



《改訂》

「食生活から学ぶ SDGs ～はじめよう！エコ・クッキング！」

家庭科 総合(環境)

(1) ねらい SDGs への関心を深め、地球環境のために私たち一人ひとりができることを考えます。自分たちの身近な『食生活』をテーマに、だれもがすぐに実行できる環境に配慮した行動や工夫のポイントについて学びます。

(2) 対象 ・小学校5年～中学3年生

(3) 講師 東京ガス株式会社 社員

(4) 形式 ・所要時間 [講義] : 1 時限
・クラス単位で、家庭科室等で行います。
・(月～金の平日) 3 校時からの開始でお願い

★5年生の家庭科の調理実習を始める前に
当授業を導入学習として活用が有効



(5) 内容 ① 地球環境と食生活
② 『エコ・クッキング』とは？
③ 『エコ・クッキング』に学ぶ食生活における行動と工夫
④ 自分たちが今日からできることを考えてみよう！

(児童の感想から)

- ・今回の授業で、エコな買い方や火の使い方を知りました。特にエコな買い方についてはとても驚きました。私も旬で近くでとれた野菜を買おうと思いました。いろんなことがクイズでも学べて楽しかったです。
- ・地球温暖化のことについて、自分たちにできるエコな買い物や野菜の切り方、ご飯を食べるときの注意などいろんなことを知りました。次から気を付けて料理したいです。
- ・エコ・クッキングでは、野菜の使わない部分を減らす方法や火加減、旬の野菜などについて学びました。たくさん知ることができてうれしかった。これからの調理実習で生かしていきたいです。
- ・私が今後のことで生かせると思ったことは、「鍋の底を拭いてから火にかけることや、火は鍋からはみ出さずちょうど良い火力にすることです。調理実習では「エコ」なクッキングが出来るよう頑張ります。
- ・授業で教えてもらった皮をむかずに使うことをさっそく家でお母さんに教えて皮をむかずにごみを最小限にして料理をしました。これからもずっと教えてもらった事を生かして料理をしていきたいです。
- ・授業では、春・夏・秋・冬の「旬の食べ物」を買う時期など教えてもらいました。とても勉強になりました。

(6) 費用 「 無 料 」

(7) 申込み 実施日2ヶ月前まで ⇒ホームページトップページ「申し込みフォーム」から
東京ガスの担当者の方には、本部から連絡を取らせていただきます。
詳細の打ち合わせは、東京ガスの方と学校の担当者で行ってください。

【問合せ先】★東京ガスホームページ

<https://www.tokyo-gas.co.jp/network/kids/>