

1. 研究主題

生きる力をはぐくむ教育課程の在り方

基礎基本の定着と自ら学び、思考し、表現する力を育てる指導計画・指導方法の工夫

～地域とつながる食育交流を通して～

2. 主題について

技術・家庭科の家庭分野における目標は、実践的・体験的な学習活動を通して、生活の自立に必要な衣食住に関する基本的な知識と技術を習得するとともに、家庭の機能について理解を深め、課題をもって生活をよりよくしようとする能力と態度を育てることである。

学習指導要領の改訂について「国際社会で活躍する日本人の育成を図る上で、我が国や郷土の伝統や文化を受け止め、その良さを継承・発展させるための教育を充実する」必要性が示され、家庭科の関連事項としては「衣食住にわたって伝統的な生活文化に親しみ、その継承と発展を図る観点から、その学習の充実がもとめられる」と明記された。

そこで、本題材は学習指導要領のB食生活と自立の(2)日常食の献立と食品の選び方(3)「日常食の調理と地域の食文化」に焦点をあて、調理の実習を行う。特に、地域の食材を生かした調理については、地域の食材を用いることの意義を理解させ、郷土料理について調査をさせながら、自分の食生活に関心を持ち、調理の工夫ができる生徒を育成しなければならないと考えた。

3. 研究仮説

- ① 地域の食材を使った実践的・体験的な学習を多く盛り込めば、身近な問題として捉えることができるであろう。
- ② 地域の方にゲストティーチャーとして学習に入っただけ(漁協の方・民宿の方・料理研究家)、話の内容に説得力があり、地域の特産物や地産地消の大切さを理解し、郷土食を大切にしようとする生徒を育成できるであろう。
- ③ 食について学習したことを生かす場や機会を設ければ、自分の食生活や地域の食生活により高い関心をもつことができるであろう。

家庭科の授業においても、生徒の主体的な学習活動を展開することが大切である。そのためには、授業における学習過程の組み立てを生徒達の発達段階や実態を把握して設定していくことが大切である。生徒達が学びたいと思う、魅力ある学習課題を提示することにより、生徒個々にはその解決に向けて確かな事実や理論を自ら追究し、解決した時の充実感や満足感を味わわせたい。そのためには、生徒一人ひとりの既習事項の質的・量的・個々の能力的な違い、必要な時間、興味関心の違いなどを考慮し、教師路線にのせて一斉に学習するのではなく、それぞれの専門家をゲストティーチャーとして招き、真に迫った話をしていただいたり、実習をしたりできるような学習活動を取り入れたらすれば、基礎的・基本的事項の習得が得られるのではないかと考えた。

4. 実践例

- (1) 題材名 生活の自立と衣食住 ～自立に向けて～
小題材名 豊かに、楽しく食べる ～地域の食材とその料理～

(2) 小題材について

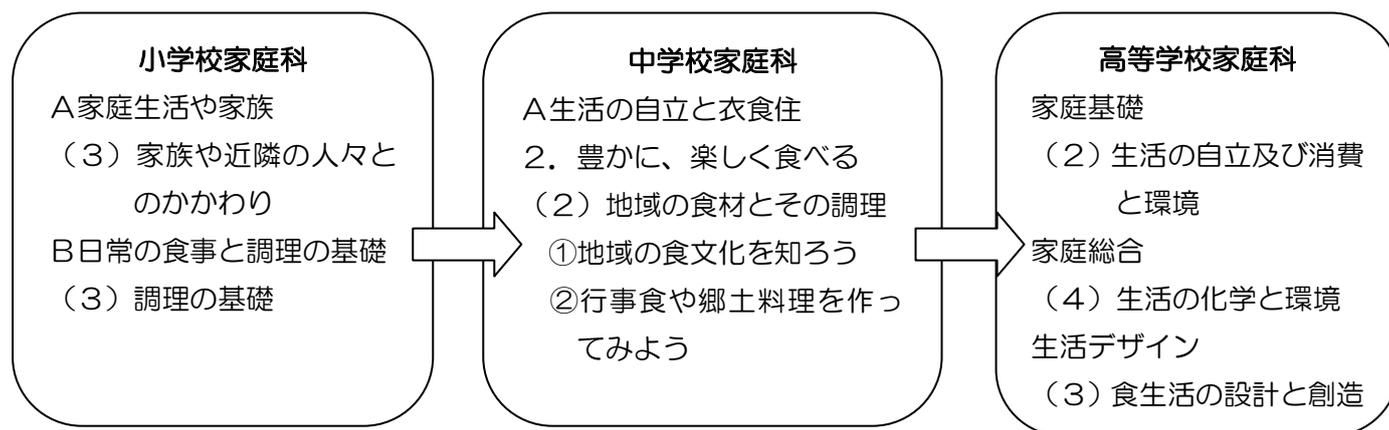
①題材観

新学習指導要領に示された「生活と自立と衣食住」では日常食の献立作成や調理などに関する実践的・体験的な学習活動を通して、中学生の栄養と調理についての基礎的・基本的な知識及び技術を習得するとともに、地域の食文化について関心と理解を深め、これからの生活を展望して、課題をもって食生活をよりよくしようとする能力と態度を育てることをねらいとしている。

生徒達の地域環境に関しては、大型ショッピング施設の建設などにより、地域の豊かな農産物や地域に伝わる伝統料理に触れる機会が乏しくなっている。そのため、地域の食についての知識も経験も少ない状況にあると思われる。また、輸入製品や工場製品としての食品の氾濫は、豊かさや便利さをもたらす、季節感や地域性などの食としての本来の姿を失わせている。

そこで、指導にあたっては、自分の住んでいる南房総市富浦町の地域の食材を知り、地域に伝わる伝統的な食文化に触れ、その中に込められている先人の知恵や工夫、環境への配慮、食べ物に込められた心などをつかませたいと考えた。指導時間が少ないため、ここでは「大葉わかめ」という地域の海産物を取り上げ、実習を中心とした指導を行う。特に、味やにおい、粘り、色の変色などを体感させながら、「なぜ」「なるほど」といった生徒の感性を大切に授業を展開し、学習で得た知識・技術を用い、これからの生活が充実したものになるようにさせたい。更に、中学生の時期にこのような学習を組むことによって、大葉わかめ以外の地域の食に関心を持ち、人や地域と関わり合い、生涯にわたり学習を深めていくきっかけになるのではないかと考えた。

②系統性



③生徒の実態 (1年生：男子25名・女子15名：計 40名)

本校は創立47年目を迎え、海・山どちらも共有できる自然環境に恵まれ、公共施設に隣接する落ち着いた地域にある。農産物や海産物、山菜など多彩な食材に恵まれ、中でも枇杷は全国的にも有名

である。

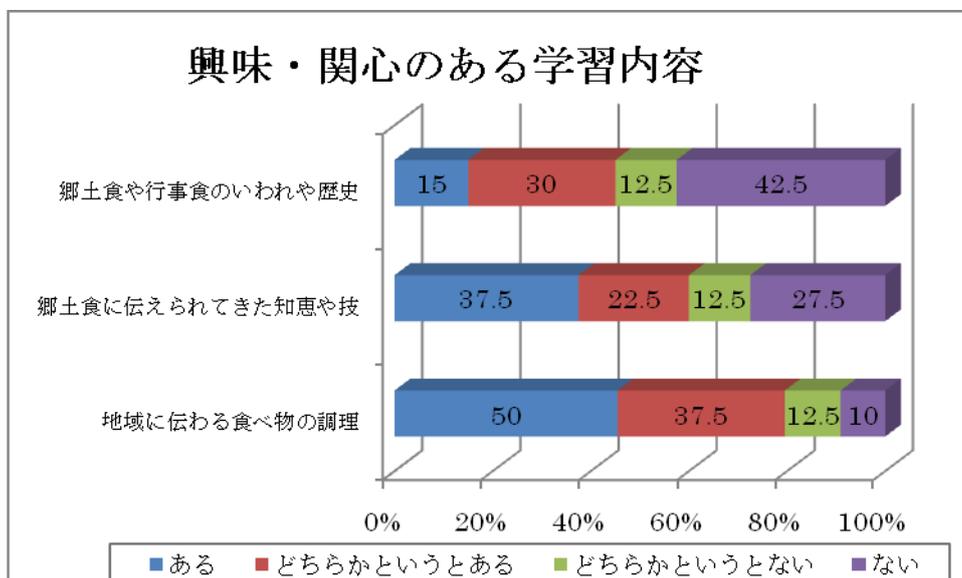
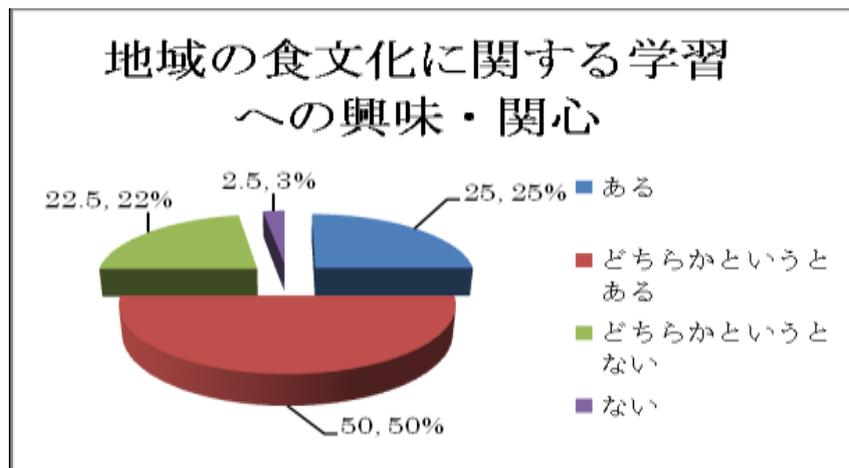
この学年の生徒は、比較的忠実でまじめである。落ち着いて授業に取り組む生徒が多く、係活動や部活動にも意欲的に取り組む。男子がやや幼い傾向にあるが、自分自身のことで精一杯な様子である。朝食摂取についての調査結果は、97.5%の生徒（39名）がきちんと毎日摂取できていて、就寝時刻も11時30分までに眠れている生徒が95%（38名）であった。

食物の授業では、きゅうりの切り方の実習や、きゅうりの輪切りテストでも、「30秒間で暑さ1mm以下、形が完璧なもの」という条件のもと、丁寧に切る生徒が多かった。また、切ったきゅうりにかけるドレッシングは自分でアレンジしたもので、色々な調味料を上手に組み合わせていた。また、地元産の鰯を使って蒲焼を作った時にも、1人2尾一生懸命にさばいて調理していた。

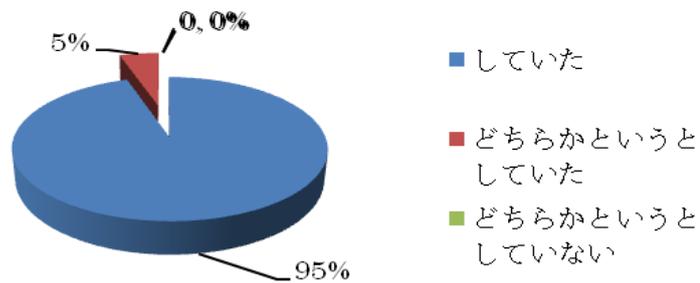
中学生に食育の授業も導入されて、食生活への知識は高まってきているが、各家庭においては、加工食品の利用が進んだりや外食が進んだり、家事労働の軽減に伴って子ども達の家事参加が乏しくなる中、旬の時期に頻繁に食卓に出る食材についても、扱ったことのない生徒が増えてきている。

そこで、地域の食材を生かした郷土料理「大葉わかめ」について、特徴や調理方法を知り、計画、実習したり、ゲストティーチャーを招いたりしたりすることで、「生活に生かす力」の育成を図っていきたいと考えた。

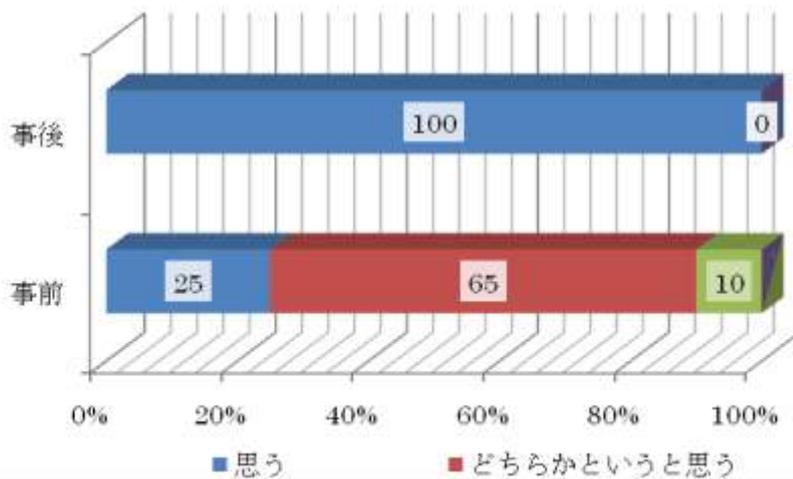
食生活に関するアンケート



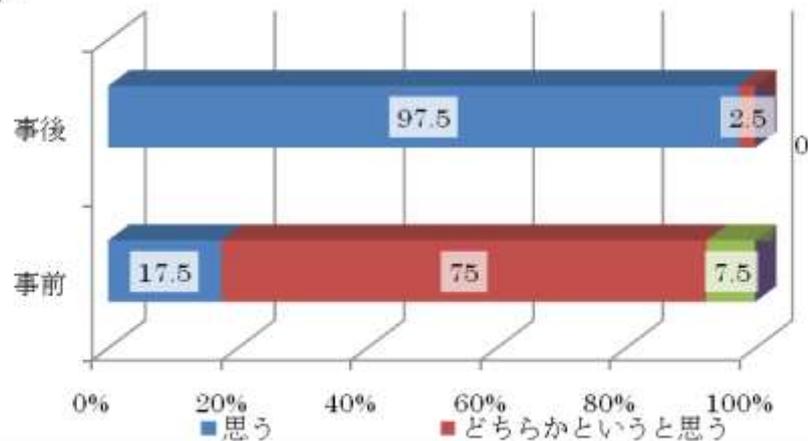
食文化に関する学習は充実していたか



地域の食文化を大切に伝えようと思うか



地域の食文化や食材を日常生活に生かしたいと思うか

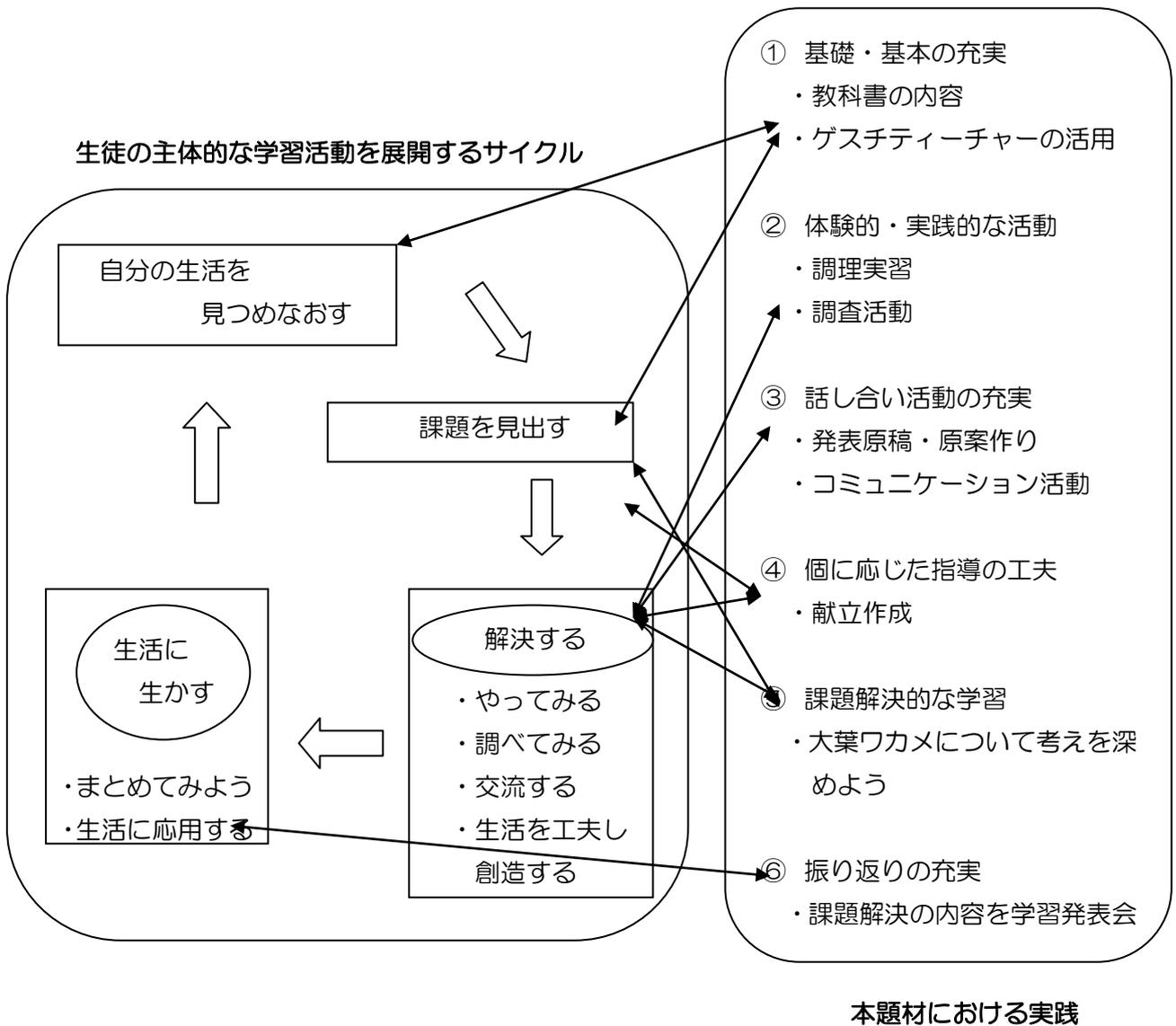


【アンケートの考察】

家庭科の学習における「食生活に関する学習」については75%の生徒が興味・関心があると回答している。また、「地域の食文化」についての学習についても87.5%の生徒が興味・関心があると回答している。そこで、地域の食文化に関する学習においては調理実習をはじめ、実践的・体験的な学習活動をなるべく多く取り入れたいと考えた。また、地産地消に対する意識が低いことから地域の食文化を伝えていくことの必要性を感じた。

今回取り上げる「大葉わかめ」については、知っている・食べたことがある生徒は7.5%しかおらず、県全体の特産物は知っていても、地元の食文化に対する関心はとても薄いことが分かった。学校給食でも、地産地消に力を入れており、地域の産物を多く取り上げているが、家庭では伝統料理や郷土料理などを作る人も、食べる機会も減っているため、地元へ目を向ける機会があまりないのではないだろうか。

④指導観



家庭科の学習は、家庭生活の影響から、量的にも質的にも個人差が大きいと感じている。したがって、子ども一人ひとりの学習に対する経験を考慮した指導が必要である。そこで、物が豊かで便利な時代に育った生徒達が、日常生活に必要な基礎的な知識と技術を身に付け、生徒の主体的な学習活動を展開するサイクルを考えた。

中学生としての自己の生活の自立と家族の機能などを理解し、これからの生活を展望して、課題をもって主体的によりよい生活を工夫できる力を育成するために、「自分の生活を見つめなおす」「課題を見出す」「課題を解決する」「生活に生かす」のサイクルをどの分野でも大切にすることにより、「よりよい生活をめざし、生活をコーディネートする力を育てる」実践に取り組んできている。

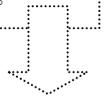
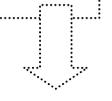
身近な地域の食材への関心が薄いという生徒の実態から、本単元では地元産の海産物である富浦湾の「大葉わかめ」を利用した調理の実践を通して、地域の食材への関心を高め、その良さについて学ばせる。さらに、ゲストティーチャーとして生産者の方を招き、その思いに直に触れ、消費者と生産者の距離を縮め、人と人のつながりの大切さに気付かせたい。

(3) 小題材の目標

関心・意欲・態度	知識・理解	技能	創意工夫
<ul style="list-style-type: none"> 地域の食材や郷土料理について関心をもり、課題を見つけることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> 地域の食材や郷土料理について理解することができる。 自分の班の課題にそって課題解決学習をすることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> 地域の食材を生かした調理ができる。 課題解決学習をみんなの前で発表することができる。 	<ul style="list-style-type: none"> 地域の食材を生かした調理について工夫したり、新たな方法を考えたりすることができる。

(4) 単元全体のプラン（28時間）

生活を 見つめ なおす	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; display: inline-block;"> 食事の役割 2時間 </div>	<ul style="list-style-type: none"> 朝食、睡眠チェック → 早寝・早起き・朝ごはん ってやっぱり大切なんだな。
	<ul style="list-style-type: none"> 毎日の食事について考えてみよう 	
	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; display: inline-block;"> 食品と栄養素との関係を理解しよう 4時間 </div>	
<ul style="list-style-type: none"> 栄養素のはたらきについて知ろう いろいろな食品の栄養素を調べよう 自分の食生活の改善点を探ろう 		
	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; display: inline-block;"> 食品の安全・衛生について 2時間 </div>	<ul style="list-style-type: none"> 自分の生活パターンに合わせた買い物方法を考えなくちゃ。
	<ul style="list-style-type: none"> 食品の選択について考えよう 食品の表示を知ろう 食品の保存を考えよう 	

<p>や っ て み よ う</p>	<p style="text-align: center;">食品群別摂取量のめやすと献立作成 4時間</p> <ul style="list-style-type: none"> ・中学生に必要な栄養の特徴を知ろう ・自分の食生活の改善点を補う献立を作成しよう <p style="text-align: center;">調理実習をしよう 6時間</p> <ul style="list-style-type: none"> ・肉を調理しよう ・魚を調理しよう ・野菜を調理しよう 	<div style="border: 1px dotted black; padding: 5px;"> <ul style="list-style-type: none"> ・2群・3群の食品ってどんなものがあったっけ。 ・料理の本を使って、食べやすそうな料理方法を考えよう。 </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <ul style="list-style-type: none"> ・やったあ。調理実習だあ。 ・今度お家でもやってみよう。 ・自分のお弁当に入れたいな。 ・毎日ご飯を作ってくれる家の人に感謝しよう。 </div>
<p>交 流 し よ う ・ 課 題 を み つ け よ う ・ 調 べ て や っ て み よ う</p>	<p style="text-align: center;">地域の方と触れ合おう 8時間</p> <ul style="list-style-type: none"> ・地域の食材とその料理 <p>① 大葉わかめについて知ろう (GT)</p>  <p>② 大葉わかめ博士になろう (課題解決学習)</p> <p>③ 課題解決学習の発表会をしよう (本時)</p> 	<div style="border: 1px dotted blue; padding: 5px;"> <ul style="list-style-type: none"> ・大葉わかめって何？地元産なのに食べたことないよ。海の匂いがするね。 ・すごい肉厚で今まで食べたわかめと違う。 ・このわかめって日本で3か所しかとれないんだね。 ・沸騰した湯の中にワカメを入れたら色が変わったよ。ねばねばするね。 </div> <div style="text-align: right; margin-top: 10px;">  </div> <div style="border: 1px dotted black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <ul style="list-style-type: none"> ・漁協の人にもっと話を聞こう！！ ・他の本やインターネットから情報を得よう。 ・自分達の町の「宝」を紹介したいな。 </div> <div style="text-align: right; margin-top: 10px;">  </div> <div style="border: 1px dotted black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <ul style="list-style-type: none"> ・調べたことをみんなに知ってもらおう。 ・そのためには実物も作っちゃおうよ。 </div> <div style="text-align: right; margin-top: 10px;">  </div>

	<p>④・大葉わかめのオリジナルレシピを考えよう</p>  <p>⑤・有名シェフと対決！！（GT）</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ・新しいわかめの食べ方を研究して富浦の良さをアピールしよう。 ・1度目はとにかく作ってみる。2度目はそれを修正しよう。お家の人にも食べてもらってアドバイスをもらっちゃおう。 <p style="text-align: right;">↓</p> <ul style="list-style-type: none"> ・すごい！！テレビに出てる人だ。 ・絶対自分達のレシピの方が凄いだぞ。 ・アドバイスをもらってさらに改良しよう。 ・レシピを付けてわかめを販売してもらおう。
<p>ま と め よ う</p>	<p style="text-align: center;">これからの食生活 2時間</p> <ul style="list-style-type: none"> ・よりよい食生活をめざして 	<ul style="list-style-type: none"> ・現代の食生活って問題が多いんだね。 ・環境に配慮して、安心・安全な食べものが手に入れられるといいね。 ・富浦で地産地消を広めよう！！

(5) 本時の指導 (24 / 28)

(1) 本時のねらい

- ・自分の班の課題にそって、調査した結果について自信をもって発表することができる。(関・工)

時配	学習活動と内容	支援と評価	資料
5	<p>1. オリジナルレシピで作った大葉わかめ料理の感想を聞く。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・おいしかった ・味が濃くなってしまった ・調味の加減を訂正したい ・もっと違う具材を考えたい <p>2. 本時の学習内容をつかむ。</p> <p style="text-align: center;">地域の食材を生かした調理博士になろう</p> <p>3. 各グループのテーマを確認するととも</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・言葉で確認する。 調理をして困ったことを取り上げ、個々の課題意識を確認する。 ・一人ひとり作っているものが違うので、良かった点・改善点などを話しやすい雰囲気を作る。 	<p>レシピと写真</p>

に、発表方法やマナーについて確認をする。

4. 発表会を聞いて、ワークシートに意見・感想などを記入する。

- ・各グループからテーマ内容について、工夫したPRをするようにさせ、生徒の興味・関心が高まるようにする。
- ・とまどっている発表グループには、助言したり、良いところをほめて、自信が持てるように賞賛する。
- ・生徒の発言に対して、補足を行う。

ワークシート

ワカメの産業
栄養素
養殖
ワカメとノリの比較



養殖の栽培方法



大葉ワカメのヒミツ
ワカメ漁の仕方
栄養素
料理の仕方



ワカメのここんとこが
栄養

栄養素
色が変わる不思議
保存方法（塩蔵）



富浦産大葉ワカメを
食べよう
地産地消を広めよう
地産地消の良いところ



ひとはめの食べ物
他の地域での食べ方



天然の栽培方法



大葉ワカメの捕れる場所
名前の由来
わかめの歴史



5. 本時のまとめをする。

	<p>①各グループの発表を聞いて、意見、感想を記入し、発表をする。</p> <p>②授業全体に対する自己評価をする。</p>	<p>地域の食材を生かした調理法を知ることができたか。(発表・ワークシート)</p>	
--	--	--	--

5. 成果と課題

【仮説1から】

- 特産物や郷土料理について正しい知識を得る場となった。

【仮説2から】

- インタビュー調査はもちろんのこと、市役所広報誌、農協広報誌、地域の新聞などの地域での発行誌は重要な情報源となった。家庭科という教科の特性上、材料の扱い方、栄養について情報収集をし、理解することが重要であることに気づいた。
- 社会的体験、文化的体験に乏しい生徒達に、ゲストティーチャーの援助を導入した授業実践は、身近で適切な助言をしてもらうことができ、より意欲的に取り組むことができた。また、知識や技術を正確に習得することができた。
- 地域の食材を生かしたことや、ゲストティーチャーを導入したことで、人の暮らしは地域に深く関わっていることや、人は人とつながって暮らしているなど、地域を身近な存在として捉えることができた。

【仮説3から】

- 家庭での実践の数を増やすことによって、家族とのコミュニケーションの場として食を捉えることができ、親子料理教室でも話題になった。

現在の自分の食生活をよりよくすることにつながる授業になるよう、さらに研究を続けていきたい。以下の課題としてあげておきたい。

- 課題を設定するのに予想以上に時間がかかった。
- 交流が無理なく行える条件には、交流場所が身近にあることがあげられる。しかし、授業時間数の減少で交流時間の確保、校内の時間割の組み替え、引率の困難さや安全面での不安がある。
- 継続的に取り組むことで、さらに食生活や地域への関心が高まると思うが、時間の確保が難しい。
- 現在及び将来にわたる生活の場で、生徒が学習したことを生かしてよりよい生活を続けていけるように、小・中・高の学びの系統性や段階性を配慮した指導計画の見直しを図りたい。