

1 教材について

〔教材設定の理由〕

徳島県内には、地域の特産物や気候・風土を生かした郷土料理が、数多く受け継がれている。特に、徳島を代表する「そば米雑炊」や「ふしめん汁」は、食品として商品化され販売されたり、学校給食に取り入れられることによって、限られた地域だけでなく、広く県内各地で食べられるようになってきた。

しかし、その一方で、近年の食生活の変化や家庭の核家族化によって作られる機会が少なくなり、食文化として次代へ継承していくことが難しくなっている郷土料理や伝統的な行事食もある。

そこで、本教材を中学校の国語科、技術・家庭科（家庭分野）、外国語科等の学習に取り入れ、資料による学習や調理実習など体験的な学習を通して、それぞれの郷土料理の特徴や、背景にある地域性等を理解させるとともに、郷土料理を貴重な伝統文化として次代へ保存・継承していこうとする態度を育てていく。

以上のような学習を通して、ふるさと徳島に愛着と誇りを持ち、将来国際的な舞台上で生き生きと活躍する中学生を育成することを目的に、本教材を設定した。

（1）徳島を代表する郷土料理

①「農山漁村郷土料理百選」とは

平成 19 年度に「全国各地の農山漁村で脈々と受け継がれ、かつ『食べてみたい！食べさせたい！ふるさとの味』として、国民的に支持されうる郷土料理」として、農林水産省が選定したもの。選定にあたっては、インターネットによる人気投票の形で得た意見を参考に、「郷土料理百選選定委員会」が最終審査を行った。

徳島県からは、「あめごのひらら焼き」「おでんぶ」など、25種類の郷土料理が選定の候補となり、その中から、「そば米雑炊」「ぼうぜの姿寿司」が選ばれた。

②「そば米雑炊」について

「そば米」は、ソバの実を塩ゆでして、陰干しし、乾燥させて、殻をとったもの。ソバは、タデ科の1年草で、播種から収穫までが2～3か月と成長が早い。また、痩せた土地や乾燥した土地でも容易に成長することから、古くから救荒作物として栽培されていた。

本県では、三好地域の山間集落において、急な斜面が多い、昼夜の寒暖の差が大きい等の特徴を生かし、古くからソバの栽培が行われてきた。収穫されたソバは、そば米として使う以外は、粉にしてそば切りやそば練りとして利用された。民謡の「祖谷

の粉ひき」は、祖谷地方でソバや小麦を粉にする仕事に合わせて歌われた「労働歌」である。

祖谷地方では、お祝い事に作られる「そば米雑煮」と、雑煮よりそば米を少なくし、汁を多くした「そば米の雑炊」が、ふだんの日の料理として食べられている。⁽³⁾ソバをつぶのまま調理するのは、徳島独特の調理方法である。

現在では、そば米は、商品化されスーパーマーケットで販売されるなど、身近な食材の一つとなり、そば米雑炊が家庭で作られるようになったり、「そば米汁」が学校給食のメニューとして取り入れられるなど、祖谷地方に限らず、広く県内で食べられるようになっている。また、フリーズドライ化された「そば米雑炊」が販売されるなど、徳島県を代表する郷土料理の一つとして、広く県外にも知られるようになってきている。

③「ぼうぜの姿寿司」について

「ぼうぜ」は、スズキ目イボダイ科に属する魚で、標準和名は「イボダイ」である。地方名が多く、ボウゼの他、シズ、ボウデ、クラゲウオ、バラケ、ムツと呼ばれている。徳島県では、7月から11月にかけて徳島の近海で漁が行われ、年間100～200トンの漁獲量がある。徳島では、姿寿司のほか、塩焼きや煮付けにするなど馴染み深い魚であるが、他県ではあまり食べられていない。

「ぼうぜの姿寿司」は、徳島の秋祭りになくてはならない行事食の1つである。

各家庭では、時期になると、ぼうぜを「背から開いて骨、内臓、目玉をとり、濃い塩水に3時間ほどつける。身がしまったら一度水洗いし、15分から30分間、酢につける。すし飯には、すだちの汁も少し加える。このごはんをぼうぜの腹にいっぱい詰め、すし桶に順番に並べ、すだちの輪切りを一ぴき一切れずつのせてふたをし、重しをする。」⁽³⁾などの作り方で姿寿司を作っていた。ぼうぜの代わりに「あじ」を使った「あじの姿寿司」も作られている。

(2) 受け継がれてきた郷土料理 ※「とくしまの郷土料理」参照・一部抜粋。

()内は、掲載されているページ数を表示。

①れんぶ (徳島県下全域・P40)

金時豆や黒豆等の豆類と根菜類を使った五目煮豆のこと。「おでんぶ」「おれんぶ」とも呼ばれている。正月のおせち料理として、また建前のような祝い事の時に作られていた。

②たらいうどん (阿波市土成町御所・P27)

ゆでたうどんをゆで汁ごと木製の大きな器(飯盆)に移し、つゆにつけて食べる。地域を流れる宮川内谷川に生息する「じんぞく(標準和名:カワヨシノボリ)」からとっただし汁を使うのが伝統的なつゆである。「たらいうどん」の名前は、昭和6年、

当時の徳島県知事が御所を訪れ、飯盆に入ったうどんを食べた際に、「たらいのような器に入ったうどんを食べてうまかった。」と言う話をしたのが始まりだと言われている。この地区では、江戸時代から地域で収穫された小麦を、水車を利用して小麦粉に製粉していた。その小麦粉を使って作られたうどんは、仕事納めなど、特別な時にふるまわれる行事食であった。

③おみいさん（徳島県下全域・P13）

みそで味付けした雑炊のことで、「みい」はみそのことである。これに、尊敬語である「お」「さん」がついて、「おみいさん」と呼ばれるようになったと言われている。少量のこめ（精米時に割れてしまい、ふるいにかけてときに選別された小さな米）を、豊富にとれる大根やさといもでかさ増しして食べることから始まったと言われている。当時、貴重であったお米を大事に食べようとする、先人の工夫がうかがえる。

④そうめんのふし汁〔ふしめん汁〕（つるぎ町半田・P24）

つるぎ町半田で製造される「半田そうめん」は、上下2本の棒で麺を伸ばし、吊して乾燥させて作られるが、その時に棒にかかっていた曲線部分を乾燥後に麺と切り分けたものを「ふしめん」と呼ぶ。そうめんよりこしが強いのが特徴。ふしめん汁は、いりこのだし汁に、にんじん、ゆでたふしめん、豆腐などを入れ、しょうゆ味で仕上げる。

⑤鮎ろうすい（勝浦川流域・P4）

勝浦川は、鮎の有名な産地で、とれた鮎を丸ごと1尾使う。「ろうすい」は、雑炊（ぞうすい）がなまった言い方で、「いれろうすい」とも呼ばれている。だし汁に米を入れ、なすやじゃがいも、たまねぎなどの野菜を味噌で味付けした雑炊である。

⑥でこまわし（三好市祖谷地方・P29）

ごうしゅういも^{〔註〕}（在来のジャガイモで、祖谷いも、源平いも、ほどいも、とも呼ばれ、濃厚な味で煮くずれしないのが特徴）、そば団子、岩豆腐、丸こんにやく（プリプリとした食感がある）を串に刺し、囲炉裏に立てて焦げないように串を回しながら焼く様が阿波人形浄瑠璃の木偶（でこ）人形の頭を回しているように見えるので、「でこまわし」と言われるようになった。

⑦あめごのひらら焼き（三好市祖谷地方・P3）

「ひらら」とは、平たい石を指す。この石をかまどの上で熱し、みそで作った円形の土手の中に水、砂糖、酒を入れ、みそを溶きくずして魚や野菜を焼く原始的な野外料理である。家族や友人が集まったときに作られたり、来客があったときの接待料理として作られていた。写真は、石ではなくホットプレートを使い料理を再現したものである。「あめご」の標準和名は、「ヤマメ」である。

⑧ 出世いも（県南地方・P20）

蒸したさといもをつぶして形を整え、それをあずきのこしあんで包み輪切りにしたもの。元々おはぎに見立てて考案されたもので、米が貴重だった時代、米の代わりにさといもを使ったのが始まりだと言われている。「いもが米に出世した」としてこの名前がつけられた。今では、さつまいもで作られることが多くなっている。端午の節句、結婚式などに作られた。

（3）所変われば・・・

郷土料理や行事食の中には、同じ料理であっても、調理に使う材料や名称が異なっている場合がある。

① ちらしずし

ア 名称について

「ちらしずし」は、節句やお祭りの時に行事食として食べられてきた。ちらしずしの県内での名称は、「五目ずし」「かきまぜ」「おすもじ」「ばらずし」「いのこずし」と多い。

○おすもじ：徳島県内に伝わる女房詞（にょうぼうことば）で、寿司を意味する。⁽²⁾

※ 女房詞とは、室町時代初期に宮中に仕える女官たちの間で上品な言葉遣いだとされる。

○いのこずし：陰暦十月の亥の日に、農作物とともに神前に供えた「かきまぜずし」のこと。

イ 材料について

「ちらしずし」の具材となる野菜や山菜は、季節毎に多少変わるが、ちくわ、ごぼう、コンニャク、にんじん、油揚げ等を細かく切って煮付けたものを酢飯に混ぜて作る。

県内の「ちらしずし」は、「金時豆」を具材として入れることが特色となっている。また、県南では、「落花生（ピーナッツ）」を入れたり、特産である「ひじき」を使って寿司を作る地域もある。

② 雑煮

徳島で食べられる雑煮は、丸餅、さといも、にんじん、青菜（こなつな等）を入れた、いりこだしの白みそ仕立てが多いようであるが、地域や家庭によって、使われる具材や汁に使う調味料などは様々である。

吉野川北岸地域では、白みそを使わず、赤みそ仕立てとなる。鳴門市の海岸地域では、いりこではなく、秋に釣ったベラ（スズキ目ベラ科に属する魚）を焼いて干したものを使う。那賀川上流地域では、焼いた丸餅を雑煮に入れる。特に、三好市東祖谷地域の雑煮は「うちちがえ雑煮」と呼ばれ、餅を入れない珍しいものである。さといもの親いもを3つ入れ、長方形の豆腐を2つ十文字にうち重ねしてのせたすまし汁仕立ての雑煮となっている。

2 ねらい

- 1 本県の郷土料理について学習し、その魅力に気づかせるとともに、食文化として大切にすることを養う。
- 2 県内各地域における郷土料理について材料や名称などを分類・整理し、食文化について理解を深める。

3 展開例

○技術・家庭科（家庭分野）：「B 食生活と自立(3)日常食の調理と地域の食文化(イ)地域の食材を生かした調理，地域の食文化」の学習において，教材を活用する。

活用例Ⅰ

【活用教材】（１）徳島を代表する郷土料理 （２）受け継がれてきた郷土料理

【発問例】

- ・（（１）の資料）「そば米ぞうすい」と「ぼうぜの姿寿司」の２つが，郷土料理百選に選ばれたそうですが，食べたことはありますか。
- ・（食べたことがある人に対して）どのような料理で，どのような時に食べましたか。
- ・（（２）の資料）徳島には，地域ごとに，いろいろな郷土料理が受け継がれています。（２）の中で，徳島県内のどの地域の郷土料理か知っているものはありますか。

活用例Ⅱ

【活用教材】 （３）「所変われば・・・」

【発問例】

- ・「ちらしずし」の資料のとおり，同じ料理でも料理の名前や材料が違っている場合があります。
あなたの地域や家庭で作る「ちらしずし」については，名前や使っている材料はどうですか。
- ・「雑煮」も地域によっていろいろな特色があります。特に三好市の東祖谷地域の「うちちがえ雑煮」は，もちを入れず豆腐を代わりに使う珍しいものです。あなたの地域や家庭で作るお雑煮はどういうものですか。

4 参考文献

- (1) 「とくしまの郷土料理」(H24.3. 徳島県農林水産部ブランド戦略総局とくしまブランド戦略課)
(<http://www.pref.tokushima.jp/shokuiku/recipe/kyoudo/2012060800092/files/kyodo-ryori.pdf>)
- (2) 中国四国農政局ホームページ・「伝統料理(徳島県)」
(<http://www.maff.go.jp/chushi/chisanchisyo/dentou/ryouri/36tokusima/index.html>)
- (3) 農林水産省選定「郷土料理百選」ホームページ
(<http://www.rdpc.or.jp/kyoudoryouri100/>)
- (4) 「日本の食生活全集 36 聞き書 徳島の食事」
[1990.10. (社) 農山漁村文化協会]
- (5) 「阿波の郷土料理」[2011.3 (株) アワード]
- (6) 「とくしま味の四季」[1983.1 徳島新聞社]
- (7) 徳島県ブランド水産物もの知り図鑑ぼーぜ疣鯛^{いぼ}
[徳島県農林水産部ブランド戦略総局水産課]