




| | | | |
|------------|---|------|-----------------|
| 琴芝小 実践⑤ | 家庭科 みそ汁の味のひみつを知ろう | | |
| 実施日時 | 10月 25日(金) 6校時 | 実施場所 | 教室 |
| 対象 | 5年生 | 指導者 | 栄養教諭 ・ 担任 ・ () |
| 視点 | <input type="checkbox"/> 食事の重要性 <input type="checkbox"/> 感謝の心 <input type="checkbox"/> 心身の健康 ・ 社会性 <input type="checkbox"/> 食文化 ・ 食品を選択する能力 | | |
| ねらい | みそ汁の飲み比べを通して、だしの大切さやだしのうま味を生かすことで減塩で体によいみそ汁ができることを知る。 | | |
| 内容 | <ul style="list-style-type: none"> ○ 我が家のみそ汁について(みその種類・だしの種類・みそ汁の実)家族にインタビューしてきたことを発表する。 ○ 3種類(水+みそ、だし汁+みそ、だし汁+実+みそ)の飲み比べ、味や香りに視点をおき違いを班で話し合う。 ○ だしの役割について知る。(うま味・だしをしっかりと使うことで減塩効果がある。) ○ だしの種類やだしの取り方について知る。かつおぶしを実際に削ってみる。 ○ 調理実習でだしを生かした0.7%の減塩のみそ汁の作り方を知る。 ○ みそ汁の味のひみつについてわかったことをまとめる。 <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;">    </div> | | |
| 児童 の感想 | <ul style="list-style-type: none"> ○ だしを取ると塩分をへらすことができることを知った。 ○ だしは、おいしさをひきたたせ、うま味をいかしているのだと心に残りました。 ○ 私はこれから、家で、塩分を入れすぎず、だしを入れようと思いました。 ○ 私は、だしは減塩できることにおどろきました。あと、かつおをけずりました。とても固くていい香りがしました。 ○ だしとか実でみそ汁の味がかわるのにおどろきました。 | | |
| 成果と 課題 | <ul style="list-style-type: none"> ○ みそ汁の飲み比べの体験活動で五感を使って、だしのうま味や役割について考えさせることができた。4年生の時の味覚教室の体験や、みそ作り体験もあり、日本の食文化について総合的に考えることができた。 ○ 家庭のみそ汁についての調べ学習から、日頃の家庭での食事をふりかえることもできた。 ○ 調理実習では、だしのうま味をひきだし、減塩のみそ汁作りをする。この実習を通して、だしのよさについてさらに深め、減塩の「みそ汁づくりの実践力を養いたい。 | | |