

奨励賞

家庭科における環境・金銭教育  
『ケチは最低！節約は天才！』

---

東京都・江戸川区立篠崎第二小学校

山崎 喜代子

---

## I. 研究にあたって

### 「実生活と直結する家庭科の特質」

家庭科専科として、他教科と5年生から教科として始まる家庭科の違いは何かと考えたところ、児童が今までに理科・社会・総合などで学んできた知識を各自の実生活に結びつけ、自分のものとして捉え、生活の中に生かせるようにすることが家庭科の大きなねらいであると思われる。その意味で、教科内容の一つ一つを環境・金銭教育に密接に結びつける必要がある。色々な家庭があることに配慮しながら指導することは言うまでもないことであるが、より良い生活を営む上でどのように考えていけばよいのかを示唆し、なおかつ、児童自身が各自の家庭で生かせることを選んで実行していく態度を育てたいと心がけている。そのために、実際に活動することを中心に授業を組み立てるようにしている。特に、調理実習などでは環境に配慮した省エネの方法を用いる献立を教科書以外からも取り入れている。地球環境にやさしい生活を意識することは、結果として節約につながり、ひいては金銭教育にもつながるものと思われる。島田洋七作「かばいばあちゃん」の一節に『ケチは最低!節約は天才!』というものがあるが、これを合言葉として家庭科指導を推進させていく。

## II. 研究の内容

### 「『今日のもったいない』を振り返りカードに」

今年度からは、特に金銭教育を毎時間意識しての指導や教材の見直し・開発に努めている。

具体的には『もったいない』という言葉、該当するものが出てきた時に、教師が意図的に活用すること、そして毎回の「授業振り返りカード」には『今日のもったいない』を想起させ、記録させることをしている。

また学習内容として次のような取り組みを実施した。

#### 1. 見つめよう!家庭生活

自分でできる家庭での仕事では、お茶殻を使ってのほこりのたたない、ゴミとなるものの活用を考えた掃除方法を体験する。

#### 2. 工夫しよう!かしこい生活

小物入れ作成において、フェルトのむだの少ない裁断の仕方を学び、実践する。  
牛乳パックを利用してまな板・お皿などを作り、実際に試してみる。

#### 3. 料理って楽しいね!おいしいね!

節水に心がけた調理、チラシ等を活用した生ゴミ入れの利用。

#### 4. むって!使って!楽しい生活

ぶどうの皮・玉ねぎの皮を使っての染色でテーブルセンター作りをする。

#### 5. 「わたしのエコライフ」発表会

ゴミダイエット作戦。

#### 6. 見直そう!毎日の食事

根菜を皮付きのまま、長ネギの葉まで活用した「けんちん汁」作り。  
みそ汁を作った後、だしをとった後の煮干しを使っての「エコふりかけ」作り。

#### 7. 衣服の着方を考えよう

古着を活用しての油拭き布を作成して、バザーに出品する。

#### 8. 「めざそう!買い物名人」

買い物の心構えを学習し、「カード」についてその使い方による危険性について学ぶ。

## 9. 伝えよう!ありがとうの気持ち

お楽しみ調理プレゼントで、持ち寄り材料費など会計方法を学習する。

## 10. 「日本銀行を見学しよう!」

お金を発行している日本銀行ってどんなところか貨幣博物館の見学もすることによってお金について知り、大切さを学習する。

また、掲示物や図書を通して、環境や金銭教育に関するより高度な気づきができるように配慮し教室環境も整えている。

## III. 具体的な指導とポイント

### 1. 生ゴミ入れ作り (5年生)

印刷用紙の包み紙を利用し、調理実習時に使う生ゴミ入れを折って作る。生ゴミをぬらさないことで、においも少なく実質の重さも削減できることを学ぶ。ゴミ袋購入費削減になる。

尚、「できる仕事をふやそう。」の単元では、果物オレンジを各自切り分けて試食したが、昨年度より給食の牛乳が紙パックになったので、この空牛乳パックを洗い乾燥させた物を持ち寄せ、切り開いてまな板代わり・皿代わりに使わせた。6年生の調理実習では牛乳パックは三角形に切り「スクーパー」としての利用もしている。



### 2. エコたわし

古シーツを裂いたフライパンの汚れ拭き取り布も常備し、片付けの仕方でも水の節約や排水汚染を防ぐために、意識を持って使う体験を



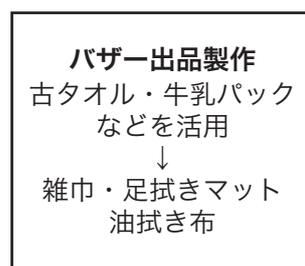
積み重ねている。これは節水 = 金銭節約にもつながる。また、アクリルたわしや重曹クレンザーの活用もさせ、台所用の洗剤には合成洗剤を避け、その理由や流しに捨てた汚水による海の汚れに関する掲示をしている。

### 3. バザー用品作品作り (6年生)

今回初めてバザーに児童作品を出品する。『買ってくれるものを作ろう。糸端処理や見た目の美しさも大事だよ。古タオルの良さや環境にやさしい使い方を宣伝しよう。使いやすさを工夫しよう。』と、取り組んだ。製作時には「売れるかな?」「売り上げで何を買おう。」などの金銭を意識した言葉が飛び交っていた。毎年行われている本校PTAの恒例行事であるが、「いつなの?」「買いに行こう。」といった行事に対する興味関心も高まった。

3クラスが順に製作したことから前のクラス

作品を基に「こんな工夫が出来るよ。」と、より良いものを作ろうという意欲も見られた。



#### 4. 日本銀行見学 (6年生)

金銭教育を推進させるために、7月12日、日本銀行・貨幣博物館を見学した。見学後、子ども達は、「お金の歴史やお札の使いみちな



どがわかってとても楽しかった。」「世の中で出回っているお金の量は78兆円と聞いてびっくりした。」「お金はみんな同じと思っていたけど、見学しているうちにお金の大事さと違いがわかってきてとても楽しかった。」「お金のことがわかってためになった。もっとお金のことを知りたくなった。」「にせ札が出回らないように日本銀行は工夫していることがわかった。」「お金の大切さがわかった。お金の一生がとても長いこともわかって日本銀行へ行ってよかった。」「日本銀行でたくさんのお金を学びました。大切さはもちろん、日本を安定させ、より暮らしやすい街をつくってくれる、なければならない存在だと思います。これからもお金を大切に、計画的に使いたいです。」などと新聞にまとめた。

### IV. 研究の成果と課題

#### 1. 成果

児童が実習した残り物を利用して、簡単な調理をして試食させることにより、残り物の有効活用や市販されているスナックも手作りできることを知らせてきた。その中で、思っているより塩や砂糖なども多用されていることに気がついた。『捨てればゴミ、おいしく食べよう残り物』として、ご飯粒を乾し飯（昔の携行食料）にして炒り米を作ったり、アルファ化米の湯戻しを体験したりした。また、障子のはりの糊やせんたく糊への活用も紹介し、残りご飯の様々な活用を理解することが出来た。さらに、じゃがいもをポテトチップスにすると子どもの大好きなおやつになる。「だし」として使った煮干しや鰹節は、煮干しの乾煎りバターいために、鰹節・煮干しのふりかけや佃煮にしておいしく食べることも出来ることも体験することが出来た。さらには、野菜の皮をきんぴらにしてメニューを一品増やすことも体験した。

これらの様々な活動を通して児童は次のような感想を述べている。

##### ① 「めざそう 買い物名人 文房具編」の感想（エコ・クッキングの第一歩は、買い物）

- ・それが自分に今必要かよく考える。そして必要な分だけ買う。
- ・安全で品質の良いものを選ぶ。自分に必要なものか考える。
- ・袋に書いてある注意事項をよく読む。その品物に合った使い方以外しない。こわれたら直して使う。
- ・今度からは「あれ買って、これ買って。」って言わずに気をつける。

##### ② 「エコ・クッキング」の調理実習の感想

[エコライス・野菜の皮も一緒にエコけんちん汁・だしをとった残りかすでエコふりかけ]

- ・エコ・クッキングを実際にやってみて、ゴミを少なく出来た。
- ・炒めるときは硬いものからというのがわかった。
- ・ご飯の炊き方、けんちん汁の作り方がわかった。
- ・家でふりかけを作りたい。
- ・味付けの仕方がわかった。

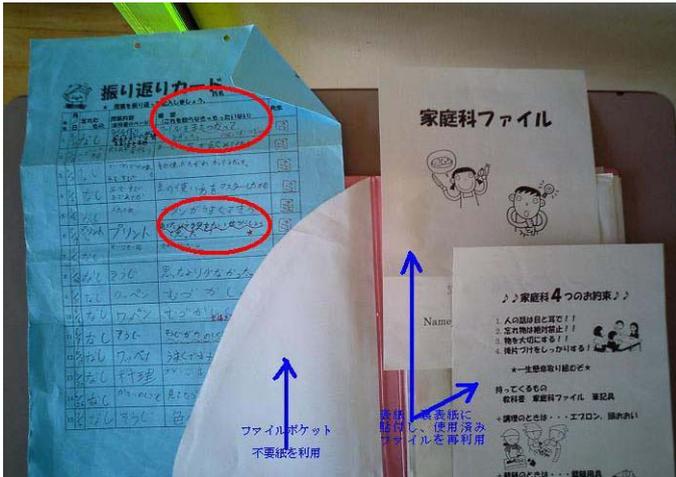
このような実態から次のような成果があったと考える。

- ① ものや自然を大切にすることを通して、人を大切にすることを育成することが出来た。
- ② 「もったいない」の考えに基づき、エコ感覚を身に付けることが出来た。
- ③ ものやお金の価値を知り、健全な金銭感覚を身に付けることが出来た。
- ④ 自然と資源を大切にするとリサイクル・リユース活動を推進することが出来た。

---

## 2. 今後の課題

これまで、環境教育・エコ教育・消費者教育として「もったいない」という意識を高めてきている。しかし金銭教育として取り組んだのは今年度が初年度にあたるので、今後さらに金銭を意識した金銭教育を推進させて、人・物・自然を大切に育てる児童の育成を図らなければならないと考える。



今日の『もったいない』を振り返る「振り返りカード」



金銭教育を推進させるための掲示物や図書の展示

↑ [ペットボトルの空容器の値段]  
クイズ形式で考えさせる。カップ麺の容器はなんと60円もかかっている。



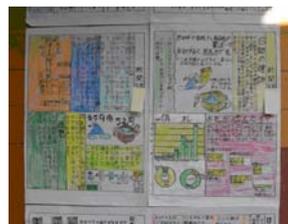
PC 室廊下掲示



前回の校内展では廃品を利用して（学校生活に役立つもの）をグループで作成

牛乳パックやベビー用マットレスの中身を利用した（いす）は今でも保健室や図書室で使用されている。  
また、裂き布を編んだ鍋敷きも家庭科室で使用している。

日本銀行見学 新聞



## 資料Ⅱ 家庭科年間指導計画

### 1. 家庭科年間指導計画（5年）

平成18年度 篠崎第二小学校

	月	題材名 内容 予定総時数（62）	金銭環境教育関連	学校行事
一学期 26	4	家庭科の学習を生活に生かそう ●見つめよう！家庭生活 ・できる仕事をふやそう（お茶）	不要ファイル活用 「もったいない」	4/28 全校遠足
	5	●工夫しよう！かしい生活（パート1） 身の回りを見直そう、考えよう ・さいほう用具を使おう 玉結び、玉どめ、なみぬい、ボタンつけ、ワッペン、小物	茶殻利用法	5/28 運動会
	6	・できる仕事をふやそう（包丁） ・なぜ食べるのか考えよう （食品の働きによる3つのグループ分け）	フェルト裁断場所	6/7 家庭科部 研究授業⑤ 6/10～16 地域学校公開 6/21～9/11 プール
	7		空牛乳パック利用 まな板代用	
二学期 28	8	夏休み実践 インスタントラーメンレシピ 果物の皮むき実践		
	9	●料理って楽しいね！おいしいね！〈パート1〉 「なし」の皮むき競争 ゆでゆでクッキング隊 ジュージュークッキング隊		9/7 水泳大会⑤ 9/24 PTA バザー
	10	●ぬって！使って！楽しい生活 染色 アイロン	節水・生ゴミ入れ 材料費1人分計算	10/17 社会科見学⑤
	11	ミシン 平面的作品（テーブルクロス・エプロン）	ぶどう・玉ねぎの皮による染色	11/4 都教育の日 11/9 社会科見学⑥
三学期 28	12			12/1.2 展覧会 12/14 エコプロダクツ⑤⑥
	1	調べる（課題解決）、まとめ、発表準備 私のエコライフ発表会		1/20～25 区展覧会
	2	●料理って楽しいね！おいしいね！〈パート2〉 ポップコーン 大豆からきな粉へ （加工食品表示作り）	ゴミダイエット大作戦 による金銭的節約試算 （レジ袋・水・食費など）	
	3			

## 2. 家庭科年間指導計画（6年）

平成18年度 篠崎第二小学校

	月	題材名 内容 予定総時数（56）	金銭環境教育関連	学校行事
一 学 期	4	家庭科の学習を深めよう（アマラとカマラ） ●見直そう毎日の食事 食事調べと食べ物の組み合わせ、いろいろなだし、ごはんのみそしる、 一食分の栄養的なバランスのとり方	不要ファイル活用 「もったいない」	4/28 全校遠足
	5	●つくろう！さわやか生活 身の回りの布製品、生活に役立つものの製作、 立体的作品（袋もの・クッション）	エコふりかけ	5/28 運動会
	6	●くふうしよう！季節に合う暮らし ◎日本銀行を見学しよう ◎夏の特徴とすずしく過ごすための課題作り		6/7 家庭科部 研究授業⑤ 6/10～16 地域学校公開 6/21～9/11 プール
	7	★夏休みにチャレンジ	不要タオル作り(バザー出品) 節電 『お金の大切さ』	
24				
	8	夏休み実践 インスタントラーメンレシピ すずしい住まい方		
二 学 期	9	調べる（課題解決）まとめ、「すずしい住まい方」発表会 衣服の着方を考えよう、衣服の手入れをしよう、手洗い洗濯実習、 カード用模様作り（返し縫い・クロスステッチ等）	古着活用油拭き布 (バザー出品用)	9/24 PTA バザー
	10	●まかせてね！きょうのごはん 一食分の食べ物の組み合わせ 家族の喜ぶおかずを作ろう 楽しい食事をくふうしよう		10/17 社会科見学⑤ 10/19 体育大会⑥
	11	●くふうしよう！かしこい生活（パート3） かしこい買い物のしかた（課題作り） ★冬休みに実践	昨年度視聴済み VTR（買い物の心）	11/4 都教育の日 11/9 社会科見学⑥
	12			12/12 展覧会 12/12 マラソン大会 12/14 エコプロダクツ⑤⑥
22				
三 学 期	1	「めざそう！買い物名人」発表会 ●伝えよう！ありがとうの気持ち できるようになったことを振り返ろう、 家庭や地域へふれ合いを広げよう、わたしの気持ちを伝えよう（カード） お楽しみ調理プレゼント	宮部みゆき作「火車」 [宇宙船けいやく号の冒険]	1/20～25 区展覧会
	2		班別調理 持ちより材料費 会計方法	2/19～22 ウィンタースクール⑥
	3			3/9 謝恩会⑥
10				

## 資料III 「環境・金銭教育」を目指した指導案

### 1. 5年生 野菜のはじまりを考える授業

野草を食してきた歴史に気がつかせると同時に、普段捨てがちな茎や皮なども調理の仕方によっておいしく食べることができ、ごみの削減につながることを体験させる。

【教科：家庭科／領域名：食物領域／単元名：見つめよう私の食生活】指導案・略案									
日時	6月	場所	家庭科室	年・組	5年2組	児童数	27名	指導者	山崎喜代子
ねらい	<ul style="list-style-type: none"> <li>好き嫌いをする子が多い野菜に新しい意味を見出し、健康な体を作るために自分の食生活を見直そうとする態度を養う。</li> <li>食品は調理法や調味料により味や見た目が変わることを知る。</li> </ul>								
展開	学習活動				留意点・支援・評価				
導入 5分	<ul style="list-style-type: none"> <li>前時の振り返りをする。(調理実習：ゆで卵とゆで野菜のフレンチソースかけ)</li> </ul>				<ul style="list-style-type: none"> <li>自分で調理したことにより、嫌いだったキャベツを「おいしい。」と食べていた〇〇君の紹介。</li> </ul>				
展開 30分	<ul style="list-style-type: none"> <li>だいごんの葉と根を試食する。</li> <li>見た目や食べ比べた気づきを発表する。</li> </ul>				<ul style="list-style-type: none"> <li>生のままと塩もみを用意。</li> <li>葉と根を比べながら短所も取り上げる。(味・口当たり)</li> <li>調理法や調味料による見た目や味の変化、野菜の特徴(水分が多い)にも気づかせる。【発表】</li> </ul>				
	<ul style="list-style-type: none"> <li>「食品成分表」から、わかったことを発表する。OHC使用</li> </ul>				<ul style="list-style-type: none"> <li>葉には根より栄養がある。(カロチン・ビタミンC・カルシウム)</li> </ul>				
	<ul style="list-style-type: none"> <li>葉の油いためを試食する。</li> </ul>				<ul style="list-style-type: none"> <li>カロチンは油と一緒に食べると消化吸収がよくなり体のためによりビタミンAに変わる事を知らせる(緑黄色野菜の特徴)。</li> </ul>				
まとめ 5分	<ul style="list-style-type: none"> <li>学習カードに学習のまとめをする。</li> </ul>				<ul style="list-style-type: none"> <li>捨ててしまうことの多いだいごんの葉にも良さがある。調理の仕方により味や見た目は変わる。【学習カード】</li> </ul>				

### 2. 6年生 エコ・クッキング

家庭では、だしをとるかわりに風味調味料を使うことが多くなっているが、だし汁は日本料理の基本であることから、実際にだしをとることに重点をおいた案にした(食品を使い切る・再利用するといったエコ・クッキングの観点からも)。

次週は「おにぎりとエコけんちん汁」実習計画予定。(旬の食材)

【教科：家庭科／領域名：食物領域／単元名：見直そう毎日の食事】指導案・略案									
日時	5月	場所	家庭科室	年・組	6年1組	児童数	29名	指導者	山崎喜代子
ねらい	<ul style="list-style-type: none"> <li>米について調べ、ごはんのガス炊飯のしかたがわかる。</li> <li>エコクッキング(乾し飯・ふりかけ)について知り意欲を持つ。</li> </ul>								
	学習活動				留意点・支援・評価				
	<ul style="list-style-type: none"> <li>実験の合間に、米とごはんについて、教科書(58ページ)や副読本(食生活を考えよう22ページ)を使って調べ、プリントにまとめていくことを知らせる。</li> </ul>				<ul style="list-style-type: none"> <li>稲から米へ。米の構造。</li> <li>米に水と熱を加えるとごはんになる。</li> </ul>				
	<ul style="list-style-type: none"> <li>4つの班に分かれて米とぎ体験をする。(とぎ汁は人権の花栽培用に確保)</li> </ul>				<ul style="list-style-type: none"> <li>吸水前と吸水後の米の色・形・硬さの変化、玄米・ぬかの実物観察。</li> </ul>				
	<ul style="list-style-type: none"> <li>2つの班でガラス鍋による炊飯観察。(米100g×2に対する水の量計算)</li> </ul>				<ul style="list-style-type: none"> <li>ご飯を炊く際の火加減について指示(鍋肌に水滴を残さない、強火は鍋からはみ出ない範囲であることがガス代節約になる。)</li> </ul>				
	<ul style="list-style-type: none"> <li>だしのとり方・味を体験する。(だしのみ、味噌のみ、だしと味噌を合わせたもの)</li> </ul>				<ul style="list-style-type: none"> <li>吸水中に、だし(煮干し・鰹節)の実物観察ととり方の体験(安全に留意しつつ、鰹節を削ったり、煮干しのはらわた・頭をとり細かく裂いたりさせる。)</li> <li>味噌は大豆の形が残っている仙台味噌を用意。</li> </ul>				
	<ul style="list-style-type: none"> <li>ガラス鍋炊飯したご飯とエコふりかけを試食する。</li> </ul>				<ul style="list-style-type: none"> <li>だしをとり終えた滓を用いた(エコふりかけ・佃煮)の実演。</li> </ul>				
	<ul style="list-style-type: none"> <li>食器や用具を洗って片づける。</li> <li>振り返りカードに学習のまとめをする。</li> </ul>				<ul style="list-style-type: none"> <li>鍋肌に残ったご飯粒は水にふやかしておくで落ちやすいこと・天日に乾かしてアルファ化米(乾し飯)を作れることを知らせる。</li> </ul>				

### 3. 6年生 快適な住まい方

【教科：家庭科・領域名：住領域／単元名：工夫しよう快適な住まい方】指導案・略案									
日時	12月	場所	家庭科室	年・組	6年2組	児童数	27名	指導者	山崎喜代子
ねらい	<ul style="list-style-type: none"> <li>・快適に過ごす住まい方について考える。</li> <li>・自分の家について、もっと住みよくなりたいことや工夫したいことを考え、課題を見つける。</li> </ul>								
展開	学習活動				留意点・支援・評価				
導入	<ul style="list-style-type: none"> <li>・快適に過ごすために工夫できることは何か教科書から読み取る。</li> </ul>				<ul style="list-style-type: none"> <li>・前時には、「持てるかな、エネルギーの重さ」や日光の有用性・住居模型を使用した壁の色による照度の違いなどを師範実験したが、『快適な住まい方』に関して学習するのだということが、つかみきれていない混乱した児童の姿があったことや、社会科見学などで間隔があいていることから、復習をする。</li> </ul>				
展開	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「暖かさ」「風通し」「明るさ」の中から、自分の家庭に応じた課題を見つける。</li> <li>・追求方法を考える。 本や資料、コンピュータ利用 実験や観察 体験や体験者のインタビュー</li> <li>・選んだ課題を発表しよう。</li> </ul>				<ul style="list-style-type: none"> <li>・さらに住みよくするために自分の家の住まい方と関連付けて課題を選択できるようにする。</li> <li>・課題を絞りきれない児童には、これまでの自分の経験を思い出させ、何を調べたいかを明確にさせる（課題例の中から選んでも良いとする）。</li> <li>・自分の経験や考えをもとに、調べたり試したりできる課題になるよう助言する。</li> <li>・友達の発表から、住まい方にさらに関心を持ち、新たな課題が発見できるようにしたい。</li> </ul>				
まとめ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・振り返りカードに学習のまとめをする。</li> </ul>								

**資料Ⅳ 家庭との連携「家庭科通信」**



平成18年7月  
徳崎第二小学校  
家庭科 山崎喜代子

6年 第3号

平成17年9月  
徳崎第二小学校  
家庭科 山崎喜代子

6年 第6号

**環境にいい生活しよう！/夏休み**

一学期は、エコクッキングや「生活に役立つもの」製作をしたね。今年は展覧会がありますので、皆さんの力作を展示する予定です。

二学期は、環境に配慮した生活【エコ】についても学習していく予定です。  
そこで、夏休み中に環境にいい生活（水や食べ物・電気を大切にす生活のしかた、ゴミを少なくする方法）とは何か考え、家庭で実践したことを《環境カード》に記録する宿題を出します。

**例**

8月1日  
缶やペットボトルの中をゆすいで、リサイクルに出しました。

例えば、「歯磨きをするときに水をとめる。」「米のとぎ汁を植物にかける。」「残さず食べる。」「エアコンの設定温度を下げすぎない。」などありますね。

日本には風鈴やすだれなど涼しさを演出する工夫がいっぱいあります。家族の人と一緒に夏のすてきな省エネ生活を工夫してみましょう。“もったいない”の心を育ててみましょう。

また、家庭科チャレンジカードの活用も宿題です。色々体験したことをまとめてください。

**地球が病気になる…地球温暖化**

夏に取り組んだ環境にやさしい暮らし方。クラスメイトの発表に、「なるほど。」と、学べた人もありました。二酸化炭素やメタンガスなどの温室効果ガスを少しでも出さないようにする方法（ごみを減らすなど）を、これからも学習していきましょう。

家計（生活費）について学び、今まで考えたこともなかったけれど、家庭では色々なことにお金が必要だとわかりました。お金を使う時には、衝動買いでなく目的や計画をすることが大切だということ（お金の心）は、育ってきたでしょうか。

便利な生活と、環境にやさしい生活は正反対のものともいえますが、かしい消費者（無駄な買い物をしない、節約をする）は、環境にやさしい消費者といえます。全てを完璧に行なうことはなかなか難しいですが、「ちりつもれば…」の気持ちで少しずつの積み重ねを日頃の生活の中でも実践していきましょう。

↓ 5年生 6月号

**掃除体験発表会**

1組は運動会前・2組は公開授業前に、研究授業（江戸川区家庭科部）をしましたね。

家庭で実践した中で、気がついたことや感想を発表しよう事で、「いろいろな場所での掃除の仕方がわかった。」「古新聞紙ジャツや歯ブラシ・ようじなどで掃除する事ができるんだ。ただ捨てたら、もったいないな。」「やってみたくなった。」など自分たちで学びあえました。

【上から下へ】【目に沿って】【ゴシゴシ力を入れて】【ほうきは押しつけて静かに動かす】【スポンジの持ち方を変えて】といった体験から身につけた発表内容に、参観した先生方も「すばらしい」と感激なさっていましたよ。

一度限りならず、家庭や学校の一員としてやっていこうという心がけも立派です。ぜひ、毎日実践していきましょう。