# 岐阜県家庭教育学級実践事例報告書

別紙様式Ⅰ

## 在宅取組型（中学校）

| | |
|---|---|
| 学 校 名 等 | 羽島市立中島中学校 |
| 実 施 日 時 | 夏季休業日　（ 提出日８月 28 日） |
| 会　　場 | 各家庭 |
| 参 加 人 数 | 全校生徒とその保護者 |
| 学習課題（分野） | 「家族のための Cooking」 |
| 運営者の願い | 自分の力で食事を作ることの大変さやできあがった時の嬉しさ、家族に味わってもらう喜びを体験してもらいたいことと、ふだん食事を作ってくれている家族の方に感謝の思いをもち、食生活への関心を高めてもらうことを目的に行った。<br>また、保護者には感想を生徒に伝えてもらうことをとおして、家族の絆を今以上に深めてもらいたいと考えた。 |

学 習 の 内 容

**生徒が家族のために料理を作り、食べてもらった家族からコメントをもらう**

### ＜趣旨説明＞

生徒向けに、PTA 家庭教育委員会より「家族のための Cooking2024」作品募集要項を配布し、この取組の趣旨を説明した。

【注意事項】

家族の誰のために作る料理なのかを具体的に決め、実施日及び朝食、昼食、夕食のどれに挑戦したかを明確にするよう指示した。

### ＜実践＞

【報告書の内容】

・盛り付け写真（または盛り付け図）
・使用した材料
・作り方
・料理のポイント
　～喜んでもらうための工夫など～
・対象家族からのコメント
・家族のために Cooking に挑戦してみて

### ＜審査＞

・提出された報告書を審査
・金賞、銀賞、銅賞を選定

### ＜表彰＞

・賞状と記念品を授与

賞　状

金賞

年　組

あなたは，夏休み　家族のためのCookingにおいて優秀な成績をおさめられましたので，ここにその栄誉を讃え表彰します。

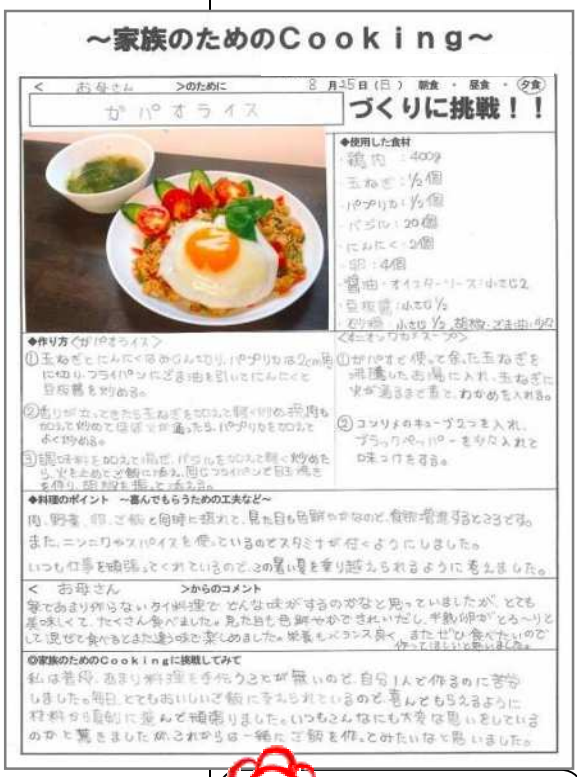
### ＜報告書より＞

【母親から】

家ではあまり作らないタイ料理で、どんな味がするのかなと思っていましたが、とても美味しくて、たくさん食べました。見た目も色鮮やかできれいだし、半熟卵がとろ～りとして、混ぜて食べるとまた違う味で楽しめました。栄養のバランスもよく、またぜひ食べたいので作ってほしいと思いました。

【生徒から】

（略） いつもこんなにも大変な思いをしているのかと驚きましたが、これからは一緒にご飯を作ってみたいなと思いました。


～家族のためのＣｏｏｋｉｎｇ～

＜　お母さん　＞のために　8 月 15 日（日）　朝食 ・ 昼食 ・ 夕食

ガパオライス　づくりに挑戦！！

◆使用した食材
鶏肉：400g
玉ねぎ：½個
パプリカ：½個
バジル：20g
にんにく：2個
卵：4個
醤油・オイスターソース：小さじ2
豆板醤：小さじ½
砂糖：小さじ½　酢物・ごま油：少々

◆作り方＜ガパオライス＞

①玉ねぎとにんにくをみじん切り、パプリカを2cm角に切り、フライパンにごま油を引いてにんにくと豆板醤を炒める。

②香りが立ってきたら玉ねぎを加えて軽く炒め、鶏肉も加えて炒めて表面が焦ったら、パプリカも加えてよく炒める。

③調味料を加えて混ぜ、バジルを加えて軽く炒めたら、火をとめてご飯に盛る。別にフライパンで目玉焼きを作り、別皿を盛りつける。

＜オニオンリングがスープ＞

①ガパオと使って余った玉ねぎを細切りにしたお湯に入れ、玉ねぎに火が通るまで煮て、わかめを入れる。

②コンソメのキューブ2つを入れ、ブラックペッパーを少々入れて味つけをする。

◆料理のポイント　～喜んでもらうための工夫など～

肉、野菜、卵、ご飯と同時に摂れて、見た目も色鮮やかなので、食欲増進するときです。
また、ニンニクやスパイスを使っているのでスタミナが付くようにしました。
いつも仕事を頑張ってくれているので、この暑い夏を乗り越えられるように考えました。

＜　お母さん　＞からのコメント

家であまり作らないタイ料理で、どんな味がするのかなと思っていましたが、とても美味しくて、たくさん食べました。見た目も色鮮やかできれいだし、半熟卵がとろ～りとして、混ぜて食べるとまた違う味で楽しめました。栄養もバランス良く、またぜひ食べたいので作ってほしいと思いました。

◎家族のためのＣｏｏｋｉｎｇに挑戦してみて

私は普段、あまり料理を手伝うことが無いので、自分1人で作るのに苦労しました。毎日、とてもおいしいご飯に食べられているのと、喜んでもらえるように材料から自分に選んで頑張りました。いつもこんなにも大変な思いをしているのかと驚きました。これからは一緒にご飯を作ってみたいなと思いました。

**生徒向けに配布されたプリントには、当取組の願いや注意事項が分かり易く記されており、報告プリントに記入すべき内容も明記されるなど、工夫がなされている。**

**食事づくりは、単品でも一食分（セットもの）でもよく、個人の力量に合わせ、自由に挑戦できる点も、配慮が感じられる。**

**報告書 1 枚に全てがまとめられており、作り手と提供を受けた家族の思いがしっかり記されている。**

**時間が経過しても、紙面を読み返すことで、お互いの思いが再び感じられそうである。**