＜日本食文化理解促進のための学習ツール＞
「私たちの食文化つて、どんなもの？」

◆はじめに◆

本学習ツールは、日本がユネスコの無形文化遺産への登録を目指し、「和食；伝統的な日本の食文化」を申請したことを契機として子どもたちが身近な日本食文化の素晴らしさに気付き、未来に向けてそれを継承していこうという気持ちを育んでほしいという願いを込めて作成したものです。

子どもたちが、日常的な食事や地域の行事食等についてワークシートに書き込み、学習することで、より深く日本食文化について考えることができるかと思います。

本手引きでは、本学習ツールをより効果的こご活用いただけるよう、活用の一例をお示ししておりますが、これにとらわれることな＜、学習者の修学レベルや地域の実情に応じて、適宜アレンジいただけたらと存じます。

本学習ツールが、教育や地域の食育活動の際にご活用いただければ幸いです。

１概要

自分たちが普段食べているものや地域の郷土料理、外国の食文化について考えることで、住んでいる土也域の地理的、気候的、歴史的背景について理解するとともに、それらが背景となつて形成された土也域及び日本の食文化の特徴について学びます。

また、食事のマナーや季節ごとの特徴的な食について考えること日常的な慣習や生活規則、年中行事と食との結び付きもまた日本食文化であることを理解します。

そして、自分たちの食文化を次世代へ伝えるためにできることについて考えます。

２ねらい

・「食べる」ことの意味を考える。

・日本には四季があり、季節ごとの自然の恵みに感謝しながら食事をしていることを理解する。

・郷土料理が生まれる背景には、地理的・歴史的要因が関係していることを理解する。

・食事のマナーや年中行事について理解する。

・日本食文化の特徴について理解する。

・日常的な生活の中に日本食文化が息づいていることを理解する。

・日本食文化を未来に伝えるためにどのようなことができるか考えさせる。

３授業の流れ

（ポイント）

・身近な食事から、地域の郷土料理、世界の料理へと視点を広げながら、食の多様性、文化の多様性について学ぶとともに、食事のマナーや年中行事と食との結び付きについて考えさせることで、日本食文化の特徴について学習者に自発的に気付かせます。

・学習者が発表した日本食文化に関するコメントを膨らませるよう、適宜参考資料を引用し、日本食文化の知恵や工夫について深掘りして説明することにより、日本食文化の素晴らしさについて説明します。

・「学習の整理（イメージ）」のように、学習を通じて、学習者が発言する日本食文化に関係するキーワードについて、指導者は、線をつなげて日本食文化の概念図を作成する。学習者の発言に応じて、随意キーワードを追加していく。

流れ	資料	学習活動	指導者の働きかけ （■：指導者からのポイントとなるコメント）
導入		**【食べることの意味を考える】**	**■私たちはなぜ、毎日食べるのでしょうか。** ○学習者に、自由に答えさせる。 ⇒「おなかがすくから」「生きるため」etc. **■「生きるために食べる」のであれば、朝昼夜３食とも同じ食事でもいいですか。** ○人間は食事をするにあたり、ただ食べるのではなく、よりおいしく、よりバランスよく、より美しく飾り付けて食べるため、様々な工夫（食材、調味料、調理方法、食器、マナー等）をしていること、それがすなわち「食文化」であることを伝える。 ○これから私たちの毎日の食事や郷土料理について考える中で、どのような工夫・知恵があるのかを学習することを伝える。 **■今日の授業を通じて、日本食文化というものがどういうものか考えましょう。**
展開	ワークシート①②	**【毎日の食事から日本食文化を見つけよう】** 朝・昼・夜の食事を振り返り、この中に日本らしさ、自分の住む地域らしさがあるか考える。 **【食事のマナーを知ろう】** あいさつや食べる順番、行儀など、食事の時に気をつけていることを書き出す。	**■昨日食べた食事の中に、日本らしさや自分の住む地域の特徴が出ているものがあるでしょうか。** ○学習者に、日常の食事の中に、昔から受け継がれた日本食文化があることを気付かせる。 ○ワークシートは、前日までに宿題とし、家族の人と取り組ませてもよい。 **■食事の時に気をつけていることがありますか。** ○「いただきます」や食事のときのマナー、箸の使い方といったルールは、きれいに美しく食べることで、料理を作ってくれた人、食材への感謝・経緯を表したものだということを伝える。
	ワークシート③	**【海外から日本に渡ってきた料理について考えよう】** ワークシートにある料理が、もともとは海外のどの国から渡ってきたものかを考える。	**■次は、世界の料理について考えて見ましょう。それぞれの料理は、どの国で作られているでしょうか。** ○世界各国で作られる料理も、その土地の地理的・気候的・歴史的背景等と関連したものであること、私たちの普段の食生活が、洋風化していることに気付かせる。

		答え合わせをして、気付いたことを書き出す。	
	ワークシート④	**【季節の行事と食の結び付きを考えよう】** 季節の行事と結びついた食べ物について、ヒントを頼りに思いついたものを書き出す。	**■思いつく季節の行事を挙げてみましょう。季節の行事には、どんないいことがありますか。** 〇日本人の自然を愛する心や日常生活に節目を持つことの意義、家族や地域のコミュニケーションツールとしての食について考える。
	ワークシート⑤	**【どこの郷土料理か考えよう】** ワークシートに書かれた地域の特徴や歴史的背景、特産物等の情報から、写真の郷土料理がどの地域に当てはまるかを考える。 答え合わせをして、気付いたことを書き出す。	**■それぞれの郷土料理は、日本のどこで作られているでしょうか。** 〇郷土料理がその土地で作られるのには、その土地の気候や歴史的背景、特産物などが関連していることに気付かせる。
まとめ	ワークシート⑥	**【私が未来に伝えたい食文化】** 自分がいいなと思う、未来に伝えたいと思う日本食文化を書き出す。 そのために自分が日頃から取り組めること（大人にお願いしたいこと）を「私の約束（私のお願い）」として書き出す。	**■未来に伝えたい日本食文化は何ですか。** 〇「学習の整理」を振り返り、日本食文化の概念について理解する。 〇日本食文化の素晴らしさを気付かせ、これを未来に伝えていくために自分たちにできることについて考えさせる。 （※日本食文化を未来に伝えるための取組として、日本食文化をユネスコの「無形文化遺産」に登録に向けた取組を紹介）
		【気付いたこと／感じたことを考えよう】 今日の学習で気付いたこと、感じたことを自由に書き出す。	**■今日の学習で、どんな気付きがありましたか。また、もっと知りたいと思ったことはありますか。** 〇日本食文化の特徴を振り返りながら、わかったこと、不思議に思ったことを考えることにより、日本食文化について興味を深めさせ、今後の学習につなげる。

4　留意事項

- 複数人のグループにし、１つのワークシートをグループで取り組ませても結構です。
- 事前の知識水準や確保できる時間に応じて、適宜ワークシートや説明資料を割愛して実施していただいても結構です。

参考：指導計画（例）

本カリキユラムによる学習がより効果的なものとなるよう、当日の学習とあわせて事前・事後学習を行うことにより、当該テーマに対する学習者の興味・関心を高めた上で臨ませ、当日の説明不足を補い、学習者の興味・関心の高まりに応じた発展的な学習を行うことができます。

＜事前指導＞

→学習する

・「食事バランスガイド」等により、望ましい食事について学習します。

・日本には四季があり、それぞれの季節で気候が異なることゃ、山間部、海岸部などの地形の違いに富んでいることについての基礎知識を学習します。

＜事後指導＞

→学習する

・食の多様性について、「雑煮」を例に地域的な差異があることを学習します。

→調べる・発表する

・家族の人（祖父、父）が子どもの嘖の食事がどのようなものだつたかを聞き、現代の食事と比べて気付いたことを発表します。

・自分の暮らす地域やその他全国の郷土料理について、書籍やインターネットなどを使って、その由来や作り方について調べ、発表します。

・全国各地の有名な郷土料理（きりたんぽ等）について個人 or グループで分担して調べ、郷土料理の由来や作り方について、クラス全体で全の郷土料理マップを作ります。

・日本食文化が失われつつある要因について考えます。