

【様式2】

②食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	佐賀県
取組市町村名 取組団体・企業名	佐賀市立勧興小学校
取組の名称	5年生 家庭科学習 単元名 食べて元気に～ご飯とみそ汁～
実施時期	令和7年12月
取組内容に該当する食育ピクトグラム (複数選択可)	<input type="checkbox"/> 1 みんなで楽しく食べよう  <input type="checkbox"/> 2 朝ごはんを食べよう  <input checked="" type="checkbox"/> 3 バランスよく食べよう  <input type="checkbox"/> 4 太りすぎないやせすぎない  <input type="checkbox"/> 5 よくかんで食べよう   <input type="checkbox"/> 6 手を洗おう  <input type="checkbox"/> 7 災害にそなえよう  <input type="checkbox"/> 8 食べ残しをなくそう  <input type="checkbox"/> 9 産地を店探しよう  <input type="checkbox"/> 10 食・農の体験をしよう   <input checked="" type="checkbox"/> 11 和食文化を伝えよう  <input checked="" type="checkbox"/> 12 食育を推進しよう 
取組内容	<p>本時【7／11】の学習のねらい…だしの働きを知り、みそ汁作りに生かそうとする。</p> <p><b>学習活動</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 和食やご飯とみそ汁の栄養バランスがよいことなど前時の学習を思い起こす。</li> <li>2 本時のめあて「おいしいみそ汁を作るにはどうしたらよいか」を確かめる。</li> <li>3 Aみそ湯Bこんぶだしみそ湯Cいりこだしみそ湯Dこんぶにぼしダブルだしみそ湯を何のだしか明かされないで飲み比べ、どれがおいしいか決め、印をつける。 ※A 0人 B 1人 C 4人 D 20人 決められなかった児童2人</li> </ol> <p>自己選択、自己決定した後に何のだしが入っていたか入っていなかつたか知る。</p> <p>こんぶやいりこに触れたり、臭いをかいだり、嚙んだりして体験する。こんぶだし、にぼしだし、ダブルだしを見たり飲んで味わったりする。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>4 栄養職員の話を聞く。 <ul style="list-style-type: none"> <li>・こんぶ、いりこなどを水にもどして加熱したものをだし</li> </ul> </li> </ol>

- という。だしは和食の基本。いろいろな和食でだしが使われている。
- ・だしにはうまみがある。（だしを飲むとおいしいと感じる。）
  - ・こんぶだけ、いりこだけよりダブルだしいうまみのかけ算でおいしく感じる。
- ※体調不良や食べ慣れないみそ等おいしく感じないことがあると教師が伝える。
- ・こんぶやいりこは5大栄養素では無機質。（栄養がある。）
  - みそ、油あげ（タンパク質）大根、ねぎ（ビタミン）などでみそ汁を作り、ご飯（炭水化物）と一緒に食べると栄養バランスが整う。
  - ・だしのうまみで塩分や糖分を減らしてもおいしいと感じるので健康によい。
  - ・児童のさらなる疑問に答えたり、対応できるサイトや書籍を紹介したりする。
- 5　だしの働きをふり返ったり、何のだしでみそ汁を作りたいか今後の活動につなげたりする。（主体的に学習に取り組む態度）



↑みそ湯の飲み比べの様子

#### 児童のふり返り

E児…だしは①うまみでおいしくなる。うまみのかけ算。②栄養がある。（こんぶにぼしは無機質。）③減塩などできて健康によい。3つもいいことがあった。こんぶにぼしのダブルだしでみそ汁を作りたい。

Y児…給食では何の料理に何のだしを使っているだろう。家でかつおぶしこんぶのダブルだしでみそ汁を作りたい。

F児…みそやだしについてもっと知りたい。