

学校教育用食育教材（紙芝居）

味のひみつ

指導案

ごあいさつ

食育の大切な内容として「うま味」をとりあげる授業があります。伝統あるフランス料理等では料理の味は「甘・塩・酸・苦」の四味とされてきました。そこに日本人が発見した「うま味」が加わるようになったのです。このことは日本の食文化の輝かしい功績なのです。

日本の食文化を子どもに伝えるのは教師の大切な仕事です。

日本では「うま味」は「だし」からとってきました。毎日の家庭での食生活の中から、「だし」の意味、「だしとうま味」の関係を正しく理解させたいと思います。

日々の授業で是非、ご活用ください。

TOSS 代表 向山洋一

「だし・うま味」の授業をするにあたって

和食の基本である「だし」と、日本で発見された「うま味」について学習し、子どもたちが日本の伝統の味や自分の食生活について考えるきっかけとなるよう、本教材は作成されました。

現在、学習指導要領では総則に学校教育における食育の推進が明記されております。食に関する指導の目標には「各地域の産物、食文化や食にかかわる歴史等を理解し、尊重する心を持つ」とあります。「だし」「うま味」は正に伝統的な食文化の一つです。

低学年の子どもたちが「だし」「うま味」について知り、日本の伝統的な食文化に興味を持つとともに給食や家庭での食生活を振り返り、食について考える態度を育成することをねらいとしています。

この教材の特徴と使い方

この教材（紙芝居）は、給食時間やちょっとした児童の集まる機会などを使って3～5分程度でだし・うま味について指導ができるように制作されたものです。


学習する内容や対象に応じて3パターンの指導をすることができます。全部で16ページありますが、指導内容に合わせて必要なページを抜粋して使用します。使用するページなどは次ページ以降の各コースの指導案をご参照ください。

A. 五つの基本味（低・中学年用） 3～5分

学習のねらい

- ① 食べ物の味についての理解を通じて食への関心を高める
- ② 「五つの基本味」を理解する
- ③ 給食の味噌汁を使ってうま味を理解する
- ④ うま味が色々な食べ物に入っていることを知る







コンテンツ	発問・指示・説明
	
	<p>説明：味のお勉強をします。</p>
	<p>発問：どんな味？ 指示：食べ物が出てきます。 どんな味が分かったら手をあげます。 これは？</p>
	<p>児童：あまい 説明：チョコレートはあまいですね。 発問：これは？</p>
	<p>児童：すっぱい 説明：レモンはすっぱいですね。 発問：これは？</p>
	<p>児童：しょっぱい 説明：塩はしょっぱいですね。 発問：これは？</p>

コンテンツ	発問・指示・説明
	<p>児童：にがい 説明：ゴーヤはにがいですね。</p>
	<p>説明：あまい、すっぱい、しょっぱい、にがい、4つの味がありました。もうひとつ味があります。これに入っています。</p>
	<p>説明：今日の給食の味噌汁に入っている味です。 ※子供が口々に言うのに少し対応してもよい 説明：それは…</p>
	<p>説明：うま味と言います。 指示：言ってごらん。 児童：うま味</p>
	<p>説明：あまい、すっぱい、しょっぱい、にがい、うま味を「5つの基本味」と言います。 指示：基本味って言ってごらん。 児童：基本味 説明：うま味は、忍者のように隠れている味です。でも、うま味を感じることができる方法があるんだよ。</p>
	<p>説明：うま味を感じてみましょう。 (1) ひとくち口に入れる (2) そのまま10回噛む 指示：やってみましょう。ごっくん、飲みます。 (児童：体験する) 説明：舌の上に薄く残っている味、これが「うま味」です。</p>
	<p>説明：今日のお味噌汁には、〇〇が入っていました。これがうま味のもとです。</p>
	<p>説明：その他にもさまざまな食べ物にうま味は入っています。</p>

B. 五つの基本味（高学年用） 3～5分

学習のねらい

- ① 給食の味噌汁を使ってうま味を理解する
- ② うま味が色々な食べ物に入っていることを知る

コンテンツ	発問・指示・説明
	
	<p>説明：あまい、すっぱい、しょっぱい、にがい、4つの味がありました。もうひとつ味があります。これに入っています。</p>
	<p>説明：今日の給食の味噌汁に入っている味です。 それは…</p>
	<p>説明：うま味と言います。 指示：言ってごらん。 児童：うま味</p>
	<p>説明：あまい、すっぱい、しょっぱい、にがい、うま味を「5つの基本味」と言います。 指示：基本味って言ってごらん。 児童：基本味 説明：うま味は、忍者のように隠れている味です。でも、うま味を感じることができる方法があるんだよ。</p>
	<p>説明：うま味を感じてみましょう。 (1) ひとくち口に入れる (2) そのまま10回かむ 指示：やってみましょう。ごっくん、飲みます。 (児童：体験する) 説明：舌の上に薄く残っている味、これが「うま味」です。</p>

コンテンツ	発問・指示・説明
	<p>説明：今日のお味噌汁には、〇〇が入っていました。これがうま味のもとでした。</p>
	<p>説明：その他にもさまざまな食べ物にうま味は入っています。</p>


C. 味を感じる仕組み（高学年用） 3～5分

学習のねらい

- ① 「基本味」について再確認する
- ② 味を感じる仕組みを知る
- ③ 味を感じるためには良く噛んで食べることが大事であることを理解する

コンテンツ	発問・指示・説明
	<p>説明：あまい、すっぱい、しょっぱい、にがい、うま味を「5つの基本味」と言います。 指示：基本味って言ってごらん。 児童：基本味</p>
	<p>説明：味を感じるのは、体のどこの部分でしょう。 指示：分かった人は手をあげます。 児童：口 児童：舌 説明：正解です。味は舌で感じます。舌を拡大してみます。</p>
	<p>説明：舌の奥にざらざらしている所があります。このざらざらした所で味を感じます。このざらざらした所に、「味蕾」があります。 指示：「味蕾」って言ってごらん。 児童：みらい 説明：この味蕾が味を感じる秘密の所なのです。良く噛んで食べると、この溝に食べ物の味が入って、味を感じるのです。今日の給食は、よく噛んで味わって食べてください。</p>

コンテンツ一覧

- ① 
- ② 
- ③ 
- ④ 
- ⑤ 
- ⑥ 
- ⑦ 
- ⑧ 
- ⑨ 
- ⑩ 
- ⑪ 
- ⑫ 
- ⑬ 
- ⑭ 
- ⑮ 
- ⑯ 