

将来のスペシャリストを目指して、

創造的な能力と実践的な態度をもつ生徒の育成

1 はじめに

本校は、愛知県の東部、渥美半島の付け根にあり、豊橋市の最も南に位置している。周辺にはキャベツ畑が広がり、太平洋を近くに望む緑豊かな学校である。“厳にして自由”をモットーに、学校行事や生徒会活動、部活動が盛んに行われている。

昭和47年に普通科2学級、家政科2学級で創立され、現在は普通科18学級、生活デザイン科3学級の合わせて21学級からなる。生活デザイン科は平成7年に家政科より学科改編され、各学年2学級からスタートしたが、平成14年より各学年1学級となった。

本校の生徒の80%以上が豊橋市内の出身であり、田原市等近隣の市からも通学している。全国的にも農業の盛んな地域であり、生徒の中には農業を営んでいる家庭の者もいるが、農業や生産物への関心はおおむね低い。現在、本校生徒を含め、高校生の食生活は様々な歪み^{ゆが}をもっている。食事時間の乱れ、嗜好中心の食事、加工食品の過剰摂取などがかなり浸透しており、その改善は容易ではない。特に、女子生徒の中に過度なダイエット志向の者があり、健康面で憂慮する事態も起きている。

専門学科である本校の生活デザイン科では、「専門的な職業人として生きるための基礎的・基本的な知識、技術の習得を目指す」ことを目標に、2年生から「ファッションデザインコース」「フードデザインコース」の二つのコースを設定している。生徒はそれぞれ特色ある専門分野への進路を目指し、卒業生の約80%は大学・短大・専門学校へ進学し、約20%が就職する。フードデザインコースでは約半数が栄養士、調理師、パティシエなど食に関する専門分野を希望しており、希望者は年々増加傾向にある。生徒は日ごろの実習、各種料理コンテストや食物調理技術検定などに取り組んでいるが、与えられたことはまじめにこなしている一方で、自ら進んで課題に取り組む姿勢や学んだことを生かして新しいものを創造していくこと、また家庭での実践力に乏しいと感じることも多い。

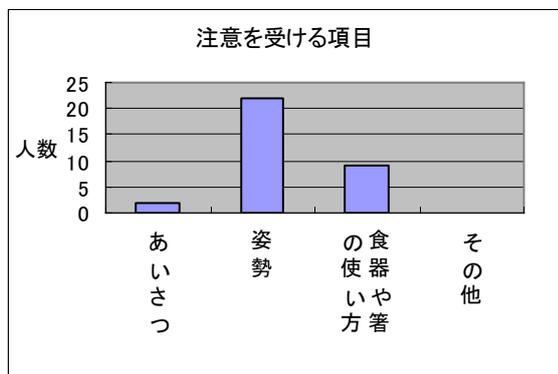
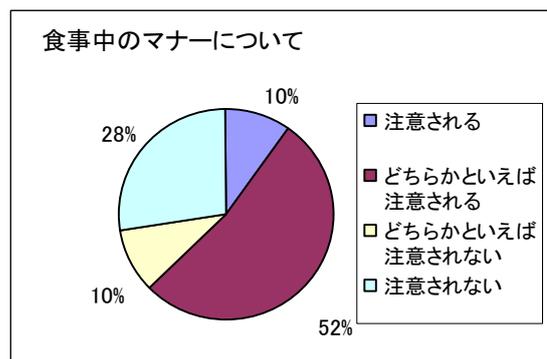
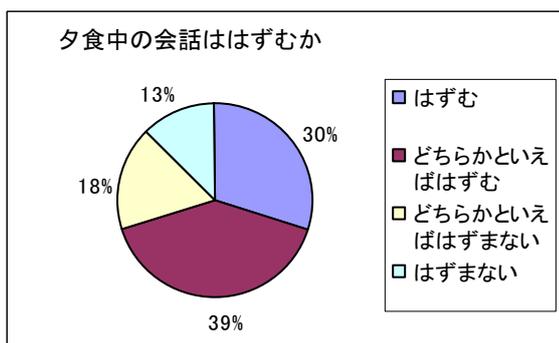
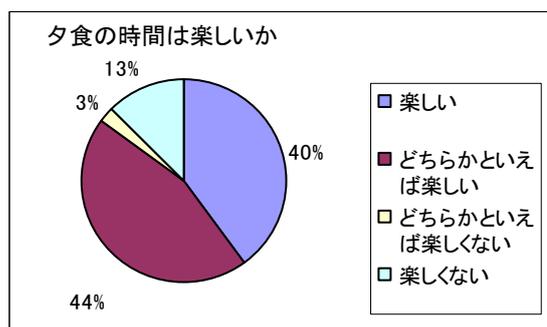
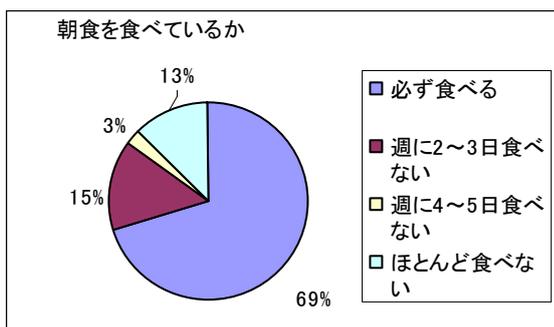
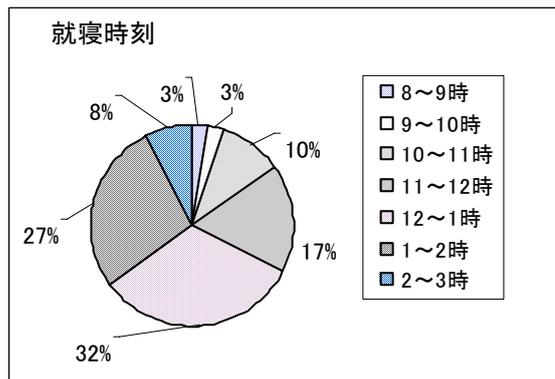
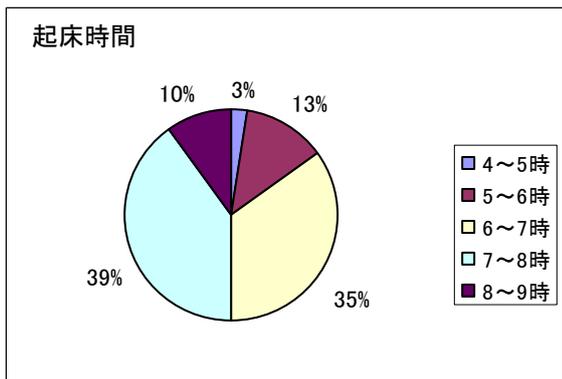
そこでまず、生徒の実態を把握し、生徒自身が食事、調理することや地域の特徴を見つめ直すことにより、食事の意義や専門学科で学ぶことの意味を考えさせ、食の提供者としての喜び感じさせたり、意識付けを図ったりしたい。また主体的に食生活にかかわっていくことにより、自分だけでなく周りの人にもよりよい食生活の提案ができるようになるための実践を考えてみることにした。

2 実態調査

(1) 生徒の実態

本実践を進めるに当たり、生徒の食生活にかかわる実態を知るためにアンケートを実施した。対象は、豊橋南高等学校の生活デザイン科2年生39名である。(平成18年4月に実施)

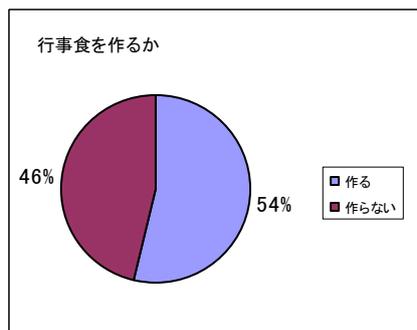
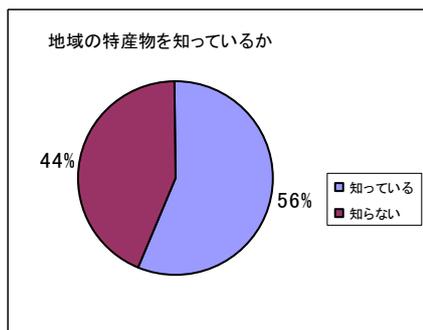
ア 食に関する日常生活について



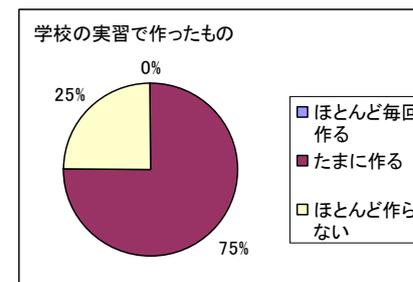
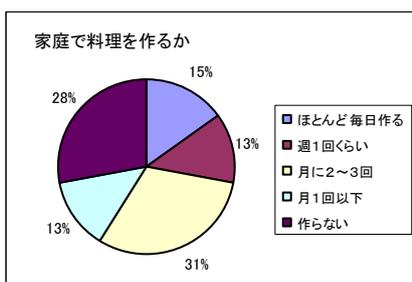
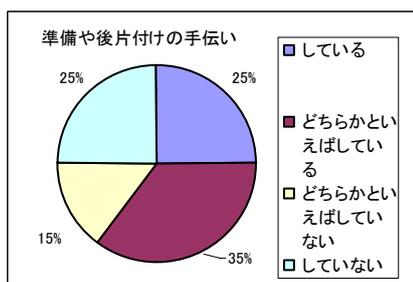
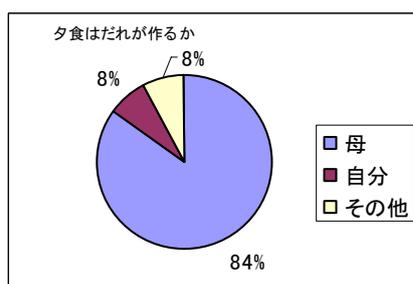
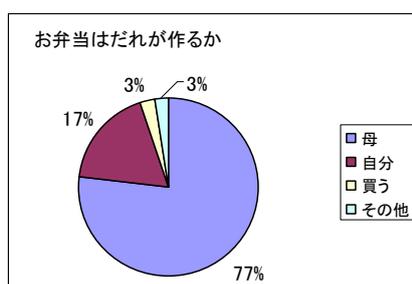
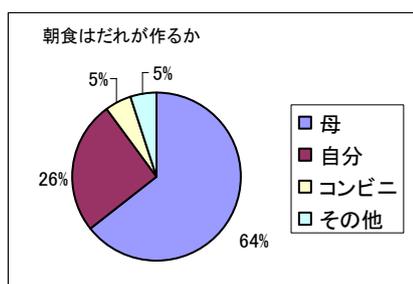
・就寝時刻が12時を過ぎるものが7割近くあり、起床時間も遅い。約3割の生徒が「朝食を食べない日がある」と回答している。愛知県が示している平成18年度の高校生の欠食率は8.6%である。朝食をとることのよさを実感させるなどして食べることの習慣化を促すことが大切である。また、睡眠時間の確保など、生活のリズムを整えることについても並行して指導する必要がある。

・「食事の時間は楽しくない」「会話ははずまない」と回答している生徒がそれぞれ13%いる。学校の調理実習の試食のときなどに、食事でのコミュニケーションの大切さやその楽しさを実感させる必要がある。

イ 食文化について



ウ 家庭での調理について



- ・地域の特産物については生徒の約4割が知らない。また行事食を家庭で作っているのは約半数である。調理実習で特産物を扱ったり、行事食を取り上げたりして、知識や技術を身に付けさせることが大切である。
- ・家庭での食事はほとんど母親が作っており、「朝食を作る」と答えた生徒も、自分で市販のパンを焼く程度が多い。自分の食生活の問題点に気付かせ、改善を図ろうという意欲を高める必要がある。
- ・ほとんど毎日料理をしている生徒は、弁当を自分で作っている。こういう生徒は、学校の調理実習においても、大変手際がよい。一方、学校での実習はほぼ毎週行っているが、1/4の生徒は家庭でほとんど作っていない。授業で学習した調理を家庭で実践するための手だてが必要である。

(2) 生活デザイン科の食分野の3年間の学習

本校の生活デザイン科では、食分野における学習を次のように行っている（表1、表2）。

【表1 食分野に関する基礎的・基本的な技術の習得】

	科目	単位	内容	備考
1年	家庭総合	5単位	家庭科食物調理技術検定4級 (調理の基礎), 栄養・食生活	家庭科食物調理技術検定
	生活デザイン	3単位	ファッションコーディネート色彩 能力検定3級(配色の基礎-食器と 食べ物, テーブルコーディネート)	ファッションコーディネート色 彩能力検定
	生活産業基礎	3単位	特別養護老人ホーム調理 スーパー青果部門	就業体験実習

【表2 専門的知識及び実践的態度の育成】

	科目	単位	内容	備考
2年	調理	3単位	家庭科食物調理技術検定2, 3級 (日常食)	※フードコース生徒対象 家庭科食物調理技術検定
	フードデザイン	2単位	栄養と食事, 栄養計算, 調理実習, テーブルコーディネート	※フードコース生徒対象 各種コンテスト応募
	食文化	2単位	家庭科食物調理技術検定3級 (調理手法の基礎)	※ファッションコース生徒対象 家庭科食物調理技術検定
	生活デザイン	3単位	ファッションコーディネート色彩 能力検定2級(配色の応用, 照明, インテリアコーディネート), ラン チョンマット製作	ファッションコーディネート色 彩能力検定
3年	調理	6単位	家庭科食物調理技術検定1級, フ ルコースパーティー料理, パン, シュガークラフト, プロによる日 本料理・洋菓子講習会	※フードコース生徒対象 家庭科食物調理技術検定 各種コンテスト応募
	フードデザイン	2単位	行事食, 供 ^{きょうおう} 応食	※ファッションコース生徒対象
	生活デザイン	3単位	ドールハウス, タペストリー, テ ーブルコーディネート, 卒業個人 作品	各種コンテスト応募



3年 調理実習



パン作り

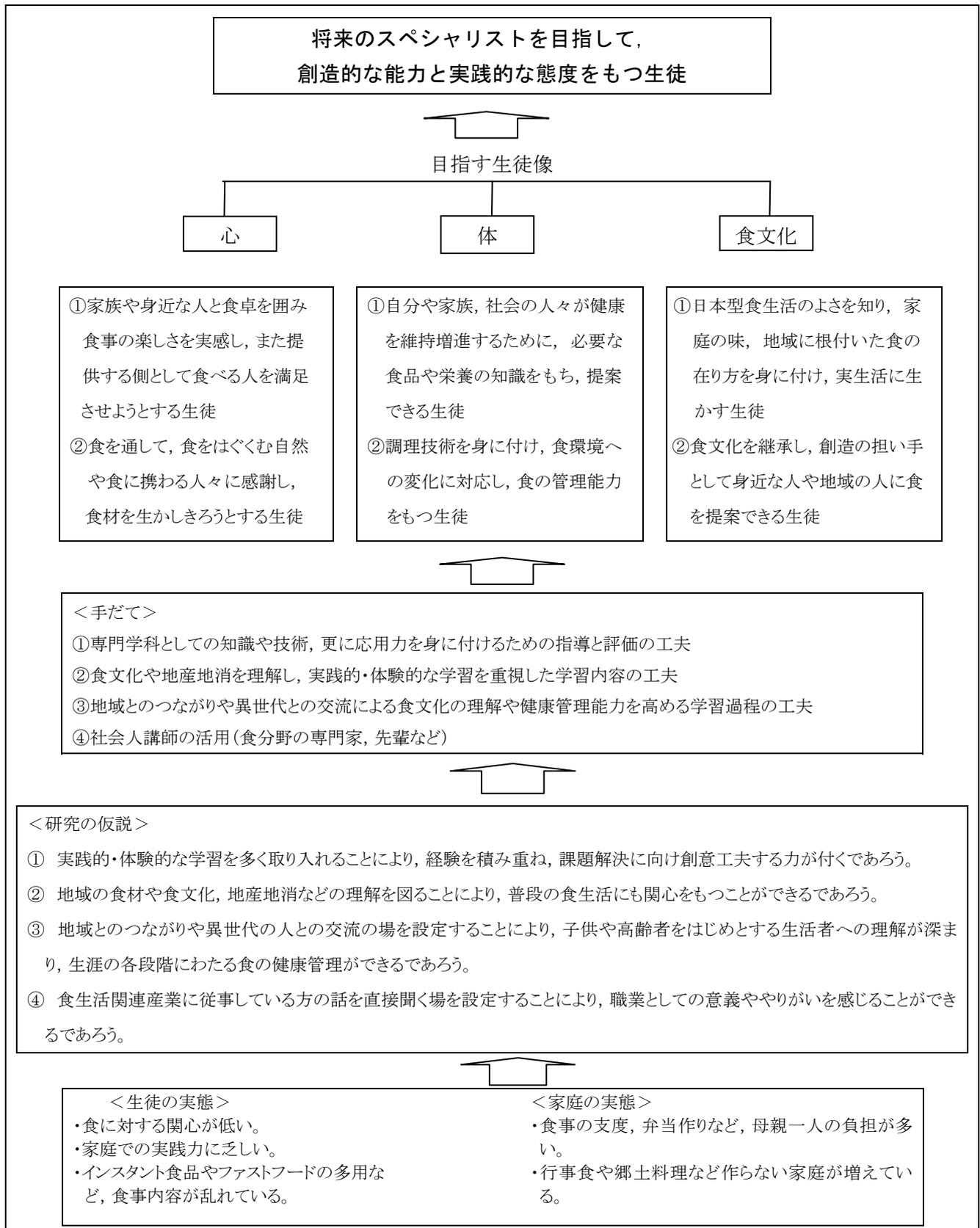


洋菓子講習会

3 研究の構想

以上のような本校の生徒の実態及び食分野の3年間の学習内容を踏まえ、専門学科で学ぶ生徒として主体的に食生活にかかわり、創造していく生徒の育成を目指して、以下のように研究構想を考えた。

【図 研究構想図】



4 平成18年度の研究

(1) 実践計画

ア フードデザインの学習内容

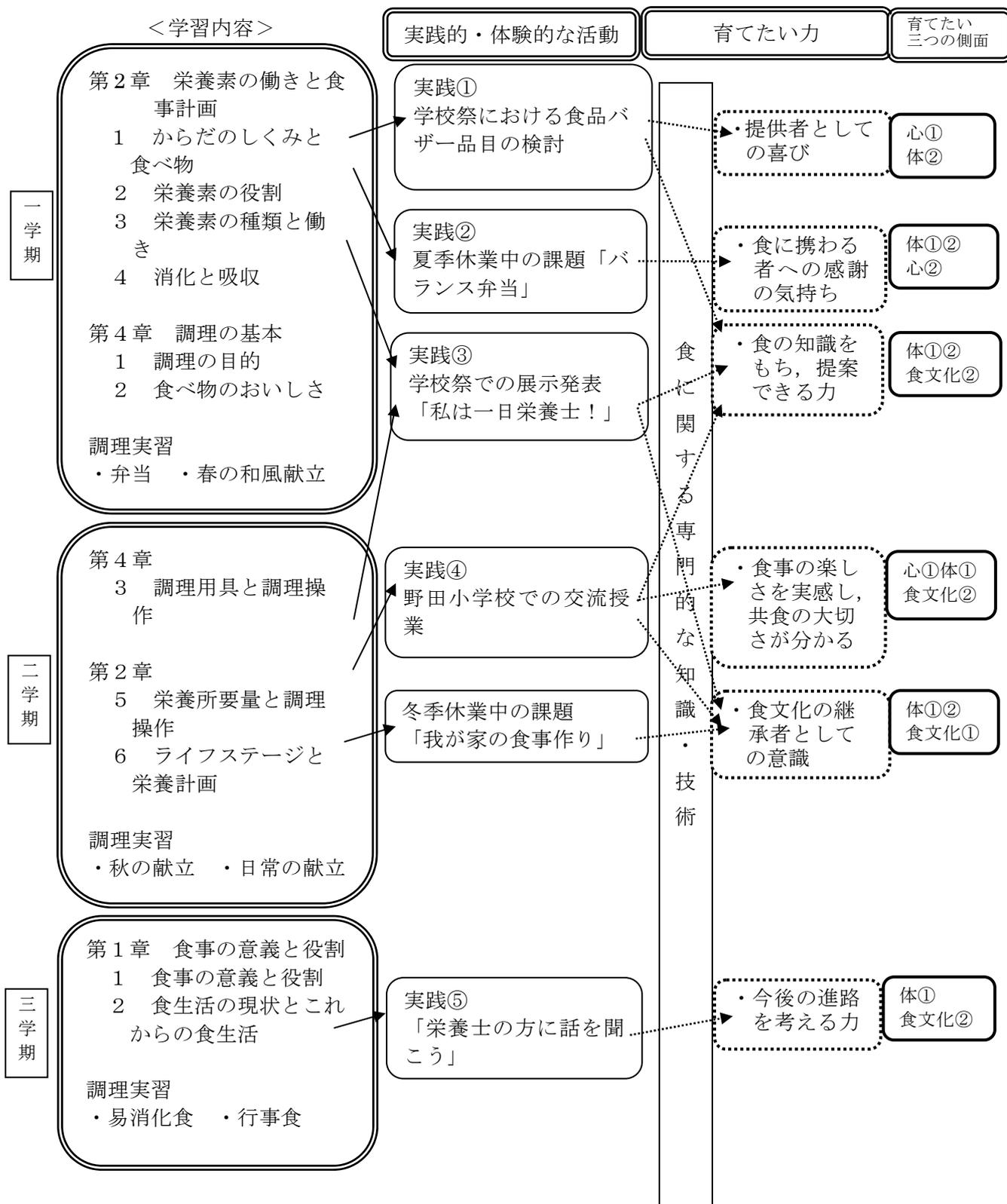
目標 ・栄養素の機能と代謝に関する知識を習得し、献立作成や調理に役立てることにより、健康の保持増進を図ることができる。
 ・ライフステージごとの栄養の特徴を知り、各世代に合った食事計画ができる。
 ・自分や家族の食生活の問題点に気づき、食生活を充実向上するために食品の選択や調理法を工夫することができる。

段階	各場面のねらい	生徒の学習活動	指導上の留意点、 教師支援及び評価	学校行事、家庭ク ラブとのかかわり
発 見 ②	・自分や家族の食生活を振り返ることができる。 ・食生活チェック ・理想の献立、弁当 ・食生活の問題点	自分や家族の食生活を振り返り、問題点を知ろう ↓ 食生活チェックや理想の弁当などを考えることにより、自分の食生活を振り返る ↓ ・3食きちんととれてない ・間食が多い ・野菜が少ない ・食品の数が少ない ↓ 何気なくとっている食事は栄養バランスが悪いな	・食生活チェックをし各自の食生活を振り返ることにより、栄養など基本的なことは知っていても実生活では生かしていないことに気付かせる。 (評) バランスのとれた献立について考えることができたか。 (チェックシート)	
確 認 ⑫	・栄養素の種類と働きが分かる。 ・消化と吸収の関係が分かる。 ・栄養素の種類と働き ・消化と吸収 ・栄養計算 ・食生活と健康とのかかわりを踏まえ、実習や発表の場を通して実践力を養う。 ・栄養所要量と食事計画ができる。 ・食生活と健康 ・栄養所要量と食事計画 ・実践記録	栄養バランスのよい弁当とは何か ↓ 普段の弁当の栄養計算をし、不足しがちな栄養素や取り入れにくい食品、また、とり過ぎについても考える ↓ ・冷凍食品や加工食品が多く、食品添加物が心配 ・野菜の量、種類が少ない ・全体に量が少ない。弁当箱が小さいのか？ ↓ 毎日の弁当の栄養バランスをよくするにはどうしたらよいか ↓ 弁当箱食事法（3：1：2の弁当箱ダイエット）について知り、方法を理解する ↓ <弁当箱食事法のルール> ・食事摂取基準を基にし1食に必要なエネルギー量の弁当箱を用意する ・主食、主菜、副菜の表面積比を3：1：2にする ・同じ調理法のおかずを重ねない ↓ 栄養計算で確認してもこの方法でよさそう ↓ ・まず弁当箱を決めればいいんだ ・細かい栄養計算なしでも、バランスの取れた1食分の食事ができる ・簡単だし、続けてできそう ↓ 栄養バランスのよい弁当作りを家庭で実践し、記録にまとめて学校祭で発表しよう	・栄養計算のパソコンソフトを使い、自分の弁当の栄養計算をさせ、栄養素の過不足や食品の偏りに気付かせる。 (評) 栄養素の過不足や全体のバランスについて考えることができたか。 (ワークシート) ・弁当箱食事法について説明し特徴を理解させる。 ・食品や調理法が重ならない献立になるように、主菜、副菜について助言する。 (評) 指示に合った弁当の献立が立てられたか。 (ワークシート) ・弁当作りへの意欲を高めるために、実践記録を発表する場を設ける。 ・友人の実践記録を見ることで、自分の実践を振り返って考えさせる。 (評) 家庭で栄養バランスのよい実践ができたか。 (実践記録)	実践① 食物バザーの品目検討、実施 実践② 全校生徒への弁当の提案 実践③ 一日栄養士体験

<p>追 究</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ライフステージに合わせた栄養計画ができる。 ・食事の意義と役割について分かる。 ・調理の作業効率を高める。 ・家庭科食物調理技術検定2級への取組 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <ul style="list-style-type: none"> ・ライフステージと栄養計画 ・食事摂取基準 ・食事の意義と役割 ・作業効率のよい調理 ・家庭科食物調理技術検定2級 </div> <p>・これまで習得した知識・技術を、小学生に伝えることができる。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <ul style="list-style-type: none"> ・メニュー作成 ・計画、準備 </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>自分の弁当ができるようになったら、今度は家族にも作ってみよう</p> </div> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; text-align: center; margin-top: 5px;"> <p>家族のためにバランスのとれた食事が作りたい</p> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 45%;"> <p><食事計画></p> <ul style="list-style-type: none"> ・家族の食事の課題を見付け、改善法を考える ・多様な食品から必要な食品を選択する ・日常食の条件を満たす献立を考える </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 45%;"> <p><調理実習></p> <ul style="list-style-type: none"> ・調理の作業効率を高めるために、作業計画を立てる ・学校や家庭で、繰り返し調理をする ・家庭科食物調理技術検定2級（日常食）に取り組む </div> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin-top: 20px;"> <p><家族の食事、検定への取組></p> <ul style="list-style-type: none"> ・実習したことは、繰り返しやることで上達し、自分の身に付き力となる ・やっているうちに、段取りよくできるようになって、料理の勘もよくなるんだ ・家族のために作り、喜んでもらうことは、とてもやりがいのあることだ </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin-top: 10px;"> <p>家族以外の人にも、勉強していることを伝えたい</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin-top: 5px;"> <p>小学生に、これまで勉強したことを教えよう</p> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> ・分かりやすく人に伝えるには、どうしたらいいか ・小学生が作れる料理ってどういうものかな </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 45%;"> <p><内容の検討></p> <ul style="list-style-type: none"> ・地元で取れる食材を利用する（地産地消） ・簡単にでき、失敗の少ないもの </div> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin-top: 20px;"> <p>野田小学校での交流授業の実施</p> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; width: 45%;"> <p>人に教えることって、難しいけど、やりがいがあるな</p> </div> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; width: 45%;"> <p>自分が勉強したことが役に立って人に喜ばれるってうれしい</p> </div> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin-top: 10px;"> <p>違うところでもまたやってみたい</p> </div>	<ul style="list-style-type: none"> ・日本人の食事摂取基準を基に、ライフステージごとの栄養の特徴を知る。 ・ライフステージに合った料理を考え、調理実習に取り入れる。 ・食事の意義や役割とは何か、考えさせる。 (評) ライフステージごとの栄養の特徴を理解できたか。(プリント) ・家庭科食物調理技術検定2級の説明、助言をする。 (評) 検定に向け意欲的に取り組むことができたか。(観察) ・小学生ができる簡単な料理について調べ、試作させる。 ・どんな食材をどう扱ったらいいか、小学生の調理技術はどのようなものかなど、助言をする。 ・教える側、聞く側を体験させ、説明の仕方や示範の仕方など、お互いに考えさせる。 (評) 小学生向けのレシピができたか。(ワークシート)・分かりやすく教えることができたか。(観察) 	<ul style="list-style-type: none"> ・家庭での食事作り（家庭クラブとしての取組） <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin-top: 20px;"> <p>実践④ 野田小学校での交流授業</p> </div>
<p>拡 大 ②</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・食生活の現状と、これからの食生活について考えることができる。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <ul style="list-style-type: none"> ・食生活の現状 ・今後の課題 </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>よりよい食生活にしていきたい。自分だけでなく、周りの人も</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin-top: 5px;"> <p>栄養士の方に話を聞き、将来について考えよう</p> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; width: 30%;"> <p>・今の私達の食生活にはそんなにたくさん問題があるのか</p> </div> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; width: 30%;"> <p>・やっぱり毎日の食事って大事なんだな</p> </div> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; width: 30%;"> <p>・栄養士の仕事は大変だけど、やりがいのある素晴らしい仕事だな</p> </div> </div>	<ul style="list-style-type: none"> ・社会で食分野の専門職についている方を招待し、実際の仕事の話など聞く機会を設ける。 ・自分の将来についての考えをまとめ、発表する場を作る。 (評) これからの食生活について考えることができたか。(ワークシート) 	<ul style="list-style-type: none"> ・生活デザイン科進路講話として実施

イ 学習計画

実践的・体験的な活動の学習計画と育てたい力（平成 18 年度 2 年フードデザイン）



(2) 実践的・体験的な活動の評価計画

実践的・体験的な活動	目標	学習内容	学習活動における具体的な評価基準				評価方法等	家庭クラブ・他の行事との連携、発展的な学習
			関心・意欲・態度	思考・判断	技能・表現	知識・理解		
学校祭における食品バザー品目の検討	なぜ調理をするのか、調理の目的を理解する。 食へのおいしさにかわる要素について知る。	・調理の目的、食へのおいしさについて自分の考えを発表し、食品バザーでの取組に結び付ける。	食物について関心をもち、積極的に発表する。	現代の食生活の問題点について思考を深める。	調理の目的を理解し、それいふさわしいコミュニケーションを考え、実習する。	・観察(発表内容) ・作品(料理)		
夏休みの課題「バランス弁当」について考える	調理の基本を押さえた、日常食の調理ができる。	・1年生で学習した調理の基本操作を用い、日常食の調理実習を行う。	意欲的に調理実習に取り組んでいる。	調理の安全について具体的に考えている。	調理の基礎技術を身に付けている。	・観察(取組状況)		
野田小学校での交流授業	各ライフステージの特色を知り、必要に応じた食事計画が立てられる。	・ワークシートを使いライフステージごとの特徴をまとめ、それを踏まえた食事計画をする。	ライフステージについてまとめ、食事計画を立てようとしている。	ライフステージごとの特色を知り、栄養計画について具体的に考えている。	各ライフステージごとの栄養的な特徴を理解している。	・ワークシート ・観察(取組状況) ・ペーパーテスト(事後)		
我が家の食事作り	季節に合った献立や病態食を調理できる。	・加熱実験の結果も踏まえ、各調理実習を行う。	意欲的に調理実習に取り組んでいる。	調理の安全・衛生について具体的に考えている。	季節や状態に合った調理の工夫ができる。	・観察(取組状況)	家庭クラブ週間 「家族のためにおいしい料理を作ろう」と題し家庭での料理実践	
栄養士の方に話を聞く	食生活の現状を認識し、これからの食生活について考察できる。	・現在の食生活の問題点を各自で挙げて、望ましい食生活について考察をまとめる。	望ましい食生活について、問題点を各自で振り返って考えようとしている。	現代の食生活の問題点について思考を深めている。	現代の食生活の特徴と問題点を理解している。	・ワークシート ・観察(取組状況)		

(3) 実践

ア 実践1 学校祭における食品バザー品目の検討（手だて①，②）

(ア) 目標

- ・提供者としてのやりがい，喜びを知る。（心①）
- ・調理技術を向上させる。（体②）
- ・夏の時期の大量調理に向くお菓子について考える。
- ・玄米やごま，未精製粉など素材についての理解を深める。

(イ) 題材について

本校では毎年，9月半ばに文化祭が行われる。文化部や各クラスの発表の場となっているが，生活デザイン科では各クラスや家庭クラブ，ファッションコースの作品販売の他，2・3年生のフードコースが食物バザーを実施している。調理室使用の関係で，2年生は前日までに出来上がる焼き菓子，3年生は当日の昼食やデザートの販売を行っている。

生活デザイン科の生徒たちにとっては，前々からの準備や暑い中での作業など大変なことが多いが，自分たちが作った物が売れる喜びや充実感を味わうことができ，よい経験となっている。また同じ高校で毎日生活をしていても，生活デザイン科が何を学んでいるか知らない普通科の生徒に情報発信できる貴重な機会である。そのため，栄養素や食べ物のおいしさ，その他これまで学んだことを生かした物を作るよう示唆した。普段目にするようなお菓子以外にも，素材や調理法にこだわった物など専門学科で学ぶ生徒として提案できるものにした。

(ウ) 学習内容

- ① 試作品を作る
- ② 試食し，意見交換をする

<試作品>

- ・シフォンケーキ
- ・マーブルケーキ
- ・りんごケーキ
- ・黒ゴマクッキー
- ・ガトーショコラ
- ・ドーナツ
- ・レーズンクッキー
- 等



<生徒の感想>

- ・作りやすいものでラッピングしてもかわいいもの，夏でもいいものとか考えると，すごく難しいと思いました。
- ・全部よかったが，文化祭ではたくさん作らないといけないから大変そう。売れるといいなと思いました。
- ・チョコレートは溶けてしまうので，中に入れないと使えない。ケーキ類にするなら失敗しない物にしないといけないと思う。
- ・ありきたりの物が多いから，もうちょっと工夫したものの方がいいと思う。
- ・どのお菓子もおいしかった。文化祭で売るとなると，手軽に食べれて簡単に作れた方がいいと思う。
- ・全部の商品が甘いといけないと思うので，さっぱりしたものもあるといいと思った。
- ・どれもおいしかったので，どれを出してもいいと思った。材料や作り方の難易度に注目したい。
- ・手軽で簡単に作れるお菓子がいいと思った。さっぱりしたものがいいと思う。



(エ) 成果

生徒たちはこれまで調理実習を通して「作る」ことは経験しているが、それを「売る」ということは初めてである。自分たちが作った物を買ってもらったりやりに、相手を満足させるために工夫することの大切さ、売る物を作るという責任とを感じる事ができた。試作を何度も重ねるうちに、完成度が高まり、生徒の自信となっていく。作った物を食べてもらう機会は、このバザーを初めとし、3年生での昼食バザー、保護者との食事会や卒業パーティーなどにつながっていく。食の提供者として最大限の努力をすることが、成功した時の充実感に結び付くことを今後も学ばせていきたい。

イ 実践2 夏季休業中の課題「バランス弁当」(手だて①, ②)

(ア) 目標

- ・ 食事摂取基準を基に、ライフステージに合った栄養計画を立てることができる。(体①)
- ・ 弁当の重要性を理解し、献立作成や実践に結び付ける。(体②)

(イ) 題材について

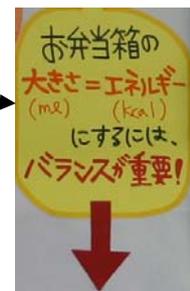
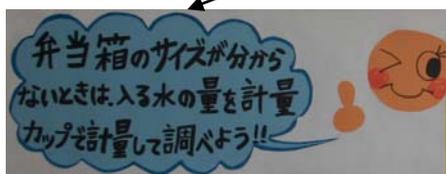
高校生にとって弁当というものは学校生活の中の昼食として栄養を補給し、空腹を満たすために毎日の生活に欠かせないものである。しかし毎日のことであるため、その重要性や栄養バランスなどは軽視しがちである。本校でもコンビニの弁当や購入のパンで済ませる生徒は少なくない。また、毎日弁当を持参していても中身は冷凍食品や調理済み食品の利用が多く、特に女子の間では極端に少量しか食べない生徒もいる。こうした実態を踏まえ、まず高校生にとって必要な弁当の量を理解させ、栄養的にバランスのとれた献立を考えさせたい。

今回参考にしたのは「3:1:2 弁当箱ダイエット法」というもので、その特徴は最初に全体を考えるというものである。すなわち、まず弁当箱の大きさを決め、それから料理の組合せを考え、その次に調理法、食材のバランスなどの部分を考えていく方法である。通常は食材や栄養素から弁当全体を考えていくが、この方法だと栄養計算など生徒も「面倒だ」と言ってなかなか進んで取り組めない。今回の方法にしたところ、弁当箱の大きさ、中身の割合など決まっていることも多く、そこに当てはめていけばよいということで全員が工夫しながら進んで実践できた。

2学期の最初に授業内で発表会を行い、それぞれが成果を確認し合った。また、この学習で自分たちが得たことを文化祭の場で全校に発表しようということになり、教室で展示発表することになった。なお、「ダイエット」という言葉を使うのはあまりふさわしくないという意見が生徒から出され、「バランス弁当」という名前を付けた。



文化祭での展示発表



(ウ) 学習内容

- ① 食事摂取基準を基に各年代に合う栄養計画を理解する。
- ② バランスのよい弁当作りをする。



生徒実践例 1



生徒実践例 2

(エ) 成果

生徒の日常の生活に欠かせない弁当の献立を考え調理することは、生徒にとっても身近で考えやすい課題であった。今回の弁当作りを通して、「たまに作る特別な弁当」ではなく毎日実践できるバランスのよい弁当の大切さを考えることができた。この方法は必要量に応じた弁当箱を決めたら、「主食：主菜：副菜」を「3：1：2」に詰めると、栄養や味、彩りのバランスがよくなるというものである。目で見て分かりやすいのが特徴で、弁当としての必要量が弁当箱から分かるというのは画期的である。多くの生徒は日ごろの自分の弁当箱と比較し、高校生としての必要量の多さに驚いていた。また、友人の実践を見て、野菜を多くとることの難しさや日ごろは肉や卵などの主菜を多くとり過ぎていることなど、改めて弁当の栄養バランスを考えるきっかけとなった。この課題を通して日常の弁当を見直すことや、自分だけでなく家族の食事にも関心をもつことができた。また、作る側の苦勞を知って家族への感謝の気持ちが高まった。

ウ 実践3 学校祭での展示発表 「私は一日栄養士」(手だて①, ②, ③)

(ア) 目標

- ・全員で取り組んだ「バランス弁当」の発表の場として、全校生徒に弁当の提案をすることで、食の管理能力を高める。(体①②)
- ・食事バランスガイドを使って栄養診断をし、食生活への助言を通し、食のアドバイザーとしての自信を深める。(体①)(食文化②)

(イ) 題材について

夏季休業中から取り組んだ「バランス弁当」の作り方や写真などを分かりやすくまとめ、全校生徒に発表することにした。同じ学校で生活しているとはいえ、生活デザイン科ではどういうことを学習しているか分かりにくい普通科の生徒に、日ごろ学習していることをアピールするよい機会ととらえ、生徒は積極的に取り組んでいた。



食事バランスガイド

また、展示発表だけでなくもっと積極的にかかわりたいという意見も出て、栄養診断も同時に行うこととなった。これは厚生労働省・農林水産省から出ている「食事バランスガイド」を基に、一日の食事を書き出してもらい栄養バランスを診断するというものである。将来栄養士を目指している生徒もおり、教室では「一日栄養士」として、来場者の栄養診断を行った。初めは恥ずかしそうに戸惑っ

ていた生徒も、いろいろ質問を受けるにつれて進んで説明をしている姿が見られた。

(ウ) 学習内容

- ・「食事バランスガイド」を理解し、栄養診断及び食生活のアドバイスをする。



何でも聞いてください

たくさんの方が来てくれました

(エ) 成果

夏季休業中に取り組んだ「バランス弁当」の内容をまとめ、文化祭の会場に掲示した。またそれぞれが作った弁当の写真と作り方を表裏にまとめ、カード形式にして展示した。弁当は高校生にとってなじみやすい題材であり、ファッションコースのクラスメートや普通科の友人にも「おいしそう！」と言われ、やってよかったという満足感とともに、彩りやバランスのよさが重要で、食べる人のことを考えることが大切だと気付くことができた。

また、バランスガイドを使つての栄養診断では、他の人にきちんと説明できるように、まずそれぞれがしっかり事前学習をした。更に説明するためだけでなく、自分の食事バランスを振り返って改善しようとしている姿も見られた。

日ごろ学習していることを多くの人に発表する機会を得て、「すごく勉強しているんだね」「説明がよく分かりました」などの感想をもらい、生徒にとっては大きな自信となった。自分の勉強したことの成果を直接認められる貴重な経験となった。

エ 実践4 野田小学校での交流授業（手だて①，②，③）

(ア) 目標

- ・異年齢者への理解を深め、食事の楽しさや作る喜びを共に感じる。（心①）
- ・食品や栄養の知識を提案する。（体①）
- ・食文化を継承し、次世代へ提案する。（食文化②）

(イ) 題材について

異年齢者への理解を深めるということについて、本校の生活デザイン科では、1年生の生活産業基礎において就業体験実習として特別養護老人ホームに行ったり、3年生の課題研究で幼稚園実習を行ったりしている。老人ホームの体験では、高齢者への接し方や食事面では調理をする上での注意点などを学び、幼稚園実習では幼児との接し方や保育者の役割など多くのことを学んでいる。

今回の研究では次世代への食文化の継承の役割を果たすことなどを目標にし、小学生への料理教室を計画した。野田小学校の担当教諭との事前の打合せで、2学期に行われる野田小フェスティバルで、小学生が育てた作物を使って料理などを作る催しに向け、高校生がその料理を提案することになった。小学生に料理を教えることを生徒に伝えると、「できるかなあ」という不安の声とともに「早く行きたい！」と期待する気持ちも大きかった。

小学校での交流授業の作物がさつま芋、担当学年が4年生に決まると、生徒は各班で小学生に教えるメニューを検討した。さつま芋は小学校では毎年使っている食材のため、スイートポテトやクッキーなどは相当研究して作っていることを知り、何にすればよいかということで、大変悩んだ。考えた

結果、さつまいもという地域の食材を使うことだけでなく、「小学生でも作りやすいもの」「野菜が苦手な子でもたくさんとれるもの」など、相手の要求を考えることができた。

(ウ) 学習内容

- ① 小学生にも作りやすく栄養バランスのよい実習内容を検討する。
- ② 分かりやすい説明の仕方や示範の方法を身に付ける。

<実習内容>

- ・さつまいものクッキー
- ・さつまいものケーキ
- ・みたらしだんご
- ・さつまいもの豆腐ドーナツ
- ・さつまいもようかん
- ・野菜いっぱい春巻き



気を付けて切ってね

<生徒の感想>

- ・小学校へ行くまでは、どんな反応なのかとすごく不安だったけどみんなと楽しく作れたし、人に教える難しさも分かりとても勉強になったし、すごくいい体験になりました。
- ・やっぱり小学生は予想外の動きをするのでいろいろと大変でした。人に物事を教えるのって難しいなど改めて実感しました。
- ・野菜を切る作業が多いので、包丁を上手に使えるのかなあと少し心配だったけど、とても上手に野菜を切っていてびっくりした。家でたまに手伝っているんだよっていう子もいて、偉いなあって感心した。
- ・人に教えるのは簡単なことだと思ってたけど、意外に難しいことが分かった。私たちは何回も作ったからすぐ作れたけど、1回も作ったことのない小学生は1から教えないといけなかったからかなり戸惑った。
- ・私は当初本音を言うと、この行事が嫌でした。子供が苦手でこの話に触れるたび、行きたくないとずっと思っていました。でも野田小の4年生のみんなはとてもいい子たちばかりで、心の壁を作っていたのは私の方だったなあというのがすごく分かりました。

(エ) 成果

生徒たちはこれまで学校での授業など、教えられることはあっても、自分たちが教えることをほとんど経験していない。今回の交流授業では、高校生の生徒が教師役になり小学生に料理を教えるということで、初めはその立場の違いに戸惑うことが多かった。練習の段階では、説明の言葉が難しく理解しにくかったり、早過ぎてついていけなかったり、逆に説明が長過ぎて飽きてしまったりなど様々な問題がでてきた。グループごとに評価し合い、それぞれが「こうした方がいい」など意見を出し合い改善していく中で、教えることの難しさを実感していた。

事前の練習や準備など大変なことも多かったが、実際に野田小学校で交流授業が始まると、設定した時間もあっという間に過ぎるほど充実した時間を過ごすことができた。小学生は、高校生のつたない説明も真剣に聞いて、それぞれが一生懸命取り組んでいた。その姿に高校生も触発され、包丁の持ち方を一人一人に丁寧に説明したり、手をとって教えたりするなど、積極的にかかわっていた。小学生に頼りにされていると実感することで、教えることのやりがいや責任を感じたようである。

試食して最後の片付けまで、小学生と高校生の充実した時間を過ごすことができた。作って食べる

ことの楽しさや、相手が喜んでくれることが自分の喜びになることを改めて実感できる貴重な体験となった。また、自分が学習で身に付けた力に自信をもつことができた。

オ 実践5 「専門家の方に話を聞こう」(テーマ「体づくりと食生活について」)(手だて④)

(ア) 目標

- ・食分野の専門家の方にお話を伺うことにより、働くことの意義や役割を知り、今後の進路を考える。(体①②)
- ・食生活の現状や問題点を知り、自分や周囲の人のこれからの生活に生かす。(体①, 食文化②)

(イ) 題材について

専門学科である本校の生活デザイン科では、専門的な職業人として生きるための基礎的・基本的な知識、技術の習得を目指して日ごろの学習に取り組んでいる。生徒の進路希望を明確にするための一つの手だてとして毎年進路講演会を行い、様々な方面に進学・就職した卒業生から話を聞く機会を設けている。そこで、高校生活でやっておくべきことや受験、学校案内などについての説明を聞く。

今回の実践では講演会の内容を食分野に絞り、実際に社会で活躍している食育指導士の話を聞くことで、より具体的にスペシャリストとしての心構えなど生徒に考えさせることをねらいとした。また身近な食生活の問題点などを知ることで、自己の食生活の改善策などもそれぞれに考えさせたい。

(ウ) 学習内容

- ① 最新の栄養情報を知る。
- ② 食育指導士の仕事を理解し、職業選択の参考にする。

(エ) 成果

フードデザインコースの生徒は、栄養について1年生の家庭総合や2年生になってからの専門科目などで一通り学習しているので、五大栄養素の話など学習したことの再確認という形で認識が深まった。また、栄養学の最新情報などとても勉強になることが多かった。「体づくりと食生活について」と題して「アスリートとして必要な栄養は何か」、「部活動の後でコンビニに寄った場合、何を選んだらよいか」など生徒が興味をもちやすい話題を、実物を交えながら説明していただいた。また、「一流と二流は食べ物で決まる」などプロ野球選手の話を取り入れ、生徒は最後まで興味深く聞くことができた。講習会后、生徒は、「これからコンビニに寄ったら選ぶものに気を付ける！」などと話し、自分の生活にすぐ取り入れようという様子がみられた。

今回の講習会では、食育指導士の方の話を2年生のフードデザインコースの生徒が聞くという形式であったが、今後は専門学科で学ぶ生徒全員を対象に実施していきたい。また食分野で活躍している先輩も増えているので、先輩に話を聞くという方法にすると更に生徒にとっても身近になり効果も高まるであろう。また、繰り返し聞くことによって意識も高まり望ましい食習慣が定着していくので、生活デザイン科の年間行事としたい。

5 平成19年度の研究

(1) 実践計画

昨年の研究では、生徒が課題として取り組みやすいものや継続的に実践できる内容を工夫してきた。今年度は3年生として、更に調理技術や知識を身に付け、食を提案する力、また提供する側として食べる人を満足させようとする意欲などを身に付けさせることに重点を置き、「調理」(6単位)の年間指導計画(P. 20~22 資料1)を立てた。

(2) 実践 (各実践の位置付けについては、資料1参照)

ア 実践1 料理教室 (手だて①, ②)

(ア) 目標

- ・友人や身近な人が健康を維持増進するために必要な食品や栄養の知識をもち、提案できる。(体①)
- ・共同して料理を作ったり食卓を囲むことにより食事の楽しさを実感し、また提供する側として食べる人を満足させようとする。(心①)

(イ) 題材について

3年生フードコースの生徒は、日常の授業や2年生での実践、また1学期に行った家庭科技術検定食物調理1級の受験など様々な経験を積んでいる。特に食物調理1級検定の受験においては、年齢・性別を考えた献立の作成や難易度の高い技術を身に付けるため、各個人が学校や家庭においても多くの練習をし、調理技術の向上を目指すことができた。

本年度は1級検定の取組の中で、各個人の練習で作った料理や最終的なコース料理の写真などを広報という形で廊下や教室などに張り出した。それを見たファッションコースのクラスメートや下級生からも「すごい」「さすがに3年生だね」という評価を受け、フードコースの生徒の自信につながった。

またそうした声の中で、特に下級生から「私にも教えてほしい」という意見が多く出た。それを受けてフードコースの生徒からも「料理教室」という形で実際に料理を教えたいという要望が出た。そこでフードコースの生徒が講師となって教える機会を設けることになった。日程は夏季休業中の補講期間中に決まり、予定の合った陸上部と野球部の生徒を対象に、『アスリートのための料理教室ーおいしく、手軽に作れて栄養がとれる！ー』と題して行った。

(ウ) 学習内容

- ① 年齢や運動量に合わせた食事メニューを考える。
- ② 作りやすく失敗の少ない調理法を検討する。



1級検定の料理



説明も真剣です



こうやって切ってね

<生徒の感想>

- ・スポーツする人のための料理を作ってみて、どの料理もおいしく作れたのでよかったです。すごく栄養満点で、スポーツする人のためになるなんて、陰でのサポートしてるみたいでいいなと思いました。
- ・同じ年代の子に教えるのはかなり緊張したけど、やっていくうちにだんだん慣れて楽しくなった。

(エ) 成果

高校生を対象の「料理教室」という試みは生徒にとって初めてで、何を作ったらいいかというメニューを決める段階から戸惑うことが多かった。今回は陸上部と野球部という運動部を対象にしたことから、「タンパク質やカルシウムがたくさんとれるものもいいよね」「鉄分やビタミンB₁も不足しがちだよ」など、運動部の高校生という対象を考慮したメニューを真剣に考える姿がみられた。また夏季休業期間の補講終了後の昼食時で、午後の部活動の前の時間を使って行なうという時間的な制約もあり、試作を何度も行い、メニューを決定するまでかなり時間がかかった。

そのような努力の結果、本番では説明・示範や各班での援助などそれぞれが進んでいき、楽しくスムーズに実施することができた。参加した生徒からは「是非次も参加したい」という意見がたくさん出て、フードコースの生徒にとって、準備の大変さや教える難しさなどを実感した反面、大きな自信につながる有意義な実践となった。

イ 実践2 文化祭でのレストラン実習（手だて①，②，③）

(ア) 目標

- ・バザーにおける大量調理を通して自然や食に携わる人に対する感謝の心を持ち、食材を生かしきる。（心②）
- ・調理技術を身に付け、食環境への変化に対応し、食の管理能力を身に付ける。（体②）
- ・食文化を継承し、次世代へ提案する。（食文化②）

(イ) 題材について

本校で毎年9月半ばに行われる文化祭に、昨年度の2年時は焼き菓子の販売を実施したが、3年生となった本年はレストラン実習を行う。実施するに当たり夏季休業中からメニューを検討し、試作など何度も繰り返した。メニューを決める段階では9月の暑い中実施する状況を考慮し、あっさりして食べやすいもの、また食品の取扱いや衛生面に配慮する姿もみられた。

(ウ) 学習内容

- ① 地産地消や食文化を考慮し、大量調理に向くメニューを検討する。
- ② 企画、運営など専門学科の取組として、食をトータルにとらえる。



沖縄料理「タコライス」



デザートセット A



調理場は大忙し

<生徒の感想>

- ・前日からの準備や当日も朝5時からの仕込みで大変だった。でも、もっと大変だったのはお昼のピーク時で、昼食もとれずに動き回っていた。自分たちの作った料理が「おいしい」と言ってもらえた時は疲れも吹っ飛びました。
- ・すごく大変ですごく忙しかったけど、次から次へとお客さんが来てくれてうれしかった。

(エ) 成果

今回のレストラン実習では、企画段階から生徒が分担して係を担当し、料理を作るだけでなく材料の仕入れ先の検討や発注、また、店の内装やテーブルの飾り、また広告の仕方などトータルに取り組

むことができた。

ウ 実践3 野田小学校での交流授業（手だて②，③）

(ア) 目標

- ・異年齢者への理解を深め，共に調理をしたり，共に食事をしたりすることの楽しさや喜びを感じる（心①）
- ・食品や栄養の知識を，分かりやすく提案する。（体①）
- ・食文化を継承し，次世代へ提案する。（食文化②）

(イ) 題材について

野田小学校との交流授業は異年齢者への理解を深め，食文化の継承や地域との交流などの目的で昨年度より行い，本年度で2回目の実施となった。昨年は4年生を対象に農作物で取れるさつま芋を使った料理がテーマであったが，本年度は5年生を対象に米を使った料理をテーマとし，10月初めに行った。料理教室や文化祭のレストラン実習，コンテストへの取組など様々な行事もあり，限られた時間の中，生徒は2回目の実施ということもあり，いろいろな米の使い方を工夫し，スムーズに取り組むことができた。



上手に切れたね！

(ウ) 学習内容

- ① 米の特徴を理解し，様々な米料理を研究し，提案する。
- ② 調理作業の難易度を考慮し，小学生にも作りやすく栄養バランスのよい実習内容を検討する。

<生徒の感想>

- ・料理を作ることだけでなくいろいろなことが勉強になった。短い時間だけど接していて小学生は正直だなと感じた。後輩にも是非体験してほしい。
- ・頑張った分だけ「ありがとう」や「おいしかった」と言ってもらえるのがうれしかった。大変なことがたくさんあったけど，勉強になったし，いい思い出ができた。普通の実習もいいけど，他の人に食べてもらうことで分かることもあるし，作りがいもあるのでこの経験をさせてもらって本当によかった。

(エ) 成果

今回の野田小学校での交流授業は昨年に引き続き2回目であり，調理室の様子や小学生の動きなどある程度分かっていたため，準備の段階から戸惑うことも少なく順調に進めることができた。調理作業もできるだけ小学生にやらせるよう配慮している様子が見られ，生徒も余裕をもって接することができた。昨年度の交流授業や，今年度の料理教室の経験を生かし，説明の仕方や段階見本の準備の仕方を分かりやすく工夫したり，調理をする上での注意点を確実に伝えたりすることができた。

6 研究の成果と課題（事後アンケートについては，P. 23，24 資料2 参照）

(1) 成果

ア 課題解決に向け創意工夫する経験（仮説①）

バランス弁当の実践では，細かい栄養計算も必要なく，自分の食生活の改善に向け，継続して取り組むことができた。また，野田小学校での交流授業，文化祭でのレストラン実習などでは，相手に喜んでもらうための提案を取り入れた授業を行うことにより，料理を作るだけでなく，説明の仕方，材

料の仕入れ先の検討や発注，広告の仕方など，様々な課題解決に向け創意工夫する力がついてきた。

イ 地産地消の理解と普段の食生活への関心（仮説②）

事前のアンケートでは，地域の特産物について「知らない」という生徒が約4割いた。そこで地元
の食材について考えさせるきっかけとして，全国高等学校家庭クラブ連盟（FHJ）主催の地域の食
材を使った小麦粉料理コンテストに全員で取り組んだ。「地域でとれる食材って何がある？」とお互い
に考えたり家族に聞いたりしながら，食材や地産地消への関心を深め，事後アンケートでは9割の生
徒が地域の特産物を「知っている」と回答している。

また，文化祭の場を利用し，一日栄養士体験や食物バザーを実施したり，課題で取り組んだ「バラ
ンス弁当」を展示発表したりするなど専門学科で学んだ知識や技術を広める機会を設けた。さらに，
3年生となった今年度は，高校生向けの「料理教室」にも取り組んだ。食生活へのアドバイスを人に
するためには，自分が勉強して十分な知識が必要である。これらの活動により，普段の生徒自身の食
事への関心を高めることができた。また，「学校の実習で作ったものを家庭で作るか」について，「毎
回作る」「たまに作る」と回答した生徒の事前と事後のアンケートによる比較（75%→95%）からも，
食への関心が高まっていることが分かる。

ウ 子供や高齢者をはじめとする生活者への理解（仮説③）

次世代へ食文化を継承する担い手となることを目標にし，小学生への料理教室を実施した。この活
動により，「小学生でも作りやすいもの」「野菜が苦手な子でもたくさん食べられるもの」など，相手
の状況や健康な食生活について考えることができた。

エ 食の専門分野の仕事への理解（仮説④）

食の専門家である食育指導士の話や，大学の講師による「自分自身の食生活を見つめてみよう」と
題しての講演会により，生徒たちは，日ごろの食生活を見直すきっかけとするとともに，食の専門家
を職業とすることの意義ややりがいを感じる事ができた。

(2) 今後の課題

専門学科で学ぶ生徒として，主体的に食生活にかかわり，学校で学習したことを家庭での実践力に
結び付けることを考慮した「バランス弁当」は視覚的に分かりやすいこともあり，積極的に取り組む
様子が見られた。今後は更に継続的に実践できる学習内容を開発していきたい。

また，提供する側として食べる人を満足させようとする態度を育成するため，料理教室や交流授業，
レストラン実習など他の人に自分たちのもっている技術や知識を教える経験を多く取り入れてきた。
初めは自分の立場に戸惑う生徒も，回数を重ねるうちに自信をもつようになり，自分たちが専門学科
で学んできたことに誇りをもつことができるようになった。料理を提供し「おいしい」と言ってもら
うことで得られる喜びや充実感は，それまでの苦労や努力を重ねることで得られるということも体験
を通して知ることができた。今後は保護者や地域の方など，更に多くの方に学習したことを生かし提
案できる機会を設けていきたい。

参考文献 「3・1・2弁当箱ダイエット法」＜足立己幸，針谷順子 著 群羊社 平成16年＞

【資料1 平成19年度生活デザイン科フードコース 第3学年「調理」6単位 年間指導計画】

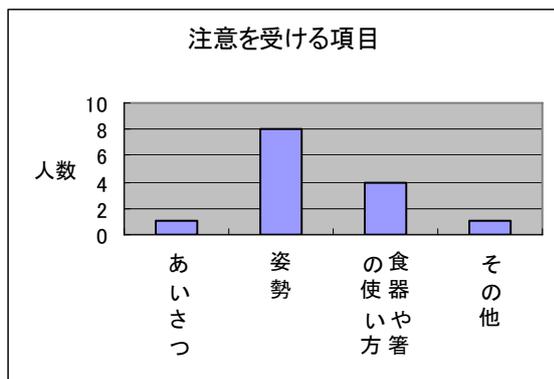
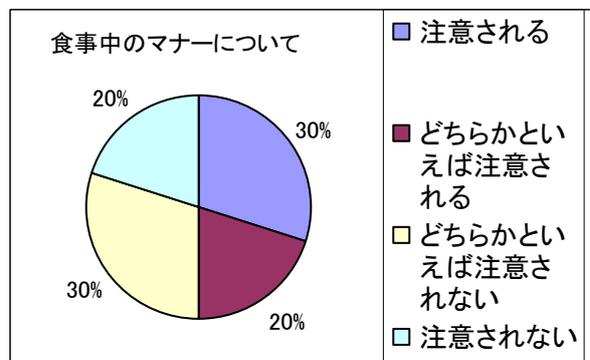
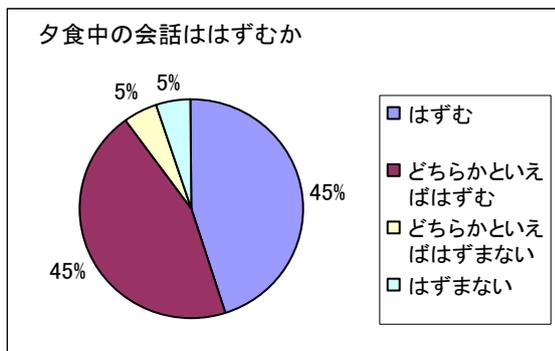
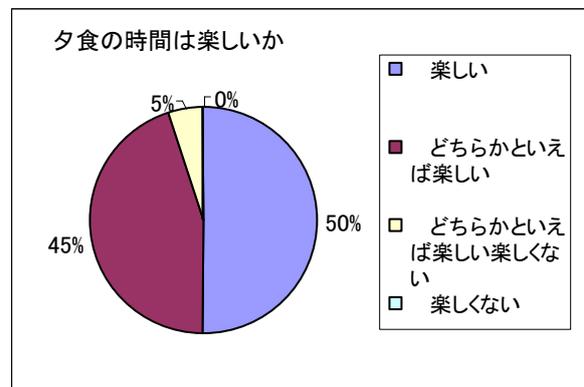
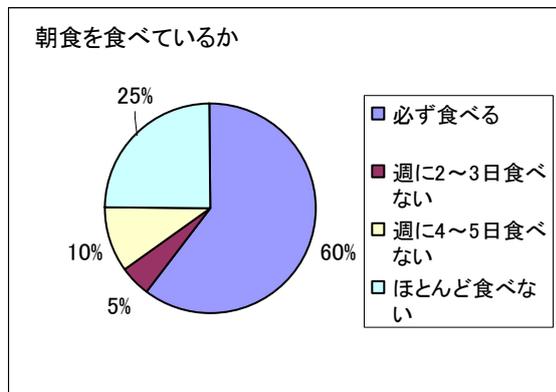
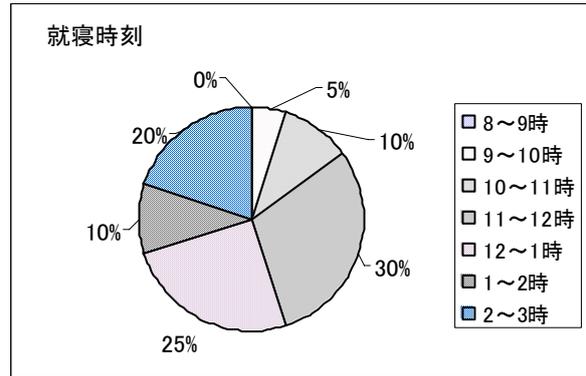
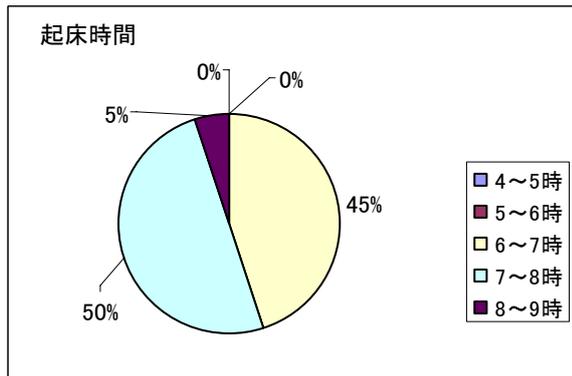
時期		学習内容	ねらい		
4月	1	課題料理 洋菓子コンテスト①	春休みの課題として取り組んだ洋菓子を制作し、クラス全員分の試食を通して、違いを知り、おいしさについて考えることができる。		
	2			洋菓子コンテスト②	
	3	季節の食材 を使って		① 筍 ^{たけのこ} 、ふき（炊き合わせ、含め煮、若竹汁）、かつおのたたき	旬 ^{しゅん} の食材の扱い方を知り、調理することができる。
	4			②食品加工（ジャム、マーマレード）	食品の加工法について知り、作ることができる。
	5			③伝統食（柏もち、ちまき、赤飯、あん作り）	日本の伝統食に関心をもち、作ることができる。
	6	小麦粉料理		①おやき、ちぢみ、ピロシキ	日本や韓国、ロシアの小麦粉料理の違いを理解できる。
	7			②骨太うどん（スキムミルク入り手打ちうどん）	小麦粉の特徴を知り、用途に応じた扱い方を理解できる。
	8			③パンⅠ（ピザ、ロールパン）	
5月	9		④パンⅡ		
	10		⑤パスタⅠ（ニョッキ、ラザニア）		
	11		⑥パスタⅡ		
12	行事食	①誕生祝（コンソメケネル、鶏のバスク風、エビと桜桃のサラダ [°] 、クリームチーズタルト）	行事と食べ物について関心をもち、料理や材料を適切に選択したり献立を立てることができる。		
13		②ビュッフェ（フラワーサンド [°] 、ミートローフ、ハワイアンサラダ [°] 、アイスティー）			
14		③盂蘭盆会（枝豆飯 ^{うらぼんえ} 、冷やしとろろ汁、冬瓜とゆばの煮物、なすのしぎ焼き、白和え）			
15	季節の料理	涼拌茄子 ^{ひやひや} 、松花皮蛋 ^{しょうかひだん} 、四宝湯 ^{しほうとう} 、百花蟹手 ^{ひゃくかき} 、咖喇粽子 ^{かいらしやう}	中国料理の特殊材料の扱い方や前菜・主菜料理を理解し、調理することができる。		
16		パンプキンスープ、鮭のソテーバジリコ風味、グリーンサラダ、マシュマロ	夏向きのメニューを理解し、調理することができる。		
6月	17	日本料理	客膳料理Ⅰ	日本の供 ^{きょう} 応 ^{おう} 料理の基礎を知り、調理することができる。	
	18		客膳料理Ⅱ		
	19	コース料理	オードブルⅠ	オードブルの特徴を知り、調理することができる。	
	20		① オードブルⅡ		

	21	コース料理	肉料理Ⅰ	料理に合う肉の扱い方を知り、調理することができる。
	22	②食材別調理	肉料理Ⅱ	
	23		魚料理Ⅰ	
	24	魚料理Ⅱ		
	25	コース料理	スープ、サラダⅠ	コース料理の中のスープ、サラダの特徴を知り、調理することができる。
	26	③	スープ、サラダⅡ	
7月	27	コース料理 ④	実技テスト	ホワイトソースやゼラチンを使った指定の調理ができる。
	28	きょうおう 供給食	1級検定に向けて①	年齢や性別などの条件に合ったきょうおう 供給食の献立作成と調理が指定時間内にできる。
	29		〃 ②	
	30		〃 ③	
	31	料理教室	青少年の献立	高校生の献立の特徴を理解し、料理を考えることができる。
	32	実践1	高校生向け料理①	
33	講習会に向けて		料理講習会の計画・立案・準備ができる。	
8月	34		アスリートのための料理教室	普通科や運動部の生徒に手軽にできるバランスのよい料理を教えることができる。
		※夏休み課題 (各種コンテストへの応募)		牛乳・乳製品料理, 小麦粉料理, 米料理
9月	35	料理コンテスト	①牛乳・乳製品を使った料理	与えられたテーマに沿って、創意・工夫して料理を作ることができる。
	36		②地域の食材を使った小麦粉料理	
	37	大量調理	文化祭バザーに向けて①	文化祭のバザー品目の検討・試作を通して、大量調理に適する料理などを考えることができる。
	38		〃 ②	
	39	小学校での 交流授業	米・雑穀料理の研究①	野田小学校での交流授業に向けての研究・試食会を通し、教え方のポイントなどに気付き、工夫して取り組むことができる。
	40		〃 ②	
41	実践3 米・雑穀料理の試食・検討会			
42	交流授業リハーサル			
10月	43		交流授業	
	44	特殊栄養	①糖尿病	それぞれの病気や身体の状態を理解し、条件に合った栄養管理や献立作成、調理の工夫ができる。
	45		②貧血	
	46		③肥満	
	47		④腎臓病	
	48	日本料理講習会		地域で活躍する日本料理の職人の方を招き、講習会を通して制作のこつやプロとしての心構えなどを理解することができる。
	49	様式別料理	茶懐石(向付, 汁, わん盛り, 焼き物, はし洗い, 八寸, 香の物)	茶懐石料理の特徴を理解し、材料・調理法などを工夫して調理できる。
	50		ディナー(テリーヌ, コンソメブルノワーズ, ビーフステーキ, フレッシュサラダ)	フランス料理の特徴を理解し、材料・調理法などを工夫して調理できる。

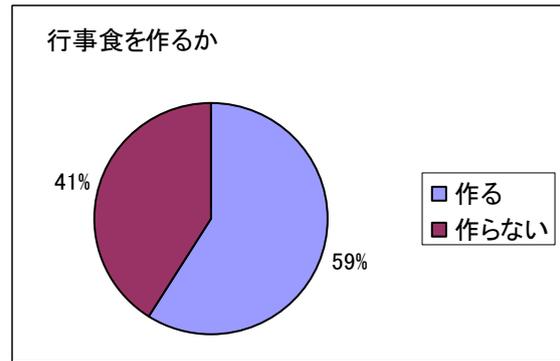
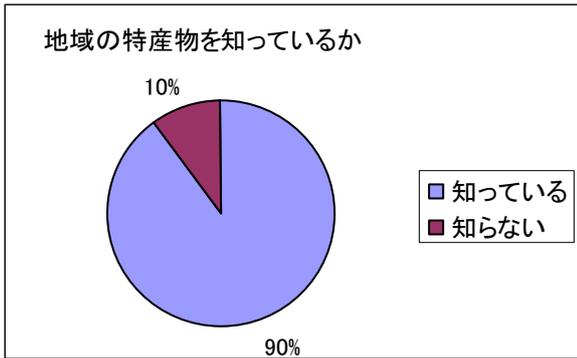
	51	中国料理	涼拌生菜，干貝粉糸湯，高麗魚片，東坡肉	日常の中国風献立を理解し，ポイントを押さえた調理ができる。
	52		搾菜肉糸湯，乾焼蝦仁，春捲，元宵	中国の旧正月の献立を理解し料理を作ることができる。
	53	洋菓子講習会		地域で活躍するプロのパティシエや和菓子職人の方を招き，講習会を通して制作のこつやプロとしての心構えなどを理解することができる。
	54	和菓子講習会		
11月	55	季節の洋菓子		栗，さつま芋などを使った洋菓子を作ることができる。
	56	季節の和菓子		練り切り，薯蕷などの材料を使い，季節感のある和菓子を作ることができる。
	57	シュガーク	基礎①	粉糖，シュガーペーストなどの扱いを知り，ブーケ，ベビーシューズなどの基本作品を作ることができる。
	58	ラフト	〃 ②	
	59		シュガークラフトケーキ，マジパン	
	60	卒業制作 計画立案		これまで学習してきたことを生かし，各自のフードコースでの卒業作品の計画をし，実習する。
	61	卒業制作 ①		
	62	卒業制作 ②		
	63	卒業制作 ③		
	64	卒業制作 ④		
	65	卒業制作 ⑤		
12月	66	卒業パーティーに向けて①		3学期に行う卒業パーティーに向けて，計画や役割分担をすることができる。
	67	〃 ②		
	68	行事食	④クリスマス料理	行事と料理の関係を理解し，行事にふさわしい料理を作ることや献立を立てることができる。
	69		⑤正月料理	
		※冬休み課題（卒業制作）		卒業制作を完成させる。
1月	70	卒業パーティー試作，検討会		卒業パーティーに向けて，準備することができる。
	71	卒業パーティー リハーサル		
	72	保護者を招待しての会食		保護者を招待し，コース料理を作ることができる。
	73	卒業パーティー準備		お世話になった先生やクラスメイト，その他の生徒を招待し，卒業パーティーを成功させることができる。
2月	74	卒業パーティー		シュガークラフト，造形パン，テーブルコーディネートの卒業制作を完成させ，発表会を実施することができる。
	75	卒業制作発表会		
	76	バレンタインバザー準備		バレンタインに向けた洋菓子・パンを作り，バザーを成功させることができる。
	77	バレンタインバザー		
	78	レシピまとめ，反省		調理実習のレシピ集をまとめ，今後の実践に生かそうとすることができる。

【資料2 事後アンケート 生活デザイン科 3年生フードコース 20名（平成19年度10月実施）】

(1) 食に関する日常生活について



(2) 食文化について



(3) 家庭での調理について

