

【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	三重県
取組市町村名 取組団体・企業名	伊賀市 伊賀市立上野西小学校
取組の名称	和食のよさについて考えよう
実施時期	11月～12月
取組内容に該当する 食育ピクトグラム	
取組内容	5年生では、家庭科でごはんとみそ汁を作る学習があります。 ごはんとみそ汁は日本食の代表料理であり、和食についての学習をするのに最適の教材であることから、今回、本校校区内にある『日本料理 伊勢之家』の清水さんをお招きし、和食のよさについて学習することを計画しました。 計画としては、以下のとおり進めました。 ① ごはんとみそ汁の作り方について学習 ② 五大栄養素について学習 ③ みそ汁づくりのポイントやみそ汁の具材選びのポイントの学習（栄養教諭） ④ ごはんとみそ汁の実習 ⑤ 伊勢之家 清水さんの講話 ⑥ 家でみそ汁作り（ロイロノートで提出） ⑤の伊勢之家 清水さんのお話では、和食とはどのようなものか、和食はなぜ体によいのか、ダシにはどのような種類のものがあるかなどをお話いただきました。そのあと、お店で使用しているかつおダシを実際に持ってきてもらい、醤油＋水と醤油＋ダシの二つの味の飲み比べをしました。 その後、質疑応答の時間を設けました。

【授業の様子】



【子どもの感想】

★ 清水さんへ

★ 今日はいそがしい中、5年1組、5年2組

★ のために来てくれてありがとうございます

★ す。おたのしみさや、和食の基本

★ を教えてくれたので、自主学習でも

★ 「和食」のことで、和食のれきしを調べ

★ やたいと思いました。またいせ

★ のやに行、て、和食の本当の

★ おいさを知、て、和食を知りたいです

★ 本当にありがとうございます

★ じみすへ

★ 和食のおまじをきいて

★ おみそ汁がおいしいと思ひ

★ ました。おみそ汁に、

★ たいや、かつおぶし、いかに、な、

★ 作ることを、め、して、

★ したいと思ひました。し、

★ 和食を、き、

★ 私は清水さんの話を聞いて

★ 和食とは、ユネスコにとうてされて

★ いることがはじめて知りました。

★ これは、和食は日本の健康を考、

★ えているようなんだと思ひ

★ ました。なので、和食を考えた、

★ うり、また家で作、て、

★ と思ひました。仕事を、

★ ば、て、

★ しみすのお話を聞いて

★ は、和食を、

★ て、でも、し、

★ を、聞いて、おみそ汁の、

★ しているのが、

★ 作、て、

★ し、

⑥ マイみそ汁づくりの課題

