

大豆が招く春の訪れ

節分は昔の大晦日。1年が終わる日に大豆を食べて、大豆のチカラで福を呼び込む。

冬から春への
 節目の日に豆を撒き、
 食する意味を考える

豆製品メーカー、株式会社マルヤナギ小倉屋の工場がある兵庫県小野市の小学3年生を対象に、「節分と大豆」の授業が行われた。

かつて日本では春を1年のはじまりとしていたため、この日は1年の締めくくりとして重要な意味を持っていた。「節分には、鬼が出て悪さを働きます」。この日の講師を務めた、マルヤナギ小倉屋の和夢泉さんは、こう続ける。「そんな時に力を発揮し、私たちが助けてくれるのが『大豆』。豆は『魔滅(マメ)』に通じ、災厄や邪気を祓う力があると昔から信じられてきました」。

そんな、日本人の味方であるはずの大豆だが、その独特のにおいや歯ごたえから苦手と答える児童も多いという。まずは大豆に慣れてもらうことが必要と語るのは、兵庫県内に和食料理店を構える高木さん。「蒸し大豆は、児童に大豆を食べ慣れさせるための近道だ」と高木さんは言う。大豆の成分は水溶性のものが多いため、煮るとうま味まで抜けてしまう。だが蒸した大豆であれば、

うま味や栄養価を豆に閉じ込め、おいしさも損なうことなく味わうことができる。授業の後はお待ちかね、給食の間だ。主菜の「蒸し大豆のかきあげ」は、児童たちが給食で食べる様子を思い浮かべながら、高木さんが考案した。児童たちから「おいしい」「やわらかい」という声があがる。「朝から調理員の皆さんと頑張ってた甲斐があった」と安堵する、栄養教諭の重松先生。児童の喜ぶ姿を見るのが一番の喜びだ。大量調理の中でかきあげを作るには手間と労力が必要だ。しかしその手間を加えたことで、児童たちは新たなおいしさに出合うことができた。

節分の日、日本人は大豆のチカラで邪気を払い、大豆を食べて福を願う。今日この日、初めて大豆の魅力を知った児童たちもみな、新たなチカラを得て春を迎えることだろう。



1年間に日本人が食べる大豆の量は6.1kg、12000粒。その量、重みに驚く児童たち。豆腐や油揚げなど、姿を変えて食べられている大豆製品は多い。



- 大豆が苦手な児童でも食べられるようにと、京料理 たか木の高木さんが考えた「蒸し大豆のかきあげ」。朝早くから調理員さんが準備し、給食献立として実現した
- 年間10か所以上の調理場に入っている高木さん。この日も朝から給食センターへ赴き、調理員さんの質問に答えながら給食を作り上げた
- 大豆のチカラで鬼を退治しましたと黒板に鬼の絵を描く児童。白衣姿の岩本さんは地元大門工場の工場長で、普段工場を着ている制服を着て学校へ駆けつけた
- 大豆に黒豆、うずら豆等、自分たちでお気に入りの豆を選ぶ。この日紹介した豆は6種類。日本人は昔から色々な豆をうまく活用してきた
- 高木さん、重松先生、調理員さんが連携することで実現した節分の日の献立。主食：白御飯、主菜：大豆のかき揚げ、副菜：大根葉の甘辛炒め、汁物：鶏ひき肉の呉汁醤油仕立て、牛乳



株式会社マルヤナギ小倉屋
和夢泉季

わだみずき：神戸市に本社を置く同社で食育インストラクターを務める。本社1階のキッチンスタジオでは定期的に5～9歳を対象としたキッチンチャレンジを実施。近隣の小学校へ出向いての豆の理解を深める授業も行う



栄養教諭
重松静香

しげまつしずか：食材本来の持ち味やおいしさを児童たちに伝えたいと給食献立を考える。小野市では、幼稚園(4歳児)から中学3年生まで同じ献立で給食を提供するため日々工夫を凝らしている

DATA

象地：兵庫県小野市
 対象校：小野市立中番小学校
 提供食数：4900食(小野市立学校給食センター)

米飯給食回数：週4.0回
 米飯炊飯方式：委託炊飯
 献立方法：統一献立