

体験活動参加型＋サロン型（中学校）

学校名等	可児市立蘇南中学校
実施日時	令和元年12月11日（水）
会場	可児市福祉センター
参加人数	30名
学習課題（分野）	おいしい蒟蒻を作ろう
運営者の願い	こんにゃく作りを通して、保護者の皆様の交流の場となるようにしたい。蘇南中学校家庭教育学級の伝統で、11回続いている毎年恒例の講座です。普段、家ではできない作業を保護者同士、協力して行うことで親交を深めてもらうとともに、一から作ることで食の大切さを知ってもらいたいです。

学 習 の 内 容

<講師さん特製のコンニャクを試食>

- ・実際に試食する中で、目指す料理の姿を明確にし、具体的にあこがれを持ちます。
- ・「3回目で楽しい。」「一人ではできない。」「去年、やったことがある。」「絶対、家ではできない。」など、教えていただいて、みんなで作ることへの期待感が盛り上がりました。

<芋を洗う～芋を煮る～芋をゆでる調理実習>

- ・ペースト状になるまで攪拌して、泡立て器でよくかき混ぜる。絶対に怠らない。
- ・おろし器ですりおろした方がおいしく出来るような気がする。
- ・クツクツと煮立ち始めたら、シャモジで何度も切る。根気よくかき混ぜるうちに、芋が固まってくる。
- ・餡色になった芋を鍋の湯に落とす。灰汁が出るので根気よくとり続けていく。
- ・水に入れた容器で保管するが、アクも出るので1日1回は水を換える。



<蒟蒻についての講話>

- ・蒟蒻芋の原産地はインド、ミャンマー、芋の成長は遅い。5・6年でやっと花が咲く。
- ・食用としている地域は日本、中国、韓国、ミャンマー
- ・日本への伝来は、6世紀に韓国より伝わった後、整腸薬として中国から輸入した。
- ・日本で鎌倉時代に精進料理として普及し、時の権力にも護られた庶民の間には江戸の元禄時代に広まった。
- ・主産地は群馬県が89%。粉にしたもので作ると白色。生芋でも皮も一緒にすりおろすと黒色、市販のものはひじきなどで色付けしたもので、本来の色は白たきの色。
- ・ダイエット食で低カロリーである。コンニャクラーメンやシラタキヌードルがある。



<試食と家庭へのお土産>

- ・「おでんにした蒟蒻よりも、練り辛子の方がカロリー高いですよ。」という話には「えっ！」と驚きの声が上がりました。
- ・「家庭へ持ち帰って、本物の味を家族に食べさせたい。」という声から、家族で楽しい食卓の話題が増えそうな気がしました。

<閉会>

- ・佐橋元校長先生の講話・三品現校長先生のお話・家庭教育担当の話・家庭教育学級長より

<アンケートより>

- ・「面白い。」「うわっ。」「めっちゃ気持ちいい。」「ぬるぬるしている。」「焦げもおいしいですね。」など和気あいあいとした学級生同士の会話が聞こえてきました。
- ・初めての蒟蒻づくりでしたがいいねに教えていただきました。美味しさにびっくりです。
- ・家ではできない大変な作業もみんなで協力して楽しくできてよかったです。
- ・家へのお土産を家族に食べてもらうのが楽しみです。市販のものとは違い、香り、食感が全然違います。



今年の冬で11回目の開催を数え、蘇南中の伝統行事となってきている。中学校の家庭教育学級でありながらも、学校任せでなく、自分達で講師（高校見学は除く）を探して、自主的・自立的で継続的な運営がなされている。



蘇南中学校の元校長先生が講師をとって、近隣の小学校の5校にも広まっている。

- ① 最初に試食タイムで、食への感謝をして、めざす姿を明確にしてからのスタート。
- ② 調理の空いた時間に、蒟蒻についての歴史的な経緯・由来、産地などの地理的、栄養学的な話もあって、学級生に“学び”がある。
- ③ 蒟蒻を家に持ち帰ることにより、本物の味を賞味でき、食卓での親子の会話が弾む。など単なるカルチャースクールではない、手作り感満載の学級となっている。