

「自分が食べる」が食べる力を育てる ～健やかな未来のために～

熊本県立高森高等学校1・2年



南郷谷役場高森高校支所(総務局)

趣旨

探究の見方・考え方を働かせ、横断的・総合的な学習を行うことを通して、自己の在り方生き方を考えながら、自己・地域・社会に関する様々な課題を発見し解決していくための資質・能力の育成を目指しています。高森高校では、総合的な探究の時間を中心に、地域行政の組織を理解し地域活性化のための課題を発見し解決するための活動を行っています。令和4年度からは探究活動を3年間継続できるよう形態を変更し、学年の垣根を越えて活動に取り組んでいます。総務局では、子どもたちの「偏食」が問題となっていることに着目し、高森町内の子どもたちの偏食を少しでも改善することを目的に活動しています。厚生労働省が出している乳幼児栄養調査によると、「子供の食事について困っている事は何か」という問いに対して、「偏食」と回答した人が、1985年では約20%だったのに対し、2015年では、約31%と増加しています。町内の保育施設や幼児を育てる保護者にアンケート調査を行い、手軽で美味しいレシピ作成やその作り方を動画で紹介するなど、高校生の視点での地域貢献を目指しています。

R3年度の活動

- ①新しい克服レシピ (トマト・ピーマン) の考案
- ②動画作成
- ③ホームページ作成



	ピーマンミートボール	ドライカレー	トマトハンバーグ	びんかつミートボール	ナスの素揚げ
味	◎	○	○	◎	◎
手間	○	○	△	◎	○
費用	○	△	○	◎	△
見た目	◎	○	○	△	△



簡単にできる。
・材料が少なくてもできる。
・ボリュームがある。

味 ○
手間 ○
費用 ○
見た目 △

ピーマンミートボール

味 ◎
手間 ○
費用 ○
見た目 ◎

・ピーマンの味がしなかった
・短時間でできる
・少ない材料でできる



R4年度の活動

- ①新しい克服レシピ (なす) の考案
- ②動画作成
- ③ホームページ作成



なす餃子

Good! ...の風味に隠れてなすの味が高まらなかった

Good! ...餃子の皮に包むことにより、なすが見えないので、食べやすい

Bad ...なすの紫色が、餃子の皮から透けて見えてしまった

味 ◎
手間 ○
費用 ○
見た目 △

げんきもりもりなすかれー

Good! ...カレーの味が濃いので、なすの味があまり分からなかった

Good! ...食べむことにより、なすが小さくなって見えないので、量が少ない

Bad ...様々な野菜を細かく切るのに時間がかかる

味 ◎
手間 ○
費用 ○
見た目 ◎



考案したなすの料理 4観点評価

◎...大変良い ○...良い △...改善が必要

	なすかれー	なす餃子
味	◎	◎
手間	○	○
費用	○	○
見た目	◎	△



取組の結果・今後の展望

- | | |
|-----------------|------------------------------|
| 11月 動画作成 (なす餃子) | 3月 サイト作成
スタンプ作成
絵本完成 |
| 12月 動画作成 (なす餃子) | 4月 サイト作成
スタンプ作成
プレゼン作成 |
| 1月 絵本作成 | 5月 サイト作成
プレゼン作成 |
| 2月 絵本作成 | 7月 最終報告会 |

協力機関・掲載先等

高森保育園 <http://www.takamori-hoikuen.sakura.ne.jp/>

ICTコンテスト優秀賞受賞
「はたらくピーマンくん」動画



なすカレー作成動画
「ほくほのこさない」

