

## 高等学校 家庭基礎 学習指導案

指導者 一ノ瀬 孝恵

日時	平成30年12月4日(火) 第3限 10:40~11:30
場所	家庭科講義室・食物教室
学年・組	高等学校I年5組41人(男子22人 女子19人)
単元	食文化の伝承・創造
目標	1. 日本と世界の料理から食文化の特徴を探り、共通点や相違点を明らかにしたうえで、和食が発展した江戸時代の料理や和菓子を再現することができる。(知識・技能) 2. 現在の食生活の問題点を見だし、食文化の継承を考慮した献立作成や調理実践ができる。(思考力・判断力・表現力) 3. よりよい食生活の創造について考え、工夫することができる。(学びに向かう力・人間性等)

### 指導計画 (全9時間)

第一次	世界の料理・日本の料理と食文化の特徴	2時間+課外
第二次	江戸の食卓と現在の食卓	2時間
第三次	江戸時代の料理の再現	2時間
第四次	和菓子を作る	2時間(本時はその1)
第五次	これからの食生活を創造する	1時間

### 授業について

情報化やグローバル化が進展し、今後の社会の急激な変化に主体的に対応することが求められている現在、衣食住においては、日本の生活文化を継承し創造する学習活動の充実はより一層必要であると考え。世界の食文化に注目してみると、食のグローバリゼーションにより食文化は急激に変化しており、日本でも1980年代以降、家庭における調理の外部化が進むとともに、行事食や郷土料理などの概念がとて希薄になっている。2013年に和食がユネスコ無形文化遺産に登録されたが、「和食文化の保護・継承国民会議」の会長である熊倉功夫氏は、その登録内容については「和食：日本人の伝統的な食文化」つまり和食をめぐる文化であり、ユネスコの精神を検証すると、日本から伝統的な食文化が消えつつあるということに気づくと述べている。18世紀初めに人口約130万人ともいわれる世界第一の都市に発展していた江戸で、日本各地からの郷土料理の集大成としてわが国独自の食文化「和食」が完成、発展した。また、町人文化が開花した江戸時代、各地で郷土の特徴を活かしたさまざまな和菓子が誕生し、今日私たちが食べている和菓子はこの時代に完成の域に達した。

本題材では、「江戸時代の食卓」を切り口に、グローバルに食文化の特徴を探らせながら、地域に根付いた食について体験的に理解させ、自分の食生活を振り返りつつ、これからの食生活を創造しようとする力を育む授業を試みる。

本時は、江戸時代に完成した和菓子の中から、練りきりと大福餅作りを通して、和菓子の食材や、練りきりあんの作り方、日本の四季や風物詩を表現するための工夫などを理解させる。授業では電子レンジを使用して練りきりあんや求肥を作るが、電子レンジや冷蔵庫のない江戸時代の料理に思いを馳せながら、現代の食卓には何が必要なのか、生徒同士で考えを出し合いこれからの生活や生産の中で、地域の文化や多様性をつないでいく工夫をさせたい。



和菓子を学ぶ ( )月( )日( ) ( )組( )番名前( )

和菓子は、地方色豊かな農産物を材料として、さまざまな方法で作られたものです。素材が同じでも、地域によっては全く違ったものになり、遠く離れていても似かよった和菓子もあります。

### 1. 1学期の和菓子作りと2学期江戸時代の料理書を振り返る

- ① 古代人にとっての菓子は天然の( )や木の実であり、( )であったと考えられる。
- ② ( )が伝わり、喫茶の習慣が発達。菓子も趣向を凝らすようになった。
- ③ 江戸時代にできた日本最初の菓子作りの本( )

### 2. 和菓子の分類

### 3. 和菓子を作る

#### 〈練りきり〉

材料(5~6人)：練りきり用 しろあん(200g)

大福+練り切り用求肥 白玉粉(75g),砂糖(20g),水(120g)

- ① あんこを丸める  
こしあん(黒)は5~6等分(人数分)にして、丸めておく。
- ② 白あんの水分をとばす  
白あんを耐熱皿に入れ、キッチンペーパーで覆う。  
レンジ(500w, 強)で2分加熱⇒よく混ぜる。これを2~3回繰り返す。
- ③ 求肥(ぎゅうひ)をつくる⇒大福用の求肥の1/5を使います。
- ④ 練りきりあん作り  
水分をとばした白あん(②)+ぎゅうひ(③)をボールに入れよく練る。  
クッキングシート上にちぎって置く⇒ボールに入れまとめる。 1~2回繰り返す。
- ⑤ かたちを作る

#### 〈大福餅〉

- ① あんこを人数分に丸め、(2~3mm厚さの円形にし、いちごなどを包む。)

#### ② 求肥をつくる

どんぶりに、白玉粉・砂糖を入れ、木べらで混ぜ合わせる。

水を加えて、よく混ぜる。

⇒どろどろの生地ができる

ラップをしてレンジ(500w 強)で2分加熱 ⇒木べらで練る

- ③ バットに片栗粉を敷いて、生地(求肥)をのせる

- ④ 生地を5~6等分し、餡をくるむ

#### 〈実習後の気づきと感想〉

## 実践上の留意点

### 1. 授業説明

18世紀初めに世界第一の都市に発展していた江戸で、日本各地からの郷土料理の集大成としてわが国独自の食文化「和食」が完成、発展した。また、町人文化が開花し各地で郷土の特徴を活かしたさまざまな和菓子が誕生し、今日私たちが食べている和菓子はこの時代に完成の域に達した。本授業では、江戸時代に完成した和菓子の中から、練りきりと大福餅作りを通して、和菓子の食材や、練りきりあんの作り方、日本の四季や風物詩を表現するための工夫などを理解させ、自分の食生活をふり返りつつ、これからの食生活を創造しようとする力を育むことをねらった。電子レンジを使用して練りきりあんや求肥を作るが、電子レンジや冷蔵庫のない江戸時代の料理に思いを馳せながら、現代の食卓には何が必要なのか、生徒同士で考えを出し合いこれからの生活や生産の中で、地域の文化や多様性をつないでいく工夫をさせた。



示範の練りきり（桃）

### 2. 研究協議より

・よく食べる菓子について生徒たちに尋ねると、馬鈴薯を原料としたチップやトウモロコシを原料としたパフなどのスナック菓子およびシュークリームやケーキなどの洋菓子をあげるものが多く、もちや煎餅、饅頭などの和菓子をあげるものは少数である。練りきりという名称を初めて聞く生徒もいたが、練りきり作りをする中で、楽しみながら和菓子について理解を深める様子が見うけられた。

・白あんの原料になるインゲン豆の一種の手亡豆を提示し、小豆と比較しながら授業が進められており、餡の原料について正確な知識を身につけることができた。

・練りきりあんは、求肥などをつなぎに用いて細工をしやすくしているが、自然や四季折々の風物を形としてあらわしているため、授業の中で色や形の工夫の仕方を学び、一人ひとりが真剣に桃を表現しようと頑張っていた。

・電子レンジを使用して求肥が2分でできたこと、また、練りきりあんに使用する求肥を一部残して大福餅（いちご）を短時間で仕上げることで、生徒たちの和菓子作りに対する興味がわいてきたことが伺えた。また、電子レンジを利用しないで求肥を作るにはどうするか考えながら菓子作りを進めており、和菓子作りを通して食文化について思考を深化させることができたと思う。

・練りきりは餡のかたまりであるが、試食時に上品で美味しいという感想が聞かれた。日々の生活の中でもっと和菓子に目を向けようとする生徒が増えたであろう実践であった。