

# 平成28年度 三条市家庭科部 活動報告

部長 前田 綾子

## 1 研究主題

食に関する実践的・体験的な活動を通して、日常生活に生かそうとする子どもの育成

## 2 研究の概要

三条市では、子どもが自分で作る「お弁当の日」の取組が行われている。「お弁当のおかず」に三条の特産品を取り入れることは、地産地消につながるのではないか。また、「私たち自身が郷土料理作りを体験することで、子どもたちに郷土料理のよさを伝えられるのではないか」と考え、「三条の特産品を使ったお弁当作り」と「郷土料理『ひこぜん』作り」を研修内容として取り組んだ。

## 3 研究の実際

	郷土料理「ひこぜん」作り	三条の特産品を使ったお弁当作り
日時	6月24日(金) 15:00~16:30	9月28日(水) 14:30~16:30
場所	農家レストラン庭月庵 悟空	地域交流センター(調理室)
内容	<ul style="list-style-type: none"><li>農家レストランの講師の方3名より、「ひこぜん」の由来や作り方を教えていただいた。</li><li>材料は、米、いぐさ(いごま)、みそ、砂糖、みりん、酒、水というシンプルな物で楽しみながら作ることができた。</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>食生活改善推進委員の外山迪子先生、朝日成子先生より、彩りや栄養を考えたお弁当のおかずを教えていただいた。</li></ul> <p>&lt;お弁当の献立&gt;</p> <ol style="list-style-type: none"><li>① 主食：梅しょうがご飯</li><li>② 主菜：ひき肉いなり</li><li>③ 副菜：高野豆腐とひじきの煮物</li><li>④ 副々菜：ほうれんそうときのこのじゃこ和え</li><li>⑤ 卵焼き</li></ol>



### <参加者の感想より>

- ・「ひこぜん作り」は初めての体験でしたが、子どもたちでも簡単に作ることができそうだと思います。「お弁当作り」も、彩りの良さなど基礎を学ぶことができてよかったです。
- ・なかなか体験することができない「ひこぜん作り」や、すぐに生活や授業に生かすことができる「弁当作り」は、大変有意義で勉強になりました。
- ・「ひこぜん作り」「弁当作り」ともに、三条市の特産品を使った実習で、とても楽しく取り組むことができました。給食にも生かしていけたらと思います。
- ・「ひこぜん作り」は三条の郷土料理を知り体験できたのでよかったです。「弁当作り」では、彩りを考えたバランスの良いお弁当を作ることができ、学校での「お弁当の日」の指導のきっかけになりました。「子どもにいろいろな食材や料理を味わわせる」ことを大切にしたいと思いました。

## 4 成果と課題

「ひこぜん作り」も「お弁当作り」も、実際に体験してみることでどんな点で指導に生かせるのか、どんな点が難しいのかがはっきりした。郷土料理を子どもたちに伝えていくという点でもよい機会となった。

実習後、日頃の指導の在り方を振り返り、情報交換の場や時間を設定することで、授業改善のヒントを得ることができると考える。