

〈食に関する指導の目標と指導内容〉

⑥ 食文化（各地域の産物、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。）

- ・ 自分たちの住む地域には、昔から伝わる料理や季節、行事にちなんだ料理があること。
- ・ 日常の食事は、地域の農林水産物と関連していること。
- ・ 地域の伝統や気候風土と深く結びつき、先人によって培われてきた多様な食文化があること。
- ・ 自分たちの食生活は、他の地域や諸外国とも深いかかわりがあること。
- ・ 諸外国の食事の様子を知ることが、国際理解につながるとともに、日本の風土や食文化の理解を深めることになること。

地域に伝わる食文化は、自然環境とのかかわりの中で、長い間に培われてきたものです。この昔から伝わる郷土料理や地域でつくられている食材について児童生徒が関心をもって調べたり、地域の料理をつくったりすることは、食を通して地域のことを理解する上でとても重要です。また、学校給食に地域の食材を使用したり郷土料理を献立に取り入れたりすることなどを通じて、日常の食事と関連づけて考えることは食文化についての理解を深めることにつながります。

今後は、各教科、特別活動、総合的な学習の時間など学校教育活動全体の中で積極的に食に関する指導を行うことが求められています。



小学校 第2学年 学級活動

● 題材名 ごはんのウルトラパワー

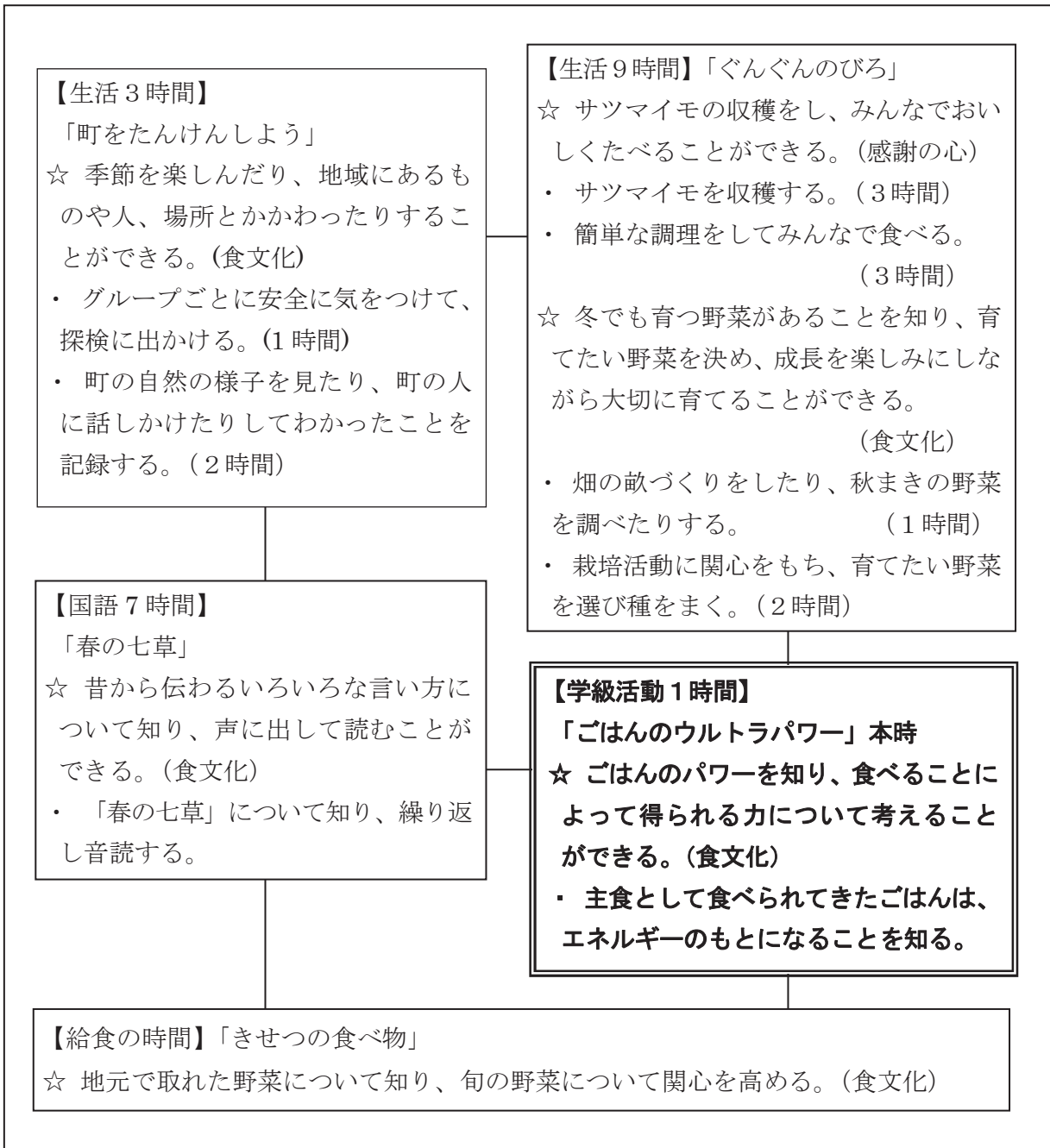
● 本時の目標

- ・ ごはんを食べることによって得られる力について考えることができる。

● 食育の視点

- ・ 主食のごはんについて関心をもつことができる。(食文化)

● 本時に関連する食に関する指導の学習計画 (全20時間)



● 教科等との関連

「あきって気持ちがいいね」(生活1年生)

「わたしたちのくらしと人びとの仕事」(社会3年生)

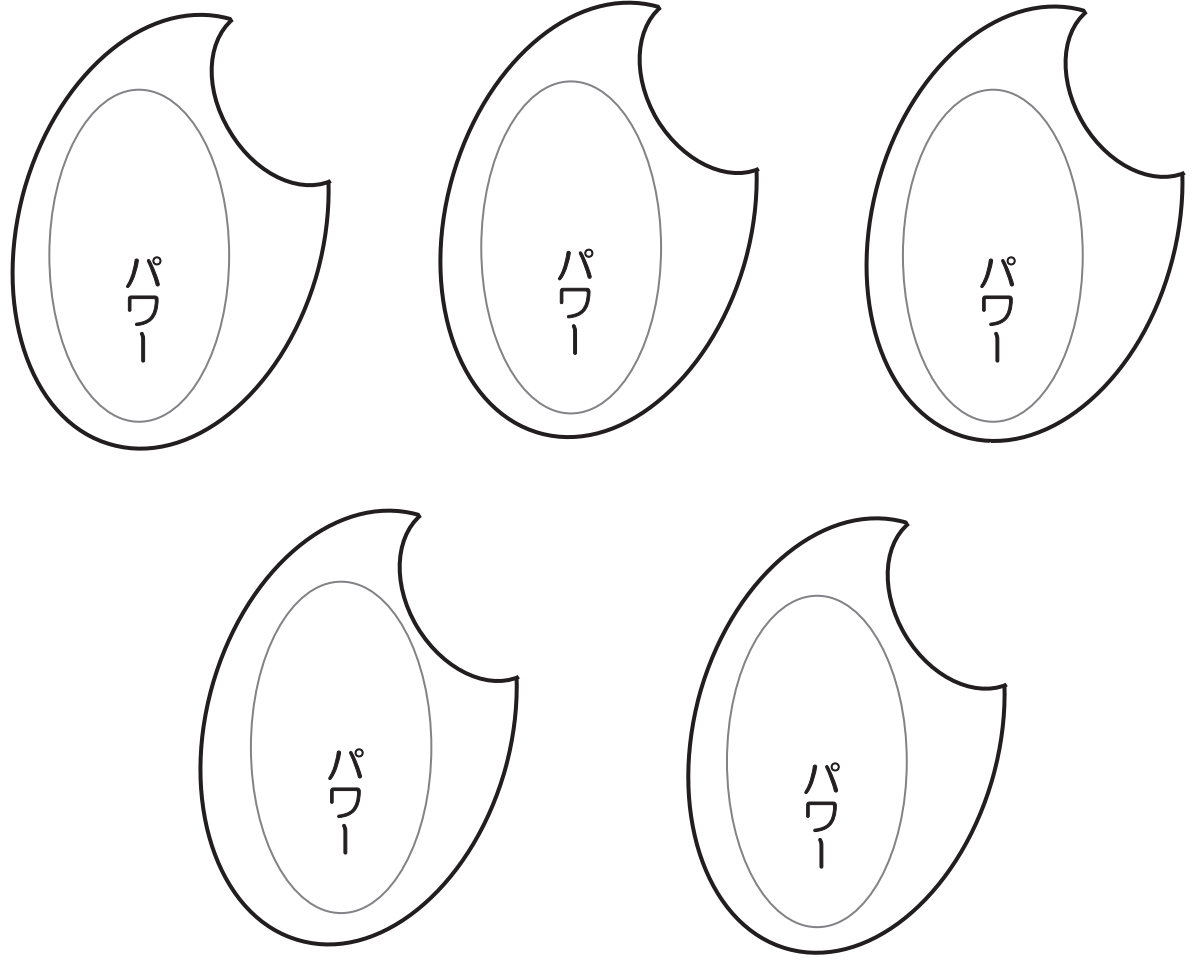
本時の展開

学 習 活 動	時間	指導上の留意点 支援 (○)・評価 (☆)		資 料 等
		T 1	T 2	
1 おなかがすいたときに何が食べたかを考える。 2 本時のめあてをとらえる。	10分	○ おなかがすいたときにどんな物を食べたいかを発表させる。 ○ 元気のない子どもの絵を用意し、何を食べたら元気になるのかを考えさせる。	○ 何を食べたら元気になるのかを話す。	食品の絵 元気のない子どもの絵
ごはんのウルトラパワーをみつけよう				
3 ごはんのパワーを考える。 (1) えいようのパワー (2) つぶのパワー にほんのパワー (4) あじのパワー (5) ちょうりのパワー	30分	○ ごはんのいろいろな働きについて考えさせる。	○ ごはんのいろいろな働きについて説明する。 ○ パンと比べてどちらがよくかむか予想させ、かむことの大切さを説明する。 ○ 地域でとれたお米を食べている事を説明し、ほとんど日本でとれることを話す。 ○ いろいろなおかずに合うことを説明する。 ○ 簡単にごはんができることを説明する。	ワークシート 【資料1】
4 わかったことをまとめ、発表する。	5分	○ 授業の感想をまとめ、発表させる。 ☆ ごはんのいろいろなパワーを知り、食べることによって得られる力について考えることができたか。(ワークシート)		ワークシート 【資料1】

ごはんのウルトラパワー

2年 組

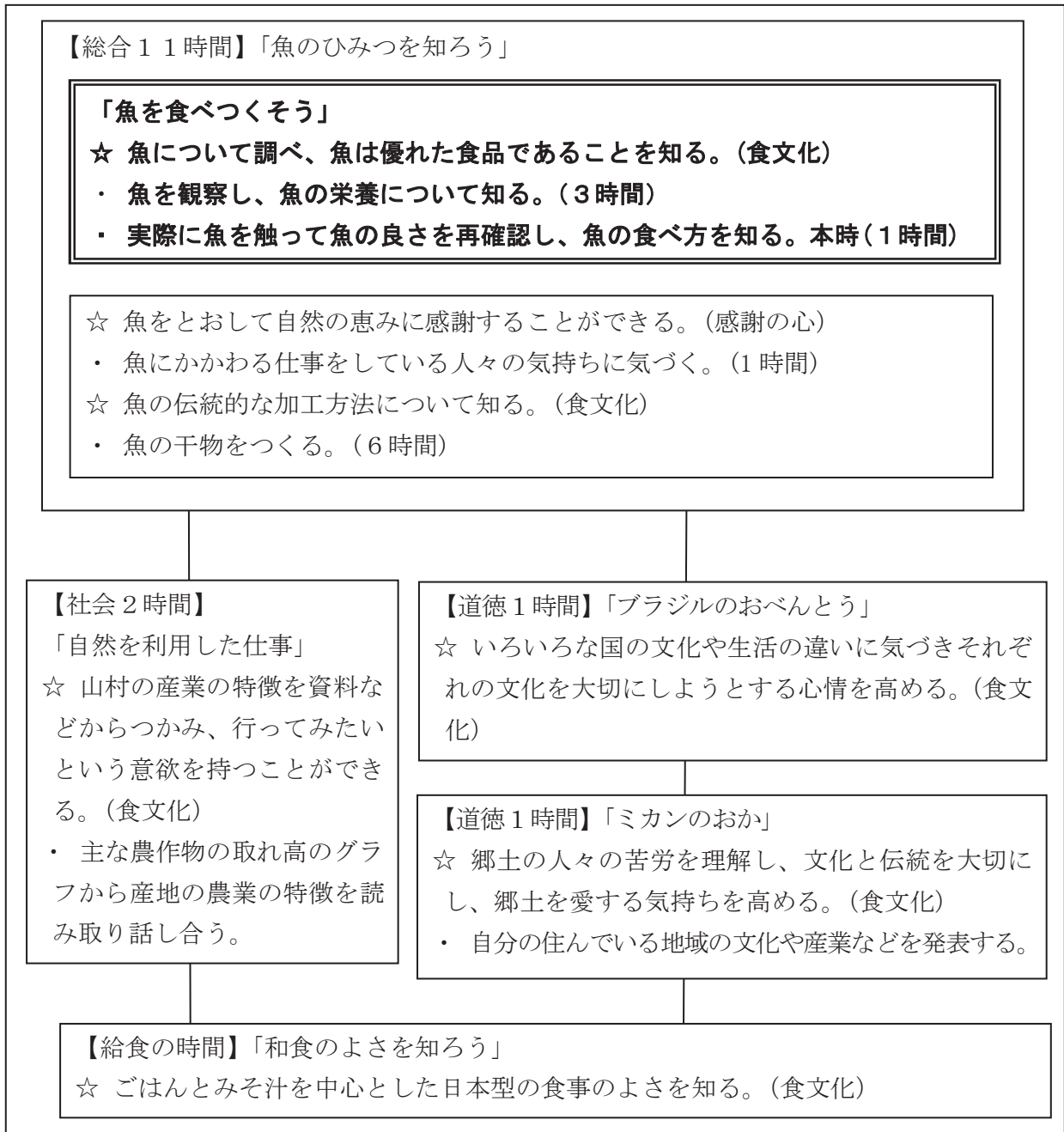
1 ごはんの5つのパワー



2 きょうのじゅぎょうでわかったことを書きましょう。

小学校 第4学年 総合的な学習の時間

- **単元名** 魚を食べつくそう
- **本時の目標**
 - ・ 魚は優れた食品であることを知る。
 - ・ 魚に親しむ。
- **食育の視点**
 - ・ 魚のよさを確認し、魚の食べ方を知る。(食文化)
- **本時に関連する食に関する指導の学習計画 (全15時間)**



- **教科等との関連** 「わたしたちのくらしと人びとの仕事」(社会3年生)
「これからの食料生産とわたしたち」(社会5年生)
「考えよう これからの生活」(家庭6年生)

本時の展開

学習活動	時間	指導上の留意点 支援 (○)・評価 (☆)		資料等
		T 1	T 2	
1 前時の授業を振り返る。 (1) 魚の観察 (2) 魚の栄養 (3) 魚のよさ 2 本時のめあてを知る。	5分	○ 前時の授業を思い出させ、特に魚のよさが世界中で認められていることを確認する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;">魚を食べつくそう</div>	○ カードを使って前時の授業を思い出させる。	前時のカード 魚の観察 魚の栄養 魚のよさ
3 魚に対する自分の気持ちに気づく。 (1) 実物の魚の臭いをかいだり触ったりする。 (2) 魚の臭いは栄養と関係があることを知る。 4 魚をきれいに食べる方法を知る。 5 魚をきれいに食べる練習をする。	35分	○ 魚を見せずに臭いだけを嗅がせて何か考えさせる。 ☆ 魚がもっている独特の触感や臭いに気づくことができたか。(ワークシート)	○ あじ、さんま、鯛を用意する。 ○ 魚の臭いは脂の臭いで、魚の栄養と深いかわりがあることを知らせる。 ○ 正しい魚の食べ方の実演をする。 ・ 国によって魚の食べ方が違うことを話す。 ・ はしを使った魚の食べ方を説明する。 ○ はしの使い方に注意して練習させる。	魚の実物 ワークシート 【資料1】 魚の模型 ワークシート 【資料1】 魚の食べ方
6 本時のまとめをワークシートに書き、発表する。	5分	○ 授業の感想をワークシートに書かせ、発表させる。 ☆ 魚をきれいに食べようとする意欲をもつことができたか。(ワークシート)		ワークシート 【資料1】

魚を食べつくそう

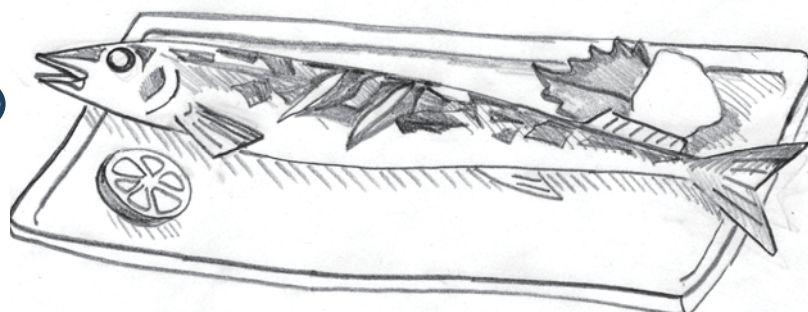
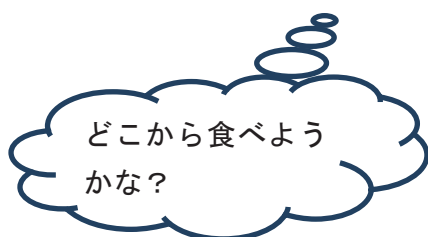
4年 組

1 魚のにおいやさわった感想を書きましょう。

におい

さわった感じ

2 魚を食べよう。



3 授業の感想を書きましょう

小学校 第6学年 道徳

● **主題名** がってん！ふるさとの味 4－（7）郷土愛、愛国心

● **本時の目標**

- ・ 郷土食の歴史、栄養的な意味などを通し、郷土や我が国の伝統や文化を大切にし、先人の努力を知り、郷土や国を愛する気持ちを育てる。

● **食育の視点**

- ・ 郷土や我が国の伝統や文化を大切にし、郷土や国を愛する気持ちを育てる。（食文化）

● **本時に関連する食に関する指導の学習計画（全14時間）**

【家庭12時間】「くふうしよう 楽しい食事」

☆ 栄養のバランスのよい1食分の献立を考えることができる。（食文化）

- ・ 毎日の食事を見直し、気づいたことを話し合う。（2時間）
- ・ 栄養のバランスや色取り、味付けを考えながら、ごはんのみそ汁を中心にした1食分の献立の計画を立てる。（2時間）

☆ 調理の計画を立て、簡単なおかずをつくることができる。

- ・ 自分の計画した献立の栄養バランスを確かめ、見直す。（1時間）
- ・ 調理計画を立て、1食分の献立を調理する。（3時間）
- ・ 調理の反省をし、よりよい献立や調理法を考える。（4時間）

【社会1時間】「板付遺跡と米づくり」

☆ 狩猟・採集や農耕の生活について、理解することができる。（食文化）

- ・ 出土品の写真や米づくりの様子イラストを見て気づいたことを話し合う。

【道徳1時間】

「がってん！ふるさとの味」本時

☆ 郷土食の歴史、栄養的な意味などを通し、郷土や我が国の伝統や文化を大切にし、先人の努力を知り、郷土や国を愛する気持ちを高める。（食文化）

- ・ みその種類と栄養・歴史について知る。

【給食の時間】「地域の食事と農産物」

☆ 自分の生まれ育った土地には、自然の恵みを生かし、知恵と工夫で生み出された産物や郷土料理があることを知る。（食文化）

● **教科等との関連** 「わたしたちの暮らしと人びとの仕事」（社会3年生）

「元気な毎日と食べ物」（家庭5年生）

「わたしたちの生活と食料生産」（社会5年生）

本時の展開

学 習 活 動	時 間	指導上の留意点 支援 (○)・評価 (☆)		資 料 等
		T 1	T 2	
1 今日の給食のみそ汁について感じたことを発表する。 2 本時のめあてをとらえる	5分	○ 給食のみそ汁を話題にしてみそについて関心をもたせる。	○ 給食のみそ汁の材料やつくり方を説明する。	給食の写真
		がってん！ ふるさとの味		
3 どんな種類のみそがあるか献立表を参考にして発表する。 4 みその栄養や歴史について知る。 5 みそを使った郷土食と先人の知恵を知る。	35分	○ みそにはどんな種類があるのか給食のみそ汁を参考にして考えさせる。 ○ 昔の人は、それぞれの地域の自然を生かした産物や料理を工夫して郷土食を生み出してきたことに気づかせる。	○ 日本には、各地域で独特なみそがあることを説明する。 ○ みその栄養について説明する。 ○ 徳川家康も戦場で食べていたことを知らせる。 ○ 郷土食のイメージがわかりやすいように、愛知県地図を提示する。	ワークシート 【資料1】 ワークシート 【資料1】 愛知県地図
6 本時のまとめをすすめる。	5分	○ 授業の感想を書かせ、発表させる。 ☆ 郷土食を通して、先人の知恵や工夫を知り、郷土を愛する気持ちを高めることができたか。(ワークシート)		ワークシート 【資料1】

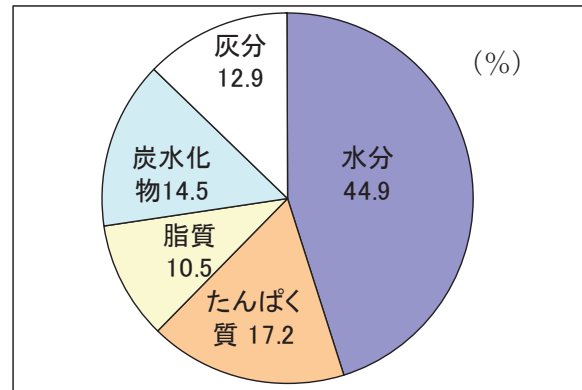
がってん! ふるさとの味

6年 組

1 みその種類

種類	原料	味
米みそ	大豆、米、塩	甘みそ
		甘口みそ
		辛口みそ
麦みそ	大豆、麦、塩	甘口みそ
		辛口みそ
豆みそ	大豆、塩	

2 みその成分



3 愛知県の郷土食

アラメと落花生の煮付け <small>らっかせい にっ</small>	イナまんじゅう	イワシのおから漬 <small>づ</small>	おこしもん
おにまんじゅう	かりもりの粕漬 <small>かすづ</small>	きしめん	ごへいもち 五平餅
じょじょ切り	とり 鶏めし	な 菜めし	にみそ 煮味噌
みそ フナ味噌	へぼ飯(蜂の子御飯) <small>はち こごはん</small>	ぞうすい ボラ雑炊	みそ 味噌おでん
みそにこ 味噌煮込みうどん	焼き大アサリ	ゆべし	らっかせい にまめ 落花生の煮豆

4 授業の感想を書きましょう
