

2023年度 地球をまもる子どもたち

とうふを作ったよ!!



「できたんだ、本当に！固まった！とうふだ！」この目線…3の3

SOE NEWS

No.199

2023年

11月



センスオブアース

市民による自然共生

パンゲア

平成27年度地球温暖化防止活動
環境大臣表彰受賞団体

板橋区立板橋第一小学校
3年3クラス 計81人
9月29日～10月10日

「今まで食べたとうふの中で一番おいしかった!」「手作りの味だ!」



とうふの味、どんなかな? ドキドキ…3の1

①とうふが固まっているか見るところが楽しい
②ミキサーで砕くところと、しぼるところがとくにおもしろかった
③固まるかドキドキしながら見ていた
④あの大豆がとうふになるのがすごかった

本当に固まるのか?
ドキドキしてザルを見つめる…3の2



とうふづくりの順番

前日に大豆を3倍の水で浸しておく。300g でおよそ2丁分。

- ① 水に浸しておいた大豆をミキサーで攪拌して細かく砕く
- ② 砕いた大豆を温めてから絞って豆乳をつくる
- ③ 75度まで温めたら、にがり入れて20分待つ
- ④ さらしを敷いたザルへ固まった豆乳を移す
- ⑤ 水を入れたビニール袋で重しをする
- ⑥ 20分待つと 完成

令和4年度食料需給表(概算)では大豆の自給率はまた下がって6%、今回のSOEプログラム「大豆ってすごいぞ」は、日本人の貴重な栄養源である大豆について興味深く学べる体験学習。3年生は自給率の低さに驚き、終始真剣なまなざしで取り組んでいました。



ミキサーの中で、大豆が真っ白い生具に変化するのにワクワクしている…3の2

◎大豆は日本で少なく作られていることが分かった
 ♪いつも食べている大豆がほぼ、外国産だったということを知った
 😊いつも自分が食べているとうふより、少し甘かった
 🍡作ったとうふがとてもおいしかったから、とても、達成感があった
 ♠️固まるかドキドキしながら見ていた
 ☺️大豆にはたくさん栄養があることなど教えてもらった

応援のお母さんたちより

♡「すべてとても勉強になった。豆腐の効能が勉強になった。ザルに移して、固まるまでの待ち時間がワクワクして楽しかった。固まるかな、できたかなと育っていく豆腐を親目線で見ていた。最高においしかった。できは緩く水分が多かったのですが、豆の甘味、うまみが最高でした。今回一番印象的だった



さあ温めた生具をしぼるんだ！…3の1



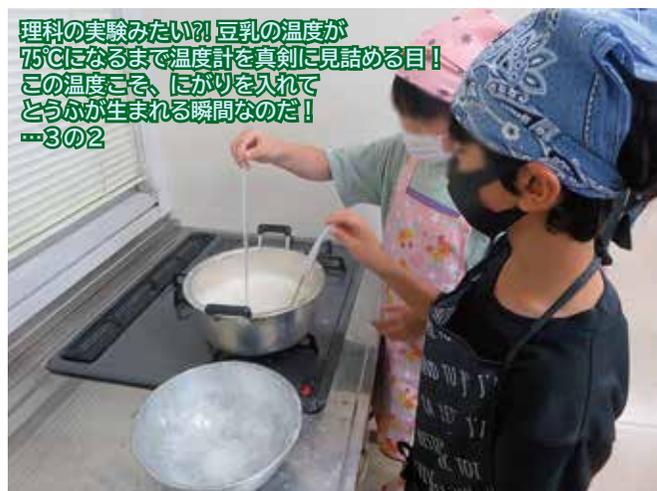
応援に駆けつけてくださった保護者の皆さんへ事前に作る順番を伝えている…3の3

のは、子どもたちがとても、真剣に、興味をもって、楽しそうに、仲良く作業に取り組んでいたことです。息子も楽しかった、おいしかったと喜んでいたので、私もうれしかった」
 ♡「国産大豆がすごく少ないことに驚いた。日本はいろいろな国に支えられていることを知った。手で絞る工程が子どもたちに大人気でみんな一生懸命に行っている姿がおもしろかった。予想よりおいしかった。先生の話聞いて楽しそうに授業を受けている姿がとても素晴らしかった。小学生に戻

たようで、とても楽しかった」
 ♡「いっしょの班の子たちと、ワイワイとどうしたら? とか話しながらできて楽しかった。できた豆腐は少し甘くてスーパーで買うとうふより、味が濃い感じがした。初めて作ったとは思えないくらいしっかりと固まって上手にできた。楽しかった」



しぼってもしぼっても、まだ出てくる豆乳…3の3



理科の実験みたい! 豆乳の温度が75℃になるまで温度計を真剣に見詰める目! この温度こそ、にがりを入れてとうふが生まれる瞬間なのだ! …3の2



出来立てのとうふが入ったお椀に味噌汁を入れるよ～楽しい行列…3の1

食品ロスを削減しよう

板橋区立富士見台小学校
5年1・2組 計64人
10月18日

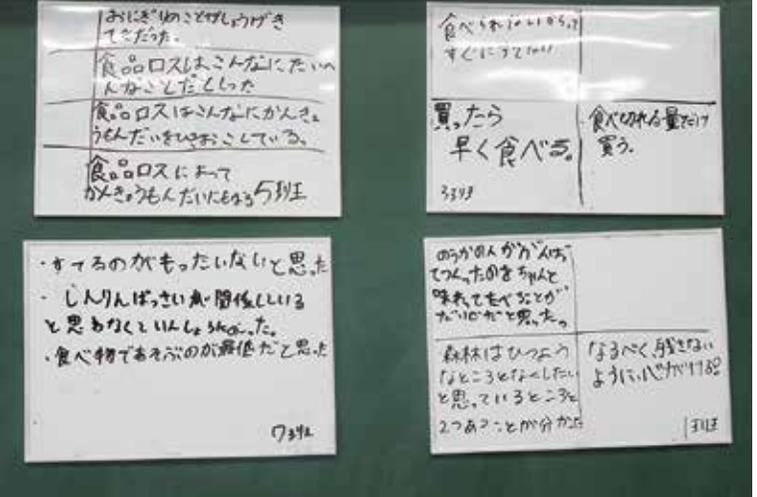
2つの調理方法を真剣に観察する…5の1



左は、皮ごと食べる調理、
右は切り捨てが多い…5の2

- 買い物で本当に必要か考える
- 食べれる量だけ買う
- 食べれるところを捨てない
- 皮などなるべく使う
- 食べきれぬ量だけ作る
- 除去するところは土に返す
- スーパーで前にあるものから買う(ロス減)

前半の、食品ロスの現状と食料自給率38%などを学んだあとのグループの話し合いのミニ黒板。素早いまとめでした…5の1



世界・日本の食品ロスの現状、世界の飢餓や食料支援の量、流通段階のロスの多さ、家庭でのロスの

量の多さなどをつかんでから、学びの感想を出し合いました。その後、買い物・調理・食事の3つの場面で何ができるかを考える調理実演なども行い、一人一人が真剣に、各自の改善目標を考え、3枚のカードに記入した後、掲示し、発表しました。



全員が自分ごととして改善目標をもって発表した…5の2



食事の場面で、改善したいことを発表する…5の1

《参加したボランティア大学生のコメント》

「《三分の一》ルール(流通の生産から消費まで、3段階に分け1期限毎に廃棄する商慣習)を初めて知りました。子どもたちの気づきの速さ、素直さには驚きました。食品ロスについて、ふだん、学業で学んでいるが、グループワークなどで子どものすなおな感想を聞くことは斬新で、身になった。自分として教職に関心が高まった」



世界と日本の食品ロスの現状と世界の食糧不足などを聞いて考えた「賞味期限がきても食べられるから、今度から食べる。消費期限とは違うから」真剣な話し合い…5の2

いもむしのたからぶくろ

板橋区立
板橋第二小学校
1年1組 17人
10月12日

《豊かな自然のある板二小。自然のたからものを病気のアオスジアゲハのお母さんにおくる探検で、大切なものを考えた子どもたちが最高でした》

「大切なものがわかりました」

見つけた自然のたからもの～全身の感覚をフル回転して見つけていました。

☺カエルが見られてうれしかった(花壇に、10 cmぐらいのカエルがいた。ビオトープの主かもしれない)

☺カエルとチョウと赤ちゃんのハチとサソリみたいなトカゲみたいな虫がいた

☺葉っぱを一杯見つけて楽しかった

☺どんぐりとアメンボ ☺どんぐり2個と花 ☺赤色の木の実を見つけた



◆ガとチョウとカエルを見つけた
☑紫色の実を見つけたとき、きれいな薄い色でおもしろかった ☆スズメの声がきれいでした ☺いもむしがいるところを見つけたのが楽しかった
◆いっぱいみつけれられたのが楽しかった



発行

特定非営利活動法人 センスオブアース・市民による自然共生パンゲア

東京事務所 東京都板橋区前野町4-8-6 (〒174-0063) phone: 03-3960-6052 fax: 03-3960-6052
e-mail: info@npo-soe.jp url: npo-soe.jp