

中学校 第2学年

題材名 **豊かに、楽しく食べる**  
「地域の食文化を知ろう」

**小麦（きぬの波）** —群馬県—



**地場産物の説明**

すいとんは、高崎市産小麦「きぬの波」の粉を使っている。「きぬの波」とは、全国でもアミロ値（粘性）が一番高く、特につるつるとした舌触り、粘弾性、滑らかさにすぐれた品種である。「きぬの波」で作ったすいとんやうどんは滑らかで、もちもち感がある。

群馬県高崎市の小麦「きぬの波」は1985年から群馬県農業技術センターで早生、多収、加工適性の向上を育種目標に品種改良を重ね、2000年に品種登録された新品種の小麦である。

『ぐんまるくん』は、群馬県産小麦「ダブル8号」の粉100%を使用し開発されたパンである。群馬県の名物の一つである「おやき」をイメージし、丸くて平たい形をしている。『ぐんまるくん』という名称は、公募により決まっている。（高崎市農業協同組合資料より）

**献立例**

ぐんまるくん、高崎・はるなの梅ジャム、牛乳、すいとん、カムカム揚げ、みかん

**1人当たりの栄養量（中学校）**

エネルギー	843kcal
たんぱく質	34.8g
脂質	32.5g
カルシウム	623mg
鉄	4.7mg
ビタミンA	337 μgRE
ビタミンB <sub>1</sub>	0.48mg
ビタミンB <sub>2</sub>	0.59mg
ビタミンC	35mg
食物繊維	7.6g
食塩	2.6g
マグネシウム	127mg
亜鉛	3.2mg



**給食の時間の指導（食文化）**

群馬県では、昔から小麦がたくさん作られていて、夕食にうどんやすいとんを食べることが多かったようです。お客さんへのおもてなしやお祭りなどには必ず、手打ちのうどんやすいとんを作っていました。今日の給食のすいとんは高崎市産小麦「きぬの波」で作り、味付けは高崎市産大豆で作った「高崎しょうゆ」を使用しました。さらにぐんまるくんは、群馬県産小麦「ダブル8号」100%を使用した、おやきをイメージした形のパンです。里芋、大根、ごぼう、ねぎも群馬県産や高崎市産野菜を使用しています。

私たちが住んでいるふるさとの味を味わってください。

## 中学校 第2学年 技術・家庭科学習指導（略）案

日 時 平成21年 月 日 第 校時  
 対 象 2年 組 名  
 指導者 教科担任 (T1) 栄養教諭等 (T2)

### 1 題材名 豊かに、楽しく食べる ～地域の食文化を知ろう～

#### 2 題材の目標

- (1) 地域や季節の特色ある食材に関心を持ち、地域の食材や料理を調べることができる。
- (2) 郷土料理の意義がわかり、日常生活で地域の食材をいかした調理の工夫ができる。

#### 3 本時 (1/5 時)

- (1) 本時の目標  
 群馬県や地域の食べ物に興味を持ち、自分が暮らしている地域への愛着を深め、次時の調理実習への興味関心を深める。

〈食育の視点〉

地域の産物、食文化や食にかかわる歴史等を理解し、尊重する心をもつ。(食文化・感謝の心)

- (2) 学習過程

過程	主な学習活動	教師の支援 (T1)	教師の支援 (T2)	備考
気付く (10分)	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">地域の食文化を知ろう</div> ○ 地域の食文化について興味をもつ。 ○ 地域の食べ物について考え、ワークシートに記入し、色々な食べ物があることに気付く。	○ ねらいをあげるにより、地域の食文化とは何だろうという関心を高めさせる。 ○ 自分が暮らしている地域、群馬県・高崎市・豊岡町の食べ物を考えさせ、発表させる。(料理・食材でも可) <例>焼きまんじゅう、 こんにゃく、 きゅうり (豊岡校区) 等		ワークシート
活動する (35分)	○ 給食には多くの地場産の食材が使用されていることを知る。  ○ 給食に地場産食材が使用されている理由を考え、ワークシートに記入する。  ○ 群馬県の郷土料理を考え、ワークシートに記入し、郷土料理に関心をもつ。  ○ 共通する食材、小麦について理解を深める。  ○ 郷土料理の発展した理由について考え、ワークシートに記入し、地域や郷土料理に興味をもつ。	○ 地場産食材を使用した郷土料理をワークシートに記入させ、発表させる。地場産食材が郷土料理と深い関わりがあることを理解させる。 <例>うどん 焼きまんじゅう おきりこみ おやき 等  ○ 群馬県は小麦の産地であり、郷土料理は小麦使用料理が多いという特徴を理解させる。  ○ 郷土料理の特徴について理解させ、地域に関心をもたせる。 <例>小麦が多く生産されていた。	○ 今日の給食より群馬県産・高崎産の食材を示し、多く使用されていることを理解させる。 <例> ぐんまるパン→小麦 すいとん→小麦・卵・牛乳・里芋・大根・長ねぎ・豚肉 揚げ煮→大豆 なるべく多くのものを季節に合わせて使用。生産が全国生産上位のものもある。  ○ 地場産食材を使用する理由を考えさせ、ワークシートに記入させる。発表を聞くことにより地場産食材を使用する意義を理解させる。 ・ 新鮮 ・ 安心、安全 ・ 安価 ・ 環境によい (輸送のエネルギー消費少)  ・ おいしい  ○ 小麦も種類があり、地粉(中力粉)を使用する。	献立表  食品絵カード* 掲示用字カード* 地場産マップ   ワークシート  字カード*  字カード* 写真等   小麦粉の種類別料理表
振り返る (5分)	○ 次回の調理実習計画に期待をもつ。	○ 次回、群馬県産小麦を使用した「おきりこみ」調理計画に期待感をもたせる。		

- (3) 評価

群馬県や地域の食べ物に興味を持ち、自分が暮らしている地域への愛着を深めることができたか。