

この単元で活用する題材 (教材「三重の文化」掲載ページ)

トマト (p6)、マコモ (p20)、伊勢のこうなご漁 (p36)、松阪牛 (p40)、伊勢ひじき (p45)
蓮台寺柿 (p51)、伊賀米 (p71)、さんま寿司 (p80)、ブリ敷 (p81)、押し寿司 (p84)、御浜の
みかん (p90)

単元名と単元目標

【教科名・分野名】 技術家庭・家庭分野 【単元名】 私たちの食生活 (地域の食文化を知ろう)
【単元目標】 地域の食材を理解し、地域食材を生かした調理計画や調理ができる

題材と単元との関わり

本単元では、自分自身の食生活を考え調理ができる実践力を養う。その中で、地域食材の特性を知り、それらを生かしたメニュー作成や調理実習を行う。その中で本題材を活用したい。

単元の展開 (全 2 時間計画)

次	主な学習内容	指導上の留意点 教材「三重の文化」との関連
1 次 (1 時間)	<p>【単元を貫く問】 三重県の食材でどんなメニューができるだろう。</p> <p>地域食材を知ろう。</p> <ul style="list-style-type: none"> 三重県の地域食材についてどのようなものがあるか調べ、気候特性や地域性について考える。 <p>【三重の文化】に掲載されている地域食材とかかわりのある記述 トマト (p6)、マコモ (p20)、伊勢のこうなご漁 (p36)、松阪牛 (p40)、伊勢ひじき (p45)、 蓮台寺柿 (p51)、伊賀米 (p71)、さんま寿司 (p80)、ブリ敷 (p81)、押し寿司 (p84)、 御浜のみかん (p90) など</p> <p>・ M-1 グルメコンクールメニューを考えよう。</p> <p><課題> B 1 グルメに対抗して三重県特産の M 1 グルメをつくって競争してみよう。</p> <p>(食材の例)</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  <p>伊勢こうなご</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>伊勢ひじき</p> </div> </div>	<ul style="list-style-type: none"> それぞれの食材が生まれた背景を当該地域の自然環境や人口動態・諸産業の発達のようにす等との関連に視点を持たせ、文や図表等にまとめる。 食事の役割や栄養素のことも考えてメニューを作成する。 高価な食材については、今回については代替品でもよいこととする。 1 時間で作成できる内容とする。 三重の食材は、2 種類以上使用し、キャッチコピーまたは商品名も考える。 <p>(例) 伊勢こうなごと伊勢ひじきを使った朝食</p> <p>A 伊勢こうなごと木曾岬産トマトのヘルシーサラダ</p> <p>【オーリーブオイルでパリッと炒めたこうなごをスライストマト等の生野菜にトッピングする。】</p> <p>B 伊勢ひじきの伊賀米炊き込みご飯</p> <p>【米、ひじき、油揚げ又は油漬け缶詰マグロ等、にんじん、しめじ等をしょうゆ味で炊き込む。】</p>

教材「三重の文化」を活用した授業構成案 (いなべ市作成)

「M-1 グルメコンクール」

・前時に考えた三重県特産の食材を班員分プラス審査員(5人)分作成する。

・教材「三重の文化」や教科書の記載内容等をもとに、それぞれの食材の特性を調べ、それらをもとにしてメニューをPRする内容を考える。



木曾岬町のトマト栽培のようす



伊賀米の栽培のようす

・審査員にPRし、投票してもらう。

・調理する楽しさだけでなく、PRする作業を入れることで、その食材の特性や何が強みなのかについても学ぶ機会とする。

(例)

A こうなごと木曾岬産トマトのヘルシーサラダ

(食材の特性、強み)

伊勢こうなご

伊勢湾のコウナゴはふっくらと丸みがあり、脂ののりがよいのが特徴。三重県の漁獲量は年によりばらつきはあるが全国でも上位を占めており、手に入りやすい。

木曾岬産トマト

木曾川河口のデルタ地帯に広がる木曾岬町の温暖な気候が見事に適合し、糖度が高い。「ハウス桃太郎」を始め、10月から翌年6月まで途切れることなく収穫される。

B 伊勢ひじきの伊賀米炊き込みご飯

(食材の特性、強み)

伊賀米

内陸性の気候で、昼は温かく、夜は温度が下がることで、デンプンが蓄積されおいしい。

伊勢ひじき

成長にとって最適な環境、天日干ぼしのできる広い浜や冬季の乾燥した気候など

メニューのPR

こうなごはカルシウムやビタミンB類が豊富で、ひじきはカルシウムや食物繊維・鉄分を多く含む。骨粗鬆症や貧血、便秘の予防に効果があると考えられ、子どもや高齢者におすすめできる料理です。

・審査員(教員)を導入する事で、自分だけでなく者を意識したメニュー作りができるようになる。

【振り返り】三重県の食材でできたメニューのよさについてまとめておこう。

2次(2時間)

教材研究(参考となる書籍・Webサイト等)

- 三重の食応援ブログ
(<http://www.pref.mie.lg.jp/CHISANM/HP/mienosyoku/saitonosetumei.htm>)
- 農林水産省「地域の食材を使った料理紹介(東海地方)」
(<http://www.maff.go.jp/j/syokuiku/recipe/toukai.html>)
- 熊野の食材とっておきの逸品レシピコンクール
(<http://www.kumadoco.net/special/resipi/>)

この単元で活用する題材 (教材「三重の文化」掲載ページ)

さんま寿司 (P 80) 押し寿司 (P 84)

単元名と単元目標

【教科名・分野名】 技術家庭・家庭分野 【単元名】 地域の食文化を知ろう


【単元目標】

地域の食材を生かした食文化について理解することができる。

題材と単元との関わり

家庭科では日本の地形や四季にあわせた郷土色豊かな食文化が紹介されており、地域の食材を生かして調理したり保存したりする例が示されている。三重の文化の中から、三重県南部の食文化についてふれ、自分の地域に受け継がれている食材や調理方法にも興味を持たせることができる。

単元の展開 (全 3 時間計画)

次	主な学習内容	指導上の留意点 教材「三重の文化」との関連
一 次 (3 時 間)	<p>【単元を貫く問】三重県内で受け継がれている食材や調理方法にはどのようなものがあるだろうか。</p> <p>いろいろな都道府県の食材や調理方法を教科書から見つけて、確認する。</p> <p>それぞれの食材や調理方法が地域で受け継がれているものを郷土料理と呼ぶことを知る。</p> <p>人生の節目や年中行事に合わせた特別な食事を行事食と呼ぶことを知る。</p> <p>三重県にも郷土料理や行事食があることを「三重の文化」で紹介する。</p>  <p>さんま寿司</p>	<p>地形による食材の違いや四季の行事に合わせた食文化があることを確認する。</p> <p>【三重の文化】 P 8 0 「さんま寿司」を紹介する。食べたことはあるかなど生徒が知っていることを話し合わせる。</p> <p>【教材「三重の文化」の記述 (抜粋)】 さんま寿司は、熊野灘で獲脂の少ないサンマを丸ごと使った押し寿司で、東紀州全域で主に正月や祝い事、祭りの際につくられてきた郷土料理です。現在では、東紀州を代表するお土産としても有名です。サンマを開き、軽く塩漬づけし、甘酢に漬つけた後、細長い木枠の中に酢飯めしと開いたサンマを入れ押ししてつくります。…中略…家庭や地域によって異なりますが、酢を入れることにより、香りも良くサンマ特有の生臭さが消え、甘みのきいた食べやすいさんま寿司になるのは共通のようです。…中略…七五三のお参りの時にさんま寿司を食べる習わしがあります。…後略…</p>

教材「三重の文化」を活用した授業構成案（菰野町作成）

わたしたちの町にも郷土料理や行事食がないか調べる。



押し寿司

※郷土の食材の例



マコモ

P 8 4 「押し寿司」も同様に紹介する。

【教材「三重の文化」の記述（抜粋）】

押し寿司は、紀北町を中心に、尾鷲市にかけて伝わる行事食です。古くから、結婚式や棟上あげなどの振る舞い、祝い返し配り物として作られてきました。ハレの日の食事とあって、彩の美しさが特徴です。

酢で締めた魚の身、ニンジン、ゴボウ、薄焼き卵などの具を並べ、すし飯と交互に3～4段重ねて作ります。具に使う魚は、サンマやサバ、カマスなどが定番です。

1人で作ることはまずなく、1人が具を並べ、もう1人が押す。元来、隣近所が集まって大勢で作るものでした。具とすし飯の美しい層のその1段1段に、喜びを分かち合うみんなの思いが詰まっているようです。

少し甘めで、素朴な味わい。それぞれの具がうまくなじんでいます。ひと切れでも満腹、おかずになくても魚や野菜が食べられる、防腐作用のある葉を敷くことで日持ちもする、まさに理にかなった食べ物です。

教材「三重の文化」から特産品・郷土の食材などを探してどんな料理ができるか話し合う。

【教材「三重の文化」の記述（抜粋）】

マコモはイネのなかまで、昔から日本各地の池や沼、川岸などに生えていて、稲作が伝来する弥生時代までは、人々の食糧とされていました。…中略…マコモは、菰野の町名にゆかりのある植物といわれています。郷里制の頃、菰野は「伊勢国三重郡葦田郷」の中の薦野で、伊勢神宮の神領地でした。そこは、マコモがいっぱい生い茂る野原だったようです。その後、住んでいた人たちが、その野原を耕して田や畑にかえていき村ができ、マコモの野原であったことから「菰野町」という名前がつけました。このマコモは、菰野の名のゆかりとして、菰野にとって大切な植物なのです。

【振り返り】三重県内で受け継がれている食材や調理方法のよさをまとめよう。

教材研究(参考となる書籍・Webサイト等)

三重の郷土料理～農山漁村の郷土料理百選～農村開発企画委員会のサイト

この単元で活用する題材（教材「三重の文化」掲載ページ）

尾鷲ヒノキ（P79）

単元名と単元目標

【教科名・分野名】技術家庭・技術分野

【単元名】材料と加工法 ②材料の基本的な性質を調べよう（木材の特徴と性質）

【単元目標】木材の基本的な性質について調べ、木材の特徴を生かした使用方法が分かる。

題材と単元との関わり

・尾鷲ヒノキは、日本で最も多雨な地方の急峻な斜面でじっくりと時間をかけ生育する。そのため、年輪が緻密で脂分が多く、耐久性・抗菌性に優れており、建築材や家具材としての評価が高い。自分が製作しようとする作品の材料となる木材の性質について生徒が調べる際に、三重県産の尾鷲ヒノキの生育の様子や年輪・木目などの特徴についても紹介することで、木材の性質や特徴への興味・関心を高めたい。

単元の展開（全6時間計画）

主な学習内容	指導上の留意点 教材「三重の文化」との関連
<p>【単元を貫く問】木材が材料としてよく使われているのはなぜだろう。</p>	
<p>1. 様々な木材の種類・名前を知り、見本を見たり触ったりして気づいたことを話し合う。（1時間） （展開の例） ・右の写真資料や実物を提示し、これらの製品の製作者が、どのように考えてその製品を設計したのか、その思考の道筋をなぞる（読み取る）。 ⇒技術科における「読む」言語活動 ・これらの製品は、「尾鷲ヒノキ」の木材としてのどのような特徴や性質を生かしたしたものといえるかについて話し合う。</p> <p>2. 様々な木材の特徴についてグループに分かれて調べる方法を考え、計画を立てる。（1時間）</p> <p>3. グループに分かれて調べ、まとめる。（2時間）</p>	<p>・製品には、使用目的や条件に適した木材が利用されていることをおさえ、よりよいものづくりのためには木材の特徴や性質を知った上で製作を行うことが大切であることをおさえる。</p> <div data-bbox="751 1391 1485 1742" style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">資料の例：「尾鷲ヒノキ」を活用した物品</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  <p>弁当箱、おひつ、カップ （「ぬし熊」提供）</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>コサージュ （NPO法人 海虹路提供）</p> </div> </div> </div> <p>・数種類の木材の見本を用意しておく。</p> <p>・調べる方法として、 ①図書、資料、インターネット ②比較実験（曲げる、冷やす、切るなど） など、多様な方法を考えさせたい。</p> <p>・実験をする際には、工具や機器の取扱いの安全面に十分配慮する。</p>

教材「三重の文化」を活用した授業構成案 (亀山市作成)

主な学習内容	指導上の留意点 教材「三重の文化」との関連
<p>4. それぞれの木材の特徴や用途についてグループで調べたことを発表する。 (2時間)</p> <ul style="list-style-type: none"> 「尾鷲ヒノキ」の特徴や用途について紹介する。  <p>尾鷲ヒノキの森 (尾鷲市市有林)</p>  <p>尾鷲ヒノキの木材 (東紀州・尾鷲ひのきの会提供)</p>	<ul style="list-style-type: none"> 他のグループの発表を聞くことで、理解を広げ深められるようにする。 三重県産の尾鷲ヒノキの生育の様子や年輪・木目などの様子について実物や資料を見せて紹介し、耐久性・抗菌性に優れている尾鷲ヒノキが、建築材・家具材として高い評価を受けている理由を考えさせる。 <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>【教材「三重の文化 (P79)」の記述 (抜粋)】 全国有数の多雨地帯として知られる尾鷲。その恵みの雨が、木材として有用な赤み部分を多く含み、年輪が細かく強靱な良質のヒノキを育てています。 特に尾鷲ヒノキの評価を高めたのは、関東大震災において強靱性が立証されたためといわれています。</p> </div> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>尾鷲地方は、雨がとても多く、あたたかいところで、周りには多くの山が連なっています。一方、山のしゃ面は急で土の栄養もあまりないので、木が成長するにはきびしい場所となっています。 しかし、その中でじっくりと時間をかけ、じょう夫に育ったヒノキは、「尾鷲ヒノキ」として有名になり、尾鷲地方は昔から山の仕事 (林業) がさかんでした。 なえ木を育て、しつの良い木材にするため、「えだ打ち」の作業や、しかなどの動物の食害(がい)から木を守るためにネットをはる作業などを行い、じっくりと時間と手間をかけて育てられています。</p> </div> <p>「わたしたちの尾鷲市」(尾鷲市教育委員会)、ほかから作成</p>
<p>【振り返り】 それぞれの木材の特徴や用途についてわかったことや感じたことをまとめよう。</p>	

教材研究(参考となる書籍・Webサイト等)

- 東紀州・尾鷲ひのきの会 HP <http://www.re-forest.com/owase-hinoki/hinoki.html>
- 紀州尾鷲ひのき家具 HP <http://kisyuhinoki.com/contents.html>