



雪の輪



春霞 (エ(え)霞)



雷文



雪華

第4章

和食文化を 育む手法



秋草



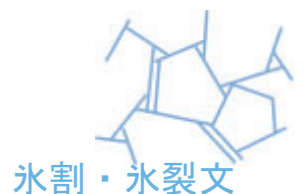
露



扇窓



梅のつ
ぼみ



氷割・氷裂文

事例活用のポイント

第4章では、保育所等や学校において和食文化を育む手法を掲載しています。掲載された実践例や指導案は、読者の皆様が各園や学校等での実践に反映するための手がかりとなるよう、編集したものです。以下の点に留意して、ご活用頂ければ幸いです。

紹介する事例・指導案を基に、創造的な実践をすすめましょう

「何をしたら、和食好きな子どもになるの?」「どのような授業をしたらいいの?」よくこうした声を耳にします。事例はこうした疑問の解消を願って編集したのですが、具体的な事例を紹介すると、「そのとおりにやらねばならない」と誤解されがちです。

しかし、紹介する事例は実践のためのヒントを示したものにすぎません。決して、答えを示したわけではありません。情報源として各事例・指導案を捉え、それらをヒントに、各園の保育者や教員等が自由に、そして、創造的に実践することを願っています。

事例や指導案のねらいと学習の流れに注目してください

紹介された事例や指導案は、多少の違いはありつつも、基本的には「題材」「題材設定の理由」「目標」「学習の流れ」「評価・子どもの反応」「指導の様子」「教材」を柱に、各園・学校等の特徴を提示しています。和食文化を形成していく過程にある子どもの声はもとより、その背景にある保育者や教員等の声が反映されています。

保育所等では、何歳児を対象とした実践なのか、どのような保育の領域から和食文化を題材として「何を育てたいか(ねらい)」を願った実践であるのかに注目してください。学校では、どの学年で、どのような教科で、どのような目標のための実践であるのかに注目してみましよう。

いずれも、評価の観点や、実際の子どもの反応・育ち等が示されています。Plan(計画)・Do(実行)・Check(評価)・Action(改善)という保育・教育活動を循環的に行うプロセスに注目して読み進めてください。

子どもの学びを連続したものにするために、和食文化を通じた保幼小の連携・交流の機会を

子どもの食文化は、一回の活動、一回の授業で、形づくられるものではありません。毎日、家庭と園・学校を行き来しながら、その子の食文化をつくっていきます。

幼児期から学童期にかけて、子どもの発達や学びの連続性を意識し、幼稚園・保育所・小学校と連携した取り組みを行っていくことが大切です。

特に、5歳児後半から小学校の一年生にかけての接続期には十分な配慮が必要です。生活と遊びを通じて学ぶ幼児期の教育・保育活動から、教科などの学習が中心となる小学校の教育活動へと円滑な移行ができるように配慮していかねてはなりません。

保育所等では、幼児が小学校教育に適応するために、小学校のカリキュラムを先取りするためのものではなく、第3章に示された「幼児期の終わりまでに育ってほしい姿」を踏まえ、幼児期にふさわしいものにすることが大切です。一方、小学校では、幼児期の教育と小学校教育の違いによる段差を円滑にするために、「幼児期の終わりまでに育ってほしい姿」を踏まえ、「せいかつ」「学級活動」等での体験学習を通して、児童が主体的に自己発揮しながら、学びに向かうことができるように留意していきましょう。

食育の一環として和食文化を育むために、保育所等の保育士・栄養士と、小学校の栄養教諭等が互いに連携し、保育所等での食育計画や、小学校の食に関する指導の全体計画について情報収集をする等、重要な役割を担うこともできます。和食文化に注目することで、幼児と児童が交流できる場をつくり、食べものを育てたり、食べたりしてふれ合い、自然を尊び、文化を伝え合う等の学びの共同体を創っていくことを願っています。

掲載の事例一覧

- (1)「和食」とは
 - ～保育所等編～
米を育て、ごはんの匂いに出会う
 - ～学校編～
ご飯といえば？パンといえば？

- (2)多様で新鮮な食材とその持ち味の尊重
 - ～保育所等編～
さかな ～記憶に残る体験を目指して～
 - ～学校編～
やかましいオリジナルみそ汁を作ろう

- (3)健康的な食生活を支える栄養バランス
 - ～保育所等編～
年長児がプロデュースするお食事会「ありがとうの会」
 - ～学校編～
うま味って何味・・・？

- (4)自然の美し差や季節の移ろいの表現
 - ～保育所等編～
たけのこの皮むきをしよう
 - ～学校編～
食べないのに包むのはなぜ？

- (5)正月などの年中行事との密接な関わり
 - ～保育所等編～
「お餅つき」
 - ～学校編～
わけあって入っています

1) 「和食」とは

～保育所等編～

1 題材名 米を育て、ごはんの匂いに出会う

2 題材設定の理由

視・触・匂・味の感受性を高めるには、乳児から幼児にかけての期間が重要だと考えられる。日ごろから、給食のお米は各クラスで洗い、炊飯してきている。飯をいただくだけでなく、米を育てる稲作文化を体験すること、伝承していくことで「人は命をいただいて生きる」ことの学びにつながるよう設定した。

3 目標（ねらい）

日本の食文化との出会いを大切にしたい給食を毎日の園生活の中で繰り返していけるよう、子どもたちと栽培活動を行い、日々の食に、身体丸ごとで、感じとっていく。

対象園児・期間	2・3歳児 春～秋 5領域：環境 食育の項目：「食と文化」「命の育ちと食」
---------	--

4 学習の流れ

過程	時期	ねらい	子どもが行う 主な活動	環境構成 (教材)	子どもの気づき
展開 1	4月	<ul style="list-style-type: none"> 土・水に触れ、感触を楽しむ。 日差しの暖かさや風・水の冷たさ、変化から自然の移ろいを感じる。 発芽等、種もみの生長による変化に気付く。 	<ol style="list-style-type: none"> 土おこし（田んぼ） 種もみ選別 海水程度の塩水作りを見る。塩水のしょぼさを味見する。卵が浮く程度の塩分濃度を作り種もみを入れ沈んだものを選ぶ。 苗床づくり 黒土と腐葉土を混ぜる。水を入れ、丁度良いかたさの土を大きい子と一緒に作る。 水やり 発芽した部分を傷めないように気をつけ、土をふるってかぶせる。 	発砲スチロール 卵 塩 種もみ	<ul style="list-style-type: none"> 土おこしを通して、土のかたさや重さを実感したり、春の日差しの暖かさを身体で感じる。 春になり、気温、水温が上がってきたことに気づく 海の水が塩辛いことに気づく。 腐葉土の肥しが匂いことに気づく。 土をかぶせる時に、力いっぱいしないで加減することで、発芽の生長を促すことがわかる。
展開 2	5月	<ul style="list-style-type: none"> 日差しの強さを感じ、初夏への季節の変化に気づく。 土と水を混ぜ、泥にし、全身で泥の感触・温度を感じる。 大きい子、大人から教わりながら、姿を見ながら田植えをする。 田植えをしている様子を傍で見る。 	<ol style="list-style-type: none"> 田んぼの水入れ水を田んぼに運ぶ。 土とシャベルや手足で混ぜる。 田植え苗を持ち、（田んぼに入る。） 縦横が揃うように苗を土に入れる。 苗がしっかり立つように泥の中に植えていく。 	シャベル スコップ バケツ ジョウロ	<ul style="list-style-type: none"> 夏にむかっていく日差しの熱さ、水を運ぶのは、水が重くて大変だと気づいていた。 田んぼの泥がこんなに柔らかいことに気づく。 年長児と一緒に、柔らかい泥に入って、苗を植える難しさにも気づく。

過程	時期	ねらい	子どもが行う 主な活動	環境構成 (教材)	子どもの気づき
展開3	6～7月	・稲の生長に気付く ・稲～稲穂の変化、匂いに気づく。	稲穂がでてきて、大きくなったことを観察する。		・稲のチクチクとした感触や、稲穂の緑色から黄金色への変化に気づく。
展開4	9月	・春から秋までの稲の変化を断片的にでも思い返しながら収穫することの喜びを感じる。	稲刈り ・大きい子が鎌ハサミを使って稲を刈る様子を見る。 ・興味に応じて稲の束を運ぶ。	鎌ハサミ	・稲穂が大きくなり、長くなったことがわかる。 ・大きい子と一緒に、収穫できたことを喜んでいた。
展開5	10月	・粃や藁の匂いや感触に気づく。 ・粃殻の中からお米の粒がでてくるところをみて、稲から米と、自分が食べているまでの過程に触れる。	1. 脱穀 大人と一緒にざるに稲穂を通して粃がはじけるようにとれるところをみて楽しむ。 2. 粃殻取り 臼と杵、すり鉢とすりこ木で粃をすり、殻を取り除く。粃殻を風で飛ばすところを見て楽しむ。	ざる 臼 杵 すり鉢 すりこ木	・藁や粃の匂いを感じる。 ・粃からお米へと変化していく様子を見て、ようやくお米に出会えたこと喜びを表現していた。
展開6	11月	・米が炊ける様子を見ていく中で、湯気や、匂い、温度、音等に気づく。 ・炊きたてのお米の白さや、つやを見る。 ・生活の中で培った感覚を得ながら、おいしくいただく。	・お米の計量を側で見る。 ・お米を研ぐ 水が透明になっていくところを見る ・お釜に入れて水を入れる ・かまどに火をいれ炊いていくのを見る。 ・炊き上がったらみんなで頂く ・釜の底のおこげもスプーンでこそげとって食べる。	ボール 釜 かまど 薪 しゃもじ	・お米が炊ける匂い、温かさを感じとる。 ・炊き立てのお米のおいしさを味わうことができ、「早く食べたい」気持ちを持つことができた。

5 評価・子供の反応

- ・興味を持っている子、関心のない子とさまざまだが、年上の子どもたちが声をかけ合い、準備を進め、取り組んでいる様子に気づくと、側に寄ったり、少し離れた所から見たり、聞いていたりしていた。直接関わらなくても雰囲気はしっかり感じていた。
- ・次第に「自分も（やってみたい）」と手を出し、年上の子のやるのを真似て行う姿が見られた。
- ・お釜から蒸気が出てきたとき、炊き上がりが近くなってきたとき、少し焦げ始めてきたとき、それぞれの匂いや香りの変化にも子ども同士や、大人と顔を見合わせながら、感じ合っていた。
- ・炊き上がる頃の匂いや香りと共に、「早く食べたい」「おなかすいた」の聲が口々から自然と発せられていた。中には、よだれが出て慌てて腕で拭う姿もあった。
- ・熱々の湯気が立ち上るご飯を頬張る姿、一粒づつかみしめる姿とさまざまだった。その中で、匂い、食感、温度、味等をそれぞれが感じ、皆美味しくいただいた。
- ・初めは興味を示さなかった子も、ご飯の炊ける匂いが広がると、側によって来る様子もあったことから、嗅覚の働きも、食欲につながる子どもたちの姿から実感できることであった。
- ・今までもお米は各クラスで炊飯してきていたが、稲を育てる体験から、一粒、一粒のお米を大切に感じ、飯を炊くこと、味わうことを喜びに、日々の暮らしの中で感じていく子どもの育ちをみることができた。

6 指導の様子（写真）



7 教材のイメージ（写真、図、給食を含む）

8 事例提供元 社会福祉法人ユーカリ福祉会 八国山保育園（東京都東村山市）

9 教材における対応ページ・・・第2章 第1節（1）

(1)「和食」とは

～学校編～

1 題材名 ご飯といえぱ？パンといえぱ？

2 題材設定の理由

「ご飯といえぱ？パンといえぱ？」という、自然にその周りにおかずやつけ合わせが浮かんでくるものである。それは日ごろの食生活や家庭での食事深く関わっており、現代の多種多様な食文化を顕著に表すものでもある。


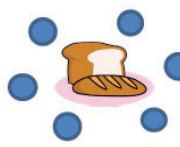
授業は、ご飯とパンという代表的な主食を使って、それぞれの特徴を考え、そこから日本の伝統である和食の重要性について考えるきっかけづくりとなるよう工夫した。

3 本学習の目標（ねらい）

和食のある日本ならではの伝統や作法、食べ方のマナーに興味を持ち、和食や洋食のそれぞれの特徴に目を向けること。

対象学年・教科	6年生 学級活動
---------	----------

4 学習の流れ

過程	時間 (分)	子どもが行う 主な学習内容・活動	指導上の留意点 (評価の観点とポイント)	資料・教材
展開 1		1) ご飯に合うおかずにはどんなものがあるか考える。 ・WSのご飯のイラストの周りにおかずの絵を描いていく。	・納豆、焼き魚、卵焼き など 	WS おかずカード
展開 2		2) パンに合う料理はどんなものがあるかを考える。 ・WSのパンのイラストの周りに料理の絵を描いていく。	・ジャム、サラダ、スープ など 	WS おかずカード
展開 3		3) 個人で考えたものをグループごとに画用紙にまとめ、整理していく。 ・メンバー各人の考えを付箋に書く。 ・画用紙の中央にご飯・パンを書き、その周りに付箋を貼る。	・同じ食べ物がでてきたら、付箋を重ねていく。	画用紙 付箋
展開 4		4) ご飯、パンとまとめた2枚の画用紙を比べて話し合う。 ・卵料理 ご飯→卵焼き パン→ハムエッグ ・飲み物 ご飯→お茶 パン→ジュース、コーヒー	・同じ食材でも、ご飯やパンに合う料理は異なっているということに気付かせる。	画用紙 付箋

過程	時間 (分)	子どもが行う 主な学習内容・活動	指導上の留意点 (評価の観点とポイント)	資料・教材
展開 5		5) 気づいたことを正方形の付箋に下記だし、黒板の模造紙に貼っていく。	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯に合うのは和食だ。 ・昔からあるものはご飯と相性がいい。 ・朝ごはんには、パンと目玉焼きを食べる。 など 	模造紙 正方形付箋
まとめ		6) 「一汁三菜」について取り上げ「日本型食生活」のよさについて考える。	<ul style="list-style-type: none"> ・近年バランスのよい食事とされているご飯、味噌汁、おかず、漬物という、日本の伝統的な献立を紹介する。 <p>【ちょっと食育】皆さんは「一汁三菜」ってしていますか？昔ながらの日本型の食事は一汁三菜が基本でした。一汁三菜とは、ご飯に汁もの、おかずで構成された献立で、ご飯でエネルギー源となる炭水化物を汁もので水分を、おかずでその他の栄養をバランスよくとることができるのです。元々は、おかずが一品だけの「質素な食事」のたとえでしたが、最近では「バランスの良い食事」として見直されています。</p>	一汁三菜の 資料

まとめ



5 評価・子供の反応

6 指導の様子（写真）

7 教材のイメージ（写真、図、給食を含む）

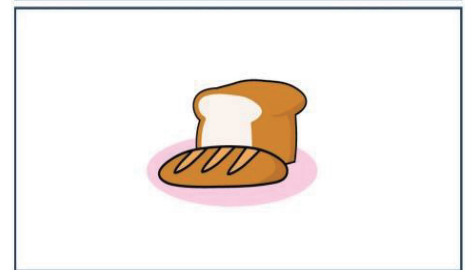
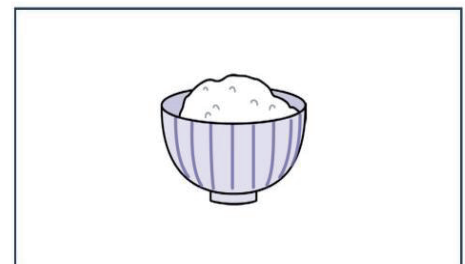


ご飯といえば？パンといえば？



6 年 組 番 ()

ご飯に合うおかず、パンに合う料理を考えよう！



〈感想〉

8 事例提供元 武庫川女子大学 藤本勇二

- ・「食事バランスガイド早分かり」
http://www.maff.go.jp/j/syokuiku/zissen_navi/balance/style.html
- ・マルコメ
<http://www.marukome.co.jp/knowledge/miso/history/index.html>

9 教材における対応ページ・・・ 第2章 第2節（2）

(2) 多様で新鮮な食材とその持ち味の尊重

～保育所等編～

1 題材名 さかな ～記憶に残る体験を目指して～

2 題材設定の理由

「食を営む力」を身につけることにあたり、日ごろ感じている家庭での魚離れや、魚の食べ方が苦手な子、魚そのものが苦手な子に関してさまざまな角度から魚を身近に感じることに、日頃食べている給食の中で何が地元でとれたものなのかを知るきっかけや、魚の解体を通して命をいただくことのへの感謝の気持ちを育むことを目的に設定した。

3 本学習の目標（ねらい）

- ・地域でとれる魚を知り、さまざまな活動や自分なりの発見や発言を通して魚に親しみを持つ。
- ・食に関わる経験を通し、食に対する関心を高めたりみんなと食べることを楽しみにする。
- ・自然の恵みをいただいていることを知り食べ物やそれに関わっている人への感謝の気持ちを持つ。

対象園児・期間	年長 夏～秋 5領域：環境 食育の項目：「命の育ちと食」「食と健康」
---------	---------------------------------------

4 学習の流れ

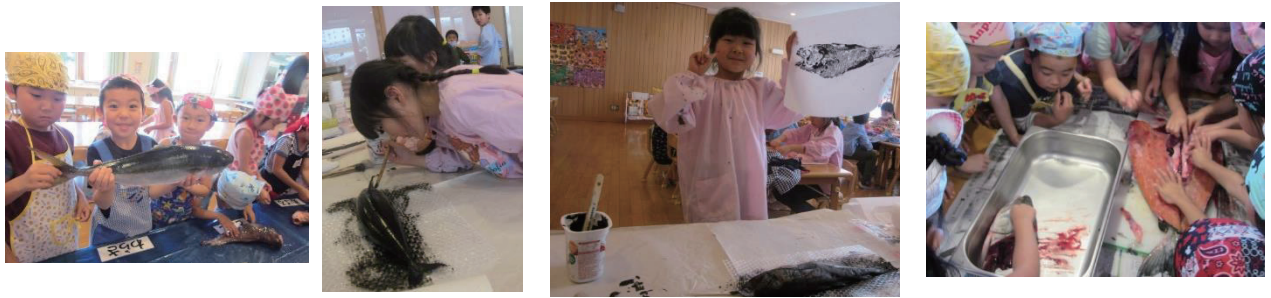
過程	時期	ねらい	子どもが行う 主な活動	環境構成 (教材)	子どもの気づき
導入	夏	<p>地元で獲れる実際の魚を見たり触ったりすることで魚を身近に感じる。</p> <p>魚クイズで楽しみながら魚に興味関心を持つ。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・自分の知っている魚にはどんなものがあるのか発表してみる。 ・地元で獲れる魚や、給食で使われている魚について話を聞く。 ・実際の魚に触れたり、観察したりして自分なりに気づいたことを発表する。 ・魚クイズで楽しみながら魚について知る。 	<p>地元で獲れる魚</p> <p>ビニールシート</p> <p>各々の魚の下に置くネームプレート</p> <p>触れるのが苦手な子用使い捨て手袋</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・自分の知っている魚以外にも多くの種類があることに気づいた。 ・何種類かの魚に触れることでそれぞれの違い(ガラガラ、ぬるぬる、目がねこみたい、ギザギザの歯がたくさんの魚、とげがある)などを発見した。他にも深海魚は陸にあげることで内臓が口から出てしまうことにとても興味を示した。 ・初めは生の魚に触れることに躊躇していた子も時間をかけることで小さな魚を持ち上げたり楽しそうに活動する姿が見られた。 ・クイズでは鮭の卵がイクラや筋子だということを知った子や、海水でないと生きられないことを知った。
展開1	夏	<p>魚拓を通して楽しみながら魚をより身近に感じる。</p> <p>魚への興味関心を深める。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1.魚拓のとり方を聞く。 2.魚の持ち方に注意しながらそれぞれに好きな魚を選ぶ。 3.魚を所定のところまで運びそれに合った紙を選ぶ。 4.魚に墨を塗り魚拓をとる。 	<p>導入で使用した魚の冷凍・解凍</p> <p>墨 障子紙 刷毛</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・導入で魚に慣れていたことで積極的に魚に触れたり、スムーズに制作に入ることができた。 ・大きな魚はウロコも大きいこと、サメがうまく魚拓がとれないのはウロコがないからだということ、イカの吸盤の大きさが違うことなど自分たちで感じたことを踏まえながら納得できるまで挑戦していた。

過程	時期	ねらい	子どもが行う 主な活動	環境構成 (教材)	子どもの気づき
展開 2	秋	地元で獲れる秋鮭を使った解体を通し、魚もみんなの体と同じだということを知る	<ul style="list-style-type: none"> ・鮭の解体 1. パネルを見ながら鮭の内臓について聞く 2. 実際の内臓を見せてもらったり触れたりする 3. スーパーで売られている状態になっていく様子を見学する 	鮭の内臓の絵が描かれたパネル 秋鮭 包丁 まな板 ビニールシート	<ul style="list-style-type: none"> ・身や骨によって包丁の音が変わる様子(ザクッ・スー・ガリッ等)に気づいた ・鮭の血液が自分たちと同じで赤いこと、心臓があること、肛門があることなどを知った
まとめ	秋	人間は自然の恵みを受けていることを知り、命をもらって生きていることへの感謝と「いただきます」「ごちそうさま」の意味を知る	<ul style="list-style-type: none"> ・鮭の調理 1. 自分たちで作った味噌を使い「鮭のチャンチャン焼き」を手伝いながら作ってもらい食べる 2. 「いただきます」「ごちそうさまでした」のあいさつの大切さを聞く 3. 後片付け 		<ul style="list-style-type: none"> ・人間と同じで魚に骨があることは当然のこと。骨を感じたら飲み込まずに出すこと ・苦手なものでも食べてみようとする身持ちが芽生えた ・あいさつの意味を知り「いただきます」などの言葉を使う

5 評価・子供の反応

- ・魚の触感や・匂いが苦手な子もいたが、魚の観察に時間をかけることで徐々に触ったり口の中を見てみたり、友達と協力してより大きな魚を持ち上げてみたりとしかめた表情を見せていた子も最後は笑顔で取り組んでおり友達と作業することの良い効果が出ていた
- ・魚クイズではクイズにすることで多少わからないことでも積極的に手をあげてくれていた
- ・解体ショーでは1m以上もある大きな魚を選んだことで、子どもたちの反応が気になったが「魚も赤い血なの?」「ぼく鼻血出たことあるよ」「心臓ってこういう形なんだ」「心臓小っちゃいけど固いよ」や「魚にもお尻があるんだね」など1人が受け入れると伝染したように次々と発見発表大会になった場面があり意欲的に観察していた
- ・今回“さかな”という一つのテーマを通し多角的な視点から子どもたちにアプローチしていくことで魚の解体などの一見生々しいものであっても子供たちは“いのち”を受け入れてくれていたということがわかり確実に魚への親近感と食わず嫌いの克服への手ごたえを感じた。今回のことを踏まえ、さまざまな食に関する体験や、味の経験を積み重ねることで「食を営む力」を育むことへの支援になっていくものだと感じた

6 指導の様子 (写真)



7 教材のイメージ (写真、図、給食を含む)



8 事例提供元

社会福祉法人 清隆厚生会 こども園ひがしどおり (青森県下北郡東通村)

9 教材における対応ページ・・・ 第2章 第1節 (1)

(2) 多様で新鮮な食材とその持ち味の尊重

～学校編～

- 1 題材名 やかましいオリジナルみそ汁を作ろう
- 2 題材設定の理由
家庭科の学習指導要領の中で、我が国の伝統的な日常食としてあげられている米とみそ汁だが、中でも、みそ汁はどんな具材とも相性がよく、昔から親しまれている。どんな具材にも合うこともあり、具材によって色々な栄養を摂ることができます。この授業では、「やかましい」といわれるみそ汁がよい理由を知り、どのようなものか考えてもらうこととした。オリジナルのやかましいみそ汁を考えることによって、和食の素晴らしさを感じ、自らも家庭でやってみようといった気持ちが芽生える授業である。学習指導要領では、「米飯とみそ汁を中心とした1食分を扱い、おかずやみそ汁の実を工夫し、調和のよい食事を考えるようにする。」と「みそ汁の実」と示されていますが、ここでは馴染みのある「みそ汁の具」と表現した。
- 3 本学習の目標（ねらい）
身近なみそ汁を通して、旬の食べ物を取り入れて調理する日本の四季の素晴らしさを感じ、バランスよく栄養をとることを考える力を育てること。

対象学年・教科	5年生・家庭科
---------	---------

4 学習の流れ

過程	時間 (分)	子どもが行う 主な学習内容・活動	指導上の留意点 (評価の観点とポイント)	資料・教材
導入		1) みそ汁の具に何を入れるか考える。 ・個人で付箋に記入。 ・全体に出していくようにする。	とうふ、ねぎ、油揚げ、みそ、大根、白菜、ごぼう、にんじん、豚肉、こんにゃく、さつまいも、じゃがいも、わかめ、のり、しめじ、しいたけ	ふせん 具材の絵
展開 1		2) 具に使う食材の仲間分けをする。 ・付箋を使って、大豆製品、肉類、野菜類、イモ類、きのこ類のグループごとに仲間分けをする。 ・野菜は季節を感じさせるようにするために春夏秋冬を書いた季節のシールを貼る。	・1年中いろんなみそ汁ができる ・みそ汁を作ってみたいな。	カード ワークシート シール

過程	時間 (分)	子どもが行う 主な学習内容・活動	指導上の留意点 (評価の観点とポイント)	資料・教材
展開 2		3) 「やかましいみそ汁って何だろう」と問う。その意味を話し合うことで、みそ汁のよさについて知る。 や・野菜 か・海藻 ま・豆から作った物 豆腐・油揚げ 等 し・しいたけ等のキノコ類 い・いも類	・5種類の具材が入ることで、ご飯合わせると栄養価が安定することを伝える。	
展開 3		4) 作ってみようと思う「やかましい」みそ汁をワークシートに書く。 ・グループで絵か文を書き、みそ汁について説明する。	・みそ汁の具材を地域の食材から考えるようにして、地域の方をゲストティチャーに招いて助言をもらうようにする。	WS
まとめ		5) グループごとに発表する。	※家庭で実践するようにワークシートを家に持って帰る。	

やかましいみそ汁を作ろう

5年()組()番 名前()

5 評価・子供の反応

6 指導の様子 (写真)

7 教材のイメージ (写真、図、給食を含む)

<やかましいみそ汁ってどんな具が入っていると思うかな？>

や…

か…

ま…

し…

い…



<オリジナルのやかましいみそ汁を考えよう>



8 事例提供元 武庫川女子大学 藤本勇二

- ・日本味覚協会「味覚ステーション」
<http://mikakukyokai.net/>
- ・うまみ調味料協会
<https://www.umamikyo.gr.jp/index.html>

<どんな人にオリジナルみそ汁を作ってあげたいですか？>

9 教材における対応ページ・・・ 第2章 第1節 (1) ～ (3)

(3) 健康的な食生活を支える栄養バランス

～保育所等編～

1 題材名 年長児がプロデュースするお食事会「ありがとうの会」

2 題材設定の理由

約6年間給食やクッキングなどで培った「和食の基本」ごはん・味噌汁・おかずを子どもが実際に調理する事で、バランスの良い食事作りを体験し記憶に定着する事と地域の方・保護者に食べてもらい、感謝の気持ちを育てる。

3 目標 (ねらい)

誰かに食べてもらうために、献立作成・会場づくり・調理・配膳をする。

対象園児・期間	年長 4月～3月迄の1年間(準備期間含) 5領域：人間関係, 環境 食育の項目：「食と人間関係」「食と文化」
---------	---

4 学習の流れ ごはんの炊き方を知る。味噌汁の作り方を知る。保存食を作る。

過程	時期	ねらい	子どもが行う主な活動	環境構成 (教材)	子どもの気づき
保存食を作る (干し筍) 展開1	4月	食材には匂があることを知る。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 筍を掘り、皮をむく。 2. ゆでる。 3. ゆであがった筍を薄く切り、バラの上に1枚ずつ天日にほす。 4. 毎日ひっくり返したり、かわくまで世話をする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・竹林の安全確認 ・軍手、タオル、長袖、長ズボン、長靴を準備する ・かまどの準備 薪、おかま ・包丁、バラを準備 ・熱い筍で火傷をしないよう注意する 	<ul style="list-style-type: none"> ・自然のなかでの筍の生え方を知る。 ・筍がたくさんので覆われていることに気づく。 ・筍をほすと小さくなることを知る。 ・ゆでた筍の香りを経験する。
ご飯炊き 展開2	5月	ごはんが自分たちだけで炊けるようになる。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 米の測り方を覚える。 2. 1カップは1合。 3. 米の研ぎ方を覚える。 4. 炊飯器でたく。 	<ul style="list-style-type: none"> ・米、計量カップ、炊飯器を準備する 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯は水加減によって柔らかくなったり、硬くなったりする。 ・コメからご飯という呼び名を知る。
保存食作り (梅干し) 展開3	6月	<ul style="list-style-type: none"> ・保存食作りには手間暇がかかることを知る。 ・梅干しが出来るまでの行程の中を不思議に体験する。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 梅をちぎる。 2. 梅のへたを取る。 3. 塩漬けする。 4. シソを取りに行き揉む。 5. 梅酢ともんだシソをあわせる。 6. 梅を干しつける。 	<ul style="list-style-type: none"> ・地域の方の畑の安全確認 ・長袖、長ズボン、タオル、長靴 ・梅を入れるコケ ・水分補給 ・地域の方との連携 ・つながり 	<ul style="list-style-type: none"> ・梅の香り、色と梅干しの香りと色のちがいに気づく。 ・赤紫蘇をもむ時、梅酢による色の変化に気づく。
味噌作り 展開4	6月	味噌の材料をしる。	<ol style="list-style-type: none"> 1. エプロン、マスク着用、手洗いなどの準備を自分でする。 2. 熱い煮大豆を潰し、麴、塩をまぜていく。 3. 味噌玉を作り、おけに空気を抜きながら、投げ入れる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・茹で大豆、塩、麴、大きなビニール袋、おけ、貯蔵おけを準備する ・手洗いをしっかりするなど清潔にする 	<ul style="list-style-type: none"> ・茹で大豆を味見し、豆本来の甘み、豆の温度などを感じる。 ・豆をしっかりとつぶさないこと、味噌になりにくいことを知る。 ・塩、麴などを混ぜながら香りの変化に気づく。