

単元名 わたしたちの生活と食料生産

さんま ー宮城県ー



地場産物の説明

さんまは、漁が始まったとされる江戸時代の初期から、庶民の味として親しまれ、落語や詩談で語られるほど身近な味として愛されている。

さんまの漁獲量全国第2位の宮城県は、けせんぬま 気仙沼やおながわ 女川などの漁港で、たっぷりと脂ののったさんまが水揚げされる。

さんまは胃がなく、腸も短いため、内臓に食物をためこまないのが、新鮮なさんまは内臓までおいしく食べられる。さんまの塩焼き、さんま汁、刺身、煮付け、蒲焼きなど、さまざまな調理法で食べられている。

(食材王国みやぎ資料より)

献立例

ごはん、牛乳、さんまの生姜煮、ほうれん草とささかまのおひたし、豆腐とわかめのみそ汁

1人当たりの栄養量 (小学校)

エネルギー	665kcal
たんぱく質	17.6g
脂質	22.8g
カルシウム	314mg
鉄	2.9mg
ビタミンA	179 μgRE
ビタミンB <sub>1</sub>	0.52mg
ビタミンB <sub>2</sub>	0.60mg
ビタミンC	21mg
食物繊維	2.9g
食塩	3.0g
マグネシウム	118mg
亜鉛	2.8mg



給食の時間の指導 (感謝の心・食文化)

今日の給食は、宮県の特産物さんまを使った「さんまの生姜煮」です。秋になるとけせんぬま 気仙沼やおながわ 女川漁港でたくさん水揚げされます。実りの秋は、海の幸・山の幸がたくさん出回る季節です。ほとんどの食べ物は、冷凍食品などで1年中食べることができますが、栄養はもちろん、新鮮でおいしいのは、とれたてのものにはかないません。地元でとれた食物は、とれてから持ってきてもうまで時間がかからないので、新鮮でおいしく、何より安全です。自然は、その季節にふさわしい食べ物を恵んでいます。

今日もよくかんで、秋のおいしさを味わって、自然に感謝しながら食べましょう。

## 小学校 第5学年 社会科学習指導（略）案

日時 平成21年 月 日 第 校時  
 対象 5年 組 名  
 指導者 担任（T1）・栄養教諭等（T2）

## 1 単元名 わたしたちの生活と食料生産

## 2 単元の目標

- (1) 我が国の農業や水産業の様子について関心を持ち、それを意欲的に調べることを通して、国民生活を支える我が国の食料生産について関心を深めることができる。
- (2) 我が国の農業や水産業の様子から学習の問題を見出して、国民の食料を確保する我が国の農業や水産業の意味やそれらの産業と自然環境との関連を考えることができる。
- (3) 我が国の農業や水産業の様子を調査したり、地図や統計などの各種の基礎的資料を活用したりするとともに、調べた過程や結果を表現することができる。
- (4) 我が国の農業や水産業の様子は、国民の食料を確保する重要な役割を果たしていることや自然環境とのかかわりをもって営まれていることを理解することができる。

## 3 本時（1/7時）

## (1) 本時の目標

- 宮城県の地域の特徴を生かした水産業の様子を資料などで調べることができる。
- さんまなどの水産物が自分たちの食生活や国民の食生活を支えていることを理解する。

## 〈食育の視点〉

- 正しい知識・情報に基づいて、食物の品質及び安全性等について自ら判断できる能力を身に付ける。（食品を選択する能力）
- 宮城県の産物、食文化や食に関わる歴史等を理解し、尊重する心をもつ。（食文化）

## (2) 学習過程

過程	時間	主な学習活動	教師の支援・指導上の留意点	資料等
気付く	5分	1 課題を知る。 日本の漁獲量の問題点と解決策を考えよう。	○ 魚の種類別漁獲量と魚介類の輸入量のグラフを見て、気付いたことを発表させる。（T1）	グラフ （発表）
活動する	30分	2 本時の課題を解決する。 (1) 漁獲量と輸入量の関係から考える。 ・ なぜ漁獲量は減ったのに、輸入量は増えたのかな。 (2) 全国に占める宮城県の漁獲量を知る。 ・ 宮城県の魚の種類別漁獲量はどれくらいなのかな。 3 給食の献立を使って水産物の活用例を知る。 (1) 栄養教諭の話聞く。 (2) 宮城県で水揚げされた魚介類を取り入れていることを知る。 (3) 宮城県で水揚げされた魚介類を使用することの利点を知る。	○ 気付いたことをもとにして、輸入することについて疑問に思ったことを発表させる。（T1） ○ 宮城県の漁獲量が他県に比べて多いことを知らせ、さんまやかき、フカヒレなどが特産物になっていることを確認させる。（T1） ○ 宮城県で水揚げされた魚介類を使用することの利点を説明する。（T2） ○ 分かったことや疑問に思ったことをワークシートに書かせる。（T1） ○ 栄養教諭の話の要点をワークシートに書かせる。（T1）	（発表） グラフ 写真 ワークシート （発表）
振り返る	10分	4 まとめと次時の予告を聞く。 (1) 分かったこと、疑問に思ったこと等を発表する。 (2) 次時の問題解決に意欲をもつ。	○ 我が国の食料生産の抱える問題について、自分なりの解決策等の考えをもたせる。（T1） ○ A評価の児童には、我が国の食料生産の抱える問題について、見通しや予想をもたせる。（T1）	ワークシート （発表）

## (3) 評価

- 宮城県の特産物を知り、自分にできる身近な取り入れ方などを考えることができたか。
- 我が国の食料生産の抱える問題について、自分なりの解決策等の考えをもつことができたか。