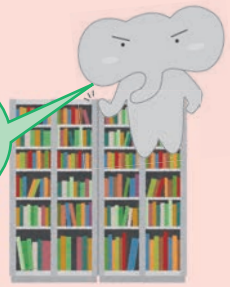


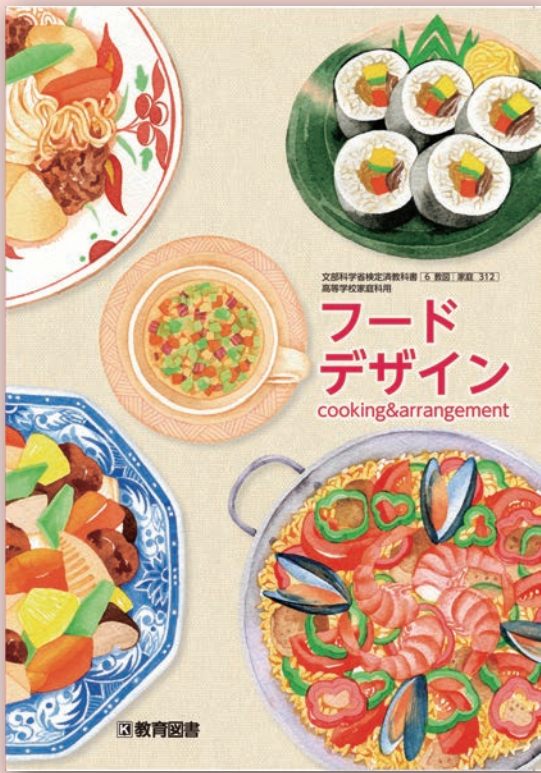


内容解説資料

今すぐ本棚から見本を取り出してチェック!



家庭312 フードデザイン cooking&arrangement



大好評

- ★食文化の継承と発信につながる資料
- ★こだわりの調理実習
- ★写真でみせる調理の基本
- ★環境に配慮した視点

充実した1冊です!!

質・量ともに充実!

「307フードデザイン」から32ページも増量!

●B5判 256ページ +口絵 14ページ

●オールカラー

●監修者
石井克枝 (淑徳大学教授)

●編著者 (五十音順)
 青江誠一郎 (大妻女子大学教授)
 市川朝子 (大妻女子大学名誉教授)
 今井悦子 (聖徳大学教授)
 小西史子 (女子栄養大学教授)
 仙波圭子 (女子栄養大学教授)
 田島真 (実践女子大学名誉教授)

●編集者 (五十音順)
 立石真弓 (自由ヶ丘学園高等学校教諭)
 長谷川かよ子 (特定非営利活動法人新潟県消費者協会会長)
 日野三佐子 (千葉経済大学附属高等学校教諭)
 渡辺真理子 (東京都立小平西高等学校教諭)

●調理協力
 神保夏美 (女子栄養大学)
 島奈緒子
 中村理乃
 みないきぬこ

●和菓子製作
 奥井正子

※所属は平成30年2月5日時点のものです。

子どもの発達と保育はこの冊子の裏側から始まります



内容解説資料もくじ

家庭312 フードデザイン

編集の趣旨と特色 p.2

教科書サポート p.6

家庭304 子どもの発達と保育

編集の趣旨と特色/教科書サポート p.7

K 教育図書株式会社 TEL. 03-3233-9100(代) FAX. 03-3233-9104

〒101-0052 東京都千代田区神田小川町3-3-2 <https://www.kyoiku-tosho.co.jp/>

2018.04

家庭312 フードデザイン 編集の趣旨と特色

1 日本の食文化に関する内容が充実しています

◆国際理解につながる学習
海外からの和食への関心が高まる中、生徒が「自分の国の食文化を紹介できる」ことを目指します。異文化間コミュニケーションを通じた国際理解の大切さを学べます。

さまざまな日本食を英語で紹介してみよう!

寿司-sushi-
Sushi can be defined as a dish containing rice which has been prepared with sushi vinegar. There are many different types of sushi.

天ぷら-tempura-
Tempura consists of seafood, vegetables, mushrooms, or meat coated with batter and deep fried. The resulting food has a light, but crispy texture, that may be seasoned with salt or dipped in a light sauce before eating.

うどん-udon-
Udon are thick Japanese noodles made of wheat flour. They are thicker than soba noodles, white and chewier. The basic types of udon dishes are Zaru Udon, chilled and served on a bamboo mat and Kake Udon, served in a hot broth that covers the noodles.

すき焼き-sukiyaki-
Sukiyaki is a kind of hotpot dish prepared with thinly sliced meat, vegetables, mushrooms, tofu and shirataki (konnyaku noodles) simmered in a sweet soy sauce broth. The pieces of food are dipped into raw beaten egg before being eaten.

▲ 口絵 2

日本食を英語で紹介しよう!

おせち料理とはお節供(せちく)の略で、年の始めにその年の豊作を祈って食べる料理や武家の祝い膳、新年を祝う庶民の料理などが混ざり合ってきたものである。さらに正月三日は主夫・主婦を家事から解放するという意味を含め、保存の効く食材が中心のものになったといわれている。お正月に火を使うことをできるだけ避ける、という物忌み(日常的な行為をひかえて穢れを避けること)の意味も含まれている。

英語で説明文を考えてみよう!

[おせち料理] はどんなものなのか英語で説明したらどうなるだろう…
"Osechi-ryori is a set of traditional dishes for New Year. The dishes are prepared to celebrate the coming of the new year, and with a wish to be able to spend the coming year soundly and happily."

▲ 口絵 1

◆地域・季節により変化する豊かな日本文化にふれる
季節によって多彩な表現が加えられる和菓子の例を見ながら、四季の変化を繊細にとらえ表現してきた日本文化の良さを味わうことができます。

日本の四季と和菓子の関係を学ぼう!

日本には、食事で季節を表現する文化がある。季節に合わせて、使用する食材や調理法を工夫し、小物や食器、盛りつけでも季節を表す。特に日本の伝統菓子である和菓子は、季節の移り変わりを色や形で表現している。桜もち、よもぎもちなど季節の植物を材料に使用することもあり、香りでも季節を感じることができる。春夏秋冬それぞれの和菓子を見てみよう。

春
桜(ねりきり製) うぐいす餅(苺製)

夏
くずきり(葛製) 水無月(外郎製)

秋
うざぎ饅頭(蜜餞製) 紅葉(きんとん製)

冬
椿餅(透明寺製) 花びら餅(餅製)

▼ ▲ 130 ページ

電子レンジで和菓子づくりにチャレンジしてみよう! ~桜(ねりきり製)~

●材料 (10個分)

ねりきり	
白あん	250g
白玉粉	10g
水	20mL
上白糖	20g
食紅	少々
(色づけのため)	
粒あん	150g
(10等分にする)	

- 白あんを3回に分けて電子レンジにかけ、水分を飛ばす。(電子レンジの目安時間: 2分→混ぜる→2分→混ぜる→2分)
- 白玉粉に少しずつ水を加えてダマができないように混ぜ、砂糖を加える。ラップをして電子レンジにかけて(目安時間1分間)、よく練る。
- かたく絞った布巾に①を置いて②をもみ込む。
- よく混ぜ合わせたら、細かくちぎってあら熱を取る。
- 熱がぬけたら、再度しっかりとみこんでラップに包む。(乾燥の防止)
- ⑤に食紅を加えて好みの色に仕上げ、粒あんを包んで、へらや串を使って桜の形に仕上げる。
※食紅は少しの量でよい。粉状の場合、少量の水で溶いてから染める。入れすぎに注意する。

新緑の季節には、抹茶で緑色に色を付けて若葉の形にしたらどうだろう? 自分なりの工夫を考えて、オリジナルの和菓子をつくってみたい。

②調理実習レシピにとことんこだわっています



洋

▲ 212 ページ

◆つくってみたい！ 和風・洋風の カフェメニュー

生徒にとって身近な、カフェなどで人気のメニューを掲載しました。和のメニューでは「おにぎりサンド」「二色白玉団子」、洋のメニューでは「ハンバーガー」「スムージー」のレシピを紹介し、生徒たちの興味を引きます。

▼ 210 ページ



▼ 167 ページ

◆注目の食材を使って 調理しよう！

日本の食料自給率向上を担う食品として期待され、「日本食品標準成分表 2015 年版（七訂）」に新規掲載された、「米粉」を使ったレシピを新たに追加しました。

米粉を使った料理を学ぼう！

1 米粉を使った料理
ビーフとトマトの米ストレッチ

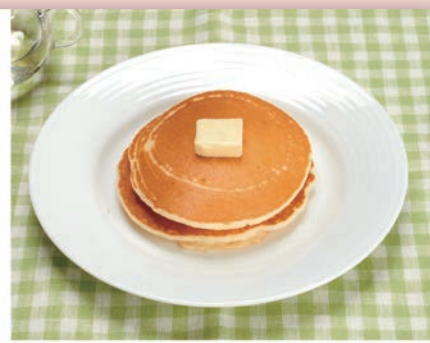
● 実習の栄養価
エネルギー：442kcal 塩分：3.1g
たんぱく質：20.5g 脂質：32.8g

● 材料（2人分）
牛コマ切れ肉 160g 清酒 大さじ1
玉ねぎ 大さじ1 醤油 大さじ2
生薑(絞り汁) 小さじ1 オイスターソース 大さじ1
玉ねぎ 中1/2個
しめじ 70g ● 米ストレッチ
トマト 中2個 米粉 150g
貝割れ 適量 水 120~140mL
米粉 大さじ1 食塩 少々
水 大さじ2 オリーブ油 小さじ1

2 米粉を使った料理
米粉パンケーキ

● 実習の栄養価（1人分）*
エネルギー：415kcal 塩分：0.5g
たんぱく質：10.8g 脂質：6.6g

● 材料（直径約12cm・4枚）2人分 20分
米粉 150g 牛乳 150mL
砂糖 大さじ2 卵 1個
ベーキングパウダー 少々
*3g(小さじ1) 粉の2%
*バターは除く。



◀ 166 ページ

③調理の基本が身につきます

◆先生方の声を活かして「調理の基本」ページを新設しました

多くの先生方から頂いたご要望をもとに、「調理の基本や下ごしらえのやり方を復習しよう!」というページを折り込みで入れました。調理の基本を確かめさせてから調理実習へスムーズに移ることができます。

調理実習に入る前に...
調理の基本や下ごしらえのやり方を復習しよう!

※写真を見やすくするために、材料を押さえる手を省略しているものもある。

【基本的な切り方】

<p>小口切り</p> <p>長ねぎやきゅうりなど、細長いものを端から切る。「小口」は、「切り口、端」のこと。</p>	<p>輪切り</p> <p>にんじんや大根など、切り口が丸いものを、端から厚さが均一になるように切る。</p>	<p>半月切り</p> <p>輪切りの半分（半月の半分で「半月」）。薄く切るときには、たてふたつ割りにしてから切る。</p>	<p>いちよう切り</p> <p>半月切りの半分。形がいちようの葉に似ていることからこう呼ぶ。たて4つ割りにしてから切る。</p>
<p>ざく切り</p> <p>同じくらいの大きさにするように、ざくざくと切る。白菜やキャベツなど葉物の野菜に。</p>	<p>拍子木切り</p> <p>5〜6cmの長さにしたものを1〜1.5cmの厚さの直方体に切っていく。切った形が拍子木のようなになる。</p>	<p>さいの目切り</p> <p>拍子木切りしたものを、さいころ状（立方体）に切る。</p>	<p>あられ切り</p> <p>さいの目切りより小さく、5mm角くらいの立方体に切る。</p>
<p>短冊切り</p> <p>5〜6cmの長さにしたものを1cmの厚さに切り、繊維に沿って薄く切る。</p>	<p>せん切り</p> <p>たてに薄切りしたものをずらして重ね、細長く切る。</p>	<p>色紙切り</p> <p>①適当な長さに輪切りしたものを、正方形になるように外側を切り落とす。 ②端から正方形に切る。色の形に似ていることから、このように呼ぶ。</p>	

切る

▲144 ページ

【だし汁のとり方】

一番だし ▶かつお節の量は水に対して2〜3%（混合だしにする場合は水に対して1〜2%）

湯が沸騰したら火を止め、かつお節を入れる。かつお節がなべ底に自然に沈んだら、ざるを使って静かにこす。キッチンペーパーを使うときれいなだし汁ができる。

こした後のかつお節は、汁が漏るので絞らない。

一番だしをとった後のかつお節をさらに水から煮出すと「二番だし」がとれる。

こんぶだし ▶こんぶの量は水に対して2〜5%（混合だしにする場合は水に対して1〜2%）

かたく絞ったふきんで汚れを軽くふき取る（白い粉はうま味成分なので洗わない）。

こんぶに切れ目を入れてから沸騰直前にこんぶを取り出す（煮立たせるとこんぶからぬめりが出してしまうので注意する）。

こんぶでだしをとった後、かつお節でだしをとると、「混合だし」ができる。

煮干しだし ▶煮干しの量は水に対して3%

煮干しの頭と内臓を取り除く。水から入れ、火をつける。沸騰後あくを取りながら2〜3分煮て、火を止める。

市販の顆粒だしの素などを利用すると、時間が節約できる。ただし、それ自体に成分が含まれていることかためので、増量減に注意!

だしをとる

▲146 ページ

魚をおろす

【魚のおろし方】

いちご一尾の下処理 ▶あじの場合は、尾のつけ根のかたい部分（ぜいご・ぜんご）を取る。

うろこやぬめりを取る。あじの場合はぜいごを取る。*ぜいごは、包丁を前後に細かく動かしながらそぎ取る。

えらぶたを広げ、えらを取る。反対側も同様にする。

盛りつけのとき下になる方に切り目を入れて、包丁の先で内臓をかき出す。

流水で中を洗い、ペーパータオルなどで水気をふき取る。

3枚おろし ▶3枚おろしは身が2枚、骨の部分1枚と敷え、合わせて3枚という。

うろこやぬめりを取り、胸びれの下に包丁を入れて頭を切り落とす。あじの場合はぜいごを削ぎ取る。

内臓をきれいに取り除く。流水でよく洗って、水気をふき取る。頭の切り口から中骨の上に沿って包丁を入れる。尾に向かって切り離していく。

骨のついている方を下にし、中骨の上に包丁を入れる。尾に向けて切り離していく。

腹骨の取り方

包丁を寝かせて、腹骨を削ぎ取る。

▲144 ページ折込②

ご飯を炊く

【ご飯をおいしく炊こう】

計量カップは1カップ200mlだが、炊飯器には1カップ180mlのカップがついている。これを米1合という。1合で茶碗約2杯分。

- 玄米...もみ殻を取り除いただけの米で栄養価が高いが消化吸収率は低い。
- 精白米...一般的に食されている米。玄米からぬめりと胚芽を取り、胚芽だけにしたものを。
- 胚芽米...特殊な製法で玄米を胚芽部分だけ残して精米した米で、ビタミンB₁、E、リノール酸なども豊富。

精白米の炊き方（炊飯器の場合）

米はふんわりすくって、手ですりきる。

米に水を注ぎ、底のほうから手早く静かに2〜3回かき混ぜ、水を捨てる。
*1回目にゆっくり洗うとぬめりを吸収して、ぬめい飯になってしまう。

手のひらで軽くジャッシュッと数回とぐ。あらかじめ肌ぬめりを取ってあり、研ぎ洗いを必要がない無洗米も売られている。

再び水を入れ、にごった水を捨て、これを2〜3回繰り返す。

炊きあがったら10分ほど蒸らし、水でぬらしたしゃもじでなべ底に沿ってぐるりと一周させ飯をはなす。底から全体を大きく切りほすように、ざっくりと混ぜる。

米を内釜に入れ、正しい分量の水を加える。30分ほどおいて、吸水させる。内釜の底に水がついている場合はふき取り、炊飯器にセットする。

炊きあがったら10分ほど蒸らし、水でぬらしたしゃもじでなべ底に沿ってぐるりと一周させ飯をはなす。底から全体を大きく切りほすように、ざっくりと混ぜる。

▶水加減は、新米：米の重量の1.3倍、旧米：米の重量の1.5倍、体積は米と同じ
▶吸水速度は、水温によって異なる。水温が低いときには、少し長めに炊くとよい。
▶無洗米の場合は炊飯器の目盛りより、米1カップあたり5〜10%程度（1カップあたり大きじ1〜2杯）多く、水を入れる。

▲145 ページ

4 環境に配慮した視点を学習に組み込んでいます

◆環境にやさしい調理を実践する

調理で余った材料を使ったり、調理方法を工夫したり、短時間に挑戦したりしながら、環境にやさしい調理を実践できるようなレシピを掲載しています。



◀ 236 ページ



▲ 238 ページ

◆食から環境問題を考える

環境問題にかかわる食のキーワード解説や、食を通じた国の環境保全の取り組みの紹介など、生徒の環境への意識を育てるコラムを掲載しています。

いろいろな観点から「食」と「環境」を考えてみよう!

ライフサイクルアセスメント

原材料から、製造、流通、販売、使用、廃棄再利用まで、商品のライフサイクル全体の環境への影響を分析して、総合評価する手法を、ライフサイクルアセスメント (LCA) という。

消費者が商品を購入する際、環境への影響を判断基準のひとつとして取り入れることができるよう「環境負荷の見え化」が進められている。代表的な例としては、ライフサイクル全体のCO₂排出量を合計したカーボンフットプリントなどが知られている。

※カーボンフットプリントマーク。青い部分に「原材料調達→生産→流通→使用・維持管理→廃棄・リサイクル」すべてのプロセスのCO₂排出量の合計を示す。

フードマイレージ

食料を生産地から消費地に運ぶのに、どれだけの環境負荷がかかるのかを示すのがフードマイレージである。

食料の輸送量 (t) × 輸送距離 (km)

で計算され、数値が大きいほど環境への負荷が大きいことになる。

国	輸送量 (t)	輸送距離 (km)
日本 (2010)	8,669	8,669
韓国 (2001)	3,172	3,172
アメリカ (2001)	2,958	2,958
フランス (2001)	1,044	1,044

(農林水産省統計企画課 中野哲也資料より)

バーチャルウォーター (仮想水)

食料を輸入している国で、「もしその輸入食料を生産するとしたら、どの程度の水が必要か」を推定したものをバーチャルウォーター (仮想水) という。例えば、100gの牛肉を生産するには2,060Lの水が必要といわれている (環境省)。

日本は、世界平均の2倍近い降水量に恵まれている国であるが、世界には水が不足している地域も多くある。食料を輸入することは、生産国の水を使うことにもなると意識したい。

分量	VW量 (L) *
牛肉 150g	3,090
ごはん 1杯 (120g)	444
レタス 65g	11
トマト 40g	5
オレンジジュース 1杯 (200g)	168
合計	3,718

*VW=バーチャルウォーター、小数点以下四捨五入 (環境省仮想水計算ツール作成)

▲ 22 ページ

コラム 食生活に関する国の環境保全についての取り組み

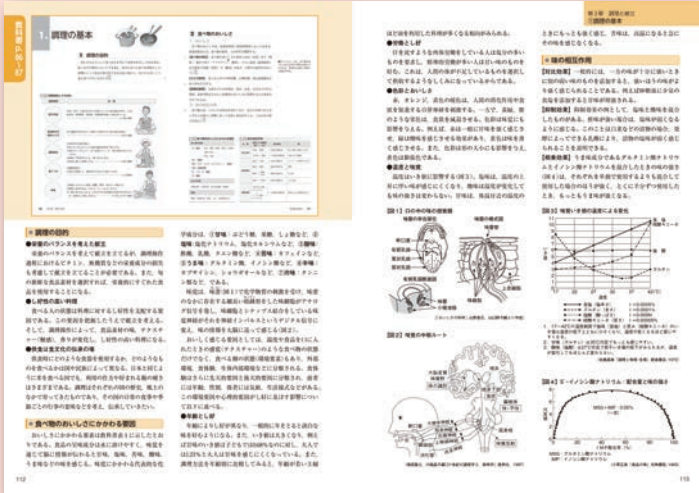
生活環境の保全、資源の有効利用という観点から廃棄物やリサイクルに関するさまざまな対策がなされている。各種リサイクル法のなかでも私たちの食生活に特に密接に関わるのが「容器包装リサイクル法」と「食品リサイクル法」である。それぞれの特徴についてみてみよう。

法律	容器包装リサイクル法	食品リサイクル法
正式名	容器包装に係る分別収集および再商品化の促進等に関する法律	食品循環資源の再生利用等の促進に関する法律
制定	1995年 (平成7年) ※完全施行は2000年 (平成12年)	2000年 (平成12年)
目的	家庭から排出されるごみの重量の約2~3割、容積で約6割を占める容器包装廃棄物について、廃棄物の減量化を図るとともに、資源の有効利用を図る	食品関連事業者などから排出される食品廃棄物の発生抑制と減量化により最終処分量を減少させるとともに、肥料や飼料等としてリサイクルを図る
内容	・消費者の役割【分別排出】 ・市町村の役割【分別収集】 ・事業者の役割【リサイクル】 という三者の役割分担が定められ、三者が一体となって容器包装廃棄物の削減に取り組むことを義務づけた。これにより、廃棄物を減らせば経済的なメリットが、逆に廃棄物を増やせば経済的なデメリットが生じることになる。	事業者の食品廃棄物再生利用を促進が義務。消費者は、食品廃棄物の発生抑制と再生利用製品の使用が義務となる。 【対象となる食品廃棄物】 食品の売れ残りや食べ残し、製造・加工・調理過程に生じたくず (家庭のごみは対象外) 【対象となる食品関連事業者】 製造・加工・販売または小売り、飲食店業その他食料の提供をする事業者

▲ 21 ページ

家庭312 フードデザイン 教科書サポート

●教師用指導書



- B5判 272ページ
- 2色刷り
- 付録DVD付き
- 本体 11,000円+税

▼指導のポイント・評価基準だけでなく、授業展開のヒントや役立つ教材も紹介しています。

▲見開きの左上に教科書の縮刷を掲載。解説では、教科書で触れられなかった内容や詳しい説明を、図とともにわかりやすく入れています。



裏返して同様に切る
豊富な動画資料

詳しい解説

◀付録DVDには、新たに「飾り切り」の動画を収録。見やすい角度からの映像とテロップで調理実習をサポートします。指導書本冊には詳しい解説もあります。

- | | | |
|-----------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|--------------------------|
| 収録した飾り切り動画
・菊花かぶ
・かまぼこ／松葉
・かまぼこ／一つ松 | ・きゅうりの竹 (2パターン)
・手綱こんにやく
・亀甲しいたけ (2パターン)
・梅にんじん | ・松葉ゆず
・矢羽根絹さや
・鶴里芋 |
|-----------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|--------------------------|

この他にも、調理実習のコツ、下ごしらえ・調理、切り方に関する**28**の動画を収録！

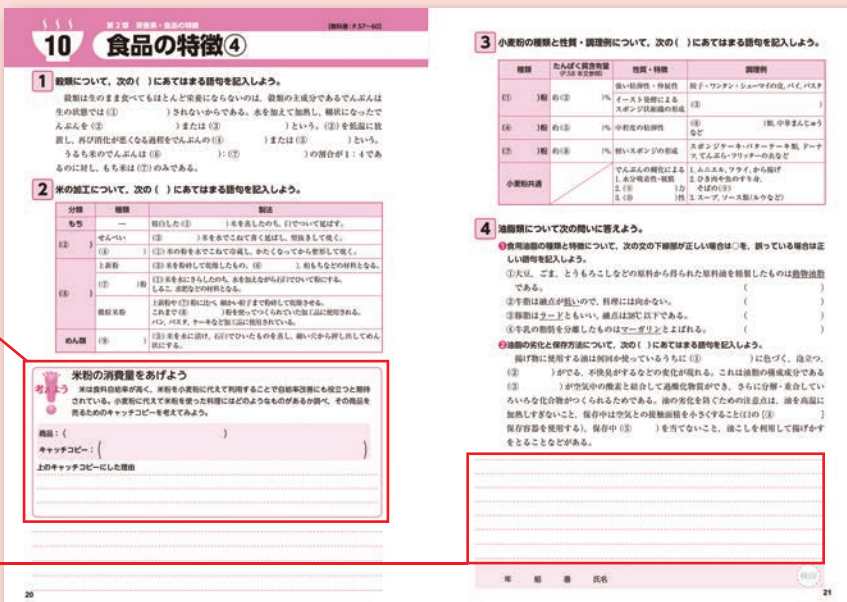
●準拠ワークノート



- B5判 96ページ
- 2色刷り
- 本体 580円+税

ページの随所に「考えよう！」を掲載。主体的・対話的で深い学びができるよう工夫しました。

ノートに書き込む欄も豊富に設けており、授業のメモなどにお役立て頂けます。



●教図Webサポート (312フードデザイン／304子どもの発達と保育 共通)

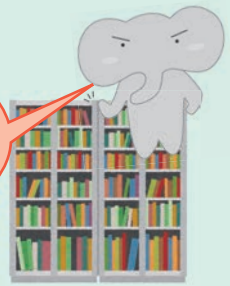
弊社のホームページで教科書を選択すると、編修趣意書、シラバス、評価規準例、採択理由書をダウンロードしていただけます。

- 手順①お使いのインターネットブラウザを立ち上げたのち、「教育図書」で検索し、弊社のホームページを立ち上げてください。
 見つからない場合は右のアドレスを入力してください。 <https://www.kyoiku-tosho.co.jp>
- ②弊社ホームページの上部にある「高校家庭科」のバナーをクリックしていただくと、教科書などの表紙が並ぶページにリンクします。その中から「フードデザイン」または「子どもの発達と保育」をクリックしてください。
- ③教科書紹介ページの「この教科書をサポートする」から、編修趣意書、シラバス、採択の手引き、パンフレットなどがダウンロードできます。ぜひご利用ください！



内容解説資料

今すぐ本棚から見本を取り出してチェック!



家庭 304 子どもの発達と保育 育つ・育てる・育ち合う



人気

子どもへの愛情を育む教科書です。子どもの写真やイラストを多数掲載。「かわいい!」が実感できます。

- B5判 144ページ
+口絵 10ページ
- オールカラー
- 監修者
秋田喜代美 (東京大学大学院教授)
伊藤葉子 (千葉大学教授)
- 編著者 (五十音順)
天野珠路 (鶴見大学短期大学部教授)
安梅勅江 (筑波大学教授)
石川増美 (光ケ丘女子高等学校非常勤講師)
一前春子 (共立女子短期大学教授)
大島みずき (群馬大学大学院講師)
岡田みゆき (北海道教育大学旭川校教授)
木全晃子 (元関東短期大学講師)
- 小澤紀美子 (東京学芸大学名誉教授)
砂上史子 (千葉大学准教授)
瀬古扶佐子 (光ケ丘女子高等学校教諭)
高櫻綾子 (日本女子大学専任講師)
鳥居央子 (北里大学客員教授)
内藤知美 (東京都市大学教授)
日野三佐子 (千葉経済大学附属高等学校教諭)
福元真由美 (東京学芸大学准教授)
本橋信子 (国際中医薬膳士)
本橋洋子 (東京都立練馬高等学校教諭)
町田和子 (あゆのご保育園園長)
安見克夫 (東京成徳短期大学教授)
(板橋富士見幼稚園園長)

フードデザインはこの冊子の裏側から始まります



内容解説資料もくじ

家庭304 子どもの発達と保育	
編集の趣旨と特色/教科書サポート	p.7
家庭312 フードデザイン	
教科書サポート	p.6
編集の趣旨と特色	p.2