

1. 題材名 「米～伝統的な食文化から未来の持続可能な食生活まで～」

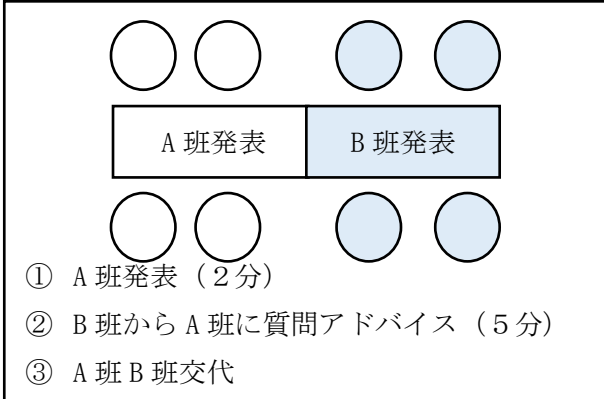
2. 題材の指導計画

時 間	学 習 内 容
1 時間目	炭水化物の種類・栄養価、これを多く含む食品の特徴等。
2 時間目	炭水化物の摂取上の注意点と問題点について学び、自らの米の摂取の仕方について振り返る。 ※米の消費量減少の実態とその背景についての内容も含む。
3 時間目	米の基礎的な調理技術を習得する。 調理実習①「多様な米のデンプンの糊化のさせ方と基本的な献立」 (うるち米の炊き込み飯・もち米のおこわ・インディカ米のピラフ)
4 時間目	多様な米料理を考案し、米の消費拡大をめざすための 企画「『米を食べる!』」の展開 企画に関する目的、テーマ及び米料理を考える。(個人→班)
5 時間目	対話的な学びによる追究課題の検討 <本時>
6 時間目	調理実習②「米を食べる!」
7 時間目	料理コンクールによる振り返り(各班で前時間の調理実習の内容と目的及び反省について発表し、米料理の献立が目的に合ったものであったか等の視点で評価を行う。)
時間外の活動	米の消費拡大のための活動について、企画の考案→計画→実行→反省

3. 5時間目の授業展開

(1) 目標 考案した米料理の献立に込めた、消費者市民としての考えを、他との対話によりさらに深め、より意義深い献立になるように努力し、次の調理に生かせるよう準備をする。

(2) 展開例

過程	学習活動	指導上の留意点	備考
導入 5 展開	1 前時間の振り返りをする。 2 本時の目標を提示	・米料理を考案する意味について各班で振り返る。	ワークシート グループ活動
市民性豊かな消費者として、米料理に込める思いについて、多様な側面から検討を深めよう！			
5 20	3 自分たちが考えた米料理とそれに込めた思いを画用紙に記入。 4 隣の班に自分の班の内容を伝え、互いの班で質疑を行う。	<対話のイメージ図> 	画用紙 マジック タイマー
10	5 質疑の内容をふまえて、自分の班の目的と調理内容の修正。 (ワークシートを色つきペンで修正する)	・自分たちの献立に、持続可能な社会形成のために消費者市民として積極的に貢献できる視点 (<参考資料>におけるA~Eの視点)をできるだけ多く含むように声をかける。	ワークシート 色つきペン
まとめ 10	6 次時間の調理に各自が準備するものや事前準備について各班で調整。		

<参考資料>考案された献立例

1 班	<p>【消費者市民の視点】A 自給率 E つながる</p> <p>【テーマ】『米味!』を最大限に引き出し、普及を図る</p> <p>【テーマ設定の理由】</p> <p>米のウマミをより生かして、誰もが食べたいと思う美味しい料理で米の普及を図りたい。</p> <p>【料理名】インディカ米タコライス、肉巻おにぎり</p>
2 班	<p>【消費者市民の視点】A 自給率 E つながる</p> <p>【テーマ】「打倒パン派」</p> <p>【テーマ設定の理由】</p> <p>パンを米にすることでパン消費量を抑え、米の消費を上げ、米の可能性を全世界に発信したい。</p> <p>【料理名】うるち米ライスバーガー、砂糖もち</p>
3 班	<p>【消費者市民の視点】B 伝統 E つながる</p> <p>【テーマ】「季節とお米を楽しむ」</p> <p>【テーマ設定の理由】</p> <p>旬の食材を食べる自国の文化を若い私たちが受け継いでいくべきだと考えた。</p> <p>【料理名】季節のおこわ、焼きおにぎり</p>
4 班	<p>【消費者市民の視点】A 自給率 B 文化 E つながる</p> <p>【テーマ】「和洋折衷」</p> <p>【テーマ設定の理由】</p> <p>米の消費量を増やすために米と洋食文化の融合を考えた。現代人の口に合いしかも和の要素を欠かさない、しかも子どもが喜ぶという視点を入れた</p> <p>【料理名】もち米ピザ、うるち米オムライス</p>
5 班	<p>【消費者市民の視点】A 自給率 C 産業 D 循環型</p> <p>【テーマ】「国産米を調理できる幸せを噛みしめる」</p> <p>【テーマ設定の理由】</p> <p>食料自給率が下がる現在、国産米を調理して食することができるのはとても幸せなことであるから、この幸せを感じることでできる料理を作りたい。</p> <p>【料理名】熊本県産茄子チャーハン</p>

6 班	<p>【消費者市民の視点】B 文化 E つながる</p> <p>【テーマ】「米を楽しむ」</p> <p>【テーマ設定の理由】</p> <p>昔から主食として親しまれる米の美味しさ、良さ（甘味・懐かしさ）を理解し楽しむことが大切。</p> <p>【料理名】塩分濃度の違うおにぎり、リゾット</p>
7 班	<p>【消費者市民の視点】A 自給率 B 文化 D 循環型</p> <p>【テーマ】「国産米で美味しい料理」</p> <p>【テーマ理由】</p> <p>鶏肉を使用することでパーチャルウォーターの削減を目指す。多文化を融合しつつも、食材は国産を使用し、安心安全を目指す。</p> <p>【料理名】親子丼、インディカ米チャーハン</p>
8 班	<p>【消費者市民の視点】A 自給率 B 文化 E つながる</p> <p>【テーマ】「2つの文化の米料理を味わおう」</p> <p>【テーマ理由】</p> <p>同じ米でも調理方法次第で味が変わり、全く違う文化の米料理となるから。</p> <p>【料理】うるち米リゾット、うるち米炊き込みご飯</p>

※ 補足

表中の【消費者市民の視点】のA～Eについて、本授業では具体的に下表のように整理した。

<p>A 日本の食料自給率、米や小麦の消費量の推移等について考えること。</p> <p>B 日本の伝統的食文化を引き継ぎ、次の世代につなげること。</p> <p>C 日本の農業などの産業のあり方について、考えたものであること。</p> <p>D 循環型社会に対応し、安心・安全であること。</p> <p>E 食べた人が心身共に元気になり、いろんな人とつながり、次の活動への意欲がわくこと。</p>
--