

2022年度「地域連携プロジェクト」

歌津中学校連携による地域食資源を活用した課題解決学習(PBL)

家政学部食物栄養学科 調理学研究室 近堂知子
食物栄養学科学生 19D511 柿澤穂乃香 19D539 百瀬成美



【目的】

2019年、本学は宮城県南三陸町と連携協力に関する協定を締結した。南三陸町はホヤの生産量が日本一である。しかし、東日本大震災の影響により輸出制限がかかってしまい、現在もその状況が続いている。南三陸町歌津中学校では、地域の食資源を活用した課題解決型学習として、ホヤの国内消費拡大を目指し、ホヤレシピを考案、「1日レストラン」を開催することになった。我々もこの取り組みに加わり、中学1年生のサポートを行った。連携授業は3年目の取り組みとなるが、本年度はホヤのお弁当のレシピ開発を行った。中学生とともに食資源の大切さを学び、実践的な能力を培うことを目的とした。

【プロジェクト内容・成果報告】

南三陸町について

東京駅 新幹線 約2時間半
くりこま高原駅 車 約50分
南三陸町

南三陸町観光ポータルサイトより <https://www.m-namiya.jp/access/>

南三陸町について

- 東は太平洋に面し、三方は山々に囲まれている
- 町の70%以上が森林であることから、海・川・山・森が一体となり、豊かな自然環境を形成
- 沿岸部はリアス式海岸で、日本有数のカキ養殖所
- 夏は涼しく、冬は雪が少ない比較的温暖な土地である
- 2011年に発生した東日本大震災での教訓を踏まえ、安心安全な町づくりが行われている

1日レストラン当日までの流れ

日程	実施内容	備考
5~6月	歌津中学校1年生のために、食育動画「バランスの良い食事とお弁当について」(約15分)を作成(撮影日:6月24日、視聴日:9月8日)	動画作成
7月	ホヤを使ったレシピを考案、試作(試作日:7月、試作者:学生、ドライカレー、ミニグラタン、ピザ)	本学での試作
7~9月	南三陸町の食資源と、地域食料について調査	
9~10月	本学と歌津中学校で事前アンケートを実施	
9月15日	大宮製菓先生、歌津中学校にて講話「南三陸町の産業と食の現状について」、「地域食料「ホヤ」について」	オンライン視聴
9月30日	中学生考案レシピを本学で試作、写真入りレシピを作成	本学での試作
10月5日	文書にてフィードバックを行う(1回目)	
10月14日	オンラインにてフィードバックを行う(2回目)	オンライン
10月28日	1日レストラン本番、各班1品ずつ計5品のホヤ料理が完成、実習終了後に振り返りを行う	
10~11月	中学生に事後アンケートを実施	
11~3月	デジタルブック作成、エコプロ2022参加(12月)、卒業・卒業発表会(1月)、報告会(3月)	

南三陸町について

地域食料が数多く存在する南三陸

海産物：ホヤ、銀鮭、真だこ、わかめ、養殖カキ
農産物：小松菜、ほうれん草 など

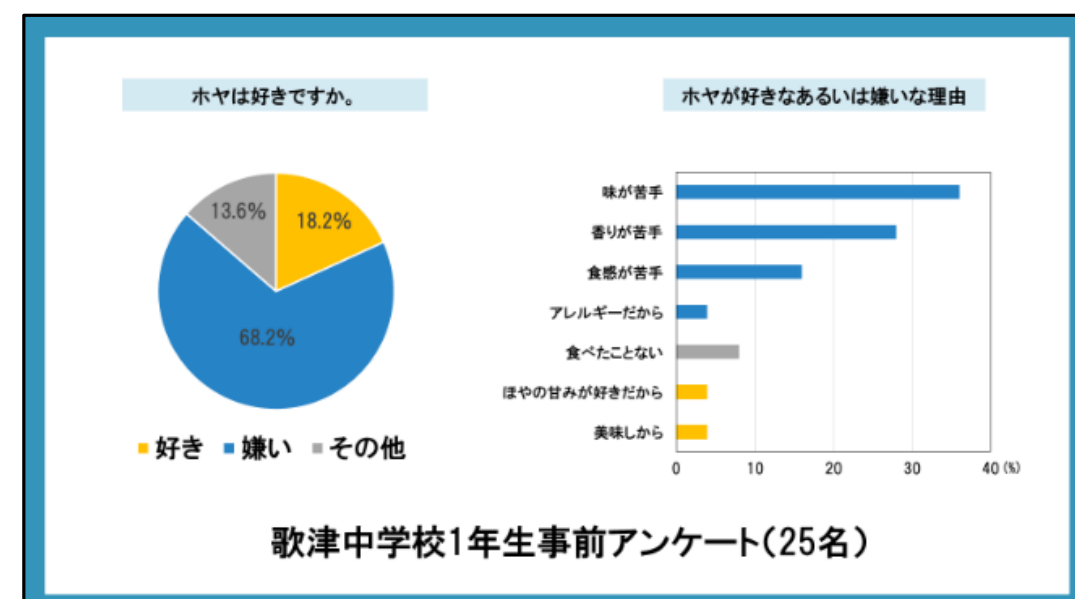
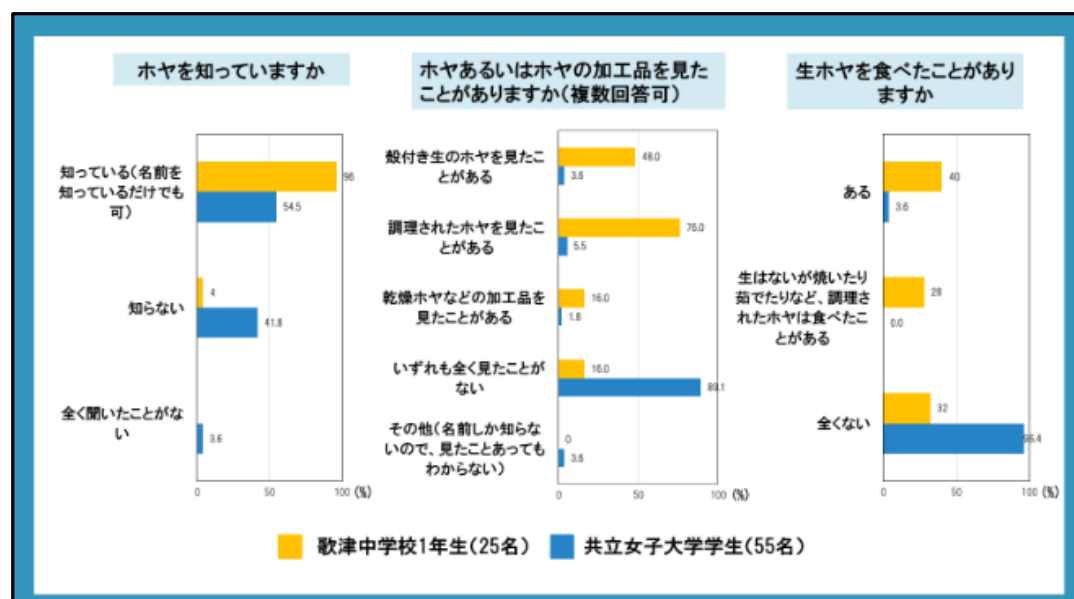
南三陸町について-ホヤ

- 動物に近い脊索動物の一種である
- 養殖の場合には3~4年で収穫可能
- 日本だけでも100種以上、食用は「真ホヤ」と「赤ホヤ」の2種のみの
- 真ホヤは甘味と肉厚な身が最大の特徴
- 鉄分・亜鉛を多く含む

真ホヤ(三陸産) 別名海のパイナップル
赤ホヤ(北海道産)

動画視聴中の様子

ホヤのお弁当レシピを考案する前に、「バランスの良い食事とお弁当について」という約15分間の食育動画を作成し、中学生に視聴していただいた。



フィードバックの様子

試作の様子

1年生29人を5班に分け、主食、主菜、副菜のレシピを考案してもらった。栄養面や彩り、作業性の面、またホヤを食べやすくするための工夫などオンラインでディスカッションを重ね、各校で試作も行ない、レシピをブラッシュアップした。

事前アンケート結果：歌津中学校1年生の多くはホヤを見たことがあり、実際に生や調理したホヤを食べたことがあるのに対して、本学学生の50%は名前を知っているが、ほとんどの人は見たことも食べたこともないという結果であった。

事前アンケート結果：歌津中学校1年生の68.2%がホヤは嫌いという回答。その理由として味、香り、食感が苦手という人が多かった。

1日レストラン当日の様子(10月28日)

2022年10月28日、現地に赴き歌津中学校内で、1日レストランを開催した。

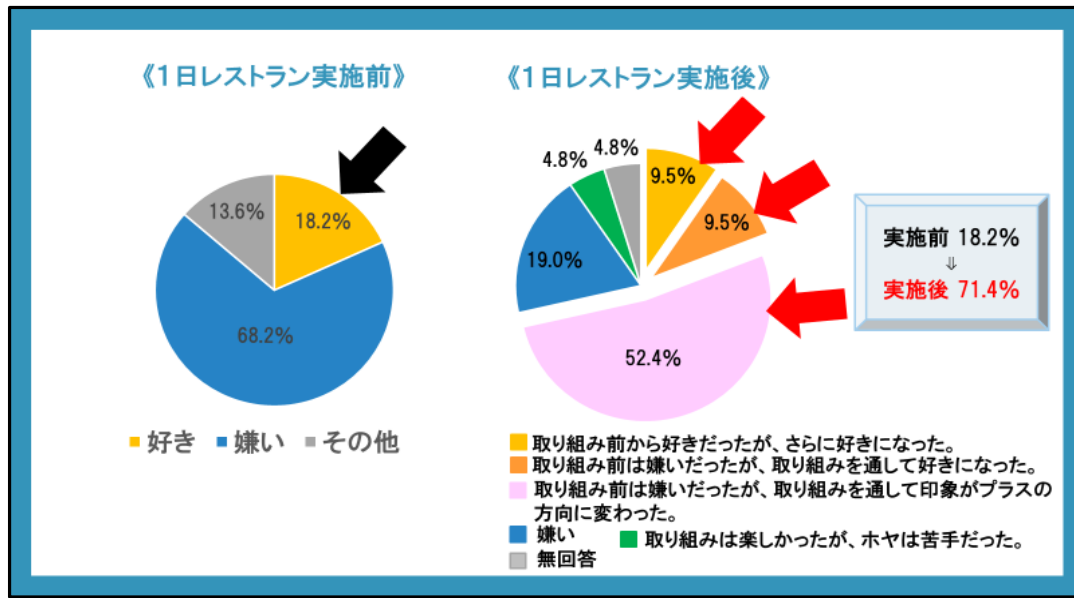
提供したホヤ料理

1班 ホヤと海藻サラダ
2班 ホヤとマッシュルームのクリームパスタ
3班 ほや唐
4班 冬ちゃんのにしそ巻きホヤフライ
5班 ホヤチーズキンパ

1班：和風ドレッシングにより、ホヤの臭いが抑えられ美味しく食べることができた。2班：冷めてもくっつく美味しいショートパスタを使用。粉チーズがホヤの臭みを消した。5班：肉みそにホヤを加えたことで、ホヤの主張が薄れ、野菜と一緒に巻いたことで彩りがきれいになった。

提供したホヤ料理

3班 中学生のアイデアで酢で臭みを取った後、下味の調味料にカレー粉を加え、ポテトチップスを衣に使用。ほんのりカレー粉が香り、食感も豊かに。4班：ソースを2種類作り、ホヤをチーズとシソと共にさきみで巻く。ホヤが苦手な人にも好評。



取り組み前はホヤが嫌いだった生徒も、今回のプロジェクト後は、7割以上の中学生がホヤに対してプラスの印象をもってもらえるようになった。

メディア関係

三陸新報、南三陸なう、エコプロ2022

当日の様子を地元新聞やネット記事に取り上げていただいた。また12月に東京ビッグサイトで開催された「エコプロ2022」で今回の取り組みを紹介。

【まとめ】

歌津中学校とのプロジェクトが3年目ということで、本年度はホヤお弁当をテーマにレシピ考案を行い、事前事後のアンケートも取り入れながら進めました。ホヤが苦手な中学生が多かったのですが、一生懸命レシピを考案してくれて、その豊かな発想力に驚かされました。栄養バランス的には偏ってしまった内容となりましたが、中学生のアイデアや思いを大切にレシピを完成させました。当日は、事前に試作をしていたということもありスムーズに調理を終え、完成させることができました。事後アンケートから、中学生はこの授業を通して地元の食材に興味を持ち、苦手だったホヤもプラスの印象が変わった生徒さんが7割以上となったことは大変喜ばしいことでした。また本学学生と一緒に作業することにより交流することの喜び、安心感を持ってもらえたようです。本学学生も中学生と共に「食」について学び、共に一つのものを作り上げていく楽しさや食資源の大切さを感じたようです。さらに南三陸町を視察し、震災から12年経った今も、復興に力を注ぐ人々のエネルギーを感じました。地域連携を活かした貴重な学びを体験することができました。

【謝辞】

本プロジェクトは歌津中学校1年生の皆様、家庭科ご担当の高橋智花先生、阿部昭博校長先生はじめ諸先生方、南三陸町ご関係者様のご協力により行うことができました。心より厚く御礼申し上げます。また、本プロジェクト資金および学内のご関係の皆様にご多大なるご助力を賜りましたこと、お礼申し上げます。