

指導者（T1） 兼巻 照美
 （T2） 小野瀬 尋子
 GT だまっこ 加藤 泰子
 花水 真知子

題材におけるテーマ	地域の教材を生かした実践的・体験的学習活動を通して、地域の食文化への関心を高め、地域の食文化の意義について理解し、生活に生かすことのできる指導の工夫
-----------	--

1 題材名 地域の食文化を知ろう—秋刀魚の干物作り—

2 題材について

中学校学習指導要領解説技術・家庭編（平成20年9月）「B食生活と自立」（3）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。」と示されている。今回の改訂では、「地域の食材を生かすなどの調理を通して、地域の食文化について理解すること」が加えられている。大洗町は、農業や漁業が営まれている地域である。「大洗町の漁業関係史料集」（茨城県東茨城郡大洗町史編さん委員会昭和60年2月）によると、漁業は昔から営まれており、干物として多くの魚が加工され、消費されてきた歴史があることが示されている。これらのことから、地域の食材を用いた調理を通して、地域の食文化への関心を高め、その意義について理解することが求められていると考える。

本学級の生徒は、男子*人、女子*人の計*人であり、実習に意欲的に取り組む生徒が多い。表1は、

本題材の指導に当たっての事前調査である。事前調査では大洗町の食文化について、関心がある生徒が多いことが分かった。漁業を仕事としている家庭は少なく、家庭で魚を食べる回数や魚を開く経験には個人差があることが分かった。秋刀魚も干物も嫌いな生徒は*人であり、家庭で魚を食べる回数が少ない傾向があった。秋刀魚が好きな生徒は*人、魚の干物が好きな生徒は*人であった。

表1 事前調査

・大洗町の食文化について関心がありますか。	そう思う（*）、少しそう思う（*）、あまり思わない（*）、思わない（*）
・地産地消について知っていますか。	そう思う（*）、少しそう思う（*）、あまり思わない（*）、思わない（*）
・大洗町の郷土料理や食材を食べてみたいですか。	そう思う（*）、少しそう思う（*）、あまり思わない（*）、思わない（*）
・家族で漁業を仕事としている人はいますか。	はい（*）、いいえ（*）
・家庭で魚をどのくらい食べますか。	2～3日に1回（*）、1週間に1回（*）、2週間に1回（*）、1カ月に1回（*）
・今までに魚を開いたことはありますか。	はい（*）、いいえ（*）
・魚を開いたことがないのはなぜですか。（記述式）	機会がないから（*）、包丁が使えないから（*）、難しそうだから（*）、家族が漁業に携わっていないから（*）、気持ち悪いから（*）
・秋刀魚は好きですか。	はい（*）、いいえ（*）
・魚の干物は好きですか。	はい（*）、いいえ（*）

（平成*年*月*日実施 大洗町立南中学校第1学年1組 *人）（ ）は人数

これらのことから、大洗町の食文化について関心がある生徒が多いが、今までの生活の中で魚を食べる機会が少ないことで、地域の食材のよさに気付いていない可能性があると考えられる。

そこで、本題材では、大洗町付近で捕れる秋刀魚を干物にして調理する活動を通して、地域の食文化に対する関心を高め、その意義について理解できるようにする。まず、地域の食材を生かした調理や地域の食文化について調べ、まとめる。次に、地域の食材である秋刀魚を用いて干物作りを行う。「大洗のたまり場『だまっこ』（NPO法人）」の2人をゲストティーチャーとして招き、秋刀魚の干物作りを示範してもらおう。実際に食材に触れ、地域の人に教えてもらいながら干物を作ることを通して、自分の住む地域の食文化への関心を高めたい。生徒一人一人が秋刀魚を3尾ずつ開く。秋刀魚を開き、塩水に漬けている間の時間を活用し、干物作りの要点を整理し、考察する。生徒が干物作りの要点を整理し、考察する際には、家の人が見て分かり、自分がもう一度干物を作れるような意識をもって取り組むことができるよう働きかけたい。また、干物作りにおける作業工程に対しての生徒の疑問を生かしながら、地域の食文化の意義を理解することへつなげていきたい。そして、干物が出来上がったら1尾は学校で加熱調理して試食し、2尾は家庭で調理して家族に食べてもらう。自分が作った干物を家族に食べてもらうことで「干物を家で調理することができた」、「自分で作った干物を、家族に美味しいと食べてもらった」という達成感や成就感を高めたい。自分の住んでいる地域の食文化に関心をもち「また魚を食べたい」、「干物を作りたい」という意欲を高め、実践力につなげたい。

3 目標

- 地域の食文化について関心をもち、食生活をよりよくするために実践しようとしている。
(生活や技術への関心・意欲・態度)
- 地域の食材を生かした調理の実践の成果と課題についてまとめ、その解決を目指して自分なりに工夫し創造している。
(生活を工夫し創造する能力)
- 地域の食材を生かした調理に関する基礎的・基本的な技術を身に付けている。
(生活の技能)
- 地域の食文化の意義について理解し、地域の食材を生かした調理に関する基礎的・基本的な知識を身に付けている。
(生活や技術についての知識・理解)

4 題材の指導計画と評価計画（5時間）

時	学習課題・活動	評価規準
1	地域の食材を生かした調理や地域の食文化について知ろう。 ・地域の食材を生かした調理や地域の食文化について調べ、まとめる。 ・地域の食材を生かした調理や地域の食文化のよさに気付く。	(知) 地域の食材は、生産者と消費者の距離が近く、新鮮なものを食べることができたり、季節の食材は栄養価も高く、安価であったりするなどのよさについて理解している。 (観察・学習カード)
2 3 (本時)	秋刀魚の干物を作り、地域の食文化について考えよう。 ・秋刀魚の干物作りを通して、地域の食文化について関心をもつ。 ・秋刀魚の干物を作り、その結果を整理し考察する。	(関) 地域の食文化に関心をもち、秋刀魚の干物作りに意欲的に取り組むことができる。 (工) 秋刀魚の干物作りの工程について、根拠を基に要点を整理し、地域の食文化についての視点を踏まえて考察することができる。 (観察・学習カード)
4	秋刀魚の干物を調理しよう。 ・秋刀魚の干物の調理実習を行う。 ・秋刀魚の干物を家庭に持ち帰って加熱調理し、家族に試食してもらおう。	(技) 秋刀魚の干物を加熱調理することができる。 (観察・学習カード)
5	地域の食材を生かした調理の実践の成果と課題についてまとめよう。 ・地域の食材を生かした調理の実践の成果と課題についてまとめたり、発表したりしている。	(工) 地域の食材を生かした調理の実践の成果と課題についてまとめ、その解決を目指して自分なりに工夫している。 (観察・学習カード)

5 本時の学習

(1) 目標

- 秋刀魚の干物作りを通して、地域の食文化について関心をもつことができる。
(生活や技術への関心・意欲・態度)
- 秋刀魚の干物を作り、地域の食文化の意義を踏まえてその要点を整理し、考察することができる。
(生活を工夫し創造する能力)

(2) 準備・資料

・学習カード ・振り返りカード ・材料 ・調理用具 ・干し網

(3) 板書案

秋刀魚の干物を作り、地域の食文化について考えよう。	
<p>【学習の流れ】</p> <p>9:30 学習課題の確認 ゲストティーチャーの紹介 加藤先生、花水先生 示範調理（秋刀魚の開き方）</p> <p>9:45 秋刀魚の干物作り ・タグに名前を書く。 ・1人3尾開く。（10分） ・塩水に漬ける。（40分）</p> <p>10:05 片付け 干物作りの要点を整理</p> <p>10:40 片付け</p> <p>11:10 干物を干す。 学習の振り返り</p>	<p>【栄養教諭 小野瀬先生より】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・魚に含まれる脂質 EPA（エイコサペンタエン酸）、DPA（ドコサヘキサエン酸） →生活習慣病予防 ・海の魚を水道水でさっと洗う⇒食中毒予防 <p>【作り方—秋刀魚の干物—】</p> <ol style="list-style-type: none"> ① タグに自分の名前を書く。 ② えらからの背中に沿って包丁を入れて開く。 ③ えらを持って内臓を取る。（一人3尾） ④ 秋刀魚の尾にタグをつける。 ⑤ 秋刀魚をさっと水で洗う。 ⑥ 5%塩水に漬ける。（40分） ⑦ 塩水に漬けた秋刀魚をさっと水で洗う。 ⑧ 干し網に干す。（1時間30分目安）
<p>【安全面・衛生面で注意すること】</p> <p>〈包丁〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・開く時の包丁の角度に気をつける。 <p>〈秋刀魚〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・内臓はビニール袋に入れる。 ・塩水に漬ける前にさっと水で洗う。 <p>〈秋刀魚を塩水に漬けたら〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・まな板と包丁は洗剤を用いて洗う。 ・すぐに手を洗う。 	<p>【干物作りの要点を整理】（言葉やイラストで）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・塩水に浸したり、干したりすることで魚は腐りにくくなり、食品の保存性が高まる。 ・5%塩水は、1Lの水に塩を50g溶かす。 ・秋刀魚を開いた後はさっと水で洗う。 ・魚を触ったら手を洗う。 <p>【学習の振り返り】</p> <p>〈地域の食文化と食材について〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・食品の輸送距離が短く環境にもよい。 ・保存性を高める工夫がされてきた。 <p>〈今後の生活に生かしたいこと〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・地域の食材を食べるようにしたい。 ・家でも干物を作りたい。



(4) 思考力・表現力・実践力を高めるための指導の工夫のポイント

① 思考力

課題に対して様々な角度から考える手立ての工夫

- ・栄養教諭とのティーム・ティーチング

栄養教諭の助言により、魚の栄養的特質や魚を食べることが健康によい食習慣につながるという点を含め、考察できるようにする。

- ・思考を促す発問の工夫

干物作りの要点を整理し、考察する過程では、干物作りに関する生徒の疑問を取り上げ、その理由を既習内容や普段の食生活の経験と結び付けて学習プリントに記入できるように思考を促す発問を工夫する。例えば「なぜ塩水に漬けるのだろうか」、「なぜ大洗町では捕れた魚を干物にする食文化があるのだろうか」などの疑問が出るのが予想される。塩水に漬けることは、保存性を高めるためであり、食材が多く捕れた時に全て消費することは難しく、干物にするのは、先人の知恵であること等が考えられる。

② 表現力

秋刀魚の干物作りの要点を言葉やイラスト等を用いて整理し考察する場の設定

開いた秋刀魚を塩水に漬けている時間を活用し、生徒が干物作りの要点について整理し、考察する時間を設ける。秋刀魚の干物作りの要点を言葉やイラストを用いて整理し考察する場を設定する。生徒が干物作りの要点について整理し、考察する際には、学習プリントを用いるが、生徒が自分に合った方法で取り組めるようにするために、イラストが入ったものや、罫線が入ったもの等、学習プリントの形式を複数用意する。生徒が干物作りの要点について整理し、考察する過程が視覚的に分かるようにすることで、家庭での実践につながるようにする。

③ 実践力

(ア) ゲストティーチャーの活用

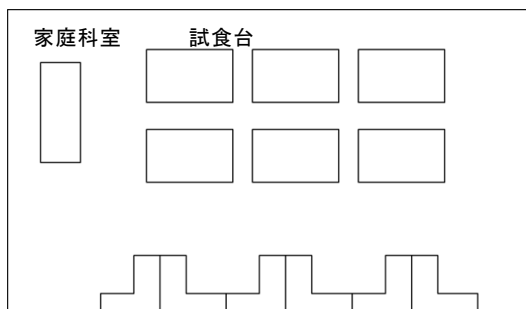
地域の方をゲストティーチャーとして招いて、実際に秋刀魚の干物の作り方を教えてもらったり、大洗の漁業についての歴史などを聞いたりすることで、地域の食材や食文化についての関心を高めることができるようにする。

(イ) 達成感や充実感を味わうことができる実践的・体験的な学習活動

生徒全員が秋刀魚を3尾開き、干物を作ることで「できた」という達成感を味わうことができるようにする。特に、事前調査から秋刀魚や干物が嫌いである生徒や、秋刀魚や干物が好きであ

っても、秋刀魚を開く時に学習のつまずきが予想される生徒には、その生徒に合った支援の工夫を行う。初めから苦手意識のある生徒に対しては、事前に本人と学習内容を確認し、困っていることや不安な点を明確にして支援を工夫していく。また、秋刀魚を開く工程を視覚化したカードや映像を提示することで、次の工程の見通しをもつことができるようにする。

(5) 学習の場

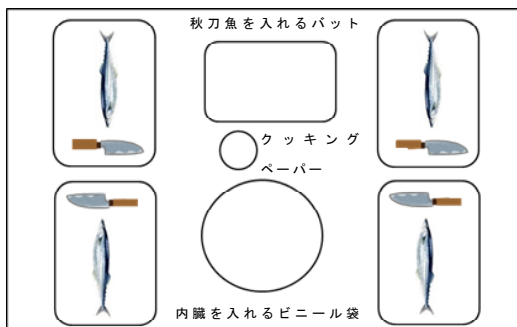


- ・調理台でグループごとに一人1枚のまな板と小出刃包丁を用いて秋刀魚を開く。
- ・示範調理は、高さが低めの試食台で行い、秋刀魚を開く一連の工程作業が分かりやすいようにする。
- ・開いた秋刀魚に、自分の名前を記入したタグを付けることで、見分けがつくようにする。



開いた秋刀魚は、グループごとにバットに入れて調理台に運び、さっと水洗いをした後、塩水に漬ける。

秋刀魚を開く時



(6) 展開

学習活動（予想される生徒の姿）・内容	時間	教師の働きかけと評価
<p>1 本時の学習課題を確認する。(一斉)</p> <p>秋刀魚の干物を作り、地域の食文化について考えよう。</p>	5	<ul style="list-style-type: none"> ・前時で行った地域の食材や地域の食文化について調べた学習プリントを基に振り返り、本時の課題に意欲をもって取り組めるようにする。 ・T2は、生徒の魚の摂取状況や魚の栄養的特質、魚を食べることでの食習慣へのよい影響などについて説明し、興味・関心を高める。 ・T1はGTの紹介を行う。 ・GTは、大洗の漁業の歴史について説明し、地域の食文化について関心が高まるようにする。 ・示範する調理台に全員を集め、身近に見て秋刀魚の開き方が分かるようにする。 ・GTは新鮮でおいしい秋刀魚の見分け方について説明し、秋刀魚が季節の食材であることについて理解できるようにする。 ・安全面で注意することとして、包丁と秋刀魚の扱い方について全体で再度確認をし、安全に実習が進められるようにする。 ・秋刀魚を塩水に漬けている間に、干物作りの要点を整理することができるようにする。
<p>2 GTの示範調理を見る。(一斉)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・新鮮でおいしい秋刀魚の見分け方 ・秋刀魚の開き方 	10	
<p>3 秋刀魚の干物を作る。(個人・グループ)</p> <p>(1) 秋刀魚を1人3尾開く。</p> <p>ア タグに自分の名前を書く。 イ えらから背中に沿って包丁を入れて開く。 ウ えらを持って内臓を取る。 エ 秋刀魚の尾にタグを付ける。</p>	15	
<p>(2) 開いた秋刀魚を5%の塩水に浸す。</p> <p>ア 秋刀魚を水でさっと洗い、きれいにする。 イ 5%の塩水に漬ける。</p>		
<p>4 片付けをする。(グループ)</p>	10	

<p>・魚の触れた食器類や手は素早く洗剤を用いて洗う。 ・元の場所に戻す。</p> <p>5 干物作りの要点を整理する。(個人)</p> <p>・秋刀魚を開く時のポイント ・塩水の作り方 ・保存性を高める工夫</p> <p>6 秋刀魚を干す。</p> <p>・塩水に漬けた秋刀魚を水でざっと洗う。 ・自分の開いた秋刀魚を干し網に干す。</p> <p>7 片付けをする。</p> <p>・魚の触れた食器類や手は素早く洗剤を用いて洗う。 ・元の場所に戻す。</p> <p>8 本時の学習のまとめをする。 (個人・グループ・一斉)</p> <p>(1) 学習カードに学習の振り返りを記入し、発表する。</p> <p>【学習を振り返る視点】</p> <p>ア 地域の食文化と食材について</p> <p>・保存性を高める工夫がされてきた。 ・地産池消は環境にもよい。</p> <p>イ 今後に生かしたいこと</p> <p>・地域や季節の食材を食べるようにしたい。 ・家でも干物を作ってみたい。</p> <p>(2) 次の学習を確認する。</p> <p>秋刀魚の干物を調理しよう。</p>	<p>25</p> <p>10</p> <p>10</p> <p>15</p>	<p>【評価】(生活や技術への関心・意欲・態度) 地域の食文化に関心を持ち、秋刀魚の干物作りに意欲的に取り組むことができる。 (観察・学習カード)</p> <p>【努力を要する生徒への働きかけ】 視覚情報を活用しながら秋刀魚を開くことで、達成感を高め、地域の食文化への関心をもつことができる。</p> <p>【十分満足できる状況例】 秋刀魚の調理方法に関心を持ち、普段の食生活や地域の食文化と関連付けながら、干物作りに積極的に取り組むことができる。</p> <p>・生徒一人一人が自分に合った方法で干物作りの要点を整理し、考察することができるように、学習プリントの形式を複数準備しておく。 ・生徒が疑問に思ったことを生かして、その根拠を明確にし、学習プリントにイラストや言葉を用いて考察した結果がまとめられるように発問を工夫する。</p> <p>【評価】(生活を工夫し創造する能力) 秋刀魚の干物作りの工程について、根拠を基に要点を整理し、地域の食文化についての視点を踏まえて考察することができる。(観察・学習カード)</p> <p>【努力を要する生徒への働きかけ】 干物作りの工程や地域の食文化に関することで、なぜそうするのかという問いを投げかけることによって思考を促すようにする。</p> <p>【十分満足できる状況例】 干物作りの工程で疑問に思ったことを生かして地域の食文化の意義を踏まえてその要点を整理し考察することができる。</p> <p>・洗剤濃度に注意して調理用具を洗ったり、安全に配慮しながら元の場所に調理用具を片付けたりできるように声かけをする。 ・T1は、生徒が学習カードに記入する際には、まず個人で取り組むように指示することで、一人一人の考えを大切にしていく。 ・T1は、干物作りの要点をまとめた学習カードを参考にしながら学習を振り返ることができるように助言する。 ・T1、T2は机間巡視しながら、グループの意見として出されなかったよい気付きを書いている生徒を確認し、発表する機会を設ける。 ・グループごとの意見を全体で発表することで友達のよい気付きを共有できるようにする。 ・次時は秋刀魚の干物を1尾加熱調理して試食することや、2尾は持ち帰って調理し、家族に食べてもらうことを伝える。</p>
---	---	--