

全学調 第24号

はぐくみ

発行者 全国学校調理師連合会
会長 谷本 厚美
岸和田市田治米町 456-4
TEL・FAX 072-493-9907
平成 29年 5月 21日発行

日本各地で被災された方々へ、心よりお見舞い申し上げます。

平成28年度 冬季研修会 開催

【日時】

平成29年2月5日(日)

【場所】

奈良県香芝市中央公民館

【研修内容】

専門知識と調理技術向上を目的とした交流会
「大和 野菜・地鶏」を使った調理実習&大和伝統野菜についての講習会

【参加者】

会員 29名
奈良地域の方 8名

研究部・小椋さん 挨拶

本日はお寒い中、またお忙しい中にも関わらず、ご参加いただきありがとうございます。今回地元の方の協力もあり、多くの方に参加をしていただける事になりました。この研修を有意義なものにしたいと思います。

さて皆さんは奈良といたら何を思い出しますか？奈良公園、吉野くず、柿の葉寿司といったところでしょうか。今回、奈良の方で企画させて頂くにあたり色々悩んだ結果、今住んでいる奈良の食材を使った料理というのはどうかと考え、大和地鶏、大和野菜の研修をさせていただく事になりました。

今、食の安全が大きく取り上げられている中、本当に体の良いものを味わって食べる事の大切さや素材そのもののおいしいと感じて味わうことが出来る、また地元の人達に大切に育てられた野菜、肉を安心して感謝して食べる心。食から心と体作りという食育の原点をふまえ、奈良の大和野菜を知っていただきたいと思えます。

大和野菜は、大和の伝統野菜と大和のこだわり野菜に分けられます。伝統野菜は奈良県内で戦前から生産確認されている品目で現在20種類あり、こだわり野菜とは栽培や収穫・出荷に手間をかけて、栄養やおいしさを増した野菜や奈良オリジナルの野菜で現在7種類が確認されています。

人間の体はその人の食べた物で成り立っています。未来を背負う子供たちもどんな体に成長し、

どんな活動が出来るのか、その源は食べ物だと言うことを、今一度考えて調理に携わる者としての、心を大切にしたいと思えます。また、大和野菜について詳しくは午後からの、小谷先生にお話していただきます。短い時間ですが大和野菜の料理実習に入ります。よろしくお願ひします。

『大和 野菜・地鶏』を使った郷土料理実習

調理実習講師 雑賀秀夫 氏

細川光弘 氏

《献立》

- 大和地鶏炊き込みごはん
- 大和地鶏甘辛がらめ
- 牛乳胡麻豆腐
- 大和まなの炒め浸し
- 牛蒡のサラダ



大和野菜

(奈良県の特産品として特徴をアピールできる大和の伝統野菜と大和のこだわり野菜)

大和の伝統野菜…戦前から奈良県内で生産が確認されている品目。地域の歴史・文化を受け継いだ独特の栽培方法等により「味、香り、形態、来歴」などに特徴を持つもの

◆大和まな（漬け菜の一種で、かつては油とり用としても栽培されていた。葉には切り込みがあり、濃緑色、肉質は柔らかく、甘みに富んでいる。特に冬の寒さにあたると甘みが増す。平成21年には、黄化しにくい新品種が開発された。)

◆軟白ずいき（えぐみの少ない赤茎の唐芋系のずいきをさらに柔らかくアクの少ない茎にするため、草丈の低いうちから新聞紙等で包んで光を遮り、軟化栽培した純白のずいき。主に和食の高級食材として利用される。)

◆ひもとうがらし（伏見群に属する辛唐辛子としし唐との雑種から選抜されたと推察されている。古くから自家消費用として作られてきた。太さが5mm程度の細身で長い形状、濃緑色で皮の柔らかい甘味唐辛子。多収で、夏から秋にかけて多くの果実を実らせる。)

◆黄金まくわ（奈良県農事試験場において、昭和初期から品種育成に着手し、昭和11年に育成さ

れた「黄1号」はマクワの基準品種である。ほのかな甘味があり、果色の黄金色が美しい。お盆のお供え物としてよく使われる。)

◆小しようが（奈良市、平群町、高市郡などの砂質土壌の地域には昭和初期まで大産地があった。山間部では横穴を、平坦部では縦穴を掘り、土中で種芋を保存している。小しようがは、大しようがに比べて小ぶりであるが辛味が強く、筋が少ないのが特徴。)

◆片平あかね（山添村片平地区では、古くから根の先まで赤く細長い蕪が栽培されている。この地区では、優良系統を選抜するために毎年品評会を開催し、種子を守り続けている。甘酢漬けにすると根の芯まで鮮やかな赤色に染まる。)

◆千筋みずな

◆結崎ネブカ

◆大和きくな

◆下北春まな

◆花みょうが

◆紫とうがらし

◆大和三尺きゅうり

◆大和丸なす

◆宇陀金ごぼう

◆祝だいこん

◆筒井れんこん

◆大和いも

◆味間いも

◆黒滝白きゅうり



以上が「大和伝統野菜」です

大和のこだわり野菜…栽培や収穫出荷に手間をかけて栄養やおいしさを増した野菜や本県オリジナルの野菜など

◆大和ふとねぎ（非分げつ性的一本ネギで、白根部分が長ネギに比べて短い。この部分にはタンパク質や辛味成分が多く含まれ、熱を加えることで特有の甘味や風味が出てくる。緑色の葉先まで美味しく食べられる。)

◆大和寒熟ほうれん草

◆半白きゅうり

◆香りごぼう（金剛・葛城山麓の扇状地では、砂質で排水のよい特徴を活かした春ごぼうが、盛んに栽培されていた。近年、地場野菜への期待の高まりとともに地元生産者が北宇智、ゴボウ出荷組合を結成し、香りが良い短根の春ごぼう生産に取り組んでいる。)

◆朝採り野菜（レタス・なす・きゅうり)



〜節分の頃でしたので、由来等教えて頂きました〜

節分とは、各季節の変わり目。立春・立夏・立秋・立冬の前日のことです。また、季節を分けるという意味もあります。節分は、年に4回ありますが、中でも一年の始まりである立春の前日の節分が今でいう大晦日のように重要視されています。節分には、さまざまな伝統的な行事があります。厄に見立てた鬼を払うために、桃の弓をあしの矢を使って弓の弦をはじいて音を鳴らし、その音で鬼を払うという『鳴弦の儀』というのがあります。弓を使用した日本の儀礼のひとつで皇室などでは、新しいお子様が生まれた時に行われています。この時に使用する弓は、桃の木で作った物で、悪鬼を追い払う呪力を持つと信じられています。

また、邪気を追い払い福を招くためにいろんな風習や行事が神社やお寺で行われていますが、そのひとつに豆まきがあります。昔、鞍馬の山奥に住む邪悪な鬼が出てきて、都を荒らし、村人たちを悩ませていました。一人の村人の夢枕に毘沙門天が現れて、三石三升の炒り豆で鬼の目に向けて投げつけるとのお告げにより、鬼を退治したことが豆まきの始まりと言われています。鬼というのは魔物です。魔の目（ま・め）ということで豆（まめ）。豆を鬼の目に投げつけて鬼を滅する『鬼滅』に通じ、邪気を追い払い、一年の無病息災、又、『まめに暮らせるように』という意味合いから始まったと言われています。では、鬼を見たことはありませんか？どうして鬼の姿を想像したのでしょうか。鬼門（きもん）とは、

北東（丑と寅の間）の方向で鬼が出入りする方向であると言われています。ですから鬼は牛と寅を合わせ、牛の角を持ち、寅のような形相をしていると考えられたのです。

鬼と言って思い出す物語に『桃太郎』があります。鬼門とは反対の南西側は、申（さる）・酉（とり）・戌（いぬ）になります。邪気を追い払う呪力を持つ桃太郎が、犬とサルとキジを家来に鬼退治する物語は、方位学的なことも考えて作られているのです。

節分の行事に、関西では昔からイワシの頭をヒイラギの枝に刺して鬼門や門口に飾る風習があります。これは、鬼の好きな生臭い匂いで鬼を誘い、柀ののがった葉先で鬼の目を突き、鬼を退治するためと言われています。

今、全国的に節分にする事として、豆まきよりも恵方巻の丸かじりをするほうが多いです。これは、明治初期に、大阪の船場の商人たちが節分に商売繁盛・無病息災・家内安全を祈って、恵方の方向を向いて黙ったまま巻き寿司を丸かじりしたという習慣を、大阪の海苔組合が全国的に広げたとされています。『恵方とは』次の年を司る神様がやって来る方向を言います。神様が来る恵方は毎年変わり、恵方巻の丸かじりは、恵方に向かって神様をお迎えするという行事も含まれています。言います。恵方巻の中に入る具は決まっていますが、七福神にちなんで7種類の具を入れることが多いです。基本的には、きゅうり・焼きアナゴ・しいたけ・海老・そぼろ・卵焼き・かんぴょうな

どです。このように、節分には、難儀なことを全部追い払ってしまおうと昔からさまざまな行事が行われていました。



実習の様子

平成28年度調理技術審査・
技能検定合格者（実技）

平野 あゆみ（広島） 高田 美代子（広島）
加藤 朋子（広島） 豊嶋 里子（広島）
土井 貞美（兵庫） 岩佐 公美（兵庫）
松本 恵理子（兵庫） 菊池 さやか（大阪）
敬称略 8名の方おめでとうございます。

経過報告

◆調理技術指導員講習会

日時 平成29年2月23日（木）
場所 エル大阪（大阪府立労働センター）

◆食育推進員講座・大阪会場

日時 平成29年3月7日（火）
場所 大阪市立こども文化センター



◆食と健康フォーラム

「知って得する！健康寿命延伸に寄与する
機能的食品」

日時 平成29年3月25日（土）
場所 フジッコ（株）本社ホール・兵庫県

「ひょうご健康都市推進協議会」に全国学校調理師連合会も正会員として参加しており、機能的食品について兵庫県の特産である「黒大豆」にスポットをあて、健康食品の現状や、機能的食品（黒大豆）の健康効果の検証結果について報告がありました。詳しくは次号会報誌で載せたいと思います。

今後の予定

◆平成29年度調理技術・技能評価試験の

デモンストレーション
日時 平成29年7月2日（日）
場所 貝塚市中央公民館

◆平成29年度調理技術技能評価試験

日時 平成29年7月30日（日）～8月26日（土）
の間で（公社）調理技術技能センターが別途指定する日。

学科試験日…平成29年8月1日（火）

◆調理師熟練者講習会

日時 平成29年8月21日（月）～23日（水）
場所 エル大阪（大阪府立労働センター）

◆夏期研修会

日時 平成29年8月

◆地元産物ふれあい交流会・みかん狩り

日時 平成29年11月中旬以降
場所 貝塚市のみかん山

◆熊取町農業祭

日時 平成29年12月初旬
場所 熊取町にて



～編集後記～

今回は冬季研修会を中心に載せさせてもらいました。私は京都に住んでいるので「京野菜」というのは知っていましたが、恥ずかしながら奈良県の「大和野菜」は知りませんでした(^_^;)ほかにも大阪には「なにわ野菜」など…その土地の水や風土に合った野菜があることを改めて知ることが出来ました。普段、市場に出回っている野菜ばかりに目が行ってしまいがちですが、地方野菜や伝統野菜が地元のスーパーにもきっと並んでいます。それらの美味しさに気づき、食べる人がいてこそ伝統的な野菜も栽培され続けていきます。また、野菜の特徴を生かした調理方法や季節を彩る行事など、その土地に生きる知恵や文化そのものを引き継ぐことにもつながって行くと思います。私たちがそんな伝統に関わった仕事をしているのだな～と思いました。

ところで、毎年インフルエンザの流行時期は12月～3月のイメージがあるのに、私の周りでは4月後半になってもインフルエンザ感染者がちらほら出ていました。皆さんのところは大丈夫でしたか？ 体調管理には気をつけていきたいものです(^_^)

* 会報に載せる記事を募集しています！皆さんの情報など、下記まで送ってください。

広報 羽賀田里美

