

ハーブを利用して 生活を豊かにしていこう

＜家庭科と連携して、ハーブの栽培・収穫から調理実習まで体験しよう＞

学習指導要領の改訂に伴い、技術科に『生物育成』が導入される。本校でも現在の2学年において昨年度椎茸の菌植えを行い、来年度の収穫を待つところである。椎茸は、収穫までに時間がかかることから、今年度、試験的に比較的早く成長し、育てやすい数種類のハーブを技術の時間を使って育成してみた。本教材は、家庭科と連携して、栽培で収穫した作物を調理することを最終的な目的としており、安全で豊かな食生活を営んでいくために、身近な食べ物にもっと興味を持たせたいとこの題材を設定している。

1. 技術科分野における教材観

『生物育成』においては、作物の生育環境や有効な利用法について視点を当てて学習をする。開隆堂の教科書 p.137 にあるように、ハーブは育てる楽しみ、見る楽しみ、食べる楽しみ、飲む楽しみ、さらに心をいやす効果など、その楽しみ方は多様で人気が高く、栽培しやすく生活の中に急速に取り入れられ、定着してきている。ハーブの栽培を通して、作物を育てることの喜びを味わうとともに、栽培の基礎的な技能や知識を身につけて、これからの生活に生かそうとする姿につながっていくことを期待している。また、学習した内容が実生活でも生かせるように、家庭においても簡単に進められるプランターを用いての栽培を体験させ、作物を自ら進んで育てる生徒を育成していきたいと考えた。

《第2学年 指導計画》（一部）

第2次 作物の栽培 …… 7時間

1. 栽培の見直し
 - ・栽培する作物を決めよう
 - ・育てる場所をくふうしよう
2. 栽培の基礎
 - ・作物とその環境
 - ・種まきと水やり
 - ・間引きと摘芯
 - ・収穫と保存 → 調理実習へ
3. 栽培と生活

2. 家庭科分野における教材観

『食生活と自立』においては、自分たちで作ったハーブを収穫・加工（乾燥）し、その加工したハーブを使って調理実習を行うことで、生産→加工→調理を自分たちで体感し、食品が私たちの手元に届くまでたくさんの手を通り、行程を経ている事に気づかせたい。また、食に関してさらに興味を持たせ、安全で豊かな食生活を営むことのできる生徒を育てたいと考えた。

《第2学年 指導計画》（一部）

第2次 食品の選択と調理 …… 16時間

食品の選び方を考えよう

食事作りに挑戦しよう

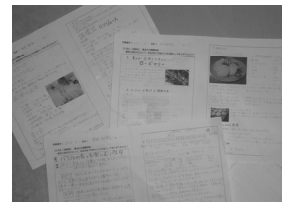
ハーブを使った調理(菓子作りスコーン)

よりよい食生活をめざして

3. 授業の展開

(1) 栽培する作物を決めよう（3～4月）

まず、ハーブを見て・触って・嗅いで・食べてみる。前年度から、ハーブの栽培は予告しており、各自で「ハーブの栽培と調理法」や「ハーブの効能」など幅広くレポートをまとめてきている。ハーブの幅広い利用法を知り関心の高まりが出てくる。



ハーブの栽培の進め方

【目標】 自分たちの育てた「ハーブ」を調理しおいしく食べよう！

【ハーブ】 ミント・レモンバーム
・生育旺盛で、暑さ、寒さにも強い
・利用方法がたくさんある

【おわり】 日光…午前中は光が当たる場所に置く
水…たっぷりの水を与える。
土…失敗の少ない市販の土を使用

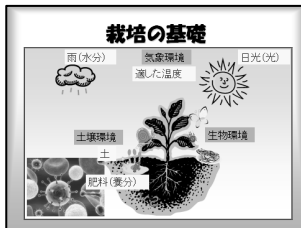
(2) 育てる場所をくふうしよう

本校は、小高い丘の上にある自然を残している学校ではあるが、敷地面積は狭い。また、種まきを終えた後、夏場にかけて陽の当たりすぎを避けるため、写真のように校舎間のスペースを利用した。風通しも良く、技術棟の前に位置しており、他分野との実習も並行しやすい。



(3) 作物とその環境

種まきや間引きなどといった栽培の過程を実習していくうえで、時間的なことから他分野の内容と並行していくことが多い。その際は、各自のレポートやハーブについてなどをプレゼンテーションを用いてクイズ形式で発表し合い、知識とともに関心を高められる。



(4) 種まきと水やり

(4月下旬)

種まきの作業では、あらかじめ土を湿らせておいておき小さな種と砂を混ぜて飛ばさないように均等にまいていきます。種の移動や湿り気をもたせるために湿らせた新聞紙をかぶせておくということも調べ学習で生徒からの知識で加えられていった。



(5) 間引きと摘芯 (5~6月)

発芽して、双葉が完全に開いたら、混み合っているとところを、葉がふれ合わない程度にピンセットで間引いていく。何度となく繰り返し行うが、元気の良い苗は、教師の方で8cm程のビニールポットで予備として育てていく。



(6) 収穫と保存 (10月上旬)

ハーブの収穫は、葉先を摘んで収穫する。夏頃から整枝をかねてどんどん収穫をしておくと、保存もきくので良い。収穫した葉の乾燥方法の違いによる、嗅いや味を比べてみるのも良いだろう。調理実習まで日にちがあるときには、チャック付きのビニール袋で冷凍保存しておき、調理実習の際にレンジで水気をとばして調理することも可能であり、ハーブの良い香りが調理室に広がっていき食欲をかきたてていた。



(7) 授業を終えて…

ハーブは、最初は生徒にとってはあまり身近に感じるものではなかった。あま、り細かな手入れを必要とせず、自らの口に入るといいうことが、意欲的な活動につながっていったものと感じている。

~生徒感想~

- ・自分たちが種から育てて、できるまで時間がかかったけど、それだけおいしかった。
- ・ガムやレモンの味がしておもしろかった。
- ・次は、実のなるものを育ててみたいと思った。
- ・みんなで最初から最後まで協力したから、何とかできたと思う。

参考文献・参考Webページなど

中学校技術・家庭<技術分野>教科書 (開隆堂出版)
ハーブのホームページ <http://www.myherb.jp/>