

# 福井の「食」を伝えるプロジェクト



家政学部食物栄養学科 給食経営管理研究室 木下伊規子・調理学研究室 近堂知子

食物栄養学科学生 青木優実・新井千夏・永田友紀・阿津恵理・杉原あゆみ・大熊唯加・草島あゆ美・原生衣・

布施綾子・本田春希・「給食経営管理実習Ⅱ」履修者・「伝統食品・調理論」履修者

## 【概要】

2017年、本学は福井市と地域振興や人材の育成および教育・学術研究の推進に寄与することを目的とし、連携協力に関する協定を締結した。これを機に2018年度木下・近堂は福井市の伝統食材である打ち豆および特産物であるきやろふく(人参)に注目し、担当授業においてレシピ考案を行った。2019年度は六条大麦、角麩、地がらし、打ち豆、金福・銀福スイカ、油揚げなどを用いたレシピ開発および提供を検討した。現地講師を招き、大麦についての講義・実習を実施、現地視察、「給食経営管理実習Ⅱ」授業内における金福・銀福スイカ・油揚げの提供、大麦・角麩を用いたレシピを考案し、福井市学校給食提供・栄養指導、「伝統食品・調理論実習」授業内、および「卒業演習」授業内におけるレシピ開発、デジタルブックの作成を行った。福井市の食材を授業に取り入れたことで、本学学生が福井市に興味をもち、また社会へのつながりをもった実践的な学びを行なうことができた。地元である福井県が、大麦の作付け面積日本一であることを知らない小学生もおり、改めて地元の伝統食品を見直すきっかけ作りにも貢献し、地域の活性化の一助となった。福井新聞や福井テレビなどのメディアにおいて、学校給食・食育の様子がとりあげられ、福井県での本学の知名度向上にも少なからず貢献したと考える。

## 【プロジェクト実施内容】

### 2018年度の取り組み

**2018年度の取り組み**

2018年はテーマを「打ち豆」とし、給食経営管理研究室ならびに調理学研究室にて下記の通り取り組みを行い、成果を上げてきた。

- 給食経営管理研究室・調理学研究室合同  
学内：2018年7月17日、株式会社高橋製粉の高橋美夫社長の講義を拝聴し、数品伝統的な打ち豆料理を調理・試食した。
- 給食経営管理研究室  
学内：管理栄養士専攻3年生の給食経営管理実習Ⅱでは、学内の学生ならびに教職員の方々に100食の給食提供を行っており、2018年11月に打ち豆入りご飯を提供した。  
2018年度・卒業生が考案したキーマカレーが2号館2階のロハスカフェにて販売された。  
学外：福井市教育委員会と連携し、2019年2月に市内小中学校の給食に卒業生が考案した「打ち豆入り春巻き」が提供された。それと同時に事前に栄養指導をDVDに録画し、給食時間に各教室に放映した。また、食の福井館(東京都)、福福館(福井市)にて打ち豆春巻きが販売された。
- 調理学研究室  
学内：卒業演習、伝統食品・調理論実習の授業の中で打ち豆・きやろふくを使ったレシピを考案。  
学外：卒業演習、伝統食品・調理論実習で考案したレシピを福井市のJAに設置し、活用してもらった。



### 2019年度実施内容

日程	実施内容
4~6月	資料・文献等により福井市の食文化、食材の栄養価、機能性、調理特性などを調査。2018年度卒業生が考案した「大麦・角麩」を使用した学校給食献立の検討ならびに試作
5月17、18日	2018年度卒業生が考案した「キーマカレー」が福井市内の幼稚園、小中学校で提供
6月22日	福井県 大麦倶楽部代表 重久氏による「大麦」についての講演会・実習
7月1日	「給食経営管理実習Ⅱ」給食で金福・銀福スイカ、油揚げを提供する。
7月26、27日	福井市での現地調査
7月~11月	六条大麦、地がらし、打ち豆を用いたレシピ開発
9月25日	「伝統食品・調理論実習Ⅱ」にて考案した打ち豆について講義
11月6日	「伝統食品・調理論実習Ⅱ」にて考案した打ち豆レシピを作る。
12月~2月	福井市での学校給食提供に向けて媒体作成。卒業論文・卒業演習発表会にむけての準備
1月12日	卒業演習発表会「福井県の特産品を用いたレシピの考案」
2月16日	福井市での学校給食提供・食育活動
3月~	デジタルブックの作成、プロジェクト報告会(日程未定)

## 【成果報告】



福井県大麦倶楽部の重久氏による講演、指導のもと、大麦料理を調理・試作した。大麦の歴史、栽培法、種類、機能性などを学び、まためしめしや麦茶の利用以外に手軽に料理に取り入れることができると知り、今後のレシピ開発のイメージが膨らんだ。



管理栄養士専攻3年生の給食経営管理実習Ⅱでは、学内の学生ならびに教職員の方々に食券販売を行い、給食提供を実施している。その献立に福井市の特産品である「油揚げ」を使用した副菜と「金福(赤)・銀福(黄)スイカ」をデザートとして提供した。



2019年6月に大麦倶楽部・重久氏による講演、指導の後、学生が献立を考案するため、試作に取り組み。そして7月に福井市へ行き、福井市教育委員会の管理栄養士・越後氏と打ち合わせを行った。その後、数回の給食検討委員会を経て、献立が確定した。



考案した献立が提供される日に、教室にて「大麦」をテーマに15分間の栄養指導を実施した。また、それ以外の幼稚園・小学校・中学校には給食時間に5分間の栄養指導を放映するため、その放映用として事前に5分間の栄養指導を撮影し、DVDに録画した。



卒業演習(調理学研究室)では考案した福井食材レシピを1枚ずつラミネート加工し、1冊のレシピ集にまとめた。その一部を次に紹介する。



大麦は食物繊維が豊富であり生活習慣病予防に効果的である。今回使用した六条大麦もち種の丸麦はモチモチとした食感が特徴的であり料理にとり入れやすかった。他、13の大麦レシピを考案。



地がらしは通常のからしよりも匂いも辛さも刺激的であり、様々な料理に味わい深くアクセントを与えた。他、6つのレシピを考案。



打ち豆は乾物のため保存がきき、手軽に使用することができた。普段の料理にプラスしたり、砕いてトッピングするだけで栄養価を上げることができた。写真は「伝統食品・調理論実習」履修生考案レシピ。他、卒業演習では8つの打ち豆レシピを考案。



福井市学校給食提供献立、調理学研究室卒業演習にて考案したレシピをとりまとめ、デジタルブック「福井の「食」を伝えるプロジェクト」大麦、地がらし、打ち豆、角麩を使ったレシピ集を作成。

## 【まとめ】

本学が福井市と協定を結んだことが、本プロジェクトを行うきっかけであったが、それまで福井の食材という、失礼ながら「越前ガニ」の他にすぐに思い浮かぶものがなかった。今回、現地視察にうかがい、海産物の豊かさ、そして大麦、地がらし、打ち豆のような伝統的な食材から、色彩豊かなきやろふく人参や金福・銀福スイカなどの新しい食材まで、全国的にまだ知名度は低いが、魅力的な特産物が数多くあることを知った。また、その食材を全国の人に知って欲しいとエネルギーに活動していらっしゃる地元の方々とお会いして、今回のプロジェクトがその一助となればと、レシピ考案に取り組んだ。学校給食献立やレシピ考案にたずさわった学生達は、これまで福井県とご縁がなく、これらの食材に触れる機会がなかった。6月に現地講師を招き、大麦の講義をしていただき、また地がらし、打ち豆、角麩などの食材を実際使用してみて、福井市に興味を持ち、また社会へのつながりをもった実践的な学びを喜び、意欲的にレシピ考案に励んでくれた。2月には福井市小学校で食育活動を行った後、考案した大麦と麩のコロッケを含む献立を小学生と一緒に食した。地元である福井県が、大麦の作付け面積日本一であることを知らない小学生もおり、地元の伝統食品を見直すきっかけ作りにも貢献し、地域の活性化の一助となったといえる。福井新聞や福井テレビなどのメディアにおいて、学校給食・食育の様子がとりあげられ、福井県での本学の知名度向上にも少なからず貢献したのではないかと考える。食を通して地域と連携できることは食物栄養学科の教員や学生にとって、よい学びの機会であり、またよい実践の場でもあった。

## 【謝辞】

本プロジェクトを行うにあたり、福井市のご関係者の方々、プロジェクト資金および学内のご関係の皆様にも多大なるご助力を賜りましたことに厚くお礼申し上げます。