

郷土料理の良さを再発見  
～長野県の昆虫食・鯉料理を手がかりとして～

生駒市立生駒東小学校 山方 有香

1. ESD を生かした授業づくり

(1) 単元名・学校種と学年

自分の住んでいる土地に伝わる食べ物について知ろう 小学校 第5学年

(2) 単元の概要

本単元は、長野県の特徴ある伝統料理（イナゴ・ザザムシ・ハチノコ・鯉料理）を切り口に、料理を守り受け継いできた人たちの思いを知り、自分たちの地域に伝わる食文化の良さに気付くことをねらいとしている。

長野県では、一般的にはあまり食べられないイナゴやザザムシ、ハチノコといった昆虫を食べる風習【多様性】がある。平野が少なく農業ができる土地が限られていたこともあり、昆虫が貴重な蛋白源として食べられてきた。また、佐久地区と呼ばれる長野県の東部では昔から水田に鯉の稚魚を放流し、稲作を行いながら鯉を育てるという養殖方法（水田養鯉）が盛んに行われている。鯉は食欲が旺盛で害虫や雑草を多く食べるため、農薬を使う必要がない。さらに、成長した鯉は、あらい（刺身）や鯉こく、うま煮として食べられるため無駄がない【相互性】。また、「鯉を食べると医者いらず」と言われるほど体に良いとされ、縁起物としても大切にされてきた。その年の健康を祈り、年越し魚として食べられている。土地の開拓により田畑が減少しつつある現在でも、これらの食文化は地域の人々によって受け継がれている【連携性】。

児童は、家庭科で地域によって食文化が違うことを学習している。近年、生産技術の向上や輸入品の増加により、スーパーには様々な食品が売られており何でも手に入れることができる。そのため地域の特有の食を意識することが少なくなっている。昆虫食や鯉料理といった地域特有の食文化を通して、自分たちの住んでいる地域の風土や食文化を知り、食の大切さを理解させたい。

【持続可能な社会づくりの構成概念】

構成概念Ⅰ 多様性…それぞれの地域によって、食文化に特色があること。

構成概念Ⅱ 相互性…イナゴを捕獲することで、金銭的な収入源となること。また、水田に鯉を放つことにより減農薬作用があり、さらにその鯉を食すこと。

構成概念Ⅴ 連携性…地域の人々が環境を守りながら、伝統的な食文化が受け継がれていること。

2. ESD の視点を生かした授業の実際

(1) 単元の目標（重視する能力・態度）

《未来》

自分が住む地域の伝統料理が、将来どうなるかを考え、また伝承できるよう行動に移すことができる。

《多面》

地域によって異なる食文化があることに気付くことができる。

《関連》

地域の伝統料理が生まれたルーツや、現在まで伝承されていることを理解することができる。

(2) 評価規準

関連 関心・意欲・態度	未来 思考・判断・表現	多面 技能	関連 知識・理解
①地域の伝統料理が生まれたルーツについて意欲的に学習している。 ②地域の伝統料理が現在まで伝承されていることについて意欲的に学習している。	①自分の住む地域の伝統料理が将来どうなるか考えている。 ②伝統料理が途絶えないよう考えたことを適切に表現している。	①地域によって異なる食文化があることについて、資料を集め、必要なことを読み取っている。	①地域の伝統料理が生まれたルーツや、現在まで伝承されていることを理解している。

(3) 単元の計画 (全6時間)

時間	主な学習活動と内容	◇教師の支援 ◆主な評価
1	<p>【地域特有の食べ物について知ろう】</p> <p>○右のような昆虫が食べられていることを知る。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  <p>イナゴ</p>  <p>佃煮</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>ザザムシ</p>  <p>大和煮</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>はちのこ</p>  <p>佃煮</p> </div> </div> <p>○昆虫が食べられている地域を知り、共通点を考える。</p>	<p>◇昆虫の写真と調理後の写真を提示する。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  <p>ザザムシ</p>  <p>大和煮</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>はちのこ</p>  <p>佃煮</p> </div> </div> <p>◆地域の伝統料理が生まれたルーツについて意欲的に学習している。《関・意・態①》</p> <p>◇資料を提示して共通点を考えさせる。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・海に面していない地方</li> <li>・山間部</li> </ul>

	<p>○イナゴ等の昆虫が食べられるようになった理由を考える。</p> <p>○豊かになった今でも、イナゴが食べられている理由を考える。</p>	<p>◆地域によって異なる食文化があることについて、資料を集め、必要なことを読み取っている。《技能・①》</p> <p>◇昆虫を食べることの利点を伝える。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・農産物が取れなくなる冬場の保存食になる。</li> <li>・貴重な蛋白源になる。</li> <li>・イナゴによる農作物への被害を減らすことができる。</li> <li>・イナゴを買い取る業者が存在する。</li> </ul> <p>◇伝統料理保存のために活動している人々がいることを伝える。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・スーパーや道の駅、地域の特産品売り場で売られている。</li> <li>・J A信州のホームページにはイナゴの収穫法や調理法が紹介されている。</li> </ul> <p>◇イナゴを捕まえることで稲は守られ、食べることで自分たちの栄養になっていることに気付かせる。</p> <p>◆地域の伝統料理が現在まで傳承されていることについて意欲的に学習している。《関・意・態②》</p>
2	<p>【他に特徴のある伝統料理を知ろう】</p> <p>○鯉料理があることを知る。</p> <p>○鯉が食べられるようになった理由を考える。</p>	<p>◇長野県佐久地方に伝わる鯉料理について伝える。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・あらい（刺身）</li> <li>・鯉こく</li> <li>・うま煮</li> <li>・塩焼き</li> </ul> <p>◇水田に稚魚を放し育てられていることを伝える。</p> <p>◇水田で鯉を育てる利点をおさえる。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・害虫や雑草を鯉が食べて成長する。</li> <li>・農薬の使用量が減る。</li> <li>・成長した鯉は貴重な食材として食べられる。</li> </ul> <p>◇鯉はお正月によく食べられていることを伝える。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・病気をせず一年健康に過ごせるようにという思いが込められている。</li> </ul>
3  4	<p>【自分の住んでいる地域の伝統料理について調べよう】</p> <p>○お正月料理を調べる。</p>	<p>◇お正月料理に込められている意味を探る活動を取り入れる。</p> <p>◇地域によって食材や食べ方が異なることに気付かせ、そこに込められた願いを考える。</p>

5	○伝統料理について調べる。	◇伝統料理は、地域の気候や風土に即していることを気付かせる。 ◇伝統料理に込められた意味を探る活動を取り入れる。 ◇伝統料理を作り続けている人にインタビュー機会を設ける。
6	○伝統料理を絶やさないためにできることを考える。	◆自分の住む地域の伝統料理が将来どうなるか考えている。 《思考・判断・表現①》  ◇理想だけでなく、児童自身にできることを考えさせる。 ◆伝統料理が途絶えないよう考えたことを適切に表現している。《思考・判断・表現②》