

教科・特別活動等における学習指導案

【特定の食材等を題材とした取組】

市町名	四日市市
-----	------

小学校第3学年 総合的な学習の時間指導案

日 時 平成〇〇年〇〇月〇〇日 (〇)
 場 所 3年 教室
 指導者 教諭 〇〇 〇〇

1 題材名 「お茶について知ろう」

2 題材について

(1) 児童観

水沢は、お茶の産地である。親や祖父母が、お茶を育てている家庭が三分の二ある。しかし、健康に良いことをはっきりと知らない子が多い。

(2) 題材観

地元で取れるお茶の良さについて知ることは、地産地消の観点からも大事だと考える。給食で出た抹茶ミルクプリンを導入として、お茶が健康にとっても良いことを知らせる。

(3) 指導観

総合的な学習として、お茶摘みや、摘んだお茶を電子レンジであたためたりもんだりして飲むという活動を行っている。給食で出たプリンにお茶が入っていることから、体験活動から一歩進めていきたいと考えた。

3 本時の指導

(1) 目標

- ・ お茶は健康のためにとっても良いことを知る。

(2) 食育の視点

- ・ 地域で取れる食品が、健康にとっても良いことを知る。＜心身の健康＞＜食文化＞

(3) 学習過程 (30分)

	学習活動	指導上の留意点	資料等
導入 (5分)	1 抹茶ミルクプリンの感想を話し合う。	○ おいしいところ、好きなどころを自由に出し合わせる。	
展開 (20分)	2 抹茶を何故プリンに入れるのか考える。 3 お茶が健康に良いことを知る。	○ 健康に良いことは、教師のほうから教える。特に、お茶うがいの経験しているので、お茶がウイルスの侵入を防ぐ役割があること等を教えていく。	
まとめ (5分)	4 わかったことを話し合う。		

(4) 評価

- ・ 地域で取れるお茶が、健康に良いことを知る事ができたか。
- ・ 地域で取れるお茶が、たくさんのものに加工されていることを知る事ができたか。

4 参考

関連する「みえ地物一番給食の日」の献立及び食材	
献立名	食材名
抹茶ミルクプリン	水沢緑茶粉末 牛乳

市町名	津市
-----	----

小学校第4学年 社会科学習指導案

日 時 平成〇〇年〇〇月〇〇日 (〇)

場 所 4年 教室

指導者 栄養教諭 〇〇 〇〇

1 題材名 「地域の特産物『ずいき』についてを知ろう」

2 題材について

(1) 児童観

本校の児童は、祖父や祖母と一緒に住んでいる子も多く、ずいきという食べ物があることを知っている児童は多い。しかし、それがどんなものなのか、詳しく知っている児童は少ない。また、どこでどのように栽培されているかについても知らない児童がほとんどである。

(2) 題材観

ずいきとは、やつがしらという種類の里芋のくきである。芸濃町では50年ほど前から栽培されている。芸濃の土は水持ちがよく、日差しにも強い黒ぼくといわれる黒い土で、その土がずいき作りに適していたようだ。他県でもずいきを作っている地域はあるが、芸濃ずいきは色がとてもきれいなあずき色で人気がある。芸濃町で栽培されたずいきの9割が京都へ出荷され、京料理に使われ、高級食材として扱われている。そんな貴重なずいきが自分たちの住む地域で作られていることに興味や関心を持たせたい。

(3) 指導観

実物のずいきに触れたり、農家の方が作業をされているところの写真を見せたりして、昔から大切に作られてきたものだということを伝えたい。そして、自分の地域の特産物を知ることにより、地元へ愛着を持たせたい。また、実際に給食で味わうことによって、ずいきの魅力をもっと感じさせたい。

3 本時の指導

(1) 目標

- ・ 自分たちの生まれ育った芸濃地域には、昔の人たちの知恵と工夫で生み出された「ずいき」という農産物があり、それをおいしくいただく料理があることを知る。

(2) 食育の視点

- ・ 食べ物を育てている人の努力や苦労を知り、食べ物を大切にしようとする<感謝の心>
- ・ 自分たちの住む地域にある特産物を知り、地元を大切にしようとする<食文化>

(3) 学習過程 (45分)

	学習活動	指導上の留意点	資料等
導入 (10分)	1 三重県でとれる食べ物について知る。	○ 三重県の地図を提示し、自分の知っている三重県でとれる食べ物を発表させ、知らせる。	地図 食材カード
	2 芸濃町でとれる食べ物について知り、「ずいき」が特産物であることを知る。	○ 地図上で芸濃町の場所を確認し、芸濃町でとれる食べ物を発表させる。 ○ 「ずいき」の実物を見せ、ずいきのことについて学習することをおさえる。	ずいきの実物

展開 (25)分	3 ずいきの歴史や流通について知る。	<p>○ 「ずいき」とは、やつがしらという里芋の茎であることを知らせ、名前の由来やずいきの歴史を知らせる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ ずいきの由来・歴史・流通 ・ ずいきの栽培方法 ・ ずいきの旬・栄養 ・ ずいき料理 <p>○ 今日の給食に出ることを伝える。</p>	写真 ワーク シート
まとめ (10)分	4 本時のまとめをする。	○ 今日の学習でわかったこと、知ったことなどをワークシートに書かせ、発表させる。	ワーク シート

(4) 評価

- ・ 食べ物を育てている人の努力や苦勞がわかったか。
- ・ 地元でとれる食材を知り、関心を持つことができたか。


4 参考

関連する「みえ地物一番給食の日」の献立および食材	
献立名	食材名
ずいきと豚肉の手巻きごはん	ずいき

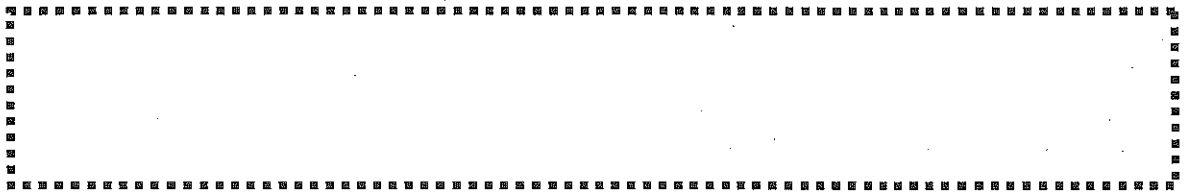
●○芸濃町の特産物を知ろう○●

5年 名前 _____

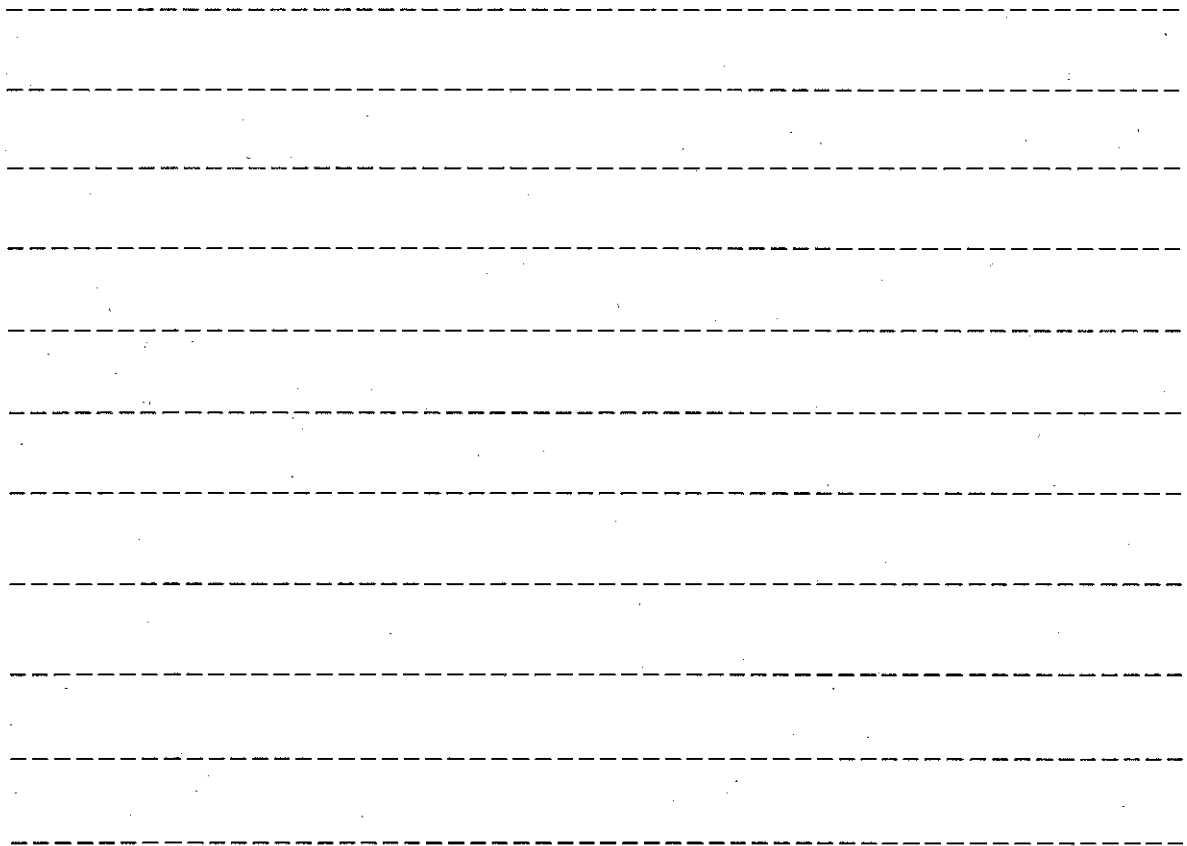
1、三重県でとれる食べ物を書きましょう。



2、芸濃町の特産物を書きましょう。



3、() について知ったことやわかったこと、実際にずいきを食べた感想などを書きましょう。



- ・ずいきはヤツガシラという種類の里芋のくきの部分 → 写真1
(種いもという)
- ・里芋の「ずい」から出た「くき」で「ずいき」
- ・近くでは、椋本の岡田さんという方が作っている
- ・ハウス栽培と露地栽培がある → 写真2
- ・ハウスは2~3月にうえて6月ごろ収穫 路地は4月ごろうえて7~8月収穫
- ・30cmくらいになるまでは毎日水やり
- ・水の管理と温度調節が大切(ハウスの中) 30秒もいられないくらい暑い 40℃!?
- ・1つの種イモから何本のずいき?
→ 約20本
- ・ハウスいっぱいずいき → ハウスは1つじゃない → 2人で作業
- <収穫の仕方> → 写真3
- ・何をしているところ?
→ 葉をとる → 服を見て、ハウスの中は暑いのになぜこの服装?
→ 葉をとったところから汁が出てきて服をよごしてしまう → 写真4
→ だから長袖、長ズボン、エプロン(すごく暑い) → そのままおいておく
→ 切り口に水滴がでてきたら引き抜く → 水洗いをして → 写真5、6、7
→ サイズをそろえる → S, M, L, 2L, 3L Lが主
→ 4キロずつ箱詰め → 出荷
- ・どこに出荷される?
→ 芸濃町で年間約1200キロ収穫 → 9割が京都へ、残り1割が三重県内
→ 京料理に使われる(宿などの料理に) → 高級食材
- ・なぜ芸濃で栽培?
→ 約50年以上前から栽培 → 今の愛知県の尾張地方から入ってきた
→ 芸濃の土は水持ちがよく、日差しにも強い「黒ぼく」といわれる黒い土で、ずいき作りに適した土地
- ・昔はみんなが作っていた → 今は昔の1/3くらいになっているそう(40件)
→ なぜこんなにへってきているのか?
→ (作業が大変、熱い、農業離れ)
- ・芸濃のずいきは京都で人気が高い → 徳島、香川、滋賀でもつくっているが、芸濃ずいきは色がとてもきれいなあずき色で人気があり、高級
- ・夏のこの時期にしかとれない
→ 夏野菜 ミネラル、ビタミン、食物繊維たっぷり

<料理>

- ・酢のもの、炒め物、グラタン
- ・ほとんどが京都へいってしまう残りの1割の貴重なずいきを給食に

写真 1

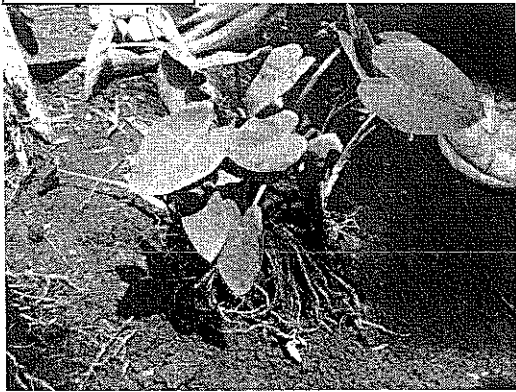


写真 2

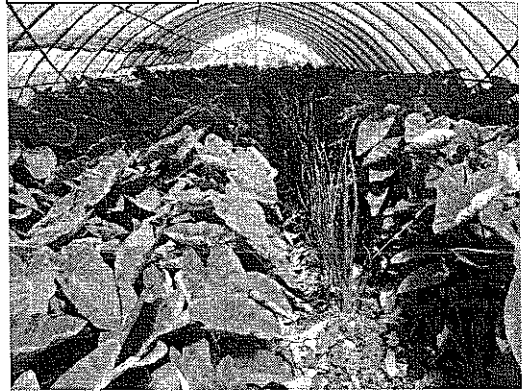


写真 3



写真 4



写真 5

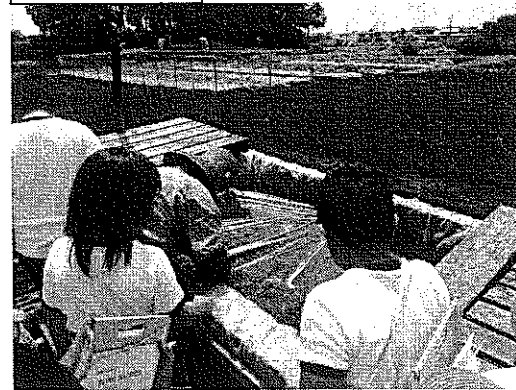


写真 6



写真 7



市町名	度会町
-----	-----

小学校第3学年 総合的な学習の時間学習指導案

日時 平成〇〇年〇〇月〇〇日 (〇)

場所 3年 教室

指導者 教諭 〇〇 〇〇 (T1)

栄養教諭 〇〇 〇〇 (T2)

1 題材名 「お茶のパワーを知ろう」

2 題材について

(1) 児童観

〇人の学級である。明るく元気いっぱい何事にも好奇心旺盛で生き生きと学校生活を送っている。体験活動や調べ学習に対して、積極的に取り組もうとする児童が多い。事前に質問事項を考えたり、予想を出し合ったりするグループ活動においても、さまざまな意見が出され、話し合いに深まりがあり、課題をやりとげようと懸命に取り組む姿が見られる子どもたちである。

(2) 題材観

気候や地形に適した地域の特産物の代表のひとつが度会茶である。町内に茶畑が広がる地域であるが、実際に急須を使ってお茶を淹れている家庭は少数派にとどまっている。実際に新茶を摘み取る体験活動や製茶工場の見学、調べ学習等を行うことで、度会茶への親しみや関心を高めたい。

本時では、児童の摘み取った茶葉を使って学級担任と栄養教諭による TT 授業を行い、お茶の持つ良さや、さらには学校給食の献立への地元でとれる特産物の活用についてもより理解を深めさせたいと考えた。

(3) 指導観

新茶摘み、工場見学、お茶を味わうなどの一連の学習の流れの中で、時期を逸することなく栄養教諭の専門性を生かした TT 授業を行うことにした。授業では、児童が摘んだ茶葉を使い、五感をフルに働かせて感じたことを言葉で表現したり、お茶の効用について知ったりすることにより、これまでに学習した内容をさらに深めたいと考えた。

授業後には、授業で使ったお茶（粉末緑茶）を各家庭に持ち帰り、学んだことを話しながら家族にも味わってもらおうという課題を出すことによって、家庭においても食への関心を高める波及効果に期待した。

3 本時の指導

(1) 目標

- ・ 度会茶を自分の五感を使って体感し、そのことを自分の言葉で表現することができる。
- ・ 地域の特産物の持つ良さを知ることを通して、地域への理解や愛着を深めることができる。

(2) 食育の視点

- ・ 自分たちの生まれ育った土地には、自然の恵みを生かした特産物があることを知り、興味をもつことができる。〈食文化〉
- ・ 食物を大事にし、食物の生産等に関わる人々へ感謝する心をもつことができる。

〈感謝の心〉

(3) 学習過程 (90分)

	学習活動	指導上の留意点	資料等
導入 (10分)	1 本時の学習について知る。 2 お茶摘みの時のようすを思い出 し、発表する。	○ 本時の学習について話す。(T1) ○ 「いつ」「どこで」「だれが」「なにを」「どのように」行ったかを順番に発表させながら、お茶摘み体験を振り返らせる。(T2)	カード
展開 (65分)	3 給食の献立にも度会茶が使われていることに気づき、お茶の効用を知る。 4 粉末緑茶を使って、「見る」「かぐ」「聞く」「さわる」「味わう」の5つの項目を順番に体験する。感じたことをプリントに記入した後発表する。 5 お茶のパワーについて説明を聞く。	○ 児童が献立名を思い出しやすいよう支援する。(T1) ○ 料理をおいしくするお茶の効用を説明する。(T2) ・ 料理の味をおいしくしてくれる。 ・ 魚のおいを消してくれる。 ○ 粉末緑茶の取り扱いについて留意点を話す。(T1) ○ 項目ごとに全員が記入できたことを確認する。(T1) ○ 「さわる」「味わう」の体験前には、衛生面に配慮し、手ふき用ティッシュを配る。(T2) ○ 自分の言葉で表現するよう支援する。(T1) ○ 2～3人を指名し、発表させる。(T2) ○ 資料を提示しながら、お茶の効用をわかりやすく説明する。(T2)	献立表 度会茶を使った給食献立の写真 プリント 個包装した粉末緑茶 ぬれティッシュ 資料 (掲示物)
まとめ (15分)	6 度会茶について学んだことを記入し、家族に知らせる。	○ 家族あてに今日のお茶の勉強のことを手紙形式で書くように説明する。(T1) ○ 粉末緑茶を持ち帰り、手紙を読んでもらった後、家族にも味わってもらおうことを話す。(T2) ○ 家族から感想を記入してもらった後、学校に提出するよう話す。(T1)	プリント

(4) 評価

- ・ 度会茶を自分の五感を使って体感し、そのことを自分の言葉で表現することができたか。
- ・ 地域の特産物の持つ良さを知ることを通して、地域への理解や愛着を深めることができたか。

4 参考

関連する「みえ地物一番給食の日」の献立及び食材	
献立名	食材名
伊勢はんぺんのグリーン揚げ	度会茶(粉末緑茶)

市町名	志摩市
-----	-----

中学校第3学年 家庭科学習指導案

日時 平成〇〇年〇〇月〇〇日 (〇)

場所 3年 教室

指導者 栄養教諭 〇〇 〇〇

1 題材名 「ふるさと給食と日本の食料自給率について」

2 題材について

(1) 生徒観

3年〇組の生徒は、活気があり給食の時間も賑やかに食事をしていることが多い。

しかし、教室に入って生徒の食べている様子を見てみると、好きなもの時はたくさん食べ、嫌いなもの時はあまり食べない傾向があることがわかる。特に牛乳や野菜のおかずの残菜は多く、残すことに対してあまり抵抗がないように感じる。これは、食品を育てる過程や生産者の気持ちに触れる機会が減ったため、生徒が食品を命あるものとして感じることができず、食べたくないから残す、という安易な考えに走ってしまうことが原因として考えられる。本時間を通して、日本の豊かな食生活は様々な人の手によって支えられており、食べ物を大切に思う気持ちを身につけさせたい。

(2) 題材観

飽食の時代と言われる現代の日本であるが、食料自給率は39%と低い。この数値は世界の177の国や地域の中でも128番目に低い数値であり、日本の豊かに見える食生活がいかに諸外国からの輸入に頼って成り立っているかがわかる。これは、食事の欧米化が進み、食糧自給率の低い食材を多く使用する料理が好んで多く食べられるようになったことが原因のひとつとして考えられる。食料自給率が低いままの食事を続けると、栄養の偏りが生まれてしまうだけでなく、日本の農地の荒廃にもつながる。したがって、食料自給率の高い食事を心がけることは、バランスのとれた食事をすることや地域を活性化させることにもつながる。そのためにはまず、一人一人が目の前の食材を大切に思い、残さずに食べることが食料自給率を上げる第一歩であると考え。特に、日本の将来を担う生徒たちに、このことを知らせ、食べものを大切にすることを身につけさせたいと思い、本題材を設定した。

(3) 指導観

① 日本の食料自給率について知る

生徒たちは今の食生活を当たり前のものとし、豊かな食生活の裏側がどうなっているのかまでは認識していない。そこで日本の食料自給率が極めて低いものであることを知らせるために、食料自給率とフードマイレージのグラフを提示し、二つのグラフが反比例の関係にあることに気づかせたい。そして、輸入が中断されたらどうなるのか考えさせる。また、食品別の食料自給率の一覧表を見せ、どのような食材が多く輸入されているか知らせる。そこから、どのような食事をすれば食料自給率が上がるのか考えさせたい。

② 例の提示

日本の食糧事情がどうなっているか学んだ後、身近な料理の中にどれだけ外国産のものが使われており、輸送にどれだけ時間がかかっているかを知らせる。ここではてんぷらうどんの材料が世界各国から運ばれてきていることを例示し、地図と食材カードを使って輸送時間と距離を知らせる。身近な食品でも、自分たちの口に入るまでに多くの人の手間と時間がかかっていることに気づかせたい。

③ 地産地消の意義

食料自給率について学んだ後、ふるさと給食で推進している地産地消の良いところを考えさせたい。そして、食料自給率を上げるためには一人一人がどのように行動すればよいか考えさせたい。

3 本時の指導

(1) 目標

- ・ 日本の食料自給率が低い現状と、地産地消の良いところを理解する。
- ・ 現代の豊かな食生活に感謝し、食べ物を大切にすることを身につける。

(2) 食育の視点

- ・ 地産地消の意義を理解し、自分の住む地域の産物を大切にすることを身につける。〈食文化〉
- ・ 食べ物を大切に、食物の生産等に関わる人々に感謝することを身につける。〈感謝の心〉

(3) 学習過程 (50分)

	学習活動	指導上の留意点	資料等
導入 (10分)	1 明日のふるさと給食の献立に使われている食品を知る。	○ 料理別にカードを用意し、生徒に発表させながらカードを貼る。	食材カード
展開 (30分)	2 地産地消について考える。	○ 地産地消によってどのような良い影響があるか考えさせ、生徒に発表させる。	
	3 日本の食料自給率について知る。	○ 世界各国の食料自給率をグラフ化したものを用意し、どれが日本にあたるかを考えさせる。	グラフ 食品別食料自給率の表 ワークシート
	4 日本のフードマイレージについて知る。	○ 世界各国のフードマイレージをグラフ化したものを用意し、どれが日本にあたるかを考えさせる。 ○ 食料自給率とフードマイレージが反比例の関係にあることに気づかせる。また、輸入が中断されたらどうなるかを考えさせる。	グラフ ワークシート
	5 てんぷらうどんを食べるために、どれほどの時間がかかっているか学ぶ。	○ 食材カードと世界地図を用意し、わかりやすいように説明しながら掲示する。身近な食品に多くの人の手が関わっていることに気づかせる。	食材カード 世界地図
まとめ (10分)	6 改めて、地産地消のよさに気づく。	○ 食料自給率とフードマイレージの問題を、地産地消を推進することで解消できると説明する。	
	7 食料自給率を上げるために、自分たちに何ができるか考える。	○ 自分の身の回りにおける豊かな食生活に気づき、自分たちに何ができるかを考えさせる。ワークシートに記入させ、時間があれば発表させる。	ワークシート

(4) 評価

- ・ 日本の食料自給率について知り、地産地消の意義を理解することができたか。
- ・ 豊かな食生活に感謝し、食べ物を大切にする気持ちを持つことができたか。

4 参考

関連する「みえ地物一番給食の日」の献立及び食材	
献立名	食材名
てりやきつくね	豚肉、鶏肉、卵
味噌けんちんじる	磯部味噌、こんにゃく、ねぎ、厚揚げ
磯部みかん	みかん

ふるさと給食について

年 名前

が ほど

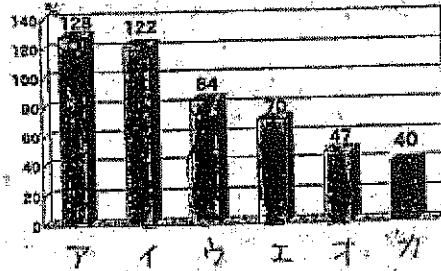
① ... で ...
... で ...

に 負担が かかります。

② ... で食べる ... のうち
... で生産される割合

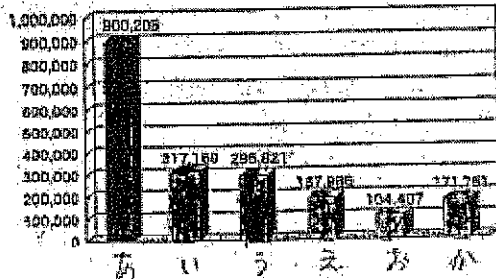
そこで

給食には、日本でとれたものや
三重県や志摩市でとれたものが
たくさん使われているのです。



日本はア~カどれ?

③ ... × ... で表す
単位は 七・km



日本はア~カどれ?

市町名	伊賀市
-----	-----

中学校第1学年 家庭科学習指導案

日 時 平成〇〇年〇〇月〇〇日 (〇)

場 所 1年 教室

指導者 教諭 〇〇 〇〇 (T1)

栄養教諭 〇〇 〇〇 (T2)

1 題材名 「地域の食材を知ろう (伊賀米・日野菜)」

2 題材について

(1) 生徒観

旧市街地と農村部からなる本校の校区内に、十数年前から開発された新興住宅地域が加わり、生徒数が急増している。多くの家庭が核家族であり、両親共働きで、手作りの食事に費やす時間が見つけられず、外食や中食に頼る傾向が見られるようになってきている。

開始5年目になる学校給食では、手作りの調理により地元産の食材を使った献立が多く取り入れられている。毎月配付される献立表には、地元産の食材に関する情報が紹介されているものの生徒たちは関心が薄く、知識も豊富であるとは言い難い。残食の様子からも和食よりも洋食を好む傾向でもある。

(2) 題材観

2年生の1学期、総合的な学習の時間の取組で、キャリア教育の一環として「なにわ商人 (あきんど) 体験」を実施している。伊賀の特産物を生徒たちが仕入れて大阪の街中で売る体験活動である。伊賀米や伊賀漬物など地元の特産物を知ることから始まり、生産者への聞き取りでは、自分たちが生活している伊賀地域を再認識できるよい機会となっている。

そこで、家庭科の授業において、地域の食材を学習することは、一貫した教育活動を展開するための前段階となる。さらに、これまで学習してきた栄養バランスの大切さや自分の食生活を見直すよいきっかけともなる。

(3) 指導観

給食には地域の食材が多く使われており、毎日食べている米が伊賀の名産であることを知り、地域の食材に関心を持たせ、米を中心とした日本型の食事の良さを感じとらせたい。

また、冬が旬である日野菜を取り上げることにより、その地域で多く作られるあるいはその地域でしか作られることのない野菜があることを知らせるとともに、その食材にあった地域独特の保存方法や調理方法が地域の人々の知恵として、長い歳月の後、生まれてきたことに気づかせたい。

3 本時の指導

(1) 目標

- ・ 地域の食材に関心を持ち、地産地消の良さを理解する。
- ・ 米を中心とした日本型の食事の良さを理解する。

(2) 食育の視点

- ・ 地域の産物・食文化や食にかかわる歴史等を理解し、尊重する心をもつ。〈食文化〉
- ・ 心身の成長や健康の保持増進の上で望ましい栄養や食事の取り方を理解し、自らを管理していく能力を身につける。〈食事の重要性〉

(3) 学習過程 (50分)

	学習活動	指導上の留意点	資料等
導入 (5分)	1 本時の学習課題を知る。 「伊賀や三重県産の農産物を知り、自分の食生活をふりかえろう。」	○ 課題を板書し、学習意欲を高めさせる。(T1) ○ 知っている農産物があれば発表させる。(T1)	
展開 (40分)	2 給食の献立を見て、伊賀や三重県の農産物がどれか考え発表する。 3 伊賀や三重県の農産物がたくさんあることを知り、毎日食べている米も伊賀米であることに気付く。 4 日野菜など、その地域で多く生産されるあるいは、その地域しか生産されない野菜があることを知る。 5 地域の食材を利用する利点を考える。 6 PFCバランスのグラフを見て、気付いたことを発表する。 7 米を中心とした日本型の食事の方が、PFCバランスがよいことに気付く。	○ 各自で献立表に○をうたせてから発表させる。(T1) ○ 給食には地域の食材がたくさん使われていることを知らせる。(T1) ○ 伊賀米の種類や歴史について知らせる。(T2) ○ 京野菜なども例にあげ、地域を限定して生産されている野菜について知らせる。(T2) ○ 地域の食材を用いることは、環境や体によいことなどの利点を知らせる。 「地産地消」という言葉も知らせる。(T2) ○ 米を中心とした日本型の食事とパン食の時や洋食の時の食事のPFCバランスを比較させ、発表させる。(T1) ○ 日本型の食事の方が、PFCバランスがよいことや、一汁三菜のよさを知らせる。(T2)	1週間分の献立表 PFCバランスのグラフ
まとめ (5分)	8 今日の学習で気付いたことをまとめる。	○ 自分の食生活につなげるよう助言し、感想を書かせる。(T1)	ワークシート

(4) 評価

- ・ 伊賀や三重県など地域の食材に興味を持つことができたか。
- ・ 米を中心とした日本型食生活の良さが理解できたか。

4 参考

関連する「みえ地物一番給食の日」の献立及び食材	
献立名	食材名
麦ごはん	伊賀米
ひのな甘酢漬	日野菜

市町名	名張市
-----	-----

小学校第4学年 総合的な学習の時間学習指導案

日 時 平成〇〇年〇〇月〇〇日 (〇)

場 所 4年 教室

指導者 栄養教諭 〇〇 〇〇

1 題材名 「エコ・クッキング ～食から環境について考えよう～」

2 題材について

(1) 児童観

給食の残食率は必ずしも低いわけではないが、何でもしっかり食べられる児童と、苦手なものを残さず食べようという意欲が薄い児童の差が大きい実態がある。担任の指導のもと、少しずつ改善されているが、給食を食べることが「元気になる」「活動できる」ことに、まだつなげられない児童もいると思われる。

(2) 題材観

4年生は「環境」をテーマにして、児童が自分の興味を持ったことについて本やインターネットを使って、調べ学習をすすめてきた。今回、「食」をテーマに環境について考えることになり、残食の実態から、まずは好き嫌いせず食べること、ご飯粒一つ残さないなどについて心がけることを実行にうつした。次に、「みえ地物一番給食の日」の食材である大根を題材に取り上げ、エコ・クッキングを学ぶことになった。ふだんは捨てがちな野菜の皮なども利用し、食材を上手に使いきることで生ゴミを減らし、食べ残しをださないよう心がけて無駄をなくす工夫や知恵を学ばせる。そのことから、環境を意識した豊かな食生活について考えさせたい。

(3) 指導観

児童が学習をすすめるなかで特に注意したいことは、「ゴミを出さないために食べる」だけにとどまらず、「すくすくと健康に成長するために食べる」ことに、これからの学習の成果をつなげられるかということである。大根は、一般の店頭では葉を切り落として売られているが、カルシウムや鉄分といったミネラルやビタミン類など、なかなか摂取しにくい微量栄養素が豊富に含まれている。自然の恵みである大根から余すところなく「大切なはたらきをいただく」知恵を身につけさせたい。

3 本時の指導

(1) 目標

- ・ 自分の生活をふり返り、エコ・クッキングの大切さを学ぶ。
- ・ エコ・クッキングを通して自然の恵みに感謝する気持ちを持つとともに環境にやさしい生活についての理解を深める。

(2) 食育の視点

- ・ 地元で作られた食材に興味をもち、日常の食事と関連づけて考えることができるか。
＜食文化＞
- ・ 葉や皮など残さず利用することにより、生産者や自然の恵みに感謝の気持ちをもつとともに、食べものが体の健康に及ぼす影響について考えることができるか。
＜感謝の心＞＜心身の健康＞

(3) 学習過程 (45分)

	学習活動	指導上の留意点	資料等
導入 (5分)	1 ふだんの給食時間についてふり返る。 2 みえ地物一番給食の日について知る。	○ 残食率が高いことや、お碗にご飯粒をつけたままにする…といった実態があることに気づかせる。 ○ みえ地物一番給食の日は、三重県産の食材をできるだけ使用していることを説明する。	掲示物
展開 (25分)	3 みえ地物一番給食の日で使われる大根について学習することを知る。 4 大根のすべての部分がおいしく食べられる方法をペアで考え、意見を出し合う。(15分) 5 大根の各部位をあらわしたイラストや、実際の大根料理から、おいしく食べる方法を学ぶ。 6 どの部位についても、工夫して食べ、利用できることを知る。(10分)	○ 地物一番の食材の一つである「大根」を例に取り上げ、すべて残さず利用し、ゴミを出さない工夫ができるか考えさせる。 ○ 12月の大根は、校区内に畑をもつ地元の生産農家から直接届けられたものであること、作り手がわかることが食の安心・安全につながっていることにもふれる。 ○ 子どもたちが出した工夫や知恵の中から、視覚的に理解しやすいよう、イラストや大根を使った料理を紹介する。 ○ 実の部分だけでなく、葉や皮を使った料理を紹介し、ゴミを出さない工夫をしているだけでなく、葉や皮にも栄養素がたくさん含まれていることを理解させる。 ○ 茎と葉の根元を残して水に漬け、日当たりのよい場所に置けば、葉が成長し、また再利用できることも伝える。	大根のイラスト 大根料理数種類
まとめ (15分)	7 これまでの学習をふまえ、これからやってみたいことをノートに書きだし、意見交流をする。	○ ゴミを出さないだけでなく、味や見た目、食べやすさ、栄養のバランスなども考慮するよう適宜アドバイスする。	学習ノート

(4) 評価

- ・ 食材を無駄にしない調理の仕方を工夫することに興味をもつ。

4 参考

関連する「みえ地物一番給食の日」の献立及び食材	
献立名	食材名
大根とわかめのサラダ	大根