



主体的・対話的で深い学びを実現する 食育の実践





i

finders.me

Googleマップと連動し、音声で道案内するスマート白杖「WeWALK」が革新的。目の不自...

AIの急激な拡大

平成（1989～2019）でなくなった仕事は



中島ゆき(大正大学地域構想研究所主任研究員)
:5年に1度行われる国勢調査で使われる職業分類をもとに調査

平成（1989～2019）で生まれた仕事は



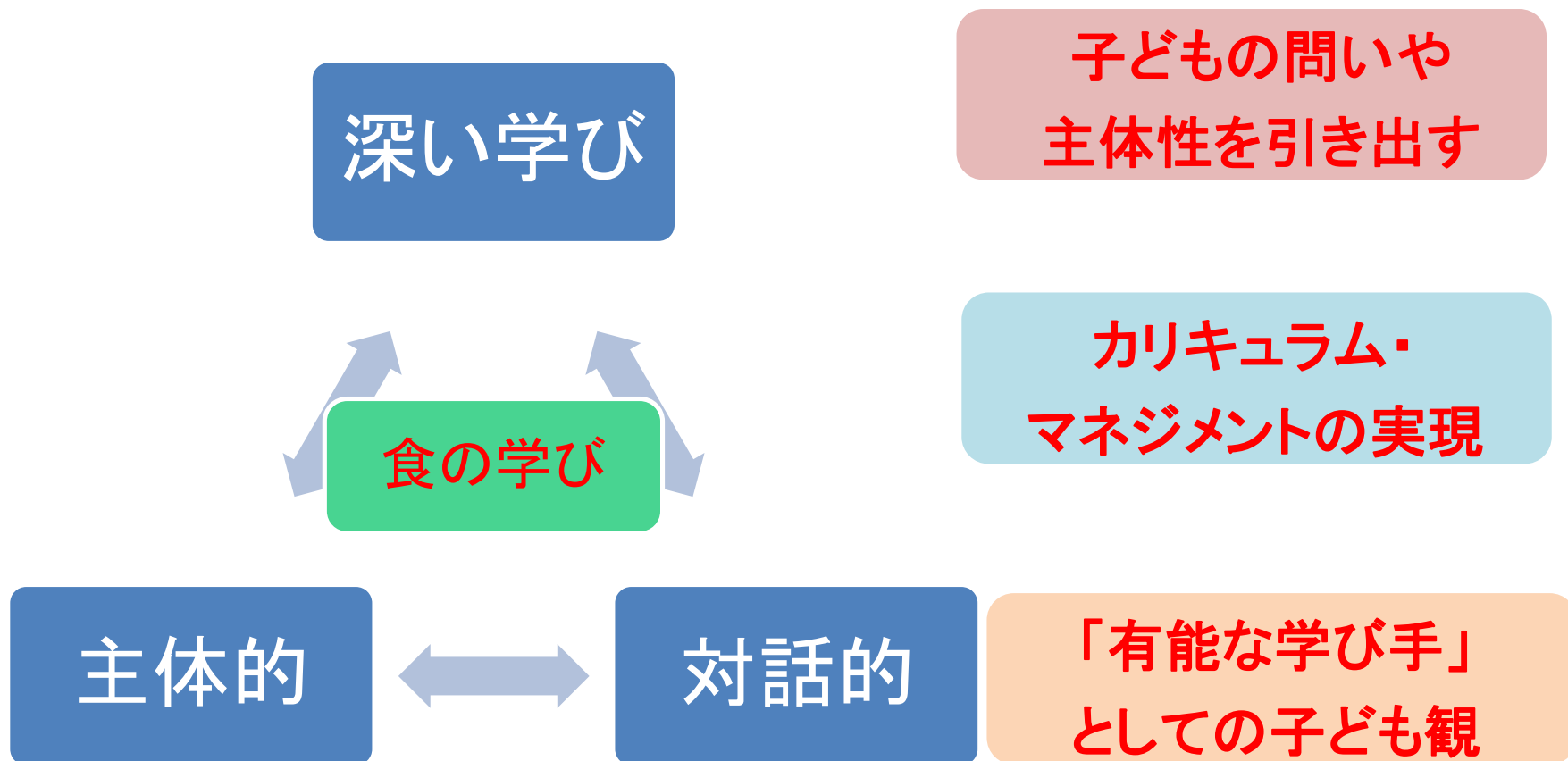
これからの社会が待ち受けていること

近い将来、10人中【 】人は、大学卒業時に、今は存在していない職業に就く : Larry Page (2014) FT interview with Google co-founder and CEO Larry Page

将来、人工知能やロボット等によって米国の労働人口の【 】%が高いリスクにさらされる : Carl Benedikt Frey and Michael A. Osborne (2013) The Future of Employment「How susceptible are jobs to computerisation」

2011年入学児童の【 】%は、大学卒業時に、今は存在していない職業に就く : cathy davidson (2011) 教職員等の指導体制の在り方に関する懇談会提言 : 平成27年8月26日に引用

子どもたちが自分事の問題解決を実現する 食の授業の実現



これからの社会での課題を踏まえた食育

問いや主体性を引き出す活動や問いかけ

子どもの視点で仕立てる

子どもがおもしろいと思うことを内容につなぐ



色ぬり:「わけあって入ってます」

おせち料理の食材のいわれと願いを知る

「おいしくなることば」長岡第七小学校3年
安達先生の授業から



「おいしくなることば」を見つける

どちらを選びますか？



プリン150円とふわとろプリン150円

一年に一回の具がおいしい

カリキュラム・マネジメント：教科・領域等と食育の親和性



レベル	教科・領域等(小学校)	主たる指導目標※
目標 レベル	家庭科 体育(保健領域)	食事の重要性・心身の健康・食品を選択する力・食文化
内容 レベル	学活・生活科・理科 ・道徳・社会科 ・総合的な学習の時間	感謝の心 社会性 食文化
方法 レベル	国語・算数・図画工作 科・音楽・外国語活動	食文化

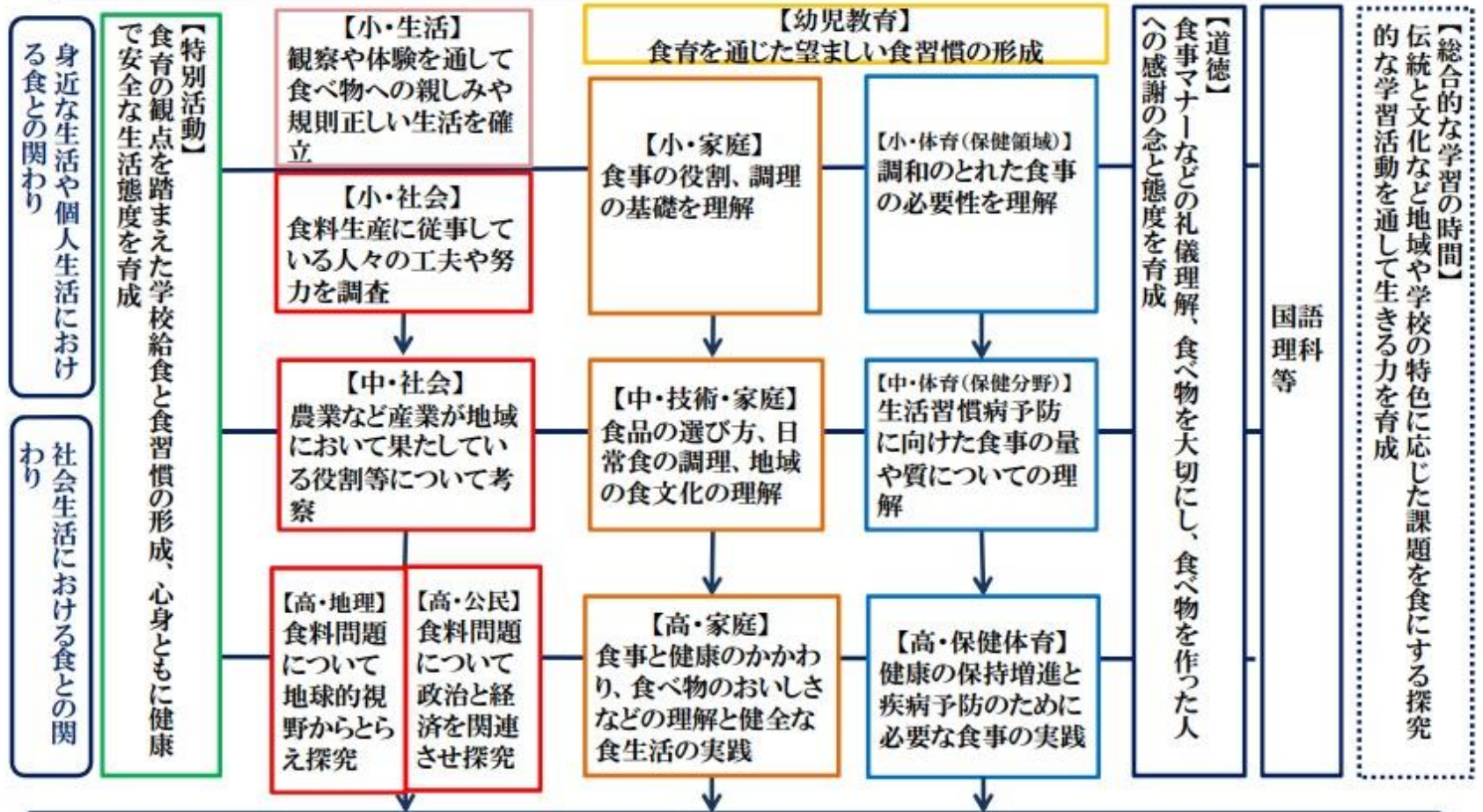
※：文部科学省食に関する指導の手引より

親和性の低い教科・領域等での質の高い実践

食育に関するイメージ

カリキュラム・マネジメントの実現

【食育の観点】 ①食事の重要性②心身の健康③食品を選択する能力④感謝の心⑤社会性⑥食文化



○自らの食生活を適切に判断し、食に関する課題を解決する力 ○食の大切さ、健全な食生活の実現に向かう情意や態度等 16

「もとより」の示す意味と期待される新たな実践

学校における体育・健康に関する指導を、児童の発達段階を考慮して、学校の教育活動全体を通じて適切に行うことにより、健康で安全な生活と豊かなスポーツライフの実現を目指した教育の充実に努めること。特に、学校における食育の推進並びに体力の向上に関する指導、安全に関する指導及び心身の健康の保持増進に関する指導については、**体育科、家庭科及び特別活動の時間はもとより、各教科、道徳科、外国語活動及び総合的な学習の時間などにおいても**それぞれの特質に応じて適切に行うよう努めること。また、それらの指導を通して、家庭や地域社会との連携を図りながら、日常生活において適切な体育・健康に関する活動の実践を促し、生涯を通じて健康・安全で活力ある生活を送るための基礎が培われるよう配慮すること。

小（中）学校学習指導要領 第1章 総則（第1の2の（3））

あらゆる教科・領域等での食育実践によって学校の共同性を高め、地域や社会との連携を充実させる

食生活の現状を知ろう



めあて

わたしたちを取りまく食生活の現状を知ろう。

1 食品ロスの問題

まだ食べられるのに捨てられている食べ物、いわゆる「食品ロス」が日本では年間約643万tにも上ります。これを日本人1人当たり換算すると、毎日お茶わん約1ばい分(約138g)の量のご飯を捨てていることとなります。

政府広報オンライン <https://www.gov-online.go.jp/useful/article/201303/4.html>



2 食品ロスを減らすために

食品ロスを減らすためには、食べ物をむだなく、大切に消費していくことが必要です。家庭における食品ロスは、次のような理由で発生します。適じょう除去:食べられるところまで捨てること。

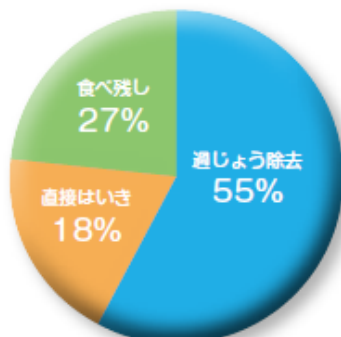
皮の厚むきなど。

直接廃棄:期限切れなどの理由で手付かずのまま捨てられること。

食べ残し:量が多くて食べ残すこと。

岡山県瀬戸内市 <http://www.city.setouchi.lg.jp/kurashi/lifestage/gomirecycle/1489113821500.html>

●家庭における食品ロスの内訳



出典:農林水産省「食品ロス統計調査-世帯調査(平成26年度)」を基に消費者庁にて作成 消費者庁啓発用パンフレットより抜粋

3 食べられるのにもったいない

食品ロスを減らすため、5省庁(消費者庁、文部科学省、農林水産省、経済産業省、環境省)が連携して取り組んでいます。

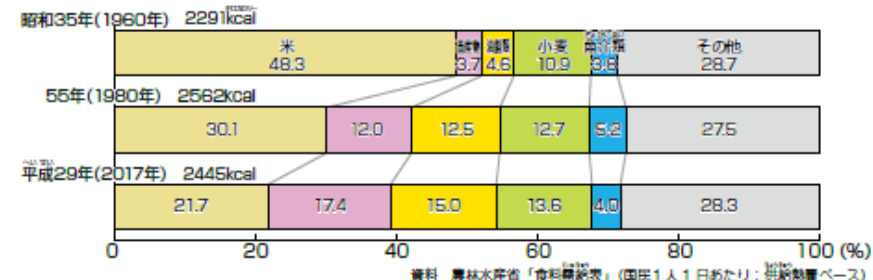
国民運動「NO-FOODLOSS PROJECT」の運動のロゴマークが「ろすのん」です。「ろすのん」は、食品ロスをなくす(non)という意味から命名されました。



4 食の変化

わたしたちの食生活は、昭和50年代には、米、魚、大豆、野菜を中心とした伝統的な食生活に、肉類、牛乳、乳製品、卵、油脂、野菜が加わりました。多様で栄養バランスの取れた「日本型食生活」が形成されていきました。しかし、近年は、米の消費量が減少する一方、畜産物、油脂の消費量が増加し、栄養のバランスのくずれがみられます。

●食料消費割合の変化



5 日本の食料自給率

国内で消費された食料のうち、国内で生産された割合のことを「食料自給率」といいます。日本の食料自給率は約38%とたいへん低く、多くの食料を外国から輸入しています。

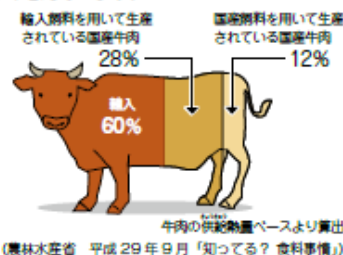
もしも外国からの輸入がストップしてしまったら、十分な食料が確保できなくなってしまいます。

※平成29年度カロリーベースの値

海外にたよる日本の飼料や原料

飼料や原料を海外に依存している畜産物や油脂類の消費量は年々増えています。

●畜産物1kgの生産に必要な穀物量



やってみよう
調べてみよう

- ▶自分の生活の中で、捨てている食べ物について調べてみよう。
- ▶食料自給率を上げるには、どのような食生活をすればよいか考えてみよう。

ロゴマーク「ろすのん」について

- **名前**：ろすのん（男の子）
 - ▶ 食品ロスをなくす（non）という意味から命名
 - ▶ 280件の応募の中から決定（平成25年12月）
- **ろすのんに込めたメッセージ**
 - ▶ 真ん中の赤丸「●」は、お皿をイメージ（食品ロス問題を訴える）
 - ▶ 下の二本線「=」は、お箸をイメージ
 - ▶ 右目の涙は「もったいない」感情を表現
- **ろすのんのプロフィール**
 - ▶ 語尾に「のん」が付く
 - ▶ 好物は刺身のつま・パセリ
 - ▶ 好きな言葉は「残り物には福がある」

ろすのんの願い

食べ物はどこから

私たちがいつも食べている食料はどこで作られているのでしょうか。



天ぷらうどんの食材は、どこからきているのか調べてみましょう。

食料自給率とは

自分の国の食べ物が自分の国でどれくらい作られているのかを表す割合を「食料自給率」といいます。

食品	食材	自給率 (%)	主な生産国
うどん	小麦		
えび天	えび		
	ころも (小麦)		
かまぼこ	白身魚		
やくみ	ねぎ		
つゆ	しょうゆ (大豆)		
	だし (かつお)		

各国の食料自給率について、調べてみましょう。

外国からの輸入食料が不足したら、どうなるか考えてみましょう。

食料自給率をアップするには、何をしたらよいか考えてみましょう。

日本の食料は、約40%が国内で生産されたものです。残りの約60%を海外からの輸入にたよっている一方で、多くの食品が捨てられています。

まだ食べられるのに、期限切れや食べ残しなどで捨てられるものを「食品ロス」といいます。日本では「食品ロス」は年間約642万トン（平成24年度）といわれています。

食品を捨てることは、その生産に使われた土地、水、エネルギーなどの貴重な資源も無駄にしていることになります。



食べものに、もったいないを、もういちど。
NO-FOODLOSS PROJECT

みんなの力で僕のことを
広めてほしいのん
これからよろしくのん



食べものに、
もったいないを、
もういちど。

NO-FOODLOSS PROJECT

のー ふーどろす
NO-FOODLOSS プロジェクト

ろすのんの願い

日本の「食品ロス」

約 **643** 万トン

家庭から

約**291** 万トン

事業者から

約**352** 万トン

農林水産省推計（平成 28 年度）



世界全体の食糧援助量

約 **350** 万トン

国連世界食糧計画（2016）



国民1人 1日当たり

お茶碗約1杯分

の食べ物を捨てている





茶殻を生かせないかな？





茶殻は、「有価物」です。

みんなで話し合って
協力することで
問題も解決できるのん！



有能な学び手としての子ども観

子どもの必然性を大切にする

学びの文脈がないと学ばない



ほくれん丸



北海道釧路港と茨城県日立港とを20時間で結ぶ高速大型RO-RO（ロールオン・ロールオフ式）船。毎日、北海道の新鮮な生乳や農産物を関東・中京圏に供給しています。



乳を飲むまでに関わる人々

牛を作る人
牛を育てる人
牛を買った人
パッケージを作る人
牛乳を搾る人
ほく場をつくる人
運ぶ人
牛乳をパックに詰める人
牛乳を入れる人

トロンル

乳100

くさしてしまう
衛生的に
たくさん
牛乳を運ぶ方法

空気が入る
ローリに入れる方法

12月17日 月曜日

水ようけき強い
持ち運び◎

小さいから
コンパントでたくさん
出し入れしやすい
トラックですぐ運べる

ローリ

工夫を考えよう。



北海道からの贈り物:5年生 社会

日本の食文化を知ろう



めあて

日本の食文化を調べよう。

1 日本の伝統的食文化としての和食

和食は、自然を尊重する日本人の心を表現したものであり、伝統的な社会慣習として世代をこえて受けつがれていると評価され、2013(平成25)年12月にユネスコの人類の無形文化遺産に登録されました。

和食の特徴

1. 多様で新鮮な食材とその持ち味が活用されている

日本の国土は、南北に長く、海、山、里と表情豊かな自然が広がっているため、それぞれの地域に多様な食材があり、それらの味わいを活かす調理技術・調理道具が発達しています。



和歌山県有田町の稲田「あさぎ島」

2. 栄養バランスに優れた健康的な食生活

一汁三菜(3ページ参照)を基本とする日本の食事スタイルは栄養バランスがよく、「うま味」を上手に使うことで塩分を減らし、動物性油脂の少ない健康的な食生活を実現しています。

3. 自然の美しさや季節の移りかわりを表現する

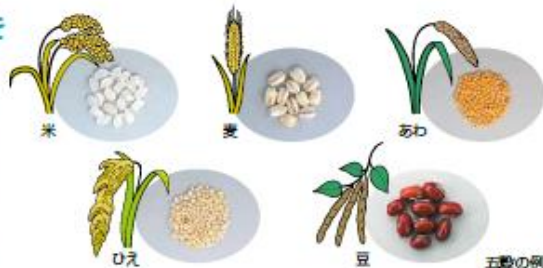
料理に、季節の花や葉などを飾り付けたり、季節に合った器を利用したりして、季節感を出して楽しめます。

4. 年中行事との密接な関わり

日本の食文化は、お正月などの年中行事や人生儀礼と密接に関わって育まれてきました。「食」を分け合って食事の時間をともにすることで、家族や地域の人とのきずなを深めることにつながります。

2 自然への感謝と祈りをこめた行事と食べ物

わたしたちの祖先は、多くの飢饉や天災・病気を乗り越えてきました。各地に残る祭りや行事の多くは、自然への感謝に祈りをこめて、豊作や健康を願う気持ちが形となって残っているものです。



五穀の例

1月1日 お正月

お正月は1年の始まりを祝う特別な日です。年神様を家にむかえ、家族の健康や五穀豊穡を願います。おせち料理やお餅は、神様へのお供えとしてつくられました。
※五穀豊穡: 穀物の豊かに暮らすこと



おせち料理

- 一の重 (祝い肴や口取りなど)
- 二の重 (酢の物や焼き物など)
- 三の重 (煮物など)



もち
丸いおもちは鏡を表しています。



雑煮
雑煮の材料やその切り方は、地方や家庭によって異なります。

五節句(五節供)

節句の意味は神様にお供えた食物「供」のことです。「節」は、季節の変わり目のことで、旬の植物から生命力をもらい、健康を願ってお供えをして邪気をはらうということです。

1月7日 人日の節句



七草がゆ



春の七草

せり

なすな

こごよう

はこべら

ほとけのぼ

すすな

すすしろ

3月3日

上巳の節句(桃の節句)



ひし餅

桃色 地上の桃の花
白 土の上の雉鳴
緑 雪の下の新井



はまぐりのお吸い物
いい人とめぐり合えますように

5月5日

端午の節句(子どもの日)



柏餅

柏の木は、新しい葉が出るまで古い葉が落ちないことから、子孫繁栄を願って食べます。

7月7日

七夕の節句



そうめん

そうめんは、織姫の織り糸や天の川に見立てられます。無病息災を願って食べられます。

9月9日

重陽の節句

菊の花をかざり、菊花酒を飲んで長寿を願います。滋養薬のお守りでは、食用菊を使った和え物や天ぷらがあります。「くりの節句」ともいわれるくりこはんをいただくこともあります。



菊花酒



くりこはん

やってみよう 調べてみよう

- ▶ 自分の住んでいる地域のおせち料理の特徴を調べてみよう。
- ▶ 日本の行事と食べ物との関係を調べてみよう。



どこから来たのでしょうか

沖縄県ならどんなものが
切手に載っているとおもいますか

和食と
行事を取り上げた切手があります。
何がのっていると思いますか。

切手イ

具志川
みんなが
自分をすく

和食と
行事を取り上げた切手があります。
何がのっていると思いますか。

給食にも、うるま市の郷土料理を取り
上げています。

切手で を考える

10月

4月

給食
季節
行事
沖縄



イナムドゥチ

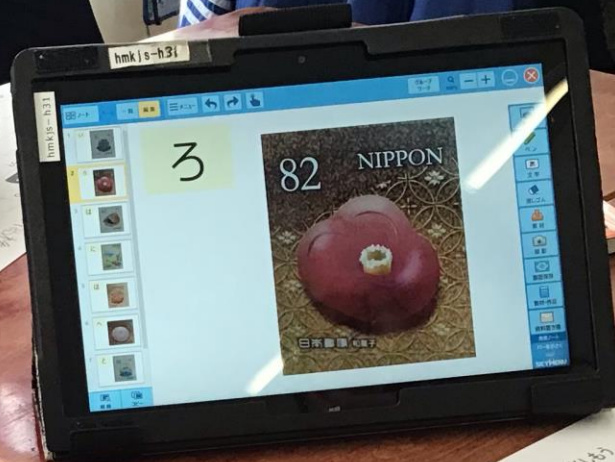


中身汁

祝う
願う

あなたなら何を
和食に取り上げますか

HOME BOYS



切手(和菓子)を通してOOを楽しもう
 ...日本の伝統的な菓子のこと

切手を観よう

①	何を表している?	
②	わしがい	

6年1

の和菓子を考えよう

切手(和菓子)を通してOOを楽しもう
 ...日本の伝統的な菓子のこと

切手を観よう

①	何を表している?	
②		

6年1

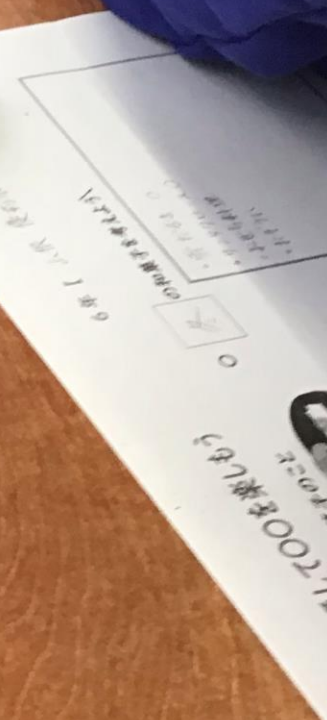
の和菓子を考えよう



L 120-165



hmks-h22



〇印手(和菓子)を通して700...日本の伝統的な菓子のこと

〇印手(和菓子)を通して700	何を表している?	いつ?
無糖	白砂糖	冬
紅葉	紅豆	春
...	...	秋
...	...	秋
...

〇ふり返り

理解するとは、子どもへの敬意

理解することを英語で

「アンダースタンド（understand）と言います。

語源は下に立つこと。相手を尊敬し相手から学びとろうとする謙虚な精神があって本当の理解ができます。

平塚益徳