



平成27年度
食育に関する調査研究会
報告書



ふくしまを “知って!味わう!” 学校給食

食文化の伝承と地場産物の活用



公益財団法人
福島県学校給食会



ま え が き



公益財団法人福島県学校給食会

会 長 佐 藤 俊市郎

皆様には日頃より本会の事業運営に格段のご理解とご支援を賜り誠にありがとうございます。

本会におきましては、平成18年4月に学校給食関係教職員を委員とする食育に関する調査研究会を設置し、学校給食の実施に関し課題になっているテーマを選び研究調査を行っています。最近では「大規模災害と学校給食」（平成24年度）、「学校給食と食物アレルギー」（平成25・26年度）について研究し、その成果を報告書にまとめ広く学校給食関係者に提供しております。

平成27年度は、「食文化の伝承と地場産物の活用」をテーマに研究をすることとしました。福島県は、平成23年3月11日に東日本大震災及び東京電力福島第一原子力発電所事故に見舞われ、とりわけ原発事故（略）による放射能汚染は私たちの食生活に大きな影響を及ぼし、学校給食における地場産物の使用も激減してしまいました。

こうした中、平成25年12月には「日本人の伝統的な食文化（和食）」がユネスコの無形文化遺産に登録され、日本伝来の和食文化のすばらしさが世界中で再認識されました。和食文化は、地域の気候風土の中で郷土食や伝統食として長い年月をかけ育まれてきたものであり、私たちはその中から、豊かな食を楽しむとともに、地域を知り、先人たちの知恵や技を学び今の暮らしに活かしていくことができます。

原発事故後5年がたち、除染や食品の放射性物質検査により地場産物を安心して食べられる環境が整いました。学校給食においても地場産物を活用した食育の復活が期待されます。こうしたことから、県内各地域に伝承されている郷土料理や伝統食を改めて洗い出し、その伝承の由来や今日的意義、栄養成分など様々な観点からこれらを分析・整理し紹介するとともに、そのいくつかについては食育学習指導案として例示しました。

調査研究に当たられました委員の皆様にはたいへんお忙しい本務の間を縫って研究に従事していただき誠にありがとうございました。また、ご指導をいただきました県教育庁健康教育課指導主事本田優子様、福島大学人間発達文化学類教職相談員松浦芳孝様に心から御礼を申し上げます。

本報告書が、学校給食やご家庭において郷土食や伝統食への関心が高まるきっかけとなるとともに、子どもたちや被災者の皆様が改めてふるさとや地域のすばらしさを思い起こしていただき、そのことが復興に向けた元気の源になれば幸いです。

平成28年3月

目 次

| | |
|------------|---|
| ○ ま え が き | |
| I 研究の趣旨 | 1 |
| II 研究の内容 | 1 |
| III 研究の方法 | 1 |
| IV 研究の全体構想 | 2 |
| V 研究の成果 | 3 |

第1章 地場産物・郷土食・伝統食を活用した献立及び地域レポート

《浜通り》

| | |
|---|-----|
| 1 ほっきごはん かつおの揚げ煮 塩昆布（相馬市） | 5 |
| 2 こがれいのから揚げ（相馬市） | 8 |
| （学習指導案 | 95） |
| 3 ずんだだんご（相馬市） | 9 |
| 4 鮭のみそ焼き（相馬市） | 10 |
| 5 冬至かぼちゃ（相馬市） | 11 |
| 6 たこ飯（相馬市） | 12 |
| 7 たこときゅうりのカミカミサラダ なし（相馬市） | 13 |
| 8 ほっきごはん すずきのおろし和え（浪江町） | 14 |
| （学習指導案 | 91） |
| 9 鮭の塩麴焼き（浪江町） | 15 |
| 10 小女子のかきあげ（浪江町） | 16 |
| 11 かつおの揚げ浸し（いわき市） | 17 |
| 12 さんまの竜田揚げ いんげん（十六ささぎ）のごまよごし（いわき市） | 18 |
| 13 目光のから揚げ 茎わかめの炒め煮（いわき市） | 20 |
| 14 凍み大根の煮しめ（いわき市） | 21 |
| （学習指導案 | 93） |
| 15 磐農ビーンズシチュー 梨ジャム（いわき市） | 22 |
| 16 きのごうどん 梨（いわき市） | 23 |
| 17 さんまのぼうぼう焼き（いわき市） | 24 |
| 18 とんかつの卵とじ いちご（いわき市） | 25 |
| 19 赤魚の竜田揚げ 切り昆布と厚揚げの煮びたし いわきこねぎの味噌汁（いわき市） | 26 |
| 20 福島丸かじきカツ 八杯汁（いわき市） | 27 |
| （学習指導案 | 89） |
| 21 豆みそ（葛尾村） | 28 |
| 22 ヤーコンのじゅうねんサラダ 凍みもち入りドーナツ（葛尾村） | 29 |

| | | |
|----|-----------------------|----|
| 23 | じゅうねん和え マミーすいとん (楢葉町) | 30 |
| 24 | きのこ入り五目ふかし (葛尾村) | 31 |
| 25 | 福島牛のメンチカツ (葛尾村) | 32 |

《 中 通 り 》

| | | |
|----|-------------------------------|------|
| 1 | 鶏肉のゆずみそ焼き (福島市) | 33 |
| 2 | ひきなもち (福島市) | 34 |
| | (学習指導案) | 107) |
| 3 | しみ豆腐のみそ汁 りんご (福島市) | 35 |
| 4 | 冬至かぼちゃ (福島市) | 36 |
| 5 | 豆っこ汁 (伊達市) | 37 |
| 6 | シャモメンチカツ あぶくま汁 (川俣町) | 38 |
| | (学習指導案) | 103) |
| 7 | シャモ親子丼 (川俣町) | 39 |
| 8 | もち豚のミートローフ (川俣町) | 40 |
| 9 | シャモ唐揚げ (川俣町) | 41 |
| 10 | 五葉黒豆納豆 ひきないり わくわく汁 (二本松市) | 42 |
| 11 | 長芋のサラダ (本宮市) | 43 |
| 12 | いかにんじん (二本松市) | 44 |
| 13 | なすじゃが (二本松市) | 46 |
| 14 | ざくざく汁 (二本松市) | 47 |
| | (学習指導案) | 101) |
| 15 | グリーンカレー (郡山市) | 48 |
| 16 | みそかんぷら (郡山市) | 49 |
| 17 | 肉だんごと曲がりねぎのスープ (郡山市) | 50 |
| | (学習指導案) | 97) |
| 18 | 重 (郡山市) | 51 |
| 19 | 布引大根の浅づけ (郡山市) | 52 |
| 20 | 白河ラーメン (白河市) | 53 |
| 21 | 糸引き納豆 お煮しめ ブロッコリーの塩昆布和え (白河市) | 54 |
| | (学習指導案) | 105) |
| 22 | 手巻きずし ブルーベリーゼリー (白河市) | 55 |
| 23 | いもがら汁 (塙町) | 56 |
| 24 | 豚肉のじゅうねん焼き 手作りすいとん (鮫川村) | 57 |
| 25 | グルメンチ風ピーマンメンチカツ (三春町) | 58 |
| | (学習指導案) | 99) |

《 会 津 》

| | | |
|---|-----------------------|------|
| 1 | くじら汁 (会津若松市) | 59 |
| 2 | 車ふのミートグラタン (会津若松市) | 60 |
| 3 | 紫黒米のビーンズカレー (会津若松市) | 61 |
| | (学習指導案) | 109) |
| 4 | ぜんまい炒め (会津若松市) | 62 |
| 5 | 豆腐餅 身知らず柿 (会津若松市) | 63 |
| 6 | 身知らず柿とりんごのサラダ (会津若松市) | 64 |

| | | |
|----|--------------------------------|------|
| 7 | 手作り会津のくるみゆべし（会津若松市） | 65 |
| 8 | ぜんびん（会津若松市） | 66 |
| 9 | ソースカツ丼（会津若松市） | 67 |
| 10 | にしんとニラまんじゅうの天ぷら　じゅうねんあえ（会津若松市） | 68 |
| 11 | 立川ごぼうのピリ辛みそ煮（会津若松市） | 69 |
| 12 | 大豆とかぼちゃのみそ和え（籠城食）（会津若松市） | 70 |
| | （学習指導案） | 111) |
| 13 | 会津地鶏と慶徳玉ねぎの卵とじ（会津若松市） | 71 |
| | （学習指導案） | 115) |
| 14 | 館岩かぶの紅色スープ（会津若松市） | 73 |
| 15 | 鶏のえごま味噌焼き　胡瓜と豆麩の酢の物（会津若松市） | 74 |
| 16 | 荒久田茎立フレンチサラダ（会津若松市） | 75 |
| 17 | こづゆ（会津若松市） | 76 |
| | （学習指導案） | 113) |
| 18 | ざくざく（会津若松市） | 77 |
| 19 | アスパラとつまみ鱈の漬物（南会津町） | 78 |
| 20 | ふきの油炒め（南会津町） | 79 |
| 21 | 鶏肉のトマト煮（南会津町） | 81 |
| 22 | しんごろう（下郷町） | 82 |
| | （学習指導案） | 117) |
| 23 | つゆにしめ（南会津町） | 83 |
| 24 | あわごはん　ますフライ（下郷町） | 84 |
| 25 | 花嫁ささぎの煮豆（下郷町） | 85 |

第2章 地場産物・郷土食・伝統食の給食を活用した学習指導案

《浜通り》

| | | |
|---|-------------------------------|-----|
| 1 | 小学校第5学年　総合的な学習の時間「地域の産業や特産物」 | 89 |
| | （献立頁） | 27) |
| 2 | 小学校第5学年　総合的な学習の時間「ふるさと発見」 | 91 |
| | （献立頁） | 14) |
| 3 | 小学校第6学年　総合的な学習の時間「伝統文化を探ろう」 | 93 |
| | （献立頁） | 21) |
| 4 | 中学校第2学年　技術・家庭科（家庭分野）「献立を立てよう」 | 95 |
| | （献立頁） | 8) |

《中通り》

| | | |
|---|------------------------------|-----|
| 1 | 小学校第3学年　社会科「農家の仕事」 | 97 |
| | （献立頁） | 50) |
| 2 | 小学校第5学年　社会科「わたしたちの生活と食料生産」 | 99 |
| | （献立頁） | 58) |
| 3 | 小学校第5学年　総合的な学習の時間「郷土料理」 | 101 |
| | （献立頁） | 47) |
| 4 | 小学校第1学年　学級活動(2)「すききらいなくたべよう」 | 103 |
| | （献立頁） | 38) |

| | | |
|-------|--|-----|
| 5 | 小学校第2学年 学級活動(2) 「野菜大好き」 | 105 |
| | (献立頁) | 54) |
| 6 | 小学校第6学年 総合的な学習の時間 「福島市の魅力を探ろう」 | 107 |
| | (献立頁) | 34) |
| 《会 津》 | | |
| 1 | 小学校第5学年 社会科「わたしたちの生活と食糧生産」 | 109 |
| | (献立頁) | 61) |
| 2 | 小学校第5学年 総合的な学習の時間「会津の歴史を探ろう」 | 111 |
| | (献立頁) | 70) |
| 3 | 小学校第5学年 総合的な学習の時間「発見!会津の郷土料理・行事食「こづゆとどぐど煮」 | 113 |
| | (献立頁) | 76) |
| 4 | 小学校5学年 総合的な学習の時間「会津を食べよう」 | 115 |
| | (献立頁) | 71) |
| 5 | 中学校第1学年 技術・家庭科(家庭分野)「地域の食文化を知ろう」 | 117 |
| | (献立頁) | 82) |

第3章 実践事例資料

| | | |
|---|---------------------------------|-----|
| 1 | 地場産物使用までの実践例 | 121 |
| | (1) 相双方部(相馬市) | 121 |
| | (2) いわき方部(いわき市) | 123 |
| 2 | 福島県教育庁健康教育課事業「いただきます。ふくしまさん」実践例 | 125 |
| | (1) 県中方部(川俣町) | 125 |

第4章 参考資料

| | | |
|---|-----------------|-----|
| 1 | 講演録 | 129 |
| 2 | ふくしまの農林水産物産地マップ | 137 |
| 3 | 福島県の郷土料理 | 138 |
| 4 | 当会取扱福島県産品リスト | 139 |

| | | |
|----|-------------------|-----|
| VI | 研究を終えて | 141 |
| | ◇ 講師・委員の先生方より一言 | 142 |
| | ◇ 参考文献等 | 143 |
| | ◇ 食育に関する調査研究会設置要項 | 144 |
| | ◇ 食育に関する調査研究委員等名 | 145 |
| | ◇ あとがき | |