

非常時の食事を考える — 限られた条件での調理 —

教科等横断的単元

5年防災教育・家庭科 2月 15Q〈5時間〉
附属新潟小学校 教諭 尾形 美穂

1 本単元で目指す姿

非常時の食事の問題点に気付き、自分や家族にとってよりよい解決策を見いだす子ども
 具体的には、「快適」「安心」「健康」という「見方・考え方」を働かせ、問題点に気付く。
 「快適」「安心」「健康」とは、「温かい」「美味しい」「複数の食材が使われていて栄養がある」などである。そして、材料や道具などから知識・技能と見通しをもって解決策を考える資質・能力を発揮しながら、自分や家族にとってよりよい非常時の食事を調理する方法を見いだす姿。

2 本単元で育成する資質・能力（評価規準）

	①知識・技能	②思考力・判断力・表現力	③態度
家庭科	○調理に関する知識・技能 ○食材と五大栄養素に関する知識・理解	○問題点に気付き、見通しをもって解決策を考える力	○自分や家族のよりよい「食」生活のために調理をしようとする態度
防災教育	○災害時の状況に関する知識・理解	○災害時の問題点に気付き、自分にできることを考える力	○自分や家族の非常時の生活で自分にできることを進んでしようとする態度

3 資質・能力の関連

防災教育
— 災害時の生活を考える —



[第5学年] 家庭科
非常時の食事を考える — 限られた条件での調理 —

4 単元の計画

	【学習活動】☆資質・能力	【働き掛け】	Q
防災教育 (二次)	<ul style="list-style-type: none"> ○ 写真を見て、避難所生活の様子を知る。 ○ 災害に関する資料から、気付いたことを話し合う。 <ul style="list-style-type: none"> ・温かい食べものがほとんどない。 ・料理は、できないんだね。 <p style="text-align: center;">☆防災教育①</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 災害時に日頃から用意しておくといふ物物考える。 <p style="text-align: center;">☆防災教育①</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; background-color: #ffffcc; margin: 10px 0;"> <p>○ 災害時で一番困るのは、食事に 関することだ。</p> </div>	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 避難所生活の写真を見せて、災害時の生活を理解させる。 ◆ 災害に関する資料を見せ、避難時の課題を問う。 ※ 災害時のライフラインについてや避難所生活に支給された物などの資料を用意する。 ◆ 災害時に日頃から用意しておくといふ物を考えさせる。 <p>【非常時設定】 季節は冬、交通機関遮断で帰宅できない、ライフラインは復旧していない等、非常時3日間を想定し授業を展開する。</p> <p>【設定：非常時1日目】</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ 鍋でご飯を炊き、乾パンと食べ比べて感想を問う。 	3 Q 1 時間
	<ul style="list-style-type: none"> ○ 限られた道具と設定条件で自分たちにもできそうな調理方法を考える。 <ul style="list-style-type: none"> ・米があるよ。ご飯が炊けるよ。鍋があるし、水が使えるよ。 ・でも、鍋は1日目を使って汚いよ。 	<p>【設定：非常時2日目】</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ 限られた条件で自分たちでもできそうな調理方法を問う。 <p style="text-align: right;">【働き掛け1】</p> <p>※ 限られた道具</p>	4 Q 60

- ・洗えばいいじゃん。
 - ・水は、1リットルしかないから洗えないよ。
 - ・ポリ袋が、鍋の代わりになるんじゃない。
 - 非常時の食事として限られた条件でご飯を炊く。
- ★家庭科①，協働性**
- ・水は、無駄使いできない。少しずつ。
 - ・みんなで分担しよう。
 - 教師が提示した食材からどんな食事ができそうか話し合う。
- ★防災教育①，家庭科①・協働性**
- 炊けたご飯を食べてみる。

○ **ご飯が炊けたぞ。すごいな。でもご飯だけで、いいのだろうか。**
★家庭科・防災教育②

ペットボトルの水1リットル，米卓上ガスコンロ，ゴミ袋（ポリ袋）鍋，ウェットティッシュ，・割箸など

- ◆ 限られた条件で実際に調理をさせる。
- ※ できるだけ非常時に近い状況にする。
- ・身支度はしない。
- ・調理台ではなく作業台のままにする。
- ※ 調理方法の説明をする。（別紙参照）
- ◆ **限られた食材で、どんな食事ができそうか問う。**

【働き掛け2】

- ※ 教師の方で意図的に食材を提示し，1食分を考えさせる。食材は，実物と各班に1セット写真カードを用意する。

分

- ご飯を食べたときの感想を話す。
 - ・温かくて美味しいけど、味がしない。
 - ・ご飯だけだと栄養が足りない。
 - 前時の学習から、非常時の食事の要件をあげる。
- △乾パン→ばさつく，温かくない，栄養が足りない
- ご飯→（温かいけど）味がしない，栄養が足りない
 - 考えた1食分を見直し，改善する。

- 【設定：非常時3日目】**
- ◆ **ご飯と働き掛け2で考えた1食分が限られた条件の非常時の食事として、適切なものなのか問う。**

【働き掛け3】

- ※ 非常時の食事としての要件と条件を確認し，学級で共有させる。
- ※ 確認・共有したことから働き2掛けで考えた1食分の改善点を話し合わせる。

3 Q
1 時間

限られた条件と食材で，2食分の非常時の食事をつくるには，どうしたらよいか。

- 思考ツールを使って考え話し合う。
- ★家庭科②・ツール活用能**
- ・残りの食材で何ができるかな。
 - ・おかずがつくれるといいよね。
 - ・鍋は，汚れてるから，やっぱりポリ袋を使うしかないよね。
 - ・「ゆでる」おかずがつくれそうじゃない。
 - ・どんな「ゆでる」おかずがあるかな。
 - 話し合ったことを基に調理計画を立てる。

- ◆ **働き掛け2で教師が提示した食材で工夫できないか問い，調理計画を立てさせる。**

【働き掛け4】

- ※ 非常時の設定
- ・あと最低1食分とする。
- ・働き掛け2で提示した残りで作る。
- ・道具は，前時と同じ道具。
- ※ 子どもが，ツールを選択できるように様々なシート等を準備しておく。
- ※ 話し合ったことをまとめることができる調理計画を用意する。

- 調理計画を基に，調理をする。
- ★家庭科①・協働性**
- 乾パンと自分たちが調理したものを試食して比較し，感想を話し合う。
 - ・やっぱり，温かいのは美味しいね。
 - ・栄養も考えたから健康にもいいし，なんか安心だよ。
 - 学習の振り返りをする。
 - ・みんなで話し合ったら，いろいろな非常食がつくれそうだった。
 - ・災害は，起きてほしくないけど，もしもの時は，自分も何かできるかも。

- ◆ 調理計画を基に，調理させる。

- ◆ **乾パンと自分たちのつくった非常時の食事とを試食・比較させ，感想を問う。**

【働き掛け5】

- ※ 働き掛け1と同じ乾パンを用意する。
- ※ 非常時の食事づくりについて振り返る学習プリントを用意する。
〔学習プリントの内容〕
- ・非常時の食事の要件
- ・この学習で学んだことや思ったこと
- ◆ 学んだことを基に家族のだれかのために調理計画を立てさせる。

5 Q
90 分

○ **自分のできることとして，食事を家族につくってあげたい。**
★家庭科・防災教育③