

中学校第2学年  
家庭科

⑰地域の食文化を知ろう  
—「奈良のうまいもの」博士になろう—

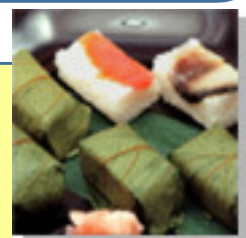
学習のねらい

- 郷土料理が伝わっている地域のいわれや産業、行事などを調べることを通して郷土「奈良」を知る。
- 「栄養を考えた食事」の観点から郷土料理に使用されている食材を調べ、栄養バランスについて考える。
- 郷土の食材を取り上げることで地域に関心をもちながら活動しようとする。

郷土の資源について

県農林部が認定する「奈良のうまいもの郷土料理」には、16種類もの郷土料理が紹介されている。生徒にとってはなじみのない料理も多いが、どれも早くから日本の文化の中心であった奈良（大和）に伝わってきたものである。

「郷土料理」を知ることを通して、奈良で大切にされてきた行事や守られてきた伝統に触れる機会となり、それぞれの料理に隠された生活の工夫なども知ることができると考える。



奈良県農林部マーケティング課Webページより

学習指導要領上の位置付け

B領域「食生活と自立」の(1)「中学生の食生活と栄養」(2)「日常食の献立と食品の選び方」(3)「日常食の調理と地域の食文化」

学習の流れ

1. 食べることの大切さ、食事の働きを知る。  
郷土料理を知る「奈良のうまいものクイズ」をする。(本時)

1時間

2. 「奈良のうまいもの」について材料や栄養バランス、どの地方に伝わるかなどを調べてまとめる。

1時間


3. 「奈良のうまいもの」の調べたことを共有する。

1時間

4. 調理の計画を立て、実習をする。

2時間

## 展開例（本時 1 / 5）

	学習活動	指導上の留意点 （※評価規準）	備考
導入	○以前に学習した「食事の役割」や「成長のために必要な栄養素」を確認する。	・以前に学習したことを思い出しながら、食事の大切さに触れるようにする。	エネルギーをつくる・体の調子を整える・体を作る・栄養素の掲示物
展開	○郷土料理（奈良に古くから伝わる料理）から連想するものや料理名を考える。  ○「奈良のうまいもの」クイズにクラスで取り組む。 例 <u>柿なます</u> <u>奈良の正月料理</u> 	・郷土料理に対する知識が少ないことを確認し、学習後には「奈良のうまいもの検定」を行うことを伝える。 ・郷土料理について知らない生徒が多い場合は、 <u>料理名</u> と <u>写真</u> だけでまずは取り組むようにする。 ・写真に注目させ、使用されている食材や盛りつけ等にも気付きがあるようにする。 <b>※進んで郷土料理について知ろうとしている。</b>	<u>料理名</u> ・ <u>料理の写真</u> ・ <u>食べるときの行事</u> などが書かれた掲示用のカード
	○調べたい料理ごとにグループに分かれる。	・どの班にも2冊以上の資料や情報機器（PC・タブレット）を用意する。	・参考資料となる書籍等 ・情報機器（PC・タブレット端末）
まとめ	○これからの活動の見通しをもつ。	・次時から栄養バランスや食材、行事やいわれなどを調べることを伝える。	

奈良県農林部マーケティング課 Web ページより

## 発展的な学習の例

- ・まとめたことを家庭向けにも発信し、夏休み等を利用して、実習できなかった郷土料理（材料・加熱等の理由から）にも挑戦できるようにする。
- ・地域を知る機会として、総合的な学習の時間との関連も図ることができる。

## 参考文献

- ・「大和の食文化 日本の食のルーツをたずねて」富岡典子、奈良新聞社、平成17年
- ・「出会い 大和の味」奈良の食文化研究会、奈良新聞社、平成19年
- ・「47都道府県・伝統食百科」成瀬宇平、丸善株式会社、平成21年