

テーマ:

栄養満点！色彩バツグン！ 「凜々子」料理に家族で挑戦！

埼玉県
小川町立
大河小学校
稗田 順子先生
山田 卓先生 森田 柚香先生



この活動の特徴



「凜々子」活用のポイント①

一人1本の
「凜々子」の苗を育てた

「凜々子」活用のポイント②

「凜々子」のメニューを家族で考えることで
家族との絆を深めた

活動のねらい



- 「凜々子」の栽培・収穫を通して、トマトの栄養や生食用トマトとの違いを知る
- 「凜々子」を使った料理を家族で考え、挑戦することにより、家族の絆を深める

活動の概要と流れ

対象学年 : 2年生 (39名)
実践期間 : 4～10月

時期	学習活動
4月	事前学習、畑の準備、定植
5月	当番を決めて世話をする。観察開始
6月	芽かきの意味ややり方を学習する。芽かきを行う 支柱の立て方を学習する。一人1本支柱を立てる。追肥を行う
7月	初収穫。収穫した「凜々子」はビニールに入れて冷凍保存する 家族で考えた「『凜々子』を使った簡単調理」を夏休みの宿題とする
7・8月	夏休み期間は水泳に来た児童や教員が世話や収穫を行う
9月	畑の片付けをする
10月	トマトの栄養や、加工食品などについて学習する 夏休みの宿題の中から栄養教諭などが選んだ2品を調理実習で調理する 学校の公開日に「『凜々子』を使った簡単調理」の応募作品を掲示する

ここがポイント！ 取組の工夫と実践の成果

「凜々子」の栽培活動は喜びと感謝の気持ちを育んだ

一人1本の「凜々子」の苗を育てた。児童は毎朝、登校したらまっすぐに「凜々子」のところへ行き、水やりをしながら早く実が付くことを心待ちにしていた。

小さかった苗が日に日に大きくなり、芽かきの方法や、支柱の立て方についてガイドブックを参考に学習。一人ひとりが芽かきを行ったり、支柱を立てたりし、自分の「凜々子」の苗という責任感も段々と強くなっていった。

今年は雨が多く、カビやウィルスの感染症を心配し、毎日の観察や、世話をかかさず行った。しかし、せっかく実った実のいくつかが尻腐れ症になってしまった。みんなで対処法を調べ、追肥をし、尻腐れ症になってしまった実は処分した。その時に残念そうに「凜々子」を取る児童の表情から、栽培活動を通して食べ物に感謝することを学んでくれたと感じた。

そして真っ赤に実った「凜々子」をカゴいっぱい収穫。「こんなに収穫できたよ！」とうれしそうに報告してくれた。ビニール袋に入れて冷凍し、調理する日を楽しみに待った。

家庭から募集した「凜々子」メニューで調理実習

毎年「凜々子」の栽培に取り組んでいるが、学校内で完結する活動だった。そこで今年は夏休みの宿題として、各家庭から「トマトを使った簡単料理」を募集した。

いろいろなアイデア料理が集まり、材料・分量・調理時間・栄養面・彩りなど、どのメニューも工夫がある素晴らしいレシピだった。家族みんなで考え、一緒に作った料理の写真を見ると、愛情いっぱい家族の幸せを感じられた。

多くのレシピから学校栄養教諭と養護教諭が、栄養のバランス、彩り、調理時間という理由から「五色のやさいトマトスープ」と「トマトのドライカレー」を調理実習で作ることにした。

2年生ではじめての調理実習。包丁で「凜々子」を切ったり、炒めたり、盛り付けたりと自分たちで一から調理をした。「いつもはお家の方が作ってくれるご飯を当たり前のように食べていたが、調理実習をきっかけに、家でも自分で作ってみた」「包丁や火は怖かったけれど、一生懸命がんばった」「お休みの日に家族に作ってあげたい」など、さまざまな感想があがり、調理をする楽しさや大変さも学んでくれたようだった。

先生から一言！ 実践を通して

毎年「凜々子」の栽培に取り組んでいますが、今年は初めて家庭も巻き込むことができ、いつもと一味違う活動になりました。

親子で考えた「凜々子」を使ったレシピは、思わず食べたくなる素晴らしいメニューばかりでした。

初めての調理実習では、どの児童も楽しくいきいきと取り組むことができました。

「凜々子」の美味しさが、私たちに最高の笑顔をくれました。



受賞理由

6年間の食育カリキュラムに「凜々子」栽培活動を取り入れていただき、夏休みの宿題として家庭と連携したレシピ募集、初めての調理実習、給食で「凜々子」メニューの提供や調理実践に取り組み、栽培活動を通じた食べ物への興味関心だけでなく、「作り手」への感謝を醸成いただきました。