

知ろう！学ぼう！「食」と「農」

vol.9

～ オリジナルしんぶんを作ろう ～

農林水産省の仕事の中から、「食」と「農」について紹介します。
社会科の勉強の参考に、夏休みや冬休みの自由研究に、家庭学習の時に、みんなでしんぶんを作る時に、役だててください。



オリジナルしんぶんの作り方

- ① 『知ろう！学ぼう！記事』を読もう。
- ② 『しんぶん用問題』に答えよう。
- ③ 『しんぶん用問題』から、知ったこと、学んだことを2つえらんで切り取り、『知ろう！学ぼう「食」と「農」しんぶん』にはりつけよう。
- ④ どんなことがわかったか、『知ろう！学ぼう「食」と「農」しんぶん』に書こう。
- ⑤ へんしゅう者名に名前を書いてかんせいです。

1 家庭備蓄のすすめ

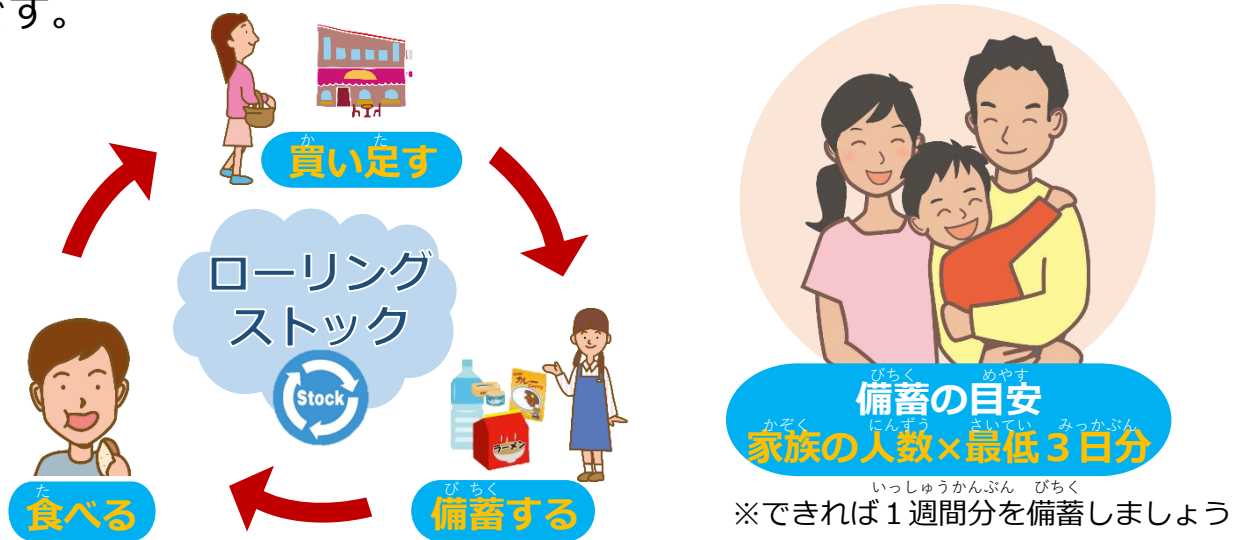
なぜ 食品の家庭備蓄が必要なの？

過去の経験によれば、災害で電気やガス、水道がとまってしまうと、復旧までに1週間以上かかる場合が多くみられます。また、道路などがこわれて災害支援物資が3日以上こなかったり、スーパーマーケットやコンビニなどで1週間は食品が手に入らないことが考えられます。➡ この間の食料の確保がとて重要になります。

どうやってやればいいのか？

簡単！「ローリングストック」

「ローリングストック」とは、最初に普段の食品を少し多めに買って置いておき、賞味期限を考えて古いものから食べ、食べた分をまた買い足すことで、おうちに常に同じ量の食品を備蓄しておく方法です。



(参考) 農林水産省パンフレット「家庭備蓄のすすめ」(参照2021.11)

【保護者の皆様へ】

● 備蓄食品を用意する際の分類のヒント

備蓄食品は大きく分けて「非常食」と「日常食品」の2種類があります。普段食べている食品を多めに買い置きするだけで、備蓄になります。これらをバランスよく蓄えることが大事です。

非常食

災害の備えとして用意し
主に災害時に使用するもの

日常食品

日常から使用し、かつ、
災害時にも使用するもの
【ローリングストック】

● 備蓄食品の選びかた

日頃から、栄養バランスや使い勝手を考えて各家庭にあった食品を選ぶことが大切です。

- ① 家庭にある食品をチェックしましょう。
- ② 栄養バランスを考え、家族の人数や好みに応じた備蓄内容・量を決定。
- ③ 足りないものを買います。
- ④ 賞味期限が切れる前に消費し、消費したものは買います。

2 「棚田」ってなあに？

山の坂などに階段のように作られた田んぼのことを棚田といいます。棚田は「日本のピラミッド」といわれるほど多くのはたらきがあり、坂で農業が難しいような場所でも地域の人たちの努力によって守られています。



棚田にはどんなはたらきがあるの？



その1 おいしいお米ができるよ

棚田のあるところは、昼と夜の温度差が大きく、稲がゆっくりと栄養をとって育つこと、水がきれいであることなどから、おいしいお米ができるといわれています。



その2 きれいな景色が見られるよ

農業をすることで、田んぼで育ったお米、周りの水辺、家屋などと一体となったきれいな風景がつけられ、心と体がやすらぎます。



その3 災害から守ってくれるよ

大雨のとき、田んぼは雨水を貯め、洪水の発生をふせいでくれます。

【保護者の皆様へ】

近畿地方にもたくさんのお棚田があり、特に秋は稲穂が黄色く色づいて一番の見頃です。是非一度、足を運んでみてはいかがでしょうか。農林水産省のホームページでは、近畿地方のお棚田についていくつか紹介していますので、是非、ご覧ください。



3 郷土料理を知っていますか？

郷土料理ってなに？

みなさんが住んでいる地域や、おじいちゃん、おばあちゃんが住んでいる地域に昔から伝わっている料理はあるかな？

全国各地で、そこでとれるものを上手に利用したり、地域にあった食べ物として作られたりして、その地域の歴史や文化、あるいは食生活とともに受け継がれてきた伝統的な料理や、地域の人が慣れ親しんでいる料理のことを「郷土料理」といいます。

知っている郷土料理あるかな？

日本全国、いろんな地域に郷土料理があります。その一部を紹介します。

お正月のおせち料理では「黒く日焼けするほどマメに働けるように」と長寿、健康の願いが込められています。

京都府：くろまめに



熊本県：からしれんこん

江戸時代、体の弱かった殿様のために作られた料理といわれています。これを食べて殿様はみるみる丈夫な体になったそうです。



奈良県：柿の葉ずし

酢でめた鯖をのせた酢飯を柿の葉で包んだ押しずし。柿の葉は腐るのを防ぐはたらきがあります。

和歌山県：めはりずし

ほかにもいろいろな郷土料理があるよ！ 調べてみてね。



たくさんの野菜を使い「やたらめったら具をいれる」ことからめった汁というユニークな名前がついたそうです。

石川県：めった汁



北海道：ジンギスカン

大正時代、戦争が始まり、羊毛が外国から入らなくなると、北海道で羊の飼育が盛んになり、このころから羊肉が食べられるようになったのが始まりです。

琵琶湖でとれる魚と米を漬けこみ発酵させて作ります。栄養がいっぱいでおなかの調子を整えるはたらきがあります。



滋賀県：ふなずし

食べるときに「目を張るように口を開ける」ことからめはりずしというようになったといわれています。



引用：農林水産省「うちの郷土料理」

【保護者の皆様へ】 地域固有の多様な郷土料理を次世代に伝えていくために、農林水産省Webにて「うちの郷土料理～伝えたい大切な味」を掲載しています。レシピもありますのでご家庭で、各地の郷土料理を楽しんでみませんか。 [ここをクリック→うちの郷土料理](#)

4 「食育」をやってみよう

ピクトグラムって知っていますか？
2021年に開催された東京オリンピックの開会式でのパフォーマンスで有名になったあの「絵文字」のことです。

農林水産省は、「食育の取り組み」をわかりやすくするためピクトグラムにしてみました。

みなさんは、どのくらい「食育」ができているかチェックしてみよう！

みんなで楽しく
食べよう



て あら
手を洗おう



わしよく ぶんか
和食文化を
伝えよう



あさ
朝ごはんを
食べよう



さいがい
災害に
そなえよう



しょくいく
食育を
推進しよう



バランスよく
食べよう



た のこ
食べ残しを
なくそう



ふと
太りすぎない
やせすぎない



さんち
産地を
応援しよう



よくかんで
食べよう



しょく のう
食・農の
体験をしよう



しょくいく
食育マーク

【保護者の皆様へ】

農林水産省では、食にまつわるいろいろなものに感謝しつつ、食や農林水産業への関心を高めることや、心も体も健康で質の高い生活を送ることができるよう「食育」を推進しています。

このたび、「食育の取組」を子どもから大人まで誰にでもわかりやすく発信するため、表現を単純化した絵文字であるピクトグラムを作成しました。

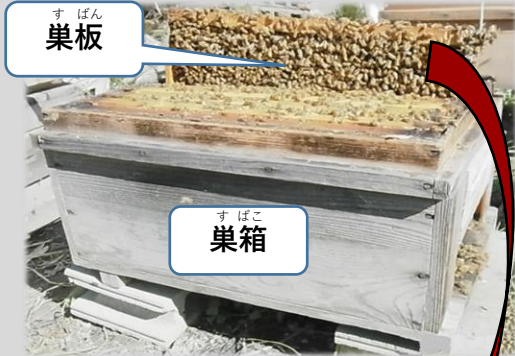
ご家庭でも、このピクトグラムを使用して「食育」を実践していただければと思います。

農林水産省
ホームページ





5 ミツバチのおうち



すばん 巣板

すばこ 巣箱

すばこ 【巣箱】

ようほうか (ミツバチを飼ってハチみつなどを生産している農家)さんはミツバチを巣箱で飼っています。巣箱の中には巣板が左の写真のように縦に8~10枚入るようになって、1枚ずつ取り出すことができます。

ミツバチたちは巣箱から外に出て、花蜜や花粉を集めると、また、巣箱に戻ってきます。

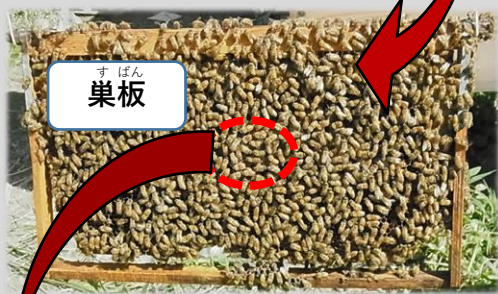
すばん 【巣板】

すばこ なか たて なら すばん ひだりした すばん 巣箱の中に縦に並べられた巣板には、左下の【巣板の拡大写真】のように六角形の部屋がたくさんあります。

ミツバチたちはこの部屋の中に集めてきた花蜜や花粉をためておくとともに、花蜜をハチみつに加工します。

また、巣の中では、たまごを生み、幼虫を育てたり、8の字ダンス※をおどったり、様々な活動を行います。

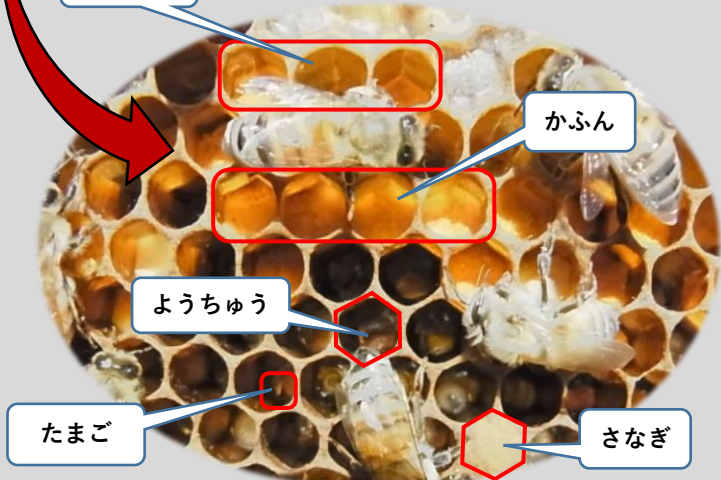
養蜂家さんは、ハチみつがいっぱいになると巣板を取り出し、えんしんぶんりき という機械でぐるぐる回してハチみつをしぼります。



すばん 巣板

はちみつ

すばん かくたいしゃしん 【巣板の拡大写真】



かふん

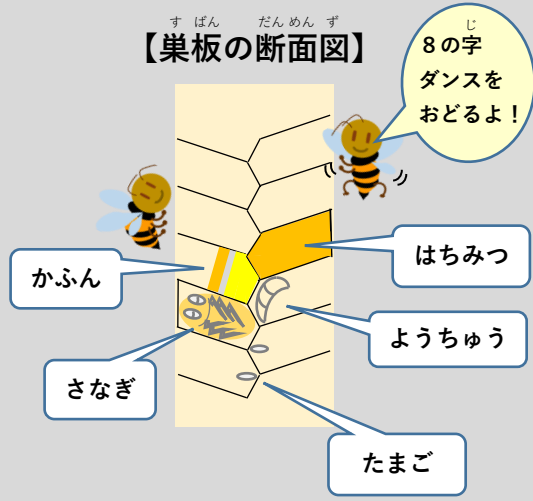
ようちゆう

たまご

さなぎ

うらがわ ろっかくけい す おな ※裏側にも六角形の巣が、同じように並んでいます

すばん だんめんず 【巣板の断面図】



じ 8の字ダンスをおどるよ!

はちみつ

ようちゆう

たまご

じ つぎ しょうかい ※8の字ダンスは次のページで紹介するよ!

【保護者の皆様へ】

樹木の穴の中などにミツバチが巣を作ると、直接、樹木などにくっついているため、簡単にはちみつを取り出すことができません。これでは不便なため、養蜂家さんは巣箱の中に巣枠(木でできた枠)を入れ、この内側にミツバチにたくさんの巣房(六角形の一つの部屋)を作らせ、板状の巣(巣板)になるようにして、ミツバチを飼っています。

このようにしてできた巣板は壊さずに1枚ずつ取り出すことができ、養蜂家さんはハチみつがたくさん貯まった巣板のみを取り出して、ハチみつを搾ります。空になった巣板は巣箱に戻すと、またミツバチがハチみつを貯めてくれます。

6 ミツバチのダンス

ミツバチは花蜜や花粉を集めるために花を探し、見つけると、巣箱に帰って花の場所を仲間に伝えます。では、どのようにして花の場所を伝えているのでしょうか？
実は、巣箱の中でダンスを踊って、仲間に伝えているんです。

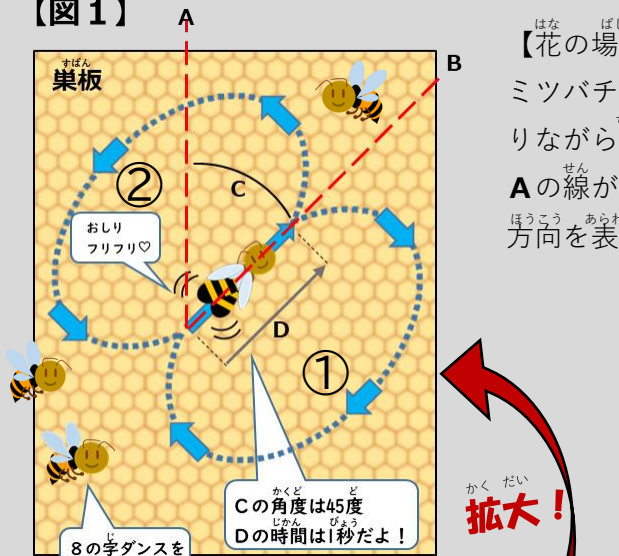


お花畑
みつけた♡

巣に帰って仲間に
伝えなくっちゃ！

ミツバチは巣箱に帰ると、【図1】のような動きをします。まず、巣箱の中にある巣板の面をおしりを振りながら進み、右回りで元にもどる①。再び進み、次は左回りで元にもどります②。この動きが数字の8に見えることから、**8の字ダンス**と呼ばれます。

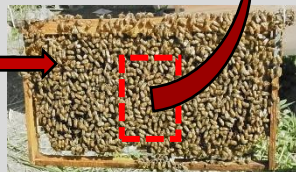
【図1】



拡大！

巣板

巣箱



(注：巣板は、写真のように巣箱の中に縦に入っています。)

図1のダンスを巣板の面で踊った場合は、図2のように、巣箱から太陽を左にみて45度の方向で、距離が1 km離れた場所がお花畑ということになります。

仲間は、この8の字ダンスを理解することで、お花畑に飛んでいけるのです。

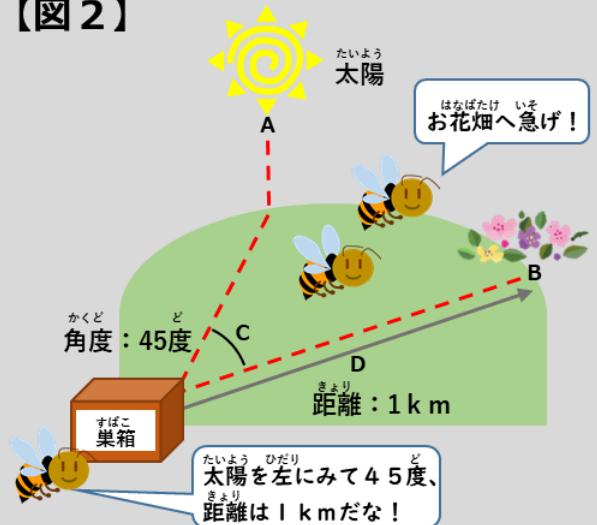
【花の場所の方向を仲間に伝えるのは・・・】

ミツバチは、巣板の縦の方向の線(A)と巣板の面をおしりを振りながら直進する線(B)との角度(C)で方向を伝えます。Aの線が太陽の方向を表し、Bの線が、太陽からみた花の場所の方向を表します。

【花の場所の距離を仲間に伝えるのは・・・】

おしりを振りながらDの距離を進むのにかかる時間で距離を伝えます。1秒間の場合には約1 kmにあたります。

【図2】



(参考) 農林水産技術会議ホームページ「農と食のサイエンス」
農と食のサイエンス第3号(ミツバチくんの情勢伝達 ダンスで花の場所教える)
http://www.affrc.maff.go.jp/docs/agiri_food/pdf/02.pdf

農研機構ホームページ「プレスリリース(研究成果) ミツバチの尻振りダンスを自動解読」
https://www.naro.affrc.go.jp/publicity_report/press/laboratory/niaes/130830.html

【保護者の皆様へ】

ミツバチは社会生活を営んでいるため、仲間のミツバチとのいろいろなコミュニケーション手段を持っています。8の字ダンスもその一つで、おどろくことに花蜜や花粉を集めることができるお花畑などへの方角と距離を仲間のミツバチに教え、仲間のミツバチはその場所に飛んでいくことができます。このようにして、ミツバチは、効率的にたくさんのお花畑や花粉を集めることができます。

知ったこと、学んだことを2つ選び、切り取ってしんぶんにはりつけよう。問題に答えてね！



1 家庭備蓄のすすめ

家庭備蓄の方法として、最初に普段の食品を少し多めに買って置いておき、賞味期限を考えて古いものから食べ、食べた分をまた買い足すことで、おうちに常に同じ量の食品を備蓄しておく方法をなんといいますか。



- ① ローリングスタッフ
- ② ローリングステップ
- ③ ローリングストック

こたえ

2 棚田ってなあに？

「棚田」のはたらきで間違っているのはどれ？

- ① おいしい魚がとれる
- ② 災害から守ってくれる
- ③ きれいな景色が見られる

こたえ

3 郷土料理を知っていますか？

ものを腐らせないはたらきのある葉っぱを使った奈良県の郷土料理に「〇〇の葉ずし」があります。（〇〇の葉でおすしを包んでい

るよ。）

- ① くり
- ② びわ
- ③ かき

こたえ

4 「食育」をやってみよう

次の食育ピクトグラムについて の部分に入る言葉を入れてください。



① みんなで 食べよう



② を食べよう



③ よく食べよう

① ② ③

5 ミツバチのおうち

ミツバチの巣はどんな形をしているでしょうか。

- ① △ (三角形)
- ② □ (四角形)
- ③ ㊯ (六角形)

こたえ



6 ミツバチのダンス

ミツバチは見つけた花の場所をどうやって仲間へ伝えるのでしょうか。

- ① 仲間を誘って花が咲いている場所に連れて行く。
- ② ダンスをして花の咲いている場所を仲間へ伝える。

こたえ



し 知ろう！ まな 学ぼう！ 「しょく 食」と 「のう 農」 しんぶん

し 知ったこと、 まな 学んだことを2つえらんで、 しんぶんをつく 作ってみよう！

テーマ1

どんなことがわかったかな？

テーマ2

どんなことがわかったかな？

しやめい
へんしゅう者名

- 1 ③
- 2 ①
- 3 ③
- 4 ①楽しく ②朝ごはん ③バランス
- 5 ③
- 6 ②