

授業でも！ つかえる

ちゃぐりん

VOL.149



◇記事名：『ちゃぐりん』2025年9月号 ページ:37 ページ～41 ページ
あっぱれ物知りやさい塾

◇対象：5年生 社会科/家庭科

農林水産省の調べでは、世界で食用とされている豆は約70～80種類あるといわれているそうです。豆の種はどんな見た目なんだろう？ 『ちゃぐりん』の記事を読んだ子どもたちは、自分も本物の種を見たいとわくわくする気持ちが引き出されてくることでしょう。また、「うずら豆」、「とら豆」など、ユニークな名前も子どもたちの興味をかきたてるきっかけになります。甘いお菓子や香ばしい豆菓子のほか、料理や学校給食でも活躍する身近な食材ですから、子どもたちの教材にはぴったりです。ここでは、豆を使った授業プランを提案します。

文・藤本勇二（武庫川女子大学 教授）

1 名前をつけてみよう 5年生 社会科 食料生産の発展

『ちゃぐりん』の記事を読みます。最初にうずら豆のページを確認します。うずらの卵に似た模様があると書かれていますので、うずらの卵を調べてみて比べてみます。実物のうずら豆とうずらの卵があればさらに学習は深まります。「みんなだったらこのうずら豆にどんな名前をつけるか」と子どもたちに聞きます。子どもたちから「雲のような豆」「きょうりゅう豆」などユニークな名前が出てくるでしょう。次に、とら豆のイラストもしくは写真だけを見せて、名前をつける活動につなげていきます。このように自分たちで豆に名前を付ける活動を通じて、豆に関心を持つことができます。公益財団法人日本豆類協会によると、「**豆類は、人類が穀類に次いで最も古くから食用栽培した植物とも言われています。日本人にとっても馴染みの深い食材であり、多様な種類の豆類が利用されています。**」と紹介されています。日本各地の気候や地理的条件にあった豆の産地を調べる活動につなげます。

栄養教諭の先生と打ち合わせをして学校給食にうずら豆、とら豆が登場する日にこの活動をするといいいでしょう。

農林水産省：https://www.maff.go.jp/j/pr/aff/2102/spe1_01.html

公益財団法人日本豆類協会：<https://www.mame.or.jp/syurui/>

2 大豆のひみつ 5年生 家庭科 ごはんとみそ汁

事前学習として、大豆の絵を描いてみましょう。栽培の経験がなかったり、大豆の出てくる場面が思い浮かばない時は、豆まきの豆を思い出すようにします。多くの子どもたちは茶色い丸い大豆のことをイメージすると思いますが、そこで、青大豆、黒大豆、白大豆について紹介することで、それぞれがどんなふうに使われているのかに関心を持つことができます。そこから大豆と私たちの暮らしの中に根づく食文化との深いつながりが見えてきます。

「日本の大豆探検隊」の記事を読んでいくと、大豆から作られているものがいくつか出てきます。「ごはんとみそ汁」の単元を学ぶ中で、みその原料に大豆が使われていることを確認した後、他にはどんな食べ物があるかを問いかけます。これは給食からも調べることができます。給食で使われているみそ、豆腐、油揚げ、生揚げ、凍り豆腐、がんもどきなどは大豆の加工品であり、この他にも身のまわりの食べ物には大豆からできたものがたくさんあることを栄養教諭の先生に紹介してもらいたいでしょう。こうした食品が昔から日本人の貴重なたんぱく源として、いろいろな新しい食べ方も生み出されながら、時代とともに食べ続けられてきた伝統食品であることに気づいていきます。

また、食品表示への関心を高めることにもつながります。たとえば、身近な食品の中で大豆が変身したものを見つけて紹介する活動で、豆腐のラベルを見せると、原材料が国産の大豆の豆腐もあれば、外国産の大豆が記載されている豆腐もあることに気づくでしょう。国産の大豆と違う点や輸入量などを調べることで学びが深まります。



JAグループの食農教育を
すすめる子ども雑誌

子どもたちに伝えたい！

ちゃぐりん

2025年10月号

おすすめ記事

ごはんが進む 麻婆豆腐

掲載ページ:P16-19



今月号の「食&農特集」は、麻婆豆腐。
ピリッと辛い味つけで、ごはんがすすみます！
豆腐とブタひき肉を使った定番の麻婆豆腐の他に、
ゆずごしょうがアクセントの白い麻婆豆腐もご紹介。
チャーハンにかけて食べるのもおすすめです。

ふるさとの秋

掲載ページ:P6-11



おじいちゃん、おばあちゃんのしわしわの笑顔に、子ども
たちのむじゃきな表情。長野県に住んでいる人形作家の
高橋まゆみさんは、地域で出会ったおじいちゃんやおばあ
ちゃんを題材に、いきいきとした人形を創作し続けていま
す。人形づくりのひみつも教えていただきました。

野菜のおやつ

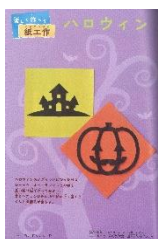
掲載ページ:P54-55



今月は「カボチャのきんつば」。緑黄色野菜のカボチャの
皮には、果肉よりも多くβ-カロテンがふくまれているの
で、皮ごと食べるのがおすすめです。カボチャは電子レン
ジで加熱すればつぶしやすくなります。

楽しく作ろう紙工作

掲載ページ:P61-63



今月はハロウィンのかざりつけにぴったりなジャック・
オー・ランタンとお城を作ってみましょう。黒い折り紙
で形を作って、黄色やオレンジ色の折り紙の上に置く
と、ぐんと雰囲気が出ますよ。

★ 配信中のコンテンツ ★

「ちゃぐりん」食農クイズ

毎月の『ちゃぐりん』の中から、
食や農にまつわるクイズを
10問出題しています。



食農教育紙芝居

紙芝居コンクール入選作品の
紹介や、小島よしおさん演じる
紙芝居の動画が見られます。



11月号予告 ほっくり甘い！栗おやつ・・・旬の栗を使って小さく丸めた栗の茶さんしほりの作り方をご紹介します。

JAグループ (一社) 家の光協会