



いいにほんしょく
11月24日は
「和食の日」



平成28年度

「だしで味わう和食の日」

—— 活動のご報告と29年度協力校募集 ——

主催：



伝えよう、和食文化を。

後援：農林水産省

「だし」が 子どもたちの 「美味しい」を育みます。

日頃より、和食文化国民会議（略称：和食会議）の活動にご理解、ご協力をいただき誠に有難うございます。

私ども和食会議は、「和食」のユネスコ無形文化遺産登録を契機に、和食文化を次世代へ継承するため、その価値を国民全体で共有する活動を展開しています。

その一環として、平成27年より、全国の小・中学校、保育所等を対象として、和食給食を推進する「だしで味わう和食の日」という企画を実施してまいりました。

これは全国的にも定着してまいりました11月24日「和食の日」を中心に給食を和食献立にさせていただきました。その汁物等で、和食の要である本物のだしのおま味を実感し、「和食」とは何かを考えるきっかけにしてもらうというものです。

幼少期は食の大切さを学ぶ上でも、また味覚形成の上でも大変重要な時期です。この時期に、子どもたちに本物のだしを味わうことで、和食文化の一端に触れてもらいたいと思います。和食会議では今後、このような機会を毎年、継続的に作ってまいります。

ぜひ趣旨をお汲み取りいただき、この企画に参加、ご協力賜りますようお願い申し上げます。



一般社団法人
和食文化国民会議
会長 熊倉 功夫
MIHO MUSEUM 館長



和食文化国民会議 会長代行
普及・啓発部会長
伏木 亨
龍谷大学 農学部 教授



和食文化国民会議 副会長
技・知恵部会長
村田 吉弘
「菊乃井」主人 日本料理アカデミー理事長



和食文化国民会議 副会長
調査・研究部会長
江原 絢子
東京家政学院大学 名誉教授



和食文化国民会議 理事
全国「和食」連絡会議 議長
服部 幸應
学校法人服部学園 理事長



和食文化国民会議 顧問
技・知恵部会 副部会長
後藤 加寿子
料理研究家



平成28年度は全国約3000校が参加。
80万人もの子どもたちが、
給食で「だし」の美味しさを味わいました。

「だしで味わう和食の日」企画は、平成28年度で2年目となりました。28年度の参加校は全国で3,069校、参加者は797,000人となり、大きな反響を呼んでいます。

実施校のアンケートでは、「参加して良かった」は96%、次年度も「参加したい」「検討する」で100%でした。伝統的な食文化を伝えていく大切さが、しっかりと理解されて根つき始めてきたからでしょう。

また、2020年から小学校で、2021年から中学校で実施される次期学習指導要領案において「食の大切さ」「和食の基本であるだしの役割」などが掲げられていますが、そうした時代の流れも背景にあると考えられます。



地域や季節にふさわしい、こんな「だし」を活かした料理が作られました。

例えば、全国に分布する郷土料理「のっぺい汁」、地域の食材をふんだんに取り入れた「けんちん汁」、また旬の多彩な食材を使った「味噌汁」など、「だし」のうま味を基本にした様々な汁物等が全国各地の学校で作られました。子どもたちが、「だし」の美味しさとともに、郷土の味覚も改めて知るきっかけになりました。
 全国で作られた料理の一部をご紹介します。



中部

- ・すまし汁
- ・玉ねぎのみそ汁(さば節使用)
- ・なめこ汁
- ・きつねうどんの汁
- ・さつまいもの甘煮
- ・打ち豆汁
- ・地場野菜の味噌汁
- ・越前うまか汁
- ・かきたま汁
- ・旬の具だくさん味噌汁
- ・米粉だんごの味噌汁
- ・秋の味覚いっぱい味噌汁
- ・さつまいもの甘煮
- ・さつま汁
- ・芋の味噌汁
- ・大根とわかめの味噌汁
- ・若狭汁
- ・彩り野菜のすまし汁
- ・鶏肉とジャガイモのスープ煮
- ・豆腐のすまし汁
- ・さつまいものじぶ煮風
- ・かぶのすりながし
- ・きのこ汁(油揚げ、大根、にんじん、えのき、しめじ、まいたけ、長ねぎ)

四国・九州

- ・ふのすまし汁
- ・けんちん汁
- ・すまし汁(えのき、わかめ 豆腐 ねぎ)
- ・すまし汁
- ・わかめと麩のすまし汁
- ・味噌汁

中国

- ・すまし汁
- ・はんぺん汁
- ・きのこ汁
- ・うどん汁
- ・味噌汁



近畿

- ・すまし汁
- ・けんちん汁
- ・のっぺい汁
- ・味噌汁
- ・もみじ麩入りすまし汁



北海道・東北

- ・鮭のすまし汁
- ・あさりと大根の味噌汁
- ・豚肉のみぞれ汁
- ・すまし汁
- ・かきたま汁
- ・治部煮
- ・味噌汁
- ・肉汁
- ・けんちん汁
- ・ホヤの白玉雑煮
- ・豚バラのすまし汁
- ・きりたんぼ汁
- ・豆腐とわかめの味噌汁
- ・豆腐と麩、ほうれん草のすまし汁
- ・わかめと麩の味噌汁
- ・豆腐、えのき、キャベツの味噌汁
- ・さつまいものじぶ煮風味噌汁
- ・豆腐のすまし汁
- ・ダイコン、キャベツ、ジャガイモなどの味噌汁



関東

- ・けんちん汁
- ・小松菜の味噌汁
- ・やまといもだんご汁
- ・すまし汁
- ・ダイコンの味噌汁
- ・かきたま汁
- ・呉汁
- ・豆腐、わかめ、麩のすまし汁
- ・秋野菜と麩のすまし汁



子どもたちの興味・関心がグンと高まった「出前授業」

だしのうまさに触れる、郷土料理を味わう、和食のよさを知る…。全国各地で行われた「出前授業」のいちばんの特長は、子どもたちが実際に味わって体験できること。しかもその中で、様々な驚き、気づき、発見があり、食への興味や関心を大きく高めています。

「いただきます」で始まり 「ごちそうさま」で終わる和のカタチ

富士見小学校(東京都千代田区)

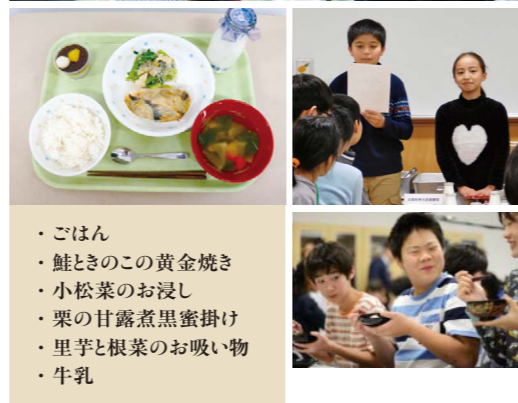
だしや器から自然の恵みを感じる授業が行われました。

11月24日は「和食の日」。農林水産省の和食給食事業と連携し、和食給食を通じて、子どもたちに和食文化を伝える取組が実施されました。

給食の時間には、農林水産省の細田政務官、文部科学省の樋口政務官、そして和食料理人や児童らが一緒に学校給食を味わいました。また、熊倉会長から和食についてのお話がありました。家庭科の授業では、和食料理人が鰹節や昆布などだしの取り方を実演し、料理によって使い分けることを説明しました。その後、季節の文様があしらわれた漆の器をみせ、季節を感じ、自然の恵みに感謝することを伝えました。

秋の実りを感じる収穫を祝う献立

主菜の鮭ときのこの黄金焼きは、旬である鮭を使い、きのこを入れることで秋を演出。卵と白味噌を焼き、稲穂に見立て「自然の尊重」を表現しています。また、秋の収穫を感じさせる食材として、汁物には根菜、副菜に小松菜、甘味に栗を使用しました。



- ・ごはん
- ・鮭ときのこの黄金焼き
- ・小松菜のお浸し
- ・栗の甘露煮黒蜜掛け
- ・里芋と根菜のお吸い物
- ・牛乳



- ・ごはん
- ・さんまの筑前煮
- ・かきあえなます
- ・沢煮椀
- ・牛乳

老舗料亭のご主人を講師に「だし」を学ぶ。

曾野木小学校(新潟県新潟市)

料亭の「だし」を実感。

京都の老舗料亭三代目主人、村田吉弘さん(和食会議副会長)をお迎えし、実際のだしのとり方を実演してもらいました。また、本物のだしを味わいながら、和食の魅力についてのお話を聞きました。

だしのうま味に歓声が

5年生62人が、だしを味わいました。まず、昆布だしのみを一口飲んでもらいました。さらに、鰹節をひとかけらを舌の上に乗せ昆布だしを飲んでもらうと、口の中にうま味が広がったようで、教室に「うわ〜」という歓声が上がりました。

手づくりのコシヒカリで給食

ごはんは自ら手植し収穫したコシヒカリ。献立は、沢煮椀、さんまの筑前煮、かきあえなますなど。だしのうま味を感じてもらいました。

子どもたちの感想

魚の種類によってだしの味が違うことが分かってびっくり。自分でもだしをとってみたい。

だしの試飲を行い、調理実習を体験。

芸西小学校(高知県芸西村)

5年生の家庭科の時間に出席授業が行われました。

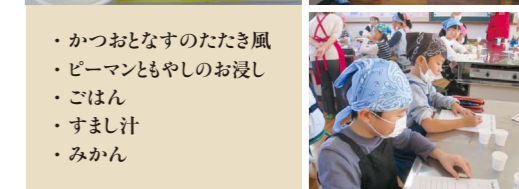
和食会議の伏木会長代行、前原専務理事事務局局長による「和食」の話や昆布だしと鰹だしの試飲を行った後、土佐料理「司」の伊藤総調理長と北村店長による味噌汁の実演と試飲を行いました。

本格的なだしのとり方を学びました。

子どもたちも同じ食材を用いて味噌汁の調理実習を行い、じっくり味噌汁と向き合いました。初めて本格的なだしを取る体験をした子どもたちも多く、味噌汁を味わった子どもたちからは歓声が上がりました。子どもたちは終始興味深く話を聞いたり実習を行い、多くのことを学んでいる様子が伝わってきました。授業後に和食給食を子どもたちと一緒に食べている時には、近くの土佐くろしお鉄道和食(わじき)駅で、「和食大使」に任命された「和食(わじき)カップ君」が登場し、和食をPRしました。

子どもたちの感想

昆布や鰹節からだしを取るのは初めての体験でした。



- ・かつおとなすのたたき風
- ・ピーマンともやしのお浸し
- ・ごはん
- ・すまし汁
- ・みかん

昆布だしのうま味を産地別に比較。

松原小学校(福井県敦賀市)

世界のだし「昆布」を知る。

和食会議理事、奥井隆さんによる「うま味だし」の特別授業がありました。日本が世界に誇る第五の味覚「うま味」。利尻、羅臼、日高などの実際の昆布だしを試飲しながら、収穫地別に味の特長を学びました。世界で昆布の文化を持つのは日本しかないことに触れ「福井は食文化の中心地」などの話がありました。

100%米飯の和食給食

福井県内の給食は100%米飯の和食です。中でも、松原小学校は海が見えるロケーションで、伝統の昆布だしに興味津々でした。この日のメニューは、昆布だしたっぷりの芋粥。地場産のさつまいもで作りました。

子どもたちの感想

合わせだしは本当に美味しくて驚きました。今度、母に作ってもらおうと思います。



- ・いもがゆ
- ・鯖の立田揚げ
- ・ほうれん草の煮浸し
- ・きな粉クリーム大福
- ・牛乳

保護者の方にも参加いただき、だしの話、みその話など「五感を使って感じる力を育む体験」をしました。

戸田東小学校(埼玉県戸田市)

「味噌で感じる! ふるさとの味、日本の味」をテーマに、5年生の家庭科「味噌汁をつくろう」の単元と連動して、和食文化の重要な要素のひとつであるだしの話、味噌の話に加え、子どもの感じる力、表現する力を伸ばす「五感を使って感じる力を育む体験」に重点を置いて行われました。



「だし」という切り口から、全国で様々な試みが展開されました。

郷土色を取り入れた料理づくり、子どもたちと一緒に調理、独自の給食授業、保護者参加での和食の勉強会、栄養士どうしでの「だし」の研究会…。「だし」をテーマにした様々な試みが、全国各地で展開されました。そのうちのいくつかをご紹介します。

かつお節(1,000g)を使ってすまし汁を 岩江小学校(福島県三春町)

いつも「だし」にこだわる岩江小学校。調理師が毎日かつお節と昆布でだしをとっています。和食の日には何と1,000gのかつお節を使ってすまし汁を作りました。だしのうま味と味が一層感じられる献立に、「食べた後にも口の中においしさが残る」と言う子どもたちもいました。



栄養士と「だし」について学ぶ。 幼保連携型認定こども園七つの星幼稚園(宮城県宮崎市)

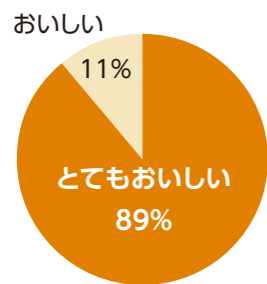
管理栄養士が食材によって違うだしの色を見せながら、匂いや味を体験させて、和食給食を楽しみました。子どもたちからは「おいしい」「いい匂い」などの答が返ってきました。



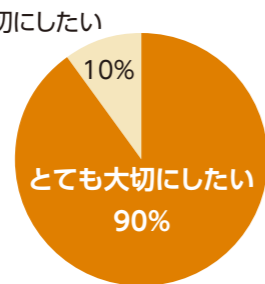
「だし」についての校内放送を実施。 八本松学校給食センター(広島県東広島市)

和食給食の前に、だしの文化や「うま味」についての校内放送を行いました。また、「だし」や「和食」についてのアンケートも取りました。その中で、「和食を大切にしたいか」の問いには100%の子どもたちが「大切にしたい」と答えていました。

「だしの味は…」



「和食を…」



地元の伝統食や行事食のお話を 南部保育園(山形県鶴岡市)

給食の先生から、地元の食材を活かした伝統食や行事食について、また「だし」についての話をしてもらいました。さらに、鰹節と昆布からとった「だし」の試飲も体験。「だし」だけの味に「美味しい」「魚臭くずい」「微妙」など子どもたちらしい声がありました。



いつもと違う鰹節「だし」のすまし汁 大代保育園(宮城県多賀城市)

普段は煮干しだしを使っていますが、この日は鰹節だしですまし汁を作りました。子どもたちは、いつもと違う「だし」の色や香りを感じていました。また、和食の日資料を各家庭に配布。給食展示ブースにも貼り出しました。



テーブルを囲み和食給食を楽しむ。 蒲町おもちゃ箱保育園(宮城県仙台市)

メニューは、雑穀米入りのごはん、鰹節と昆布だしの味噌汁、鶏とかぶの治部煮、紅鮭など。テーブルを囲んでみんなと一緒に、バランスのいい和食給食をいただきました。



園児たちの目の前で「だし」を取る。 日隈こども園(大分県日田市)



0歳児から5歳までの子どもたちに、いりこや鰹節・昆布に触れてもらい、それぞれのだし汁を味わってもらいました。日本人としての味覚を乳幼児期にしっかりと育てたいという願いは、開園以来変わっていません。



クイズや放送で「だし」のうま味を伝える。 田野々小学校(大正給食センター)(高知県四万十町)

「だし」の歴史や美味しさに興味を持ってもらおうと、クイズ形式で「だし」について学びました。また、校内放送でも、和食の基本「だし」や日本食の良さをアピールしました。

クイズ 今日の「すまし汁」の「だし」は何から取っているでしょう?
① かつお節とこんぶ
② 煮干し
③ 干しいたけ

一日間にわたり「だし」の違いを体験。 新地小学校(福島県新地町)

一日目は「煮干しだし」、二日目は「鰹節と昆布の合わせだし」と、異なる「だし」を使った味噌汁を体験。その味の好みをアンケートでまとめました。それによると、煮干しだしよりも合わせだしの方を好む子どもたちが多い結果でした。また、感想では「飲み比べて自分の好みが見つかった」などがありました。

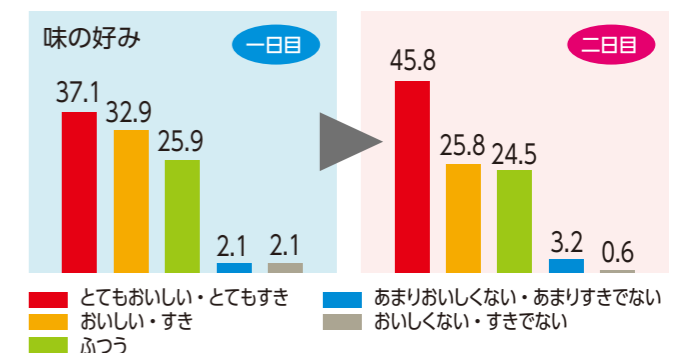
好評だった食に関する指導案の作成。 常磐野小中学校(青森県弘前市)

和食とは何かという基本から、和食文化を大切にする心の育成まで。「だしで味わう和食の日」をテーマにした指導案を作成し、それに添ってだしを味わいながらの授業が組まれました。



掲示板で和食給食の良さをアピール。 県立高知若草養護学校(高知県高知市)

和食にかかせない「だし」の話や、栄養バランスがよい和食給食の話、さらには季節ごとの行事食など。和食のよさを、掲示板にわかりやすく解説しました。

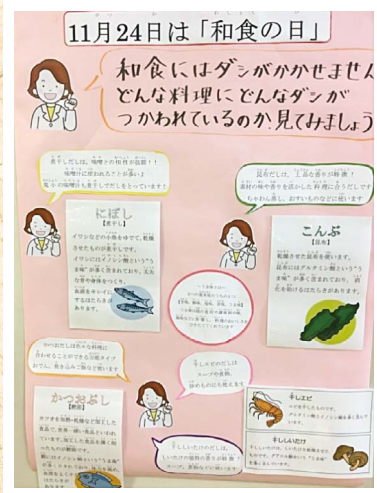


子どもたち、先生が積極的に企画を後押し

「だしで味わう和食の日」企画を成功させるために、子どもたちや先生、調理員の皆さんが積極的にPR活動を展開しました。手描きの壁新聞やポスターを校内に掲示し、「和食の美味しさ」や「和食文化を守っていく大切さ」、また「だしの役割」などを積極的にアピール。自分たちで作っていくことで、食の大切さに改めて気づくことになりました。



定期的に配られる資料にも和食が



だしの材料が紹介されました



だしの授業で学んだ体験を描いてくれました



黒板に貼りだされた4つのだしの問。裏返すと答えが出てきます



和食が素晴らしい4つの理由



和食のおいしさ、文化などが紹介されました



鯛めしやちゃんむしのだしに、子どもたちは興味津々

【主な指導内容】
△献立を構成する要素である「主食、主菜、副菜」
△和食の基本的な「だし」の取り方を学ぶ(小学生は「昨年10月、大取市立開平小で」)

家庭

だし 和食の基本

「和食」が無形文化遺産に登録されたことを受け、関連記述が充実した。みそ汁の調理では、「和食の基本となるだしの役割にも触れること」を強調。食事のマナーも学ぶ。消費生活における売買は、売り手と買い手の合意に基づく契約であることを理解する。

△調理の材料に適したゆで方、いため方を学ぶ。
△伝統的な日常食である米飯とみそ汁を調理する。
△日常着のポスター付けや洗濯の仕方を理解する。
△住まひの整理・整頓や手縫いやミシン縫い、用具の取り扱いを学ぶ。

△調理の材料に適したゆで方、いため方を学ぶ。
△伝統的な日常食である米飯とみそ汁を調理する。
△日常着のポスター付けや洗濯の仕方を理解する。
△住まひの整理・整頓や手縫いやミシン縫い、用具の取り扱いを学ぶ。

文部科学省が2020年から小・中学校新学習指導要領案に「だしの役割」と「だしが和食の基本である」主旨を順次盛り込むことを通達。(平成29年2月15日 読売新聞記事より)



手に取ってみられるようにと、だしの6種類が並べられました



福井県では地場産の材料を使った和食給食が各校で提供されました

学校からのご意見ご感想

「だしで味わう和食の日」企画について、ほとんどの学校から「良かった」との評価をいただいています。では、具体的にどんな点が良かったのでしょうか。具体的なお話をご紹介します。

「だし」

- だしや和食について改めて考えるいい機会だった。
- だしの素晴らしさを伝えられた。
- 脇役のだしに注目があって良かった。
- 味わいながら学ぶことができた。
- だしについて小学校でも学ぶ場は大切。
- 和食にはだしが欠かせないものだというところを感じてくれたように思う。
- いわしのだしを使用した資料に載っていなかった。地域によって違いがあるという内容も載せてもらえる嬉し。
- だしを知らない子どもが多い。家庭への情報提供もできて良かった。
- 飯・煮物・汁とちがうだしを使い児童の興味・関心ひくことできた。
- 事前にだしの取り方研修会があり参考になった。
- だしに絞ったことで効果的。調理員間で調理技術や薄味意識が高まり良かった。

「和食文化」

- 家庭では和食に触れる機会が少なく、学校で指導でき良い。
- 和食について子どもたちに紹介するいいきっかけだった。
- 和食のことを子どもたちに話すきっかけになり良かった。
- 洋食を好む傾向のため和食を知る機会になった。
- 家庭で和食を作るきっかけになる。
- 家庭では取入れられない献立で、保護者からも好評。
- 日本中全ての学校が参加し家庭でも和食文化について考える日になればよい。
- 日々の食生活で和食が減っている傾向にあるのでとても良い企画だった。
- 受け継いできた食文化を守り継承することの大切さを再認識するきっかけになった。

「食育」

- 食育としてもいい学習になった。
- 給食月間とも重なり「いただきます」の意味も説明しやすかった。
- 良い資料がありスムーズに食育活動が進められた。
- 5年生の家庭科の授業と連動できた。資料を活用できた。
- 資料がありスムーズに食育活動が進められ良かった。
- 給食をより味わって食べる機会となった。
- 食事を作ってくれる方への感謝の思いが高められた。
- 子どもを通して保護者にも和食に関心を持つ食事づくりや食育をしていきたい。

「子どもの反応」

- 園児たちは煮干しからのだしに驚いた。
- 小学3年生にだしや和食の話は新鮮。
- 子どもたちは和食が好きなのが分かった。
- だしに使用した昆布を見せたら様々な感想があった。
- だしについて少し理解が深まった。
- 子どもたちがとても興味をもっていたのでやって良かった。
- 生徒の半数の家庭は漁業で生計を立てており、だしに関してとても興味深い。
- だしについて知識がない子が多いが、これを機にさらに興味を持ってもらえるとうれしい。
- カラー資料が子どもたちの目を引いた。
- 和食という言葉を知らない子もいた。

協力校募集

平成29年度「だしで味わう和食の日」

「和食の日」に学校給食で和食の基本である「うま味」を郷土の味覚、だしで味わうことは、食育基本法や学校給食法の趣旨に即しつつ、ユネスコの求める日本人の伝統的な食文化の保護継承機運の醸成に貢献し、郷土の風土を学ぶことにも繋がります。ぜひ、この取り組みにご参加、ご協力ください。

主催：一般社団法人和食文化国民会議
後援：農林水産省

■ 小・中学校、保育所にご協力いただきたいこと

- ① 和食給食の提供
 - ・11月24日「和食の日」の給食を和食献立にしてください。
 - ・その中でだしが感じられる汁物等を提供してください。(その際、昆布、鰹節、その他各地方特有のだし材料等天然素材の使用を推奨します。)
 - ② 和食に関する指導の実施
 - ・給食の時間等に、和食会議が提供する資料を配布して、担任の先生と子どもたちで「だし」、「和食」、「郷土料理や食材」を話題に楽しく会話してください。
 - ・使用した資料は裏面がお家の方用になっています。子どもたちに持ち帰ってもらい、帰宅後、和食給食の話をお家の人に楽しく話ができるよう、また、地域全体で和食について考えるようきっかけを作ってください。
- ※11/24の実施が難しい場合は、11月中の実施でもかまいません。

■ 申込み方法

- ① 複数校取りまとめの場合 (昨年は参加校の9割がこの方法でした。)

HPからリストフォームをダウンロードして、必要事項を記入の上、メールに添付してお送りください。
- ② 個別の場合

下記申込書に必要事項を記入の上、メールまたはファックスでお送りください。

いずれの場合も後日和食会議よりご連絡致します。

■ だしに関する教材をご提供します。

- ① 取りまとめの場合

自治体、給食センター、地域内の複数校等でまとめてお申し込みの場合は、下記の資料をご指定の場所に、必要枚数を一括でお届けいたします。
- ② 個別の場合

カラーまたは白黒のデータをHPからダウンロードし、印刷してご使用ください。



[表面] 子どもたち用 だしテキスト
子どもたちに、だしをわかりやすく説明するもの。

[裏面] お家の方用 だしの取り方とレシピ
お家の方におすすめしたい、だしの取り方とそれを使った和食レシピの紹介

その他、先生方用説明資料やポスター等もHPで公開します。ダウンロードして印刷の上、お使いください。

※詳しくはURL <https://washokujapan.jp/> をご覧ください。

募集要項 / 申込書 (個別)

- 対象：全国の小・中学校、保育所等 (学校単位でのお申し込みをお願いします。)
- 申込締切：平成29年10月24日(火) ※メール・FAXでのお申し込み着日
- 申込先：一般社団法人 和食文化国民会議 (略称：和食会議) 事務局 〒110-0015 東京都台東区東上野1-13-2 成田第2ビル4階B
Tel:03-5817-4915(平日10:00~17:00) Fax:03-5817-4916 メール: info@washokujapan.jp
ホームページ: <https://washokujapan.jp/>

お申込日	平成29年	月	日	実施予定日	平成29年	月	日
学校名	小・中学校、保育所 (ふりがな:)						
ご住所	〒	都道 府県	市区 町村	実施生徒数 児童数			
				実施クラス数			
ご担当者名	ふりがな: ()			ご担当教科			
ご連絡先	TEL			FAX			
	メール			@			

FAX 03-5817-4916 **メール info@washokujapan.jp**

※お預かりしました個人情報は、事務局で厳重に保管し、「だしで味わう和食の日」企画運営手続き以外の用途には利用いたしません。
※応募多数で事務局よりご連絡が遅れることもございます。予めご了承ください。
※お申込みいただいた際は、和食給食の実施後、簡単なアンケートにご回答ください。(任意)