

小学校 第5学年 社会科学習 指導案

1 単元名 わたしたちの生活と食糧生産

2 児童または地域等の実態

商業地域に学区があり、米作り等の農業を身近に観察することはできない状況である。

3 目標（めあて）

米づくりに携わっている人々のおいしい米をつくるための工夫や努力を理解する。

4 食育の視点

自然や地域と食べ物とのかかわりに関心を持つ。

5 本時の学習

過程	時間 (分)	主な学習活動・内容	指導上の留意点 ※ 評価		資料
			T 1 (学級担任)	T 2 (栄養教諭等)	
導入	10 一 斉	1 本時のめあてを確認する。 (1) 今日の給食に使われている「紫黒米」について、栄養教諭から話を聞く。 (2) 古代米を食べた感想を発表する。 どうして、古代米はつくられなくなったのか。	○ 今日の給食を思い出させる。 ○ 古代米を食べた感想を発表させ、めあてにつなげる。	○ 今日の献立を説明し、給食で食べた古代米について紹介する。	給食の実物・写真 古代米の写真
		2 古代米（紫黒米・赤米など）がどうしてつくられなくなったのか考えて発表する。 今まで学習してきた米づくりや農家の人々の工夫、努力などを考える。調べ学習などの記録をもとに思い出して考える。 ・白米の方が栽培しやすい。 ・おいしい。 ・白米の方がたくさん収穫できる。 ・つくる人がいなくなったので種が無くなった。	○ なぜ、古代米が白米に変わっていったのか、今までの学習の記録をもとに考えさせる。 ○ 古代米と白米の関係について発表させる。	○ なかなか考えの進まない児童には、今までの学習の記録を参考にするよう助言する ○ 発表を板書する。	
展開	10 一 斉	3 紫黒米を作っている平塚さんに話を聞く。 ・どんなきっかけで栽培するようになったのか。 ・栽培するときの工夫 ・栽培するときの苦勞	○ 平塚さんの紫黒米を栽培するに至った経緯や栽培するときの工夫や苦勞などを聞きとるようにさせる。	○ 平塚さんの話の内容をとらえやすくするために、話のキーワードを貼る。	
	8 一 斉	4 平塚さんの話を聞いて、疑問に思ったことを質問する。また、自分の考えや感想を発表する。	○ 疑問に思ったことをまとめ質問させる。 ※ 米づくりに携わっている人々のおいしい米を作るための工夫や努力を理解できたか。(発表・ワークシート)	○ 発表を板書する。	
まとめ	5 個 別	5 学習のまとめ (1) 学習から、わかったことや考えたことをまとめる。	○ 今日の学習から、おいしい米を作るための工夫や努力をまとめさせる。 ○ 自分の考えについて1、2名発表させる。	○ 古代米の栄養を中心に、板書をもとに本時の学習内容を整理して話す。	ワークシート

6 評価

- 米づくりに携わっている人々のおいしい米を作るための工夫や努力を理解できたか。

7 献立名

- ・紫黒米のビーンズカレー
- ・牛乳
- ・小松菜の和風サラダ
- ・りんご



ワークシート

めあて 「なぜ、今も古代米をつくっているのか」

①給食、古代米はつくられなくなつたのか、 ②古代米について
平塚さんや稲原先生の話をメモしよう。

③古代米の栄養成分表

具体的な指導資料（写真等）

- ・給食の写真
- ・古代米の写真
- ・白米の写真
- ・古代米の実物
- ・白米の栄養成分表
- ・古代米の栄養成分表



板書計画

どうして古代米は作られなくなったのか。

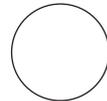
- 給食の写真
- 古代米の写真
- 白米の写真

- ・色
 - ・味
 - ・食感
- どちらが好きですか。

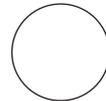
○どうして古代米はつくられなくなったのか。

- ・白米の方がおいしい
- ・白米の方が栽培しやすい
- ・たくさん収穫できる
- ・つくる人がいない
- ・人気がない
- ・
- ・

白米の栄養成分



古代米の栄養成分



○古代米について

古代米の田んぼの写真

平塚さんのお話

- 思い
- ・よいものをつくりたい
- ・苦勞…草取り
- ・
- よさ
- ・栄養
- ・香り
- ・

給食の時間における食に関する指導 テーマ「古代米の「紫黒米」について知ろう。」

「古代米」とは先祖が栽培していた米で、「赤米」「紫黒米、黒米」「香り米」などがあります。そして、黒米は、縄文～弥生時代の間中国から渡来したといわれています。赤飯のルーツともいわれ、明治時代の中期まで、全国各地で栽培されていました。しかし、白米の出現により有色素米を雑草とみなし駆除したので有色素米が少なくなりました。しかし、現代の健康志向の高まりを受けて、また栽培されるようになりました。

会津の紫黒米は、平成8年に平塚文雄さんが紹紫黒米を栽培したのがはじまりですが、紹紫黒米は、病気に弱いので農薬をほとんど使わず、長年の経験によって育てられていました。現在、紹紫黒米に変わり紫黒米（あさむらさき）の栽培をしています。紫黒米は、白米に比べビタミンEや無機質、食物繊維などの栄養素が豊富に含まれています。

小学校 第5学年 総合的な学習の時間 学習指導案

- 1 単元名 会津の歴史を探ろう
- 2 児童または地域等の実態
9月に実施される会津まつりへの参加
- 3 目標 (めあて)
戊辰戦争時の籠城食の内容と先人の苦労を理解し、次の計画を立てる。
- 4 食育の視点
・戊辰戦争時の歴史やそれに関わる籠城食等の食文化を理解する。
・先人の苦労を知り、食べ物を大切にしようとする。
- 5 本時の学習

過程	時間 (分)	主な学習活動・内容	指導上の留意点 ※ 評価		資料
			T 1 (学級担任)	G T (栄養教諭等)	
導入	8 一斉	1 戊辰戦争について調べてきたことを班ごとに発表しあう。 ・生活について ・食事について ・歴史について	○ 調べてきたことをわかりやすく発表させる。		当時の鶴ヶ城の写真や籠城中の様子がわかる資料
	2	2 今日のめあてを確認する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">籠城食について調べよう</div>			
展開	3 一斉	3 今日の給食を確認する。	○ 今日の給食が籠城食であることを気づかせ、めあてにつなげる。	○ 今日の献立を提示する。	献立の写真 食品カード ワークシート
	7 個別	4 今日の給食に使用された食材についてワークシートに記入する。 ・だいこん、なす、かぼちゃ、ねぎ、ほうれんそうなど	○ ワークシートに記入させる。	○ 机間指導する。	
	15 小集団	5 給食と籠城食の違いについて班で話し合い、発表する。 ・おなががいっぱいになるのかな？ ・粗末だな。	○ 籠城中の生活背景なども考えながら話し合うように助言する。 ○ 発表させる。	○ 籠城中の生活背景なども考えながら話し合うように助言する。	
まとめ	10 一斉	6 籠城食について理解し、次の課題を設定する。 ・本時でわかったことをまとめる。 ・籠城食を食べていた時の生活を調べる。	○ ワークシートにわかったことを書かせ発表させる。 ○ 次時に籠城食を食べていた時の生活を調べる事を伝え、意欲付けをする		ワークシート
			※ 戊辰戦争時の籠城食の内容と先人の苦労を理解できたか。(ワークシート・発表)		

- 6 評価
○ 籠城食にかかる郷土の歴史や先人の苦労を理解し、次の課題が設定できたか。

- 7 献立名
・玄米入りごはん
・牛乳
・大豆とかぼちゃのみそ和え
・大根塩もみ
・野菜みそ汁



ワークシート

① 籠城食について調べよう

戊辰戦争についてまとめよう

今日の給食に使用された食材

給食と籠城食のちがい

籠城食についてわかったこと

事前アンケートや事後

〈調べよう〉

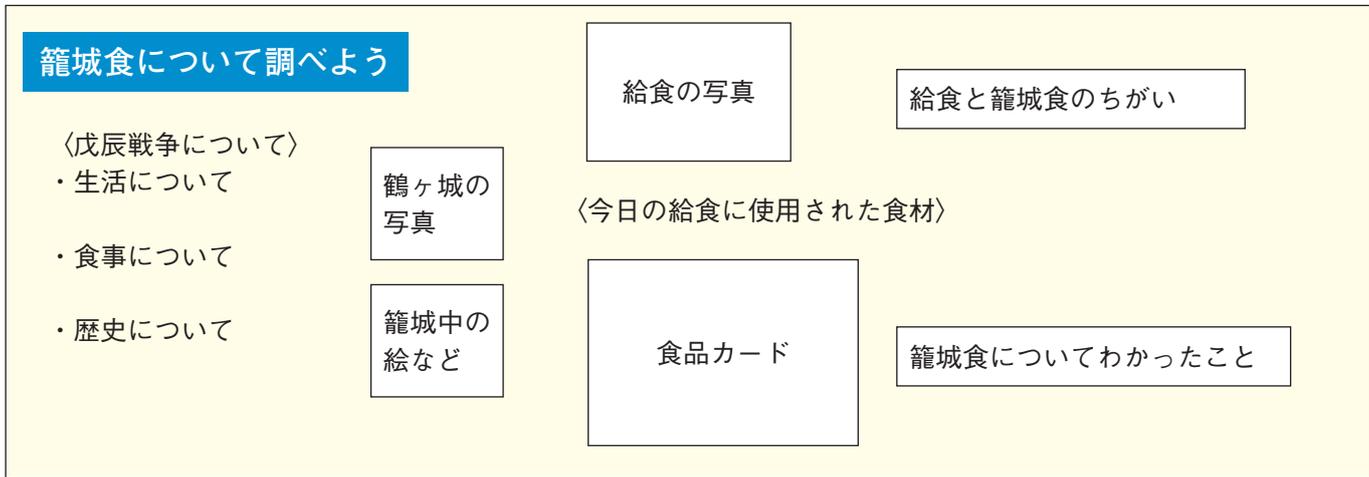
戊辰戦争って？

- ・生活について
- ・食事について
- ・歴史について

具体的な指導資料（写真等）

- ・給食の写真
- ・当時の鶴ヶ城の写真
- ・籠城中の様子がわかる資料
- ・食品カード

板書計画



給食の時間における食に関する指導 テーマ「戊辰戦争と籠城食」

今から150年ほど前の日本で、新しい国作りを進めようとする明治政府と、今までの国のやり方を守ろうとする江戸幕府が戦いを始めました。この戦いを「戊辰戦争」といいます。明治政府軍は次々と江戸幕府軍を倒し、1868年8月23日、幕府軍の中心だった会津を攻めてきました。会津藩の武士やその家族は、急いで鶴ヶ城に入り、必死に抵抗しました。お城に入った人の数は5,000人以上でした。お城にこもって敵と戦ったことを「籠城」といい、そのときに食べたのが「籠城食」です。お城に立てこもり、戦いながら生活するのですから、使える食材は限られていました。お城に備蓄されていた玄米だけのごはんをおにぎりにしてみそをぬって食べたり、かぼちゃと大豆を煮てみそ味にして食べていました。食料をさがしに命がけでお城の外にでてとってきたり、敵に見つかって命を落とす人もたくさんいました。籠城は1ヶ月にもなり、これ以上戦えなくなった会津藩は9月22日降伏しました。今日の給食は、籠城中に食べられていた食事をみなさんが食べやすいようにアレンジして再現しました。そんな会津の歴史を知り、その当時の人々の苦労を思って給食をいただいでください。

小学校 第5学年 総合的な学習の時間 学習指導案

1 単元名 発見！会津の郷土料理・行事食『こづゆとざくざく煮』

2 児童または地域の実態

こづゆやざくざく煮については、家庭で食べることも多いが、それぞれのいわれや材料の違いなどを理解している児童は少ない。

3 目標（めあて）

郷土料理・行事食の特徴を理解する。

4 食育の視点

自然や地域と食べ物のかかわりに関心を持つ。

5 本時の学習

過程	時間 (分)	主な学習活動・内容	指導上の留意点 ※ 評価		資料
			T 1 (学級担任)	G T (栄養教諭等)	
導入	5 一 斉	1 前時の活動を振り返る。	○ 前時に調べた会津の郷土料理を振り返らせる。	○ 写真を提示する。	郷土料理の写真
	2	2 本時のめあてを確認する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">「こづゆ」と「ざくざく煮」のふしぎを探ろう。</div>	○ 写真を掲示することにより、学習意欲を高める。		
展開	15 小 集団	3 会津の代表的な郷土料理である「こづゆ」と「ざくざく煮」の特徴を班ごとに調べる。 ・材料 ・由来 ・特徴など	○ 家の人に聞いてきたことや、図書館の本・資料・インターネットなど、様々な方法で調べさせるようにする。	○ 机間指導をする。	ワークシート こづゆの材料の写真
	5 集 団	4 調べた事を班でまとめ発表する。	○ まとめたことを発表させる。		
	10 一 斉	5 栄養教諭の説明を聞き、地場産物や郷土料理・行事食は、給食に取り入れられていることを知る。		○ 郷土料理にはそれぞれ由来や歴史があり、季節や行事・地場産物との関係が深いことを説明することにより、特徴を理解させる。 ○ 給食に使われているこづゆの材料や、各地域ごとの材料を知らせる事により、違いを理解させる。	
まとめ	8 個 別	6 次時の学習内容を確認する。 ・本時の学習でわかったと事をまとめる。 ・マイこづゆを考える。	○ まとめたことを発表させる。 ○ 次時にマイこづゆを考えることを伝え、意欲付けをする。		
			※ 会津の郷土料理と行事食の特徴をとらえることができたか。(ワークシート)		

小学校 第5学年 総合的な学習の時間 学習指導案

1 単元名 会津を食べよう！

2 児童または地域等の実態

会津の伝統野菜は、生産性や後継者不足などのために作る人が少なくなってきた。会津の食文化を次世代へ継承するためにも安全でおいしい会津伝統野菜を守っていきたいと「会津の伝統野菜を守る会」等が発足している。

3 目標（めあて）

- 代表的な伝統野菜を知り、地元の農産物に興味関心を持つことができる。
- 生産者の努力と自然の恵みに対する感謝の心を持ち、伝統野菜を大切にしようとする意欲を持つことができる。

4 食育の視点

- 会津の伝統野菜について知る。
- 生産者の努力と自然の恵みに感謝し、伝統野菜の良さを理解する。

5 本時の学習

過程	時間 (分)	主な学習活動・内容	指導上の留意点 ※ 評価		資料
			T 1 (学級担任)	G T (栄養教諭等)	
導入	8 一斉	1 会津の伝統野菜について調べたことを班ごとに発表しあう。 ・収穫時期について ・栽培場所について ・特徴について ・歴史について	○ 各班、課題ごとに発表させる。 ○ 分かりやすく発表できるように、説明の仕方や資料の活用方法など助言する。 ○ 掲示したカードで特徴を確認させる。	○ 資料を活用し易いよう補助する。 ○ 特徴をカードで掲示する。	伝統野菜の写真 福島県地図 フラッシュカード
	2	2 今日めあてを確認する 伝統野菜を探ろう。			
展開	10 一斉	3 伝統野菜生産者の話を聞く。 ・栽培のきっかけや苦労や楽しさ ・地域で協力して生産し、学校給食に取り入れる取組 など	○ 生産者の話を、会津ならではの厳しい自然条件と恩恵など大切なところをメモしながら聞くように言葉をかける。 ○ 生産者の想いや伝統野菜の良さなど上手にまとめた2～3人に発表させる。 ○ どこに伝統野菜が使われていたか問う。	○ 生産者の言葉から、良さと想いがわかるように、板書する。 ○ 給食の写真を提示する。	ワークシート 伝統野菜の試食献立
	10 小集団	4 伝統野菜を実際に試食する。			
	5 個別	5 生産者の話から分かったことや伝統野菜を食べて気づいたことを記入する。 ・味が濃く、新鮮でおいしい ・家族にも食べさせたい ・育ててみたい			
まとめ	5 一斉	6 給食にも伝統野菜が使われていることを知る。	○ 伝統野菜など地元の農産物を大切に、食べようとする意欲を持たせる。 ○ 次時からは、伝統野菜を育てることを伝え、意欲づけをする。	○ 給食の写真を掲示し、献立名を知らせる。	今日の給食の写真
	5 一斉	7 次時の学習の内容を確認する			

6 評価

- 伝統野菜について知り、地元の農産物に興味関心を持つことができたか。
- 伝統野菜の良さを知り、大切に食べようとする意欲を持つことができたか。

7 献立名

- ・ごはん ・牛乳
- ・会津地鶏と
慶徳たまねぎの卵とじ
- ・三色ひたし ・根菜汁



ワークシート

ワークシート 5年 組 番 名 姓 _____

1 伝統野菜生産者の話から分かったことを書きましょう。

2 伝統野菜を食べてみた感想を書きましょう。

3 これからの毎日で活用したいことや今日の学習の感想などをまとめましょう。

事前アンケートや事後指導資料等

会津の伝統野菜を知ろう グループ名()

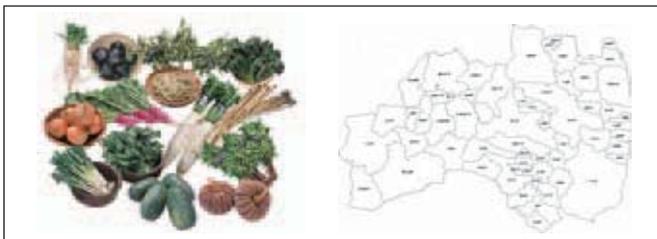
1 伝統野菜についてまとめよう

2 伝統野菜の採れる場所・時期・特徴をまとめよう

伝統野菜名	採れる場所	採れる時期	特 徴

3 伝統野菜を作っている人の気持ちを考えてまとめよう

具体的な指導資料 (写真等)



板書計画

会津を食べよう！

会津伝統野菜とは

盆地特有・・・気温差・・・
味は・・・

○伝統野菜の良さ

- ・
- ・
- ・

○生産者の想い

- ・
- ・
- ・

給食の時間における食に関する指導 テーマ「伝統野菜を知ろう」

今では、野菜が苦手な人も食べやすいように品種改良されています。

伝統野菜を作る農家の方が少なくなりましたが、伝統野菜は、甘み・にがみ・香りが強く本来の野菜の味がわかります。会津の伝統野菜は夏と冬の温度差が大きい事や、多くの雪が降るといった厳しい自然条件を生かして栽培されています。野菜も厳しい自然と戦っている強さが、味や香り、形に現れているのです。安全でおいしい伝統野菜を次の世代にも引き継ぎたいと農家の方は頑張っています。地元の野菜のひとつである伝統野菜を大切にしたいですね。

中学校 第1学年 技術・家庭科(家庭分野) 学習指導案

1 題材名 地域の食文化を知ろう (3・4 / 8時間)

2 生徒または地域等の実態

食への関心が高い生徒、低い生徒と様々である。祖父母と同居している生徒は多いが、近年は家庭で郷土料理を作る機会が減ってきていることから、郷土料理のいわれや作り方については知らない生徒が多い。

3 本時の目標 (めあて)

南会津地方の郷土料理「しんごろう」に関心をもち、材料や作り方を理解することができる。

4 食育の視点

地域の郷土料理を知り、次世代へ伝承していこうとする。(郷土愛)

5 本時の学習

過程	時間 (分)	主な学習活動・内容	指導上の留意点 ※ 評価			資料
			T 1 (教科担任)	T 2 (栄養教諭等)	G T (外部講師)	
導 入	10 一 斉	1 郷土料理「しんごろう」について調べてきたことを発表する。 2 本時のめあてを知る。 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-top: 5px;">しんごろうの調理をしよう</div>	○ 事前に指示しておいたことについて発表させる。	○ 「しんごろう」の由来や材料を説明し、写真を提示する。		「しんごろう」の写真 ワークシート
	5 一 斉		○ 講師の紹介をする。		○ 生徒にあいさつをする。	
展 開	5 一 斉	3 講師より「しんごろう」の作り方の説明を受け、実演を見ながら調理手順のポイントを確認する。	○ 調理作業上の注意をする。	○ 説明に沿って調理手順のポイントを実演してみせる。	○ 「しんごろう」の作り方を、ポイントを交えて説明する。	ワークシート
	45 小 集 団	4 「しんごろう」を調理する。		○ 調理作業の助言、補助をする。	○ 各班を回りながら、生徒と一緒に調理する。	
	10 小 集 団	5 「しんごろう」の試食を行い、感じたことを話し合う。		○ できあがった「しんごろう」と生徒の様子を観察する。	○ 生徒と一緒に試食する。	
ま と め	15 小 集 団	6 片づけを行う。	○ 片づけの指導をする。	○ 衛生的に片づけているか確認する。		
	5 個 別	7 調理実習を通してわかったこと、感想をワークシートにまとめる。	○ 調理実習を通してわかったことや感想をワークシートにまとめさせる。	○ 「しんごろう」の由来や作り方について、記入できるように助言する。		ワークシート
	5 一 斉	8 感想を発表し、講師へ御礼をする。	※ 地域の郷土料理に関心をもち、「しんごろう」の材料や作り方を理解することができたか。(ワークシート・発表)			

6 評価

- 地域の郷土料理に関心を持ち、「しんごろう」の材料や作り方を理解することができたか。
- 「しんごろう」の調理を通して、地域の食文化を理解することができたか。

7 献立名

- ・しんごろう
- ・牛乳
- ・松風焼き
- ・紅白なます
- ・みそ汁



ワークシート

地域の食文化を知ろう

1年 組 番 氏名 _____

ゆめて

しんごろうの材料	しんごろうの由来
しんごろうの作り方	作り方のポイント

しんごろうについてわかったこと・調理した感想

具体的な指導資料 (写真等)



板書計画

しんごろうの調理をしよう

しんごろうの材料	作り方	調理のポイント	感想
・	1.	・	
・	2.	・	
・	3.		
しんごろうの由来	4.		

給食の時間における食に関する指導 テーマ「しんごろうのいわれ」

今日の給食は、南会津地方の郷土料理である「しんごろう」です。これから、「しんごろう」の由来をお話します。

昔、旧田島町か下郷町に、しんごろうという名前の百姓が住んでいたそうです。秋の豊作を感謝する祭りに、村人は餅をつき神様に供えるのですが、しんごろうの家は貧しく、餅米がありませんでした。そこで、うるち米を炊き、半つきにして串に刺し、じゅうねん味噌を塗り、囲炉裏で焼いたものを神様に供えました。これを村人にも振る舞ったところ、おいしいと評判になりました。それから、どの家でも作られるようになり、これをしんごろうと呼ぶようになったということです。

午前中に、1年生は「しんごろう」の調理実習を行い、「しんごろう」の由来や材料、作り方を学習しました。南会津地方の郷土料理「しんごろう」の由来や作り方を覚えて、次の世代へぜひ伝えてほしいと思います。