

調理学実習における郷土料理の題材の選択と内容の検討

－郷土料理の喫食に関する調査から－

Examination of content and selection of material of local cuisine
cooking in clinical practicum

～ From research on eating Local cuisine ～

池田 友子

浜中 幸美

Tomoko IKEDA

Yukimi HAMANAKA

青森中央短期大学 食物栄養学科

Aomori Chuo Junior College, Department of Food Dietetics

Key words：短大生，調理学実習，郷土料理

1. はじめに

青森県はその地域ごとに特色のある郷土料理が多い。津軽地方の米主体の料理、南部地方の雑穀・粉食（小麦、そば）主体の料理、下北地方の雑穀・粉食（小麦、そば）・いも主体の料理、沿岸地帯の海の幸主体の料理などである¹⁾。現在、小・中学校の学校給食の献立への郷土料理の導入や家庭科の授業で郷土料理が題材として取り入れるように推進されている。このように食文化の伝承については食育の一環として進められている^{2) 3) 4)}。短大においては「食事作法」「行事食」などは主に実習で指導されていることが推測される⁵⁾。このことから調理学実習を通して食文化を継承することの意義について考えさせ、学生に適した題材を提供することが大切であると考え。調理学実習では、栄養士養成課程コアカリキュラム⁶⁾の中の調理学中項目に示される「食事文化と伝承」にもとづき、郷土料理を実習の題材とすることで地域の行事食や食の伝統を学習できると考えた。そこで、食物栄養学科1年生では、調理学実習Ⅰで、2年生では調理学実習Ⅱで、更に選択科目の調理学実習Ⅲにおいて青森県の郷土料理の伝承を目的に郷土料理を取り入れている。また、郷土料理の調理技術の習得方法として、家庭でつくられないものの、郷土料理として学校での情報習得の比重が大きいことが伺える⁷⁾など郷土料理の喫食経験や調理技術の習得が調理実習によると考えられる。ただ、大学生への郷土料理についての意識調査では郷土料理は健康的だがあまりおいしくなく、作るのに面倒という若年層の受け止め方の一面も回答から伺える。伝承は大切なことだが作り方は難しいという結果や食材や味付け、作り方など少しずつ変化させ次代へ伝えられていくだろうとの意見もあった⁸⁾。

授業で郷土料理を実施したところ、食べられなかったり、苦手な食材が入っていたり、味が濃い等の感想が出された。そのため、学生の郷土料理に対する意識を知り、郷土料理の題材の選択、作り

方、味付け、材料の選択などの見直しが必要と考えた。現在授業に取り入れている郷土料理の題材は「あおり食の文化遺産財」⁹⁾ に選ばれた料理、「あおりの伝統料理」¹⁰⁾、「あおりの春夏秋冬郷土の料理」¹¹⁾ に記載されている料理を参考にしている。分量・調味料・作り方についても参考にしている。これらに記載される料理には、学生が初めて体験する料理もあり、初めて目にする材料や調理法もある。このことから調理学実習Ⅰ・Ⅱ・Ⅲで行う実習内容について、学生の郷土料理への興味、伝承意識、認知度、情報の取得法、喫食経験、調理経験、使用する材料、作り方、味の濃さについて調査を行い、その結果から郷土料理の題材の選択及び味付けや作り方の変更等内容の検討をし、授業においてそれを活かし郷土料理の伝承に役立てたいと考えた。

2. 研究目的

本研究では、アンケート調査の結果を踏まえ、調理学実習で行っている郷土料理の授業内容について、郷土料理の伝承に役立つように、題材の選択と作り方・味付けなどの調整を含めた内容の整理を行い、より学生が取り組みやすく次世代に繋げていける形になるように検討することを目的とする。

3. 研究の方法

3-1 アンケート調査

3-1-1 調査対象

青森中央短期大学食物栄養学科1年64名・2年生68名を対象にアンケート調査を行った。

3-1-2 調査方法

青森中央短期大学食物栄養学科で調理学実習Ⅰを履修している1年生及び調理学実習Ⅱ・Ⅲを履修している2年生に対し、それぞれ自記式質問紙による調査表を配布し調査を行い、回収ボックスを設置し回収する方法で行った。

3-3-3 調査項目

郷土料理についての興味、伝承意識、認知度、喫食経験、情報の取得方法について調査し、更に小学校・中学校・高校での郷土料理の実習題材を調査した。また、調理経験者には材料への認知度、作り方の難易度、味付けについて調査した。なお、調査に用いた郷土料理30品(表1)については、過去5年間に調理学実習Ⅰ・Ⅱ・Ⅲで取り上げた題材である。また、これらの題材の選定については、「食の文化遺産ガイドブック」「あおりの伝統料理」「あおりの春夏秋冬郷土の料理」を参考とした。

表1 調査に用いた郷土料理30品

津軽の甘い赤飯	しとぎ餅	身欠きにしんと落の煮しめ
けの汁	そばかけ	津軽のおから炒め
茄子のしそ巻き	いもすりだんご汁	胡麻ご飯
ねりごみ	長芋の梅酢漬け	そば串もち
ひつつみ	酒まんじゅう	きんかもち
煮和えっ子	いかのすし	けいらん

長芋すいとん	白和え	菊のクルミ和え
菊ご飯	ごぼうのでんぶ	せんべい汁
たらの子とね	青豆しとぎ	豆もやしの油炒め
りんごなます	いかの鉄砲焼き	いか飯

3-3-4 倫理的配慮

この調査は、青森中央短期大学研究活動推進委員会倫理審査会の承認を得てから実施した。

3-3-5 アンケートの集計

アンケートの集計の結果については、調査項目ごとの単純集計及び、郷土料理の認知度について各学年別、出身地別を加えクロス集計した。なお、集計対象の属性は、1年生、2年生、調理学実習Ⅲ選択者、各出身地（県）とした。

4. 結果と考察

アンケート調査は平成25年11月21日（2年生）・11月22日（1年生）において実施した。回収率は1年生53人（78%）、2年生35人（51%）となった。また、2年生のなかで調理学実習Ⅲ選択者は12人であった。回答数の合計は、1年・2年合わせ88人（68%）となった。出身県については次の表2の通りである。

表2 出身県

	青森県	秋田県	岩手県	福島県	山形県	宮崎県	北海道
1年	38人	3人	10人	1人	1人	0人	0人
2年	23人	6人	4人	0人	0人	1人	1人

4-1 郷土料理への興味と郷土料理の伝承に関する質問について

郷土料理への興味について、「ある」と答えた学生は1年生93%、2年生97%であった。「ない」と答えた学生が1年生では7%、2年生では3%であった。また、郷土料理の伝承について「伝えていくべき」と回答した学生は、1・2年生とも100%であった。このことからほとんどの学生が郷土料理に興味を持ち、伝承していくべきと考えており、調理学実習を通じ、郷土料理に触れる機会が多いほうが良いと考えられる。調理学実習での回数は少ないものの、小学校から短大までの間に郷土料理への知識を積み上げることが大切だと考える。しかし、郷土料理に興味がないと回答した学生もあるため調理の技術だけではなく料理の背景や歴史など、様々な角度から郷土料理を意識できるように、調理学以外に食事計画論など他教科と連携した取り組みが必要となってくると考える。

4-2 青森県の郷土料理の認知度に関する質問について

1年生と2年生と認知度の比較について図1の通りとなった。1年生に比べ2年生は認知度が高かった。特に「せんべい汁」「ひつつみ」「けの汁」は100%近くのものを知っていると回答した。また、認知度が10%を下回る郷土料理は、1年では、「ごぼうのでんぶ」「菊ご飯」「菊のクルミ和え」「煮和えっ子」「酒まんじゅう」「ねりごみ」「胡麻ご飯」で、2年生では「りんごなます」「ごぼうのでんぶ」「菊ご飯」「菊のクルミ和え」となった。「ごぼうのでんぶ」「菊ご飯」「菊のクルミ

和え」は共通し認知度が低かった。調理学実習Ⅲ選択者では郷土料理の授業を地域ごとに3回行っているため郷土料理の認知度は高かったが、「ごぼうのでんぶ」「菊ご飯」「菊のクルミ和え」については12人中1名のみ知っていると答えるなど認知度が一番低かった。出身地別にみると、表3のように、認知度の高かった郷土料理は「せんべい汁」が一番多く、次に「ひつつみ」「けの汁」となった。「せんべい汁」や「けの汁」は県内外に郷土料理として知られている。特にせんべい汁はB級ご当地グルメの象徴的存在になっているが八戸の郷土料理の代表でもある¹²⁾。また、「けの汁」(かえの汁)もまた、津軽の冬には欠かせない料理であり行事食として小正月に食べられるものである¹³⁾。どちらも観光資源としてPRされているため認知度が高くなったと考えられる。このことから、認知度については情報発信の多さに左右されると考える。また、秋田県・岩手県出身者では「そばもち」「きんかもち」「長芋すいとん」「しとぎもち」を選択しておりその他の県より青森県の郷土料理の認知度が高いと感じた。今回、認知度の低かった「ごぼうのでんぶ」は、青森の正月料理である^{10) 12)}。普段きんぴらごぼうとして食べているごぼうだが、正月料理の一つとして伝承したい料理だと思う。日常で食べられているために郷土料理の認識が薄いと感じる料理も多いのではないかと考える。また、菊を使った郷土料理は、若年層にとって食べる機会が少ない事が原因と考えた。

4-3 郷土料理の喫食場所に関する質問について

図2に示されるように、家庭や学校が喫食場所としてあげられた。その他では祖母や叔母の家でと回答された。家庭における「食の伝承」の実態が母から娘へ連綿と受け継がれていく「おふくろの味」の与えるイメージよりもはるかに緩やかなものであった¹⁴⁾ということからも、学校での実習が喫食経験に繋がることは核家族化が進む中では考えられることである。その他の回答にもあるように祖母や叔母の家での体験など家庭だけでなく、地域、学校と連携しながら郷土料理を伝承していく機会を持つことが大切と考える。

4-4 郷土料理の情報源に関する質問について

図3に示すように様々なところから郷土料理の情報を得ていることが分かったが、1・2年生合わせて88%の学生が、授業や調理実習により郷土料理の情報を得ていることが分かった。また、インターネットからの情報の取得は19%と予想以上に少なかった。郷土料理の情報はインターネットで簡単に検索できるが、青森県庁のHPにある「あおもりのうまいものたち」から青森県の特産品を含めた郷土料理の情報が正確に入手できる¹⁵⁾。このような情報を提供することで、郷土料理について興味を持たせるような指導が出来、また、調理技術以外の知識を学生自身が積極的に検索できるようになると考える。

4-5 小・中・高校の授業での郷土料理の調理経験に関する質問について

認知度を調べるために設けた30品目の郷土料理について、小・中・高校で調理実習の題材として取り上げられたかを調べるためにそれぞれの郷土料理の調理経験について質問した。結果は図4の通り30品目中19品目について調理経験があると回答した。「けの汁」をつくったと回答した学生が一番多く、次に「ひつつみ」「白和え」「せんべい汁」「津軽の甘い赤飯」と多かった。しかし1・2年生とも認知度が低かった「ごぼうのでんぶ」「菊ごはん」「菊のクルミあえ」の調理経験はなかった。また回答者は少なかったものの「豆もやしの油炒め」「鱈の子和え」「煮和えっ子」「きん

かもち」「ねりごみ」「そばかけ」「しとぎもち」「けいらん」などが題材として使われていた。このことから、題材として選択するときに良く知られている郷土料理が選ばれていると考えられる。また、調理実習という限られた時間に作ることが出来、また材料も購入可能なものなど、制限される部分が多く、題材の選択に大きく影響している事も考えられた。

4-6 調理経験者の材料の認知度と作り方の難易度、塩味に関する質問について

今回の調査では、調理経験者に材料の認知度、作り方の難易度、味付けについて質問した。回答者は1・2年生合わせ40人である。郷土料理に使われた材料について調理経験者が知っていたかの質問に対し、図5に示したように回答者の43%が材料の中には知らないものがあったと答えている。また、図6には示すように、作り方について難しかったと回答したものは2%であったが、少し難しかったと回答したものは45%あった。図7に示すように、味付けについて回答してもらったところ、塩辛い7%、少し塩辛い38%と半数近くが、塩味が濃いと感じていることが分かる。調理学実習で題材を選ぶときは作りやすさも考慮しているが、使う材料について見たことがなかったという郷土料理もあった。実際に「露と身欠きにしんの煮物」を題材としたとき、身欠きにしんを始めて見る学生や、どう扱えば良いのか処理の仕方が分からないなどがあった。このことから郷土料理は昔ながらの食材を使いそれを初めて体験する学生がいることを踏まえ、食材の説明から扱い方などを十分に説明することが大切と考える。

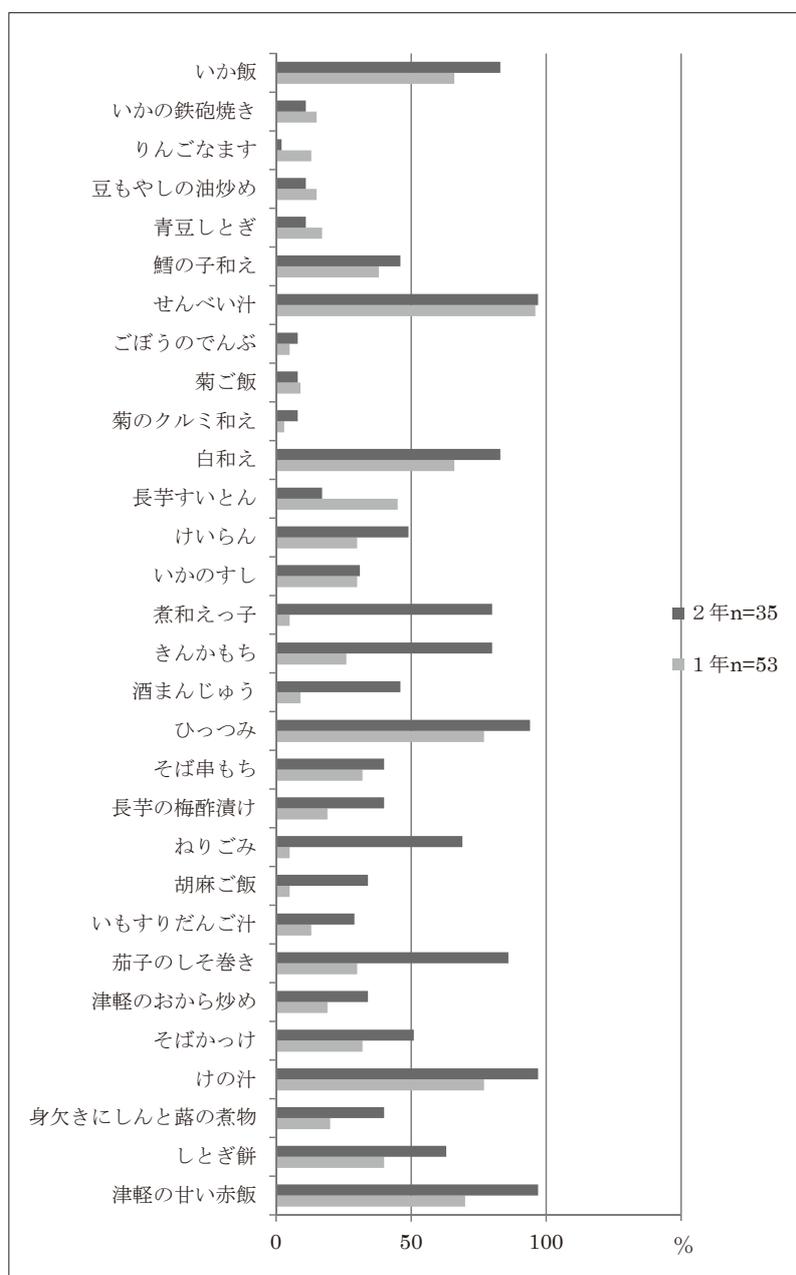


図1 1年生と2年生の認知度の比較

表3 出身地別の認知度比較

(1年)

出身県	人数	認知度の高かった郷土料理 3品(人) 複数回答		
秋田県	3	せんべい汁(3)	けの汁(1)	そばかけ(1)
岩手県	10	せんべい汁(7)	ひつつみ(6)	白和え(4)
福島県	1	せんべい汁(2)	けの汁(2)	ひつつみ(2)
山形県	1	せんべい汁(1)	けの汁(1)	

(2年)

出身県	人数	認知度の高かった郷土料理 3品(人) 複数回答		
秋田県	6	せんべい汁(6)	けの汁(6)	ひつつみ(6)
岩手県	4	せんべい汁(3)	けの汁(3)	ひつつみ(3)
宮崎県	1	せんべい汁(1)	けの汁(1)	ひつつみ(1)
北海道	1	せんべい汁(1)	けの汁(1)	ひつつみ(1)

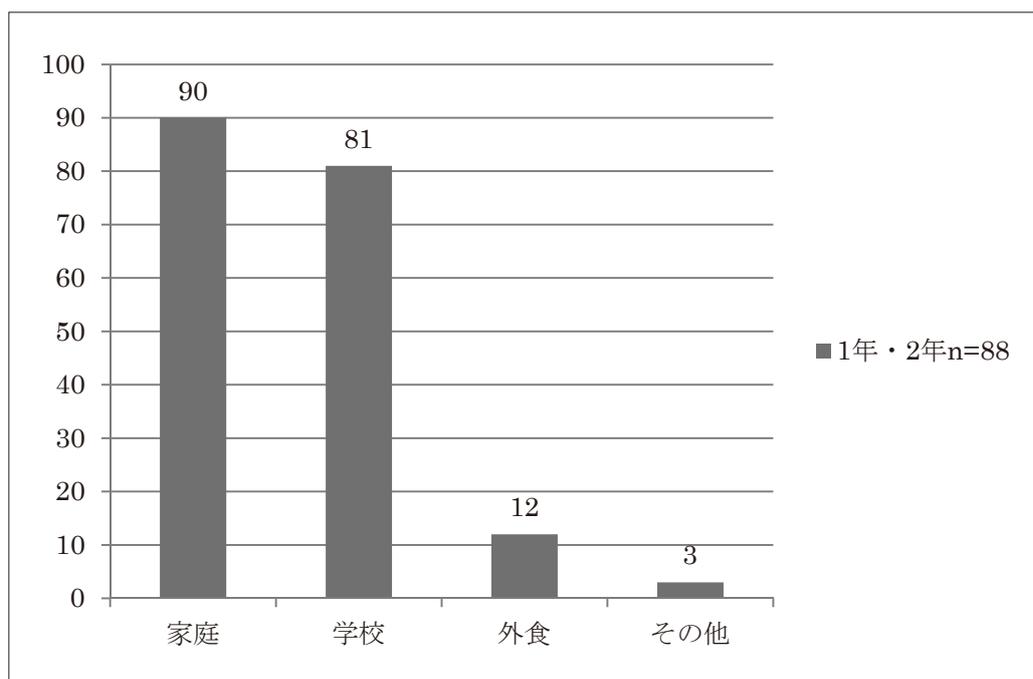


図2 郷土料理の喫食場所

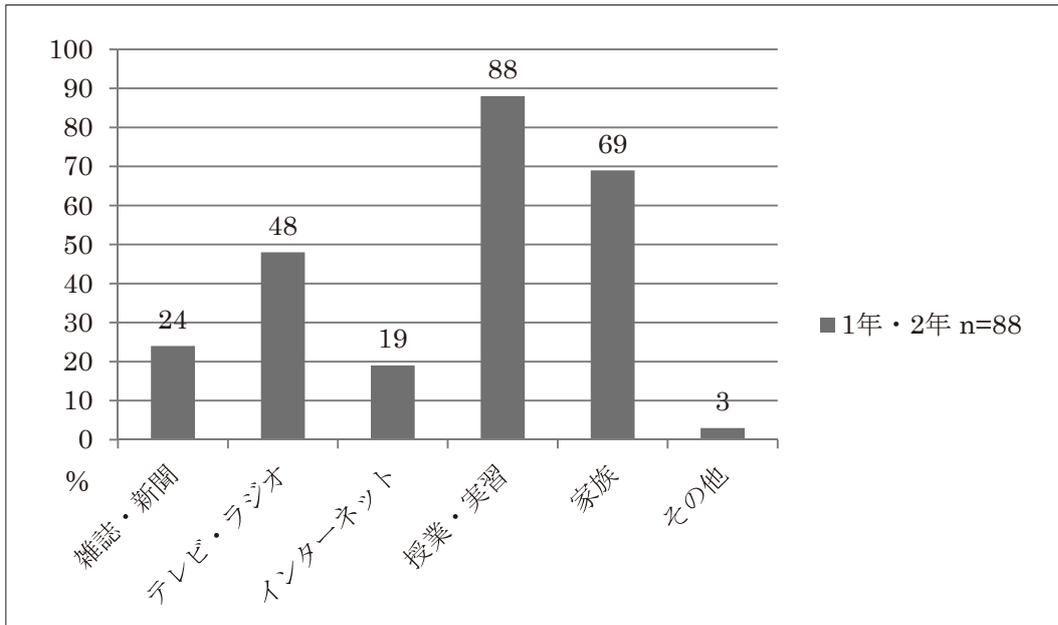


図3 郷土料理の情報源

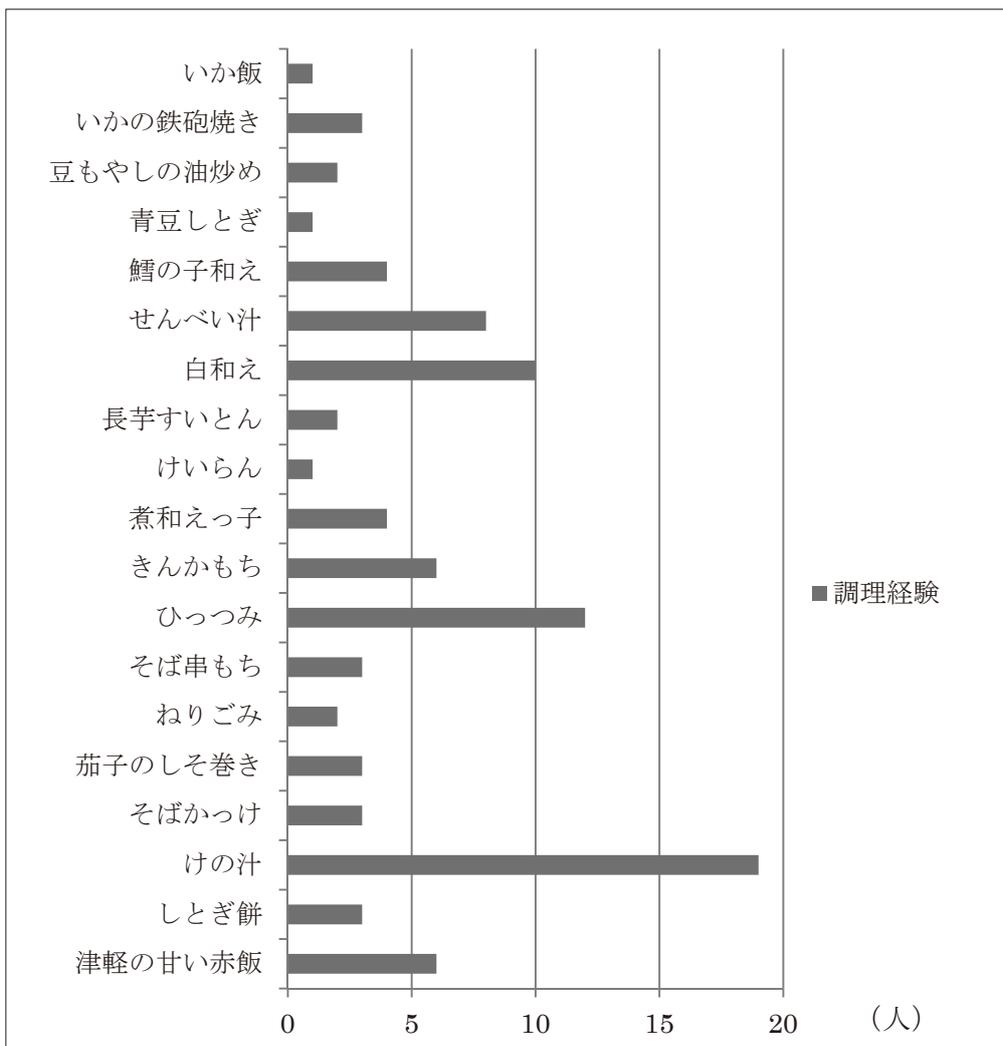


図4 小・中・高校で調理経験のあった郷土料理 (19品)

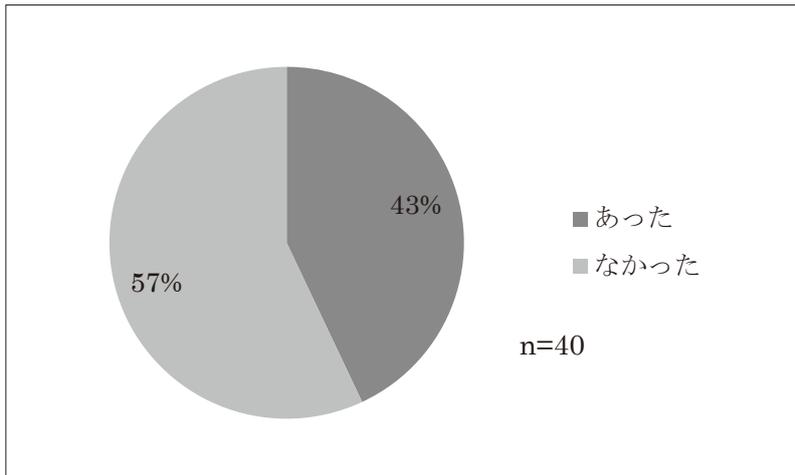


図5 郷土料理に使用された材料で初めて見るものがあったか

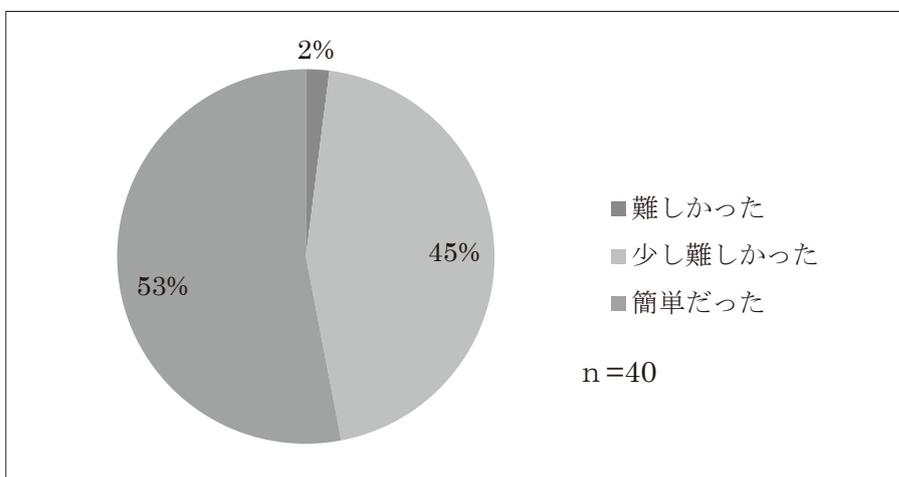


図6 作り方は難しかったか

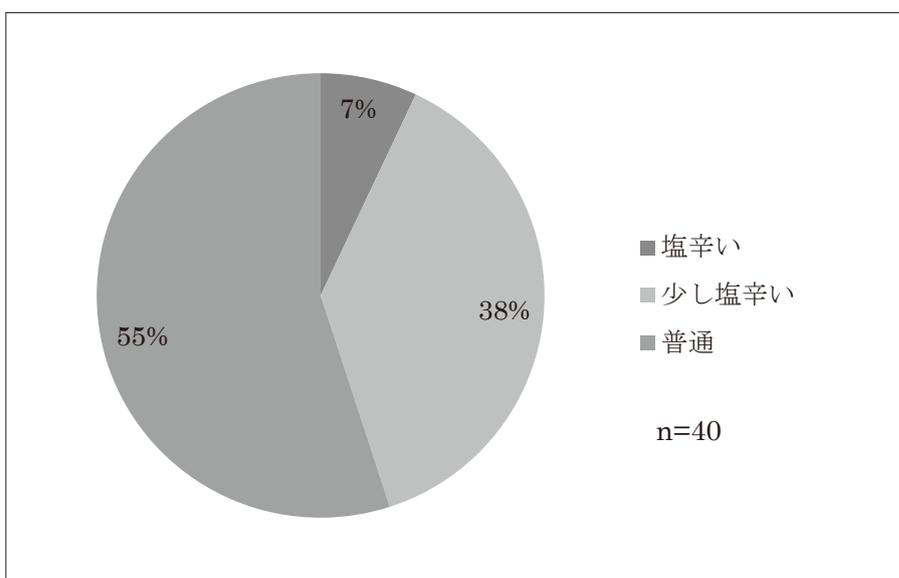


図7 味付けについてどう感じたか

5. まとめと今後の課題

本調査により次のことが明らかにされた。

1. 学生の郷土料理への興味は高い。また郷土料理の伝承は必要と考えている。
2. 郷土料理に認知度について、「せんべい汁」「ひつつみ」「けの汁」については学年・出身県に差はなく認知度は高かったが、「ごぼうのでんぶ」「菊ご飯」「菊のくるみ和え」は低かった。出身県では隣接する県の出身者ほど青森県の郷土料理の認知度は高かった。
3. 郷土料理の喫食場所は、家庭・学校が多かった。
4. 郷土料理の情報の取得法は授業や実習、次に家族からが多かった。
5. 小・中・高校での調理実習における郷土料理の題材については、30品目中19品について調理経験があると回答されたが、特に多かった郷土料理は「ひつつみ」「白和え」「せんべい汁」であった。認知度が低かった「ごぼうのでんぶ」「菊ご飯」「菊のくるみ和え」については調理経験者がいなかった。
6. 調理経験者の43%が材料に知らないものがあつたと回答している。また、作り方について45%がやや難しかったと回答した。味については45%が塩辛い・やや塩辛いと回答した。

以上のことから学生の興味・伝承意識の高さと、喫食場所や情報の取得法から調理学実習で郷土料理について指導することが大切だと分かった。特に郷土料理の認知度が1年生より2年生の方が高かったことを踏まえ、1年次の授業から郷土料理を授業の題材として取り入れることが大切だと考える。また、題材の選択については、調理経験の少なかった郷土料理の中には、行事に関係なく季節の食材を使い普段家庭で食べられているものが多かったことから、季節毎の食材に関連した題材を選択すること、「けの汁」のような行事食を選択することなど、2つに分けて指導することも大切だと考える。調理経験の中にある「白和え」は日本料理の基本の和え物として調理実習の題材になるが、青森県では正月料理の中に「にんじんの白和え」や乾燥したぜんまいを戻し使用する「ぜんまいの白和え」がある¹²⁾。このことから普段よく食べる料理と郷土料理を関連づけて指導することも大切になってくると考える。また、郷土料理の材料については、はじめて見るものもあることから、作り方だけでなく食材の説明や下ごしらえの方法など丁寧な説明を付け加えることが大切だと考える。さらに実習時間内に料理を完成させるためにより簡単に作る方法を検討する必要があると考える。これにより今まで題材に選ばれなかった郷土料理も取り上げられると思う。味付けについては、濃いと感じる学生があるため、どれだけ塩分が含まれているのか、郷土料理ごとの塩分調査も必要となってくると考える。薄味ではその郷土料理の味を壊してしまうこともあるため、減塩に繋がるように改良しながらも郷土料理として形を崩さないように工夫する必要があると考える。作り方・味付けの工夫については、題材の選択と共に調理学実習で使用できる形に検討していくことが必要だと考えられるため今後の研究課題としたい。

参考文献

- 1) 青森県庁：あおもり産品情報サイト：「あおもり食文化」
<http://www.umai-aomori.jp/>
- 2) 文部科学省：食に関する指導の手引書 第1章 p 7 (2010)
- 3) 和氣清美・大森玲子：高等学校家庭科における食文化の伝承 宇都宮大学教育学部 教育実践総合センター紀要第32号 (2009)
- 4) 森山克子・伊礼夏未：沖縄県学校給食における郷土料理推進のための一考察 (第1報)
郷土の行事食を含む学校給食献立年間計画と郷土料理提供数・種類数の調査：琉球大学教育学部
紀要 第77集 p154 (2010)
- 5) 内島幸江・赤池節代：短期大学における基礎調理学の実験・実習に関する一考察 I 短期大学に
おける調理実験・実習の実態 名古屋女子大学紀要 (15) p22 (1969)
- 6) 社団法人全国栄養士養成施設協会：栄養士養成コアカリキュラム給食の運営—調理学
- 7) 中村喜代美：本学学生の調理教育に関する研究 (5) 短大入学生における郷土食の受容 北陸学
院短期大学紀要28 p109-125 (1996)
- 8) 石川尚子・北村由紀子・加藤征江：郷土料理に対する富山大学学生の意識調査日本調理科学会誌
36 (4), 421-430, 2003-11-20
- 9) 青森県：食の文化伝承ガイドブック (2005)
- 10) 青森県農業普及協会：あおもりの伝統料理 (2008)
- 11) 千葉彩子：あおもりの春夏秋冬郷土の料理 (1982)
- 12) 小林哲：B級ご当地グルメの魅力第2回「定着」食文化誌ヴェスタNo83p54-57 (2011)
- 13) 農文協刊：聞き書青森の食事 p58 (1986)
- 14) 古家晴美：現代社会と「郷土食」筑波大学紀要第3集 p121-133 (2008)
- 15) 青森県庁：あおもり産品情報サイト：「あおもりの食の文化伝承財」
<http://www.umai-aomori.jp/>