

〈食に関する指導の目標と指導内容〉

⑥ 食文化（各地域の産物、食文化や食にかかわる歴史等を理解し、尊重する心をもつ。）

- ・ 自分たちの住む地域には、昔から伝わる料理や季節、行事にちなんだ料理があること。
- ・ 日常の食事は、地域の農林水産物と関連していること。
- ・ 地域の伝統や気候風土と深く結びつき、先人によって培われてきた多様な食文化があること。
- ・ 自分たちの食生活は、他の地域や諸外国とも深いかかわりがあること。
- ・ 諸外国の食事の様子を知ることは、国際理解につながるとともに、日本の風土や食文化の理解を深めることになること。

近年、社会環境の変化や食品流通の変化などに伴い、外食や調理済み食品の利用の増加、子どもだけの食事など、子どもたちの食生活が大きく変化しています。従来、食生活は地域の気候風土や伝統と深く結びついた営みでした。そして、地域の産物を使って独自の料理法でつくられ食べ継がれてきた郷土食、古来から行われてきた行事にちなんだ行事食などが食文化として継承されてきました。

食に関する指導においては、自然の恩恵などへの感謝、食文化、食糧事情などについて教科等の指導と関連を図ったり、家庭の中でも話し合えるような題材を設定したりすることで、生徒たちに食を通じて地域を理解させたり、食文化と自分の食生活との関連を考えさせたりすることも意義深いことです。



中学校 第3学年 学級活動

- **題材名** これからの食生活について考えよう
- **本時の目標**
 - ・ 食事内容の変化と健康や生活の関係を考え、これからの食生活で自分が取り組むことを考える。
- **食育の視点**
 - ・ 日本の食文化や歴史と、自分の食生活との関連を考えることができる。(食文化)
 - ・ 食事の変化と食品の生産、流通、消費について理解する。(食文化)
- **本時に関連する食に関する指導の学習計画(全8時間) ※太字は関連指導案参照**

【社会(公民)7時間】「第1編 私たちと現代社会 第1章 私たちが生きる現代社会と文化 1 私たちが生きる現代社会の特色 **2 現代社会の文化と私たち**」※

- ☆ 日常の食生活について、食文化と関連づけて考える。(食文化)
- ☆ 食生活の変化と文化との関係を考え、自分たちの生き方について考える。(食文化)
 - ・ 日本の特色や日本の伝統と文化の社会生活への影響や、その中での自分たちの生き方について関心を持ち、進んで学習に取り組もうとする。
 - ・ 日本の特色や文化の意義・影響を考え、まとめたり発表したりすることができる。
 - ・ 写真や図版・統計資料から日本の特色や文化の意義・影響を読み取ることができる。
 - ・ 日本の特色や文化について、社会生活と関連づけて理解することができる。

【学級活動1時間】「これからの食生活について考えよう」本時

- ☆ 日本の食文化や歴史と、自分の食生活との関連を考えることができる。(食文化)
- ☆ 食事の変化と食品の生産、流通、消費について理解する。(食文化)
 - ・ 食事内容の変化と健康や生活の関係を考え、これからの食生活で自分が取り組むことを考える。

【給食の時間】

- ☆ 給食の献立に関心を持ち、食文化との関係を意識して食べる。(食文化)
- ☆ 給食に使われている食品がどこでつくられたものか意識して食べる。(食文化)

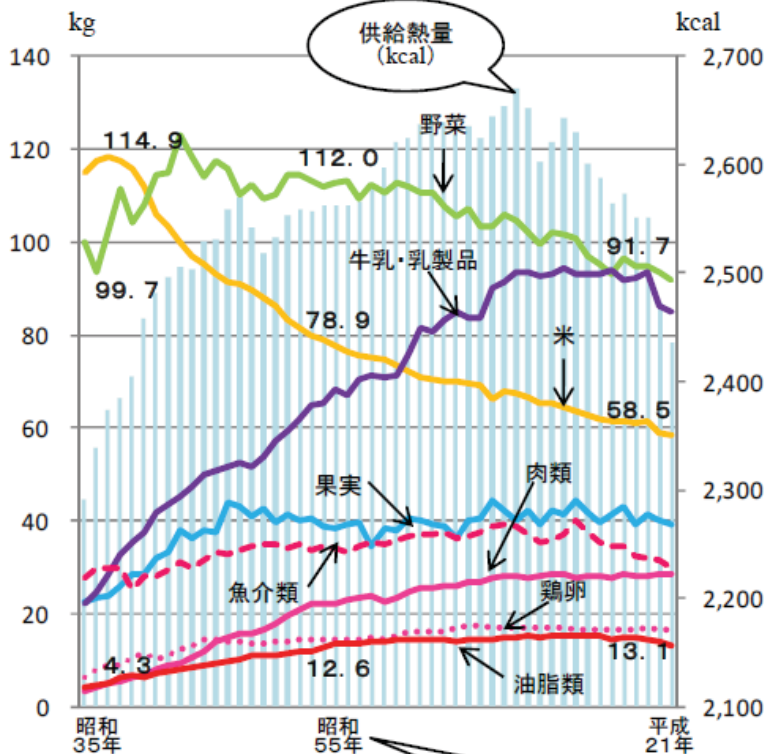
- **教科等との関連** 「食品の選択と調理」「これからの食生活」「消費生活と環境」
(技術・家庭(家庭)2年生)
「世界と日本の生活と文化」「世界と日本の資源と産業」
(社会(地理)2年生)
「現代の日本と世界」(社会(歴史)2年生)
「現代日本の歩みと私たちの生活」(社会(公民)3年生)
「土と炎の出会い」(美術1年生)

本時の展開

学 習 活 動	時 間	指導上の留意点 支援 (○)・評価 (☆)		資 料 等
		T 1	T 2	
1 人生の節目の祝いに日本ではもちや赤飯を食べてきた理由を考える。 <ul style="list-style-type: none"> ・ 米が身近だったから ・ 米が貴重だったから ・ 米が食べられることへの感謝の気持ち ・ お祝いだから大切なものを食べた ・ 昔の米は赤かったから、昔からのしきたりで、米を赤くした赤飯を食べた 	10分	○ 人生の節目の祝い食のもちと赤飯に気づかせる。 ○ なぜ、もちや赤飯を食べてきたのか考えさせる。	○ 愛知県下で昭和時代に一般に行われていた人生の節目の祝い食を紹介する。* ○ 給食でも節目となるお祝いの赤飯があることを知らせる。 ○ 日本の食文化と米の関係について説明する。	*『聞き書き愛知の食事』 給食の入学祝と卒業祝いの写真
2 本時の課題について知る。 (1) 資料から現在の日本の食生活の現状と課題を、班で話し合い、発表する。 (2) 各班の発表を聞いて、これからどのような食生活をするかよいか班で話し合う。 (3) 話し合ったこと発表する。	30分	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> これからの食生活について考えよう </div> ○ 最初に資料1を掲示し、日本の食文化と深い関係がある米の消費量が減っていることに気づかせる。 ○ 資料2から、増えた食品は輸入に頼っていることに気づかせる。	○ 資料3を掲示する際に、望ましい栄養バランスの食事の例として給食の写真と一緒に掲示する。 ○ 食文化との関係も考えさせる。	【資料1】 国民一人当たりの品目別供給量及び供給熱量の推移 【資料2】 食料事情の変化 【資料3】 日本人の栄養バランスの変化と健康状況の変化
4 本時のまとめをする。 (1) 自分の食生活を振り返り、これからの食生活で取り組むことを考える。 (2) 発表する。	10分	○ 自分の休日の昼食(事前に記入)や給食写真も参考にさせる。 ☆ 食事内容の変化と健康や生活の関係を考え、これからの食生活で自分が取り組むことを考えることができたか。(発言より)	○ 机間指導を行う。	ワークシート 【資料4】

*『聞き書き 愛知の食事 人生の節目の祝い食』日本の食生活全集 出版：農山村文化協会

○国民一人当たりの品目別供給量及び供給熱量の推移



資料:農林水産省「食料需給表」
 注:1)国民一人一年当たりの供給量は、
 国民一人一年当たりの供給純食料
 2)グラフ中の数値は、米、畜産物、
 油脂類の昭和35年度、55年度、
 平成21年度の数値

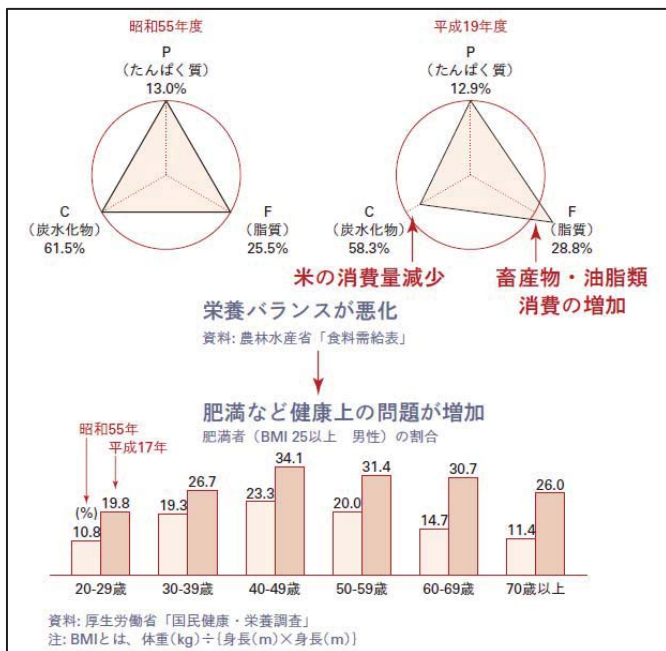
「日本型食生活」
が形成

資料 1

資料 1
 我が国の食生活の現
 状と食生活の推進に
 ついて
 農林水産省
 平成23年7月 より

	ごはん	牛肉料理 (1食150g換算)	牛乳 (牛乳びん)	植物油 (1.5kgボトル)	野菜	果実	魚介類
昭和40年度	1日5杯	月1回	週に2本	年に3本	1日300g程度	1日80g程度	1日80g程度
平成19年度	1日3杯	月3回	週に3本	年に9本	1日280g程度	1日110g程度	1日90g程度
	自給可能	飼料は輸入	原料は輸入			加工品の輸入が増加	

資料 2



資料 3

資料 2・3
 食料の未来とわたした
 ちの“いま”
 編集・発行
 日本教育新聞社・農林水
 産省
 監修 谷川 彰英
 平成21年2月 より

これからの食生活について考えよう

3年 組 番 氏名 _____

- 1 月 日（休日）の昼食を書きましょう。

絵

料理名や、使用してある食品名をできるだけ具体的に書いて下さい。

- 2 資料を見て気づいたこと、課題だと思うことを書きましょう。

- 3 これからどのような食生活をするよいか、班で話し合っ書きましょう。

- 4 これから自分の食生活で大切にしたいことや取り組んでいくことを書きましょう。

※ 関連指導案 中学校3年生 社会（公民）

1 単元名 「私たちと現代社会」

2 単元の目標

- (1) 現代日本の特色として少子高齢化、情報化、グローバル化などが見られることを理解させるとともに、それらが政治、経済、国際関係に影響を与えていることに気づかせる。
- (2) 現代社会における文化の意義や影響を理解させるとともに、我が国の伝統と文化に関心をもたせ、文化の継承と創造の意義に気づかせる。

3 本時の目標

- ・ 日本の食生活の特色について考えることができる。

4 学習過程

学 習 活 動	時 間	指 導 上 の 留 意 点
1 自分たちの食事について、料理や食品、食器、食事の仕方など思い出させる。	5分	○ 自分の食生活から考えさせる。
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;">日本の食生活の特色について考えてみよう</div>		
2 学校給食の献立表に載っている料理について調べる。 ・ その料理はもともとどこの国のものか。 ・ 日本で食べられるようになったのはいつごろか。 ・ その料理のいわれなどは何か。	40分	○ 行事食や郷土料理などに気づかせるために、学校給食献立表を一年分用意し、食文化の観点から考えさせる。 ○ 地理や歴史の学習内容を基に、日本の伝統や文化について調べさせる。
3 それらの料理に使われている食品は、どこで生産されているものか調べる。		○ スーパーマーケットの広告などから、日ごろ自分たちが食べている食品の産地を調べさせる。（*学校給食は地場産物を使用しているが一般的な食事ではどうなるかを調べさせる）
4 日本の食生活の特色について考える。		○ 調べたことを発表し、話し合いをすることで、これからの課題に気づかせる。
5 次時は食生活の変化が、人々の生活や社会全体にどのような影響を与えたのか考えることを伝える。	5分	