

かとう 和食の日

取材・撮影 秘書室(庁舎4階) 石倉一樹

和食。それは、味覚的に優れていることはもちろん、食材が持つ色や形を最大限に活かし、季節や地域を表現することができます。そして、優れた和食を作り、人々を喜ばせようと料理人は、様々な調理技術・調理道具の発展に尽力し、それらは古来、積み上げられてきました。まさに、**日本の伝統**と言えます。

市では、このように日本の伝統である『和食』による食育と健康増進を目的に平成28年から毎年11月24日を『**かとう和食の日**』とし、様々な取り組みを行っています。今回の特集では、市や兵庫県立社高等学校における和食に対する取り組みを、みなさまにご紹介します。

◆健康福祉部健康課



健康 健康課では、地域の人たちに和食についての知識と理解を深めていただくため、和食が持つ健康増進作用の啓発と、その普及に取り組んでおり、今年度は、『わが家のおススメ和食コンテスト』を開催しました。コンテストの部門は『一般の部』だけでなく、小学生が親子で応募できる『子どもの部』も設け、**若い年齢層にも和食について考える機会を提供していることも、特徴の一つ**。コンテストの応募作品のなかから『かとう和食レシピ集』に掲載されるほか、市内の学校給食で提供される予定です。

『わが家のおススメ和食コンテスト』については、健康福祉部健康課(庁舎2階) ☎43・0435

◆加東市学校給食センター



▲10月22日の和食給食

加東市 東市学校給食センターでは、食育推進の一環として、子どもたちの和食への関心を高めるために、加東市産の食材を使用した『**和食給食**』を提供。11月15日(木)に提供される和食給食では、鰯の南蛮漬け、卵の花炒め、加東市産ジャガイモを使用した豚汁のほか、白米として加東市産『きぬむすめ』が提供されます。

また、栄養教諭や社高専生活科学科と連携して同校生徒が小・中学校などに出向き、**学校ごとに様々な内容で、和食に関する出前授業を行うなど、**知ることと味わうことの両面から、和食の良さを伝えていきます。

『和食給食』については、加東市学校給食センター ☎42・0074

◆社高等学校生活科学科

生活科学科は『食と栄養のスペシャリストを養成し、地域社会に貢献できる人材の育成』を目指しています。そのなかで、**地産地消の推進と和食文化の伝承**を目標に、日頃から献立作成や調理実習に取り組んでいます。



海山美の彩り御膳

今月号の表紙を飾ったのは、生活科学科の3年生が制作した『**海山美の彩り御膳**』。作るなかで、季節の食材を活かした献立を考え、調理できるようにすることを目的にお弁当作りに取り組んでいます。

含め煮に用いられた大根・サツマイモ・ほうれん草は、**加東市で栽培されたもの**。また、たこや卵など、

料理人の手ほどき



生活科学科では2年生に、実際に料理界の第一線で働く『プロ』を招いた調理実習も実施。取材に訪れた10月11日は、湯村温泉(兵庫県新温泉町)の高級旅館『佳泉郷井つや』の総料理長・井上明彦さんが、てんぷらやお吸い物などの作り方を、熱心に伝授していました。

プロに聞く

和食の魅力

佳泉郷井つや 総料理長
井上明彦さん
日本食普及親善大使
兵庫県優秀技能者・兵庫の匠
テレビ番組『料理の鉄人』にも主演。

和食の味は、ご家庭の煮物や汁物等、小さいころから親しみの深い味です。また、季節の様々な食材を活かし、見た目や配色を工夫することで、四季折々の季節を表現できます。このような、和食の良さを知ってもらいたいという一心で、様々な場所に出向き、指導にあたっています。

但馬 郷土料理じゃぶ煮



(五人分)
里芋…5個 大根…40g
ごぼう…20g 糸こんにやく…30g
しめじ…15g だし汁…800ml
鶏もも肉…100g 薄口しょうゆ…25ml
砂糖…25g 酒…25ml
青ねぎ…適量 青ねぎ…適量

- ①里芋は半分切る。
- ②皮を剥いたにんじん・ごぼう・大根を乱切りし、下茹でする。
- ③糸こんにやくは食べやすい長さに切る。しめじは石づきを取り手でほぐす。
- ④鶏もも肉は一口サイズに切る。
- ⑤だし汁の中に、砂糖、薄口しょうゆ、酒、みりんを加え、沸騰したら鶏もも肉を加える。
- ⑥にんじん・ごぼう・大根を加え、鶏もも肉から出たアクをとる。
- ⑦里芋・しめじ・糸こんにやくを加え、柔らかくなった後、火を止める。
- ⑧青ねぎを笹切りする。
- ⑨味がしみこんだら、青ねぎを飾る。