

# 坊ちゃんかぼちゃ料理を地域に広めよう

## — 3年 食育教材 —

### <題材の目標>

- ・ 地域の食材に興味・関心をもち、自分なりの願いをもって地域に広めようとすることができる。
- ・ 地域の食材を生かしながら、対象者にふさわしい料理を工夫することができる。
- ・ 地域の食材を生かした料理を計画し、調理することができる。
- ・ 地域の食材の特徴や調理性について理解し、調理に生かすことができる。

### 1. 題材の設定

本題材で教材として取り上げた「坊ちゃんかぼちゃ」は、地元商工会議所が農商工連携事業として、本市の新名物にしようと取り組んでいる野菜である。本市の食品店と共同して坊ちゃんかぼちゃ料理を開発したり、市のさまざまな行事においても大きく取り上げたりと、市全体に広まりつつある。このような現状から、地域に貢献したいという生徒の思いを、地域の新名物である坊ちゃんかぼちゃを通じて、地域に届けたいと考えた。また、商工会議所や地域の料理の専門家などからのアドバイスをいただくことで、さらに地域との連携を深められると考え、本題材を設定した。

### 2. 題材の概要

1学期には、技術分野の生物育成の題材「坊ちゃんかぼちゃを育てよう」において、商工会議所からいただいた坊ちゃんかぼちゃの苗を育て、収穫まで行った。

本題材では、その「坊ちゃんかぼちゃ」を使い、自分たちのオリジナル料理を考えるという形で展開していく。

まず、導入では、坊ちゃんかぼちゃの試食を行う。次に、集会を行い、特徴や栄養などについて説明をし、坊ちゃんかぼちゃについて知り、興味・関心をもたせる。そして、夏休みに家庭で坊ちゃんかぼちゃのレシピを考え、実際に調理を行わせる。

2学期には、その家庭で考えた坊ちゃんかぼちゃ料理をみんなの前で発表する。そして、家庭で考えたレ

シピや、発表で聞いた友達のレシピを参考にし、対象者を決めてその人に合った坊ちゃんかぼちゃ料理を考える活動を行う。さらに、今後その料理を自分たちだけでなく、地域の人たちにも食べてもらい地域に広めたいという活動へと発展させていく。

### 3. 指導計画（7時間）

#### ①坊ちゃんかぼちゃについて知ろう（集会）…1

- ・ 味の特徴、栄養、簡単な調理法について知る。

#### ○夏休みの課題

- ・ 家族と一緒に坊ちゃんかぼちゃを使ったレシピを考える。
- ・ 自分で収穫した坊ちゃんかぼちゃを使って実際に調理する。

#### ②夏休みに考えたレシピを発表しよう…1

- ・ 坊ちゃんかぼちゃのさまざまな調理法・工夫の仕方を友達の発表から知る。
- ・ 似通ったレシピを考えた者で2人組みを作る。

#### ③坊ちゃんかぼちゃの良いところを考える…1

- ・ 他のかぼちゃと比較してみる。
- ・ 坊ちゃんかぼちゃならではの料理を考える。

#### ④レシピを計画する…1

- ・ 対象者にはどんな栄養が必要であり、どのような味付けを好むのか考える。
- ・ 調理を計画する。

#### ⑤⑥坊ちゃんかぼちゃ料理コンテスト…2

- ・ 地域の人を呼んで審査員になっていただく。

### ⑦料理コンテストを振り返り、地域発信に向け画用紙にまとめる・・・1

#### ○地域に発信する

- ・レシピ集の発行
- ・地域のお店でレシピの商品化
- ・ハイウェイオアシスでPR活動

## 4. 実際の様子

### ～坊ちゃんかぼちゃを試食しよう～



坊ちゃんかぼちゃを電子レンジで加熱し、一口サイズに切り分け、3年生の各クラスに配付して試食会を行なった。電子レンジで簡単に調理できること、普通のかぼちゃよりも味が濃く、甘い感じがすることに気づいた。

### ～「坊ちゃんかぼちゃ集会」の開催～



坊ちゃんかぼちゃの特徴を学習した。β-カロテンの含有量が多く、皮までまるごと食べられる、大変優れた食品であることや、電子レンジで簡単に調理可能なことを学んだ。

### ～夏休みに考えたレシピを発表しよう～



夏休みの宿題で、自分で栽培し収穫した坊ちゃんかぼちゃを使って、家族とレシピを考えた。坊ちゃんかぼちゃの様々な調理法や、レシピの工夫を友達の発表から学んだ。

### ～対象者のことを考えたレシピを計画しよう～



2人1組になり、対象者を決め、味好みや特に必要な栄養面を考慮したレシピを計画した。地元のお店のレシピや、料理研究家のアドバイスを参考に計画を立てた。

### ～坊ちゃんかぼちゃ料理コンテスト～

2人1組で考えたレシピを基に、各クラスで料理コ

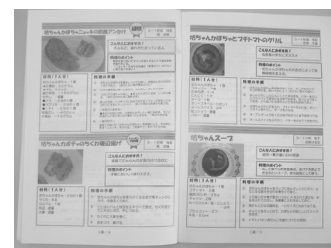


ンテストを行った。

審査員には、料理研究家や商工会議所の方、地元のスーパーマーケットの惣菜担当の方など、地

域の人々を審査員として招いてコンテストを行なった。優秀な作品は、商工会議所から表彰されたり、地元のスーパーマーケットで実際に商品として販売されたりすることになった。

### ～レシピ集の発行～



生徒の考えたレシピをまとめた、レシピ集を発行した。技術科の授業でコンピュータ入力を行い、全てのレシピを掲載した。たくさんの人に知ってもらうため、地域の事業所や関係機関にも配付した。さらに、商工会議所から3年生全員に1人1個坊ちゃんかぼちゃをいただき、レシピ集を参考に家族で友達の考えたレシピを作ることに挑戦した。

### ～地域のお店で販売～



学校の料理コンテストで優秀だった作品3品を商品化し、地元のスーパーマーケットで販売した。販売当日は、考案した生徒も店頭立ち、料理の特徴などをPRした。

### ～ハイウェイオアシスでのPR活動～



坊ちゃんかぼちゃをさらに広めようと、学区にあるハイウェイオアシス内の産直センターでPR活動を行った(社会科の授業として)。自分たちの取り組みを発表したり、種の無償配布も行ったりした。坊ちゃんかぼちゃの販売も行い、売り上げは社会福祉協議会に全額寄付をした。