

鹿児島島のよさを見つめる選択教科の展開

～1時間で実践できる教材の開発を通して～

鹿児島県 鹿児島市立皇徳寺中学校

柿元 慶子

1 主題設定の理由

鹿児島県は、北は大口から南は与論島まで南北約600キロに及び、気候的にも変化に富んでおり、生活様式や風習も地域によって異なるなど、さまざまな特色にあふれている。

これらの地域には、豊かな食材を生かし、生活に根ざした行事ごとに生み出された郷土料理がある。しかし、近代化により、郷土料理が日常生活から疎遠になる傾向にあり、食卓に並ぶことは少なくなりつつある。

郷土料理について見直し、地域の食材を生かした簡単な郷土料理を取り入れた学習を展開することで、鹿児島島のよさや文化に気づき、豊かな食生活を送る力を育成できると考え、本主題を設定した。

2 研究の仮説

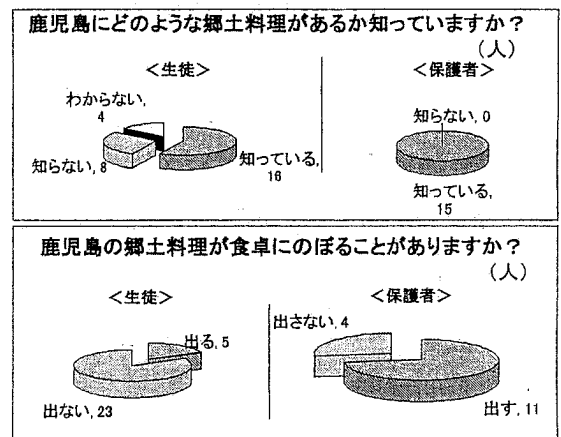
「教材の開発と調理の工夫」と「指導計画の工夫」に留意しながら、身近にある地域の旬の素材を使うことで、生徒の郷土料理に関する興味・関心が高まり、調理方法が身につく、日常生活に取り入れるようになると考えた。

そこで、体験的な学習を多く取り入れた授業を展開することで、自らの生活を振り返り、日常生活において、豊かな食生活を送ることができる活力ある生徒が育成されることがあると考えた。

3 研究の内容と実際

(1) 実態調査

- ① 2年生の選択生徒（28名）と保護者（15名）を対象に、アンケート調査を4月に実施した。
- ② 集計結果と考察



全ての保護者は、郷土料理の種類や調理名について知っていたが、生徒の半数は、何が郷土料理にあたるのかわかっていなかった。そのため、郷土料理が食卓にのぼる機会が少ないと感じている生徒が非常に多い。これらのことから、選択教科において、郷土の素材を題材にした授業を行うことは、大いに意味がある。また、生徒の8割が「郷土料理を作れるようになりたい。」と答えていることから、日常生活に簡単に生かせる調理を取り入れた授業を多く展開していきたい。

(2) 年間指導計画 (35 時間)

学習内容	時間	20～30 分で調理が完成するための工夫	
		教材の開発	調理の工夫
オリエンテーション	1	・ アンケートによる実態調査	(調理の際の注意事項などの説明を行う。)
食の鹿児島マップを作ろう	3	・ CD-ROM ・ インターネットや図書室の活用	(産地や作り方, 由来などをまとめておくことで, 実習に結びつくようにする。)
郷土菓子を食べてみよう	1	・ 由来などもからめたワークシートを使う。	・ 市販の灰汁巻やかからん団子を利用する。
さつまいもを使おう (説明)	4	① 一年中出回っており, 手に入りやすく, 安価である。 ① 多種のさつまいもが手に入りやすく, 調理に幅が出る。 ① ①	・ 火が通りやすいように, 小さめのさつまいもを用意し, ふかしている間に説明を行うようにする。
さつまいも食べ比べ からいもごはん			・ 環境に配慮して無洗米を使用することで, 時間短縮にもつながる。
からいもんねったぽ			・ 市販の切り餅を使用する。
夏野菜を知ろう(説明) ニガゴリ (調理例→卵とじ・みそ炒めなど)			① 学校菜園にニガゴリを植え, 収穫し, 授業に生かせる。 ② 店で買っても安価で, 栄養価が高い。
糸瓜のそうめん汁	①	・ 糸瓜は, 安価で, 鹿児島でしか食べないものである。	・ だし汁は事前にとっておく。
きびなごを使おう(説明) きびなごの刺し身 きななごのからあげ きびなごの味噌汁	4	① ほぼ一年中出回っており, 安価である。 ① 小魚なので, 扱いに対する抵抗が少なく, ゴミの出る量も少ないので, 簡単な調理方法でいろいろなものができる。 ①	・ きび刺しの学習を先に実施し, 魚の扱い方を学習した後, きびなごのからあげの調理を行うことで, 実習の効率化を図る。 ・ 内臓などのゴミを処理しやすいように, 新聞紙などを使用する。
離島の料理に挑戦(説明) 油そうめん みそピー	3	① CD-ROM ① 離島では, 日常よく食されているもので, 材料も手に入りやすい。 ①	・ 切りやすく, 扱いやすいものを具として使用する。 ・ 事前に必要な材料は計量しておく。
郷土菓子を作ろう(説明) いこもち ふくれ菓子 ジャンボ餅	4	① 日常生活で, よく食される菓子で, 材料も手に入りやすい。 ① ① ①	・ 混ぜるだけ, こねるだけ等, 調理手順が簡単なものを選択し, 調理する。 ・ 事前に必要な材料は計量しておく。
自分で作ってみよう 計画 準備 実習 反省・発表・まとめ	7	③ 資料として, 図書室の本やCD-ROM, 夏期課題, 冬期課題を活用する。 ① 保護者や地域の方などに, 昔から伝わっている調理方法や由来について聞き, 課題解決に役立てる。 ②	・ 実習時間内におさまるように, 準備の段階で冷凍できるものや, 下準備ができるものは行っておく。 ・ 電子レンジなどの調理器具を効果的に活用するようにする。
マップを仕上げよう	3	これまでの実習で得た経験や, ワークシートなども参考にしながらまとめを行う。	
1年間の反省及び評価	1	ワークシートを使用し, 1年間の学習の反省を行う。	

「教材の開発と調理の工夫」

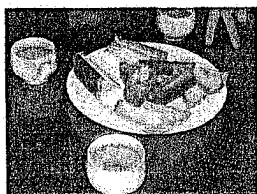
- ① 鹿児島県の代表的な調理で、生活に根づいているものを取り入れた。
- ② 季節の素材で、手に入りやすく、調理が簡単な地域の産物を選択した。
- ③ 生活に生かせるように、由来や調理手順、材料などをまとめたワークシートを作成した。
- ④ 20～30分で調理が完成するように、昔から伝わる調理に関する知恵を、手順や方法に生かした。

「指導計画の工夫」

- ① 学習をスムーズに進めるため、導入で郷土料理の種類を学習させた。
- ② テーマごとに、解説と実習を組み合わせでユニット化した。
- ③ 学習したことを生かし、鹿児島の産物を利用した課題を考えさせ、解決させる場面を終末に設定した。

(3) 具体的な実践例

① 「さつまいも」食べ比べ



鹿児島の料理には、さつまいもを使ったものが多く存在する。地元では、「からいも」という。さつまいもは種類も豊富で、その特性に応じて調理に使われている。そこで、素材そのもののよさや、種類による差を知るために、身近に手に入るさつまいもの食べ比べを行った。ふかしたただけであるが、種類により味や食感に違いがあること、塩をつけると対比効果で甘くなることなども実感できたようだ。

ワークシートより (生徒の感想)

★感想(わかったこと、疑問に思ったこと、もっと知りたいことなどを書く。)

○ムラサキイモ	○ライイモ	○ヤマイモ	○ペニイモ	○イダサセシロ
サツイモ				
これに似たイモが、お家で食べないで思っていた。お友達が知っている。ムラサキイモとライイモ、ヤマイモ、ペニイモ、イダサセシロというものは、初めて食べた。塩をそのまますべて食べた。おもしろい。でも、おもしろい。おもしろい。				
からいもは、おもしろい。おもしろい。				
おもしろい。おもしろい。おもしろい。				
おもしろい。おもしろい。おもしろい。				
おもしろい。おもしろい。おもしろい。				
おもしろい。おもしろい。おもしろい。				
おもしろい。おもしろい。おもしろい。				

② 「からいもんねったぼ」づくり



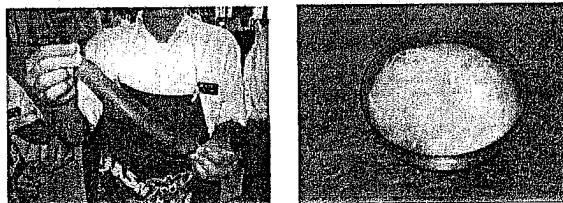
「からいもんねったぼ」は、蒸したさつまいもと餅をつぶし、きな粉と砂糖を混ぜ合わせたものをつけて食べる鹿児島の郷土菓子である。さつまいもの食べ比べの学習を生かし、さつまいもの違いによりどのように味や口当たりが変化するか比較してみた。普段あまり使用することがない、蒸し器やすり鉢、すりこぎなどに戸惑う場面もあったが、意外に簡単でおいしいと評判であった。

ワークシートより (生徒感想)

おいしかった。芋と餅はあめないと最初は思っていたけど、意外にあっていたのでびっくりした。すりこぎで混ぜるときに、本当にポツポツという音がしてよかった。

作ってみたい。とてもかんたんだら、たのびました。また、今度は一人で作ってみたいと思いました。そして、なによりも、とてもおいしかったです。

③ 「へちま」は食べられる!?



糸瓜は、鹿児島県から南の地方で食されている。普段の生活では、「たわし」でしか見たことがない生徒たちは、本当に食べることが

できるのか興味津々であった。今回は、味噌仕立てで調理してみた。また、だしの種類により、味にどのような変化が生じるのか比較した。

ワークシートより (生徒感想)

選択 家庭科	年 組 番 氏 名
郷土料理名	糸瓜のそうめん汁
糸瓜	最近では、あまり見かけなくなったが、夏になると、産先や軒先などに播きしつらえ、へちま(糸瓜)をはわせて暑さをしのぐ日陰を作るものであった。 へちまの若い果実は鹿児島では夏の野菜になるのである。黄色いかわいい花が、やがて20~30ほどの、ひよろりと細長く伸びたときを、もつち食べごろとする。 熱帯アジア原産で、食用にするのは鹿児島から南の地方だけである。一般には、へちまは結れるのを待ってタワシとして使うので、へちまを食べるといって「へちま」と驚くけれども、鹿児島料理には欠かせない珍味で、ニガウリとともに必ず料理に使われる夏の旬の味である。かすかに青くさく、しかしさわやかな味が何ともいえない。 ★ 糸瓜の使用のしかた★ ・ 糸瓜は若くて柔らかいうちのものを選んで使う。 ・ なすやトマトなどと油いためて、しょうゆ味や味噌味にする。 ・ そうめん汁の他に、味噌汁や漬汁の薬や青みとして利用する。
材料	糸瓜 そうめん だし汁 味噌
必要な道具	包丁 まな板 なべ おたま 汁茶碗 はし など
作り方	1. 糸瓜は、そつと薄皮をこそくようにしてとり、1cmの厚さの輪切りにする。 2. そうめんはゆでておく。 3. だし汁に味噌をといて味噌汁を作り、その中に糸瓜を入れて煮、火が通ったらそうめんを加える。
感想	そうめんはおいしかったけど、へちまは土と砂を混ぜたような不思議な味だった。でも、時間も短く済んだし、おいしかったので良かったです。
自己評価(あてはまるものに○をつける。)	(A) ・ B ・ C)

※ 自己評価
・ A (計画どおり作業が進み、工夫などをしてきた)
・ B (普通)
・ C (取り組みや作業の進行状況などでもう少し努力が必要だった。)

④ 「ニガゴリ」をおいしく食べるには？



一般にゴーヤの名で知られているが、鹿児島では「ニガゴリ」といわれる。地元では夏に食される身近な野菜ではあるが、苦さから、生徒たちには好まれていないのが実情である。そこで、学校菜園に「ニガゴリ」を植え、その成長過程を追い、収穫することでより身近な存在になるようにした。保護者や普段食べ慣れている友人から意見をもらい、どのように食べればおいしく食べられるかを話し合い、調理した。また、調べ学習用のCD-ROMを開発し、ニガウリの学習ユニットの場面で利用した。

使用したCD-ROMの一部

鹿島の郷土料理
ニガウリの味噌汁

- 油豆腐めんA
- 油豆腐めんB
- からいもごはん
- 鶏飯
- シブリ汁
- ジマム菓子
- 田羊炒り
- 田羊餅(ターリムムツ)
- 冬瓜のあえもの
- にがうりのみそ炒め
- みそビーナツツ
- ヤキムツ(焼きもち)

にがうりのみそ炒め

ニガゴリは夏の旬といわれている。フルーシの苦味の強い味を、鹿児島では夏野菜として珍賞する。ニガゴリの原産地は、インドで熱帯性の植物である。へちまと同様に、黄色のとりしたさやゆわかならに比べて、ニガゴリは皮を食してしまわずに、皮の苦味が残る。皮や色は、きゅうりに似ており、表面にいぼがなくて滑らかな。皮を剥くと大きく食べ、ぱくぱく噛んで喉の奥の喉のせきとろりと甘い喉をつける。食用にするのは、若い若い果実でなければならぬ。

沖縄では、ゴーヤチンブールと書かれてニガゴリの類いめをよぶ。ジュースにしたものを飲む。それがゴーヤジュースである。強壮食品として、ゴーヤは貴重な食品といわれている。

材料
ニガゴリ 2本(250g) にんじん 1本 鳥かまほこ 100g
卵 3個 油 大3
(みそ 大5 鳥サラメ 大3 だし汁 大4 酒 大1 みりん 大1)

作り方
1. ニガゴリは、たて2つ割りにして種を除き、小口切りにする。
2. にんじんは、太めのせん切りにする。
3. さつまあげは、適当な厚さに切る。
4. 中華なべ(フライン)に油(大1)を熱し、いり卵をつくる。
ゆわらかさを旨で大きめにし、皿に取り上げておく。
5. 油(大2)を熱し、にんじんを入れて炒め、ニガゴリ、さつまあげの順に入れてから強火で炒める。
6. あわせておいた調味料を加え、手早く炒りあげる。
7. いり卵を加えて、仕上げ。

4 研究の成果と課題

(1) 成果

- ・ 郷土の素材や料理についての知識や技能を得たと同時に、実習を通して、調理の楽しさや新たな発見に喜ぶ様子が見られた。
- ・ 学習で使用したワークシート利用しながら、学校で調理したものを家庭で作る様子が見られた。
- ・ 鶏飯やとんこつなど、学校で実習することができない手のかかる調理に、保護者の協力ももらいながら挑戦する様子が見られた。

以上のようなことから、家庭に郷土料理が並ぶきっかけになりつつあり、この選択が生活に生かされてきていると言える。

(2) 課題

- ・ 郷土料理に関する資料が少なく、生徒が調べ学習しやすい環境作りを進める必要性を感じる。
- ・ 教材化にあたっては、基礎的・基本的事項を踏まえた上で、素材を生かすために、昔から引き継がれている技術や知恵を、調理の中に取り入れながら、より構造化して指導できるようにしたい。

本研究は、経過の途中であり、まだ多くの課題を残しているが、授業において郷土の教育が活用できる研究を、今後とも積極的に続けていきたい。