がんばりました!!
- 朝は忙しくて詰めるのに苦労していたけど、入るスペースを考えて詰められました。
- 初めて作るわりに迷わずテキパキできていてビックリしました。自分で考えて上手にできたと思います。
- 炒める、盛り付けに挑戦してもらいました。親子で楽しんで作ることができました。
- 食育の日も娘と私にとっては楽しいイベントになっています。
- 自分で考えて、作れるものは一人で作っていました。とってもおいしそうなお弁当ができてよかったです。
- がんばって作ってくれました。これからもお弁当を作ってください。きれいに食べてくれてありがとう。
- 栄養のバランスやお弁当の色どりなどを考え、親子で会話しながら作れることが私もうれしいです。
- 今度は別のメニューを調理してみよう。野菜の多いメニューも考えてみよう。
- 素敵なお弁当が描けました。実際に作るようになったら大変ですが、子供が喜んでおいしく食べてくれるお弁当を作りたいです。



<中学生保護者より>

- 少しずつ料理に興味をもち、上手に作るために自分なりの工夫も考えられるようになってきたと思います。
- この時だけは子供と一緒に考えたりしてとても良い時間ができました。
- 早起きして弟のお弁当も作ってくれました。おいしかったそうです。
- 下準備をしっかりしてあったので朝は楽にできました。
- 今度は一人で作ってみましょう。きれいにできたと思います。
- パリパリサラダを鳥の巣にあるタマゴに見せて作ったようです。もうすぐママに会えるようなニコリ顔がかわいかったです。
- 全ての工程を全部一人で行ったのにはとても感心しました。やれば出来るんですね。とても豪華なお弁当になったと思います。すばらしい。
- 色どりがかわいなお弁当が出来ました。栄養のバランスも考えて作りましたね。



今回は、自分で目標を立てて、計画して実行し、目標を達成することができた、自分なりの工夫をすることができた、という満足感が伝わってくる作品が多かったです。やはり、保護者の方からの『いいね!』が最高の励みとなっているようです。

次回の食育の日は11月9日(金)です。

次はどんなお弁当しようかな。楽しんでチャレンジ! 御応募お待ちしております。

