

大田市・学習院女子大学 コミュニティキャンパス事業報告書

時をつなぐ共生のまち・大田

ーサツマイモからみえる地域文化の未来

学習院女子大学

(2025年11月～2026年3月)

時をつなぐ共生のまち・大田 ーサツマイモからみえる地域文化の未来

目 次

1. プロジェクトの趣旨	1
2. 実施日と内容（スケジュール）	2
3. フィールドワーク（12/21-22）	4
4. 遼摩高校	
4-1. サツマイモのフードコンシャスネス教育ワークショップ	14
4-2. さつまいもの官能評価およびアンケート調査	17
5. 大田市の郷土料理「押し寿司」の聞き書き調査	26
収集した文献資料一覧	31
付録	33

1. 本プロジェクトの趣旨

地域資源である「さつまいも」を題材に、大学生によるフィールドワークを実施し、生産現場や加工・販売の実態を調査するとともに、地域の風土や食文化、歴史的背景を探る。得られた調査結果を整理・分析し、次年度に予定する高校生とのワークショップや商品開発活動の方向性を検討することで、地域産業への理解を深めるとともに人材育成を図る。

具体的な取り組みスキームを下記に示す。なお、この取り組みは学習院女子大学の学生による調査研究活動および教員と学生と大田市社会教育課の共同研究事業である。

取組スキーム

- ① 課題設定ワークショップ
地域住民・高校生・生産者がサツマイモの歴史や文化など魅力を共有
- ② フィールドワーク・地域の魅力発見
地域の生産者や利用方法などを探求するため、地域住民（生産者・高校生など）との交流を深めながら現地調査する
- ③ 課題アイデアの提案と発表
フィールド調査やヒアリング調査をまとめ、地域住民に向けてプレゼンテーション
調査結果は簡易冊子として取りまとめる

2. 実施日と内容 (スケジュール)

日程	場所	時間	内容
2025年10月30日			LINE グループ作成
2025年11月3日	Zoom	20時～21時	オンラインミーティング： 本プロジェクトの概要説明
2025年11月8日	やきいも フェス TOKYO2025		流行りのさつまいも調査
2025年11月19日	大学		各自でさつまいもの歴史や文化、料理、 お菓子を文献調査
2025年12月3日	大学	15時～17時	さつまいもきんとん、さつまいもご飯、 さつまいものサイコロ塩バター炒め(計 3種)の試作及び試食調査
2025年12月9日	大学		さつまいもの文献調査
2025年12月19日	大学	12時30分～ 15時	対面ミーティング： 「さつまいもに関する意識調査」の Google フォームを作成、大田市につい ての事前調査発表
2025年 12月21日～23日	大田市		フィールドワーク (※詳細、下記参照)
2026年1月14日	大学	15時～17時	対面ミーティング： フィールドワークの調査報告、大田市の 図書館にて収集した資料の共有および まとめ
2026年1月21日	大学	14時～16時	対面ミーティング： 報告書の作成内容及び2月13日の発表 PPT内容についての相談会
2026年1月27日	Zoom	10時30分～ 11時30分	高橋恒子様へ聞き書き調査 (※詳細、下記参照)
2026年1月28日	大学	10時30分～ 16時	対面ミーティング： 報告書提案の成果物試作(さつまいも味 噌、さつまいもチュモツパ、スイートポ テト、埋没林風バウムクーヘン、さつま いもクレープ)

2026年1月31日	大学	13時～17時	対面ミーティング： 報告書提案の成果物試作（さつまいもチョコレート）、報告書及び報告会に向けた資料制作・報告
2026年2月4日	大学	15時～	作成した報告書の提出 PPTの共有とプレゼン練習1
2026年2月9日	大学	13時30分～ 16時30分	プレゼンテーション練習2
2026年2月13日	大学 Zoom 大田市 ZOOM	10時00分～ 12時00分 14時00分～ 16時30分	プレゼンテーション練習3 2025年度報告会 (大田中央図書館・学習院女子大学オンライン)
2026年2月14日			報告書提出（本提出）

3. フィールドワーク

1) 1日目(12月21日)：七五三・古市(担当)

(1) 羽田空港から出雲への移動

7時05分に羽田空港を出発し、8時35分に出雲空港へ到着した。出雲空港からの移動中、西側に広がる松の防風林(築地松)や宍道湖の西岸まで広がる斐伊川平野を望むことができた。冬季に西からの強風を防ぐための古人知恵が面白い景観を形成し、島根の自然環境の特徴を移動中から実感することができた。9時15分に出雲空港を出発し、フィールドワークが本格的に始まった。

(2) 来間屋生姜糖本舗の見学

9時30分より、来間屋生姜糖本舗(写真1,2)を訪問した。島根県の名産である出西生姜を使った菓子作りについて説明を受け、地域の特産物を活かした加工食品の在り方を学んだ。伝統的な製法を守りながらも、観光客に向けた商品展開が行われている点が印象的であった。



写真1 来間屋生姜糖本舗



写真2 店内ショウケース

(3) 出雲大社・稲佐の浜の見学

10時05分に出雲大社(写真3)を参拝した。神話の舞台として知られる出雲大社は、観光地であると同時に信仰の場としての厳かな雰囲気が感じられた。続いて10時35分より稲佐の浜を訪れ、今回は実食に至らなかったが出雲甘酒、宍道湖産しじみ汁、神塩ソフトクリームがあることを目にした。地域の食材を用いた軽食を通して、観光と食文化が結びついていることを実感した。



写真3 出雲大社・神楽殿

(4) 道の駅キララ多伎の見学

10時50分より、道の駅キララ多伎のベーカリーを訪れた。無花果やさつまいもを使用したパンが販売されており、地元農産物の活用方法として参考になる点が多かった。11時05分に同所を出発した。

(5) 御食事処おおもりでの昼食

11時36分に御食事処おおもり(写真4)へ到着し、JAの高橋恒子さんと共に、名物である代官そば(写真5)をいただいた。代官そばは、石見銀山と関わりの深い井戸平左衛門(芋代官)にちなんで名付けられた料理であり、地域の歴史と結びついた食として提供されている。そばは香りが高く、噛むほどに穀物の風味が感じられ、素朴でありながらも満足感のある味わいであった。付け合わせは三角形のいなり寿司であった。いずれも、過度な味付けをせず、素材の持ち味を生かした構成となっており、土地の食文化を反映した一品であると感じた。食事を通して、歴史的人物や地域の物語を「食」という形で伝える工夫がなされており、観光と食文化が結びついた好例であると考えられた。



写真4 おおもり



写真5 代官そば

(6) いも代官ミュージアム(石見銀山資料館)・熊谷家住宅の見学

12時15分より、いも代官ミュージアム(正式名称:石見銀山資料館)を見学した。(写真6)本施設は石見銀山の代官所跡に位置し、石見銀山が幕府直轄地であった歴史を伝える展示施設である。門にはサツマイモがつるされていた。館内では、石見銀山の歴史とともに、第十九代石見代官・井戸平左衛門が、享保の大飢饉の際にサツマイモの栽培を奨励し、領民を救った功績について、史料や書状、遺訓書などを通して紹介されていた。展示からは、代官としての職務だけでなく、領民に寄り添った姿勢が強く印象に残った。また、サツマイモに関する歴史や食文化を扱った文献・書籍が多数展示されており、その一部は購入も可能であった。サツマイモが地域の暮らしや日本の食文化に果たしてきた役割を、資料を通して体系的に学ぶことができた。12時50分からは熊谷家住宅を見学し、秤量銀貨を実際に測る体験や、当時使われていた食器、猿害対策として唐辛子が用いられていた点など、当時の暮らしの知恵を学んだ。



写真6. 石見銀山資料館入口

(7) さつまいも味噌づくり体験 (熊谷家)

13時25分より、さつまいも味噌づくりを体験した(写真7)。茹でたさつまいもを使用するため工程が簡単で、家庭でも子どもと一緒に作れる点が特徴であると感じた。材料(写真8)は、茹でたさつまいも、乾燥米麴、塩、ゆで汁(または白湯)で、さつまいも・米麴・塩・白湯の比率は4:4:1:1である。芋の品種による味わいの違いや皮ごと使用した場合、形が悪く廃棄されがちなさつまいもの活用可能性など、多くの考察点を得られた。13時35分には、完成したさつまいも味噌を使った味噌汁(写真9)を試食した。白っぽい色合いで甘い香りがあり、後味にさつまいもらしさを感じる味であった。

14時から、紅はるかや鳴門金時を用いたさつまいも味噌を試食した。紅はるかはフルーティーで甘みが強く、鳴門金時はりんごのように爽やかな風味があり、品種ごとの個性の違いを明確に感じる事ができた。また、五島列島のだんだん畑や、かんころもちの文化、サツマイモが飢饉をきっかけに広まった歴史、「いも代官」などの事例を通して、さつまいもが日本各地の食文化と深く結びついてきたことを学んだ。びわの葉茶の提供もあり、地域の伝統的な飲食文化への理解が深まった。

さつまいもと銀のつながりに関して、大変興味深い知見を得た。これは石見銀山資料館の仲野先生によるお話である。概要は、16世紀にフィリピンはスペインの植民地でその運営のためにメキシコから銀が運ばれた。銀以外にもサツマイモも持ち込まれた。銀と交換するなどでサツマイモが中国に齎され、琉球を経由して薩摩や平戸にさつまいもが日本に辿り着いた。これも銀の交易が日本にサツマイモをもたらしたものである。石見の銀とサツマイモは深く繋がっている存在である。



写真7 さつまいも味噌ワークショップ



写真8 さつまいも味噌材料



写真9 さつまいも味噌で作った味噌汁

(8) 資料館でのミーティングと温泉訪問

15時にドイツのパン屋HIDAKA(写真8)を訪れた後、15時10分より資料館にてミーティングを行い、意見交換を行った。17時に宿泊施設であるきずな館へ到着後、18時から湯谷温泉を訪問し、資料収集を行った。林檎の香りの菓子や銀飴、とんそくなど、地域性のある商品が印象的であった。



写真10 パン屋HIDAKA

(9) 高橋家の郷土料理体験

19時25分に高橋家に到着し、大田市の郷土料理をご馳走になった(写真11)。地元食材をふんだんに使用した豚汁、ちらし寿司、グラタン、しめさばなど、家庭的で温かみのある料理が並び、地域の暮らしに根ざした食文化を体感することができた。20時45分に出発し、21時にきずな館へ戻り、1日目の工程を終えた。



写真11 郷土料理(高橋家)

2) 2日目 (12月22日) : 七五三・古市 (担当)

(1) チッタ農縁の芋がま見学

島根県にあるチッタ農縁の芋がま(写真1)を見学し、さつまいも作りの裏側をじっくり聞くことができた。芋がまの中は湿度99%、温度15°C前後に保たれ、ここで紅あずまを貯蔵する。3ヶ月以上寝かせると甘みが増すが、今年は過去一の不作で、味も甘さも例年より弱いらしい。

「おいしいものを、誰もが手に取りやすく」という理念の下、手間とお金と頭を使いながら、命を育てるように芋を可愛がる。芋農家が減るなか、こうした営みの価値を強く感じる見学だった。



写真1 芋がま内の貯蔵紅あずま

(3) 福光石石切場の見学

13時15分より、島根県大田市温泉津町にある福光石石切場を見学した(写真2)。福光石は、室町時代から500年程にわたって採掘されてきた島根県特産の石材であり、現在では採石場が3か所のみ残されている。その中でも実際に採掘が行われているのは一社のみであり、非常に貴重な存在である。福光石は淡い青緑色をした凝灰岩で、約1600万年前に海底火山の噴出物が堆積し、長い年月を経て形成された石である。実際に触れてみると、石でありながらも柔らかく滑らかな感触で、加工のしやすさが特徴であることを実感した(写真3)。また、水に濡れても滑りにくく、吸水性・吸湿性に優れているため、床材や浴室、温泉施設など幅広い用途で利用されてきたという説明が印象的であった。石見銀山に現存する多くの石造物にも福光石が用いられており、500年以上前のノミ跡が現在も残っていることから、その耐久性と品質の高さがうかがえた。福光石は、地域の暮らしや文化を長年にわたり支えてきた素材であると感じた。また、年間を通して温度が約14~15度、湿度も高く安定しているという環境特性から、過去にはサツマイモの保管場所として試験的に活用された事例が報道されている。サツマイモは10度以下では腐敗しやすく、20度以上では発芽するため保存が難しい作物であるが、石切場は貯蔵に適した条件を備えているとされる。今回は実際に芋の保管は行われていなかったものの、「芋代官」の歴史と結びつけ、産業遺産を現代の食や地域活性化に活用しようとする取り組みの可能性を感じる内容であった。



写真2 福光石石切場



写真3 福光石

(4) 三瓶小豆原埋没林の見学

15時10分より、三瓶小豆原埋没林を見学した(写真4)。この場所は、縄文時代の森林が火山噴火による火山灰などによって地中に埋没し、樹木が立ったままの状態で見学されている世界的にも非常に珍しい遺跡である。展示室へは階段を降りて入る構造になっており、内部には想像以上に大規模な埋没林が広がっていた。地中から直立したまま現れたスギやムクロジの幹は圧倒的な存在感があり、そのスケールに強い衝撃を受けた(写真5)。

これらの樹木は1983年、農地整備工事中に偶然発見されたものであり、その後、研究者の尽力によって貴重な遺跡として保存されることとなった。保存方法として砂糖漬けが用いられている点も非常に興味深く、自然科学と人の知恵が融合した保存の工夫を学ぶことができた。切り株に直接触れることもでき、縄文時代の自然を身近に感じる貴重な体験となった(写真6)。



写真4 三瓶小豆原埋没林



写真5 スギの巨大埋没林



写真6 スギの切り株

(5) 地元スーパーマーケットおよびいきいき工房の見学

17時より、地元のスーパーマーケット「グッディ」を訪問し、地域の食文化について見学を行った。店内には、丸餅や出雲のしょうが飴、地元産の魚や牛乳など、地域色の強い商品が多く並んでおり、地元の食生活を支える場であることが伝わってきた（写真7）。続いて17時30分からは「いきいき工房」にてJA おおだの婦人部の方々が丹精込めた郷土料理の夕食をとった。鍋料理をはじめ、箱寿司、なます、納豆、煮しめ、しめさばなど、大田市祖式の地元野菜を使用した料理が提供され、地域の食材を生かした家庭的な郷土の味を楽しむことができた（写真8）。観光地としての側面だけでなく、日常の暮らしの中に根付いた食文化を実際に体験できたことは、非常に有意義であった。

20時に宿泊施設であるきずな館に到着し、2日目の行程を終えた。



写真7 スーパーマーケットグッティ



写真8 祖式の郷土料理

3) 3日目(12月23日) 長徳紋未・星野友香(担当)

(1) 邇摩高校への移動

早朝に起床し、朝食は前日の夕方に大田市内のスーパーマーケット「Good Day」で購入した食材を各自で取った。9時15分にきずな館を出発し、10時に島根県立邇摩高等学校へ到着した。

(2) 邇摩高校でのワークショップ準備

到着後は教室にてワークショップの準備を開始した。本ワークショップでは、大田市産の紅あずまを用い、素焼き・電子レンジ加熱・油で焼くという三つの調理方法でさつまいもを調理した。それぞれについて、できたての状態と冷めた状態の両方を用意し、味や香り、食感の違いを比較できるよう工夫した。

(3) 道の駅ごいせ仁摩での昼食

11時30分に邇摩高校を出発し、道の駅ごいせ仁摩にて昼食を取った。昼食では、各自が穴子天井、大あなご天ざる蕎麦(写真1)、三瓶そば(写真2)などを選び、地域の食材を生かした料理を味わった。



写真1 大あなご天ざる蕎麦



写真2 三瓶そば

12時15分には隣接するお土産ショップを訪れ、三瓶そばやさつまいも菓子などの地域特産品を各自購入した。



写真3 西浜いもきんつば



写真4 三瓶そば

(4) 邇摩高校でのワークショップ実施

12時35分に道の駅を出発し、13時より邇摩高校にてワークショップを開始した。私たちは準備した紅あずまを学生および教員に試食してもらい、感想を聞いた。

参加者からは、「感謝の気持ちが湧く」「奥深い」「身近な場で感じることができる」「座って食べるだけで豊かな体験ができる」といった意見が寄せられた。また、香りの変化に意識を向けることや丁寧に味わって食べることの大切さについても言及があり、食を通じた感覚的な学びの場となった。

14時40分にワークショップ*を終了し、後片付けを行った。

*後述、参照

(5) 島根県天然記念物「鬼村の鬼岩」の見学

15時に邇摩高校を出発し、15時30分に島根県天然記念物である「鬼村の鬼岩」(写真5)に到着した。現地では岩に登り、頂上からの眺望を楽しんだほか、記念撮影を行った。また、特産の福光石で作られた鬼岩の願い像(写真6)に手を合わせ、石のかけらに各自の願いや誓いを書き留めた。自然景観と信仰的要素が結びついた場所であり、地域文化への理解を深める機会となった。15時45分に同地を出発した。



写真5 鬼村の鬼岩



写真6 鬼岩の願い像

(6) 天然記念物「波根西の珪化木」の見学

16時10分に久手町の観光名所であり、天然記念物に指定されている「波根西の珪化木」(写真7)に到着した。珪化木とは、樹木が石化した岩石であり、海から斜めに突き出した木の幹が海岸の岩に突き刺さったような特徴的な形状をしている。

現地では、珪化木へと続く遊歩道を歩いて海辺へ向かい、あわせて石炭(木から水分が抜け、炭素のみが残ったもの)を観察した。自然の成り立ちや長い時間の積み重なりを実感する見学となった。16時30分に同地を出発した。



写真7 珪化木



写真8 石炭

(7) 出雲空港への移動・帰京

17時30分に出雲空港へ到着し、各自荷物を預けた後、土産物の購入などを行い空港にて解散した。19時に東京行きの便に搭乗し出発、20時10分に羽田空港へ到着し、全行程を終了した。

4. 邇摩高校での取り組み

4-1. サツマイモのフードコンシャスネス教育のワークショップ

ワークショップの詳細な進行は、付録のパワーポイントに記載している（ ）。

食をしっかり感じているでしょうか。食をしっかり観ているでしょうか

(1) アクティビティ1 2種のサツマイモを味わう

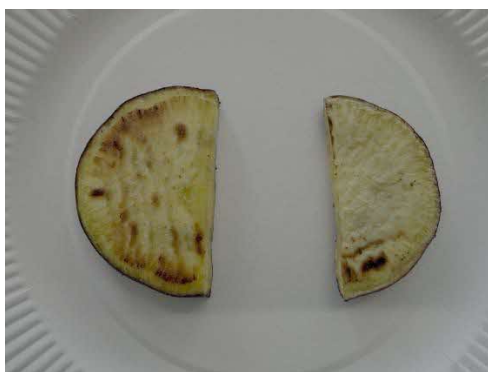


写真1 素焼きと油焼きのサツマイモ

サツマイモ（写真1）を五感と心で味わって、自分の感じたことや気づいたことを原稿用紙に書くアクティビティである。フードコンシャスネス教育の概念を提示しない状態で、各自に大田市産のサツマイモを異なる方法で調理したものを試食してもらうものである。なかなか気づいたことを書き込めない人やスムーズに書き込む人、多くの気づきがあった人、あまり気づきがなかった人、さまざまな気づきが各自にあったようである。

(2) フードコンシャスネス教育の特徴について

続いて、フードコンシャスネス教育の特徴として、正解を求めない教育、郷土を育む教育、自分の感じる能力を鍛えることなど多くの特徴がある。食を五感で食べることは必要である。しかし、それだけで十分なものではない、食の表層を感じるだけでなく食の隠されたものや事柄を感じ取るために、五感や心で食を味わうことにより、その背景や多くのものとのつながりを理解することができる。食のおかげを探す、食の風景や景色を感じる、食の声を聴く、まず、郷土の食を感じ、多くの感性を育み、多くの知恵を産むことになる。

(3) アクティビティ2 自分の味わい特性に気づく

2種のサツマイモを食べる時に、どのような感覚（感じる体の部位）を使って、何を感じて食べているかについて、使っている部位の順番に図1のワークシートに記入するアクティビティである。

ある受講者をはじめに手を書いたが、ある受講者をはじめに目を使う意見などいろいろな記述があったが、最終的に自己決定する形で目を使って、形や茶色などに気づいた。順番に、手で温かさや重さなど、歯で柔らかさ、耳で音、鼻で匂い、舌で甘味などの味を感じることに気づいた。さらに、アクティビティ1と比較した結果、その作文中に全ての五感で感じたことを記入した受講者はいなかった。五感を全て使うことで多くを表現することが可能であることに気づいたようである。

	身体の部位	何を感じたか？
①		
②		
③		
④		
⑤		
⑥		

図1 アクティビティ2のワークシート

(4) どうして味を感じるのだろう 味の感じかたは人によって異なる 酸味と甘味

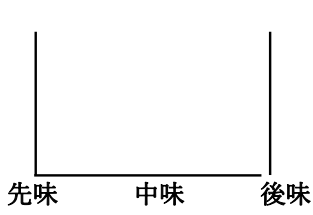
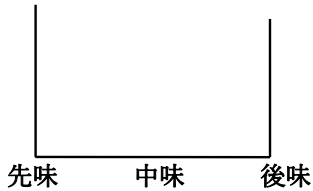
	味 質	感じ方
A	味の種類は何ですか	
B	味の種類は何ですか	

図2 味の感じかたの違いを知る

AとBの紙コップ中の液体の味の種類とその味の感じかたを知るアクティビティである(図2)。Aは甘味、Bは酸味と全ての受講者が応えた。その中に入っているものは何かの問いにもAは砂糖、Bはクエン酸という応えであった。どちらが濃く感じたかの問いには全ての受講者がBの酸味と応えた。それではAとBには砂糖とクエン酸は100ml中にどれくらい入っているかの問いには、なかなか推測できなかった。実際は砂糖1.2gとクエン酸が0.12gの値にビックリしていた。どうして甘味は多くても薄く感じて、酸味や少なくとも感じるのでしょうかの問いかけに対して、甘味の物質は多く摂る必要があり、酸味は危険という意見が出た。味にはそれぞれ感じる意味があることを気づいたようであった。

続いて、甘味と酸味の感じかたの例を図3に示した。

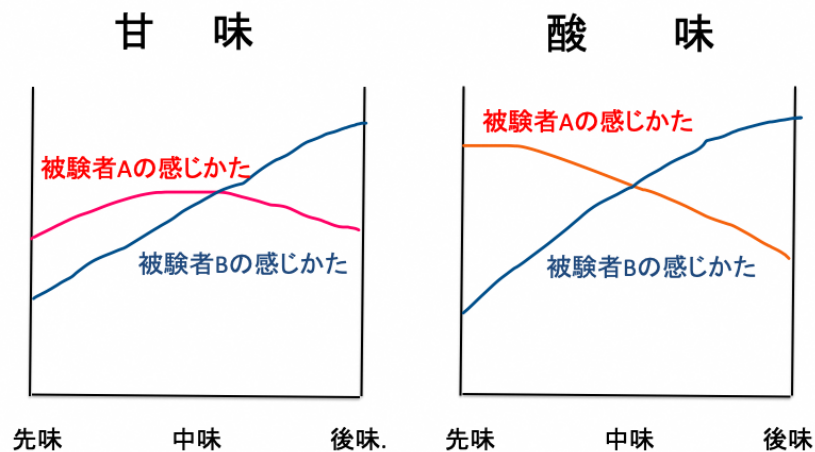


図3 甘味と酸味の感じかたの例

甘味は被験者Aでは、先味が中程度で中味が強く後味で感じかたが弱くなっている。一方、被験者Bは先味が弱く、中味、後味と強くなっていた。酸味では、被験者Aは先味が強く、中味が中程度で後味が弱い結果を示した。他方、被験者Bは先味が弱く、中味、後味と感じかたが強くなっていた。このように、味の感じかたは個人個人で異なる結果になった。味に関する表現は、自分でしか感じ得ないものであり、自分自身の表現に自信を持って言い表すことができる。食の味や感じかたは自己決定することができるものである。

(5) おいしさの広がり

サツマイモを食べる時は、主に食べ物としての意識が強く、味わい表現も五感の表現が主である。しかし、サツマイモも植物であり、生き物である視点が大切である。例えば、サツマイモの花は知っていますか。という問いかけに、皆さんはどのように応えるだ

ろうか。「みたことがない、あっ！気にした事がない」のように感じていないでしょうか。写真2はサツマイモの花の写真である。この花はどのような花に似ているでしょうか。写真3はアサガオの花である。このように自然との接触や日常の景観を楽しむことにより、サツマイモの花を見た時にアサガオの花に似ていることに気づく、その結果、サツマイモがヒルガオ科に属することが類推できるようになる。このように多くの事を日常生活の中から多くの繋がりを見出すことができる。

おいしさの表現は食を五感で感じるにより多様な表現が導き出される。加えて、サツマイモの畑や芋がま、栽培している人、多くの自然や人との関わりによりサツマイモが生長していることなどに気づくとおいしさの表現は五感の表現を超えた領域に達する。



写真2 サツマイモの花



写真3 アサガオの花

4-2. さつまいもの官能評価およびアンケート調査

目的：大田市産 さつまいも（紅あずま）調理法による比較

試料：さつまいもを5mmの厚さに切り素焼き、油炒め、電子レンジの調理で比較した。

被験者：高校生5名（女子1名、男子4名）、教職員4名

アンケート調査：大田市の食文化に関する意識調査、グーグルフォームにて収集8名

(1) さつまいも官能評価の結果と考察

色調については、素焼きが最も淡く、次いで電子レンジ調理、油炒めが最も鮮やかであった。香りについては、電子レンジ調理が最も弱く、油炒めが最も強く感じられた。後味については、電子レンジ調理は甘味が比較的単調で、後味の残りは弱かった。素焼きは自然な甘味が持続し、後味はさっぱりとしていた。一方、油炒めはコクと香ばしさが加わることで甘味の印象が強く、後味が最も長く残る傾向がみられた。

事前調査では、試食時に甘味が強く感じられた油炒めが好まれていたことから、ワークショップにおいても油炒めの評価が最も高くなると予想していた。しかし、実際のワークショップの結果をみると、生徒は「甘味が感じられる」として電子レンジ調理を好む傾向がみられた。一方、教職員は「素朴な味わいでさっぱりとしている」といった理由から、

素焼きを好む意見が多く、事前の予想とは異なる結果となった。

以上の結果から、調理方法によって色調や香り、味の評価に違いが生じることが明らかとなった。特に、触感や口に入れた後の香りといった点を含めて考えると、油炒めは総合的な評価が高くなる可能性があると考えられる。



写真4 ワークショップの様子

(2) アンケート調査結果

性別
8件の回答

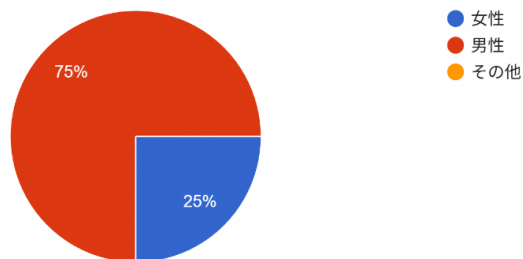


図1. 性別

年齢
8件の回答

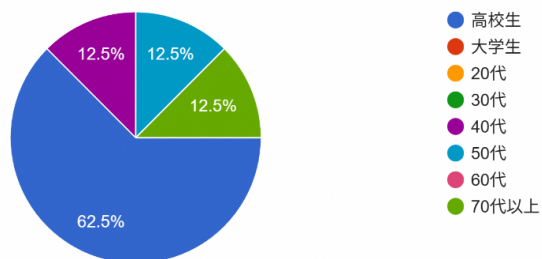


図2. 年齢構成

出身地 例：島根県大田市
8件の回答

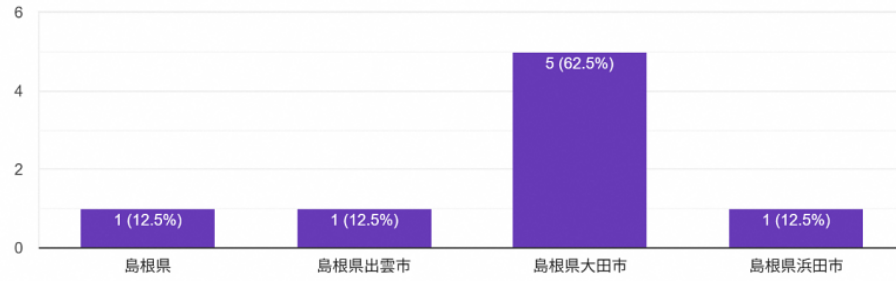


図3.出身地

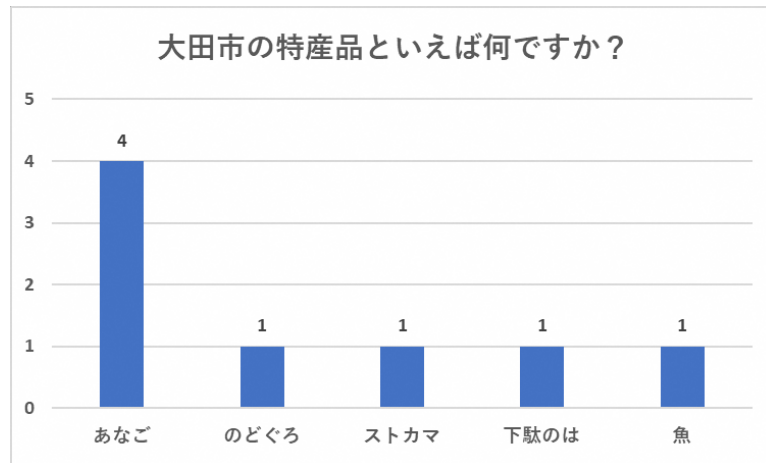


図4.大田市の知っている特産品

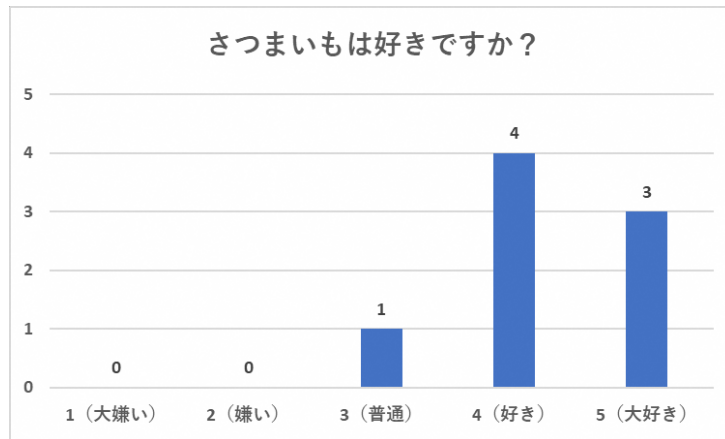


図5. さつまいもの好み（1：大好き～5：大嫌い）

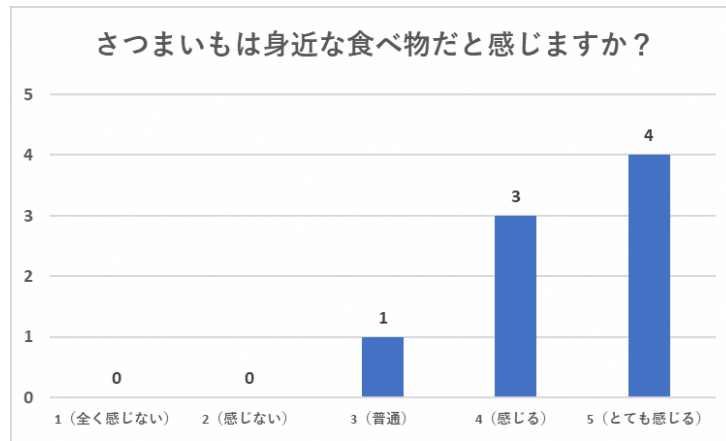


図6. さつまいもは身近な食品か（1：全く感じない～5：とても感じる）

どのくらいの頻度でさつまいも（加工品も含む）を食べますか？
8件の回答

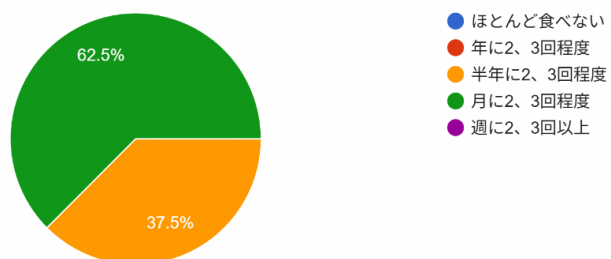


図7. さつまいも（加工品含む）の摂取頻度

普段どのような「さつまいも料理」を食べていますか？（複数回答可）

8件の回答

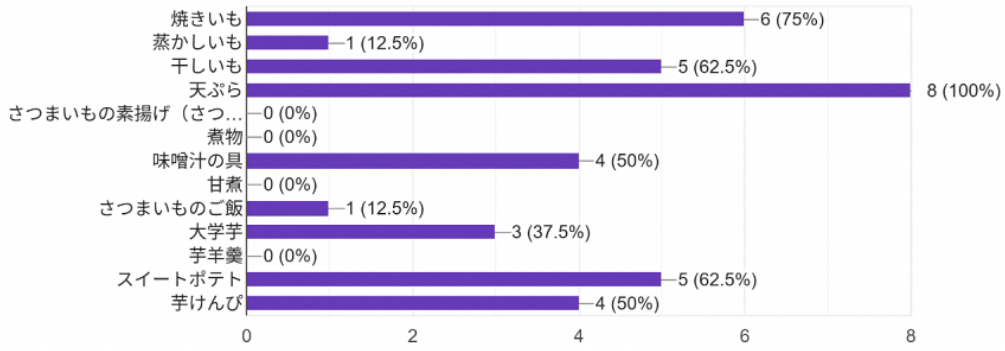


図8.摂取している「さつまいも料理」の種類（複数回答可）

あなたが最も好きなサツマイモ料理は何ですか？

8件の回答

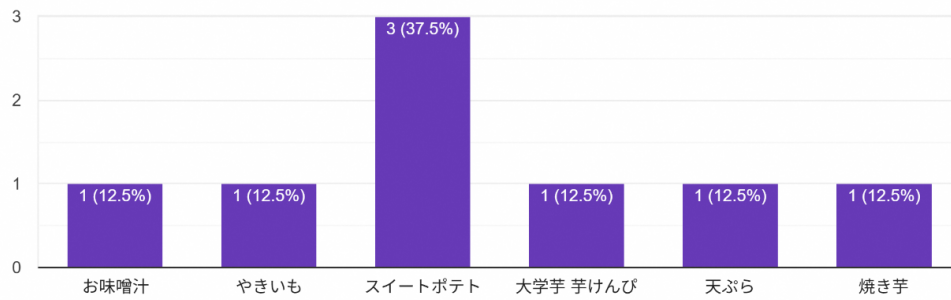


図9.最も好きな「サツマイモ料理」の種類

さつまいもの皮は剥いて食べますか？

8件の回答

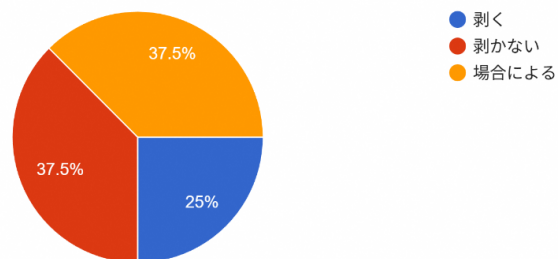


図10.さつまいもの皮を向いて食べるか

さつまいもの食感は、ねっとりどりとホクホクどちらが好きですか？
8件の回答

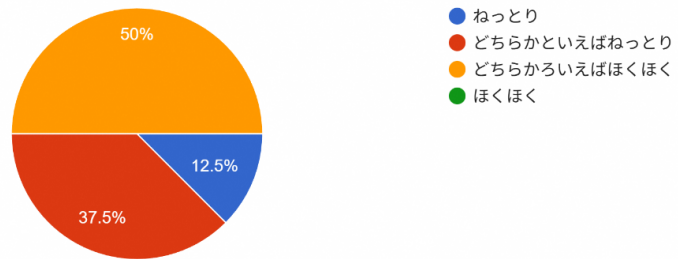


図 11. 「ねっとり」と「ホクホク」どちらのさつまいもが好きか

さつまいもはおやつと食事どちらのイメージが強いですか？
8件の回答

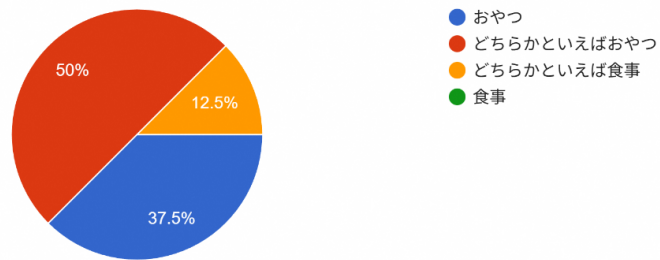


図 12. 「おやつ」と「食事」どちらのイメージが強いか

さつまいもを使った料理に興味がありますか？
8件の回答

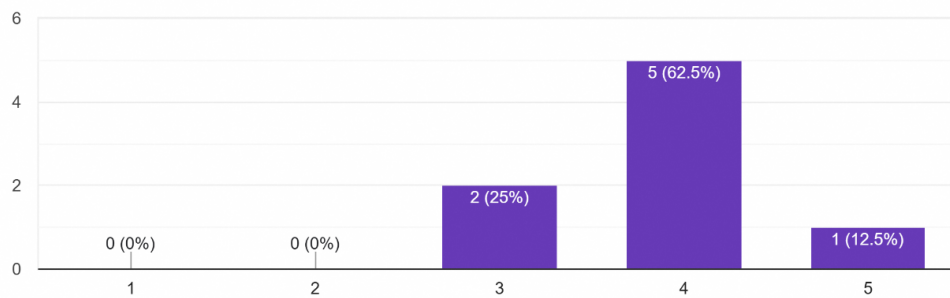


図 13. 「さつまいも料理」に興味があるか 1：全く興味がない～5：とても興味がある

さつまいもを使った郷土料理を知っていますか？
8件の回答

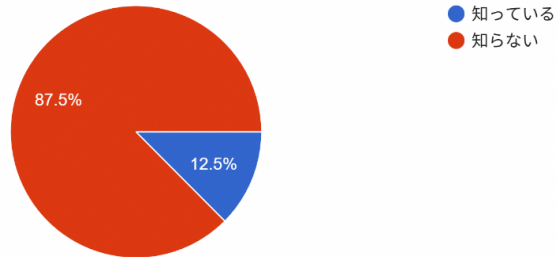


図 14. さつまいもを使った郷土料理を知っているか

どこの地域がさつまいもの生産量が多いと思いますか？
8件の回答

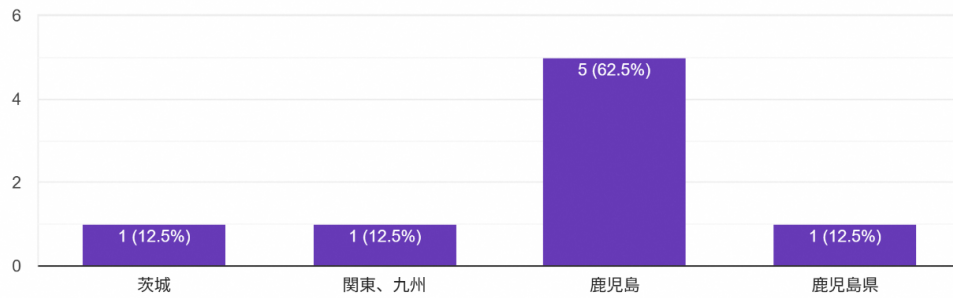


図 15. さつまいもの生産量が多いのはどの地域か

日本で流通しているさつまいもの種類は何種類あると思いますか？予想で構いません。
8件の回答

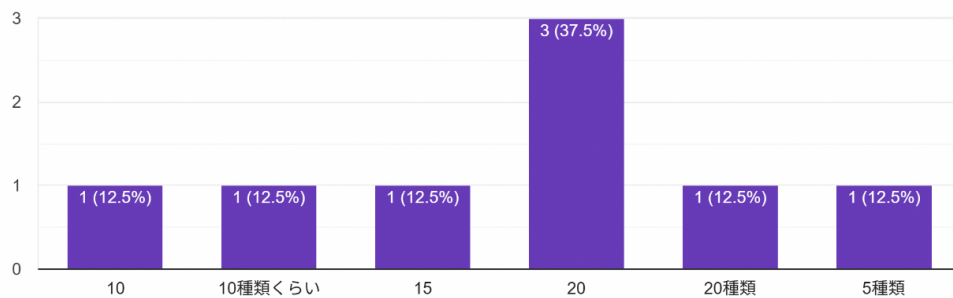


図 16. 日本に流通しているさつまいもの種類は何種類か

サツマイモは何科でしょうか？

8件の回答

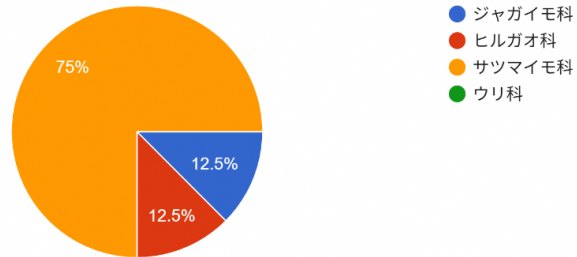


図 17.サツマイモは何科か

さつまいもを収穫してから美味しく食べられる時期はいつでしょう？

8件の回答

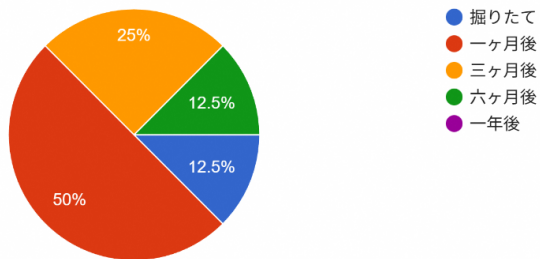


図 18.さつまいもは収穫後、美味しく食べられる時期はいつか

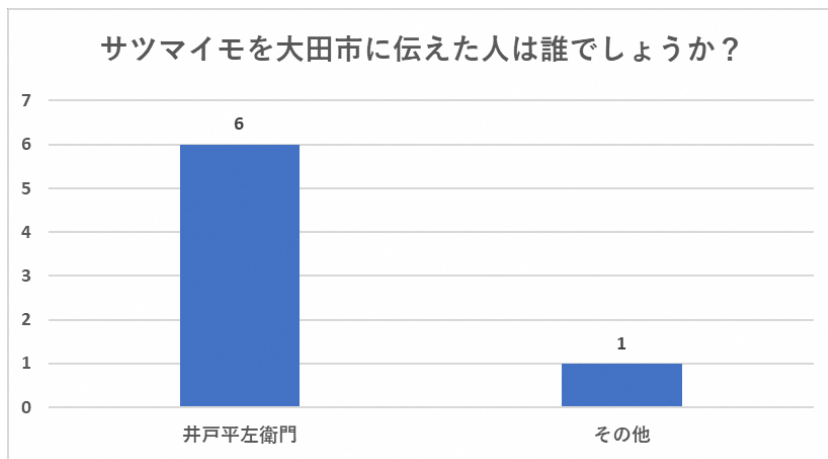


図 19.サツマイモを大田市に伝えた人は誰か

さつまいもは、大田市の大切な農産物だと思いますか？

8件の回答

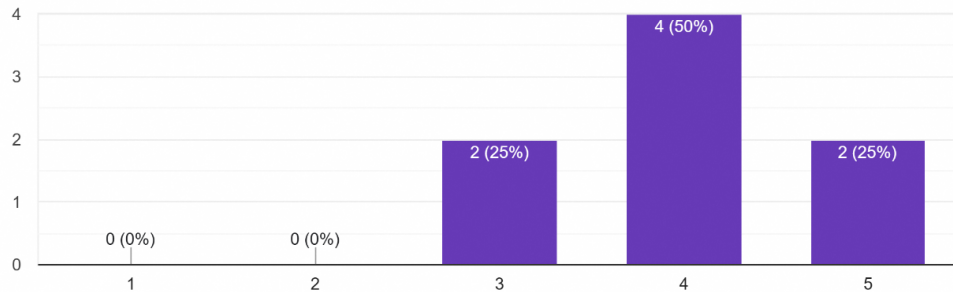


図 20.サツマイモは大田市の大切な特産品か（1：全く思わない～5：とても思う）

（3）アンケート考察

事前アンケートの結果から、参加者のサツマイモに対する認識や関心には、いくつかの特徴的な傾向がみられた。「大田市の特産品といえば何か」という質問では、「サツマイモ」が挙がると予想していたが、実際には回答がなく、「あなご」が上位を占めていた。このことから、サツマイモが地域の特産品として十分に認識されていない現状が明らかとなり、本ワークショップの意義は大きいと考えられた。また、「さつまいもは好きか」「身近な食べ物だと感じるか」といった質問において、「普通」と回答する人が一定数存在していたことから、好意的ではあるものの強い関心や親しみには至っていない層がいることが分かった。さらに、摂取頻度についても想定より少ない結果であり、今後、地元の特産品としての意識を高めていくためには、日常的に食べる機会を増やす工夫が必要であると考えられる。食べ方に関しては、「普段食べているさつまいも料理」として「天ぷら」が100%であった一方、「最も好きな料理」では「スイートポテト」が上位に挙がっており、実際の摂取状況と嗜好に差がある点が興味深い結果であった。また、食感の好みは「ねっとり」「ホクホク」がほぼ半々に分かれており、今後の商品開発や提案において、両方の食感を生かした展開が可能であると考えた。さらに、「おやつと食事のどちらのイメージが強いか」という質問では、約9割が「おやつ」と回答しており、天ぷらなど食事としての摂取が多いにもかかわらず、イメージとしては食事よりも間食向きの食品として捉えられていることが分かったと同時に、さつまいもの活用の幅を考える上で重要な視点であると考えた。知識面では、さつまいもを使った郷土料理を「知らない」と回答した人が約9割に上り、生産量が最も多い地域についても誤った認識が多くみられた。一方で、大田市にサツマイモを伝えた人物として「井戸平左衛門」が広く知られていたことから、歴史的な人物は認知されているものの、作物そのものに関する理解は十分でないことが分かった。これらの結果から、今後はサツマイモの基礎的な知識や魅力を分かりやすく伝えるとともに、「普通」や「やや思う」といった評価を「とても」に変えていくような体験や情報発信を行うことが重要であると考えられる。

5. 大田市の郷土料理「押し寿司」の聞き書き調査

島根県大田市で作られる「押し寿司」とは？

話し手：高橋恒子，聞き手：朱夏漣、古市結月

1) はじめに（生まれ育った場所）

高橋恒子です。1951年2月23日に島根県大田市祖式町で生まれました。現在75歳。1982年に地元先輩と結婚していたため兵庫県芦屋市から地元へ家族4人でUターン。その後、義母から郷土料理を色々習い、美しさと美味しさに驚く。学校校務技能員として働きながら、農業との兼業、そして調理師免許を取得した。加えて、地域の婦人会活動にも入会し文化祭には鶏めし作り販売を習う。2017年、学校定年退職後は、JA石見銀山女性部に祖式支部立ち上げ入会。2021年から2024年まで女性部の副部長、部長に任命される。現在は一支部長として料理クラブ、手芸クラブ、給食センターへで活躍。その他に、ふきを収穫・皮剥きをして販売、味噌作り、ハム作りも行っている。また、島根県事業の大田市結婚相談員、つねちゃん体操26年継続、今日も元気に活動中である。

2) 押し寿司との出会い

結婚以前は、実家で箱寿司を食べていた。実母から作る経験や教えてもらうことはなかった。結婚後、地元でUターンしてから義母に作り方を教わったそうだ。味に関しては、実家で食べるより、義実家の箱寿司の方が甘くてずっと美味しかったとおっしゃった。素晴らしいとであり、自分でも何度も作った。色彩も綺麗だし、美味しいので、それを高橋さんのお母様が「〇〇に持っていきたいから作ってくれ！」とお願いされるようになり、大きな箱寿司を作り始めた。母にも食べてくれた方にも喜んでもらえた。昔はかまどや七輪で料理をしていたと思うと、「こんなに素敵なものを作っていたなんて感動だなあ」とコメントした。また、七輪などで卵焼きを作っていた時代の調理道具のことを「文化遺産だなあ」と感じていると述べた。

を調理している。我々もフィールドワークに伺った際、高橋さんの気持ちがこもった押し寿司を頂けたことは、非常に感動し、今でも鮮明に覚えている。

島根県の女性部が一月に2回ほど出す機会がある。そこで高橋さんは各寿司をテーマにした特集を組んだ。

食材はすべて事前に砂糖・醤油・酒・出汁で煮ておいた、ごぼう、油揚げ、椎茸、にんじん、高野豆腐が高橋家の押し寿司に入れる具材である。高野豆腐の代わりに切り干し大根を入れる家庭もあるということだ。高橋さんによると、切り干し大根は普段食べるものであるため、ご馳走である角寿司にはマッチしないと述べた。また、高野豆腐が廉価で購入しやすいことも述べていた。時々かんぴょうを入れることもあるが、高価であるためあまり使われない。このように、ご馳走であるにしても使いやすい具材を選択していることが理解できた。

箱寿司に関しては、入れる具材は変化しないが、細かく刻むことが大切であると述べた。理由としては、切り分ける際に崩れやすすならないようにするためである。

箱寿司の作り方は角寿司と同様の工程である。しかし、使用する道具のサイズが大きくなったことから、必然とパーツが増えた。まず、底となる木の板が必要となる。そして、木枠を底に合わせてセットする。その後、ご飯→具→ご飯の順に重ねて木の中板を入れる。その上に再び同じようにご飯→具→ご飯を重ね、2段にする。5合の箱を使うと1段=12個できるため、合計で24個を一度に作ることが可能である。2段仕上がったら、その上に板をのせて、500mlのペットボトル2本を重しに、1時間から2時間程度放置する。そうすることで、ご飯と具が馴染むとのことだ。切る際は、2枚の板が定規の役割を果たす。もしかしながら、角寿司の方が型崩れせずに綺麗に作れる方好きだと答えた。

また、鯖寿司の型も見せていただいた。特徴としては、パウンドケーキ型のような細長い形をしており、箱の中に詰められた状態から等間隔にカットできるように設計されている。鯖以外の魚を入れることはあるのか？という質問に対しては、「入れてもいいかもね。私はまだあまりしたことないけど。」と答えられた。

他にも、百元ショップに売っている握り寿司を簡単に作れるキットを用いて、魚などの具材を入れ、押し寿司を作ることもある。安くて便利で美味しいものができるそう。

季節によって具材は変わるという。赤は桜でんぷを載せたり、黄色は錦糸卵やゆず、時期が早い春には、緑のゆずや山椒を使用する。印象に残っているのは、「山椒の葉っぱが出たら、これを作るの！角寿司を作るの！」と述べていたところである。その理由として、春いちばんに咲く山椒の香りを嗅ぐことで、春の訪れを感じるためである。日本海側で寒いところに住む高橋さんは、春の来訪に憧れを抱いており、「早くぬくく慣ればいいねえ」という願いを込めて角寿司に山椒をのせるそう。

山椒の葉を料理に使うことはあるのか？と伺うと、魚を煮たりする際や筍を煮る際に利用される。ふきが出る時期になると、収穫したふきをご飯に混ぜて、かて飯のようにして食べることもある。

さつまいもに関しては、箱寿司には入れず、天ぷらにして食べる。お祭りの季節になると、箱寿司・巻き寿司・いなり寿司に加えて紅白のお饅頭を揚げた「天ぷら饅頭」とさつまいも天ぷら、にんじんとごぼうのかき揚げ、春菊、カボチャの天ぷらを食べるのが定番である。

普段は、玉ねぎ、にんじん、小エビなどのかき揚げを食べる。煮しめ（煮物のこと）（里芋ごぼう椎茸いんげん）を作ることもある。

料理をするときは、彩りが非常に重要なポイントであると述べた。緑色がない時は、「なんてん」の葉を取ってきて飾り付けするなどして料理に鮮やかさをプラスする。高橋さんは、「料理はお化粧と同じである」と教えてくれた。最後に口紅を塗るように、料理も最後のバランスを見て色を加えることが重要で、夏はきゅうりやそうめん瓜を使うという。

岡山県にもばら寿司という大田の箱寿司に似たものがある。江戸時代に節約なために高価な食材は食べられなかった。見た目は贅沢なものはないけど、それがご馳走であった。質素儉約をしない（郷土料理）わざとひっくり返すと豪華なものが現れる。

錦糸を乗せること＝京都江戸の天領だったところから錦糸卵は欠かせないのか？美味しいよね。ほんとは、ゆずの黄色でもいい。美味しいから外せない。高橋さんが嫁いで時から黄色なの？の問いには、ゆずがあっても美味しいからという。

4) 高橋さんの押し寿司（家庭で違う。高橋さん家はお世話になった方へ）

「普通から美味しいものを食べ慣れているから、具材に魅力を感じない最近の子は、あまり角寿司を食べんのだが。」と呟きながら、一緒に住んでいるお孫さんが食べるように、エビやいくらを角寿司の上に乗せてみたところ、「すごい喜んで美味しい美味しいって食べてたから」と笑顔で話された。高橋さんは、押し寿司を親しみやすいものにするために現代風にアレンジすることも大切であると答えた。

5) その他のハレの日の食事

巻き寿司、昨日は、餅つき機で蒸した中華風おこわ（煮た椎茸、にんじん、鶏肉、油揚げ）を作った。お赤飯もお祝い事の際に食べられる。そこに家の前に植っている栗を必ず入れる。栗は、猿よりも早く起きて収穫するという。栗拾いした後は、水につけておく。長時間ほったらかしにしておく、渋皮が剥けにくくなるらしい。そのため、高橋さんは、売り物の栗を買うことはない。収穫時期は、渋皮を剥くのに時間がかかるため、仕事が終わっても忙しく、日付を跨ぐことがよくある。

高橋さんは、一年中どんな時でも栗が食べられるように、処理したものは冷凍保存をすると述べた。冷凍することで、おこわや赤飯に随時入れることができる。味に関しては、冷凍の有無関係なく美味しく食べられるという。よもぎもちも作る。よもぎがない時期は、島根県で取れるほうれん草を入れることもある。中はあるんこだが、普通のお菓子とは違い、約1分レンジで温めたよもぎもちをホーロー鍋で蓋おして焼くとすごく美味しいとにこやかにおしゃった。また、最近ではJAで販売しているよもぎ粉を使用して作ることもあるようだ。

お彼岸前後になると、おはぎを作る。餅は餅米7：生米3に塩をいれて炊く。そして、半殺しに潰した餅にあんこをいれて丸める。その後、喫食時にドロドロにならないよう、砂糖なしのきな粉にまぶしたりもする。あんこもまた煮るとドロドロになるが、その丸めた半殺しの餅を投入してあんこをまとわせ食べる。冊子『家の光』を活用して、料理・手芸をしたりする。

6) 考察及び今後の課題

日々料理を実践しながら成功と失敗を繰り返して研究している。また、よその主婦からの知恵を学び、身につけて進化した料理を作っていた。五色を大事に料理していた。さつまいもに関しても質問してみたが、あまり料理して食べない。芋粥は一年に一回は食べる。芋ご飯は子供があまり喜ばない。天ぷらの方がいい。「美味しい」「感動」が次世代に繋ぐためのキーワードである。

7) 取材を終えての感想

高橋さんは食文化に対する変化は批判的ではない。日本の伝統をつないでいけるように、押し寿司以外にも、お寺で作った紅白餅は、お供え用である。大きさの異なるボウルで作ることで、段々の紅白餅を作ることができる。餅には、カビないようにわさびを入れるよいと聞いて入れるようになったなど、新しい道具の使用や工夫があった。

最後に、若者へ伝えたい伝統食（押し寿司）への想いはあるか？という質問に、「いつ、それに興味を持つかが重要な視点である。」と答えられた（写真1）。また、親から食べ方・作り方を教わることでおいしさを感じ次へ繋いでいくことが大切である。食べることで感動する。そして自分でも作りたくなる。そんなサイクルを持てるようになれば良いと感じているとおしゃっていたことが印象的であった。



写真1 ZOOMでインタビューしている様子

参考サイト：産業企画課 | 島根県大田市公式サイト

https://www.city.oda.lg.jp/ohda_city/city_organization/23/594/4803/10485/10487 (最終閲覧日：2026/2/4)

画像参照：島根県大田市観光サイト.

https://www.ginzan-wm.jp/about_ooda/ . (最終閲覧日：2026/2/4)

収集した文献・資料一覧 長徳紋未・星野友香

(1) 文献

- ・中馬克己,(2002),『日本甘藷栽培史』,高城書房.
- ・農文協,(2025),『農家が教えるいもづくし——干しいも・焼きいも、料理・おやつ』,農山漁村文化協会.
- ・大木邦彦,(2021),『サツマイモ大図鑑』,あかね書房.
- ・吉元誠,(2022),『最強!スーパーフードサツマイモ』,KTC中央出版.
- ・宮本常一,(1962),『甘藷の歴史』,未来社.
- ・山川理(2020),『サツマイモの世界 世界のサツマイモ——新たな食文化の始まり』,現代書館.
- ・大田達,(2025),『伝統の食文化と地域創生——菓子を中心に考える』,昭和堂.

(2) パンフレット類

- ・大田市観光振興課,『石見銀山の逸品たち——山陰の美味と匠の技』.
- ・観光英語クラス,『世界遺産石見銀山の魅力』.
- ・大田市観光協会,『島根県大田市MAP』.
- ・島根県立農林大学校・林業科(飯南キャンパス),『島根県農林大学校・林業科』
- ・島根県立瀬摩高等学校,『NIMA HIGH SCHOOL GUIDE 2026』.

- ・島根県商工労働部, 『ご縁旅×美肌旅しまね』.
- ・中国広域観光連絡協議会, 『Setouchi San-in Tourist Guide——瀬戸内・山陰観光ガイドブック』.
- ・『三瓶そばマップ』
- ・三瓶そば振興協議会, 『三瓶そば——三瓶在来種』.
- ・石室山羅漢寺, 『石室山羅漢寺』.
- ・さんべ縄文の森ミュージアム(三瓶小豆原埋没林公園), 『森はかつて、夢を見た。』.
- ・『おおだ教育フェスタ 2025——会場マップ&スタンプラリー』
- ・千原温泉, 『四季を感じる 癒しの空間——千原温泉』.
- ・三瓶山広域ツーリズム振興協議会, 『国立公園 三瓶山 登山ガイドマップ』.
- ・大代高山会, 『しまね田舎ツーリズム体験交流施設——大江高山きずな館』.
- ・石見観光 世界遺産大久保間歩一般公開限定ツアー
- ・大田商工会議所/大田市, 『大田の大あなご』
- ・島根県立農林大学校, 『島根県立農林大学校』
- ・馬路おこし会ふるさと新興部, 『MAJI TO GO GUIDE BOOK』
- ・大田市観光協会, 『石見銀山みてあるき WALKING MAP』
- ・大田商工会議所, 『三瓶そば——三瓶在来種』
- ・『砂の標本』
- ・『島根県立三瓶資料館』
- ・島根県立三瓶自然館サヒメル, 『自然のフシギ楽しくマナブ』
- ・三瓶山広域ツーリズム振興協議会助成事業, 『三瓶山温泉郷スタンプラリー』
- ・島根県観光振興課, 『島根観光ガイドブック』

大田市立中央図書館にて収集した文献ほか (宇都宮)

1. 山内静代、岩井百合子編 (1987) 『大田、仁摩、温泉津地方に伝わる味と産物収録集 いっつまでも伝えたい味と産物』つきはし印刷、1-72.
2. ながひさ公民館編 (1974) 『料理集昭和 49 年～昭和 54 年かてい教育学級ふじん学級』大田長久公民、1-9.
3. 橋本マサヨ他著、島田成矩他編集(1991)『日本の食生活全集 32 聞き書 島根の食事』農村漁村文化協会、1-355.
4. JAしまね女性部編 (2017) 『みんな de レシピ』JAしまね女性部、10-11.
* サツマイモご飯の参考レシピ
5. 大屋の味を作る会 (1996) 『大屋から味のプレゼンター』大屋あかるいまちづくり推進協議会、大屋公民館、大屋町婦人会、大田農業改良普及センター、32-35.
* スイートポテト、クレープのレシピの参考

6. 島根県大田農業改良普及所・邇安ブロック漁協婦人部連絡協会編集(1979)『潮の香 漁村に伝わる手料理』1-62.
7. 角川書店編(1978)『味のふるさと12 島根の味』角川書店、26、46、79-95.
8. 高橋書店編集部(2011)『からだに美味しい野菜の便利帳 伝統野菜・全国名物マップ』高橋書店、112-113.
9. 太田達編(2025)『伝統の食文化と地域創生：菓子を中心に考える』昭和堂、1-234.
10. 井ノ内直良ほか編集、日本応用糖質科学会監修(2025)『澱粉の事典』、朝倉書店、446-447、460-461、506-509、536-537、542-555.

付 録

大田市・学習院女子大学
コミュニティキャンパス事業 成果発表会

時をつなぐ共生のまち・大田 ーサツマイモからみえる地域文化の未来

日時：2026年2月13日 14:00-16:30
場所：大田市立仁摩図書館、ZOOM

【1部】挨拶

本プロジェクトの目的
事前学習について

大田市社会教育課 課長 岩谷さん
趣旨や今回の目的を含めて挨拶
学習院女子大学 品川
今回の事前学習について



事前学習

- 11月3日：本プロジェクトの概要説明 (Zoom)
- 11月8日：やきいもフェスTOKYO2025、流行りのサツマイモ調査
- 11月19日：さつまいもの歴史・文化・料理・菓子の文献調査
- 12月3日：さつまいもきんとん、さつまいもご飯、さつまいものサイコロ塩バター炒めの試作と試食調査
- 12月9日：さつまいもの文献調査
- 12月19日：さつまいもに関する意識調査の作成、大田市に関する事前調査発表。大田市で実施するワークショップ時に試食するさつまいもの事前学習



フィールドワークの概要

2025年12月21日～23日 3日間

大田市のアピールポイント
大田市の知ってほしい視点を訪ねて

フィールドワークの1日目(古市)

来間屋生姜糖本舗
(くるまや)



フィールドワークの1日目(古市)

出雲大社



稲佐の浜



フィールドワークの1日目(古市)

道の駅キララベーカリー



おおもり 代官そば



フィールドワークの1日目(古市)

いも代官ミュージアム
(石見銀山資料館)



フィールドワークの1日目(古市)

熊谷家

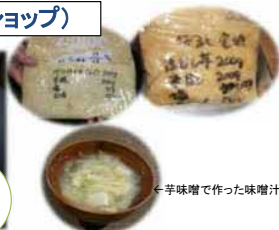


フィールドワークの1日目(古市)

熊谷家(いも味噌ワークショップ)



芋味噌の
作り方を
教えてい
ただきま
したよ



←芋味噌で作った味噌汁

フィールドワークの1日目(古市)

夕食(高橋家)



フィールドワークの1日目(古市)

湯谷温泉体験 弥山荘

泉質:含弱放射能、ナトリウム、カリウム、
塩化物・炭酸水素塩冷鉱泉
効能:神経痛、関節の痛み、冷え性、疲労回復など
信楽焼のつぼ湯



フィールドワークの2日目(七五三)

芋がま見学



フィールドワークの2日目

昼食(ふれあい館)

アジフライ定食



フィールドワークの2日目

福光石石切場



フィールドワークの2日目

さんべ縄文の森ミュージアム (三瓶小豆原埋没林公園)



フィールドワークの2日目

夕食(いきいき工房)



フィールドワークの3日目(星野)

ワークショップ事前準備



道の駅いせ仁摩での昼食



お土産ショップでの購入品(一部)



鬼村の鬼岩



波根西の珪化木



【2部】フィールドワーク調査報告

- 1日目:熊谷家
- 2日目:芋がま
- 3日目:遼摩高校ワークショップ

熊谷家(七五三)

- ・江戸時代の両替などの金融業や酒造業を営んだ商家
- ・現在は内部見学に加え、子ども向け料理教室などの体験型ワークショップも開催

☑商家の暮らしと仕事とが密接に結びついていた。
 ☑食器や生活道具、猿害対策として唐辛子を用いる工夫など、自然と共存する暮らしの知恵、銀の流通や公平な商取引の仕組みを学んだ
 ■食・貨幣・住まいが密接に結びついた生活様式が、現在の地域や食文化の基盤



熊谷家(芋味噌作り)

【材料】
 さつまいも:米麹:塩:白湯=4:4:1:1

- 【作り方】
- ①茹でたさつまいもを潰す。
 - ②乾燥米麹と塩を混ぜ、お湯を注ぐ
 - ③①、②を合わせる。
 - ④消毒したジップロックにいれて、空気をしっかり抜く。
 - ⑤半年程度待って出来上がり！

☑家庭でも子供と一緒に作れる！
 ☑形が悪く廃棄されがちなさつまいもや皮ごとの活用の可能性あり！
 ☑大田市産の紅あずまのような小さく繊維の多いさつまいもの活用に最適！



熊谷家(芋味噌実食)

- ①紅はるかのかの芋味噌の味噌汁
 →甘い香りとやさしい味わい

- ②紅はるかか鳴門金時の食べ比べ
 紅はるか→フルーティーで甘みが強い
 鳴門金時→りんごのように爽やかな風味

→芋味噌は大田市の魅力を伝える
新たな名物になり得るのでは！？



芋がま見学

芋がまとは？
 ・掘りたての芋は、デンプンが糖化してないので、甘さを増加させるため3ヶ月～保存する場所。

・昔は、飢饉などで長期保存する必要もあったため、芋がまが使われていたという背景がある。



芋がま見学

建設費600万円ほど。
 地元の方々との協力で建設。
 内部は温度15℃前後、湿度99%
 で芋が乾燥せず、3か月～1年保存、長期保存が可能。

今年度は比較的甘みが少ない。
 →気候？水不足？
 土地がやせた？



芋がま見学

浄福寺チッタ農縁 住職の高津さん
農園→縁(人と人の縁)
Citta→仏教用語(サンスクリット語)で「心」

手間とお金と頭を使って、命を育てるように芋を
かわいがる。その結果、

「おいしいものをすべての人に、
いいものを誰もが手に取りやすく」

* 芋農家が減るなか、このような営みの
価値を強く感じる見学でした。



邇摩高校ワークショップ

1. 味わい(フードコンシャスネス)教育

1. フードコンシャスネス教育のワークショップ
 - ① サツマイモを(五感と心で)味わい、どんなことでも気づいたことを文字にする
 - ② フードコンシャスネス教育の特徴
 - ③ 自分の味わい特性(どのように食べているかを意識する。五感を磨く、感性を育てる)
 - ④ 感覚を育む(五感の役割)
 - ⑤ 味を感じるわけ(五基本味の特徴)・酸味と甘味の味の感じ方・先味と中味と後味を感じる
 - ⑥ おいしさの広がり(植物としてのサツマイモ)
2. 大田市産紅あずまの調理法による嗜好の比較とサツマイモの意識調査

フードコンシャスネス教育ワークショップ



① 1回目 サツマイモを食べて気づいたことを記入

気づきは少なく、サツマイモを味や食感などで表現

② フードコンシャスネス教育の特徴

- ・全ての五感を使うこと
- ・味の感じかたは人それぞれ
- ・自分の気づきを肯定するなど

フードコンシャスネス教育ワークショップ



③ 2回目 サツマイモを食べて気づいたことを記入
自分の味わい特性

・自分の気づきを磨き、五感を意識し感性を育てる

・1回目のサツマイモ表現の分析、どの五官を使っ
てどの五官を使わなかったか

・表現力の向上

④ 感覚を育む

・五官の使い方と五感の意義



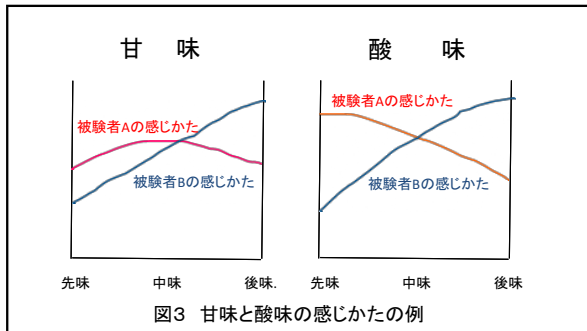
フードコンシャスネス教育ワークショップ



⑤ 味を感じるわけ(味覚の生理的意義)

・味を感じることはワケがある
甘味と酸味など、味を感じる温度は味の種類で
異なる 甘味は濃くないと感じないが、酸味は少なく
ても感じる。

・先味・中味・後味を感じる
味の感じかたは、固有のものである
自分の気づきに自信を持つ
自分の気づきを肯定する
自己肯定感を提示するに食べ物は最適!



フードコンシャスネス教育ワークショップ

⑥おいしさの広がり

- ・サツマイモの花を観たことはありますか
- ・サツマイモは何科の植物でしょうか
- ・食べているところは植物のなんというところですか
- ・サツマイモを生長するのに必要なものは何

朝顔とサツマイモの花

根か茎か

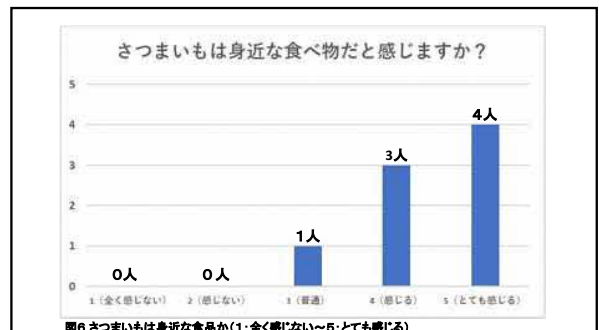
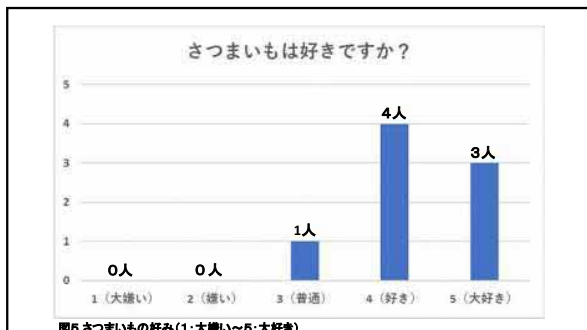
食は五感で感じとることはできない
みえない要素を感じ取れる人でありたい

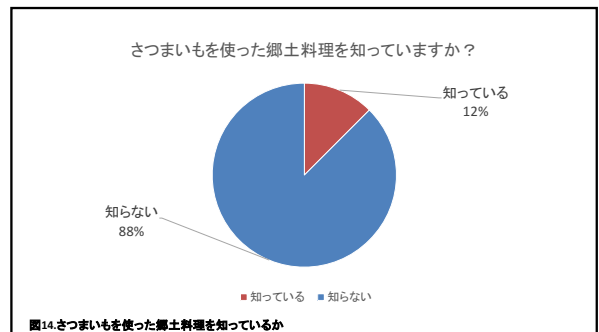
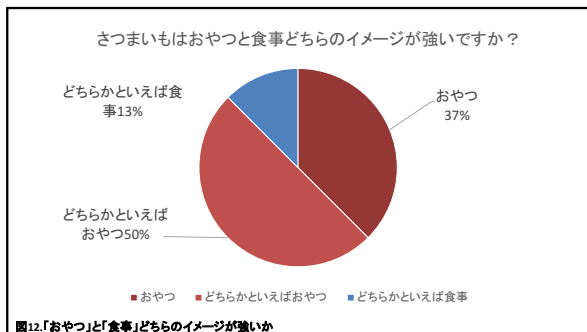
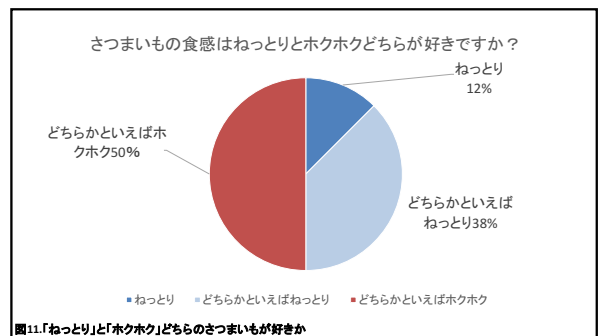
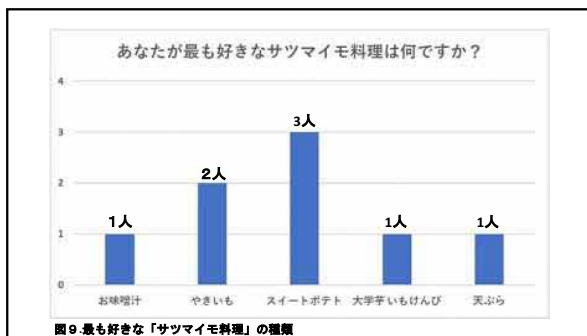
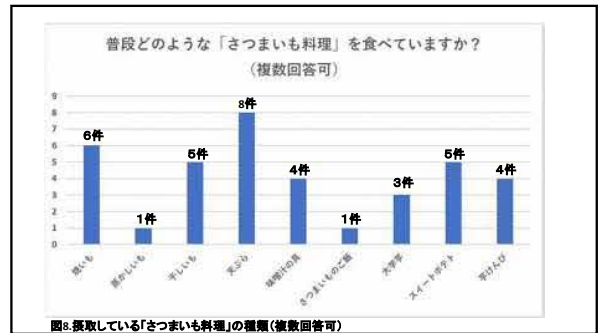
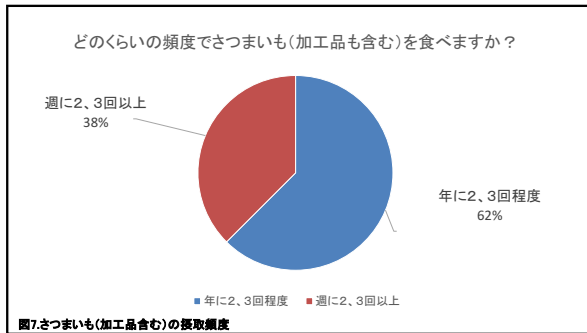
フードコンシャスネス教育の活用

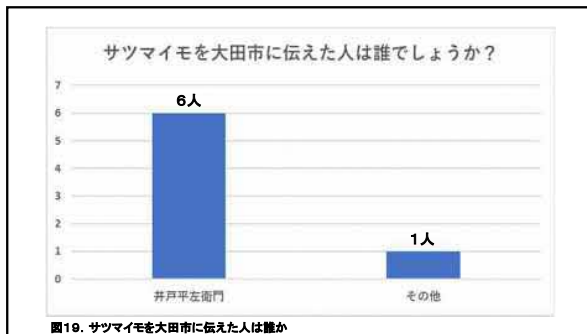
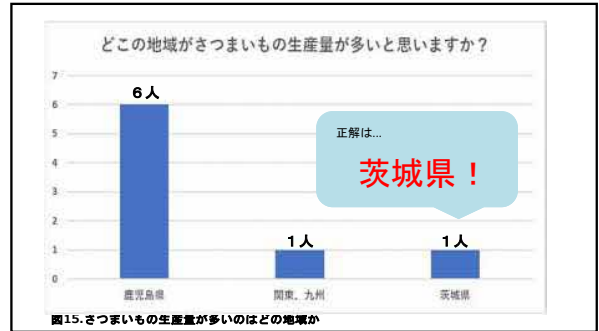
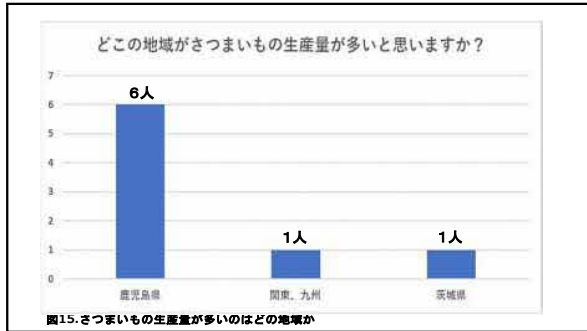
邇摩高校ワークショップ

2. サツマイモに関する意識調査(長徳)

【目的】大田市産 さつまいも(紅あずま)調理法による比較
【試料】さつまいもを5mmの厚さに切り素焼き・油炒め・電子レンジの調理で比較した。
【被験者】高校生5名(女子1名、男子4名)、教職員4名
【アンケート調査】大田市の食文化に関する意識調査、Googleフォームにて収集8名







- ### アンケート結果のまとめ
- 大田市の特産品は現状 **あなご** と認知されている
 - ほとんどの人がさつまいもが **好き**
 - ほとんどの人は **身近な食べ物** だと感じている
 - 摂取頻度は年 **2、3回程度**
 - 普段 **天ぷら** として食べる人が多い
 - 最も好きなさつまいも料理は **スイートポテト**
 - 好きな食感 **ホクホクとねっとり** が半々
 - **おやつ** のイメージが強い
 - さつまいもを使った郷土料理はほとんどの人が **知らない**
 - 生産量は **鹿児島県** が多いと思われる
 - さつまいもを大田市に伝えた人は **井戸平左衛門** とほとんどの人に **認知** されている

現状と今後の展開

- さつまいもに対して好意的な印象を持ちながらも、その価値や地域性についての理解が十分とは言えない。
- さつまいもの基礎的な知識や魅力を分かりやすく伝えるとともに体験型の取り組みなどを通して、より深い関心と親しみを育てていくことが重要

【3部】サツマイモ商品・料理の提案

目的

- 歴史・地域文化
- 大田市のサツマイモ価値の向上
- 地域の名物料理、土産、ギフトの強化
- 地域文化の維持・継承、未来への発展

商品コンセプト

地域文化と人々がサツマイモに込めた想いをカタチに

持って帰りたい大田のギフト商品

大田に来たら食べたい商品

石見銀山スイーツポテト(星野)

①事前調査(遼摩高校ワークショップ)

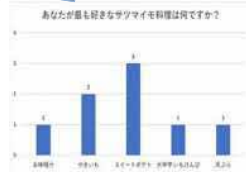
- ・好きなサツマイモ料理 **スイーツポテトが最多!!**
- ・約9割の人がサツマイモに「おやつ」のイメージ
- 老若男女・観光客にも**馴染みがあり、食べやすい**と判断

②試作・比較

- ・通常のスイーツポテトとチーズ入りスイーツポテトの食べ比べ
- ・**チーズ入りスイーツポテトの方が好評!!**

～採用理由～

- ・**スイーツポテト×チーズ**は珍しく、印象に残る
- ・**お土産としての新鮮さ**がある



石見銀山スイーツポテト(星野)

～サツマイモで人々を救った芋代官の歴史～

石見銀山周辺では飢饉に井戸平左衛門代官がサツマイモの栽培を広め、人々を救ったと伝わる。この歴史を**大田市産サツマイモと銀箔**を使ったスイーツポテトに込め、石見銀山の物語と芋代官の功績を味わいながら感じられるようにする。

～「物語を味わうスイーツ」～

老若男女や海外観光客でも食べやすく、**石見銀山には銀箔だけでなくサツマイモで人々を救った物語がある**ことを味わいながら伝える。手に取って楽しみ、また味わいたくなるお土産を目指す!

石見銀山スイーツポテト作り方

<材料> 5～6個

- ・サツマイモ 中1本(200g)
- ・チーズ 15g
- ・バター 10g
- ・砂糖 20g
- ・牛乳 20g
- ・塩 少々
- ・卵黄 1/3個

写真1:材料



写真3:完成したスイーツポテト

<作り方>

- ①サツマイモを蒸して、皮をむく
- ②熱いうちにバター・砂糖・牛乳・塩を加えて混ぜ、滑らかにする
- ③小さくサイコロ状にカットしたチーズを加えて混ぜる
- ④好みの形に成形する
- ⑤表面に卵黄を塗り、オーブンで焼く。焼き色が付いたら完成!



写真2:③の工程



写真4:AI生成画像

今後の展開

- ・山型・銀箔を用いて視覚的に銀山をイメージ
- ・大田市内の土産店や道の駅での販売
- ・個包装で**常温保存**・**冷凍保存**を可能にし、土産や通販向けに提供
- ・「芋代官と石見銀山」の物語を伝えるリーフレットの同封 →食べながら歴史を楽しめる仕掛け
- ・2027年の**寛政遺産登録20周年**・**備前川500年**記念パッケージの展開

奇跡の黄金バーム(長徳)



～大田市の大地の歴史～

大田市周辺には、かつて森だった木々が埋没林として残り、大地には長い時間の記憶が刻まれている。この埋没林と地中に根を張り厳しい環境で育つさつまいもを合わせることで生まれたのが「**奇跡の黄金バーム**」である。

～島根の大地が育てたおやつ～

埋没林の年輪を思わせる**バームクーヘン**にさつまいもの特有の**黄金色**とやさしい甘さを重ね、島根の大地が育んだ過去と現在を、味わいとして持ち帰れる新しい土産を目指す。

奇跡の黄金バームの作り方

<材料>3～4人分

・薄力粉100g ・バター30g
 ・牛乳80cc ・さつまいも100g
 ・卵1個 ・ベーキングパウダ小さじ1/2
 ・砂糖30g ・油大さじ1

<作り方>

①蒸したさつまいもを熱いうちにつぶしてペーストにする。
 ②①に溶き卵、溶かしバター、砂糖、牛乳を入れて混ぜその後、薄力粉とベーキングパウダーも混ぜ合わせる。

③フライパンに油を引き、温まったら生地を流し入れ、端から巻いていく。

④生地を流し入れたら巻いていく作業を繰り返す。

⑤すべての生地が焼きあがったら完成。



写真3:材料



写真1:実際に試作した奇跡の黄金のバーム



写真2:A1生成画像

<今後の展開>

- ・配り土産向けのミニサイズ・個包装化
- ・冷凍・常温の2ライン化
- ・**さんべ縄文の森ミュージアム**との連携
- リーフレットを同封し、直後に調べたくなる導線をつくる
- ・地学・農業・地域史をつなぐ食べられる教材として活用

芋代官のしあわせチュモツパ(七五三)

<チュモツパとは？>

- ・韓国語で“にぎりこぶし”を意味する『**チュモク**』と“ご飯”を意味する『**パブ**』を組み合わせた言葉で、一口大に丸く握られた**韓国風おにぎり**
- ・ごま油や韓国海苔、たくあんなどを混ぜて作られ、韓国では家庭料理や屋台で親しまれている



写真1:実際に試作したチュモツパ

芋代官のしあわせチュモツパ(七五三)

『芋代官のしあわせチュモツパ』名前の由来

・石見銀山の代官 井戸平左衛門通称“芋代官”がサツマイモで人々の命を救った大田市の歴史

・チッタ農縁で手間をかけてさつまいもの「命」を大切に育て、美味しいものを全ての人に、そして良いものを手に取りやすく届けたい姿

→まるで**幸せを分けている**ように感じた

芋代官のしあわせチュモツパ作り方

<材料>一口大(約30g) 約12個

・お米2合
 ・細かくした干し芋 70g
 ・チュモツパの素(のり、ごま、たくあん、ごま油)

<作り方>

①お米2合を炊く

②炊き上がったお米にチュモツパの素と細かくした干し芋を混ぜ合わせる



③一口大(約30g)を丸める
 ※ラップに包んで余った部分を上で絞ると丸い形に整えやすい

④盛りつけて完成



芋代官のしあわせチュモツパ(七五三)

～歴史を手のひらサイズのしあわせに～

代官そばに添えられていたなり寿司から着想を得て、大田市のそば文化に合う“付け合わせ”としておにぎり提案。
現地で「おいしい」と感じてもらえた先に、**お土産として持ち帰れる商品**を目指す。



写真2:実際に食べた代官そば

写真3:そばの付け合わせイメージAI生成画像



写真4:AI生成画像

<今後の展開>

- ・大田市産のさつまいもを干し芋にして使用
- ・そばの付け合わせとしての提供

- ・チュモツパの素入り「お土産キット」の販売
小さな子どもでも食べやすい、やさしい味付け
→主に子どものいるファミリー向け

現地で「おいしい」と感じてもらえた先に、**お土産として持ち帰れる商品**を目指す

鬼の金銀クレープ(朱)

[ストーリー・コンセプト]

黄金に輝くさつまいも×銀山の組み合わせでネーミング。銀山があったことで大田市にさつまいもが流入してきた背景がある。

[内容]

クレープの中身はさつまいもあん¹と生クリームを使用。最後に、鬼の角を模したさつまいもの素揚げをトッピングする。

- ・金クレープ:上部→さつまいもあん(画像右)
- ・銀クレープ:上部→生クリーム(画像左)

[今後の展開]

持ちにくさが難点である。鬼の角を個別に提供して、購入者自身で刺していただく、自分の好みで完成させる喜び。目の前で作るパフォーマンスの楽しさ。



写真3:AI生成画像



写真4:銀クレープ(左)、金クレープ(右)

まいな美味な！おさつシェイク(朱)

[ストーリー・コンセプト]

タイトルに方言を入れることで親しみを出す。

温泉・温泉津がある。二瓶高原牛乳がある。**お風呂上がりの一杯**。また、牛乳の消費を高める。

[内容]

茹でさつまいも(80g) + 低脂肪乳(100ml) + 水(100g) + (砂糖)をブレンダーでシェイクにする。

[今後の展開]

- ・安全性の確保。
- ・販売場所・提供方法の検討。
- ・砂糖の甘みを検討。



写真1:実際に試作したさつまいもシェイク



写真2:AI画像生成

チョコットおいもチョコ(朱)

[ストーリー・コンセプト]

さつまいも×チョコが特産な地域はないのでは？！

[内容]

さつまいもパウダー、カカオバター、ココナッツオイル、固形チョコレートを溶かして成形。冷蔵庫で固めて完成。チョコの中に芋けんぴなどを入れてクラッシュ食感を作ること可能。

[今後の展開]

ショコラのプロではないため、個人での制作は困難。大田市のお菓子屋さんとの共同制作することを検討。



写真5:実際に試作したさつまいもチョコ



写真6:チョコの提供方法案

願いのさつまいもなか(古市)

【鬼村の鬼岩】

- ・鬼が岩をつかんだ跡とされる伝説
- ・「塩類風化」によって形成された珍しい地形
- ・海底火山の凝灰岩でできており、近くには鬼村釜山があった



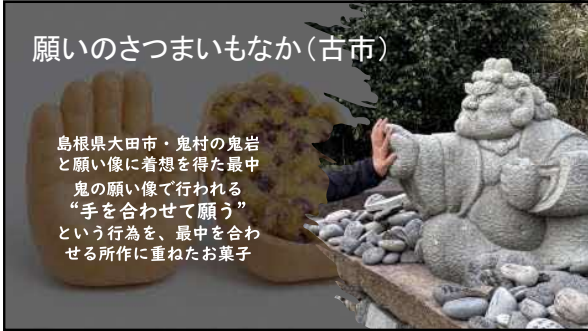
【鬼の願い像】

- ・鬼が村人との共存を願う姿を表した像
- ・右手を差し出し、手を合わせると“鬼の力”を授かると言われる
- ・健康と平和を祈る場として親しまれている



願いのさつまいもなか(古市)

島根県大田市・鬼村の鬼岩
と願い像に着想を得た最中
鬼の願い像で行われる
“手を合わせて願う”
という行為を、最中を合わ
せる所作に重ねたお菓子



願いのさつまいもなか(古市)

【最中】

- 鬼の願い像の「手形」と「鬼の顔」
- 「塩類風化」塩風味のさつまいも餡

【パッケージ】

- 鬼岩の凝灰岩のザラツとした質感を
思わせる紙
- 鬼のモチーフと願いをこめて
手を合わせるシルエットをデザイン
- 由来や願い像のストーリーを添えた
小さな説明書入り



<今後の展開>大田市でコスプレイベント!!(古市)

対象:コスプレイヤー

国内外問わず人気なコスプレ+SNS、同年代のコミュニティ

目的:お菓子の周知。写真撮影によるSNS拡散。

#おおいコス #願いのさつまいもなか #熊谷家

場所:大森地区

アクセス〇+写真映える景観(熊谷家、武家屋敷旧河島家など)

- ✓ 若年層へのアプローチ
- ✓ お菓子のPR
- ✓ 大田市の観光PR



【4部】教員からの提案

(1) 芋味噌+私のおにぎりWS

目的:先人の知恵を学ぶ・味わう

内容:芋味噌造り、飯を釜で炊く

*米+雑穀類、芋=かて飯



* 大田市の特産品を入れた
「私のおにぎり」作り体験

(2) 角ずし・箱ずしWS

目的:先人の知恵を学ぶ・味わう

内容:角ずし・箱ずし(季節限定)
いもおはぎ

1. 先輩に聞き書きをしてみよう
2. 作り方を習って実習
3. 郷土料理+発展、アップデート
例) 春:上級生が新入生へ
秋-冬:お世話になった人へ



地域文化の維持継承・発展

大田市内、またはZOOMで
本学(東京)でもワークショップ

(3)熊谷家献立再現研究—大田の魅力発見

目的

・江戸時代に熊谷家に現存する
献立史料を体系的に分析し、当
時の「もてなし料理（ハレ
食）」の特徴を明らかにする。
・献立の再現調理を通して、大
田地域に根づく食文化の歴史的
背景と魅力を再発見する。



(3)熊谷家献立再現研究—大田の魅力発見

研究方法

1. 史料調査・文献分析
2. 食材・調理技法の検証
3. 再現調理（実験）
4. 地域文化としての考察
 - ・大田地域の歴史・地理・産物との関連を分析
 - ・現代への応用可能性（教育、地域ブランド、観光）



(4)教育フェスタへの共同参加



(5)味わい教育の実践



【5部】大田市の発表 市役所と邇摩高校の提案

島根県立邇摩高等学校の取り組み

1. 石見銀山のお土産づくり

動機：石見銀山の魅力を多くの人に伝えたい！
地域の風土や歴史、課題とニーズを知る。



石見銀山でお土産となるさつまいもスイーツを開発、
販売して多くの人に食べてもらえば、石見銀山に観光
客が増えるだろう。

島根県立遼摩高等学校の取り組み

1. 石見銀山のお土産づくり

- ①スイーツを考案、試作
ドーナツ、シェイク、チップス等
(BLUE-G DONUT&CAFEさん 訪問)

- ②ロゴマーク作成

- ③販売!
9/20(土) 熊谷家で



9/20(土)販売1回目



次は地元の
いもででき
るといい
な!

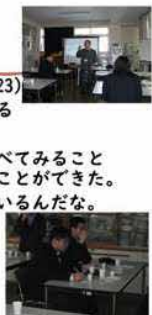
計76個 完売 売上から1万円を寄付

島根県立遼摩高等学校の取り組み

2. 学習院女子大学によるワークショップ (12/23)

- ・焼き方、調理方法で味や見た目が変わってくる
ことがわかった。
- ・触覚や味覚(中味や後味など)を意識して食べてみることで、今まで感じ取れなかった匂いや味を感じることができた。
- ・大田市で思ったよりさつまいもがつくられているんだな。

→ 味覚についてのインパクトを受けた様子
地域でのさつまいも栽培についての興味



島根県立遼摩高等学校+大田市教育委員会社会教育課
からの提案

学習院女子大学と遼摩高校、一緒にこんなことができるかも・・・

1. さつまいも植え付け、栽培
花魁、太白を育ててみる?
2. 焼き芋にして味わいの違いを検証(10月)
べにあずま(チッタ農園産)、花魁、太白
3. スイーツ加工、販売
4. 試食体験イベントとして出展
熊谷家、教育フェスタ、遼摩高フェア、ごいせ仁摩の○○、
仁方まちセンハロウィンイベント



etc

【質疑応答】

Food Consciousness

ここで食べる 味わい教育

「食」を感じ、気づくことの大切さ 教育の原点

食とは！

～食をしっかり感じているでしょうか。食をしっかり観ているでしょうか
フードコンシャスネス教育の実践！

日時:2025年12月23日
会場:島根県立迦摩高等学校

品川 明(志染)

学習院女子大学 環境教育センター
フードコンシャスネスプロジェクト
一般社団法人 フードコンシャスネス研究所

Food Consciousness

学習院女子大学
The University of Women

Food Consciousness

本日のメニュー

1. フードコンシャスネス教育で考える食とは

学%創 造塾

Food Consciousness

学習院女子大学
The University of Women

Food Consciousness

Spirit
生物

社会性・倫理性

食物 賜物

健康・栄養 文化・歴史・嗜好

Body Mind

学%創 造塾

Food Consciousness

学習院女子大学
The University of Women

Food Consciousness

Spirit
精神性

感謝・繋がり

身体的 民族性

機能・効用 郷土・和食

Body Mind

学%創 造塾

Food Consciousness

学習院女子大学
The University of Women

Food Consciousness

味わい
感謝・繋がり
生物
Spirit

食はいのち

いのちと感じて...

味・味覚
機能・効用
食物
Body

味わい
郷土・和食
賜物
Mind

学%創 造塾

Food Consciousness

学習院女子大学
The University of Women

Food Consciousness

本日のメニュー

課題1:アクティビティ1


2種のサツマイモを味わう

学%創 造塾

Food Consciousness

学習院女子大学
The University of Women

気づきと発見 (ワークシート1)



サツマイモを五感と心で味わって下さい

Food Consciousness 学園女子大学

アクティビティ1

リンゴやアーモンド、家庭にあるもの何でも結構です。それを味わって気づいたことを書きましょう。(5~7分間)

アクティビティ1 リンゴを味わって、気づいたことを書いて下さい。5分

Food Consciousness 学園女子大学

本日のメニュー

2. フードコンシャスネス教育とは、特徴と約束

Food Consciousness 学園女子大学

ここで食べる
フードコンシャスネス教育とは

- ① 食べるもの・食べること・食べかたを育む教育 (もの・こと・かたを感じる教育)
- ② 正解を求めない教育 (食には正解や不正解はない)
- ③ 郷土を育む教育 (郷土や家庭を振り返る: Mind)
- ④ 価値観を押し付けない教育 (当たり前を感じる教育)
- ⑤ 自分の感じる能力を信じ鍛える (感じる教育・五感と心の教育)
- ⑥ 精神性、倫理性、社会性を育む教育 (精神性・社会性を培う教育)
- ⑦ 表現力やコミュニケーション能力を育む教育 (表現力を鍛える教育)
- ⑧ お陰を感じる教育 (見えぬものやことを探求する教育)
(生かされていることを実感する教育)

Food Consciousness 学園女子大学

フードコンシャスネス教育の特徴

- ① 自分の持っている五感の能力や心を伴う感性を引き出す教育
- ② 学歴(知識)よりも食歴(体験と気づき)を育む教育
- ③ 自分自身の感性と表現力を高める教育
- ④ 心と五感を通じて食の世界観を鍛える教育

Food Consciousness 学園女子大学

フードコンシャスネス教育の約束

- ① 何でもいえる : 自分で感じたことに間違いはない。自信をもって自分に正直に応える。
- ② 疑問をもつ : 自分の既存概念でなく、初めて食に接する気持ちで気づきや発見したこと、疑問をもつことが大切です。
- ③ コミュニケーションをはかる : 自分で感じ、考えて内容を記録し、コミュニケーションをはかる。自分で感じ、考え、その考えた内容を記録し、皆さんに発表して分かち合い、振り返る。
- ④ ワクワクする : 何かを発見することはワクワクする。よく見て、聴いて、触れて、嗅いで、味わいましょう

Food Consciousness 学園女子大学

フードコンシャスネス教育の理念と目的

Food 食を通じたつながりが食(生命)には大切

つながり:生産者・仲買者・流通業者・調理人・生活者
 つながり:生き物・人・家庭・社会・自然・地球
 つながり:光・空気・水・土・生き物・自然・地球
 つながり:生と死の循環

すべての人は食べるもの、食べること、食べかたを意識し、食とはを探り理解する

学創造塾 Food Consciousness 学園女子大学

フードコンシャスネス教育で考える食教育

- 人間の五感を通じてその感性や能力を積極的に引き出す
- 人間力(五感/社会性意識)復活型教育
- 態度を養う
- 失われつつある日本人の感性を見つめ直し「食は命なり、食は社会なり、食は地球なり」を意識できる
- 豊かな感性と知性の喜びをもたらす人間教育
- 健康面だけでなく、民俗性や精神性を担う教育

学創造塾 Food Consciousness 学園女子大学

教育観を備えたフードコンシャスネス教育

フードコンシャスネス教育の素は、郷土食や家庭料理にある
 郷土で培った郷土の食は文化的、教育的、道徳的、環境的、社会的、経済的価値や意味が含まれる

最も有効な手段の一つとして、学校給食や食卓がある

学創造塾 Food Consciousness 学園女子大学

フードコンシャスネス教育

食の表層を感じるだけではなく
 食の隠されたものや事柄を感じ取るために
 五感や心で食を味わうことにより、
 その価値や背景を理解し、食を自律的に選択できる力、さらに、自分で思考する生きる力、人生を豊かに味わう力、文化や未来を創造する力を培うことができる

食のお陰を探す 食の風景や景色を感じる 食の声を聴く
 まず、郷土の食を感じ、育み、産む

学創造塾 Food Consciousness 学園女子大学

フードコンシャスネス教育

このような意識ある子どもや大人を育てることが重要である
 その役割を担うのは児童生徒の側にいる
 教員や親であり、高校生や大学生であり、調理する人や生産者であり、すべての大人ではないだろうか！

地(日本の地域、大田)を育み、知(大田)を産む
 地産地消
 地産地消
 地産地消
 フードコンシャスネス(味わい)教育

学創造塾 Food Consciousness 学園女子大学

フードコンシャスネス教育

日本(大田市)を意識する！
 日本(大田市)を食べる！
 日本(大田市)を育てる！

地を育み、知を産む
 地産地消
 地産地消
 フードコンシャスネス(味わい)教育

学創造塾 Food Consciousness 学園女子大学

本日のメニュー

4. アクティビティ2
自分の味わい特性

食べものを食べる時に、使う体の部位はどこでしょうか？
見える部分をお応えください！

学_び創_造造_塾 Food Consciousness 学園女子大学

アクティビティ2

五感を磨く、感性を育てる

サツマイモをどのような感覚を使って
(感じる身体の一部)何を感じて食べていますか？
使っている順番でお応え下さい。
また、そこで何を感じましたか？

学_び創_造造_塾 Food Consciousness 学園女子大学

自分の味わい特性



21

	身体の一部	何を感じたか？
①		
②		
③		
④		
⑤		
⑥		

学_び創_造造_塾 Food Consciousness 学園女子大学

本日のメニュー

5. 大切な問いかけ①
大切な問いかけ②
大切な問いかけ③

学_び創_造造_塾 Food Consciousness 学園女子大学

大切な問いかけから気づくこと①

口に入れるもので、非生物は何？
(喉を通過することが可能なものです。)

1. 空気、酸素など
2. 水
3. 食塩

学_び創_造造_塾 Food Consciousness 学園女子大学

大切な問いかけから気づくこと②

生き物を殺したり傷つけたりしないで
食べられる食は何？

1. 牛乳や乳、乳製品
2. 卵や卵製品
3. 蜂蜜

学造 造塾 Food Consciousness 学園女子大学

問いかけ、気づきを育む③

問いかけ1と2からどのような気づきを発見したか？

1. 口に入れるもので、非生物は？
2. 生き物を殺したり傷つけたりしないで
食べられる食は何？
食べているものはほとんどが生きているものまたは生きて
いるものが作り出されるものである。
食はいのちです。
3. 私たちは何からできているか？私たちの素は何か？
私たちは食べ物からできている。

学造 造塾 Food Consciousness 学園女子大学

本日のメニュー

6. 5つの心(フードコンシャスネス教育の心)

学造 造塾 Food Consciousness 学園女子大学

大切な問いかけ

ありがとう 有り難う

の反対は何でしょうか？

学造 造塾 Food Consciousness 学園女子大学

6. 5つの心

食は命であり、繋がりであり、恵みである

学造 造塾 Food Consciousness 学園女子大学

①有り難う・ありがとうの心

食は有り難いものである
有るのが当たり前ではなく、
有ることは本当に稀(奇跡的)なことであり、
貴重で尊いものであるという感謝の心を
大切にする

学造 造塾 Food Consciousness 学園女子大学

⑤お陰様・おかげさまの心

食はみえない部分が多い存在である。
目に映るものだけでなく、目にみえない多くの感謝と恵を感じさせ、多くの繋がりを
感じさせる尊いものである。

学_% 創 造塾 Food Consciousness 学園女子大学
Faculty of Women's Studies

⑤お陰様・おかげさまの心

食の隠された部分やその生き物としての物語
や育った環境、それを頂くことは、
家庭や社会や自然の多くのものやことが繋が
りあっていることを感じることであり、
多くの愛に感謝し、皆さんのお陰で生かされて
いることに感謝する心を大切にする

学_% 創 造塾 Food Consciousness 学園女子大学
Faculty of Women's Studies

5つの心(五心)

私たちが提唱する5つの心
「有り難うの心」「頂きますの心」「御馳走様の心」
「勿体無いの心」「お陰様の心」
で食や命や多くのものとの繋がりを意識することにより、
「意識する食教育～フードコンシャスネス」
の新たな展開が生まれる。日本語は美しい

学_% 創 造塾 Food Consciousness 学園女子大学
Faculty of Women's Studies

本日のメニュー

7. 「ひふみよいむなやこと」の意味

学_% 創 造塾 Food Consciousness 学園女子大学
Faculty of Women's Studies

食べるものとは何か？

**ひふみよいむなやこと
エコシステム教育の意味
～自然と生き物と人の繋が**

学_% 創 造塾 Food Consciousness 学園女子大学
Faculty of Women's Studies

**エコシステム教育
ひふみよいむなやこと**


食は稀であり、命であり、繋がりであり、恵です。

このような心の存在として、
地球上のすべての生き物や太陽、大地、空気、
水、地球そのものの成り立ち
とも繋がる存在です。

学_% 創 造塾 Food Consciousness 学園女子大学
Faculty of Women's Studies

Food Consciousness

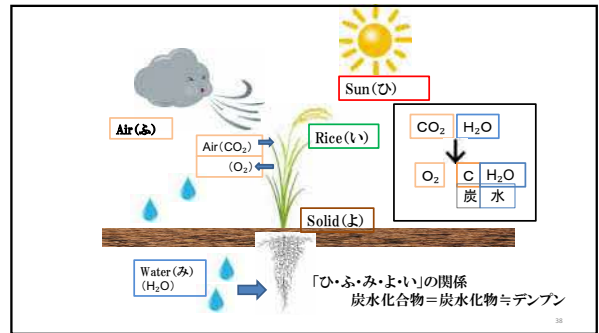
ひふみよいむなやことの意味



- 大切なものの順番です。
- 地球(宇宙)に誕生した順を表しています。
- 感謝の順を表しています。
- 38億年の歴史を表しています。

学歴よりも食歴が重要
意識して食べる!

Food Consciousness 学園女子大学



Food Consciousness

食の画一化・利便性より 本来の食を尊重し、将来に伝える

1. 伝統的な食や郷土料理や行事食を守る
2. 多様な食と味を提供する
3. 小規模でも地域の食を守り育てるために、農林水産業者を守る
4. 繋がりと循環を見据えた環境に配慮した生産を志す
5. 子ども達を含め、生活者に“食”や“味”の感じ方の教育を進め、郷土の食を提供する。

どう食べるか？ 今までどうしてゆっくり食べなかったのだろう
今までどうして感じながら味わって食べなかったのだろう

学 創 造 塾 Food Consciousness 学園女子大学

Food Consciousness

食の画一化・利便性より 本来の食を尊重し、将来に伝える

6. どこで作ったの？ 誰が作ったのかな？
お味噌汁や料理を味わったとき、どのような景色が浮かんだかな？
人と人や食と人のコミュニケーション
7. 食べ物は生きてる動物、植物の命を頂いている 生と死の環
8. 学校給食や食事は教育の場でもある 毎日が探求の場
人と食とのコミュニケーションとそれを促す大人(味わい教育リーダー)の問いかけ

味わい教育や食卓や食事を通じた教育
生産者や調理する人、大人の役割教育

学 創 造 塾 Food Consciousness 学園女子大学

Food Consciousness

8. 感性を育てること！ 五感の役割を自覚する

五感や五官とは何か？

まず、当たり前のように食べている私たちを見直してみよう。そこには多くの機能を有する感覚を駆使して、食べものを食べている様が目当たりになります。

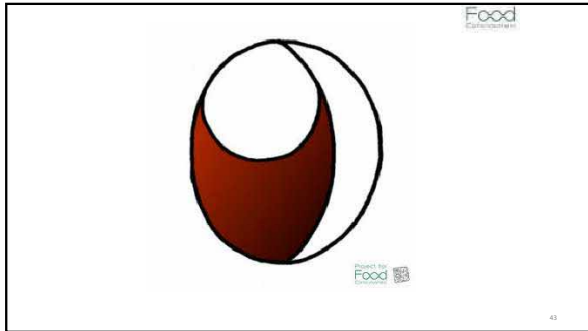
学 創 造 塾 Food Consciousness 学園女子大学

Food Consciousness

本日のメニュー

感覚を育む

学 創 造 塾 Food Consciousness 学園女子大学



食欲がわくカレーはどれですか？

A B C

学% 造塾 Food Consciousness 学習院女子大学



感覚教育とは！五感と五官

耳を澄ましてみましょう！
これは何の音かな！

自分の思ったことを書いてみましょう
どんな音に聴こえるかな？
(例: パリパリーン)

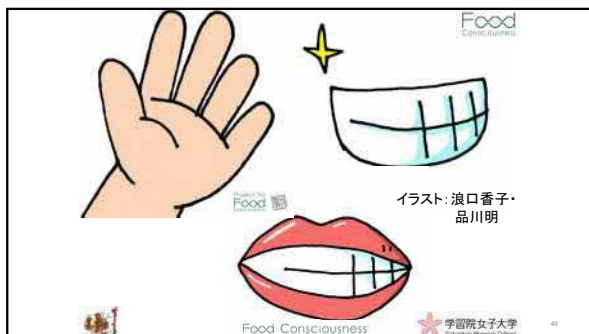
まずはこの音だよ！ 何の音かな
どんな音 何の音だろう

2. 次は何の音かな！ 前とちょっと違うね

3. 耳で何がわかるかな！！

ア イ ッ オ

Food Consciousness 学習院女子大学



フードコンシャスネス教育の実践: 触覚の役割

手だけで箱の中のものの**特徴**を感じよう
そして、中のものを当ててみましょう!

1. これは何かな! どんな特徴があるかな?
これは何かな! どんな違いかな?
これは何かな! 食べられるかな?
これは何かな! どんな形かな?
これは何かな! 痛いかな?

学% 創 造 塾 Food Consciousness 学園女子大学



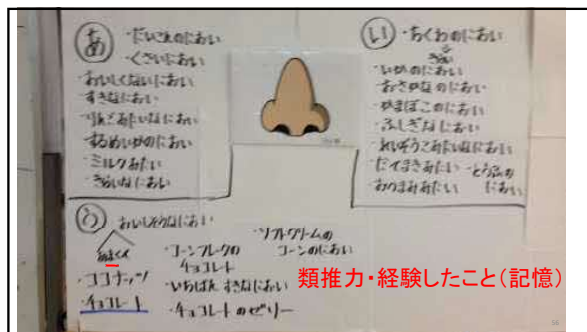
触覚は手だけかな? 歯と耳で感じること!(触覚と聴覚)

擬音と擬態語:オノマトペ

実際に食べて、感じる音とは?

学% 創 造 塾 Food Consciousness 学園女子大学





類推力・経験したこと(記憶)



イラスト: 浪口香子・品川明



からだ全体を使って
五感+こころで食べて味わう!

「こころで食べる味わい教育」

本日のメニュー

9 味わうこととは？

味を感じるわけは何でしょうか？
 味を感じるのはどうしてでしょうか？
 味をなぜ感じなければいけないのでしょうか？
 味を感じることを意味を体感してみましょう。
 いろいろな実習を通じて、実感自覚してみましょう！

味の種類を言ってみましょう！

Food Consciousness 学園女子大学

Food Consciousness 学園女子大学

5つの基本味の生理的意義

何か気づいたことはありませんか？濃いものと薄いものがあるのは？

Food Consciousness 学園女子大学

味の生理的意義

AとBを味わって、どのような味が書いてください。

A ()
 B ()

濃いと感じた味の種類は何ですか。
 濃く感じる理由を考えてみましょう。

薄いと感じた味の種類は何ですか。
 薄く感じる理由を考えてみましょう。

何か気づいたことはありませんか？濃いものと薄いものがあるのは？

Food Consciousness 学園女子大学

この味質以外の味にはどのような味があるでしょうか？

Food Consciousness 学園女子大学

五基本味の生理的意義

五味	用いる試薬	濃度
甘味	グラニュー糖	12g/ℓ
酸味	クエン酸	1.2g/ℓ

Food Consciousness 学園女子大学



9. おいしさの広がりとその要因
広義のおいしさを表す

Food Consciousness

学% 創造塾

学園女子大学

おいしさの広がり

広義のおいしさとは

1. サツマイモという植物を知ってますか？花を想像できますか？
2. サツマイモが生長し、食べられる場所は植物の何というところでしょうか？
3. サツマイモが生長するためには何が必要でしょうか？

Food Consciousness

学園女子大学

おいもクイズ

① これは何の花だと思えますか？

Food Consciousness

学園女子大学



おいもクイズ

図1 サツマイモのつき方

Food Consciousness

Food Consciousness

サツマイモとは？

サツマイモは何科の植物でしょうか？

ジャガイモは何科でしょうか？また、どこを食べているでしょうか？

Food Consciousness 学園女子大学

Food Consciousness

広義のおいしさ

生理的要因
繋がりの要因
地球的要因
ひふみよいむなやこと
5つの心
文化的要因
繋がりの要因
社会的要因
5つの心
生理的要因
心理的要因 (人体的要因)
テクスチャー
嗅覚
味覚

Food Consciousness 学園女子大学

Food Consciousness

10. 食とは(五感で感じ、繋がりがみえた時)

- 1) 自然を感じる。
- 2) 社会や経済を構成する。
- 3) 歴史を創造する。
- 4) 環境を保全する。
- 5) 家庭を幸せにする。
- 6) 生き物を健康にする。
- 7) 人と人をつなげる。
- 8) 人を謙虚にし、人が感謝する。
- 9) 人が他の生き物と同じ存在であることを気づかせる。
- 10) 地球を健康にする。
- 11) 生と死を実感する。

学造 学園女子大学

Food Consciousness

10. 食のもつ力と価値

- 1) 体・精神・寿命を形成：
- 2) 地域性や風土を認識：
- 3) 味わい力形成：
- 4) 家庭力：
- 5) 体験と自立(教育)：魚釣り釣針
一次産業体験＝農林水産体験は教育の本質をも体験できる。
- 6) 文化の中心：
- 7) 国力：
- 8) 行動や意識：
- 9) 銭と教育：
- 10) 一次産業：
- 11) コミュニケーションと協調の場：
- 12) 繋がりの認識：
- 13) 生と死の認識：

学造 学園女子大学

Food Consciousness

11. フードコンシャスネス教育の使命

「食べるもの」「食べること」「食べかた」を3つの柱とし、
「ありがとう」「いただきます」「ごちそうさま」「もったいない」「おかげさま」
5つの心を育む

ひふみよいむなやことの繋がりをを感じる

食べるもの…	いのちのあり方 いのちのつながり いきる知恵 意識を いのち・食・繋をつくる	「いきる」を自覚する有り難へ、 有難い存在に感謝！ 「ありがとう」 「おかげさま」
食べること…	いのちの進化・一元化 いのちの繋が 生と死の繋が 栄養・身体・健康	「共にいきる」を自覚する 「いただきます」 「ごちそうさま」 「おかげさま」
食べかた…	味わって食べる おいしく食べる 五感と心をつなぐ 調理・加工・保存 文化・科学・芸術 家族・仲間・人生	「いきる知恵」を自覚する しぐさ、しづらえ、 作法、儀 「ありがとう」 「いただきます」 「ごちそうさま」 「もったいない」 「おかげさま」

学造 学園女子大学

Food Consciousness

11. お椀の中に地球が見える

感じて食べる・意識して食べる

学造 学園女子大学

12.新しい食教育の視座(味わい力向上のために)

- 1.食は有り難いもの **感謝の心を含めた5つのこころ**
- 2.食への好奇心と探究心 **感性力を養う**
- 3.食はいのち(命) **継承、繋がり**と役割の認識
- 4.食を通した自覚力 **自分の意見と自信**
- 5.食を通したコミュニケーション **喜びと楽しみ**
- 6.食を通した他者や異文化の理解 **価値観の認識**
- 7.食を通した表現力や発想力
四行詩や文字スケッチ

Food Consciousness 学園女子大学

新しい食教育の視座

- 8.食の本質を探る **批判的精神と向上心**
- 9.食を通した市民性と社会性
視野の拡大と他者への想い
- 10.食を通した自然観と世界観
ひふみよいむなやこと

世界は一つ、光も一つ、 空気も一つ、水も一つ、
地球は一つ、全部一つで大切なもの

Food Consciousness 学園女子大学

12. 教と育

教えることの出来るもの

- ・ 知識・技能
- ・ (言葉、五感の使い方)
- ・ 方法・手順・パターン
- ・ 初歩的思考(比べる、...)
- ・ ルール・規則

育てるもの(教えられない)

- ・ 発想、アイデア、繋げる
- ・ 考える
- ・ 感動
- ・ 感謝、尊敬
- ・ **五感や六感**
- ・ 審美眼
- ・ 克己心、自律、主体性
- ・ その他道徳心
- ・ 霊性

自覚するもの

Food Consciousness 学園女子大学

フードコンシャスネス教育
観察力や五感力を育む

- ①味わう体験を通して、感じたり、気づいたり、分かったり、できるようになる (**知識および技能の基礎**)
五感(五官)を使う: みる(目)・嗅ぐ(鼻)・味わう(口舌)・聴く(耳)・触れる(手・口)
- ②気づいたことやできるようになったことを使い、考えたり、試したり、工夫したり、表現したりする (**思考力、判断力、表現力の基礎**)
表現力: 五感スケッチ、4行詩、食べたものは自分のみ感じ、表現できる 自己決定、自己肯定感
- ③人間の五感を通じて、その感性や能力を積極的に引き出し、人間力(社会性意識や態度)を養う中で、健康面だけでなく、精神性や民族性も育まれる (**学びに向かう力、人間性**)

Food Consciousness 学園女子大学

頭で食べるのではなく、
こころで食べる

- ・ 感性と知性
感性を使わない知性は断片的で自分の自覚した知識になりにくい、智慧を発現するには、感性とこころに響くことが重要です。
- ・ 食とは
食べるものは芸術(art)であり、食べることは科学(science)であり、食べかたは人生(life)を決める。 品川 明

情報に捕われない、自分自身のこころの声を聴いて、自分に正直に答えることが大切です。

Food Consciousness 学園女子大学

食よ
永遠に
食に 感謝 有り難う

ご参加の皆様
感謝申し上げます!

Food Consciousness 学園女子大学

