

～調理実習がんばりました～

家庭科の「こんだてを工夫して」の単元の「1食分のこんだてを立てよう」の学習で、自分の家族のための1食分の献立を考え、その中の主菜・副菜を、授業で実際に作ってみることに挑戦しました。栄養のバランスや味付け、家族の好みなどを考えて選んだおかずを、一人一人作りました。

今までは、全員が同じ物を、教科書に載っている通りに作ったので、なんとなく安心して取り組んでいましたが、今回は、同じ料理を作っている人が近くにいないので、心細そうに行っていました。青菜をゆでたもののポウルやザルを用意していなかったり、ゆでてから炒めるはずなのにいきなりフライパンに放り込んでしまったりすることもありましたが、慌てながらも、教え合い、助け合って、一人一人完成させていました。「硬い」「味がしない」「量が多すぎた」などの声も聞こえましたが、多くの子が「うまい」「ちょうどいい」「家族に作ってあげたい」などと嬉しそうに話していました。

～冬休みには家族のために～

冬休みの宿題「我が家の食事作りレポート」は、家族のために実際に作って食べてもらうという内容です。今回作った物に再チャレンジしても良いし、教科書に載っていない我が家の特製料理や家族の得意料理などを教えてもらうのも良いですね。ちょっとだけできることが増えたお子様の様子をご覧になるチャンスです！（さり気なくサポートしていただけると幸いです♡）よろしくお願いします。

