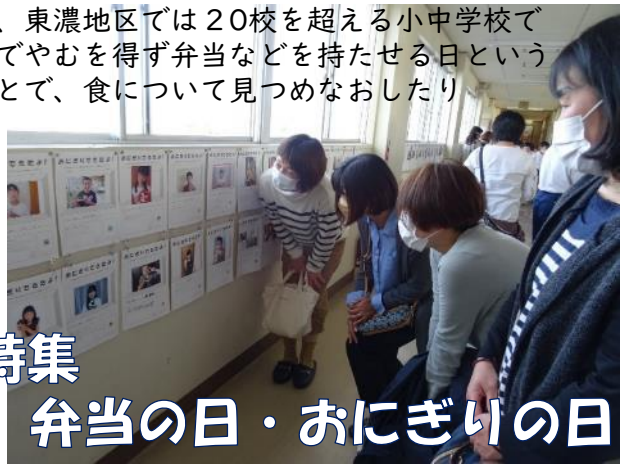
東濃地区の子育て・親育ち通信

家庭教育　なう　vol.13

２０２１年１２月発行
恵那県事務所振興防災課　家庭教育担当　嶋倉
〒509-7203 恵那市長島町正家後田1067-71
TEL　0573-26-1111〈内線209〉
FAX　0573-25-7129
Mail　shimakura-shinzo@pref.gifu.lg.jp

「弁当の日」「おにぎりの日」などの名前が付いた取組は、東濃地区では２０校を超える小中学校で行われています。これらは、学校で給食ができないのでやむを得ず弁当などを持たせる日という意味ではなく、子どもが（親子で）弁当などを作ることで、食について見つめなおしたり親子の絆を深めたりすることをめざした取組です。

　今年度は中止にしたという学校もありましたが、工夫して続けている学校を取材しました。



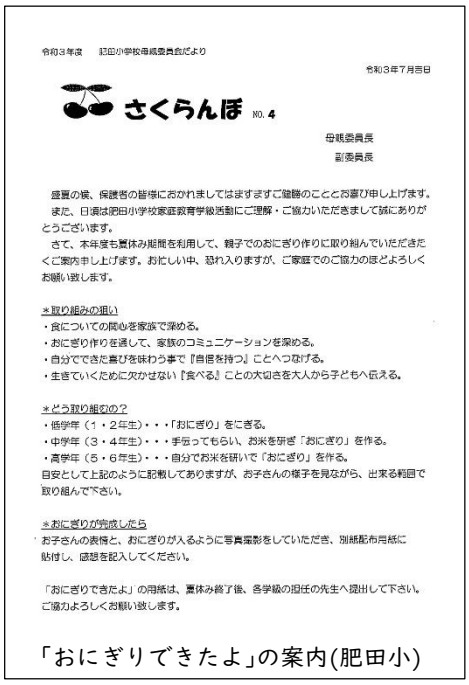
特集　弁当の日・おにぎりの日

「おにぎりできたよ」の掲示を見る保護者(肥田小)

掲示の準備をする家庭教育委員(肥田小)

肥田（ひだ）小学校（土岐市）

肥田小では、ＰＴＡ家庭教育委員会が中心になり、夏休みに児童がおにぎり作りに挑戦する**おにぎりできたよ**という取組を行っています。もう10年以上も続いている伝統の行事です。例年は、近くの公民館の祭りで成果を掲示していましたが、今年は祭りが中止となり、校内で掲示して授業参観で保護者に見てもらうことになりました。



令和3年度　肥田小学校母親委員会だより

令和3年7月吉日

さくらんぼ NO. 4

母親委員長
副委員長

盛夏の候、保護者の皆様におかれましてはますますご健勝のこととお喜び申し上げます。
また、日頃は肥田小学校家庭教育学級活動にご理解・ご協力いただきまして誠にありがとうございます。
さて、本年度も夏休み期間を利用して、親子でのおにぎり作りに取り組んでいただきたくご案内申し上げます。お忙しい中、恐れ入りますが、ご家庭でのご協力のほどよろしくお願い致します。

＊取り組みの狙い
・食についての関心を家族で深める。
・おにぎり作りを通して、家族のコミュニケーションを深める。
・自分でできた喜びを味わう事で『自信を持つ』ことへつなげる。
・生きていくために欠かせない『食べる』ことの大切さを大人から子どもへ伝える。

＊どう取り組むの？
・低学年（1・2年生）・・・「おにぎり」をにぎる。
・中学年（3・4年生）・・・手伝ってもらい、お米を研ぎ「おにぎり」を作る。
・高学年（5・6年生）・・・自分でお米を研いで「おにぎり」を作る。
自安として上記のように記載してありますが、お子さんの様子を見ながら、出来る範囲で取り組んでください。

＊おにぎりが完成したら
お子さんの表情と、おにぎりが入るように写真撮影をしていただき、別紙配布用紙に貼付し、感想を記入してください。

「おにぎりできたよ」の用紙は、夏休み終了後、各学級の担任の先生へ提出して下さい。
ご協力よろしくお願い致します。

「おにぎりできたよ」の案内(肥田小)

下石（おろし）小学校（土岐市）

下石小学校では、ＰＴＡ家庭教育委員会が中心となり、取組を進めています。最初に石川県からスタートした**おにぎりの日**に込めた思いをチラシで発信し、続いて夏休みに家族でおにぎり作りに挑戦して、その様子をレポートするという課題に全校で取り組みました。レポートには「お母さんの苦労がわかった」という児童のコメントや「私が出かけていた時にも作ってくれた」と成果を喜ぶ母親のコメントがあるなど、取組は大成功です。

家庭教育委員会からのお知らせ　令和3年6月18日

知っていましたか？『おにぎりの日』

こんにちは。家庭教育委員会です。

「おにぎり」・・・多分、食べたことがないという人はいないと思います。
「おにぎり」と聞いて、どんなおにぎりを思い浮かべますか？
ある統計による、おにぎりの具人気ランキングの１位は「ツナマヨネーズ」、2位「しゃけ」3位「梅干し」だそうです。

今日、6月18日は『おにぎりの日』です。
石川県山島西町（ろくせいまち）にある遺跡から、日本最古のおにぎりの化石が発見されたことが由来で、２００２年に『おにぎりの日』と制定されました。
日付に関しては、島西町の「ろく」と毎月１８日に制定されている「米食の日」から決められたそうです。

「おにぎり」をいつも、にぎっている お母さん、お父さん、おばあちゃん、もしかしたら、おじいちゃんは、どんな時に、どなたの為ににぎっていますか？（自分の為の時もありますね。）

「おにぎり」は「おむすび」「握むすび」ともいいます。
人の手で作られたおにぎりは作った人と食べる人を目に見えない何かでつなげる役目をしている気がします。

人と人を結ぶ「おにぎり」、お子さんは教えられないほど何度も食べていると思いますが、お子さん自身でにぎったことはありますか？
今年度、家庭教育委員会の取組で、夏休みに各家庭で１日『おにぎりの日』と題し、お子さんと一緒に『おにぎり』をつくっていただく企画を予定しています。

詳細については、夏休み前に改めてお知らせします。

「今日の夕飯何にしようかしら？」と悩んでいるお母さん、今日は『おにぎりの日』ですから、おにぎり主役の夕飯にしてはいかがですか？

チラシ「知っていましたか？『おにぎりの日』」(上)、６月18日はおにぎりの日だそうです。

『おにぎりの日』

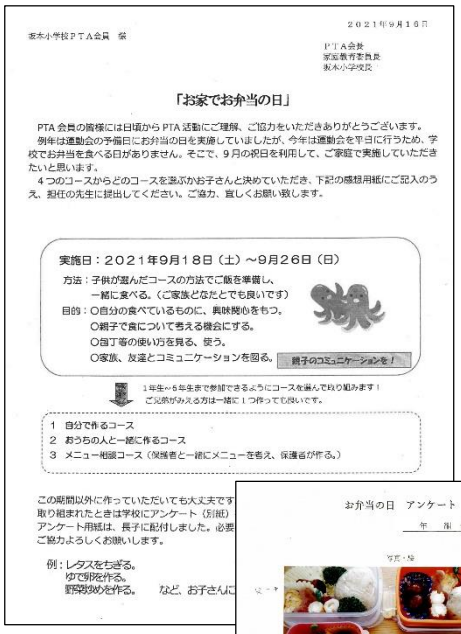
お母さん

子どもとおにぎりを作ることがなかなかないので、この企画はよかった。他の日に、私が出かけていた時、子どもたちだけでおにぎりを作ってくれました。(泣)

おにぎりづくりのレポート(右)、写真や絵とコメントを書くようになっています。(下石小)

坂本小学校（中津川市）

坂本小学校では、ＰＴＡ家庭教育委員会が**お家でお弁当の日**という取組を行いました。９月の連休期間を利用し、子どもも参加して食事を作り家族で食べる取組です。



坂本小学校ＰＴＡ会員　様

２０２１年９月１６日

ＰＴＡ会長
家庭教育委員長
坂本小学校長

「お家でお弁当の日」

ＰＴＡ会員の皆様には日頃からＰＴＡ活動にご理解、ご協力をいただきありがとうございます。
例年は運動会の予備日にお弁当の日を実施していましたが、今年は運動会を平日に行うため、学校でお弁当を食べる日がありません。そこで、９月の祝日を利用して、ご家庭で実施していただきたいと思います。
４つのコースからどのコースを選ぶかお子さんと決めていただき、下記の感想用紙にご記入のうえ、担任の先生に提出してください。ご協力、宜しくお願い致します。

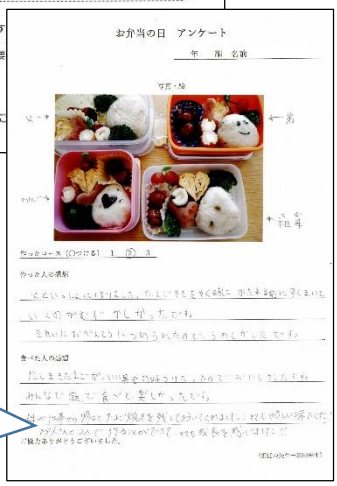
実施日：２０２１年９月１８日（土）～９月２６日（日）
方法：子供が選んだコースの方法でご飯を準備し、一緒に食べる。（ご家族どなたとでも良いです）
目的：○自分の食べているものに、興味関心をもつ。
○親子で食について考える機会にする。
○包丁等の使い方を見る、使う。
○家族、友達とコミュニケーションを図る。　親子のコミュニケーションを！

１年生～６年生まで参加できるようにコースを選んで取り組みます！
ご兄弟がみえる方は一緒に１つ作ってもお良いです。

１　自分で作るコース
２　おうちの人と一緒に作るコース
３　メニュー相談コース（保護者と一緒にメニューを考え、保護者が作る。）

この期間以外に作っていただいても大丈夫です。
取り組まれたときは学校にアンケート（別紙）
アンケート用紙は、長子に配付しました。必要
ご協力よろしくお願いします。

例：レタスをちぎる。
ゆで卵を作る。
野菜炒めを作る。　など、お子さんに



お弁当の日　アンケート

年　組　名前

写真・絵

父・母

弟

祖母

作ったコース（○つけて）　１　２　３

作ったときの感想

食べた人の感想

「お家でお弁当の日」取組依頼チラシ(上)と、実施後のアンケート(右)

当初は運動会の時に一緒に作る取組をする予定でしたが実施が難しくなり、お家で取り組む方法に変更しました。

お父さんと二人で作ることができてとても成長を感じました(母)

稲津小学校（瑞浪市）

稲津小学校では、ＰＴＡ母親委員会が、毎年夏休みに「食育の日」を提案して、全校で取り組んでいます。夏休み明けには母親委員会で掲示物としてまとめています。親子で楽しく取り組んだ様子が写真や文章で伝わってきます。

西小学校（中津川市）

西小学校では、ＰＴＡ家庭教育委員会が弁当の日に取り組んでいます。１１月の授業参観日を弁当の日として、児童たちは保護者らの協力も得ながら作った自慢の弁当を持って登校しました。

地域での理解が特徴的です。校区にある食品スーパー「スマイル」が、学校の弁当の日に合わせて応援セールを行っています。少し小さめのパックに入った魚の切り身や果物、店員が作ってみた弁当の展示…。さらにはＳＮＳで過去の取組や作成動画を提供するという熱の入れようです。

食品売り場の「お弁当の日応援コーナー」(スマイル駒場店にて)

弁当の日を振り返って保護者から多くの感想が寄せられました。

▽数日前から計画し自分で買い物もして作り方を祖父母に聞いたりしていました。自信を持ったようです。

▽転校前の学校ではなかった取組です。食材を買うところから張り切っていて、一緒にメニューを考えるのはとても楽しかったです。

▽お兄ちゃんは、弟のできないところをやってあげていた。見ていてとてもうれしかったです。

おにぎりの日・弁当の日から学びたい

西小学校の取組を支援しているスマイルの横井会長は、「弁当の日の取組を始めた竹下和男先生の『女子大生がお菓子のような３食を食べている。これで母体ができますか？』という問いかけが胸に刺さった。また現在１５人に１人が体外受精で生まれている。子どもたちが食について少しでも理解できるよう、弁当の日を応援している。」と強く語られます。

横井会長は中津川市の校長会で弁当の日に関連する映画を紹介するなど、精力的です。

「弁当の日はキャラ弁の自慢大会じゃない？」という声を聞いたことがあります。出来上がりだけを見るとそう見えるかもしれません。しかし、子どもが自分の手で準備し作り、後片付けまでするということを通して、親子で食の大切さなどを身に染みて自覚できる絶好の家庭教育だと思います。

学校やＰＴＡなどで長く続けていると、続けることだけが値打ちのようになりがちですが、時に立ち止まって、その意義や方法などを確かめながら続けることがとても大切なことだと思います。

子どもが作る「弁当の日」とは？

発案者の竹下和男さんがこの活動について語っています。

https://bentounohi.co.jp/about/