

おぞうに図かんを作ろう！

No.

都・道・府・県

調べた方法：

もち（形）：

だし：

材料

- ・
- ・
- ・
- ・

*この都道府県のおぞうについて分かったこと

*食べた感想や調べた感想

制作者：

(5)正月などの年中行事との密接な関わり

～ 学校編 3 ～

情報提供社：武庫川女子大学 藤本准教授

わけあって入っています：「日本型食生活」を学ぶ授業プラン 21

対象学年・教科	6年生	家庭科																														
ねらい	おせち料理のいわれについて考え、日本型の食事の特徴とそのよさに気付く。																															
活動内容	<p>1) お正月の料理を考える。 ※子どもたちの発表からおせちに焦点化する。 ・お雑煮、お餅、おせち ※おせちにはなにが入っているか発表されたものの食品カードを貼る。 ・黒豆、数の子、海老、巻いている卵</p> <p>2) おせち料理の絵に塗る色を相談する。 ※一人一枚おせち料理の紙を配り、班で話し合う。 ・「数の子だから黄色だね」、「これは海老だ!」、「これはなんだろう」</p> <p>3) おせち料理の絵に色を塗る。 ※カラーのおせち料理の紙を一人ずつ配布し、色を塗っていく。 ・「これは黒豆だったんだ」、「食べたことあるけど何かわかんない」</p> <p>4) 『いわれ』について知る。 ※結婚式の鯛や受験前のトンカツのいわれを説明する。 ・料理に込められている意味や由来のことをいわれという</p> <p>5) どの『いわれ』が、どの料理につながっているか考える。 ※黒板に料理の短冊といわれの短冊を貼る ※グループごとに相談していわれと料理の組み合わせを考えさせ、代表者が順番に出て組み合わせしていく（各班ワークシートに記入させておく） ・れんこん…将来を見通す、黒豆…まめに働く、昆布巻き…喜ぶ、 数の子…子孫の繁栄、田作り…豊かな実り、海老…長生きを願う</p> <p>6) 『いわれ』について振り返り、日本型食生活のよさについて考える。 ※行事食のいわれにも興味をもつよう促す</p>																															
資料等	食品カード、おせち料理の白黒の紙、おせち料理のカラーの紙料理の短冊、いわれの短冊、ワークシート																															
板書	<p>・いわれとは？ →料理に込められている意味や由来のこと</p> <p>おせちには 幸せを願う気持ちが込められている</p> <p>わけあって入っています</p> <table border="0"> <tr> <td><お正月></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>料理</td> <td>いわれ</td> </tr> <tr> <td>・おもち</td> <td>絵</td> <td>絵</td> <td>□</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>・お雑煮</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>・おせち</td> <td>□</td> <td>□</td> <td>□</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>・お年玉</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>		<お正月>				料理	いわれ	・おもち	絵	絵	□			・お雑煮						・おせち	□	□	□			・お年玉					
<お正月>				料理	いわれ																											
・おもち	絵	絵	□																													
・お雑煮																																
・おせち	□	□	□																													
・お年玉																																

授業の背景

昔は、今よりもお正月を特別な日としていました。お正月は家族全員が新しい年を迎えることができたとして、家族全員の誕生日として考えられていました。なぜかという、昔は数え年で年齢を数えていたからです。お正月と家族全員の誕生日を兼ねていた、とてもめでたい日に食べるものが“おせち料理”になるのです。また、おせちに作り置きで保存がきく食材なのは、「神様をお迎えした新年に台所を騒がせてはいけない」という考えがあるからです。こうしたおせちのいわれを理解することを通して、「日本型食生活」の大切さに目を向ける授業です。

ちょっと教材研究

おせち料理は通常「重箱」につめます。重箱につめることで、幸せを重ねるという意味になっています。また段によってそれぞれ入れるものがまっています。

〇一の重は祝い肴をつめる。

- ・数の子…卵の数が多いので「子孫繁栄」を意味する。
- ・黒豆…「まめに働き、まめに暮らす」ことを意味する。
- ・田作り…片口イワシの稚魚は田んぼの肥料として使われていたので、「豊作」を意味する。

〇二の重は口取りをつめる。

- ・きんとん…漢字で金団と書くので「豊か」を意味する。
- ・伊達巻…伊達政宗から由来する伊達巻は「豪華さ」を意味する。

〇三の重は焼き物をつめる。

- ・海老…腰が曲がるまで丈夫でいるという「長寿」を意味する。
- ・鯛…「縁起物」



〇四の重は煮物をつめる。

- ・サトイモ…小芋をたくさんつけることから「子宝」を意味する。
- ・レンコン…穴が開いていることから「先の見通し立てる」を意味する。



〇五の重は控えの重で、空にする。

→空なのは、現在が最高ではなく将来さらに繁栄する余地があることを示している。

<http://kinminn.com/559.html>

<http://もとはる.jp/5092.html>

<http://www.rcc.ricoh-japan.co.jp/rcc/breaktime/untiku/081222.html>

ちょこっと食育

奈良時代から平安時代にかけて、中国から伝わった「節」の行事は日本に定着していき、宮中行事となっていきました。暦の上で節目にあたる日に宴を開くようになり、これを「節会」（せちえ）といいました。そして、この節会で供された食べ物を「お節供」といい、現代の「おせち」の語源となったといわれています。しかし、これは現代のものとはかけ離れたものであり、江戸時代になってから現代のおせち料理の基礎となるものが登場しました。現代のおせちにはいわれがあり、幸せに暮らす願いを表しています。

(5)正月などの年中行事との密接な関わり

～ 学校編 4 ～

埼玉県 草加市立西町小学校 栄養教諭 今井ゆかり

保護者向け和食料理教室

近年、家庭で煮豆やお煮しめ等のおせち料理をあまり作っていないので、元旦等にどのぐらいの児童がお雑煮を食べているかアンケート調査したところ、自宅で食べている児童が約30%、自宅以外で食べている（祖父母宅と思われます）児童が約30%、食べていない児童が約30%でした。

したがって小学生の父母の年齢の家庭では3割しかお雑煮を作っていないことになります。とりあえず、毎年3学期の最初の給食にはお雑煮を供することにし

ます。お雑煮を食べていない児童のためです。その後のアンケート調査では、給食で食べたのが初めてだった児童が15%でした。

家庭科の授業で、日本茶を淹れる授業がありますが、そのおり児童にきいているのですが、家庭に急須があり日本茶の茶葉がある児童は1割以下です。急須で淹れた日本茶を飲んだことがある児童は15%ぐらいでしょうか。授業の中で淹れたお茶を熱い、苦い等の理由で飲めない児童がクラスに1～2人ぐらいは必ずいます。

このようなことに危機感を覚え、昨年度より保護者むけ和食の料理教室を実施することにしました。初回の昨年度は初級編として募集し、料理に自信のない保護者を集め「美味しい出汁のとり方」として、出汁をとり「おでん」「お吸い物」「茶飯」の3種類の料理をつくりました。

料理教室に来た方から『おでんって自分で作れるんですねー』等の感想をいただきました。和食料理をあまり作らないため、とても難しいと思っているようです。

今年度は12月に実施して里芋の白煮や酢蓮、お雑煮等の料理を教えたいと考えています。



給食での和食や郷土料理など

～1月の給食～

新年最初の給食なので「おぞうに」を出しました。

埼玉県では、里芋や大根、人参などの土の中で育つ、根菜と呼ばれる野菜を入れた「おぞうに」が食べられています。里芋が入っているので「いもぞうに」とも呼ばれます。

正月にお供えた鏡餅を割って食べることを「かがみびらき」といいます。1月11日が「かがみびらき」の日です。江戸時代に武士は、切ることを良くないとしたので、かがみもちを割って食べます。このもちをお汁粉に入れて食べます。



～2月の給食～

節分の前の給食になるので、福豆を付けて、いわしを食べる献立にしました。節分には、いった大豆をまき鬼や邪神を払います。豆まき、「鬼は外、福はうち」と言いながら、家の奥の方から豆をまいて、鬼を家の外にだし、福を家に招く行事です。

～3月の給食～

〈桃の節句〉献立です。お祝いに五目寿司を作りました。春のお魚 鱈(さわら)を西京焼きにしています。春のお花を感じる「さくらもち」もつけました。今日の桜もちは「道明寺桜餅」です。「道明寺ほしい」を蒸したもので餡を包んで作るので道明寺桜餅といえます。



～卒業時～

今日は今年度最後の給食です。6年生はもうすぐ卒業ですね。他の学年の人もうすぐ進級して1年上の学年になりますね。それをお祝いして今日は給食室でお赤飯をたきました。

日本では良いことがあった日にはお祝いにお赤飯を炊きます。もち米に小豆を入れて小豆から出る赤い色をご飯にうつして赤い色のお赤飯を作ります。

～5月の給食～

5月5日は端午の節句です。『こどもの日』という祝日ですね。端午の節句にはこいのぼりを立てたり、菖蒲の葉を入れたしょうぶ湯にはいっ तरीします。

また、柏の木は新しい葉が出るまで古い葉が落ちないので縁起が良いとされていて、5月5日には柏の葉で餅を包んだ柏餅を食べます。給食では5日はお休みなので、もうすぐ5日になる今日、柏餅を出しました。



～7月の給食～

7月7日「たなばた」なので、今日は「たなばた献立」を出しました。七夕の日にはそうめんを食べるので、「たなばた汁」にはそうめんを入れました。また、星の形をした「ふ」も入れました。

～9月の給食～

十五夜のお月見です。給食でも月見団子を作りました。上新粉と白玉粉を混ぜてひとつひとつ丸めて茹でて、きな粉をまぶしました。



～11月の給食～

おっきりこみは埼玉県で昔から食べられている幅広のうどんです。小麦粉をこねて、薄くのばし、太めに切ります。切ったものを茹でないでそのまま汁に入れて煮込みます。ドロドロになったものもまた美味しいです。

給食の和食

給食にも和食の基本の食べ方である「一汁二菜」の献立を月に一度以上入れています。その他にも凍り豆腐の煮物、ひじきの煮物、イカと里芋の旨煮等伝統的な和食を多く取り入れています。給食でなじんだ和食は子供が好きな料理になっていきますので、家庭でも保護者が同じに作れるように、そのレシピを学校のHPで提供したりもしています。

