

## SOE的「食育出前授業」スタンバイOK! 今度は「とうふ」をつくります!

SOE（センスオブアース）の「出前授業」第2弾は『とうふ作り』に挑戦します。

夏季の『ヤゴ救出作戦』に続き、大学生環境グループとのコラボによる食育授業。すでに4回のワークショップを経て、本番（12月14日：板橋区立板橋第七小学校・四学年54名対象）を待つのみとなりました。今号ではその内容をすこし種明かししたいと思います。

SOEの活動は、これまで板橋区内の学校ピオトブ訪問や野鳥、植物などの観察会、沖縄エコツアーなどが主なものでした。昨年、

当団体のビデオ上映会がきっかけで大学（早稲田、学芸大、明治、法政、日本女子、大東文化、麻布大など）の環境グループに所属する学生さんたちと出会い、その活動の幅が広がってきています。彼らの意識の高さと、実践を主眼とするSOEのポリシーが融合して、今年の5月には板橋区内の2小学校のプールにて『ヤゴ救出作戦』を実施しました（SOE ニュース26号掲載）。

そして今回は環境問題ともつながりの深い「食育」に挑戦します。板橋第七小学校さんにはこの授業への深いご理解を戴き、連絡を密に取らせていただきながら準備を進めてきました。実際にどのような内容で授業を進めていくか？ これまで数度のワークショップにていろいろな意見を出し合いながら固めてきた内容を本番に先駆けてご紹介しましょう。

.....  
板橋区立緑小学での出前授業『ヤゴ救出作戦』のとき先生役は大学生（5月28日）、



準備万端！ このメンバーで出前授業におじゃまします



## ■授業タイトル

### 「ぼくらのブランド、板七とうふをつくろう！」

※板橋第七小学校では、4年生が担当して大豆を栽培しており、今回の授業でも大豆の一部に板七産を使用します。

## ■学習目標

1. 自分たちで育てた大豆を使って豆腐をつくる
2. 大豆から色々な食べ物ができることを知る。  
※殻は肥料になり、豆腐以外の部分もおからや湯葉として食べられるため、「無駄がない」ということを理解してもらう。
3. 日本のお大豆の自給率とエネルギー使用量とのつながりに気づき、学習意欲を高める。  
※環境問題との関連（フードマイレージ、エネルギー、温暖化）を伝えたいのですが、4年生対象なので、子どもたちにとって身近な視点である自給率とエネルギーに絞って伝えます。
4. 友達同士協力し合い、助け合って活動する。

以上のような学習目標を前提に学生スタッフ、社会人スタッフが面白おかしく授業を進めていきます。クイズなどを取り入れることも考えていますが、「とうふ作り」自体が理科の実験の様でもあり、また“味見”という最後の楽しみも含まれていますので、子供たちには興味ある内容になると信じています。

今回の出前授業で活躍するのは大豆のメインキャラクター「大ちゃん」



子供たちが理解しやすい表現を選びながらのクイズ作り

“笑いあり”のリハーサル風景



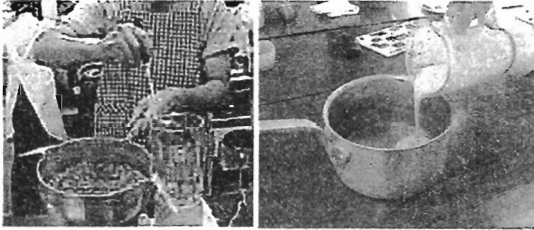
子供たちに受けるか?! スタッフ用のお面

この実践の様子は1月号に掲載いたします。SOEではこのような出前授業を今後も実践していきたいと考えています。お気軽にお問い合わせください。

## <とうふの作り方>

### 1. 生呉を作る

- ・100gの大豆を3回にわけ、それぞれ100ccの水をいれ、ミキサーをこまめにスイッチを入切しながら大豆を細かくする。



豆を3回くらいに分けてミキサーにかける。  
攪拌した大豆（生呉）をなべに移す



準備はOK? 大豆は100g

### 2. 生呉を中火で温める。

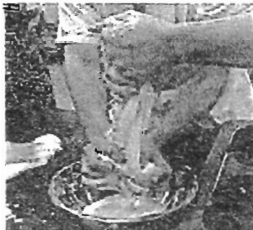
- ・温度計で30～40度になったら火をとめる。



### 3. 生呉を袋に入れて絞る。



温まった生呉をさらしの袋に移す  
子供が絞る場合は2人がかりくらいがよい



### 4. 絞り汁(豆乳)を再び熱する(70度くらいの目安で)

- ・豆乳表面の泡をとる。豆乳が減らないように。
- ・おたまで泡を取り、中火でかき混ぜながら煮る。
- ・煮立たせないくらいまで煮たら火を止める。



### 5. 湯葉を取る

- ・火を止めて少しして出てきた湯葉を箸やおたまでとる。
- ・すくいとったら、もう一度弱火にかける。
- ・温度計で70度になったら火を止める。

### 6. にがりを2回に分けて入れる。

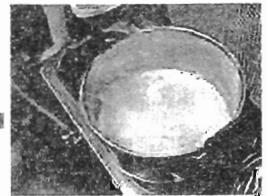
- ・へらでならすように十字を切って混ぜる。
- ・数回混ぜ、もったりしてきたら止める。
- ・にがりの量は、全量15cc/白湯50cc。

### 8. さらしをかぶせたザル+ボールに豆乳を入れる。

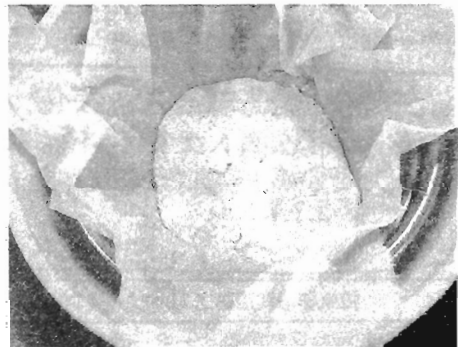
- ・入れたら、なべなどで重しをする。



### 7. ふたをして15～30分むらす。



### 9. 水分が切れればとうふの出来上がり!



とうふの完成! 味見をして甘ければ大成!

# S.O.E. 活動報告 (11月)

日	曜	内 容
1	木	板橋区立板橋小 研究授業「緑から学ぶ」環境教育として、「おいしいお米をつくろう」5年生-4年生へ稲作の歴史・育て方・値段・加工品・日本の料理・外国の料理など劇風に発表。SOEが講師。
2	金	板橋区環境教育プログラム試行授業の評価 板橋区立上板橋第三中 2年生 総合的な学習「食べ物はどこから」。授業者エコポリスセンター職員。広告から、フードマイレージ（消費エネルギー）を調査。SOE 評価のため参観
8	木	板橋区環境教育プログラム試行授業の評価 板橋区志村第二小、5年生の総合の授業「地球温暖化の仕組み」授業者エコポリスセンター職員。水の膨張実験で海水の増える訳を考える。SOE 評価のため参観
10	土	赤塚公園自然観察会 藤本和典さんと歩く観察会、雨のため中止。
11	日	第15回SOEと学生の協働ワークショップ 小学校への環境・食育教育としてトーフ作りの授業プログラムを作成。SOEと関東地区学生たちと共同作業—プロ作り、クイズ作り、お面作り等。参加者9人。
17	土	SOEニュース発行作業と事務局会議 発行部数2300部。区内、23区内に発送。
21	水	第5回板橋区不登校対策プロジェクトチーム会議 板橋区の不登校の児童生徒を減らすための、第5回プロジェクトチーム会議。第1回から参加。
23	金	第16回SOEと学生の協働ワークショップ 12月14日の板橋第七小4年生の総合授業「豆腐をつくって食べよう」の授業の流れとトーフ作りのリハーサルを5時間かけて実践。参加者11人。
28	水	板橋区立板橋第七小研究授業 6年総合の学習「緑のカーテンをつくろう」今年度6回目の研究授業に講師として参加。自然生態系保全に向けて、地元の緑をどう増やすかを考える。
28	水	板橋区温暖化防止活動推進協議会 05年度より、SOEは協議会の一員として月1回の定例会議参加。冬のエコライフウィークとして緑のカーテンコンクールの準備。
29	木	板橋区環境教育プログラム試行授業の評価 板橋区立上板橋第三中、2年総合の授業「買い物ゲーム」授業者エコポリスセンター職員。エコを判断して理由を各生徒が書いていく。SOE 評価のため参観

商品

# S.O.E. 活動予定 (12月)

1	土	SOE活動の課題について、フリーディスカッション。
1	土	蓮二小ビオトープをつくろう会 毎月ビオトープの生態を観察、補修、管理作業。
7	金	板橋区立第七小事前打ち合わせ 4年生の「豆腐をつくって食べよう」授業
8	土	SOEニュース発行作業日 12月号印刷発送作業・事務局会議。
11	火	板温暖化防止活動推進協議会 緑のカーテンコンクールのための審査など。
14	金	板橋区立板橋第七小4年出前授 SOEと学生たちとの協働による「豆腐をつくって食べよう」の授業。
14	金	板橋区環境教育プログラム試行授業評価 板橋区立上板橋第三中1年総合の授業「ろうそく作り」授業者エコポリスセンター職員。
15	土	ビオトープをつくろう会作業日 定例作業。
16	日	SOE学生とのワークショップ反省会 豆腐の出前授業を行って、今後の展望を議論。
20	木	板橋区環境教育プログラム部会(第5回)に SOEメンバーとして出席

1/4 新年 荻川野鳥観察会 共催 NPO法人センスオブアース・板橋野鳥クラブ  
 10時 浮間公園入口集合。持ちもの(お弁当、飲み物、双眼鏡、図鑑、お2人、お茶) 持ち物  
 交通 埼京線 浮間舟渡駅下車1分、バス東上線常盤台駅北口東武ストア前より浮間舟渡駅行 終点下車  
 ~ 野鳥を見て新年の清々しさを味わいませんか!! ~