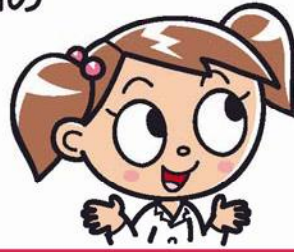


さあ、いよいよ「食」の学習の
まとめだよ。きみも
“いきいきちばっ子”に
なれたかな？



指令6

明日はみんなで
ドライブに行こうね。
おいしいちばの旬の
食材を持って帰るから、
お弁当の計画を
立てておいてね。

父より

こんな“おかず”はいかが？



弁当は文化だ!

弁当には、その地域によって様々なものがあります。

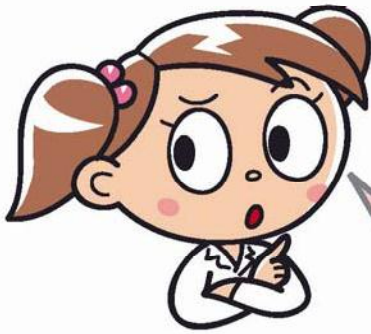
鉄道の発達に伴って、駅ごとに工夫をこらした「駅弁」があり、空路の利用が身近になったこのごろは、空港で売られる「空弁」も話題になりました。

また、「くじら弁当」のように名前を聞いただけで、その土地が思い出される物もありますし、最近は健康に気を配った弁当も流行しています。

これからみなさんには、住んでいる地域の特色が表れたお弁当を工夫して作ってもらいたいと思います。

今までに学習した「食」の経験を生かして、すてきな弁当を作ってください。

弁当のひみつを探ろう



給食のない日の昼食は、いったいどんなものを食べているのかな？

ラーメン、チャーハン、カレーライス、ソーめん、ハンバーガーなど単品料理が多くないかな。

お店で売っている弁当類は、しぼうや塩分が多く、野菜が不足しています。ファストフードも、全体的にしぼうや塩分が多く、栄養のバランスはよくないね。

その点、**手作りのお弁当**はいいよ。

食べる人に合わせて、いろいろと調整することができるんだ。量、栄養、味つけ、旬の食材、くだものなど、そして何より**愛情！**

このように、手作りのお弁当にはすばらしいよさがいっぱいあるんだよ。



さて、君たちにはここで、お弁当に関するクイズだワン。君は何問正解することができるかな？

(答えは次のページから下を見てね)

第1問

お弁当はいつごろから食べられていたのかな？

古墳時代

鎌倉時代

江戸時代

第2問

「弁当」という言葉はだれが使い始めたのかな？

聖徳太子

源頼朝

織田信長

第3問

「幕の内弁当」は、^{しばい}芝居の幕と幕の合間に食べられたことからつけられた？

はい

いいえ

第4問

日本で最初の駅弁は、どこではん売されたか？

東京駅

千葉駅

宇都宮駅

第5問

「松花堂弁当」とは、人の名前を取って名づけられた弁当である。

はい

いいえ