

3グループ

3グループは、いずみ会、愛育会や地域活動栄養士会など、地域で直接食育活動をされている方たちがメンバーに多く、特に行事食・伝統料理など、篠山の食文化に関する意見が多く出ました。そこで3グループでは「食文化の継承」をテーマに話し合いを進めていきました。

食文化の継承のためには、まず若い人たちの現状を知ることから始めなければなりません。若い人たちは、買った方が手軽で早くて便利だから作らない、または作り方は知っていても忙しさから作れない、といった状況がみられるようです。そのような人に対し、どのように食文化を伝えていくか。できることを考えていくと、まずは味を知ってもらうこと、一緒に料理することなどができるのではないかという意見が出ました。さらには、キャラバン隊を作ろう、といったユニークな意見も出ています。このような取り組みを進めることで、自分たちで篠山の食文化を伝えていこう、とまとまりました。

では、具体的にどのようなことができるかということで、篠山でこれからも伝えていきたい食文化を挙げていきました。（【資料3-A】参照）お米に関する食べ物が多く出たり、特産である黒豆の話も出たりと、篠山市らしい郷土料理や行事食がたくさん出されました。また、同じ食べ物でも今と少し前では食べ方が違ってきていることなどもわかりました。

昔に比べ、今は仕事などで忙しく、なかなか時間をかけて料理をすることが難しくなっています。ではどうしたらいいか、というところでは、簡単にできる料理方法を考えることも必要ではないかという意見や、24時間、食べたい時に食べることができる環境があることも原因の一つではないか、という意見も出ました。

では、このような中で家庭ではどのようなことができるか、ということからまとめていくと、まずは子どもたちに味を覚えてもらうこと、何度も料理を作って食べてもらうことで伝えていけるのではないか、という意見が出ました。そして地域では、いずみ会、栄養士会や学校など、いろんな活動が連携して活動していくこと、さらに子どもたちと地域で、一緒に体験する機会を作っていくことが必要ではないか、という意見にまとまりました。（【資料3-B】参照）



子どもたちに伝えていきたい郷土料理・行事食

どうしたら
子どもたちに
伝えていけるか

春

- ふきの佃煮
- 筍ご飯
- ぜんまいの煮物
- 巻き寿司 (おひなさん)
- ぬた
春にねぎのぼんぼんが出るまでに“ねぎ”を使って作る油揚げの焼いたん、かまぼこ、いか、もつと昔はたにし
- 春の彼岸
↓
ぼたもち
- よもぎのおだんご
- くさもち
- サンキライのかしわ餅
- 焼き鯖とたけのこの炊き込みご飯
- ふきの葉の炊いたん
- 炊き込みご飯
- まぜご飯
- ちらし寿司
- ぬた (ねぎ) 3月
- 菱餅 (きび・よもぎ・食紅)
- 小豆のあんもち
- 春→桜餅

夏

- 塩ふいた梅干
- さば寿司用の紅しょうが 濃い赤のもの
- にしんとなすの煮物
- 松茸
昔はたくさん出していた
- とうがらしの葉の炊いたん
- 赤飯
- 香葎飯

秋

- 焼酎につけた柿
- 赤ずいきの酢の物
- 平切りの炊いたん
- ずいきの炊いたん
- 月見だんごについて
・白玉粉と上新粉を使って作る
・白いだんご (昔) は今は、きなこ・ごま
豆餡 かぼちゃ よもぎ
- お月見だんご
- 秋分にお供えの「おだんご」
- 秋の彼岸 一おはぎ
- おはぎ
- 配合は家によって秘伝がある
- 味付けにまぶす
- 生地に残せごむ

冬

- 栗の茶巾しぼり
- 栗もち
- 栗入り炊き込みご飯
- 栗ご飯
- 栗と黒豆の炊き込みご飯
- くりおこわ (栗入り赤飯)

くろまめ

- 黒豆の煮豆
- 黒豆の煮豆 (しわ)
- お正月 ↓ とうじ豆

お正月

- お正月のおもち
- お正月 ↓ お煮しめ
- ごまめ
- 大晦日の魚
- かす汁
- 冬至のかぼちやの煮物
- かぼちやのいとこ煮
- いとこ煮
- 思いついた時、いとこ煮
- 正月のまるもち
- 七草粥
- 年越しそば
- 白菜の辛し和え
- 薪分のいわし

ふだんは

- 大豆の煮豆
- いんげん豆・えんどう豆・そら豆などを干して甘く煮た

黒豆は昔は正月煮ることで、ふだんはこのようには豆を甘くしだしていた

さば

- 夏
にしんとピーマンの煮物
- 秋
さば寿司 祖母のところからもらう
- さばのにぎり寿司 (さなぶり)

黒豆の枝豆は、昔は食べなかつたな昔はあぜ豆で枝豆を煮ていた

なますは大根・酢を入れる

白和えはこんにゃく・ほうれん草など、酢を入れない

資料3-B

どうしたら子どもたちに伝えていけるだろう？

① 課題

昔はもっと時間をかけてつくっていた

便利になりすぎているのに、時間が足りない、忙しい

簡単に食材が入る

簡単に作る方法を考える

簡単に出来る方法を考えてみる(少し変化させても)

料理を食べてもらう(体験する)

自治会等単位で、一緒に調理する機会をつくる

自治会などで、高齢者の人に料理を教えてもらう

いざみ会と小学3年との交流で、黒豆長巻寿司・おとし汁を作っている

いざみ会、活動を活用

家庭

小さい時からよく食べさせて口に覚えさせず

アンコールをいとうと作る

子どもに伝える

簡単に出来る方法を考える(少し変化させても)

料理を食べてもらう(体験する)

自治会などで、高齢者の人に料理を教えてもらう

自治会などで、高齢者の人に料理を教えてもらう

いざみ会と小学3年との交流で、黒豆長巻寿司・おとし汁を作っている

いざみ会、活動を活用

おばあちゃん、お母さん、作り方を教わる

子ども、孫達が遊びに来た時に1つずつでも作って出す

敬老会にFAXで「おいしいよ」と文字にして送ってくれた

下準備の保存の方法をマニュアル化する

一緒に作って興味を持たせる

いざみきサロンなどで、お年寄りにおいしい料理を教えてもらう

いざみきサロンなどで、お年寄りにおいしい料理を教えてもらう

いざみきサロンなどで、お年寄りにおいしい料理を教えてもらう

いざみ会、活動を活用

おばあちゃん、お母さん、作り方を教わる

子ども、孫達が遊びに来た時に1つずつでも作って出す

敬老会にFAXで「おいしいよ」と文字にして送ってくれた

下準備の保存の方法をマニュアル化する

一緒に作って興味を持たせる

いざみきサロンなどで、お年寄りにおいしい料理を教えてもらう

いざみきサロンなどで、お年寄りにおいしい料理を教えてもらう

いざみきサロンなどで、お年寄りにおいしい料理を教えてもらう

いざみ会、活動を活用

おばあちゃん、お母さん、作り方を教わる

子ども、孫達が遊びに来た時に1つずつでも作って出す

敬老会にFAXで「おいしいよ」と文字にして送ってくれた

下準備の保存の方法をマニュアル化する

一緒に作って興味を持たせる

いざみきサロンなどで、お年寄りにおいしい料理を教えてもらう

いざみきサロンなどで、お年寄りにおいしい料理を教えてもらう

いざみきサロンなどで、お年寄りにおいしい料理を教えてもらう

いざみ会、活動を活用

おばあちゃん、お母さん、作り方を教わる

子ども、孫達が遊びに来た時に1つずつでも作って出す

敬老会にFAXで「おいしいよ」と文字にして送ってくれた

下準備の保存の方法をマニュアル化する

一緒に作って興味を持たせる

いざみきサロンなどで、お年寄りにおいしい料理を教えてもらう

いざみきサロンなどで、お年寄りにおいしい料理を教えてもらう

いざみきサロンなどで、お年寄りにおいしい料理を教えてもらう

いざみ会、活動を活用

食生活は自然に家で学べていた今は勉強するように、体験させる必要があるのではないか

伝えたい料理が今の人選に合う味だろうか？

食べる機会が少ないのではないか？

ファーストフードの普及が大きな問題だ!!

コンビニをなくもー上手に利用

私達がしよっちゅう昔ながらの料理を作る努力をする

② 課題

③ 課題