

学校給食



◆特集

日本の食文化を伝えよう

一汁三菜の 和食クラスバイキング

ウエルシュ菌食中毒について

兵庫県 きょうの給食なーに?



食文化を学ぶ、 和食クラスバイキング

東京都練馬区立八坂中学校

取材・編集部／協力、資料提供・八坂中学校、飯島敬子栄養教諭
・三信化工株式会社、海老原誠治氏
※本文中の取り組みは平成25年度のものであります。

練馬区立八坂中学校（生徒数283名，児島泰彦校長）は，飯島敬子栄養教諭を中心に，食育に熱心に取り組んでいる学校です。地元の白石農園との連携で行う農業体験学習では，野菜栽培・収穫体験や，子豚とのふれあいを通した「命をいただくこと」の授業。また，教科と関連した食の授業や，家庭と連携した食育講演会，学校給食試食会などの取り組みも盛んです。

給食は自校式で，調理員は6名，食数は330食で，和食を中心に実施しています。毎年行っている“クラスバイキング”は，「食事を一人で食べている生徒が多く，何とかできないか」と考えた飯島栄養教諭が，クラス全員で取り分けながら，仲良く食事を楽しんでほしい，との思いから始められ，今年で10年目になります。

今年は，昨年12月，「和食；日本人の伝統的な食文化」が国連教育科学文化機関（ユネスコ）の，無形文化遺産登録に決定したことから，給食でも和食の良さや日本の食文化を子どもたちに伝えたいと，和食器を使った一汁三菜の和食クラスバイキングを実施することになりました。

会食の様子は，特集2（58～61p）でレポートしていますが，本稿では，資源と環境の教育を考える会『エコが見える学校』

の海老原誠治氏（三信化工株式会社）をゲストティーチャーに迎えて行われた事前指導の学習と，バイキングの実施手順等を，生徒の感想と共にまとめていきます。

和食クラスバイキング の事前指導

和食クラスバイキングは，今年2～3月にかけて実施されましたが，1年生3クラス，2年生3クラスには，それぞれ1時間ずつ時間を取り，事前指導が行われました。なお，3年生については，毎年バイキング方式の指導は行ってきたため特別に事前指導の時間は設けず，卒業バイキングとして実施されました。

本稿では，2年3組の事前指導の内容をご紹介します。授業は，T3（澤田敦行担任教諭・飯島敬子栄養教諭・ゲストティーチャー海老原誠治氏）で行われ，導入部分を担任教諭が担当しました。澤田教諭によって無形文化遺産に登録決定された和食について簡単な説明がされると，生徒の興味関心が高まってきました。

そして今回，和食クラスバイキングが実施される理由と意義については，次の流れで飯島栄養教諭が説明します。

す。ご飯は左、汁物は右、主菜はこの位置です。こういうそろえ方を覚えてください。

またここ（写真A）に、2年生が国語の時間にプレゼンテーションした発表資料があります。欧米化していく日本の食生活について調べてくれました。和食中心から洋食メインとなり、肉や油の摂取が増え、ご飯や野菜の摂取が減ったとあります。非米食圏では、心筋梗塞の死亡率も高いことがわかります。

私たちは健康を保つために、血液によって体中に酸素や栄養を運んでいます。血管がもし詰まったり、細くなったら？ 血液が流れなくなり、心筋梗塞や脳梗塞という病気の発症につながります。サラサラな血液にするための、『オ（お茶）サ（魚）カ（海藻）ナ（納豆）ス（酢）キ（キノコ）ヤ（野菜）ネ（ネギ）』という標語を発表してくれたお友達もいました（写真B）。これってどう？ 日本人が昔から食べてきたものですよね。和食にはバランスよくこれらの食材が入っています」。

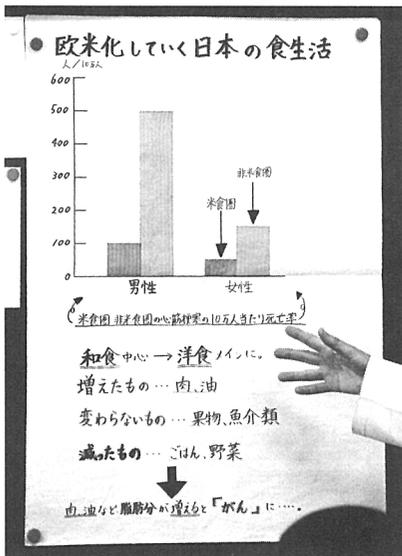
（3）和食の文化を伝える

和食クラスバイキングをなぜ実施するのかについて説明。

「このような和食の文化を、みんなで伝えていきましょう、という意味で、和食のクラスバイキングを実施します。皆さんが興味を持たないと、和食をつなげていくことができませんよね。日本の一汁三菜の基本は、私たちの健康にとってとても大切です。それを無形文化遺産として残すという意味を理解し、その良さを自分の生活で実践することです。日本の伝統的な食文化を守って、育てて、つなげていきましょう。

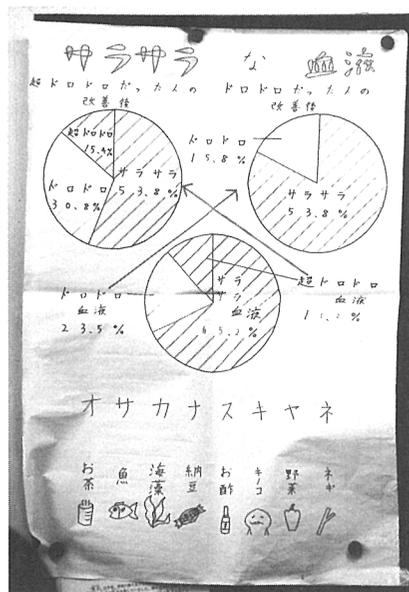
当日は、ご飯とみそ汁を自分でよそうことになります。自分の活動量に合わせた量を選びましょう。おかずはすでに盛られているので、ご飯とみそ汁の量で調整してください。みそ汁はカツオ節のだしの味を楽しみましょう。油揚げと豆腐が入っていますが、白石農園のほうれん草と三陸のわかめ、もやしは自分でトッピングします。マナーを守って、楽しく会食しましょう」。

A 欧米化していく日本の食文化（生徒作成）



洋食中心になり、ご飯や野菜の摂取が減った

B サラサラな血液（生徒作成）



オ（お茶）サ（魚）カ（海藻）ナ（納豆）ス（酢）キ（キノコ）ヤ（野菜）ネ（ネギ）

食・生活・文化と器のはなし

ゲストティーチャーの海老原誠治氏は、食器のスペシャリストとして登場し、和食器を入口にして、日本の文化や歴史について考える授業を展開しました。グループごとに机を移動させ、両面コピーされたパネルを両手に持ち、中央で歩きながら話をする独特のスタイルに、生徒たちも興味津々です。各グループには和食器が配られ、ワークシヨップも行います。

(1) 和食器に描かれている日本人の心

実物の和食器に触れてもらい、そこに描かれている絵柄や共通点を話し合う。

「この小さいお皿に描かれている風景は何かわかりますか？ 『いかだ流し』です。山奥で切ってきた木を、昔はトラックがないため、こんなふうにして川に流して運びました。木が溜まった所を『木場』と

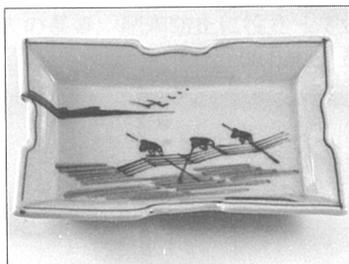
も言います。『新木場』という東京湾近くの地名もここから来ています。このように昔は、命がけで材木を運んでいました。

こういう景色を『風物』と言いますが、その背景をいろいろと考えることができます。お茶碗を見てください。みんなでこのお茶碗に何の柄が描き込まれているか、考えてみましょう。昔の人が何を思っていたかを想像していただきたい。

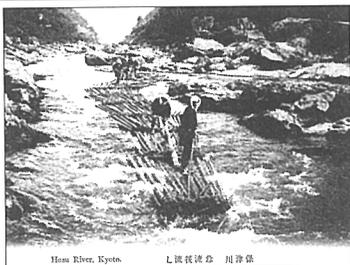
[グループで、何の柄かを考えて書き込む]

ここには四季が描かれています。雪の結晶、雷、秋草の露、春霞と、四季を通じたあるテーマがあります。それは『水』です。水は生きる上で重要ですが、昔の人は水をととても大切に思い、敬っていました。自然や風土、水に関しての思いを柄にしていたんですね。

お茶碗の内側には松竹梅を表す柄が描いてあります。この柄はよく見かけますので覚えてほしいと思います。冷蔵庫や温室のない昔の日本では、その季節に食べられる



▲「いかだ流し」が描かれた角皿
▶京都・保津川のいかだ流し

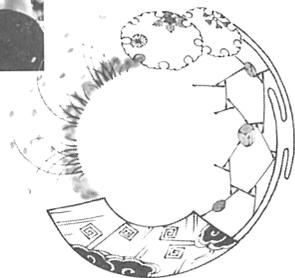


Hono River, Kyoto 川舟運 川舟運



▲右の柄は何を表現しているか、グループごとに話し合う

何の柄だろう？
グループごとに考える



「いかだ流し」という風物詩が描かれている

食材が限られていました。長い冬を終え、春一番に咲く梅の花は、めでたい気持ちで迎えられ、松竹梅の柄はおめでたいお祝い事に登場します。日本の器は年間を通じて季節や行事、お祝い事によって器の種類を変えて使う良さもあります。

また、昔の人達は自然に感謝するだけでなく、犠牲になったものに対して、『ごめんね、ありがとう』という気持ちを持っていました。それは、鯨やバツタ、川に架ける橋にまでもお墓を建てていたことに見ることもできます。道具や生き物、自然に対する敬う気持ちが表れています。

なぜこのような気持ちが培われたかという点、『つくも神』という考え方が関係しています。道具が古くなるとお化けになって、捨てられた道具が人間に復讐する、と信じられていました。ですから、物を大事にして、食器が少し壊れても『繕う』という文化も生まれました。こうした和の文化、独特の考え方も知ってください」。

(2) 和食器の味わい方

和食器の特長と器の味わい方を説明する。

「夫婦茶碗や親子茶碗など、人間の手のサイズに合わせた食器を使うのは、日本特有です。外国ではみんなそろった物を使います。日本の家庭では、自分用の箸やお茶碗があったりします。これは、外国と日本、どちらがいいか、という話ではありません。日本の良い文化の一つ、ということです。

手元の食器を見てください。後ろ側に丸い輪っかがありますね。これを『高台』と言います。また、つるつるした部分は『釉薬』、うわぐすりです。もう一つ、湯飲みを取って、クルクル回しながらよく見てください。こちらで見るのと模様が違います。これを『表情』『景色』と言います。

この向きがいいな、という向きを見つけてください。これが、焼き物の見方です。よく見ると同じ物は一つもないのです。どの向きがいいか、という価値観は人と同じじゃなくてもいい、というのも日本の和の



生き物や道具を
敬う気持ちを知る

それぞれの価値観で、焼き物を味わう



▲「松竹梅」の文様を確かめる
◀それぞれ湯飲みを持ち、自分の好きな向きを探す

文化です。次に、目をつぶって表面を触ってください。ツルツルの部分がありますね。口につけると『口触り』です。焼き物は、目で見ただけでなく、口を使ったり、人間の五感を使って味わうものなんです。いろいろな人によって味わい方も違い、こうしたところから『一期一会』『かけがえのない』という単語も出てきます」。

(3) 世界をつなぐ、文様・文化

日本の文化は海外のさまざまな影響を受けて成り立っていることを説明。

「大きめのお皿に、ぐるぐるとした文様がありますね。これは『唐草』という文様です。よく見る文様だと思いますが、どろぼうが包む風呂敷の文様もそうです。この唐草文様は、実はギリシャやエジプトから、世界中をわたって、日本に伝わってきました。トルコやイスタンブールのタイルにも唐草文様が描かれています。また、カンボジアのアンコールワットなどの遺跡にも見ることができます。このように、柄が世界

中の文化に影響し合っているのです。

このように伝わった唐草文様が、日本で進化して、蛸唐草という文様も生まれました。日本の文化が一番いい、というのではなく、このように世界のいろいろな価値観がお互い影響し合って認め合うからこそ、新たな文化が生まれることを知ってください。和食に関しても同じです。こうしていろいろな所に和の文化は隠されています。自分たちはどんな国で育ってきたのか、考える機会にしてほしいと思います」。

(4) ワークシート結果

海老原氏の話に、どれだけ興味関心を持ったかについて、ワークシートから集計したものが、図2です。1番興味を示している項目は、「季節で味わう器」、次いで「五感で味わう器」「松竹梅」となっています。この結果を見ると、グループで話し合ったり、実物を見たり触ったりした項目を、より強く印象付けていることがわかります。生徒の感想を次に挙げます。



▲両面パネルで説明する海老原誠司氏

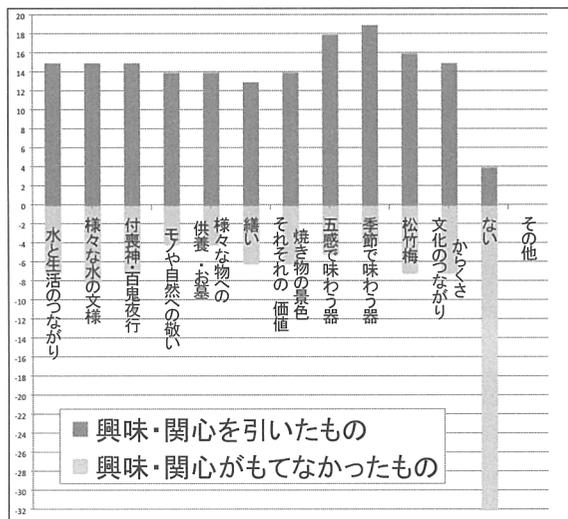
世界の文化とのつながり



アンコールワットなどの遺跡群 @ カンボジア

▲日本の唐草文様のルーツを写真で紹介していく

図2 授業における受容性(中学2年生・2クラス分)



※本誌で紹介した授業プログラムを受講した2クラス分の集計(海老原氏作成)

○昔の人が鯨やバツタなどにもお墓をつくっていたことにびっくりしました。つくも神は少し親に話を聞いたことはありましたが、改めて話を聞いて、物は大切に扱わないといけないなと思いました。

和食クラスバイキング いよいよ、実践!

(1) 実施要項と当日の流れ

1. 目標

- ①ほかの友達のことも考えて料理を取り、マナーを守ってみんなが楽しく食事ができるようにする。
- ②家庭科や食育で学習したことを実践し、一汁三菜のバランスのとれた食事をする。
- ③学校でお世話になっている先生方、主事さん方と会食を楽しむ。

2. 内容(全学年テーブルバイキング方式)

○事前準備

- ・座席表—給食時間の生活班の名前を給食委員が座席表に記入し、クラスバイキング

の前日までに作成し、栄養教諭に提出する。

・班編成一グループを作り、班ごとの人数を決める。生徒、担任のほか一緒に会食する教職員の席は、担任の先生と相談して決め、出席者に周知する。

・前日の放課後、給食委員は多目的室で会場準備をする。

○当日の流れ

12:35~12:40

4時間目が終了したら、手を洗い、会場に移動する。(トイレはなるべく3時間目の休み時間に済ませておく)

~12:45

座席を確認して着席し、全員がそろうまで静かに待つ。

・はじめのあいさつ(給食委員—お客様の紹介と「いただきます」のあいさつ)

~13:15

・楽しく会食する。(バイキング給食なので、自分の食べる量を自分で調節する)

13:15~

・ごちそうさまのあいさつ(給食委員—後片付けの仕方の説明と「ごちそうさま」のあいさつ)

~13:20

みんな協力して、テーブルの上の同じ食器を重ねて後片付け用の配膳台に戻してか



▲和食器はパン箱に入れて慎重に運ぶ

▼バイキングの進行役は給食委員が務める



児島泰彦校長よりあいさつ

給食に向けて勉強を進めてきたと思いますが、和食ってなんだかいいですね。今日はみんなと和食が食べられるのをすごくうれしく思っています。和食の食器もちゃんと使っています。こういう機会って実はなかなかないんです。いろいろな人の支えに感謝しながら会食できたらと思っています。



▼普段よりも“おしとやかに”和食器を扱いながら会食は進んだ



ら教室に戻る。

・給食委員と給食当番は、残って最後の片付けをする。(テーブルクロスを片付けやすい位置の移動、ワゴンの運搬など)

○事後指導

・当日の終学活等の時間にて一各自ワークシートに記入し、反省をする。

(2) セッティングとメニュー内容

和食クラスバイキングのメニューは、通常の給食にプラスして温かいみそ汁と、デザートが付きます。会場には、飯島栄養教諭が自宅等から集めてきた3台のコンロが用意され、鉄鍋でみそ汁を温めます。またデザートは白玉は、きな粉、あんこ、ごまの中から事前に生徒が選んだものが用意さ

れ、加えて果物も大皿に盛られます。

食器は、給食食器は使わず、和食バイキングのために用意された和食器で、ご飯茶碗、汁椀、主菜・副菜用の絵付け皿が用意され、黒盆に配膳します。これらの食器は、海老原氏との連携で用意されたものです。

また、和食器の準備や盛り付け、洗浄など、とても手間がかかる作業となりますが、調理員さんの食育への理解と全面的な協力があり、実施されていました。

実施されたメニュー内容(牛乳・デザート以外を明記)は下記の通りです。

[1年1組] ご飯、しまほっけの一夜干し、肉じゃが、ごまあえ、みそ汁

[1年2組] ご飯、魚のかば焼き、小松菜の油炒め、五目きんぴら、みそ汁

2年1組 学級通信
まっすぐ NO. 26
平成26年 2月7日(金)
発行：一ノ瀬 純

世界初の「歴史の証人」にみ谷さんはなりました。
その名も「和食クラスバイキング」!!

鍋のみぞれ煮、煮物、きゅうりとわかめの和え物がきれいに和食器に用意されており、ご飯とみそ汁、デザートのみを分けて食べていただきました。
事前学習で、「和食器」について学び、その重厚な食器にいつもよりやや緊張気味! ?の様子でスタートしましたが、スペシャルゲストの真中先生も迎え、楽しく食食ができました。

2-1のために特別に調理員さんも給食を作って下さったこともあり、食事後は給食室まで行き、一人一人「ありがとうございます!」「ごちそうさまでした!」「おいしかったです!」と元気に挨拶にいきました。その「ありがとう」の言葉が、きっと調理員さんの「おいしい給食をつくろう!」というエールに響きます。そして、み谷さんはまた「おいしい! ありがとうございます!」と言える、「ありがとうの循環」が生まれる学校、クラス、人間関係、素敵だと思いませんか?

資料1 2年1組の学級通信

和食クラスバイキングを実施した各クラスの学級通信で、当日の様子が写真付きで紹介された

「和食」の無形文化遺産登録について

～生徒の感想～

○私も日本人なので、自分が生まれ育った国の食文化が登録されたのでうれしいし、とても誇りに思います。これからも日本の食文化“和食”を大切にしていこうと思いました。

○和食って普通に考えると「ふう～ん」って感じだけど、授業や給食などでやって改めて考えると和食は良いなあー! スゴイ! と思えた!!

○私たちが普段家や学校で食べている「お米、みそ汁、魚」などが、文化遺産だと思うと毎回ちゃんと丁寧に食べたいと思うようになりました。日本人の食文化を崩さないためにも、きちんと残さず食べたいです。

○とてもうれしいけれど、もっと積極的に和食の文化を世界に発信するべきだと思う。また、これをきっかけに日本の和食離れも改善していくべきだと思う。

○母国の食文化が世界に認められてとても光栄なことだと思います。これからドンドンほかの日本のことを世界のいろいろな人びとに知ってもらい、好きになってもらいたいと思いました。

和食クラスバイキングについて ～生徒の感想～

○いつも食べているおいしい和食を、和食器を使って食べたならよりおいしくなった気がします。

○いつもと違って和食器を使ったらもっと和食感が楽しめた!! これが和食なんだなと思った。

○和食器にはいろいろな色や形があり、食べている時、集めた時に面白かったです。また、今日の給食はおみそ汁がほかほかの状態です。とてもおいしかったです。魚の塩気も抜群でした。

○いつもの給食を和食器を使って食べることで和食の素晴らしさ、おいしさを改めて実感した。また、楽しく会食することで、いつもおいしい給食がよりおいしく食べることができた。

○和食器を使って食べた食事は、料理の味だけでなく、料理が入っている食器と食べ終わった後の食器を見て楽しむことができた。とてもおいしい料理を作ってください、ありがとうございました。

○私は今まで、あまり和食器に触れたことがありませんでした。だから事前学習も含めて今回の経験はとても大切なものになりました。食育が盛んな八坂中だからこそできたことだと思います。和食バイキングを実施して下さった飯島先生、おいしい給食を作ってくださいました調理員さん、ありがとうございました。

- [1年3組] ご飯、揚げ鶏のレモン風味、いかと大根の煮物、アーモンドあえ、みそ汁
- [2年1組] ご飯、さばのみぞれ煮、野菜のうま煮、わかめときゅうりの酢の物、みそ汁
- [2年2組] ご飯、さばの文化干し、じゃがいものきんぴら煮、おひたし、みそ汁
- [2年3組] ご飯、まぐろのかりんとがらめ、野菜の煮物、茎わかめとこんにゃくのいり煮、みそ汁
- [みどり学級] ご飯、さばのみそ煮、野菜のうま煮、わかめときゅうりの酢の物、みそ汁
- [3年1組] リクエストおにぎり4種、サバの文化干し、ほうれん草ごまあえ、呉汁
- [3年2組] リクエストおにぎり4種、アジフライ、切干大根の含め煮、野菜のたっぷり汁
- [3年3組] リクエストおにぎり4種、わかさぎの南蛮漬け、小松菜のみぞれあえ、吉野汁

(3) 生徒の感想

和食クラスバイキングの様子や生徒の感想は、学校だよりや学級通信(資料1)、給食だよりで伝えられました。生徒の感想を抜粋してご紹介します(44～45p)。

和食の文化を伝える形

バイキング給食に関する生徒の感想を見ると、『日本人としての誇り』を感じた生

徒が多くいたことに、私たち教員が驚きました」と飯島栄養教諭が言うように、無形文化遺産登録に際し、和食や日本の文化を改めてすごいと実感しています。

飯島栄養教諭は、「子どもたちにとって和食は当たり前で取り立てての給食ではないのですが、いつもの和食の給食を和食器に盛り付けるという和食バイキングは、中学生にとってかなり新鮮な体験だったようです」と、大変効果的な取り組みであったと、語ります。日本の食文化を子どもたちに伝える機会はさまざまにあると思いますが、今回は無形文化遺産登録のタイミング、和食器という切り口、和食バイキングという楽しい会食の中で、それぞれが相乗的に効果を上げたといえるでしょう。

また日ごろの和食中心の給食と、平成16年から続けてきたクラスバイキングの下地があるからこそ、今回の和食バイキングがタイミングよく実施でき、調理員さんの協力の下、スムーズに行うことができたのだと思います。(編集部・望月章子)