

## 平成23年度 見附市家庭科部会の取組

### ◎ 研修の目的

新学習指導要領で示された「郷土食・1回分の献立作り」について、見附の郷土料理の教材化を試みる。

1 日 時 平成23年8月22日 9:30～12:00

2 会 場 今町小学校

### 3 研修内容

○実技研修 見附の食材を使って一食分の献立を作ろう  
講 師 見附市人材バンク料理登録者 山谷 久子 様

①「蓮根と菊のちらし寿司」「鮭のホイル焼き」「ほうれんそうのごま味噌和え」  
「大根と厚揚げのうま煮」「うさぎりんご」の5品の献立化

- ・栄養バランスの取れる食材の工夫
- ・郷土料理にこもっている知恵

②5品の調理

- ・グループ員全員が調理過程を理解できる分担の工夫

③調理を終えての感想交換

- ・一食分は時間的に難しいので、2年間で取り組む調理を振り分けていくとよい。
- ・郷土食にこめられている先人の知恵に感動した。
- ・食育とも関連し、ぜひ料理実習に取り上げ、子どもたちにも郷土食のよさを伝えていきたい。

