

1 ねらい

学級の花壇で野菜を育て、収穫し味わうことで、自分たちで育てた野菜への思いや興味・関心を高める。

2 活動の計画

- ①野菜の苗を植える、育てる（5月）
- ②収穫をしたり、味わったりする（7月～11月）
- ③思ったことや感じたことをまとめる

3 活動での子ども様子

入学してはじめての給食。子どもたちは家庭の味の違いや、初めて見る食事を目にして抵抗を感じる子が多く見られた。特に野菜料理が出たときは食べる量が極端に下がり残菜が増えた。そこで、野菜に愛着を感じ、野菜そのもののおいしさを味わってもらえるよう、みがくの時間をつかって自分たちの手で野菜を育てる計画を立てた。

子どもたちと話し合いながら、育てやすいキュウリ、トマト、ニガウリを選び、苗から育てた。9月以降に収穫ができることを考慮して、植える季節を調整した。花壇は教室の前にあるため、子どもたちは毎日の水やりを欠かさず行い、日々のわずかな成長に気付くことができた。

7月下旬にキュウリが2本実った。人数分に切ってそのままの味を試食してみた。

11月にはトマトが豊富に実り、収穫した。トマトは一人につき一つ丸ごと食べることができた。トマトが苦手な子は小さく切って食べた。

ニガウリは実がなったものの、食すまでの大きさまでは育たなかった。作物を育てる難しさを感じる子もいた。

子どもの感想

- ・採れたてのきゅうりは水っぽくておいしかった。あまり好きではなかったけれど、自分たちでつくったと思うとおいしく食べることができた。
- ・こんどの給食でキュウリが出ても、食べられると思う。
- ・トマトは小さくしても嫌いな味だった。けれど、私たちが作ったと思うとうれしくなります。

4 まとめ

育ったキュウリやトマトの実の色や形、日々成長していくようすなどを実際に見たり触ったりすることで、野菜に対する抵抗感がやわらぎ、食べてみようという気持ちを高めることができた。野菜を生で食べたことがない子が多かったが、野菜そのものの味に触れる大切さを再認識することができた。その後の給食では、野菜の献立が出ても、減らさず食べる子が多くなったことは実践による成果といえるだろう。



6月 みんなで苗植え



7月下旬 はじめての収穫



11月 トマトの収穫と試食

## 1年みがく「摘み立てのブルーベリーに触れ、味わってみよう」

実施時期 6月～7月

### 1 ねらい

ブルーベリーが木から実としてできる様子を見学し、実際に摘み、味わう体験を通して、一人一人の果物に対する思いの高まりや変容を表現する。

### 2 活動の計画

- ①ブルーベリーについて話し合う
- ②ブルーベリー農園で、農家の方々の話を聞いたり、収穫をしたり、味わったりする
- ③思ったことや感じたことを作文でまとめる（国語「文のかきかた」）

### 3 活動での子どもの様子

ブルーベリーは食材そのものが傷みやすい。そのためブルーベリーは加工品として親しまれることが多い。子どもたちにとってもブルーベリーはジャムやケーキで使われる果物というイメージをもつ子が多く、実の形や味は知っているものの、そのままの形状を口にする経験のある子は少ない。

また、子どもたちにブルーベリーについての事前調査を行ったところ、味が苦手と回答する子が約2割を占めていた。

ブルーベリーが旬な7月上旬を選び、茨城県かすみがうら市にある福田グリーン農園に訪問した。1年生にとって初めてのバスを



を使った校外学習のため、適度な時間で行き来できる場所と設備、また、無農薬製法であることに重点を置いた。日頃お店に並ぶ果物にしか触れていない子どもたちにとって、ブルーベリーの実がなる木を見て歓声を挙げた。ブルーベリーの木は1年生と同じくらいの背丈に実をつけ、実は摘み取りやすい。農園の方の美味しいブルーベリーの選び方を教わり、実際に満足いくまで摘み立てのブルーベリーを味わった。

#### 【摘み取り、食べた時のつぶやき】

- ・こんなに甘いと思わなかった。初めは嫌いだったけど、ブルーベリーが好きになった。
- ・いつも食べているあじと違う。新鮮だとこんなに味が違う物なんだね。
- ・色によって味が違う。濃い色の実は甘いけど、少し甘酸っぱい実も好き。
- ・同じ色や形の実でも、木によって味が違う。私はこのブルーベリーの木がお気に入りです。
- ・とれたてがこんなにおいしいとは思わなかった。おうちの人にもブルーベリー狩りを教えてあげ、また一緒に狩りたい。

体験後、学校の国語の授業と関連させてブルーベリー農園での出来事、感想を文や絵にまとめた。

### 4 まとめ

木から実ができる様子を実際に見せ、摘み立てを味わう体験を行ったことで、果物や野菜は実であり、木からなることを実感することができた。果物の味への興味関心が高まっただけでなく、果物そのものの見方が変わった子どもたちも多い。また、この活動に並行して学校で野菜を育てている。育ったキュウリの実の色や形などを実際に見たり触ったりしながら収穫の時期を子どもたちどうして話し合う姿が見られた。

# 1年みがく「あきまつりを楽しもう」

実施時期 9月～11月

## 1 ねらい

秋の収穫を、味覚を中心に感じ取り、その後の活動につなげていく。

## 2 活動の計画

- ①保護者へのあきまつりの依頼、準備（9月）
- ②あきまつりの実施、ふりかえり（10月）
- ③あきを生かした行事活動への取り組み（11月～12月）

## 3 活動での子どもの様子

秋の収穫や季節感を1年生に感じ取ってほしいという願いをこめて、保護者の方々におまつりの計画を依頼した。保護者からはたくさんの秋を感じられる出店計画が提案された。その中でも秋の味覚をテーマにした出店は食育のテーマと関連できるものとなった。

保護者は学校と連携を図りながら1か月にわたり準備をすすめ、10月上旬にあきまつりを実施した。お店は保護者が運営した。秋を感じるゲームや工作のお店を巡る中、秋の味覚が味わえる出店には大変人気があり、行列ができていた。

### 【焼きいも】

秋の味覚のサツマイモをアルミホイルで包み、野外のかまどで炭火焼いて食べた。野外で熱い焼きいもを冷ましながら食べる体験ができた。

### 【焼きそば】

野外の炭火と鉄板で焼きそばを作り、隠し味に秋の味覚のきのこを入れた。きのこの味をしっかりと感じ分け、この中にも秋があると感想を述べる子が多く見られた。

### 【世界のおやつを食べよう】

「焼きマシュマロのとりサンド」「ごはんせんべい」「餃子の皮のひとくちきのこびざ」の4種類の一口で食べられるホットプレートのメニューを提供した。どのメニューがどの世界かを思い起こしながら食を楽しむことができた。

### 【ポップコーン】

駄菓子を楽しむコーナーでは、色々な味が味わえるように工夫されていた。

### 【野菜で染物】

染物を通して自然の色をつくること、布に色をつけることを体験して、身近な野菜、草木、衣服への興味をもたせることができた。

## 4 まとめ

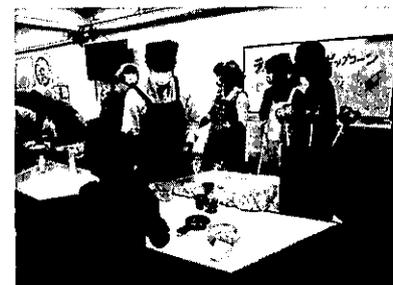
1年生は行事を楽しみ、たくさん子ども主体のヒントを得ることができた。また、秋を感じ、個々の思いや願いを具体化することにもつながった。その後、子どもたち主催の秋まつりやクラスフェスティバルを企画したり、音楽会の歌づくりに秋の味覚を取り入れたりすることができた。保護者と学校が連携して食に対する興味を促すことの成果が見られた。



保護者による焼きそばづくり



野菜で染め物体験



4つ味のポップコーンを味わおう



世界のおやつを楽しもう



ほくほくの焼き芋はおいしいね



1 ねらい ・季節の食材を使って、春の味覚を味わう

## 2 活動の計画（なかま10時間）

- (1) 大学に春みつけに出かける
- (2) 春を味わうパーティーについて考える
- (3) よもぎ団子の作り方について家庭で調べ、確認する  
大学に出かけ、ヨモギの植生を調べて、下準備をする
- (4) だんご作りを行い、実食する
- (5) だんご作りの感想をまとめる



## 3 活動での子ども様子

### (1) イチゴパーティー

この学年は昨年度、食育の一貫で外部講師を招いてイチゴの栽培を行っていた。いよいよイチゴが色づいてきたと気がついた子どもたちにとって、「食べること」が興味を中心になっていく。そこで、「1人3粒ほどしか食べられない、春のもので一緒に食べられるものはないか」と投げかけると、「よもぎ団子を作って食べたよ」という声が挙がった。

### (2) 春みつけ

大学の敷地内にある本校では、大学に出かけて季節の変化を感じる「〇〇みつけ」が、定番の活動になっている。春みつけに出かけた子どもたちは、タンポポやハルジオンを手に、教室に戻ってくる。学内には、イタドリやノビルなど口にするのできる野草も多く、それを楽しみにしている子どもたちもいる。ヨモギを持ち帰った子どもたちに、「ヨモギが食べられるの、知ってる？」と投げかけると、よもぎ団子を食べたことがあるという。その話をもとに、団子の作り方を話していったことで、「イチゴ・ヨモギパーティーを開こう」という活動が立ち上がった。

### (3) 団子作り

団子作りは、①家庭でヨモギをペースト状にする①上新粉と水を混ぜて生地をこねる②ヨモギペーストを加えて団子にする③茹でる（保護者ボラ）④砂糖醤油で味付けするという手順で行った。

子どもたちが苦労したのは①の生地作りである。給食で使う200mLの牛乳パックに印をつけて水の量を確認しようという話し合いをしていたが、水を足しすぎてしまうグループが多く、べたべたになった団子粉に苦労していた。また、ヨモギペーストを足すことで水分が増え、固さが急変して戸惑うグループもあった。

苦労して出来上がったよもぎ団子は、イチゴとともに給食のデザートとしていただいた。ヨモギ団子に餡を詰め、イチゴと一緒にいちご大福を真似る子もいた。緑のものが苦手、餅が苦手、初めてのものは食べられないなど、団子を食べきれない理由があったが、自分たちで作った団子は、一つは試してみようという気持ちにさせたようである。

## 4 考察

1年生からの経験のつながりをもとにした実践であるが、イチゴを育てるだけでは気づけないことも、春みつけという活動を介して考えることができた。

普段の春みつけとは違い、3クラス分のヨモギを確保するために大学キャンパスの植生を調べたり、よもぎ団子の作り方を調べたりと、季節の食材と主体的に関わる活動になったと考えている。

わたしたちは、はじめはうまくいっていましたが、でも、ちょっと水を足しすぎたら、すぐにべちゃっとなってしまって、手にベタベタがくっついてたいへんでした。（中略）わたしは、よもぎ団子をたべるのははじめてで、1こだけ食べました。ちょっとにがいかんじがしたけど、あんこであと一つだけ食べてみました。あと3こはNくんあげました。

- 1 ねらい ○お月見会のために、月見団子や季節の食材に関心をもつ  
○お月見から興味を広げ、課題別グループで活動する

## 2 活動の計画（なかま24時間）

- (1) お月見会の計画を立てる（3時間）
- (2) グループ活動を通して興味を広げる（13時間）
- (3) お月見会を開く（6時間・活動当日）
- (4) 活動を振りかえる（2時間）

## 3 活動での子どもの様子

- (1) お月見会の計画を立てる

2学期に入り、自然・伝統・人・仕事というキーワードからどんな活動がしたいか話し合ったところ、自然・伝統につながるものとして「お月見会」という意見が出された。よもぎ団子の経験から、「月見団子」の声も挙がったため、満月の夜に学校に残って「お月見会」を開くことにした。

- (2) グループ活動を通して興味を広げる

お月見会を通して、課題別グループで興味を追求するという活動のジャンプをねらった。「ことば」「かずとかたち」「しぜん」「ものづくり」に分かれ、お月見や秋に関わる具体的な活動を決めた。

団子と水の比率によって固まり方の違いを紹介するチーム、月見団子の並べ方を体験できるチームは数や形に着目し団子という題材との関わりを深めた。秋をテーマにしたカルタや紙芝居を楽しんだり、書道体験や竹取物語の劇発表があったりと、見に来た人が一緒に楽しむ工夫も見られた。ものづくりでは、団子と一緒に食べるものを考えただけでなく、灯籠をつくって夜の屋上を彩ることへも発展した。

- (3) お月見会当日

全員で行った月見だんご作りでは、1学期の経験を生かし、慎重に水を加えていく姿があった。算数で水のかさの学習をしていたので、自作の計量カップを持ち出して量る子もいた。想像していたより小さい団子を作った子が多かったのは、なかなか茹で上がらなかった前回の思いだしていたからだろう。

子どもたちが持ち寄った季節の食材で作った「月見汁」を、保護者ボランティアが振る舞った。里芋、栗、しめじなどの秋の食材、玉葱、大根など味のバランスを考えた食材が入った月見汁を、団子と一緒にいただいた。また、団子に使うあんことホットケーキミックスを合わせた「ミニどら焼き」を作ったグループから、100人分のどら焼きが配られた。

- (4) お月見会を開く「夜の学校」

日が落ちたころ屋上に上がって、各々が図工の時間に作った灯籠を周りに飾ると、七色の光が漏れだし、屋上は幻想的な空間になった。白い壁にプロジェクターで大きな満月が映し出され、「夜の学校」が始まった。スーパームーンの話、星座の話などで月の出を待った。

いよいよ満月が顔を出すと、「あっ！見えた！」誰かの声をきっかけに一斉に顔を上げ、思い思いの場所で月を眺めながら過ごした。

## 4 まとめ

この活動から、子どもたちの学びに二つのつながりを見出すことが出来る。一つは、よもぎ団子から月見団子という子どもたちの経験の重なりである。二つめは、月見や団子という素材から、様々な探究活動・表現活動へとつながり、教科・領域横断的な活動へと広がったことである。食に関わる活動を中核として、子どもたちの興味・関心が教科としての学びにもつながっていった。

紙粘土で月見団子の模型を作る



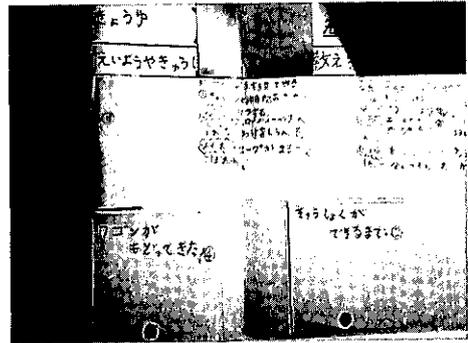
## 2年国語 パンフレット「しごとのうらがわ」を作ろう

実施時期 12月

- 1 ねらい ○教科の学習を通して、給食に関わる人に触れ、食との関わりを考える  
○文章の中の大事な言葉を選び、行動の理由に注目する

### 2 活動の計画（国語12時間、みがく3時間）

- |                                     |     |
|-------------------------------------|-----|
| 1次 i 「動物園の獣医」を読み、獣医の仕事に興味をもつ        | 1時間 |
| ii 書き方を知り、獣医さんのパンフレットを作る            | 2時間 |
| iii パンフレットをもとに獣医の仕事について話し合う         | 3時間 |
| 2次 iv 「保健室」「調理員」「栄養教諭」から選びパンフレットを作る | 2時間 |
| 3次 v 作品の表現をもとに、仕事について話し合う           | 3時間 |
| vi 発表を聞いて表し方を考える                    | 2時間 |
| vii 相手を選んで学習感想を伝える                  | 2時間 |



パンフレット「しごとのうらがわ」

### 3 活動での子どもの様子

#### (1) パンフレット「しごとのうらがわ」

2年生は野菜の栽培やお月見会を通して、栄養教諭や調理員と関わってきた。そこで国語でも人に関わる教材を扱いたいと考え、1次で説明文「どうぶつえんのじゅうい」を、2次では自作教材「保健室の一日」「栄養教諭の一日」「調理員の一日」を選択して扱うことにした。

本単元では「しごとのうらがわ」と称したパンフレット作りを行う（写真）。画用紙に貼りつけた扉を開けると、その裏側に仕事の具体や背景が書かれる。扉の外側には「朝のかくにん」といった行為を、扉の内側には「どんな仕事か」「なぜそれを行うのか」という行為の裏側を書き込んでいく。

#### (2) 子どもたちの話し合いから

栄養教諭の「うち合わせ」という扉について話し合っている時の事例を挙げる。

- C1：私は「だれが何時からどんな風にして料理をするか確認する」を入れた方がいいと思います。絵だよりでも、いつ、どこ、だれ、何はちゃんと書いた方がいいからです。
- C2：ぼくは、「4時間目が終わるまでに給食を作り終えるために」を入れます。給食が間に合わなかったら大変だから。
- C3：それなら、間に合うように、「早すぎてさめてしまうことがないように」も入れた方がいい。
- C4：時間のことも「計算」なんじゃない。前の計算の扉の時もいろいろ計算したけど、時間も間に合うように計算して考えるんだから。
- T：いつ・どこ・だれは何のために打ち合わせで話しているのかな。

子どもたちにとって、身近ではあるが知らないことだらけの説明文である。どの情報を大事な文として取り上げたらいいのか、話し合いながらことばの意味を確かめている。

### 4 考察

今年度、食に関わる人に視点を充てて知らない世界を知るという試みの一つである。

パンフレット作りで得た給食に関わる知識を、本人との交流や保護者に伝えることを通して、意識できるものになるような活かし方を工夫する必要がある。

足立先生へ  
(前略) 足立先生は給食室の中で栄養のことについて毎日毎日、考えて仕事をしているとわかったら、「栄養教諭の仕事って、すごく大変なんだなあ。」と思いました。  
特に副校長先生にけん食してもらった時、「ダメ」と言われたら、給食も食べられなくなってしまうように、気をつけて作るのがすごく大変だと思います。先生の献立はおいしそうなのばかりなので、いろいろな給食を出してください。

## 1 ねらい

本格的な野外でのカレー作りを通して、普段食べている料理に興味を持ち、食に能動的に関わる。毎日当たり前に食べているものがたくさんの人々の働きでおいしく頂けていることに気づき、感謝の気持ちを持つ。また、自分の仕事に責任を持ち、友達と協力して最後までしっかり行う。

## 2 活動の計画(全8時間)

- ①クラスでの話し合い(1時間)
- ②学年集会での話し合い(1時間)
- ③グループごとの打合せ(2時間)
- ④当日の活動(4時間)



## 3 活動での子どもの様子

「大人の力をかりないで、チャレンジしながらやってみよう」という学年の目標を達成するためにこれからどんな活動したらよいか、各クラスで十分に話し合い、学年集会に臨んだ。各クラスから出されたアイデアを学年委員がまとめ、行き着いたのが学校宿泊だった。その中で夕食を自分たちの力で作ってみたいという意見が多く出た。1学期のジャガイモ焼き体験を生かして、もう一度かまどで火をおこして、料理を作りたいというものだった。そのためにはどんな料理がいいのかと子どもたちが考え合ったところ、普段家でよく食べているカレーなら自分達でも作れるかもしれないという声上がり、カレーのルーを作って食べることになった。

活動は1グループ8名の中に火おこし・鍋係、調理・買い出し係と大きく2つに分かれ、活動の計画を立てていった。当日は、調理準備係が調理の用意をしている中、調理買い出し係が近所のスーパーへ買い物に行った。1グループ800円の予算で買えるように、各グループで十分に話し合い、買う野菜や果物を決めて行ったが、1つでは大きい高いのでどうにか半分に切って売ってもらうことはできないかと考えた児童は、とっさにスーパーの店員に尋ね、実際に半分の値段で売ってもらうことができた。「ブロックリーを半分に切ってもらえたら、安く買うことができた。」(買い出し係児童の声)このような体験は、保護者と一緒に行ったときにはなかなか思いつかないことだろうし、生活力の向上を感じる一場面であった。一方、火おこし・鍋係は、校庭でかまどになるブロックや燃料の薪を運んだり、鍋が焦げないように外側に研磨剤を塗ったりして準備した。どのようにすれば、火が早く着くのか、着いた後はどうすれば早く火が全体に回るのかなど、予めグループで十分に話し合ったり調べてきたりしていたが実際に行ってみて実感したようだ。「上から火を噴くと火が弱くなり、下から吹くと強くなった。」(かまど係の児童の記録より)調理係はピーラーでジャガイモの皮を上手に剥いたり、ニンジンを一ちょう切りにしたりと、とても慣れた手つきが見られた。そして、調理係が切った野菜を鍋係に渡し、じっくり煮込むと、グループによって個性的なカレーが出来上がった。

10月の青空のもと、芝生の校庭でグループごとに美味しくそれぞれのカレーを味わうことができた。その後の後片付けは全員で分担して行った。

## 4 まとめ

カレーライスが嫌いな児童は比較的少ないが、カレーの中に入れる具材は各家庭によりかなり異なっている。今回は予算以内で買える範囲の野菜や果物を各グループで十分に話し合い購入したが、自分の家では食べ慣れない具材も投入することになったグループもあったようだ。しかし、子どもたちは食べ慣れない野菜が入っていても「美味しい」と感じて、よく食べることができた。それは、カレー独特の風味のおかげもあるが、自分達で協力して作った料理はやはり美味しいと感じることができたからである。「家で食べるカレーも美味しいけれど、自分達で作ったカレーは一味違った美味しさだった」と記録している。また、この体験を通して、家庭でも台所に立ち、調理を覚えたり、包丁を使ったお手伝いをしたりする子が増えている。このようにカレー作りを通して、食材や調理過程に興味を持ち、積極的に仕事に取り組むことにより、食に対して能動的に関わる子どもが増えたことを嬉しく感じた。

## 4年創造活動「2年目の野菜作り」

実施時期 5月～7月

### 1 ねらい

4年生の子どもは、1年次より継続して野菜作りに取り組んでいる。今年度は、学年として野菜作りを行ってはいないが、今年も野菜を作りたいと思う子どもがいた。子どもが自主的に継続して野菜作りに取り組むことが本実践のねらいであり、それは「食に対する能動的な姿」の一つであると言えよう。

### 2 活動の計画

活動項目	主な活動内容
有志を募る・計画する〔5月〕	1学期に野菜作りをしてみたいメンバーを募る。 夏までの短期間で育てられる野菜について、休み時間を使って話し合う。
土づくり・育てる〔5月～7月〕	土づくり・畝づくり、種まきを協働して行う。 灌水や草ぬきは、休み時間に手の空いている子どもが自主的に行う。その中で、畑や成長の様子を伝え合う。
収穫する・食べる〔7月〕	協働して収穫し、ていねいに水で泥を落とす。 カブは学校で調理して、給食の時間に学年で食べる。また、有志のメンバーは家庭に持ち帰り、調理して食べる。

### 3 活動での子どもの様子

今年度の創造活動は「仕事」をテーマとしているが、考えてみたい仕事として農家（野菜や果樹作り）を挙げた子どもがいた。ここに、昨年度の活動との相違が見られる。昨年度も子どもの主体的な活動が中心であったが、活動の初めは継続して行うことの思いが教員側にやや強く、野菜作りの動機づけは教員側によるものであった。しかしながら、今年は子どもから野菜作りの案が挙がり、そこに教員が賛同したわけである。

育てる野菜についての話し合いでは、昨年度の経験がかなりいかされた。トマトやナスは支柱などの農具が必要であり、手間がかかること。カブは種まきから収穫まで一か月程度という短期間であり、狭い畑でもたくさん育てられること。これらは、子どもが経験的に知っていることであった。こうした話し合いを経て、カブを育てることに決まったのである。

種まきの準備では、1週間もかからずに耕田をして、立派な畝を作ることができた。これには教員もかなり驚いた。種まきも慣れた手つきで、丁寧に行っていた。また、隣の畑で活動している下学年の子どもに、自分たちのノウハウを伝える光景が見受けられ、教員はとてもしんどく感じた。

運動会や林間学校などの活動が多くなり始め、野菜作りの人手が足りなくなってきた。すると、廊下の掲示板を使って、追加のメンバーを募集したりしていた。それ程人数が集まらなかったが、休み時間の合間を縫って、畑へ足を運ぶ子どもの数が少し増えたように思う。

いよいよ収穫の時期を迎える。人手不足から、かなり雑草は増えていたが、その中で50個以上のカブを収穫することができた。少ない人数でもこれだけのカブを収穫できたことに対して、子どもはとて喜んでいて、そして、一つ一つのカブを丁寧に水で洗い、泥を落とし、余分は葉を切り取っていた。収穫したカブの一部は、有志の子どもが家庭に持ち帰り、それぞれの調理で食べた。とても美味しかったという声が聞かれた。残ったカブは、教員が調理して、学年で食べることにした。有志ではない子どもからも「とても美味しいし、また自分でも育ててみたい」という声が多く聞かれた。



### 4 まとめ

本実践では、子どもの能動的な思いにより、活動の扉が開いたと言えよう。その活動に教員は価値を見出し、支援していった。活動の入り口にこそ子どもの能動的な側面を大切にしたいものである。

有志であるが故に、どうしても人手不足の感は否めなかった。一方で、限られた人数の中で野菜作りに取り組んでいく難しさも子どもは実感したと言えよう。ある子どもは、「(鶴ヶ島みたいに) あんなに広い畑で、私たちより少ない人数で野菜を育てているから、農家の人は、やっぱりとても大変だと思います。」と話していた。しかしながら、少ない人数でも野菜作りができたという達成感や、何よりも計画から収穫までをほとんど自分たちの手で行ったという充実感は、とても大きかったと言えよう。それは、食育における能動的な取り組みの一つの姿ではないだろうか。

## 1 ねらい

4年生の子どもたちは、昨年度、自分が食べる野菜作り、他者に食べてもらう野菜作りを充実させるために、埼玉県鶴ヶ島市で一日農家体験を2回行った。今年度は、食材を生産し供給する専門家としての農家の仕事を学ぶという目的で、昨年度と同じ農家で仕事体験を行った。野菜作りに限定せず、より広く仕事としての農家の姿を見ることを通して、「食」に対する意識をより深めることが期待できると考えた。

## 2 活動の計画

活動項目	主な活動内容
事前の学習〔9月～10月〕	<ul style="list-style-type: none"> <li>・昨年度の活動との違いを明確にし、どんなことを学びたいかを明確にする。</li> <li>・個々で活動のねらいを考え、それを班に分かれて共有化する。</li> </ul>
実際の活動〔10月〕	<ul style="list-style-type: none"> <li>・鶴ヶ島市の14の農家に分かれて、農家体験を行う。</li> <li>・体験だけでなく、働いている人の姿やそこから感じたことをノートに記録する。</li> </ul>
事後の学習〔10～11月〕	<ul style="list-style-type: none"> <li>・記録したものをもとにして、活動を新聞やパンフレットの形式でまとめ、訪問した農家へ送る。</li> <li>・活動のふりかえりを書く。</li> </ul>

## 3 活動での子どもの様子

昨年度とは異なる活動の目的を明確にするために、事前の学習を十分に行った。その中では、「昨年とは違った活動をして、農家の仕事をいろいろと知りたい」や「昨年と同じ活動でも、昨年は気づけなかったことが分かると思う」といった声が子どもから挙がった。また、「なぜ農家をやっているのか」や「農家の仕事で大変なことは何か」や「農家をやっていてうれしいことは何か」を聞いてみたいという声も少なくなかった。こうした声からは、食に直接的に関わる農家の仕事をより幅広く、深く知りたいという子どもたちの思いが読み取れた。

実際の活動では、積極的に農家の仕事を行い、農家の話を真剣に聴く子どもの姿が見られた。当日は雨天だったが、そのことで学んだことも少なくなかった。以下のふりかえりからは、農家の仕事为天候などの自然に大きく左右されることや、農家の仕事予想以上に大変だったことを子どもが思ったことが伺える。

- ・雨の日でも農家の方は仕事をやっていることを知って驚きました。
- ・畑以外でも農家の仕事があるとは思いませんでした。
- ・雨が降っていて、びしょ濡れになりながら草抜きをして、大変でした。

事後の学習では、記録したことをもとにして、今回の農家体験をまとめていた。そこからは、昨年度の農家体験との違いがしっかりと書かれていた。野菜作りの工夫だけでなく、仕事をする意味を書く子どももいた。「農家の仕事は楽しいですか?」という質問に、ある農家の方は次のように答えている。子どもたちは、こうした農家の方の思いから、食に携わる農家の仕事や食の大切さとは何かを改めて考えていた。

農家の仕事は楽しいです。作物の成長はとても楽しみです。芽が出て、葉が出て、実がなって、そして収穫することは、農業をしている人にとっては最高の喜びです。



## 4 まとめ

同じ農家での活動を3回やることには、大きな意味を感じている。野菜作りの方法を学び、その難しさを知った1、2回目の活動に対して、3回目では、活動を通して農家の本当の仕事とは何かについて考えることができた。それは、農家の仕事の難しさだけでなく、仕事の大変さや醍醐味、そして農家の人々の思いであった。その思いとは、農業という仕事に対する農家の誇りでもある。農業は普段自分たちが口にする食に携わる仕事だからこそ、そして自分たちもまた野菜作りの経験があるからこそ、農家の思いに対する子どもたちの実感は強かった。その実感は、食とは何かを考えようとするにつなると言えよう。それは、食に対する意識を深める視点の一つであると考える。

### 1 ねらい

調理を見学し、料理を楽しんで味わう。

### 2 活動の計画（全1時間）

（事前）栄養教諭より5つの基本味について簡単な説明を聞く。

（1時）味覚と調理についての話を聞き、「ビーフコンソメスープ」と「きのこのフラン」の試食をする。

### 3 活動での子どもの様子

高いコック帽をかぶった帝国ホテル総料理長田中シェフのプロの風格と、水やスプーンがセッティングされた多目的室のいつもと違う様子を、子どもたちはどきどきわくわくした様子で席についた。

まず、味覚についての話を聞いた。「こんなおいしさもあるよね！」と題して、食べる時においしさを五感で感じていることを確認した。

○見た目 ○香り ○音 ○食べた感じ ○持った感じ

また、5つの基本味にはどんなものがあるか確認した。

○甘味 ○塩味 ○酸味 ○苦味 ○旨味

次に「ビーフコンソメスープ」の試飲をした。香りを感じ、見た目を「きれいな色！」「琥珀色。」と言葉にした。実際に口に含み、「旨味を表現して。」と言われるとちょっと困った様子だった。それでも「塩味。出汁。」「甘くもない、酸っぱくもない、トマトのような。」と5つの基本味を早速使って表していた。

そして、「きのこのフラン」の調理実演を見た。代表の子どもたちが、椎茸、マッシュルーム、白舞茸の3種類のきのこを細かく切ったものを生で試食した。「…あんまり味がしない。」「えぐみがある。」続いて、バターを熱したフライパンで玉ねぎと炒めるとよい香りが漂ってきた。炒めたきのこを、先ほどの子どもたちが食べると、「さっきは匂いがなくておいしくなかったけど、今は匂いもよくてとってもおいしかった。」「生で食べた時は旨味がなかったけど、炒めたら旨味があった。」というように、炒めることでおいしさが引き出されていることが分かった。それらに卵液を入れて蒸した「きのこのフラン」を全員で試食した。「チーズのいい香り。」「ふわふわあ！」「コリコリとふわふわ。」「きのこがほんの少し苦い。」「きのこの旨味がある。」一口の中に、いろいろな食感や味が混ざっている面白さとおいしさに、普段きのこが苦手な子どももきれいに食べ終えた。後日、家で家族に「きのこのフラン」を作ってもらったことや自分で作ったことを何人も子どもたちが報告に来た。ある男の子は、一人で両親と姉のために作ったら、おいしくできたとにこにこ教えてくれた。

### 4 まとめ

味覚の授業の影響は、まず、日直が交代で栄養教諭宛に給食の感想を書く際に見られた。それまで多かった「～がおいしかった」だけではなく、「カリカリ」「パリパリ」「とろとろ」「ふわふわ」などの食感を表す擬態語や擬音語を使って書く子どもがぐっと増えた。「パンの中にチーズが入っていて、パンがやわらかいのと、ちょっとチーズがかたいのがおいしかった。」「さんまの一番太い骨もやわらかくて食べられた。」など、食べ物をよく感じて、味わって食べている様子が伝わる感想を書く子どもも多くなった。また、味覚の授業をきっかけに絵便りに食の話題を書く子どももいた。

味覚の授業は、五感で食べ物を味わっていることを子どもたちが自覚することで、食に関する表現が豊かになるきっかけとなった実践だった。



## 1 ねらい

対話を通して、食についての自分の考えに気づき、深める。

## 2 活動の計画（全3時間）

第1時 絵便りを読み、話し合って問いを立てる。

第2時 グループでの話し合いを通して、自分の考えに気付く。

第3時 学級全員で話し合い、様々な考えを知り、自分の考えを深める。

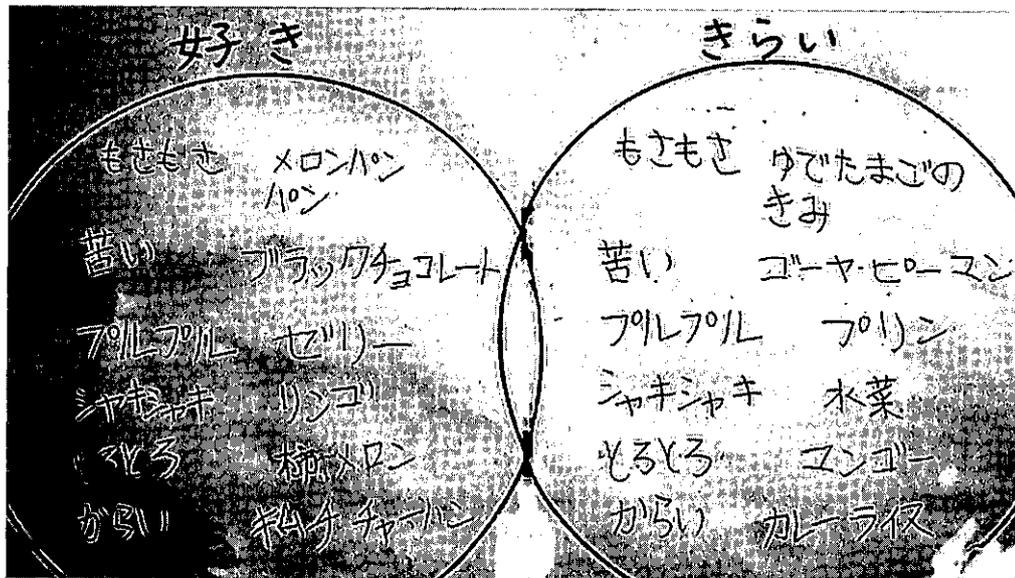
## 3 活動での子どもの様子

## (1) 第1時 問いを立てる

味覚の授業の数日後に一人の子が書いた絵便りのコピーを読み、食をテーマにして、みんなで話し合いたい問いを立てた。意見を出し合い、「食べ物の好き嫌いをどうして感じるの？」という問いについて考えることになった。一見、「てつがく」らしくないが、自分と他者との違いはどのように生じるのか、自分らしさとは何なのか、という根源的な問題に通じる問いである。

## (2) 第2時 グループで話し合う

グループの話し合いに、味覚の授業で学んだことが活かされていた。たとえば、見た目、香り、音、食べた感じ、持った感じを、様子を表す言葉や5つの味覚を使って楽しんで表現していた。自分はどんなものが好きでどんなものが嫌いかを図に書き出し、話し合ったところ、「とろおとしたたまごは嫌いだけど、とろおとしたマンゴーは好き。」「赤い色はおいしそう。」「生のセロリのおいしは嫌いだけど、ゆでたら大丈夫。」など、相手がイメージできる言い方で表現していた。



## (3) 第3時 学級全員で話し合う

学級全員での話し合いでは、食べている自分をよく見つめていることが分かる発言が見られた。たとえば、家で嫌いなものを学校で食べられるのは、「家では、妹向けに甘い麻婆豆腐だけど、学校では辛さが自分に合っているから。」、大好きだったものを食べ過ぎて、嫌いになってしまうのは、「食べ過ぎだよと体が教えてくれるから。」「そうそう、体の声を聞くんだよ。」、頭で理解すると好みも変わるという意見には、「栄養があるとと言われると食べられるようになった。」「添加物が多いから食べちゃだめってと言われると嫌いになった。」などの具体例が出た。

## 4 まとめ

子どもの学習感想「食べものの好ききらいをどうして感じるかは、遺伝や、小さいころ食べていたものによってちがうと思います。あと、もし、自分がきらいな食べものでも、作り方をかえたり、自分で作ってみたりしたら、味が変わって食べられるようになるかもしれないと思いました。」普段から感じている食についての素朴な疑問を、言葉にしてあらためて考えることで、思いがけない考えがお互いに引き出された実践となった。

## 1 ねらい

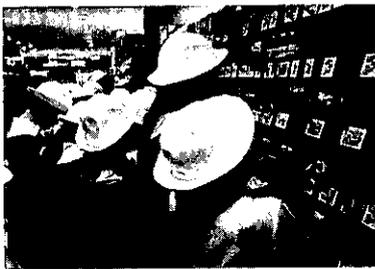
調理実習において、基本的な学習事項を学ぶ必要性を子どもたち自身が実感し、主体的に実習に向かうことができるよう、夏の林間学校でのカレー作りをゴールに見据えて単元を計画した。

現代における日常の食生活は「選び、実行する」ことの連続である。何を決め手として選ぶのかについて考え、決定する経験をさせるため、ファミリーごとにカレールウを選び、買い物をする。

## 2 活動の計画

- (1) 林間学校でカレーを作るために学習しなければならない課題を考える。
- (2) (3) 課題を解決するための実習①「白玉だんご」・実習②「ツナポテトサラダ」
- (4) 食品表示について知り、スーパーでカレールウを選び、買う。
- (5) カレーライス作りの実習。ふり返りをして、林間学校の活動への見通しをもつ。

## 3 活動での子どもの様子



実習にのぞむ前に、子どもたちに「果たして子どもだけでカレーライスができるのか」と投げかけた。初めての調理実習である。家庭での経験がさまざまであることは予想できたので、今の自分たちに足りない力を話し合う中で、身に付けなければならない技術等が自覚的に浮き彫りになった。

材料の野菜（じゃがいも、にんじん、玉ねぎ）やウィンナーは学校で準備するが、カレールウはファミリーで1箱ずつ相談して買うことにした。食品パッケージに必要な情報が書かれていることを学ばせたかったので、実際に学校の近くのスーパーに買い物に行く前に、食品表示の学習をした。

買い物は、学級ごとにそろって出かけた。1ファミリー300円という価格の制限内で何をかうか、選んだルウが味の決め手になることや、実習日の昼食は自分たちで作ったカレーライスになることから、相談に熱が入っていた。子どもたちは以下のような理由でカレールウを選んだ。

- ・35種のスパイスという言葉などにひかれたから。
- ・パッケージの絵がおいしそうだったから。
- ・中辛が食べられない人がいたから甘口にした。
- ・アレルギーがなく、みんな納得したから。
- ・友だちの好みを聞き、6まである辛み順位の平均をとって中辛の3を選んだ。 など

## 4 まとめ



5年生初期の調理実習で果たしてカレーライスができるのか、と教師も実は不安を感じていた。練習期間が短かったこともあり、包丁使いに不安が残る子どもも見られたが、カレー作りは、どのファミリーも成功し、達成感をもつ実習となった。

買い物の相談の時、子どもたちの選択の基準は「いつも家で何を食べているか」であった。カレールウひとつでも、子どもたちにとってふだん食べられないものを食べるということは、勇気があるということがわかった。また、なかなか話がまとまらず、食材を選ぶ基準、特に味覚は人それぞれであることを実感した子どもも多かった。

きあがったカレーを食べ比べてみると、同じ材料を用いているのにルウによって味は大きく異なり、味比べを楽しんでいる子どもの姿が見られた。こうした子どもの様子から、未経験の味を受け入れる柔軟性は食に対する能動性、すなわち食経験の豊かさに大きくかかわっていくのではないかと感じた。

## 1 ねらい

- 鮎の串刺しを体験し、食材について興味を持ったり、味を楽しんだりする。
- 野外での炊飯を通して、食に向かう姿勢や、友だちと協力して活動を作り上げることを意識する。

- 2 活動内容 ・かまど作り、火おこし ・飯ごうでの炊飯 ・浅漬け作り ・鮎の塩焼き（炭火焼）  
 ・味噌汁づくり（具はカブの葉とお麩とわかめ）  
 ※以上の活動をグループで分担して行う。鮎の串刺しは、全身体験。

## 3 活動での子どもの様子

事前に活動の流れを周知していたためか、子どもたちは比較的スムーズに活動に入ることができたように思う。朝8時30分からそれぞれのグループに分かれ、下準備を始めた。飯ごうや味噌汁作り担当のグループは、ブロックを組みかまどを作った。必要なものを自分たちで考え、協力する姿が多かったように思える。昨年度にかまどを作り、自分たちで味噌汁を作る活動は経験している児童であるためか、見通しを持って取り組むことができていた。

鮎の炭火焼き担当のグループは囲炉裏作りから始まった。スコップで土をやわらかく耕し、試行錯誤しながら作る姿があった。そして、次に炭に火をつける作業を行った。うちわでひたすら空気を送り、赤く炎が出たときの安堵感であろうか。子どもたちはホッとしたようであった。

浅漬け担当のグループは、食材の下準備を行った。包丁を用い、カブやキュウリを切り分ける。家庭科の授業での体験を活かし、活動していた。

それぞれのグループの下準備が終わると、鮎の串刺しを体験した。ゲストティーチャーからは、鮎の生態（きれいな水でないと生息しない）や特徴（鮎の習性、縄張り意識が高く、縄張りに侵入したものには攻撃していく。その習性を利用して釣る。）の話があり、初めて触れる知識に驚いた様子があった。話が終わると、実際に串刺しの様子を全員で見た。血などが垂れてくる様子に驚きの表情を隠せないようであったが、ゲストティーチャーからの、新鮮だからこそ血が流れてくるという言葉に納得したようだ。串刺しは、一人最低二匹は担当し、合計300匹近くの鮎に串を刺した。子どもたちは、ぬめりのある鮎を落とさぬようしっかりと持ち、丁寧に串刺しを行っていた。

その後、それぞれのグループが責任を持って向き合うことができたかと捉えている。初めての飯ごうでの炊飯も比較的うまくいった。自分たちで作った昼ご飯を満面の笑みで食していた。そしてしっかりと片付けを行い、活動を終了した。

## 【児童の振り返りから】抜粋

- 鮎がヌメヌメしていて生臭く、気持ち悪かった。
- 鮎に串を刺すときに、血が出てかわいそうだった。
- 自分たちで炊いたご飯は、もちもちしていておいしかった
- いくらでも食べられた。

## 4 まとめ

今回の実践を終えて、普段何気なく食卓に並ぶ食材について、個々が様々な観点から深めることができた時間になったと捉える。そして、意識して食材に向かう姿勢の素地となってほしい。また、児童の振り返りにもあるように、食に対して能動的に向き合う姿が表れたと考えている。そして、この体験を今後の食に関する活動に活かして欲しい。



## 1 ねらい

生産者の話を聞いたり、畑で作られている野菜を実際に収穫し調理したりすることで、生産者や生産地などに関心をもち、食に対する意欲を高める。

## 2 活動計画

- ①野菜の収穫体験を行う。
- ②収穫した野菜を使って、カレーライス調理する。
- ③リンゴの収穫体験を行う。



## 3 活動の実際

5年生は、8月26日、27日、28日と群馬県鹿沢高原で林間学校を行った。林間学校では、「地域の食材を味わおう」をテーマに、実践を行ってきた。

1つめの活動は、現地で取れたての野菜を使ったカレーライス作りである。まず、カレーに入れる野菜を調達することから一日がスタートした。子どもたちは、朝5時半に起床し、農家の方が待つ畑に出発した。畑に着くと、ナスやトウモロコシなどの夏野菜が広い畑一面になっていた。東京ではなかなか見ることができないどこまでも続く畑に子どもたちも目を輝かせていた。

最初に、農園の方に、野菜の収穫の仕方を教えていただいた。子どもたちが収穫した野菜は、ナスが2種類と、トウモロコシ。野菜の持ち方や、はさみの使い方、収穫の方法などを教えていただいて、1人1つ野菜を収穫した。また、ナスとトウモロコシ以外に、畑でとれた3種類のズッキーニもいただけてきた。

収穫後は、農家の方から野菜を育てる上での苦勞や、野菜の育て方のポイントなどをお聞きした。台風の影響で野菜が作れなくなること、毎朝早くから仕事を行うことなど農家の方のご苦勞をお聞きしたが、「大切に育てた野菜を収穫し、みんなの食卓に運ばれておいしく食べてもらうことが喜びです」という言葉から、野菜を育てることにやりがいをもって仕事をされていることが伝わってきた。

体験後、収穫したナス、トウモロコシ、ズッキーニを使ってカレーライスづくりに取り掛かった。カレーライス作りは、1学期の家庭科の時間を使って練習してきた。また、ごはんも、7月に飯盒炊飯で炊く練習をしてきている。その集大成が林間学校のカレー作りである。

自分たちで収穫した野菜を使ったカレーライスは、材料を集める苦勞もあった分、普段では味わうことができないおいしいカレーライスになった。普段、野菜が苦手な子どもも、自分たちでとってきた野菜ということもあり、食べてみようという気持ちになっていた子どもが多かった。

「ナスは苦手だったけれど、鹿沢高原のナスは最高においしい」

「トウモロコシはいつも家ではゆでて食べているけれど、皮ごと火の中に入れて焼くとほくほくでおいしく食べられるなんて知らなかった。」

と、校外活動ならではの感想が子どもたちからあった。そして、野菜を食べながら、「農家の方の顔が浮かんでくるな。感謝しながら食べないとね」という感想があった。生産者の方との触れ合いがあったからこそ、食に対する感謝の気持ちを強くもつことができた。

2つ目の活動は、長野県諸見市にあるリンゴ農園でのリンゴ収穫体験である。今回は実際に4種類のリンゴを収穫し、食べ比べた。リンゴによって、色や形、甘さや酸味が違い、子供たちも「このリンゴはちょっと触感が柔らかいね」「こっちは酸っぱいけれど、おいしいね」と、味の違いを友達と話しながら試食していた。食べたリンゴの中から、自分の一番のお気に入りのリンゴを選んで、お土産に持って帰った。4種類のリンゴを食べ比べたことで、自分の好みのリンゴを選ぶことができた。



## 4 まとめ

今回の林間学校では、生産者の方に出会い、その食材を使って調理するという貴重な経験をする事ができた。普段はなかなか会うことができない生産者の方とのふれあいで、野菜がどのように作られ、私たちの食卓に届いているのか考えるきっかけとなった。食に対する感謝の心を子どもたちももつことができた。



## 1 ねらい

社会科の「私たちの暮らしと食料生産」の単元で、米がどのように作られているかを学ぶことにより、普段食している米について関心を持ち、米に対して能動的な考えを養う。

## 2 活動の計画

- (1) 普段口にするものは何かを想起させ、一番身近な食材は何かを考える
- (2) 米がどのように生産され、私たちの手元に届いているか調べる
- (3) 給食で出た様々な品種を食べ、味の違いを考える

## 3 活動での子どもの様子

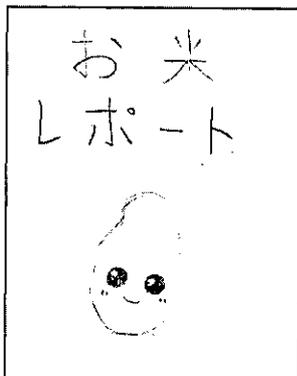
この単元の学習を始めるに当たって、一番最初に普段何を食しているかを子どもたちに問うた。米・魚・野菜・お菓子・牛乳などなど様々な食材が挙がった。この中から「暮らしに欠かせないものは何ですか」と問うと、大多数の子が米を選んだ。普段お米を食べない子もいたが、クラスのほぼ全員が毎日米を食しており、「おやつでもおにぎりを食べる」と言った子もいた。「家で食べている米の品種は何か知っていますか」と聞くと、およそ半数が知らないということだった。普段から毎日のように食している米ではあるが、身近にあるが故に、米に関心を持たずになんとなく食べているように感じた。

その後、「普段食べているお米はどのようにして作られているか」という学習問題を立て、季節風が吹くことや夏に気温が高くあがるといった米作りに適している自然条件のもとで、豊富な水が得られるなどといった土地の特色を活かして生産されていることを調べた。また、自然条件だけでなく、それを活かしながら、食料生産に従事している人々は、どのような工夫や努力をしながら米を生産しているかを調べた。ある児童は「食べている米を作るのに、2年前から始まっているなんて思ってもみなかった」と振り返りで書いていた。様々な工程をふんで米が生産されていること、そこにはたくさんの工夫努力があることを学んでいくことで、普段食べている米に関心を持ち始めていった。

そして、米について学んでいる最中に、給食で「あきたこまち」「ゆめぴりか」「コシヒカリ」「ササニシキ」が食べられるということを受けて、実際にどのように味が違うのか、まとめてみようとして投げかけた。

## 4 まとめ

ある児童は、「おうちで食べているのは新潟県産のコシヒカリだった」と家から米の袋を持ってきた。米作りの学習のまとめ新聞を作らせたが、新聞の折り込み広告から米の値段を調べ、お米の値段はいくらするのかというよ



うにまとめてきた子もいた。お米レポートを見ると、どのお米も味の違いがわからなかったと書いた子もいたが、ツヤ、粒の大きさ、米の粘り気、甘さ、香りに注目している子や、家のお米との違いを探ろうとしている子、自分の好みに応じてお気に入り度でランク付けをしてみた子など、様々な姿が見られた。ある児童は感想として「普段じっくり味わって米を食べることがないので楽しかった。」「『みんな同じ味じゃないの』と思っていたら、それぞれ全然違って1つ1つ特徴がありました。この機会でお米に興味を持ったのでお米の食べ比べや味の違いなどを調べたいと思います。」と書いている子もいた。社会科と給食を関連させることで、社会科の学習だけでなく、給食に出た米に対する食し方への意識、そして、なにより普段何気なく食べている米への意識が変わり、米に対して能動的に考える姿勢が養われたように思う。

## 1 ねらい

5年次から積み重ねてきた調理実習のまとめとして、備蓄品を用い、昼食一食分の調理を自分たちで行うことをねらいとする。学習に対して主体的に取り組んでほしいと考え、実習に至るまでの過程では、子どもたちと教師が共に考え、話し合いながら課題を解決していくことにした。

## 2 活動の計画

- (1) 弁当を作る時に気をつけなければならないことを話し合う。
- (2) 学級でどちらのテーマを選択するかを話し合っ決めて、今後の学習計画を立てる。
- (3) 備蓄品について、調べてきたことを発表しあい、ファミリーごとにメニューを決める。
- (4) スーパーへ買い物に行く。 (5) 調理実習をする。

## 3 活動での子どもの様子

今回の「備蓄品を用いた弁当」に使う食材は、乾物や、うずら卵、コーンなどレトルトパウチの素材、缶詰などの備蓄品と、常温で保存可能な根菜類と卵に限定した。これらは、これまでの調理実習では使っていなかった食材が多く、子どもたちが実際の調理イメージを持っていなかった。そのため、教師側で高野豆腐と切り干し大根の水戻しを示範したり、弁当作りに使えそうな缶詰を見本に見せたりして子どもたちに調理イメージがわくようにしたが、実際の調理場面では戸惑う姿も見られた。

わかめをもどすときにどのくらいに増えるかが分からず、もどし過ぎてあえものともう一品作るようになった。どのくらいの量になるかにもう少し気をつけたい。

あるファミリーでは、高野豆腐と千切りにしたにんじんを炒め、レトルトパウチの鶏そぼろで味付けをする料理を考えた。しかし、予想以上に高野豆腐が水を吸って水分がなくなってしまったため、フライパンに水を足しながらふたをして味を煮含める調理法に切り替えた。できあがりには他の調味料での味付けなしでも、鶏そぼろの味をしっかり吸った高野豆腐がたいへん美味しく、市販品の味の濃さを生かしたおかずになって子どもたちも満足していた。

ほかにも缶詰の焼き鳥、玉ねぎ、卵を用いた親子丼や、長ねぎ、焼き鳥を楊枝に刺したねぎま串、ポテトサラダにレトルトパウチのひじきと黒すりごまを加えた黒のポテトサラダなど、教師の予想を超えるアイデアおかずを作ることができた。



焼き鳥缶とヤングコーンのあえもの  
ツナとコーンのサラダ  
うずら串



焼き鳥缶の親子丼  
きんぴらごぼう

## 4 まとめ

備蓄品は長期保存が可能で、災害時にも役立つ食材である。今回は根菜類とともに炒めるなど、野菜を加えたり添えたりして偏りがちな栄養バランスを整える工夫が見られた。日常の生活にも役立つ工夫だと思われる。また、市販品の濃い味つけを生かして、調味料はほとんど使わない等その味つけの濃さを生かす工夫も見られた。

このように、子どもたちにとってあまりなじみのない食材を用いることで、調理の工夫や経験の幅が広がったと考える。また、災害時はライフラインがとまることを想定し、極力ガス等を使わないメニューを考えたファミリーの工夫は、学級学年に紹介し、共有した。

私はたまにお弁当を作るのですが、備蓄品を使って作ったことはなかったので、こんなにおいしく作れるのだと驚きました。本日に災害が起こったときのことを考えて火や包丁を使わなくても作れるお弁当にしました。いろいろと工夫したのでおいしかったです。