

秋-2 うちのごはん、おいしい!

1. 活動の目的

- ①日本人の持っている食べ物による季節感を知り、それを楽しむ。
- ②家庭料理の話を通して、参加者それぞれの国の食文化や食生活の習慣を知る。

2. 準備するもの (☆は教材ファイルにあるもの)

☆食べ物カード

☆旬の食べ物早見表

- ・食材や料理の名前など、適宜手持ちの辞書などを使ってください。

3. 活動の手順 **留**: 留意点 **参**: 参考 **発**: 発展的活動

留 健康上・宗教上等の理由で飲食に制約のある学習者がいる場合は、配慮が必要。

活動1

- ・まず、タイトルの「食欲の秋」について話す。
- 参** 「食欲の秋」について:夏の暑さが過ぎて涼しくなる秋は食欲が増すこと、また、収穫の季節であることから、秋は食べ物がおいしい季節である。
- ・学習者の国にも同じような言葉があるかどうか聞いてみる。

食べ物カード
旬の食べ物早見表

- ・まず、テキストのイラストについていつの季節の野菜・果物かを考える。次に、「食べ物カード」を配って、学習者に春夏秋冬にわけてもらおう。
- ・「旬の食べ物早見表」を見て確認し、さらに季節の食べ物について話す。
- ・「旬」という言葉を紹介する。

留 同じ食べ物でも、品種や地域によって旬が違うことがある。「旬の食べ物早見表」はひとつの参考にしてほしい。

- ・「決まった時期に決まって食べる」「一年中出回っているがこの時期がいちばんおいしい」食べ物と月(または季節)を書く。もっとたくさん書いても構わない。
- ・行事食(おせち料理、恵方巻き、…など、日本の行事食や学習者の国の行事食)についても話してもよい。

活動2

- ・それぞれのイラストが、元はどここの国の料理だと思うか聞いてみる。
- 参** 日本では、いろいろな国の料理を日本人向けまたはそれぞれの家庭風にアレンジして取り入れられていて、家庭料理であってもバラエティ豊かであることが多い。ここでは、「日本では、レストランのみならず、家庭においても、いろいろな国の料理を日常作ったり食べたりしている」ことに気づいて話ができればよい。
- ・学習者の国の家庭料理事情を話してもらおう。日本のように外国の料理も作ったり食べたりするかどうか聞いてみる。どんな料理を作ったり食べたりするか聞く。

活動3

・ここでは「家庭料理」としているが、料理しない場合（買って食べる、店で食べるなど）もあるだろう。それもその人（家庭）の食文化のひとつとして話ができればよい。どんな時、どうしてそうするか話し合ってもよい。

- ・「おふくろの味」学習者の国にも同じような言い方があるか聞く。
- ・学習者・ボランティアの、「おふくろの味」について話す。学習者のレベルに合わせて、さらに、どんな料理（食べ物）か、いつ食べていたものか、その思い出、などを話す。

発 良くできる学習者のグループでは、おすすめ料理をグループの仲間に紹介する活動をする。

発表する内容を具体的に示す。大きい紙に書いて示すとわかりやすい。

<発表の内容の例>

料理の名前、どんな時にどこで誰と食べるか、材料、その料理の思い出 など。

可能であればレシピなど（かなりできる学習者の場合）。

料理が難しい場合、食べ物でもよい。季節・国・食事やおやつかなど問わない。

聞き役の学習者にはどんどん質問してもらおうようにする。