

## 題材名 「持続可能な食生活」

第1学年 B衣食住の生活 C消費生活・環境

### ◆本実践の概要

環境への配慮を考え、持続可能な食生活を送るために、自分の生活や消費行動等を振り返り、問題を見いだして課題を設定する。その課題の解決に向けて解決方法を検討し、自分の考えをまとめるとともに、他の生徒と意見を交流させ、多様な考えにふれる中で自らの学習を調整しながら課題解決を進めていく実践である。

### 1 題材の目標

- (1) 自分や家族の食生活が環境や社会に及ぼす影響について理解する。
- (2) 持続可能な食生活について問題を見いだして課題を設定し、解決策を構想し、実践を評価・改善し、考察したことを論理的に表現するなどして課題を解決する力を身に付ける。
- (3) よりよい生活の実現に向けて、持続可能な食生活について、課題の解決に主体的に取り組んだり、振り返って改善したりして、生活を工夫し創造し、実践しようとする。

### 2 題材の評価規準

| 知識・技能                            | 思考・判断・表現                                                                          | 主体的に学習に取り組む態度                                                                  |
|----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| 自分や家族の食生活が環境や社会に及ぼす影響について理解している。 | 持続可能な食生活について問題を見いだして課題を設定し、解決策を構想し、実践を評価・改善し、考察したことを論理的に表現するなどして課題を解決する力を身に付けている。 | よりよい生活の実現に向けて、持続可能な食生活について、課題の解決に主体的に取り組んだり、振り返って改善したりして、生活を工夫し創造し、実践しようとしている。 |

### 3 学習活動に即した題材の評価規準

| 知識・技能                             | 思考・判断・表現                                                                                                                                                       | 主体的に学習に取り組む態度                                                                                                          |
|-----------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ①自分や家族の食生活が環境や社会に及ぼす影響について理解している。 | ①持続可能な食生活について問題を見いだして課題を設定している。<br>②持続可能な食生活について実践に向けた計画を考え、工夫している。<br>③持続可能な食生活について、実践を評価したり、改善したりしている。<br>④持続可能な食生活についての課題解決に向けた一連の活動について、考察したことを論理的に表現している。 | ①持続可能な食生活について、課題の解決に主体的に取り組もうとしている。<br>②持続可能な食生活について、課題解決に向けた一連の活動を振り返って改善しようとしている。<br>③持続可能な食生活について工夫し創造し、実践しようとしている。 |

### 4 題材について

本題材は、「B 衣食住の生活」の食生活の内容と「C 消費生活・環境」の環境に関する内容を関連させ、持続可能な社会の構築に向けて自分の毎日の食生活を見直し、問題を見いだして課題を設定して、その解決に向けて実践する学習である。私たちは、便利で豊かな生活を送っている一方で、環境に大きな負荷を与えてしまっている。持続可能な社会の構築の担い手として、この学習を通して、より責任ある行動をしようとする態度の育成を目指したい。

具体的な取組として、環境や社会に配慮した生活がなぜ必要なのかについて、習得した知識・技能を活用して、自分たちの生活を見直す活動を行う。「今現実で起きていること」を正しく理解し、「このままだとどんな未来になるか」を想定することで、自分事として意欲的に問題解決に向かい、生活の中で生かそうとする態度を育てていく。

## 5 指導と評価の計画 (・は指導に生かす評価、○は記録に残す評価を表す)

|        | ねらい・学習活動(抜粋)                                                        | 評価規準(評価方法)<br>・指導に生かす評価 ○記録に残す評価 |                              |                              |
|--------|---------------------------------------------------------------------|----------------------------------|------------------------------|------------------------------|
|        |                                                                     | 知識・技能                            | 思考・判断・表現                     | 主体的に学習に取り組む態度                |
| 1      | 自分や家族の食生活と環境や社会の関わりについて理解する。                                        | ・知①<br>(行動観察・ワークシート)             |                              |                              |
| 2      | 持続可能な社会の構築に向けて、自分の食生活を振り返り、問題を見いだして課題を設定する。                         |                                  | ・○思①<br>(・行動観察)<br>(○ワークシート) | ・○主①<br>(・行動観察)<br>(○ワークシート) |
| 3<br>4 | 自分が設定した課題に関する情報を集め、解決策を考える。グループ活動を通して、環境や社会のために自分ができることを改めて考え、工夫する。 |                                  | ○思②<br>(ワークシート)              |                              |
| 5      | これまでの学習を振り返り、レポートにまとめる。                                             |                                  | ○思③<br>(レポート)                | ○主②<br>(レポート)                |
| 6      | レポート発表を通して意見を交流し、これからの生活にどのように生かしていくか考えることができる。                     | ○知①<br>(ペーパーテスト)                 | ○思④<br>(ワークシート)              | ○主③<br>(ワークシート)              |

## 6 本時の授業(第4時)


### (1) 本時の目標

- ・ 持続可能な食生活について実践に向けた計画を考え、工夫することができる。
- ・ 持続可能な食生活について、課題の解決に主体的に取り組もうとする。

### (2) 本時の評価規準

- ・ 持続可能な食生活について実践に向けた計画を考え、工夫している。【思考・判断・表現②】
- ・ 持続可能な食生活について、課題の解決に主体的に取り組もうとしている。【主体的に学習に取り組む態度①】

### (3) 本時の実際

| 過程              | 主な学習活動と生徒の反応                                                                                                                                                                                                                                                                          | 評価と配慮事項                                                                                                                              |
|-----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| つかむ5分<br>考える10分 | <p>1. 本時の学習課題を確認する</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px auto; width: fit-content;"> <p>環境や社会のために自分や家族ができることを考えよう</p> </div> <p>2. 環境や社会のために自分や家族ができることを個人で考える。</p>  | <p>・ 前時の学習(自分が設定した課題に関する情報を集めよう)について確認する。</p> <p>・ 環境や社会のために自分の生活の中で自分や家族ができることを具体的に考えるように助言する。</p> <p>○思②(ワークシート)<br/>・主①(行動観察)</p> |

深める30分

3. グループで話し合い、環境や社会のために自分や家族ができることを考える。



5. 解決策（持続可能な社会を目指すために、自分や家族にできることはなんでしょう。）

家族が同じ部屋で団らんし、暖房と照明の利用を2割減らす  
年間約240kgのCO2の削減、年間で約11000円の節約  
環境にやさしい買い物をする  
必要な物を必要な分だけ買う  
余った料理を作り変える  
賞味期限と消費期限の違いを知る  
リサイクル用品を選ぶ

5. 解決策（持続可能な社会を目指すために、自分や家族にできることはなんでしょう。）

・買い物をするとき、自分が食べられる量を考え、買う。  
・食べたいものをたくさん買うのではなく、食べられる量を買う。  
・給食などよそ、でもうものは最初に「少なくて」という。  
・食べれるときは進んであさりする。  
・食べる量を調節する。・何か買うときは少なめにする。  
・災害のときのために買ってある食品の消費期限、賞味期限を確認して近いものがあるたら食べるようにする。  
・買い物をするとき、家に帰ってすぐ使うものほどできるだけ賞味期限が近いものを買う。  
⑩ 必要な物だけ買う、賞味期限の確認、在庫の確認をし、ハッとする  
ご飯を残さないようにする、食べられる量を買う、買う物をメモしていく、



⑪ エコバックをまつ  
プラゴミを分別する  
食べ残しを減らす  
輸入したものを買わない  
日本のものを料理する

4. グループで出した意見を全体で共有し合う。

5. 自分がこの1ヶ月でできる実践を考える。

日本(地域)のものまでできるだけ買うようにする) 続けることで輸出品が買わ  
輸入品を買わない (おなごを輸入したものが減り  
産地を確認する (それ運ぶ必要がなくなる。  
(外国→日本)でして、運ぶための  
船や航空機なども減り、CO2  
削減、排気ガスが少なくなる。  
日本の生産者が困らない

まとめる5分

・類似の課題を設定した生徒を3~4人ずつのグループに分け、自分たちにできることを考えさせる。

・長期的に行うことができる工夫、誰でも取り組みやすい工夫の視点をもたせて考えさせる。

・「環境や社会をよりよくすることにつながるか」の視点をもたせて考えさせる。

・一人ずつ意見を発表し、共有を図る。

・自分が思いつかなかった意見は赤色でワークシートに記入させる。

○思②(ワークシート)

・出た意見を黒板に貼り、発表させる。

・日常の生活にSDGsが関わっていることを伝える。

・発表を聞いて、今後の生活に生かせることを考えさせる。

○主①(ワークシート)



## 7 実践を振り返って

本事例は、これまで学習してきた食生活の内容を基礎とし、生徒がそれぞれの興味・関心に応じて持続可能な食生活についての課題を設定し、1人1台端末を活用して主体的に課題解決に取り組む実践であった。「持続可能な世界をめざして」を目標に、生徒一人一人が自分の「もっと知りたい」という思いを深めるために1人1台端末を用いて調べ学習を行ったことで、興味・関心や知識を広げることができたと感じる。また、端末を家庭に持ち帰り、さらに探究しようとする意欲的な生徒も見られた。自分や家族の生活の中から問題を見いだすことには困難が予想されたが、調べ学習を行ったことで課題が浮き彫りになり、その後の活動にスムーズにつなげることができた。

課題を設定した後、さらに探究するために再度1人1台端末を活用し、その課題に対する現状や社会の取組などについてさらに調べ学習を行った。その結果、自分にできる具体的な解決策をほとんどの生徒が自身で考え、構想することができた。本時の授業実践では、自分が設定した課題と類似の課題を設定した生徒をグルーピングし、協働的な学習として課題解決に対する情報交換を行うことによって、新たな気づきがあったり多様な考えに触れたりする様子が見られた。そして、その協働的な学びを経て自分の考えた解決策に立ち戻り、再検討することで自己調整を図りながら学びを進める姿が見られた。

レポートを作成する際にも1人1台端末を活用し、根拠となるデータや図、グラフを取り入れて作成をすることで、誰にでも分かりやすく論理的にまとめることができた。今後、長期休業中に家庭や地域で実践を行った後、実践したことを共有し、振り返りを行うことで評価・改善をしていきたい。

本事例を通して、1人1台端末を用いて生徒一人一人の生活の課題に対応することや、学んだことを実際の家庭生活で実践することが、主体的で深い学びにつながると感じた。他の題材でもこのような学びを取り入れていきたい。

本事例を通して、1人1台端末を用いて生徒一人一人の生活の課題に対応することや、学んだことを実際の家庭生活で実践することが、主体的で深い学びにつながると感じた。他の題材でもこのような学びを取り入れていきたい。

私たちがつくる持続可能な世界

(1)年(4)組 ( )番 名前( )

これらの社会を情報検索で、よりよいものにするためにどうしたらよいでしょうか。また、あなた自身が得意で、レポートにまとめてみましょう。

1. テーマの設定  
『食生活と環境問題』『食生活と社会問題』についてもっと知りたかったことや調べたいことを書き、調べて分かったこと

<食生活と環境問題>  
世界の人口は増え続け、日本は2050年には1億人を下ると予想されている。食料の生産は増えなければならないが、環境問題も考慮しなければならない。食料の生産には多くの水やエネルギーが必要で、気候変動の原因にもなる。持続可能な食生活を実現するために、食料の生産から消費までの過程を改善し、資源を節約し、環境に優しい食料を選ぶことが重要である。

<食生活と社会問題>  
食料の生産は地域によって異なる。日本は主に食料を輸入している。輸入食料はコストが安く、品質も安定しているが、輸送によるCO2の排出や、輸入国の労働環境や人権問題が懸念されている。また、輸入食料の価格変動は国内の食料価格に影響を与えている。持続可能な社会を実現するために、輸入食料の調達方法を見直し、国内産の食料を増やすことや、輸入国の労働環境を改善することが重要である。

2. 持続可能な社会を目指すために、自分や家族にできることはなんだろう。

<課題>  
輸入品に頼らない生活をしていく(食品)

<課題を設定した理由>  
現在は輸入品に頼って生活をしていて、地産地消ができていません。そこでできるのは、地産地消の食品を買って食べるようにすることです。そのため、この課題を設定しました。

3. 課題を探究するために必要な資料・調査の方法

・インターネット

4. 自分が設定した課題に関する情報を集めよう。

現状や社会での取り組みなど  
現在日本では食料の輸入率が高くなっています(食料自給率37%)。輸入品は主にアメリカ、中国、オーストラリアから輸入されています。輸入品はコストが安く、品質も安定していますが、輸送によるCO2の排出や、輸入国の労働環境や人権問題が懸念されています。また、輸入食料の価格変動は国内の食料価格に影響を与えています。

5. 解決策(持続可能な社会を目指すために、自分や家族にできることはなんだろう。)

輸入品に頼らない生活をしていく(食品)  
① 地産地消の食品を消費する  
② 輸入品を買うときは、なるべく国産品にする  
③ 輸入品を買うときは、なるべく国産品にする  
④ 輸入品を買うときは、なるべく国産品にする  
⑤ 輸入品を買うときは、なるべく国産品にする

日本(地域)のものをできるだけ買うようにする。残ったものを他の人に譲る。輸入品を買うときは、なるべく国産品にする。輸入品を買うときは、なるべく国産品にする。輸入品を買うときは、なるべく国産品にする。

持続可能な世界をめざして ～食生活をとおしてわたしたちができること～

4期 冊 ( )

1. テーマ 日本食料自給率を上げるためには

2. 課題とその理由  
課題: 輸入品に頼らない生活をしていく(食品)  
理由: 現在は、輸入品に頼って生活をしていて、地産地消ができていません。そこで、できるだけ地産地消(産地)で作られた食品を買って食べるようにすることです。そのため、この課題を設定しました。

3. 設定した課題の現状と、続けたときどうなるのか  
現状: 食料の輸入率が高くなっています(食料自給率: 37%)  
世界の中でも日本は食料自給率が高いです。輸入品は主にアメリカ、中国、オーストラリアから輸入されています。輸入品はコストが安く、品質も安定していますが、輸送によるCO2の排出や、輸入国の労働環境や人権問題が懸念されています。また、輸入食料の価格変動は国内の食料価格に影響を与えています。

4. 自分たちにできること  
輸入品に頼らない生活をする 課題: 輸入品が多い  
① 地産地消の食品を消費する  
② 輸入品を買うときは、なるべく国産品にする  
③ 輸入品を買うときは、なるべく国産品にする  
④ 輸入品を買うときは、なるべく国産品にする  
⑤ 輸入品を買うときは、なるべく国産品にする

5. それによってどう環境や社会を良くすることにつながるか

【二酸化炭素排出の現状】  
世界で行っていること  
輸入品に頼らない生活をしていく(食品)  
輸入品に頼らない生活をしていく(食品)  
輸入品に頼らない生活をしていく(食品)

6. 外国に支えられている日本の食料

外国に支えられている日本の食料  
輸入品に頼らない生活をしていく(食品)  
輸入品に頼らない生活をしていく(食品)  
輸入品に頼らない生活をしていく(食品)

※ 農林水産省資料「ニッポン食べもの力見つけ隊」を活用して作成したレポート