


# 指導資料

## 家庭科、技術・家庭科(家庭分野) 第47号

 鹿児島県総合教育センター  
令和元年10月発行

対象校種 小学校 中学校 義務教育学校 特別支援学校

### 和食を未来に残そう！ —「深い学び」につながる「学び合い」を通して—

実践的・体験的な活動の充実については、今回の学習指導要領の改訂においても、これまでと同様に重要視されている。実践的・体験的な活動における学習過程で主体的・対話的な学習活動を効果的に行うことによって、「深い学び」につながる「学び合い」の実践例を紹介する。

#### 1 はじめに

##### (1) 世界に注目される「和食」

平成25年に、「和食」が無形文化遺産に登録された。これは、「自然を尊ぶ」という日本人の気質に基づいた「食」に関する「習わし」とし、「日本人の伝統的な食文化」と位置付けての登録である。農林水産省は、以下のように「日本の食文化」の特徴を示している。

- 特徴①：多様で新鮮な食材と素材の味わいを活用
- 特徴②：バランスがよく、健康的な食生活
- 特徴③：自然の美しさの表現
- 特徴④：年中行事との関わり

中でも、特徴②の根拠として、「うま味を上手に使うことによって動物性油脂の少ない食生活を実現しており、日本人の長寿、肥満防止に役立っている」とある(図1-①~③)。和食は今、世界で注目されている(図2)。

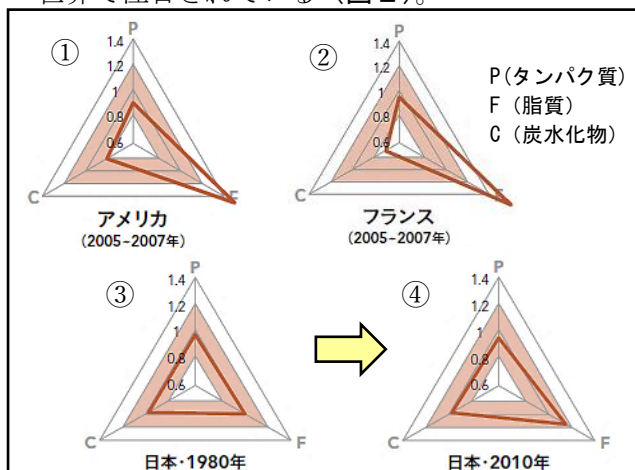


図1 「PFCバランス」 和食 農林水産省より



図2 和食の例

##### (2) 「日常食の調理と食文化」を学び合う

食については、児童生徒の関心は高いが、個食や偏食、食の安全など課題も多い。また、世界的に注目されている和食だが、食卓に並ぶ機会は少なくなっている(図1④, 表1)。

表1 鹿児島市立伊敷中学校  
2年生生徒、保護者アンケート(平成30年11月)

和食・郷土料理を作らない理由(対象:作る人)	
1位	子供が喜ばない
2位	作るのに時間がかかる
3位	作り方が分からない
和食・郷土料理を食べない理由(対象:中学生)	
1位	食卓に出てこない
2位	宿題でしか作ったことがない
3位	郷土料理をあまり知らない

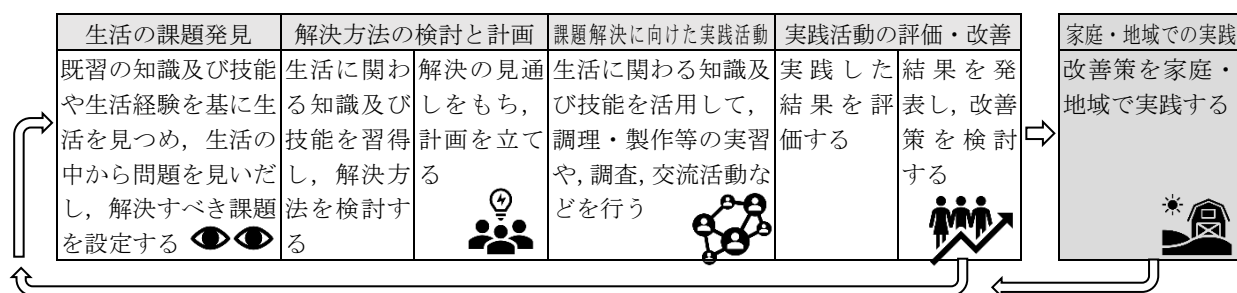
新学習指導要領では、グローバル化への対応として、日本の生活文化を伝承することの大切さに気付けるよう、日本の生活文化に関する内容の充実が図られ、和食などの日本の伝統的な生活についても扱うこととしている。また、「主体的・対話的で深い学び」の実現に向けた授業改善も求められている。

そこで、「日常食の調理と食文化」を「学び合う」という視点で授業改善の方向性を考える。

## 2 「深い学び」につながる「学び合い」

現状として、「定期テストで得点は取れても実習や生活ではその知識を生かせない」、「実習で高い技能を發揮していても、その技能を用いる理由（知識）は理解していない」など、知識と技能が結び付いていない生徒は多い。また、学習した時は理解しても、時間が経つと忘れてたり、生活場面で生かすことができなかつたりする生徒も多い。これらは、知識と根拠が結び付いておらず、「深い学び」に至っていないと言える。また、今後の社会の変化や価値観の多様性に対応するためには、課題を解決するための考え方を学ぶことも重要である。そこで、知識や自分の考えの根拠を明確にして考え方を学ぶ

ことができる「学び合い」の場面を設定することで、学んだことを生活に生かすだけでなく、社会の急激な変化に主体的に対応することができる「深い学び」につなげることが必要であると考えた。また、図3は、新学習指導要領において、習得した「知識及び技能」を活用し、「思考力・判断力・表現力等」を育成することにより、課題を解決する力を養うための学習過程の例である。このような一連の学習過程を通して学び合うことで、生徒が課題を解決できた達成感や実践する喜びを味わい、次の学習に主体的に取り組むことができる。この学習過程では、主体的に課題を解決するためにも、生徒自身が「気付き」、「納得」し、今後に向けての自分の「意志」を持つことが大切である。この学習過程に合わせて作成した学習活動の具体例を以下に紹介する。



※ 上記に示す各学習過程は例示であり、上例に限定されるものではないこと

図3 家庭科、技術・家庭科（家庭分野）の学習過程の参考例  
中学校学習指導要領（平成29年告示）解説技術・家庭編を基に作成 ※アイコンは、筆者による追加

## 3 「深い学び」につながる「学び合い」の実践例

(1) 題材：「日常食の調理と地域の食文化」地域の食材と郷土料理

ア：(ウ) 材料に適した加熱調理の仕方，基礎的な日常食の調理

(エ) 地域の食文化，地域の食材を用いた和食の調理


※ 1回目の調理実習が終わった後に本時を実施することで、既習事項を生かすだけでなく、本時で学んだ考え方をその後の実習でも生かせるように題材の学習計画を組み立てる。

(2) 「深い学び」に至った姿の具体化

- ・ 食材のうまみ成分を引き出すだしの取り方を理解し、だしを取ることができる。
- ・ だしの良さやだしの正しい取り方について分析したり話し合ったりすることで、協働して学び合いながら考え方を広げたり、班の最適解として考えをまとめたりすることができる。
- ・ だしの良さに気付き、主体的に分析・実験に取り組み、自分の食生活に生かすための行動目標を立てることができる。

(3) 本時の実際 (6/18)

過程	主な学習活動	形態	手立てと意図
<p>前時まで</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 長期休業中に郷土料理や行事食を調べたり、作ったりする宿題をする。</li> <li>○ 調理（ご飯、かきたま汁、ぶりの照り焼き）に使う食材の調理上の性質を知る。</li> <li>○ 調理実習を行う。</li> <li>○ 調理実習の結果を基に分析する。 ※ 書き加えるときは色ペンで書くようにしたり、言葉だけでなく矢印でつないだりして、考えを整理する。</li> </ul>	<p>調理実習のかきたま汁のだしを3つの視点（生徒が決める）で分析。視覚化して課題を明らかにする（前時）。 「かつお節の香りはよかったが、昆布の香りが分らなかった。」</p> <p>手順と見比べて、失敗や成功の原因を予想し、線をつないだり、文章で書いたりする（前時、本時）。 「(略)早く昆布を取り出してしまった。」</p>	
<p>本時</p>	<p>1 和食の良さを確認する。</p>	<p>一斉 1 ユネスコの無形文化遺産に登録されたことやその理由を知らせ、和食の良さを確認させる。</p>	
<p>本時</p>	<p>2 アンケートの結果を知る。</p>	<p>一斉 2 アンケート結果（図4・5）から、だしを取り方を継承することの大切さに気付かせる。</p>	
<p>生活の課題発見</p>	<p>予想される「気付き」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 面倒だと思っていたけれど、ちゃんとだしを取った方が、香りがいいな。</li> <li>・ だしを取るの難しいけれど将来のためにできるようになりたいな。</li> <li>・ この前の調理実習は、何が良くなったのだろう。</li> <li>・ 今のままでは和食の良さは失われてしまう。食文化を伝承できない。</li> </ul>	<p>図4 何でだしを取っているか</p>	<p>図5 食材でだしを取らない理由</p>
<p>本時</p>	<p>3 本時の学習課題を設定する。</p>	<p>一斉 3 学習活動1・2を踏まえた上で学習課題を設定することで主体的に学習に取り組めるようにする。また、本時の学習の流れを知らせ、学習の見通しをもたせることで、より確かな行動目標を持てるようになりたいという学習への意欲を高める。</p>	
<p>解決方法の検討と計画</p>	<p>学習課題：上手にだしを取るには、どのようなコツがあるだろうか。 「和食を未来に残そう！」</p>		
<p>展開</p>	<p>4 上手にだしを取るために必要な視点を整理し、自分の考えを振り返る。</p>	<p>個 4 前時の調理実習「ぶりの照り焼き・かきたま汁・ご飯」のかきたま汁のだしに注目して調理を振り返らせることで、生徒自身で課題に気付いたりや解決策を考えたりできるようにする。</p>	
<p>展開</p>	<p>5 班で上手なだしの取り方をまとめ、検証するための実験を企画する。</p>	<p>班 5 話し合ったことを一枚の記録用紙に記録させて考えを共有できるようにする。また、グラフを使って複数の視点で考えを構造化させたり、前時までのワークシートを資料として活用させたりすることで、生徒が根拠をもって説明できるようにする。</p>	
<p>展開</p>	<p>6 話し合った解決策を基に、だしを取る実験を行う。</p>	<p>班 6 話し合った解決策をもとに実験させることで、生徒同士で考えを練り直したり、根拠をより明確にしたりできるようにする。実験は①正しくだしを取る②比較実験のどちらでもよい。（比較実験の例：昆布を取り出すタイミングを沸騰直前と沸騰後長く煮たものにし、比べる など）</p>	
<p>課題解決に向けた実践活動</p>	<p>予想される「納得」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 加熱時間だけではなくて、火加減も大事なのではないだろうか。</li> <li>・ 前回より、食材を入れるタイミングや取り出すタイミングを意識しただけで、香りがよくなった。</li> <li>・ だしを上手に取るだけではなく、塩分がちょうどいいと、だしのうま味が引き立っておいしい。</li> </ul>	<p>前回、昆布のうま味をあまり感じなかったのは、昆布を取り出すタイミングが早かったんだ。</p> <p>沸騰後に煮続けてしまうと、香りが強過ぎるみたい。ちょうど良いタイミングがあるんだね。</p> <p>上手にだしを取ると塩が少なくてもおいしいよ。</p>	

実践活動の評価改善	7	実験内容と結果を発表する。	一斉	7	実験内容と結果の発表により違う実験をした班の結果を共有させることで、同じ課題でも違う解決方法があったり、違う課題でも考え方につながりがあったりすることから、 <b>多面的・多角的に考えることの大切さを生徒に気付かせる。</b>
		インスタントと違って好きな香りに調整できる。同じ食材でも一番だしと二番だしで違うし、混合だしも他の食材の組み合わせにするとまた違う味かも。			他の班が言っていたように、時間だけではなく、火力も食材の量も、多くても少なくても良くない。これは、料理全般に言えることだ。
終末	8	食材や料理によってだしの取り方が違うこと気付かせる。	一斉	8	他の調理例で、食材（いりこや干し椎茸等）によってだしの取り方が違うことや料理や食材の状態によって同じ食材でもだしの取り方（二番だし、削り方等）が変わることを知らせる。
	9	本時を振り返り、だしを取るときに大切なことをまとめる。		9	<u>変化した考えや解決策を記入したワークシートや班の記録用紙、試飲の結果などを振り返らせることにより、<b>考えの広がりや深まりに生徒自身で気付けるようにする。</b></u>
家庭・地域での実践	まとめ 上手にだしを取るには・・・			<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 食材を入れるタイミング、取り出すタイミング</li> <li>・ 加熱時間や火加減</li> <li>・ 食材に合わせた調理方法</li> <li>・ 適度な塩分濃度 など</li> </ul> </div> <p>を、適した方法で行うことで、うま味や香りを引き立てることの大切さや方法を説明できたり、正しい方法でだしが取れたりする。 → <u>日本の食文化を伝承することができる。</u></p>	
	10	個人の行動目標を記入する。	個	10	本時の学習を振り返り、自分の考えの深まりに気付かせてから具体的な行動目標を記述させることで、生徒が行動をどう変えればよいのか分かり、 <b>実践に移しやすくなるようにする。</b>
		予想される「意志」		<p>今日は一番だしと二番だしについて実験をした。インスタントではこのような使い分けはできないと思うので、次に母と料理するときは、だしに自信を付けてみたい。また、みそ汁などを作る時に、いろいろな具材があるので、具にはどしめが合うのかも調べてみたい。</p> <p>だしをとったほか、うまみがあり良い香りかしたので正しいとり方で、火加減も気をつけて上手なだしをとりたい。また、しいたけや煮干しなどのそれぞれのとり方についても言わせてほしい。家でも料理をして習慣化していきたい。</p>	
	授業後	○ 定期テストの「だしの取り方のコツを文章で説明する問題」で、学習の定着度を確認する。 ○ 再度、長期休業中に郷土料理や行事食を調べたり、作ったりする宿題をする。		○ 授業後のアンケートより → 「習った手順通りに調理をする」、「本時のように分析・実験を行う」のどちらが手順を理解できるかという問いに対し、98%の生徒が後者であった。 ○ 後日行われた定期テストより → 例年より無回答が少なく、手順を正答できた生徒は昨年度より13%、理由を正しく説明できた生徒は15%増えた。	

#### 4 おわりに

今日、授業の在り方は、教師主導の一斉授業から、生徒が主体的に課題を解決していく授業への転換期である。本教科において、生活を工夫し創造する資質・能力を育成するに当たっては、確かな知識及び技能を習得させるだけでなく、問題解決能力を育てる必要がある。そのためには、考え方を広げるための学び合い、更にその背景にある人間関係が重要である。これか

らの時代を生き抜く力を身に付けさせるためにも、食生活の学習に限らず、どの領域においても不断の授業改善を行うと同時に、教育活動全般における「学び合い」を大切にしたい。

—引用・参考文献—

- 農林水産省「和食」 平成 25 年
- 文部科学省「中学校学習指導要領解説技術・家庭編」 平成 29 年
- 鹿児島市立伊敷中学校研究公開実践資料 令和元年 5 月

(企画課 精松 真由)

