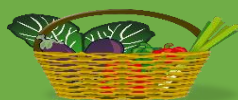


明日への食育～食育通信～

●発行日／2019.11.19 Vol. 8

●発行元／翔洋学園高等学校 家庭科・保健環境・安全部発行



明日への食育～食育通信～は、生徒の健康だけではなく、保護者の皆さんの健康の増進も視野に入れ、作成に努めてまいります。「食べることは、生きること」をテーマに、学校活動での「食育活動報告」や「新しい食育」の情報発信を行います。今回は「地域の食文化」をご紹介します。修学旅行先での「食レポ」も合わせてご覧ください。

地域の食文化が失われる危機！？



皆さん、住んでいる地域に伝わる郷土料理や行事食をご存知でしょうか。

全国には、その地の気候風土により培われてきた郷土料理が多く存在します。

日本は南北に長く、海に囲まれており、豊かな自然に恵まれているため、各地で地域に根ざした多様な食文化を形成してきました。しかし近年、少子高齢化による地域社会とのかかわりの希薄化や、食のグローバル化が進み、地域に伝わる伝統的な食文化の保護・継承が困難な状態にあります……。

郷土料理から学ぶ



郷土料理は、それぞれの地域の歴史や文化とともに育まれてきました。郷土料理を知るとは、以下のような地域理解にもつながります。

①地域で採れる食材を知ることができる

郷土料理には地域の食材が多く使用されています。また、その食材が育つ環境から、気候風土なども知ることができます。

②地域の歴史や文化を学ぶことができる

郷土料理が生み出された由来や背景を調べることにより、その地に伝わる伝統や文化についての理解を深めることができます。

③調理法や食し方から先人の知恵をくみとることができる

郷土料理には、調理法や食し方を模索し続けた先人の知恵が詰まっています！実際に調理してみると、いろいろな発見ができるかもしれません。

あんこうは、「食べられないところがない」とまで言われ、「皮」「胃」「肝臓」「卵巣」「えら」「ひれ」「柳肉」など部位によりそれぞれ食感の違いが楽しむことができ、これらは「あんこうの七つ道具」と呼ばれています。

茨城の郷土料理「あんこう鍋」



写真：観光いばらき「あんこういばらき」
(<https://www.ibarakiguide.jp/seasons/anko.html>)

茨城県の沿岸部では古くからあんこう魚が盛んで、表面がヌルヌルでさばきづらく、独特の調理法である「あんこうのつるし切り」が有名です。



翔洋めし：『修学旅行を食レポ』

京都



① 伏見稻荷：雀の丸焼き（鶉の丸焼き）



●なぜ食べられるようになったのか！

伏見稻荷は商売繁盛の神様として知られていますが、元々は五穀豊穡の神様として厚い信仰を集めていました。そのため「雀を食べる」ことは、五穀を食べる雀を退治する・見せしめにするという説があります。また昔は貴重なたんぱく源でありました。

●調理法

たれは骨でだしを取り、それに醤油やみりん、酒、砂糖を合わせています。野鳥なので独特な臭みがありますが、その匂い消しという意味でも、七味ではなく、山椒が使われています。残念ながらこの日は雀が売れ切れであった為、鶉をいただきました。身がしっかりしていて、余分な脂がなく、食べやすかったですよ。皆さんも近くに訪れた際は、一度ご試食ください。



写真：伏見稻荷

② 京うどんとおいなりさん



私たちがよく目にするおいなりさんは「俵型」ですが、京都では「三角」が一般的です。その形はお稲荷さんの耳からきているとのことです。（タクシー運転手ガイドによる）

おうどんのだしは、昆布のグルタミン酸とかつおのイノシン酸が感動的な旨味を作り出します。熟成させた食品で出汁をとる文化は諸外国でも多少見られますが、日本固有の文化といえます。

～生徒の感想～

薄味ですが、だしがきいていて、とっても美味しい。また、食べに来たいです。



古河学習センターのお二人、食レポありがとうございました。タクシー班別行動、とても楽しかったですよ！



次の世代への食文化の継承を図るため、地域の郷土料理や伝統食等の食文化を大切にしていましましょう。農林水産省では、「農山漁村の郷土料理百選」を選定しています。自分の住んでいる地域に伝わる郷土料理を調べてみましょう。

