

平成 26 年度 阿賀野市家庭科部会 活動報告

部長 佐藤 玲

1 研究主題 家庭科におけるよりよい授業を目指して、視野を広め技能を高める

2 活動内容の概要

第 1 回部会	4 月 22 日 (火)	今年度における組織及び事業計画の立案
第 2 回部会	6 月 10 日 (火)	研修内容 調理実習「郷土料理に親しもう」
第 3 回部会	11 月 25 日 (火)	研修内容「豆腐作り体験」

3 研究の実際

(1) 調理実習「郷土料理に親しもう」

講師 阿賀野市生活改善推進委員

「車麩の煮物」「ひじきの減塩サラダ」

どちらも地域の産物である車麩やすだれ麩を使った料理であった。「車麩の煮物」は、麩の中に卵を落とし入れ、十分栄養価の高い一品であった。「ひじきの減塩サラダ」には、ひじきやしらす、ニンジン、チーズなど多くの種類の食材が入り、栄養バランスがとれたものであった。使用する塩分が押さえられているが、十分おいしくいただけた。

今回教えていただいた料理は、「切る」「煮る」の調理法で作ることができるので、子どもたちにも十分取り組めるものであった。また、家庭に材料や作り方を紹介することで、親子で郷土の材料を使った料理を作る経験ができると考える。



(2) 「豆腐づくり体験」うららの森体験学習館



初めに、豆腐を作っている施設の説明、豆腐の作り方、使われている大豆についてお話ししていただいた。この施設では、阿賀野市産大豆を使用した豆腐や、阿賀野市産大豆と北海道産大豆をブレンドして作った豆腐が作られていて、地元の材料を大切に使っていることが分かった。

豆腐作りでは、にがりを入れるときの温度とタイミング、表面のならし方が重要であった。いくつかのグループに分かれて実習したが、温度とタイミングが違うせいも、それぞれちょっとずつ固さが変わっていた。それが手作りの良さで、とてもおいしくいただけたのだが、いつも同じ品質の製品を作るのは大変なことだと改めて感じた。

豆腐作り体験は子どもたちも楽しくでき、材料の大豆は自分たちで育てたものを使ったり、地元のものを使ったりできるので、地域の食材を学ぶのに適していると思った。

4 成果と課題

どちらの実習も、地域に昔からある食材を使っているものであった。実習を通して、地域でとれたものを使うことの大切さや、昔から伝わっていることを伝えていく大切さを感じた。今回研修したことを子どもたちに伝え、家庭で実践してもらうことで、食材を通して自分の住んでいる地域を見つめ直してもらいたい。