

1 背景

雲南市では、学校支援事業の一つとして「『夢』発見プログラム」を策定し、「ふるさと雲南への誇りと将来への夢や希望をもち、進んで社会貢献していこうとする心豊かな子どもの育成」を目標として、キャリア教育に取り組んでいます。キャリア教育の4つの柱「平和と人権」「世の中のしくみと勤労」「歴史と文化」「生活リズムと食」の中に「お弁当の日」を位置づけ、雲南市内の全小中学校で取り組んでいます。

2 目的

- (1) 弁当づくりを通じて、自分の食生活を考え、家族や生産者への感謝の気持ちを育てるとともに「食」を通じて「自立」を考える一助とします。
- (2) 弁当を自分でつくすることで、子どもたちは家族とのコミュニケーションを深め、たくさんの方に気づき、生活力をつけていきます。

3 具体的な流れ・内容

- (1) 家族で、どのコースにするか話し合っ実施しましょう。

名人	① パーフェクトコース	子どもの力だけでつくる。 買い物とご飯づくりは家族の協力を得てもよい。
中級	② ファミリーコース	家族と子どもと一緒に台所に立って、お弁当をつくる。
	③ チャレンジコース	米をといでセットする。 一品つくる等、おかず作りにもチャレンジする。
初級	④ スマイルコース	ごはんやおかずを弁当箱につめる。 弁当をつつむ。
	⑤ ハートフルコース	作った人に感謝の言葉を表現豊かに伝える。



- (2) 前日までに、「弁当」に何を入れるかを考えて、材料を用意します。
- (3) 当日の朝、自分で弁当づくりに挑戦します。
- (4) 自分が作った「弁当」ができます。
- (5) お昼のお弁当の時間に、お弁当を食べます。



4 第1回目（10月19日）の感想より【保護者の方から】

ご多用の中、いつも
ご協力ありがとうございます。

- ☆ 初めて、じゃがいもの皮がむけました！
- ☆ 弟に「お休みに作ってあげようか!？」と声をかけていました。
- ☆ たまご料理名人！たまご料理はまかせたよ！おいしくできてよかったね！
- ☆ 知っているのと知らないは大きく違うので、大切にしていきたいです。
- ☆ “几帳面な一面もあるんだなあ。”と発見もありました。
- ☆ 料理で出たゴミを片付ける等、自分で気づいている姿に成長を感じました。
- ☆ お弁当箱をうれしそうに見せてくれて、私もうれしくなりました。
- ☆ 一緒に作るのは手間もかかりますが、できあがった時の本人の嬉しそうな顔が見られて良かったです。
- ☆ 買い物から一緒にしました。食材は何が必要か考えて出来ました。
- ☆ “こうやって、こうやったら？”と教えながらするのは、楽しかったです。
- ☆ いつも喧嘩しているのに、仲良く作っていて、珍しい光景でした。
- ☆ コロナでの休校中に作っていたので、安心してみる事が出来ました。
- ☆ 調理以外のお手伝いは、普段からしてくれているので手際が良かったと思います。
- ☆ “お弁当を作る日だから！”と前日も早く寝る事ができ、翌日も時間通り早起きできました。
- ☆ 話をしながら料理をして、楽しい時間でした。
- ☆ 回数を重ねる度に手際が良くなり助かります。私のお昼にもなり喜びました。
- ☆ 自信作ができましたので、最高の1日のスタートになりました。
- ☆ 次回は、今回苦戦していた作業をどうしたら簡単に出来るか考えながら作れたらいいね。
- ☆ 作る大変さと出来上がった喜びを感じてくれたら幸いです。
- ☆ できることが、どんどん増えていきそうで楽しみです。