

# 校内桜花の調理実習等への活用の取り組み

家庭科 後藤 卷子

食物栄養系列「調理Ⅲ」科目では、専門的な知識・技術を習得して応用する力を養うことを目的として、前期に様式別調理の基礎を学ばせている。日本料理の特徴について理解を深めさせるとき、生徒の日常・行事および郷土の食文化体験の不足を補うため、伝統的食品の加工を取りあげている。本校内の八重桜の花と葉を塩漬け加工し、調理実習の食材に活用するほか、校内行事やTSASAEでの接待などで、場面に応じた利用を試みている。

〔我が国の伝統的加工食品〕〔食文化体験〕〔桜花塩漬け〕〔桜花の応用活用〕〔干し柿〕

## Ⅰ. はじめに

本校内は農場や工場などを有する広い敷地に、ヒマラヤスギ、銀杏、桜などが訪れる人を感動させるほど均整のとれた大樹となり見事な景観をつくっている。新入生を迎える頃に校庭の中央に重量感をもって咲き誇る吉野桜が青葉に代わった後は、正門から校舎への並木に八重桜が見ごたえの時季を迎える。これは、職業学科時代の卒業記念樹である。当初樹上まで手の届く若木であったこれらの木々も年を経てたくましい大木に育った。

調理Ⅲでは季節感を存分に感じることで本校生徒に、季節の移りゆく繊細さと、日本料理等への感性を磨く食文化体験を実施させることを試みている。

## Ⅱ. 伝統的加工食品づくり食文化体験から

梅干し、らっきょう、干し柿、干し芋、餅つき、白菜漬け、沢庵漬け……。以前は一般家庭で作られていた加工食品だ。私は、味噌、醤油ほか、茹藕、蕎麦、うどんまでも栽培・粉挽き・加工までの一連作業を幼少から身近に体験する環境で育ったため、当然それらの継承を受け止めていたものだった。ところがそれら加工品は今や“購入するもの”となり、現在では「手前みそ」という言葉の意味を知る高校生もいなくなった。私自身もその後、家庭での伝統的食品を加工する機会も殆どなく過ごし、加工の手間や新鮮材料の入手等を考えると、とまどい足踏みしてしまうほど便利生活が染みこんだ生活になった。

しかし一方では懐かしむ思いで梅干しを手作りしたいといった願望が残っている。毎初夏に出版される漬け物特集を組む調理誌の紹介記事は楽しみである。ある年、桜の花と葉の塩漬け現場を紹介する大島の食品加工記事に感動し、写真から桜花の香り（桜餅を通じて感じる独

特の香りのこと）を充分に感じ取った。強烈な印象であった。一重の吉野桜ではなく、花びらが散らない八重桜を用いるということも理解した。

## Ⅲ. 本校生徒の食文化未体験の状況

総合学科第二期生より選択科目「調理Ⅲ」を担当することになった。

◇「調理Ⅲ」授業内容の要約

- (1) 様式別調理の歴史と特徴および実習  
①日本料理 ②西洋料理 ③中国料理
- (2) 我が国の食物の歴史
- (3) 病態栄養と病人食および実習
- (4) 食品の加工
- (5) 大量調理

総合学科で系列選択制となった食物栄養系列では、家庭科内でもアパレル系列と分離精選され、「調理Ⅰ～Ⅲ」科目の選択者は3年間で8単位、さらに関連する科目を含めると計14単位の専門科目の修得となる。生徒にはその道でのスペシャリストとして活躍を目指す者もある。当然調理への関心も高く、また生活文化体験などの環境を有する者を想像した。しかし期待を裏切り、調理Ⅲ選択生であってもその食生活体験のレベルは“現代”そのものを象徴していた。

- ・調理実習での残飯から感じる、食べ物を捨てることに悪気を感じない態度は、口に入る段階までの食物の成り立ちを体験しない故、“当たり前の行動”である。
- ・食べ物は企業が作ってくれるものであり、レトルト調味料を加えることでしかその料理は作れないという思いこみが大変強い。
- ・調理や調味を少々間違えたときに、それを手直しして食べるという発想を持たない。捨てるという方向で発

想する。

様式別調理や食文化等を広く理解させ、実際の調理技術や応用へと役立てられることを目的として授業内容を構成するにあたり、まず日本料理の食事の歴史や生活などを紹介し、基礎知識として必要な食文化体験の不足を補う内容を組み入れる必要を感じた。

#### IV. 生徒への食文化体験の実施へ

生徒世代の食生活体験と指導内容で扱っていた日本料理そのもの間には、感覚に大きなギャップを感じた。現代和食の材料、和食の盛りつけ、和食器の特徴、和食の食べ方のそれぞれが、日本人の生活に密着して成り立っているはずのものであるのに、なぜ生徒の世代ではそれが受容しにくいのか。その疑問から、日本料理の授業内容に和室で食事をする経験を取り入れることにした。

##### (1) 和室生活での食事体験の工夫

お膳も座卓もない校内設備で実現は難しかった。そこで、和室での和菓子和抹茶のいただき方を体験させる内容に切り替え、和室での座姿勢で、腰の高さにある卓に乗った食器でいただくという、本来の和の食事の姿を体験させることができた。

##### (2) 抹茶点前の体験

前日に自分らで調理しておいた和菓子を、自分で点てた抹茶とともにいただくという体験は、予想以上に生徒には好評であった。普段家庭では緑茶さえ淹れる機会が少ないらしく、まして初めて茶筌を用いて抹茶を点てる仕草には、抑えた言動にも満足感が隠しきれないようであった。ただ、正座ができない生徒の多いことには閉口する実習ではあった。しかし調理Ⅲ選択者は3年次生であるため、この時期進路面接等への関心も強く、座敷でのお辞儀の仕方なども取り入れてみると、立ち居振る舞いの指導にも大変興味を示した。

##### (2) 和室食事体験による日本料理の特徴の理解

洋食器などに比べ、和食器が深く小振りである理由や、その形の多彩さ、陶器の使用の多いこと、漆器の性質、盛りつけ方の特徴、糸底を有する故の箸使いのマナーなど、様々な和食の特徴が理解されやすいものになった。

#### V. 桜花塩漬け実習

新B館に越して以来、年々卒業記念樹の八重桜が、季節にはその色で調理室の窓全体を埋めるようになった。調理実習で「客膳献立」物相飯（型抜き飯）に用いていた桜花塩漬けを、その加工から食文化体験として取り入れることにし、平成11年の「調理Ⅲ」授業において、

初めて桜花塩漬けに挑戦した。

##### ◇桜花塩漬けの作り方

##### (1) 準備するもの

- ・塩（にがり塩を用いた）
- ・梅酢（白梅酢を用いた）
- ・塩や酸に強い容器

##### (2) 摘花、摘葉

- ・摘花の当日朝に開花したものを選ぶ
- ・茎で二本連なっている状態で摘む
- ・丸型の大きな葉を選ぶ
- ・茎の袴を除去して洗う

##### (3) 塩漬け

- ・水をきって塩漬けして重ねていく
- ・重しをして冷蔵し、4～5日間おく

##### (3) 梅酢漬け

- ・あがった水気をきって、梅酢で浸す
- ・冷蔵して一週間おく

##### (4) 瓶詰め

- ・梅酢をきって、軽く乾かし塩をまぶしながら瓶詰め

上記のうち、授業内で30名の生徒と協力して実際に体験させられる部分は(1)と(2)と(3)の一部である。全工程を体験させられるようにするか、またはVTRで録画をして生徒に紹介を試みられると効果は増すであろう。

そうして仕上がった桜花の出来は上々で、発色は市販の瓶入りのものを遙かに越えた美しい出来映えのものになった。生徒に披露し、早速桜湯の試飲を行った。桜花、桜葉ともに、生花の状態では全く感じることでできなかった香りも、“あの桜の香り”そのもので、評判のよいものだった。

その年の「調理Ⅲ」の和菓子は、桜葉を用いて道明寺桜餅に、また初夏の和食献立では物相ゆかり飯の中心に鮮やかな手づくり桜花塩漬けを置くことができた。愛着のある桜花を用いた調理実習を生徒は以前より温かく受け入れたと感想を述べている。

##### ◇桜花塩漬け作りの生徒の感想

- ・桜の塩漬けを作った当初は、何に使うのだろうと思っていたが、あんぱんや物相飯や桜湯に作られていくのを知るうち桜の塩漬けに愛着が出てきた。桜は一番好きな花で、その花が料理の彩りに使うことができ嬉しかった。また、桜の塩漬けは行事に欠かせないものだと思うし、幅広く使うことができるので、自分でも挑戦してみようと思った。(N, S)

- ・桜の葉が桜餅に使われていることは知っていたが、桜湯は初めて知った。咲いているのを眺めていてもすば

らしい桜だが、お湯に浮かぶ桜の花びらも最高に綺麗だった。日本にはこんな素敵なものがあるんだと思った。(K. M)

- ・桜湯はなじみのないものだったが、体育祭やT A S A Eなどの時、本校のことを知ってもらう材料になったと思う。沢山の人のつながりを得るきっかけができた。(K. M)
- ・一年生の時、体育祭接待係で桜湯を出したときに、「うちの学校の桜で一す」と言いつつも、まさか先輩が作ったものとは知らずにいたが、今ではとても思い入れがあり、お客様に「おいしいですね」と言われるととても嬉しいと思い、とても愛着を感じる。(S. A)
- ・自然のものをうまく利用して作った料理は、いつもの料理よりもおいしく感じ、ありがたみを感じる。お客様に出すのにもとても喜ばれるだろうと思った。自然のものを使うことで季節を感じることもでき、心のこもった料理に思える。日本の春の象徴の桜を料理の材料として使うことができ、今まで抱いていた桜とはまた違うイメージをもつことができた。(S. Y)
- ・自分の学校の桜ということもあって、何か心に伝わってくるものがあった。桜ってこんな風を利用するんだとか、塩漬はこうしてつくるんだなという、知識として感心することのほかに、みんなで桜を摘んでいる時や、その桜が塩漬けに姿を変えてまた私たちの前へ戻ってきた時に、ふと心の中があたたかくなっていくのを感じた。(A. S)
- ・桜もほんの一手間一工夫を施すだけで、立派な料理のアクセントになるし、桜湯のように風情も味わえ香りも楽しむことができるという幅広い活躍をみることができる。私たちの身の回りにはまだまだそのような調理の一品にもなり、引き立て役にもなるものが沢山潜んでいるかもしれないので、利用価値のあるものを見つけだす広い視野も身につけていきたいと思う。(U. M)
- ・桜の塩漬けを使うことで料理に高級感が出ると思う。他のいろいろな花も塩漬けにできないのか疑問に思った。(K. N)

生徒に食文化の体験として手づくりを推奨し、季節を感じ、食卓を彩っていく応用料理を考えていった先人の知恵の一つを体験させたい、という思いが伝わったのを実感できた。

## VI. 桜花塩漬けの活用範囲

30名で摘花した桜花は瓶詰めにして2瓶程度であるが、実際には調理実習だけでは使用に余るほどの量に

なった。そこでその他の活用法を考え次のように実施した。



完成した桜花の塩漬け  
(ジャムの空きビンに保存)

### (1) 調理実習の食材

①調理実習で「物相飯」という型抜き飯を客膳献立として組み入れている。型抜きした飯の中央に桜花を添える手法は季節感や食欲増進に効果的で、手軽で華やぎと和みを感じられる活用の容易なものである。客用弁当は日本料理として今後ますます取り入れる機会が増えるとみている。



夏の客膳献立  
(左手前の物相飯に桜花をのせた)

②桜の葉は和菓子「桜餅」に活用した。食用として発酵させ軟化するには至らなかったが、芳香が得られ、桜餅の包材として美観も良く活用できた。

### (2) その他の活用

#### ①体育祭での来賓保護者の接待用茶

桜湯としていただく風習の紹介も我が国の食文化紹介として生徒に伝承したいことである。さらに多くの人々にも振る舞えるだけの余裕と自信ができたので、お祝い時にいただく桜湯なら、校内のお祭である「体育祭」に来賓の方々や保護者の方々にも喜んでいただけることを思いつき、接待係となったことを利用して

披露した。校内の桜花を利用した桜湯であることを伝えると大変喜んでいただけたようだ。

## ②桜餡パン

桜花を活用した調理として餡パンを取り上げた。餡パンへの利用は生徒の意識にもよく定着している。甘さと塩味の対比が効果的で、外来食品の日本食化という日本料理の歴史でも特徴的な食品活用である。

製パン実習は調理Ⅱで経験済みであり、調理Ⅲではその内容紹介にとどめた。代わりに部活動クッキング同好会の生徒（調理選択者とは異なる）の文化祭企画の一つとして組み入れた。彼女らは調理選択者ではないため、パンの製造方法からの指導となったが、大変意欲的に取り組んだ。時間と手間のかかるパン作りを、試作を繰り返して販売まで十分にこなした。部員が文化祭の実行委員を兼ねたため、数には限りがあったが、校内桜花の使用という口コミで売れ行きは順調だった。

## ③T A S A E行事での外国からのお客様の接待

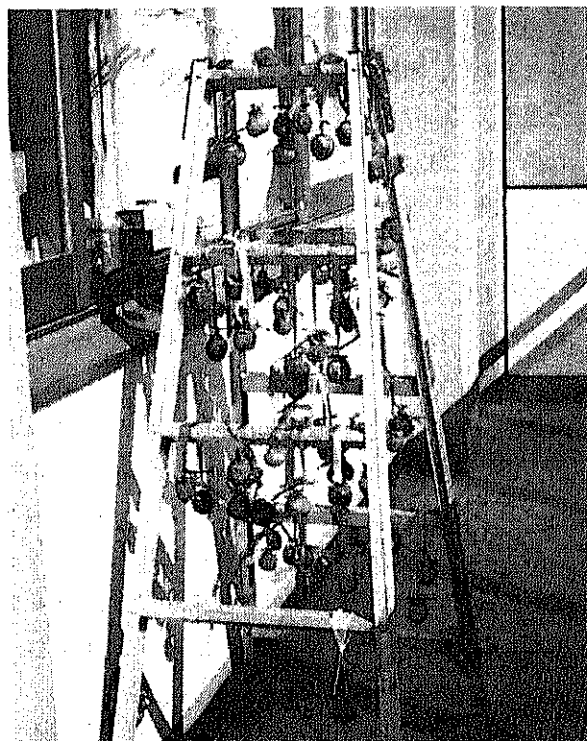
外国からのお客様が本校を訪れた機会に、我が国の国花である桜の紹介と歓待の意味をこめ、生徒による桜湯でのおもてなしと、点前とともに手作り和菓子と抹茶でのおもてなしを実施し喜んでいただいた。

## VII. 第二の伝統加工品づくり

日本料理の食材や調味料などの繊細な使い方を生徒に理解させるために、現代の甘味料に対する感覚の鈍感さを自覚させることを課題とした。清涼飲料が手放せない生徒は一方で、3年次生課題研究に『砂糖を減らしたおいしくてヘルシーなお菓子作り』というテーマ掲げる。生徒の世代での砂糖の価値感はこの矛盾に象徴される。調味料が簡単に手に入る現代で、砂糖に代わるものを考えさせ、食物の貴重さを体験させる試みとして、行事食お節料理などで貴重な甘味として利用される干し柿保存食作りを実施することにした。校内駐車場脇の柿の木が実のを待って、農業科担当の教官に許可を得、干し柿作りを行った。

縄に代わる紐の調達から考えさせ実習させようとしたが、つるし柿そのものを見たことも無い生徒には事前指導不足であった。柿の実の収穫後は、柿のがく部分を除去して皮むきを始めたり、枝をさっぱり折り取ってしまったり、甘柿の方を剥いていたりで苦笑した。ビニール紐の両脇に柿を1個ずつ付けて2時間の授業時間は終了してしまった。その後を教師側で引き継いだ。調理室校舎の外壁には軒も、紐をかける段差もなく、日に当て、雨を防ぐ場所探しは苦慮した。脚立に紐をかけるこ

とで落ち着いたが、結局生徒の目に触れない場所に置くことになってしまい残念であった。



脚立に吊り下げた干し柿

カビさせないように、乾燥させすぎないようにと気をもみ、他の家庭科教官たちの助言等をもらいながら約1ヶ月を経過し12月はじめに干し柿は完成した。生徒への試食でも、初めて干し柿を食べる生徒が多かった。

### ◇渋柿作りの生徒の感想

・学校に柿の木があることを知って驚いた。渋柿の渋さがどんなものなのか知らなかったし、それをどうにかして食べようということもない。実際、渋柿を少し食べたらすごく渋くて口の中がざらざらした。それが日光にあてて干すとあんなに甘くておいしい味になるのはすごいと思った。私たちの生活している環境では考えたり工夫する力が減ってきているのだと思った。

(Y. M)

・柿採りは初めてのことで、今まで渋みというのは苦みと似ているものだと思っていたが、渋みとはこういう味なのだ初めてわかった。渋柿がなる柿と甘柿がなる木は別々だということも学んだ。熟していない柿が渋いではなかったのかと思った。渋柿をアルコールでつけたり、りんごと一緒に袋に入れたり、米と一緒にしたり、昔の人は渋柿を渋いからといって粗末にしないで、甘くするすべを考え出す知恵は素晴らしい。

(K. M)

- ・昔の人は柿を干して甘くして食べていた。私たちは普段食べているものに対し、その食材をいかにおいしく調理するかということを考えながら調理をすべきだということを学んだ。その調理をするには、甘さや塩味や辛さなどが必要になる。砂糖や塩などがある今の時代、代替りのものを探し、発見するのは大変なことだと思った。(Y, Y)
- ・現代の人は甘くしようとしたら砂糖を使う。この体験を通していつも砂糖などで甘くなったものばかり食べていた自分に気づいた。現代は様々な味付けで調理されているが、その中でも過激な味付けやそのものの味をなくしてしまっているものがあると思うし、若者はそのような味を求めがちだ。そのものの味の良さを知ってほしいと思った。(N, S)
- ・今回波柿を採って甘柿にするための作業をしたが、手軽に砂糖を手に入れることができる今は、わざわざ食品を加工して砂糖代わりにすることはしない。昔の人の知恵には感心する。食品にはもっと未知の味覚があるはずで、それを発見できたらいいと思う。(M, M)
- ・今の時代なら桜の花を採らなくても、柿を採らなくても、その代わりにするものは沢山あると思う。しかし、昔の人は甘さを得るために自然のものを活用していたんだなあと思うと感心してしまう。ちまきを作るにしてもわざわざ竹の皮を使うところに料理のすごさを感じた。プラスチックや紙だと香りもないしおもしろくもない。何でも手に入る今の時代だからこそ、昔の知恵を新鮮に感じた。有効に使える自然のものを普段の料理に加えてみたいと思うようになった。(S, N)
- ・今回作った干し柿の起源を考えるのもおもしろく、発酵調味料やストロー、箸の起源などもあらためて考えてみて自然のものの活用に関心を持った。(E, Y)
- ・私たちは調理Ⅲの授業でただ料理をするだけでなく、その材料を手に入れるために沢山の自然とふれ合った。桜の季節にはその花を採取して塩漬けにしたり、秋には干し柿を作って先人の砂糖(甘味)の得方を知った。また、中華料理の際には学校で飼育された豚た屠殺場に送られ精肉となって帰ってきたものを用いた。そうすることによって普段なら気にとめることなく進んでいる調理や食事の際に、一つ一つの材料に多くの人の時間や苦労がかかっているのだということを感じるようになった。また感謝の気持ちもとても大きく、その気持ちは料理の味をも変えてしまうような気がした。このように食べるということには深く長い歴史があり、そこには自然、動物、植物や多くの人の手がかかわって

いる。これらがなければ今の食の豊かな時代はないのである。(O, H)

初年度の今年度は干し柿をそのまま試食することで終了させてしまい、お節料理(例えば紅白なますの甘味として活用するなど)等への応用調理実習までには至らなかったことは不十分であった。



出来上がった干し柿

## Ⅶ. 今後の課題

食の空洞化を問題視し、スローフードという食への考え方が世論で価値を広げている一方で、家庭の調理体験はやはり期待できそうにない。調理実習でしか体験しないものを食文化体験と呼ぶのかは疑わしいが、社会や家庭でその機能が果たせない現状にあって、せめて食物栄養系列に進み、「調理」を意欲的に選択して学ぼうとする生徒に、納得と感動を与える授業の一例として遠回りであるが伝統食品の加工を取り上げてみた。食文化体験として生徒世代に実感できない部分を補うことには効果があったと思う。

今年度は、生物資源系列で飼育されている豚の豚肉活用という依頼も飛び込んできて、早速中華料理への煮豚作りを行い冷前菜として利用した。こういったことにより、生徒には食材料と調理とを結びつけた感情がより強まったように思う。

桜花塩漬けや干し柿作りは食物の歴史として先人の食への思いを知るための一例であるが、桜花や柿など、自

校敷地内にあるものから加工保存し、調理へとつなぐことに大変価値があることだと思っている。そのため、余談になるが殺虫剤に頼ることのないよう桜に虫がつかないように祈るという現実的な心配もある。

今後は竹の皮、笹の葉などの活用や、昨年より水田稲作が校内で行われているので、干し柿作りの縄編みから実施できるような計画もしたためている。

新指導要領により、食物領域ではフードデザインとして食の選択や演出に中心が移り、また郷土料理は別項目で設置されている。調理科目では行事食調理実習を毎年取り入れてきたが、学校での調理実習としてしか体験しない行事食のようであり、これもまたどれだけの意味をもつかという新たな疑問もある。しかし、学校でせめて行事食を扱うべきだという意見もあることだろう。現代の環境で生活する生徒に自国の食文化や世界の食文化の一例を伝え、温故知新の新たな感覚づくりをして調理や文化の橋渡しの役と、人づくりへと生かしていけるよう、今後も授業内容をより精選していきたい。

#### 引用・参考文献

「手づくり食品」ベターホーム出版局

「きょうの料理」6月号

「月刊家庭科研究」2002.10月号

「講座 食の文化第二巻 日本の食事文化」

石毛直道、熊倉功夫ほか 味の素食の文化センター