

食卓から世界を考える

世界のごちそうなあに？

今月は、世界の食と農業について紹介します。世界にはさまざまな食べ物があり、子どもたちの好きな食べ物もいろいろ。今週は、世界の食べ物を見ていきましょう。

今月のテーマ	
食卓から世界を考える	
1時間目	世界のごちそうなあに？
2時間目	ベトナムの農村生活を見てみよう！
3時間目	農業もいろいろ
4時間目	世界を支える日本の食卓



マラウイ
お父さんとお母さんは仕事で出ているから、昼ごはんはおぼろげのシマ。主食のシマはトウモロコシを細かくくだいて、水を足すだけだからかんたん。みんなもチャレンジしてみようね！



世界じゅうで おいしい笑顔



ベトナム
米粉から作ったブンというめんを焼き肉入りのスープにつけて食べます。ブンチャは、家ではあまり作らず、もっぱら屋台で食べるのよ。お店によって味も個性豊かなの。



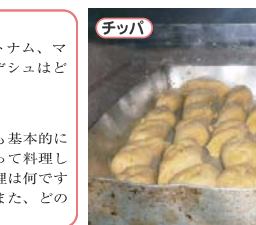
バラグアイ
チッパは、キャッサバというイモとトウモロコシの粉を使った、チーズ風味のパン。日常のおやつとして、家庭で作ります。材料の配合やこねぐあい、焼きかげんで味が変わってくるんだよ。やっぱりうちのママのチッパが一番！

マトンピリヤニ
米をたくさん炊いて、羊の肉をのせたマトンピリヤニ。ムガル帝国（十六世紀～十九世紀）時代の宮廷料理なんだよ。ふだんは食べられないけど、この日はお姉ちゃん結婚式だったから特別。みんなでワイワイ食べられておいしかったな。



調べてみよう①
上の地図の①～④のうち、ベトナム、マラウイ、バラグアイ、バングラデシュはどこか調べてみましょう。

調べてみよう②
今回紹介した食べ物は、どれも基本的にその国でとれた穀物や原料を使って料理しています。みなさんの好きな料理は何ですか？産地はどこでしょう？また、どのように調理したものでしょう？



もっと知りたい！

マラウイのシマを作ってみよう



上のコーナーで紹介したマラウイのシマを作ってみましょう。ケニアなど東アフリカではウガリとも呼ばれていて、トウモロコシの粉で作る現地の主食です。トウモロコシの粉は日本では、大きな食料品店やインターネットの通信販売などで手に入ります。

材料 (3人分) 水1500ミリリットル トウモロコシの粉300グラム

作り方

- 1 なべに水を入れふつとうしない程度に温め、トウモロコシの粉を3分の2加えて、中火でホベラでかきまぜる（上の写真）。家庭にある大ききの木べらで大丈夫。
- 2 粉っぽくなくなったら、残りのトウモロコシの粉を混ぜ合わせる。ねばり気が出て、水気がなくなったらできあがり。
- 3 ちょうどいい大きさにしてもりつける。冷めると固まってしまうので、熱いうちにもりつける。シマは手で食べるので、食前に手をしっかり洗ってね。

シマは味がうすいので、塩味の濃いおかずを選ぶといいでしょう。肉や魚をキャベツやトマトなどの野菜といっしょにいためてもおいしいです（下の写真は鶏肉を調理しているところ。）
ほかにも、世界各国のさまざまなレシピがウェブサイト「e-food」(<http://e-food.jp/recipe/>)に紹介されています。いろいろな料理にチャレンジしてみましょう。



しょくたく せかい かんが 食卓から世界を考える

のうそんせいかつ み
ベトナムの農村生活を見てみよう！

こんしゅう ぜんかいしやうかい りやうり た
今週は、前回紹介した「ブンチャ」というめん料理を食べて
いるベトナムの農村のくらしを見てみましょう。

今月のテーマ しょくたく せかい かんが 食卓から世界を考える	
1時間目	世界のごちそうなあに？
2時間目	ベトナムの農村生活を見てみよう！
3時間目	農業もいろいろ
4時間目	世界が支える日本の食卓

かぞく たす あ 家族みんなで助け合い

学校は、午前と午後に分かれていて、フォンちゃんとお兄さんは午前の部に、弟は午後の部に通っています。



② 考えてみよう②

日本とちがって、ベトナムの学校はどうして午前と午後に分かれているのかな？

がっこう

おうち



10歳のフォンちゃんは、ベトナムの首都ハノイから車で3時間ほど離れた村に住んでいます。家族は、両親、祖父母にお兄さんと弟、生まれたばかりの妹です。いそがしいお母さんにかわって、フォンちゃんは妹の手をします。



フォンちゃん

にわ



フォンちゃんのおうちでは、牛を飼っています。お母さんが朝夕にお乳をしぼり、生乳の収集所を持っていきます。牛舎のとなりには池があり、お魚も飼っています。

① 考えてみよう①

なぜ牛舎のとなりには池があるのかな？ よく見ると、牛舎から池に向かって牛のフンやおしっこが流されているよ。



いちば

ここは村のそばにある青空市場です。いろいろな食べ物売られていますね。



たんぼ

お父さんは、水牛で田んぼをたがやしています。ベトナムでは、日本と同じように米が主な農産物ですが、ほかにも畑でキャベツやスイカをつくっています。田植えや稲刈りの時期は、フォンちゃんをはじめ家族全員が田んぼで作業します。

③ 考えてみよう③

お母さんは、毎日のように市場に行きますが、何をしていますの？ (ヒント、買い物ではない)

ベトナムの農村では、家族みんなで助け合っています。お父さんは水牛で田んぼをたがやし、お母さんは朝夕にお乳をしぼり、生乳の収集所を持っていきます。フォンちゃんも家族と一緒に田んぼで作業をします。市場では、いろいろな食べ物売られています。学校は午前と午後に分かれていて、フォンちゃんとお兄さんは午前の部に、弟は午後の部に通っています。

もっと知りたい!

ふさく せいかつまも ちえ 不作でも生活守る知恵

農家の人たちは、田んぼや畑でできたものを持って、くらしを立てています。サラリーマンの場合は、毎月お給料をもらえるけれど、農家の人たちは、台風や水不足で米や野菜が育たないこともあります。

日本の農家の場合、「共済」といって、こういうときに備えてみんなでお金を積み立てるなどして助け合うしくみがあります。でも、途上国にはこうしたしくみがありません。そのため、農家では、家畜や魚を飼ったり、竹細工でかごを作ったりして、売るものの種類を増やしています。こうすれば、台風や水不足でも、一度にすべてがなくならずに、どれかが残るのです。

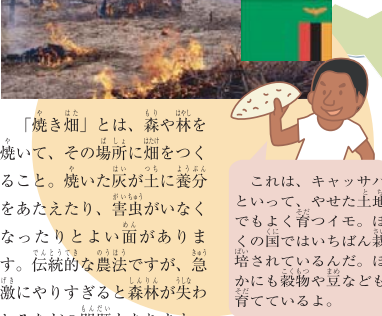
しょくたく せかい かんが 食卓から世界を考える

のうぎょう 農業もいろいろ

せかいには、とちきこうにあわせて、いろいろなのうぎょうが営まれています。どのような特徴があるのか、のぞいてみましょう。

今月のテーマ しょくたく せかい かんが 食卓から世界を考える	
1時間目	世界のごちそうなあに？
2時間目	ベトナムの農村生活を見てみよう！
3時間目	農業もいろいろ
4時間目	世界を支える日本の食卓

くらしにあわせて土地利用



モンゴルの遊牧
モンゴルの雨が少なく作物がよく育たない地域では、家畜を飼って草を食べさせて、草原を有効に利用します。これを「遊牧」といいます。

ザンビアの焼き畑
夏は牛や羊に草をたくさん食べさせて太らせるよ。冬のあいだは別の場所にうつり住んで、また次の夏に草が生えそろうまで待つんだ。だからほとんどの家はおりたたみ式のテントだよ。



メキシコの畑作
メキシコでさかんなのは、比較的水の少ない地域でも育つトウモロコシの栽培です。トウモロコシは米、麦と並んで世界三大作物の1つといわれています。

トウモロコシの粉からつくったタコスやシリアルは、世界中で人気の食べ物だね。ほとんどの国では、何千年も前のマヤ文明のころからトウモロコシを育てて、神聖な食べ物として大切にしてきたんだ。



ベトナムの稲作
小さな田んぼがたくさんあるので、あぜ道づくりや草刈りは大変！ 棚田をのぼったりおりたりするから、かけっこは得意よ。

調べてみよう①
上の地図①～④のうち、メキシコ、モンゴル、ベトナム、ザンビアはどこか調べてみましょう。

調べてみよう②
あなたの家の近くでは、どんな農業が行われていますか？

①モンゴル ②ザンビア ③メキシコ ④ベトナム

みんなのひろば

おんだん かぼうし かんが 温暖化防止など、いっしょに考えよう



国際協力の日にちなんで二〇〇七年十月六日、七日に東京・日比谷公園（千代田区）で行われた「グローバルフェスタジャパン二〇〇七」。会場には、子どもから大人まで約八万人が集まり、国際協力について理解を深めました。

スタンプラリーには、たくさんの小学生が参加。地球の環境に関連したクイズを楽しみました。京都市の古沢奈津実さん（五年）は、フェスタに合わせて募集した「わたしたちができること」をテーマに作文を書いてくれました。奈津実さんはごみの問題を心配し「いらないものは買わない」「スーパーでもらうレジ袋をリサイクルする」などのアイデアを出し、「一人ひとりがごみ問題について考えなければいけない」と考えます。

みんなが住む地球のこと、どのくらい知っているかな？ 一人の力は小さいかもしれないけれど、家族、友だちや先生といっしょに行動を起こせば、きっときれいですてきな地球になるはずだね。

食卓から世界を考える

世界が支える日本の食卓

食べ物を自分の国で作っている割合を食料自給率といいます。日本の食料自給率は40%（食料にふくまれるカロリーをもとに計算）。野菜、肉、果物など、半分以上が外国から輸入されています。その中には、これまで見てきた途上国から輸入されている食べ物もたくさんあります。どんな食べ物がこの国から来ているか見てみましょう。

今月のテーマ
食卓から世界を考える

1時間目	世界のごちそうなあに？
2時間目	ベトナムの農村生活を見てみよう！
3時間目	農業もいろいろ
4時間目	世界が支える日本の食卓

食べ物はどこから来るの？

タコ

輸入先 上位3か国

- 1位 モーリタニア (34%)
- 2位 モロッコ (18%)
- 3位 中国 (17%)

輸入量5万トン

日本は世界最大の水産物輸入国。その中でもタコは、ほとんど輸入にたよっています。モーリタニアは西アフリカにある砂漠の国。日本への輸出品の99%以上はタコです。

そば

輸入先 上位3か国

- 1位 (1) (81%)
- 2位 アメリカ (14%)
- 3位 カナダ (2%)

輸入量8万トン

そばの自給率は21%。エビ、しょうゆ、ネギなどでつくる天ぷらそばの自給率は20%。しょうゆは日本産でも原料の大豆は輸入されているなど、原料までたどると輸入ものという食材も多いからです。

バナナ

輸入先 上位3か国

- 1位 (2) (87%)
- 2位 エクアドル (10%)
- 3位 台湾 (2%)

輸入量104万トン

日本で食べられているバナナの99%以上は輸入もの。②では、輸出には大規模な農園で栽培が行われていますが、自分の国用に小規模な栽培も行われています。

3

輸入先 上位3か国

- 1位 ベトナム (21%)
- 2位 インドネシア (18%)
- 3位 インド (12%)

輸入量24万トン

最も多く輸入している水産物の1つが③です。日本人は1年に平均70匹の③を食べているそうです。ベトナムを始めとした国では、水田やマングローブ林などを③の養殖池にかえる農家もあります。

① 考えてみよう
上の①②には国の名前が、③④には食べ物の名前が入ります。答えを考えてみましょう。

② 調べてみよう
このほかにも多くの食べ物が入国から来ています。みんなもお店に行き、いろいろな食べ物がどこから来ているか調べてみましょう。

4

輸入先 上位3か国

- 1位 ブラジル (29%)
- 2位 コロンビア (20%)
- 3位 インドネシア (14%)

輸入量45万トン

日本は世界第3位の④の輸入国。朝ごはんなどでおなじみの飲み物。上位3か国のほか、赤道に近い④ベルトと呼ばれる暑い地域でほとんどが生産されます。

①-④はタコ、⑤-⑧はそば、⑨-⑫はバナナ、⑬-⑭は③、⑮-⑰は④

輸入量や割合は財務省貿易統計（2006年）、自給率は農林水産省調べ

もっと知りたい！

食べ残す日本、栄養不足の途上国も

上の図を見ると、わたしたちの食べ物の多くを外国にたよっていることがわかりますね。一方で、日本では食べられずに捨てられていく食べ物も多くなっています。家庭の台所から出るごみの四割近くは、食べ残しだという報告もあります。

それなのに、多くの国の人たちが栄養不足で苦しんでいます。世界では約八億人が栄養不足といわれています。世界の人口は六十億人を超え、必要な食料はこれからも増え続けますが、世界で農業をできる土地はこれ以上増やせないとの予想もあります。このままだと将来、世界中で食べ物が足りなくなってしまうかもしれません。

こんな状況に対して、わたしたちができることは何でしょう？ きょうの給食は全部食べましたか？ 冷蔵庫の中にある食べ物とその消費期限を知っていますか？ 食品を上手に保存していますか？ 身近なことからできることを考え、話し合ってみましょう。

食料