



2016年2月20日

報道関係 各位

東京家政学院大学

## 「みそ汁の達人になろう」

### 東京家政学院大学 小学校の食育教育に協力

東京家政学院大学（東京都町田市相原町2600、学長 廣江 彰）は2月16日（火）、八王子市立横山第一小学校（八王子市館町74、校長 青木 利夫）の5年生の家庭科の授業で、生活デザイン学科小口悦子教授による「みそ汁の達人になろう」をテーマとした出前授業「出汁の取り方の講義と実演」を実施しました。

授業では、今では家庭で見ることが少なくなってしまった削り器で鰹節を削り、その鰹節を使ってだし汁をとり、煮干しのだし汁と飲み比べて、だしの「うまみ」を実感しました。

「みそ汁の達人になろう」は5週間にわたる“食べて元気！ご飯とみそ汁！”の3週目にあたります。第1週は「毎日の食事を振り返り、何を食えることが多いか、五大栄養素と3つの働き」、第2週は「米博士になろう」。第4週の「ご飯とみそ汁の作り方を調べて、実習の計画を立てよう」と続き、第5週が調理実習「ご飯とみそ汁」です。16日の2時間続きの授業は、①我が家のみそ汁：児童による具の組み合わせの発表、②日本のだし汁について（講義）：小口教授③削り器を使った鰹節作り④鰹節、煮干しを使っただし汁作り⑤だし汁や湯で溶いたみそ汁の味比べ⑥まよめの流れで進められました。

教室で行われた1時間目は、それぞれの家庭のバラエティーに富んだ「我が家のみそ汁」。よく食べるみそ汁の中身を五大栄養素に分けてみると、実はバランスよく使われていることを確認、その上で自分で作ってみたいみそ汁の実の組み合わせと、その理由を考えました。「寒い季節なのでネギとショウガにしました」「体にいい栄養が多いのでシジミにしました」など、しっかり勉強していることがうかがえました。

家庭科室に移っての2時間目は「だし」について。鰹節と煮干しでとっただし汁の味比べでは、「煮干しは魚臭い」「鰹節は味が薄い」などの感想が聞かれました。

鰹節削りは、ほとんどの児童にとっては初めての体験でした。小口教授から「鰹節には頭と尻尾の方向がある。削るときは頭の方から、しっかり押さえて力を入れて」と説明を受けて開始。「鰹節って重い」、「うまく削れない。粉みたいになってしまう」などにぎやかに進みました。

だし汁みそを溶いての味比べでは、「みそと相性がよかった」という感想が出た鰹節が好みの2位、「味が甘かった」という煮干しが3位。1位は「あっさり飲めた。飲みやすかった。薄い苦味



があった」謎のだし。実はお湯にみそを溶いただけという種明かしに「ええ〜っ！」という声がありました。

小口教授からは「みなさんの感想はどれも正しい。みそは発酵させてうまみが出ている。水にみそを溶いてあるのがおいしいのはそのため。だしは味を濃く感じさせるので、塩やしょうゆみそなどを少なくでき、実の味を引き立てる。大根でもにんじんでもだしで煮ると、だしも大根もにんじんもおいしくなる」と説明がありました。

横山第一小学校は“「生きる力」を支える健康なからだ作り”を目指しています。学校栄養士による食育の授業、近隣のスーパーマーケットと連携した食育体験の実施、地場野菜を使った給食提供時に地場野菜と生産者の紹介を通じての地元の野菜を食べ、地産地消の良さと生産者への感謝の気持ちを育てる、などを進める一方、昨年8月には東京家政学院大学から講師を招いて、食育を指導する教員に地場野菜を使った実習と、食育の視点を生かした教科指導についての研修を行っています。

地域での連携活動に力をいれている東京家政学院大学は、横山第一小学校との間で、生活デザイン学科の食品開発発表会への家庭科教員の参加、2015年9月から始まった半年にわたる児童学科3年生6名による学習支援・生活支援ボランティア活動、上記の研修などで急速に拡充しています。

## ※生活デザイン学科 小口 悦子 教授 感想

初めて鯉節と削り器を見た子どもたちの目が輝き、また削りたいと列に並んでいました。生活デザイン学科2年生3名と共に、生き生きとした子ども達との交流を通して、学ぶ・伝えることの原点を見た思いです。



小口 悦子 教授 授業風景



鯉節を削り器で削っているところ

★本件についてのお問い合わせは以下へお願いします。

東京家政学院大学 入試広報グループ 和久 雄亮 (わく ゆうすけ)

〒194-0292 東京都町田市相原町 2600 番地(町田キャンパス)

TEL:042-782-9412 FAX:042-782-1711 E-MAIL:waku@kasei-gakuin.ac.jp