

テーマ:

凜々子プロジェクト ～凜々子を調べて、教えて、おいしく食べよう～

茨城県
学校法人三育学園
久慈川三育小学校
川崎 真理子 先生

この活動の特徴

「凜々子」活用のポイント①

1～2年生は収穫計算、3～4年生は育苗調査、5～6年生は調理研究と、学年毎に凜々子を通じて学んだこと

「凜々子」活用のポイント②

上級生が調理し、皆で味わえたこと
おいしく食べるために農家の方に調査し
家庭でもトマト料理に挑戦したこと

活動のねらい



- 1～2年生：トマトを通じ、カッコ（）を使った計算を学ぶ
- 3～4年生：上手な育苗、他のトマトとの違いなどを、クイズ形式でまとめる
- 5～6年生：調理実習を行い、食事会を主催する

活動の概要と流れ

対象学年：1～6年生（22名）

実践期間：5～10月

時期	学習活動	
5月13日	・苗が到着	
23日	・クラス毎に凜々子を植える	
6月27日	・芽かきを実施	
6月末	・トマトについて調べる（3・4年）	
7月 4日	・農家の方に、育て方を教わる	
16日	・化学肥料を追肥 凜々子のレシピを考える（5・6年）	
夏休み	・初収穫！！（9月末まで続く）	
8月29日	・凜々子のレシピ決定（5・6年）	
9月	・トマトのクイズ作り（3・4年）	
9月末	・最後の収穫	
10月	・冷凍した凜々子を数える（1・2年）	
10月	・食事会	

ここがポイント！取組の工夫と実践の成果



全校児童で育てた凜々子を、学年毎に異なる切り口で学んだ

1～2年生は、収穫して冷凍保存した凜々子を袋に小分けにして数えることで、算数の学びに結びつけた。袋をカッコ（）に見立てて「くくる」ことで、数えやすさや正確性が高まることの理解が深まった。計285個のトマトを数え終えた児童は、満面の笑みを浮かべて誇らしげであった。

3～4年生は「トマトいろいろ新聞」を発刊し、育苗観察の様子や気づきをまとめた。インターネットを使った調査や、農家の方に育て方のコツを学び、気づきをクイズにしていた。なかには100問以上もクイズを作る子どももいた。特徴や育て方だけでなく、多彩なトマトの種類、トマトに含まれる成分など、調べた内容がクイズに表現されている。

家庭での栽培においては、「凜々子の成長を通じて家族の話題が増えた」、「親の方が凜々子の成長と変化を楽しんでいる」といった声も聞かれた。

5～6年生は総合学習の時間を利用し、「トマト料理を考える」というテーマに取り組んだ。家庭での実践レポートに加えて、下級生を招待する食事会を企画した。自分たちが育てたトマトを、上級生の調理によって味わう、という

格別の経験ができたと感じている。



凜々子は単なる学習教材ではなく、人と人を結びつける交流教材！

トマトが苦手な児童も、自分たちが育て、調理した料理は「食べてみよう」と考える。トマトを好きな子どもの薦めも受け、背中を押されて食べる様子が見られた。

凜々子の取り組みを一般的な食育のプログラムの範ちゅうに留めなかったことも良かった。1～2年生では単に数字を囲って学ぶより、自らが育てたトマトをくくって数えた方が、やる気が違い、活気のある授業となった。3～4年生のクイズ作りは、回答者という第三者を想定しつつ行うことができた。皆で育てているトマトについて一番詳しい立場で問題を作るため、子どもたちは一生懸命に驚きのトマトのトリビアを調べてくれた。5～6年生は凜々子を使った食事会を主催し、下級生を招待する場を設計していく過程から、主体性とおもてなしの精神を学べたと思う。



家庭に持ち帰り、トマト料理に挑戦

学校での取り組みを家庭に伝えていくのはなかなか難しい。凜々子を家庭にも持ち帰らせ、家

庭でも育ててもらい、調理につながった。自らレシピを考案し、調理し、ふるまう子どもたちの姿は保護者にも成長を伝えるよい機会になったと確信している。

先生から一言！実践を通して

家庭の協力も得ながら、凜々子を最大限活用できたことが賞に繋がり、とてもうれしく思います。

児童が登校しない夏休みは私たちが管理し、水を絶やさぬようにしました。土曜の礼拝で訪れる児童、近隣住民の方々も凜々子の成長を楽しみ、また育苗のアドバイスをもらえる関係が築けたことも励みになりました。

3～4年生が作った凜々子クイズには5～6年生が挑戦しましたが、難易度の高さに関心する声も。5～6年生がサポートしつつ全校児童で調理をしましたが、学年のつながりが生まれたのも、凜々子が真ん中にあっただからです。

野菜の栽培と調理が単なる食育に留まらず、コミュニケーションのツールにもなることを、実感しました。また挑戦したいと思います！

受賞理由



従来の食育に留まらない新しい凜々子の活用方法を数多く考案！さまざまな教科において凜々子が登場し、学内の人気者になっていた様子が印象的です。学年交流・家庭交流・地域交流と、凜々子を広がりのある取り組みに活用いただいた点を評価しました。



凍々子のレシピ集



■トマトのポテトづめ焼き（4人分）

トマト	4個
じゃがいも	2個
たまねぎ	1/4
にんにく	少々
マヨネーズ	大さじ2
粉チーズ	少々
塩	少々
こしょう	少々
さとう	少々

【作り方】

- ①トマトのしんを途中までくりぬく
- ②じゃがいもを20分茹で、皮をむきつぶし、塩・こしょう・マヨネーズを入れる
- ③くりぬいたトマトの中に②をいれ、上部に粉チーズをのせる
- ④オーブンで20～30分間、③を焼く
- ⑤ソースとして、くりぬいたトマトを塩・こしょう・さとうを加えて炒めておく
- ⑥オーブンで焼いた④に⑤をかけてできあがり

■トマトの酢漬け（4人分）

りりこ	4～6玉
水	300ml
さとう	60g
塩	小さじ1/2
ローリエ	1～2片
タイム	少々
こしょう	少々
レモン汁	1個分
オリーブオイル	少々

【作り方】

- ①りりこを湯むきし、半分に切る
- ②水に塩・ローリエ・タイム・こしょうを加えて煮立てる
- ③さとうをとかし、レモン汁とともに②に混ぜ合わせる
- ④3時間～半日、①を③に漬け込む
- ⑤食べる分だけ取り出し、オリーブオイルをかけてできあがり

※タイムが苦手な場合は入れなくもOK

※トマトのおいしさがにじみ出ている漬け汁は、サラダのドレッシングに！