

ふくしまを

“知って！
味わう！”

学校給食Ⅱ

～行事食と食文化の伝承～



先人が毎日の生活の中で残して

くれた伝統的な行事にあわせた

「伝統食」「郷土食」。

旬の食材を取り入れ

地域の味として古くから

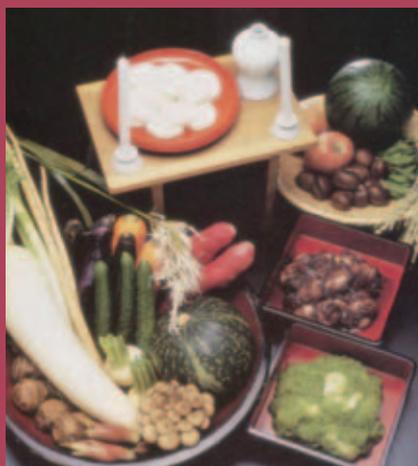
守られてきた「和食文化」。

地域の自然や食文化、そして

産業に対する理解を深める上で

学校給食の献立に行事食を取り

入れ、郷土愛を育みます。



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、学校給食において課題になっているテーマを選択し調査研究を行っています。

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、福島県内の郷土食・伝統食を学校給食の献立にとりまとめ、さらに食育指導に活用するための指導案を作成し、広く学校給食関係者の方々に提供したところです。

平成28年度は、昨年度に引き続き第二弾として「行事食と食文化の伝承」をテーマに郷土に長く伝わってきた行事食について研究を進めてきました。

行事食は和食文化の原点であり、四季折々の節目にふさわしい祭りや行事には、その地域に根ざし気候風土にあった作物で作られた料理が、もてなしや感謝の心と共に受け継がれてきました。

現在、食文化の伝承は家庭においても薄れつつあり、学校給食での取組が重要視されております。各地域の行事食を学校給食に積極的に取り入れることにより、子どもたちが先人の知恵と地域の文化や伝統についての理解と関心を高める契機となることを願っています。

また、学校給食を通して味わい体験をすることで、行事食のよさを取り入れるとともに、郷土愛・感謝の心・食べる力など食育で育む力を身に付けていただきたいと期待しております。

このようなことから、改めて福島県内の行事食について洗い出しや聞き取り調査などを行い、そのいわれ（謂われ）や献立の工夫、栄養量、さらに指導資料・放送資料等についても細部にわたり分析、整理するとともに、活用しやすく、作って楽しく学べる報告書としてまとめてみました。

さらに、新たに「オリジナル行事食」も開発しましたので、ご活用いただければと願っております。

福島県教育委員会では、平成28年度の福島県産食材の活用率が、品目数ベースで32.3%と東日本大震災後初めて3割を上回り、震災前と同水準まで回復したと発表しております。

学校給食での県産食材使用率も高くなってきており、県内各地区の「食育」の向上に大いに資していたる状況となってきております。

改めて、調査研究に当たられました委員の皆様には、お忙しい中、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様に心から御礼を申し上げます。

本報告書により学校給食やご家庭において行事食等への関心が更に高まるとともに、ふるさとや地域のすばらしさを再確認していただければ幸いです。

平成29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 月毎の行事食を活用した献立及び給食時間の指導資料

《 4 月 》

1 浜通り 入学・進級祝い（赤飯）	4・5
2 中通り 入学・進級のお祝い（赤飯）	6・7
3 会 津 入学・進級おめでとう（菜の花和え）	8・9

《 5 月 》

1 浜通り こどもの日（たけのこごはん・かつおの竜田揚げ・柏もち）	10・11
2 中通り こどもの日（たけのこごはん・柏もち）	12・13
3 中通り 端午の節句（ちまき）	14・15
4 中通り 端午の節句（かつおのごまみそ和え）	16・17
5 会 津 こどもの日（たけのこごはん）	18・19
6 中通り 田植えの頃（凍み大根の煮物）	20・21
7 会 津 さなぶり（たけのことにしんの煮物）	22・23
8 会 津 わかば弁当給食（山菜ご飯・空豆）	24・25

《 6 月 》

1 中通り 歯と口の健康週間（切り干し大根の炒め煮・するめ）	26・27
2 会 津 歯と口の健康週間（かみかみサラダ・ししゃもから揚げ）	28・29
3 中通り おさなぶり（青ばた豆入り赤飯・三度豆のみそ汁）	30・31
4 会 津 入梅（梅ごはん・いわしのかばやき）	32・33

《 7 月 》

1 浜通り 七夕（七夕汁）	34・35
2 中通り 七夕（七夕そうめん汁）	36・37
3 会 津 七夕（七夕汁）	38・39
4 浜通り 相馬野馬追（かつおの揚げ煮・きゅうりの昆布漬け・勝ち栗）	40・41
5 中通り きうり天王祭（キューカンバーカレー）	42・43
6 会 津 土用の丑の日（うなぎごはん）	44・45
7 会 津 祇園祭り（ふきの油炒め・つゆ煮しめ）	46・47

《 8 月 》

- | | | | |
|---|-----|-----------------------|-------|
| 1 | 浜通り | じゃんがら (いんげんのごまよごし) | 48・49 |
| 2 | 中通り | 野菜の日 (夏野菜カレー) | 50・51 |
| 3 | 会津 | お盆料理 (まんじゅうの天ぷら・南蛮ぜい) | 52・53 |

《 9 月 》

- | | | | |
|---|-----|------------------------|-------|
| 1 | 浜通り | お月見 (さつまいも入りみたらし団子と梨) | 54・55 |
| 2 | 中通り | お月見 (お月見汁) | 56・57 |
| 3 | 会津 | 十五夜 (ぬた団子・お月見卵) | 58・59 |
| 4 | 会津 | 重陽の節句 (菊花和え) | 60・61 |
| 5 | 会津 | 会津まつり (小菊かぼちゃのみそ煮・こづゆ) | 62・63 |
| 6 | 中通り | 敬老の日 (ひじきとお豆のサラダ) | 64・65 |
| 7 | 浜通り | 秋分の日 (ごまおはぎ) | 66・67 |
| 8 | 中通り | 秋彼岸 (切り昆布ごはん) | 68・69 |

《 10 月 》

- | | | | |
|---|-----|---------------------|-------|
| 1 | 浜通り | ハロウィン (かぼちゃのスープ) | 70・71 |
| 2 | 中通り | 目の愛護デー (かぼちゃのポタージュ) | 72・73 |
| 3 | 会津 | 目の愛護デー (ブルーベリータルト) | 74・75 |
| 4 | 中通り | 十三夜 (枝豆ごはん) | 76・77 |
| 5 | 会津 | 芋煮会 (芋汁) | 78・79 |

《 11 月 》

- | | | | |
|---|-----|--------------------------------------|-------|
| 1 | 浜通り | 収穫お祝い (菊花和え) | 80・81 |
| 2 | 浜通り | いい歯の日 (小魚ポリポリ) | 82・83 |
| 3 | 浜通り | いい歯の日 (カミカミサラダ・ししゃもの米粉揚げ・ビーンズドライカレー) | 84・85 |
| 4 | 中通り | 十三講・太子講、和食の日 (引き菜もち・肉汁) | 86・87 |
| 5 | 中通り | 勤労感謝の日 (栗ときのこのごはん) | 88・89 |
| 6 | 会津 | 和食の日 (松風焼き・ごま和え) | 90・91 |

《 12 月 》

- | | | | |
|---|-----|--------------------|---------|
| 1 | 浜通り | 大師講 (大師講団子) | 92・93 |
| 2 | 浜通り | 冬至 (冬至かぼちゃ) | 94・95 |
| 3 | 中通り | 冬至 (かぼちゃの鶏そぼろあんかけ) | 96・97 |
| 4 | 会津 | 冬至 (冬至かぼちゃ) | 98・99 |
| 5 | 浜通り | すす払い (こんにゃくのきんぴら) | 100・101 |
| 6 | 中通り | クリスマス (タンドリーチキン) | 102・103 |

《 1 月 》

1	浜通り	お正月（おひら）	104・105
2	浜通り	お正月（せり入り雑煮）	106・107
3	中通り	お正月（凍み豆腐入り雑煮）	108・109
4	会津	歳の神（ざくざく煮・するめ）	110・111
5	浜通り	七草（七草汁）	112・113
6	中通り	七草（七草すいとん）	114・115
7	会津	七草（七草ごはん）	116・117
8	会津	十日市（くるみ和え・こづゆ）	118・119
9	中通り	学校給食週間（おにぎり・鮭の塩焼き）	120・121
10	会津	二十日正月（団子汁・豆かずのこ）	122・123

《 2 月 》

1	浜通り	節分（いわしの揚げ浸し）	124・125
2	中通り	節分（いわしのかば焼き）	126・127
3	会津	節分（ざくざく・いわしのごま揚げ・節分豆）	128・129
4	会津	初午料（きつねうどん・つむづかり・おからく団子）	130・131

《 3 月 》

1	浜通り	ひな祭り（ちらし寿司・すまし汁）	132・133
2	中通り	ひな祭り（ちらし寿司・桜もち）	134・135
3	会津	ひな祭り（ちらし寿司）	136・137
4	会津	彼岸（ぼた餅）	138・139
5	浜通り	卒業お祝い（ツナごはん）	140・141
6	会津	卒業・修了お祝い（お赤飯）	142・143
7	中通り	受験生頑張れ（ソースカツ・れんこんサラダ）	144・145

《 新オリジナル行事食 》

1	浜通り6月	衣替え（グリーンピースごはん）	146・147
2	中通り6月	中体連応援（キムチチャーハン）	148・149
3	浜通り9月	飯野八幡宮 流鏝馬（流鏝馬汁）	150・151
4	浜通り11月	おかえりなさいかじきカツ（福島丸かじきカツ）	152・153
5	浜通り1月	学校給食週間（セルフおにぎり）	154・155
6	会津2～3月	選択給食（クラスミニバイキング）	156～159
7	浜通り通年	冠婚葬祭（茶ぶかし・八杯汁）	160・161
	伊達市保原の奇祭	「つつこ引き祭り」	162

第2章 お勧め行事食実践事例

《 浜通り 》	
1 卒業祝 テーブルマナー	164～168
《 中通り 》	
2 郡山市のソウルフードキャベツ餅	169
《 会 津 》	
3 会津の歴史にふれる給食の旅	170～173
会津まつりの様子	174

第3章 各地域の特色のある行事食・トピックス

《 浜通り 》	
1 いわき市 「飯野八幡宮の例大祭と八十八膳献饌」	176～178
《 中通り 》	
2 伊達市霊山町 「太子講膳について」	179
3 白河市 「白河提灯まつり」	180
《 会 津 》	
4 南会津郡 「大晦日・冠婚葬祭の料理 “お平”」	181
伝統料理ひとこと「つと豆腐」	182

第4章 参考資料

1 講演録「福島県の行事食」	184～200
2 会津の郷土料理御膳 例	201～204
3 会津のお正月料理 例	205
4 講話録	206～209
5 行事食の認識度（アンケート調査）	210～213
福島県産の果物・野菜の一部	214

第5章 公益財団法人福島県学校給食会が取り扱っている福島県産食品

.....	216～218
-------	---------

VI 研究を終えて	219・220
◇ 参考文献等	221
◇ 食育に関する調査研究会設置要項	222
◇ 食育に関する調査研究会委員等名	223
◇ あとがき	224