

単元名 **すがたをかえる大豆**

大豆 ー山梨県ー



地場産物の説明

あなやままちとうくぼ
 穴山町伊藤窪で平成17年から栽培しており、約0.7ヘクタールの土地で年間1.3トンの収穫がある。なかせんなり中千成という品種の大豆で、栽培がしやすく、甘みがあり、豆腐や味噌に適している。

伊藤窪の地区では、きな粉や豆腐・味噌に加工し、地域の人達や市内の学校給食にも活用している。地域の人達の想いが美味しい大豆となっている。

2009年8月、スペースシャトルに「宇宙の大豆」として、50日間宇宙へ持って行ったのもこの大豆である。

(参考 生産者の話)

献立例

大豆ごはん、牛乳、魚の味噌煮、野菜いため、のっぺい汁、柿

1人当たりの栄養量 (小学校)

エネルギー	678kcal
たんぱく質	29.1g
脂質	19.1g
カルシウム	337mg
鉄	3.6mg
ビタミンA	228 μ gRE
ビタミンB ₁	0.33mg
ビタミンB ₂	0.42mg
ビタミンC	28mg
食物繊維	5.9g
食塩	2.5g
マグネシウム	122mg
亜鉛	3.4mg



給食の時間の指導 (食文化)

今日の給食には穴山町伊藤窪の大豆がいっぱいです。ごはんに入っている大豆と魚においしく味を付けている味噌、そして野菜がいっぱい入っているのっぺい汁の豆腐はみんな大豆から出来ています。穴山町伊藤窪の地域の人達は美味しい大豆になるようにと土づくりや草取りをしています。中千成という品種の大豆で、味噌や豆腐がおいしく出来る豆です。みなさんの大好ききな粉パンのきな粉も伊藤窪の大豆からできています。

小学校 第3学年 国語科学習指導（略）案

日 時 平成 21年 月 日 第 校時

対 象 3年 組 名

指導者 担任 (T1) 栄養教諭等 (T2)

1 単元名 すがたをかえる大豆

2 単元の目標

- (1) 身近な食べ物についての知識を得るとともに興味を広げる。
- (2) 中心となる語や文、段落相互の関係に注意して文章を読む。
- (3) 本での調べ方を知り、身近な食べ物について調べ、分かりやすくまとめて友達と交流する。

3 本時（12/19時）

(1) 本時の目標

- 資料を活用したり、栄養教諭等の話を聞いたりすることで、大豆についての知識や興味を広げる。
- 大豆のよいところを理解し、自分の言葉でまとめて発表することができる。

〈食育の視点〉

- 食品には栄養的な特徴があり、好き嫌い無く食べることの大切さを理解し、自らの健康管理をしようとするすることができる。（食事の重要性）
- 自分の町で作られた食材が、知恵と工夫により料理されることを理解することができる。（食文化）

(2) 学習過程

過程	時間	学習活動	指導上の留意点	備考
導入	7分	大豆が使われている料理をみつけよう ○ 前時を振り返り、大豆からできている食品を発表する。	・ 献立表を配布する。（T1）	献立表
展開	30分	○ 献立表の食品の中から大豆・とうふ・みそ・おから等の言葉を探す。 ○ 大豆が使われている料理について、グループで話し合い発表する。 ○ 今日の給食には大豆や「すがたをかえた大豆」がたくさん使われていることを知る。 ○ 大豆や「すがたをかえた大豆」は、「赤の仲間」の食品であることに気づき、「畑の肉」の意味を知る。 ○ 大豆との付き合い方について知る。 ○ 給食で食べている大豆やみそ・きな粉は、地域で栽培されたものであることを知る。	・ 見つけた言葉を赤鉛筆で囲み、分かりやすくさせる。（T1） ・ 拡大献立表の食品や料理に○をつけさせる。（T1） ・ 気が付かなかった料理について説明する。（T2） ・ 拡大献立表で給食には大豆や「すがたをかえた大豆」がたくさん使われていることを確認させる。（T1） ・ 「畑の肉」の意味を知らせ、食生活の中にじょうずに取り入れられるように説明する。（T2） ・ 給食は、地域で栽培された大豆や「すがたをかえた大豆」を取り入れていることを知らせる。（T2）	グループ活動 拡大献立表 大豆・豆腐・みそ等の実物 食品カード
まとめ	8分	○ 本時で学習したことについてまとめ、それを発表する。	・ 今日の学習をふり振り返り、これからの食生活に生かせるように働きかける。（T1） ・ ワークシートにまとめて発表させる。（T1）	ワークシート

(3) 評価

- 意欲的に大豆や「すがたをかえた大豆」を探し、また、大豆が地域で栽培されていることを知り、知識や興味を広げることができたか。
- 大豆についての知識を得るとともに、まとめて自分の言葉で発表することができたか。