

心にわくわくの種をまくイタリア野菜づくり

対象:(高校生 2・3 年)

人数:(20 名)

教科/分野:(家庭園芸)

授業時間数:(35 時間)

場所:(安房拓心高等学校 南房総市和田町海発 1604)

ESD プログラムへの 想い	普段、見たり触れることのない、イタリア野菜を知ることにより学習者がイタリア野菜に対して理解を深めて、地産地消に取り組んで欲しい。		
目標	学習者がイタリア野菜の栽培を体験して、知識や栽培技術を習得する。 学習者が南房総市の推進する地産地消に実践的に取り組む。		
特徴	南房総市の温暖な気候を利用してイタリア野菜を栽培し、イタリア野菜に関心を持つことに発展させる。 生涯学習の一助とする。		
持続可能な社会づくりの 構成概念	多様性：イタリア野菜の栽培を通して多くの野菜を知る。 相互性：地域の農家の方に指導して頂き交わる。 有限性：イタリア野菜の栄養価値を知る。 責任性：栽培管理の責任を理解する。 連携性：仲間と協力して栽培する大切さを理解する。 公平性：栽培は大きな自然の営みの恩恵であることを理解する。		
重視する能力・態度	仲間と協力し自ら進んで知識や技術を習得しながら、考える力、実践する力、判断する力、表現する力、コミュニケーションなど重視する。		
プログラムの流れ			
時間	ねらい	方法 場所	内 容
5 時	イタリア野菜を 知る	講義 室内	<ul style="list-style-type: none"> ・イタリアの歴史的背景を考える。 ・日本の在来野菜の種類を知る。 ・イタリア野菜と一般野菜の市場動向について知る。 ・イタリア野菜の栽培方法を知る。 ポイント例) 日本におけるイタリア野菜の希少性と付加価値の高さを理解し、栽培するメリットがあることを実感する、など
2 時	は種 元肥散布・耕うん	体験 農場	<ul style="list-style-type: none"> ・イタリア野菜をは種する。 ・元肥散布し、耕うんして圃場を準備する。
24 時	定植 栽培	体験 農場	<ul style="list-style-type: none"> ・イタリア野菜を圃場に定植する。 ・イタリア野菜を栽培管理する。(中耕・除草・追肥・土寄せ・薬剤散布)
4 時	イタリア野菜収 穫・まとめ	講義 室内	<ul style="list-style-type: none"> ・イタリア野菜を収穫して調理方法について話し合う。 ・イタリア野菜を試食する。

SDGs との関連性	3:健康的な生活 4:生涯学習の機会 11:持続可能なまちづくり 12:持続可能な生産と消費
学校・地域等との連携上の考慮	・安房拓心高等学校の授業は家庭園芸の時間で実施し、地元農家の協力を得て展開する。
対象を発展させる可能性	・フードマイレージを考え、将来的に南房総市にイタリア野菜の栽培の可能性を探る。 ・健康の学びにつながる。 ・高校生のオリジナルレシピを考える。
その他補足事項	服装:動きやすい服装、体操服、靴、帽子 農具取り扱いの安全対策、熱中対策

【生徒たちが調べたイタリア野菜】

- ・ダンデライアン(セイヨウタンポポ)は、ヨーロッパとくにフランスで野菜用に改良、栽培されサラダなどに用いられる。
- ・カーボロネロ「黒キャベツ」とも呼ばれるが、キャベツの原始型の野菜であり、ケールの仲間なので結球しない。
- ・サンマルツァーナトマト(調理用トマト)の代表品種である。日本は8割が生食用でイタリアは8割が加工用に用いられる。
- ・キュウリメロンは、未熟なうちは野菜として、成熟してからは果物として食べられる。低カロリーでミネラルをよく摂取できるので、ダイエット向けの野菜。
- ・カプリス(形と果色が多様なナス)
- ・茎ブロッコリーは小花雷でよく花径もよく伸びるので作りやすい。
- ・メキャベツ、キャベツの仲間、わき芽に多数の小球がつく。
- ・ロマネスコは、ブロッコリー、カリフラワーの3番目の兄弟としてイタリアで発達した。
- ・コメインレタスの葉はややかためで、パリッとした食感があり、わずかに苦みがある。
- ・リーキ(長ネギより香りがマイルド)
- ・ホースラディッシュ(日本原産のワサビと異なり、畑で栽培される)
- ・トンダ・ビアンカは白丸ナスの代表で、表皮の色も白から薄紫色やピンク色がある。
- ・テーブルビートは根と葉を食べる。根は栄養が豊富で、機能性成分も多く含んでいる。
- ・チャイブはアサツキと同じ仲間、サラダやスパイスとして利用する。
- ・チャービルは、スパイシーなハーブとして料理のアクセントや香りづけに利用する。
- ・チコリは、パリッとした食感と、軟白した葉にはほのかな甘味とほろ苦さがある。
- ・セルリアックはセルリに比べてマイルドな香りなので、セルリが苦手な人でも食べやすい。

プログラム作成者名(団体名): 小泉 博 (南房総エコネット)