

日本人の伝統的な食文化である「和食」について、「和食」や学校給食に造詣が深い有識者が集まり、青少年への継承のあり方を検討する「和食継承推進協議会」が開かれました。全国学校栄養士協議会相談役、現場栄養教諭、学識経験者、和食料理人の計5名に加え、オブザーバーとして文部科学省の江口陽子調査官を迎えて、伝統的に受け継がれてきた「和食」の捉え方や、効果的に広く和食を伝えていく方法についての意見を共有しました。



学校給食を通して

「食に関する正しい知識」と「生涯にわたる食習慣」を身に付けさせましょう。



公益社団法人 全国学校栄養士協議会 相談役
市場祥子 先生

給食は「望ましい食を学ぶ教材」だと思えます

給食は単なる「食事」ではなく、望ましい食のあり方を学ぶ「教材」だと私は考えています。教材は、学ぶための道具です。「児童生徒が学びを得られる給食」とは、どんな給食のことでしょうか？

関係者とともにそんな自問を日々重ねながら、「大事な食の教材を作っている」という思いを高めることが必要でしょう。

まずは和食の調理の「基本」を知ることが大切です

給食は大量調理ですが、本当のおいしさを損なわないために、入れる食材の順序、切り方など、調理の基本を常に意識すべきだと思っています。給食施設の設備に差異はありますが、基本の調理法に常に立ち帰るという心の余裕を担保しながら、設備に合わせて調理の形を変えることが必要でしょう。

和食給食を通して旬を覚えた児童たちは、「いただきます」をしっかりと伝えるようになりました。



杉並区立三谷小学校 栄養教諭
江口敏幸 先生

児童たちの食生活を把握する

勤務する小・中学校で6年間行っている調査では、朝食に御飯を食べ、味噌汁を飲む回数が減っています。1週間で魚料理を食べる回数も、わずか1.5回。まず、家庭の現実を把握しましょう。

週4.5回の米飯給食で低いコスト

週4.5回の米飯給食を行っていますが、お米の食材費は1食27円で、パンや麺、うどんより安い。魚は、直接漁港に働きかけ、安くていい魚を前週に探し、冷凍で仕入れることでコストを抑えることができます。和食給食は高くありません。

和食給食を増加すると残菜率は減少

和食給食を昨年の6割から7割に増やしたところ、残菜率は0.8%から0.6%に減少。児童たちは、和食の給食を喜んで食べています。

いろいろな和食を育んできた和食文化の魅力を伝えたい。



東京家政学院大学 名誉教授
江原絢子 先生

「御飯」+「汁物」+「おかず」の形を基本に御飯を主食に汁物やおかずを組み合わせた形は、何百年も続いた食事の基本形です。これを応用すると、多様な食材が使って栄養的バランスも取りやすいでしょう。また、それを基本にすることで、児童生徒たちは自分で食事を組み合わせることが可能になると期待されます。

調理技術を身につけて、食文化について理解するために

大学で、調理経験が少ない学生たちが、実習を重ねることで、「自分で比較的簡単に作れる」と感じたことが喜びとなり、食材等を大切に扱うことにも繋がりました。栄養教諭・学校栄養職員の皆様も積極的に現場経験を増やして、地域の食材や調理に込められた工夫を肌で感じてほしいと思います。

日本の気候と風土が育んできた出汁と調味料が素材の味を活かすのです。



銀座 小十 店主
奥田透 氏

「和食」の文化的な側面を共有したい先生や料理人が行事食や節句のある日に、それにまつわる意味や歴史、食材について伝えることで、和食の良さを理解できるはず。

「魚」の提供を意識したい

和食＝魚と野菜。日本が世界に誇れる魚料理を、給食でもっと提供をしたいです。

和食を提供する機会を増やし、理解を深める

世界中の料理を味わっている今の児童生徒にとって和食は「わあ、おいしい！」とは感じにくい料理。経験値が高まることでおいしさが分かる料理だからこそ、児童生徒に提供する機会を増やさなければならぬのです。

料理人による「給食レシピ集」を！

調理時間や予算などの給食のレギュレーションを踏まえ、たうで、複数の料理人が協力し、和食のレシピ集を作り、給食の可能性を広げていきたいですね。

料理人の技術やベテラン調理師のコツを学ぶ仕組みを。



京料理 たか木 店主
高木一雄 氏

「おいしい出汁」をとろう

難しい献立に取り組み前に、まずは昆布と鰹節で「おいしい出汁」をとれるようになりましょう。おいしい出汁は和食の味わいを広げます。時間的な制約はありますが、私の場合は朝一番で出汁をとり、汁物は11時から作ることで対応しました。

調理現場のチームワークが味を作る

栄養士と調理師が想いを共有するとチームワークがよくなり、調理時間が短く、給食がおいしくできるようです。

料理人をもっと頼って欲しい

繋がりができた栄養教諭・学校栄養職員を集めて、自分の店で料理教室を行っています。料理のプロの私たちに、何でも聞いて、頼ってください。

調理機材の重要性を実感

調理時間や予算など制限の多い給食をおいしく作るためには、スチームコンベクション、真空器とブラストチラーなどの機材が力を発揮することを実感しました。

和食給食応援団



「和食」がユネスコ無形文化遺産に登録されたことを受け、2014年3月に日本料理の若手旗手が「和食給食応援団」を結成し、農林水産省から認定をうけました。「日本料理賛否両論」の笠原将弘氏を中心に8名で始まった取組でしたが、現在は、北海道から福岡まで30名の和食料理人が参加するまでに拡大しました。

「和食」がユネスコ無形文化遺産に登録されたことを受け、2014年3月に日本料理の若手旗手が「和食給食応援団」を結成し、農林水産省から認定をうけました。「日本料理賛否両論」の笠原将弘氏を中心に8名で始まった取組でしたが、現在は、北海道から福岡まで30名の和食料理人が参加するまでに拡大しました。

次世代に「和食」という食文化を繋ぐこと。それが「和食給食応援団」の想いです。「和食」とは、自然を尊重し、人々を繋げ、健康を志向し、地域ごとに多様に発展してきた文化です。この「日本人の伝統的な食文化」の素晴らしさを日本中の児童生徒と共有していきたいです。

和食継承には様々な場面で課題があります。しかし、そこに和食料理人の経験と技術が寄り添うことで課題解決の可能性は広がるはずです。和食給食応援団は今後も、和食文化継承に向けて取り組まれる栄養教諭・学校栄養職員の皆様と共に活動していきます。

和食給食応援団 web サイト

和食給食応援団の web サイトが出来ました。活動報告などを行っていきます。<http://www.washoku-kyushoku.or.jp>

和食給食応援団レシピサイト「みんなの和食給食」

和食給食献立が分からないとお声を多く頂きます。和食は難しいものではありません。季節ごとの和食給食献立を皆様に紹介してまいります。<http://www.washoku-kyushoku.com>

和食給食応援団 fecabook ページ

日々の活動の記録を行っていきます。<https://www.facebook.com/washokukyushoku>

和食給食

発行 農林水産省
企画 合同会社五穀豊穡
編集 一般社団法人和食給食応援団
編集 小林淳一 株式会社コバヤシライス
撮影 松園多聞、加藤純平
取材・執筆 唐澤理恵、三好かやの、小畑智恵
イラスト 祖敷大輔
デザイン 根本真路
印刷製本 株式会社美松堂

和食継承推進協議会
公益社団法人全国学校栄養士協議会相談役 市場祥子
杉並区立三合小学校 栄養教諭 江口敏幸
東京家政学院大学 名誉教授 江原絢子
銀座 小十店主 奥田透
京料理 たか木店主 高木一雄

今回参加の和食給食応援団

銀座 小十 奥田透
日本料理 雄 佐藤雄一
日本料理 賛否両論 笠原将弘
お料理 宮本 宮本大介
ほむら 小笠原一芸
日本料理 うを仁 白井規郎
美味いもん わ多なへ 渡邊達也
日本料理 つか佐 川口順一郎
割烹旅館 若松 成田正吾
京料理 たか木 高木一雄
御料理 まつ山 松山相三
なすび亭 吉岡英尋
懐石料理 喜一 北野博一
鮎 小野 小野淳平
和ごころ 田じま 田島隆史
日本料理 TAKEMOTO 武本賢太郎

本冊子に関する取材等のお問い合わせ・和食給食応援団に関するお問い合わせは、和食給食応援団事務局まで。
info@washoku-kyushoku.or.jp
03-6264-1104



「和食」を愛する心を育てる。

和食
給食