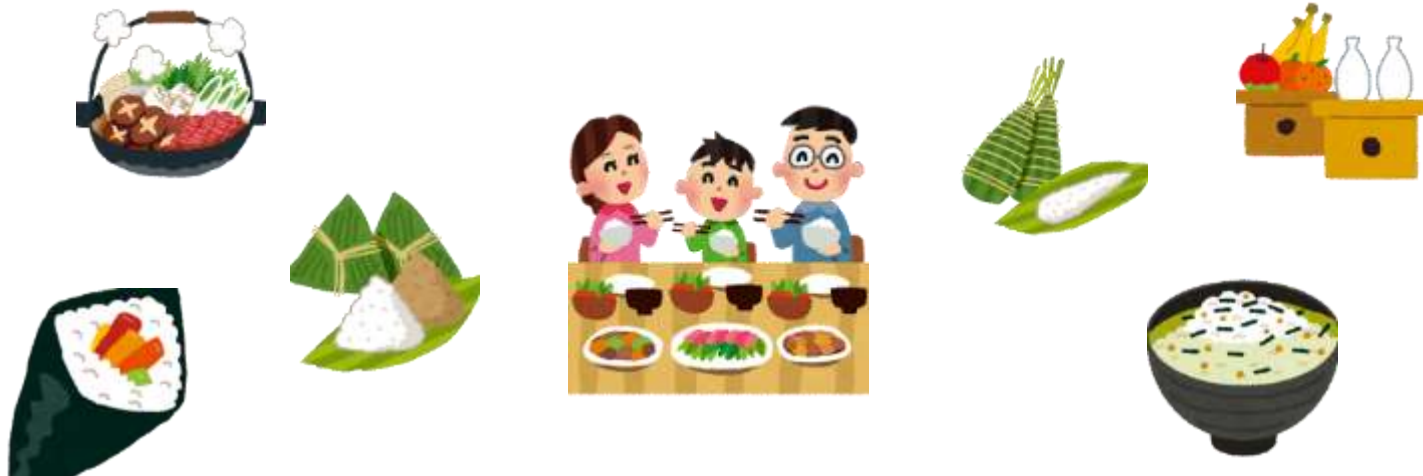


「日本全国こども郷土料理サミット」作品集

- ・開催概要
- ・司会プロフィール
- ・審査員プロフィール
- ・ブロック選抜者9名の作品
- ・審査結果
- ・各賞について
- ・審査員長 熊倉 功夫より総評（サミット会場でのコメントより）
- ・運営事務局より



日本全国こども郷土料理サミット運営事務局

電話番号：03-6450-1257

住所：〒105-0003 東京都港区西新橋2-33-4 プレイアデ虎ノ門9階

（ロケーションリサーチ内）

日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

開催概要

平成25年11月24日（日）、東京ドームシティプリズムホール西にて「日本全国こども郷土料理サミット」（主催：農林水産省）が開催されました。

平成25年8月下旬から9月末の応募期間に日本全国の小学校4年生～6年生より寄せられた190の応募作品より、書類審査による1次選考を経て、北海道・東北・関東・北陸・東海・近畿・中国四国・九州・沖縄の9ブロック代表者を決定。各ブロックの代表プレゼンターが東京ドームシティ プリズムホールへ集結し、それぞれのふるさとや家庭の郷土料理について発表を行いました。併せて子どもたちが発表した9料理の試食体験も実施されました。本サミットは農林水産省の「日本食文化への意識向上に関する事業」の一環として行われました。

開催日時	平成25年 11月24日（日） 13:30～16:00
会場	東京ドームシティ プリズムホール 西
司会	後藤 繁榮氏（NHK放送研修センター、「きょうの料理」）、羽田 美智子氏（俳優、和食プレゼンター）
審査員	審査員長 熊倉 功夫 氏（静岡文化芸術大学学長、「和食」文化の保護・継承 国民会議会長） 審査員 村田 吉弘 氏（株式会社菊乃井代表取締役、NPO法人日本料理アカデミー理事長） 向笠 千恵子 氏（フードジャーナリスト、食文化研究家、エッセイスト） 清 絢 氏（郷土料理研究家）
ゲスト審査員	グッチ裕三 氏（タレント）
主催	農林水産省
後援	読売新聞社、NHKインターナショナル
協力	「和食」文化の保護・継承国民会議、NPO法人日本料理アカデミー

司会プロフィール、審査員プロフィールに続き、
ブロック選抜者9名の発表用紙を紹介いたします。

司会プロフィール

後藤 繁榮 氏（アナウンサー）

1975 年、NHKにアナウンサーとして入局。鳥取、富山、札幌の各放送局で勤務し、東京アナウンス室を経て、現在、NHK放送研修センター・日本語センターのエグゼクティブ・アナウンサー。「きょうの料理」（Eテレ）では、14 年間司会を務めている。料理番組を身近にしたとして2005 年、放送批評懇談会の「ギャラクシー賞」奨励賞個人受賞。

著書に、『きょうの料理のヒミツ』（平凡社）、『後藤アナのダジャレ教室』（小学館）、『笑顔を引出す会話力』（ベスト新書）がある。

羽田 美智子 氏（俳優・和食プレゼンター）

俳優として映画・ドラマ・CM・ラジオを中心に幅広く活躍中。

日本伝統文化に関わりの深い多数の出演実績を通じ、日本の「和食」文化に高い関心をもつ。

著書に『羽田美智子 私のしあわせ京都あるき』（集英社）他がある。

審査員プロフィール

審査員長 熊倉 功夫 氏（静岡文化芸術大学学長、「和食」文化の保護・継承 国民会議会長）

日本文化史・茶道史を専門とする歴史学者であり、文学博士。

日本食文化のユネスコ無形文化遺産登録を目指す際の検討会会長を務めるなど、

日本の伝統的な食文化の保護・継承に取り組んでいる。

審査員 村田 吉弘 氏（株式会社菊乃井代表取締役 NPO法人日本料理アカデミー理事長）

京都・祇園の老舗料亭「菊乃井」の主人。「機内食」（シンガポールエアライン）や

「食育活動」（医療機関や学校訪問・講師活動）を通じて、「食の弱者」という問題を提起し解決策を図る活動を行っている。

自身のライフワークとして、「日本料理を正しく世界に発信する」、「公利のために料理を作る」がある。

向笠 千恵子 氏（フードジャーナリスト、食文化研究家、エッセイスト、郷土料理伝承学校校長）

本物の味や郷土料理、和食の現場を知る第一人者。志をもった生産者、民俗、歴史、食育などから現代の食文化をとらえる。

農水省の「農山漁村の郷土料理百選」選定委員などを歴任し、食アメニティコンテスト審査会長、本場の本物審査専門委員。

郷土料理伝承学校校長。作り手と消費者の交流もコーディネートしている。

清 絢 氏（郷土料理研究家）

学生時代より日本各地を旅して出会った、郷土料理の歴史や温かみのある味わいに魅了され、研究家に。

行事食についての聞き取りを行い、その土地にまつわる食文化や暮らしをテーマに、取材執筆やレシピ開発などを手がける。

NHK きょうの料理ビギナーズなどの雑誌や新聞等で、郷土料理や地域の食文化を紹介している。

ゲスト審査員 グッチ 裕三 氏（タレント）

1995 年より、子ども向け番組「ハッチポッチステーション」（NHK 教育）へ出演。「きょうの料理」「あさいち」（NHK）など

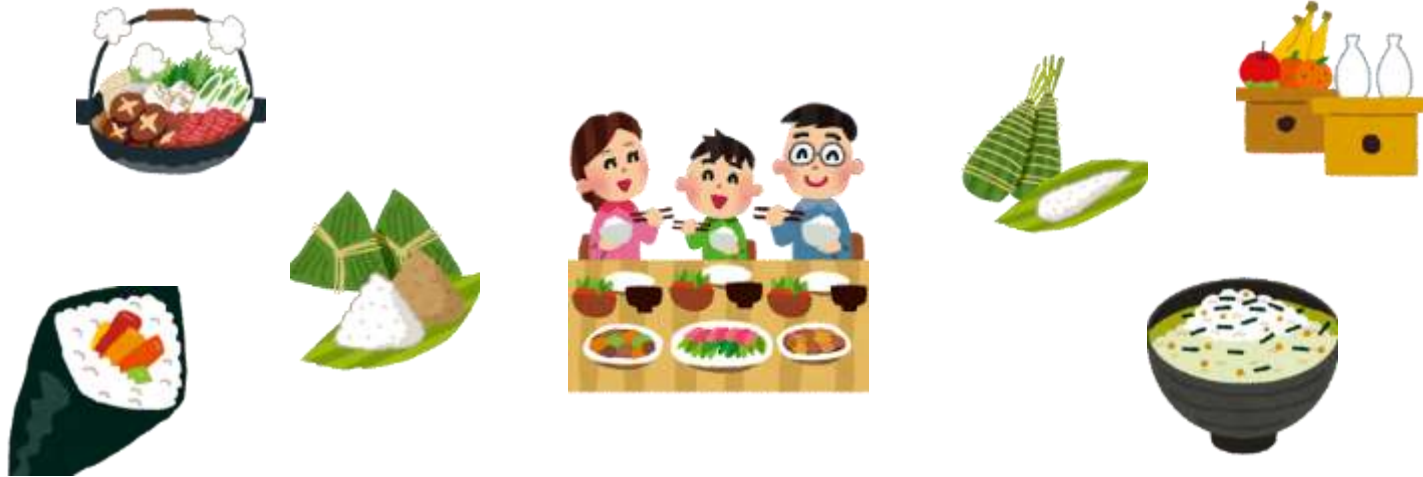
特に料理番組ではプロをも圧巻する自慢の腕をふるい、著書は500 万部超の人気を誇るなど「食」に造詣が深い。

子どもから大人まで、皆を楽しませる「本格エンターティナー」として活躍中。

日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

【北海道ブロック代表】

札幌市立円山小学校 5年生 赤祖父 ゆず香さん
発表する郷土料理「石狩鍋」



日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

あなたのふるさとや家の郷土料理を聞いてみよう！

おうちの人や、近所の人、学校の先生や給食の栄養士さんや、料理店の人、農家の人など・・・周りの人に郷土料理について聞いて、書いてみましょう。

だれ き
誰に聞きましたか？

りょうり なまえ
料理の名前

りょうり しよくざい きせつ ぎょうじ だれ た りょうり
どんな料理でしたか？（食材、季節、行事、誰と、どこで食べる料理なのかなど）

● 母	● 赤飯	● 小豆のかわりに甘納豆が入る。 お祝いの時・運動会・お盆などに食べる。
● 祖母 (調理師)	● イカめし	● イカの胴体にもち米を入れて、秘伝のタレで煮る。 スルメイカのおいしい夏～秋、遠足のお弁当にピッタリ
● おばさん	● いももち	● じゃがいもをゆで、片栗粉を混ぜ、もちにしてフライパンで焼く。 冷凍保存して、いつでもおやつに食べる。
● おじさん (調理師)	● ジンギスカン	● ラム肉を特製の鍋で焼いて、秘伝のタレで食べる。 冬以外は外や車で、たくさんの人と食べる。
● 母	● いくら丼	● 秋に生筋子を買って、家庭で正油漬けにする。 秋の旬に食べる。冷凍してお正月にも食べる。

日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

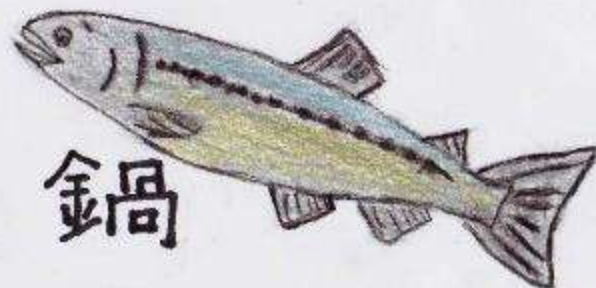
あなたが^{だいす}大好きで^{じまん}自慢したい郷土料理！

あなたが、^{だいす}大好きで^{じまん}自慢したい！と思う郷土料理はなんですか？その^{おも}理由も^{きょうどりようり}教えてください。



^{きょうどりようり} 郷土料理の名前 ^{なまえ}

● 石 狩 鍋



^{だいす} 大好きで^{じまん}自慢したい！と思う^{おも}理由

- 石狩鍋は、鮭を使っている鍋
- 鮭は捨てる部分がほとんどなく、石狩鍋も鮭の身・あらなど残すところなく使うeco
なところが自慢
- 北海道の昆布でダシをとり、広い大地で育ったジャガイモ・キャベツ・人参・大根
そして獲れたての鮭で作る地産地消の鍋
- 鮭は産まれた川のおいを覚えていて、3〜4年後、ふるさとに帰る
帰ってきた鮭で料理された石狩鍋は、郷土料理にヒッタリ

日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

きょうどりょうり しら
郷土料理を調べてみよう

きょうどりょうり ふか しら
郷土料理をもっと、深く調べてみましょう。

まえ か じまん きょうどりょうり
前のページで書いた「あなたが自慢したい郷土料理」。

りょうり おし ひと だれ なら
その料理を教えてくれた人は、誰から、いつ習ったのでしょうか？

● つく おも つく き
また、作るときに、どう思って作っているのでしょうか？聞いてみましょう。



・石狩鍋は母に習った。

・母は25歳位の時、自分のお母さんに一緒に作りながら教わった。

・母は「食材をムダにしないように」、「旬の時に鮭の栄養をもらうように」、「三姉妹が作り方を覚えてまた子どもに教えられるように」と思いながら作っている。

つく かた き しよくざい ちょうりてじゆん ちょうみりょう
作り方を聞いてみましょう。(食材、調理手順、調味料など)

- (材料)キャベツ、玉ねぎ、人参、しめじ、こんにゃく
鮭(あら)、とうふ、みそ、昆布、お酒
(作り方)1.鮭はぶつ切りにして、軽く塩をすり
10分おく。
2.野菜、とうふ、しめじは食べやすい
大きさに切る。こんにゃくは下ゆでして

短冊に切る。

3.鍋に水をはり、昆布を入れ煮たったら取り出す。

4.お酒を少し加え、野菜の火の通りにくいものから加えて煮込み、みそを溶いて少し煮る。

日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと＆わが家の郷土料理！-

にほんぜんこく ともだち きょうどりょうり しょうかい
日本全国のお友達にむけて、郷土料理を紹介しよう。

補足用シート

● 写真や絵、文字でもっと表現したいことがあれば、自由に書いてみましょう。

< アイヌと 鮭、そして 鮭と石狩鍋 >

北海道は昔... えぞ地と呼ばれていました。

えぞ地には、アイヌの人が住んでいました。



↑
アイヌ模様

神様のおくりもの... アイヌの人は鮭を「神様からのおくりもの」と考えていました。

鮭と石狩鍋...
(郷土料理)

鮭は3~4年後 ふるさとに帰ります。

ふるさとに帰った鮭で作る石狩鍋

石狩鍋は郷土料理にピッタリ！



日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

にほんぜんこく ともだち きょうどりょうり しょうかい
日本全国のお友達にむけて、郷土料理を紹介しよう。

補足用シート

● しゃしん 写真や絵、え 文字でもっと表現したいことがあれば、ひょうげん 自由に書いてみましょう。 **< 石狩の鮭漁 >**



鮭漁からもどり、水揚げする様子

新鮮で鮭がヒョチヒョチはねていました。(写真下)



石狩鍋は漁師が鍋に鮭のぶつ切りと

野菜を入れ 味噌仕立てで食べたのが

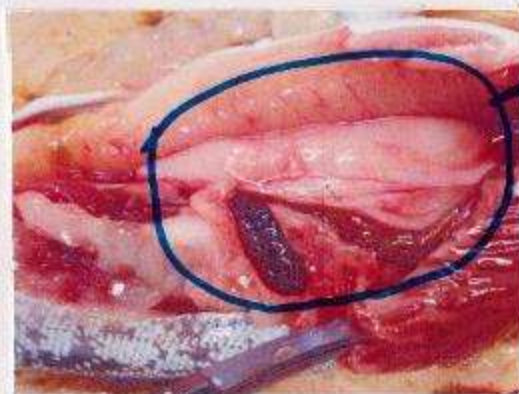
始まりです。

日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

にほんぜんこく ともだち きょうどりようり しょうかい
日本全国のお友達にむけて、郷土料理を紹介しよう。

補足用シート

- しゃしん え もじ ひょうげん 写真や絵、文字でもっと表現したいことがあれば、自由じゆう かに書いてみましょう。 <魚を調査>



精巣発見

おわび

お見苦しくてゴメンナサイ!

8月1日

ベニマスの解剖に参加

(農林水産省北海道事務所)

9月2日

朝市でメスの魚を1匹買って、解剖
した後、すべてを調理(石狩漁港)



日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

にほんぜんこく ともだち きょうどりょうり しょうかい
日本全国のお友達にむけて、郷土料理を紹介しよう。

補足用シート

しゃしん え もじ ひょうげん じゅう か
● 写真や絵、文字でもっと表現したいことがあれば、自由に書いてみましょう。 <秋 鮭に挑戦>



朝市で買った鮭を

お父さんに手伝ってもらい

三枚におろしました。



いくら作りに
初挑戦



鮭づくしのお料理
お母さんと作り
ました。

日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

にほんぜんこく ともだち きょうどりょうり しょうかい
日本全国のお友達にむけて、郷土料理を紹介しよう。

補足用シート

しゃしん え もじ ひょうげん じゆう か
● 写真や絵、文字でもっと表現したいことがあれば、自由に書いてみましょう。



インタビュー ➡ おばあちゃんと石狩鍋

生鮭はお湯をかけて臭みをとる

塩鮭は水で塩ぬきをする

プロの技

おばあちゃんに話を聞くととてもうれしそうに熱心に作り方やコツを教えてくださいました。

➡ お母さんと石狩鍋

- ・ムダをつくらない石狩鍋は地球にやさしい
- ・秋鮭と地元の野菜で作る石狩鍋は自給率アップにつながる
- ・鮭は生活習慣病の予防になる

など、一緒に石狩鍋を作りながら教えてくださいました

日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

にほんぜんこく ともだち きょうどりようり しょうかい
日本全国のお友達にむけて、郷土料理を紹介しよう。

補足用シート

● しゃしん え もじ ひょうげん 写真や絵、文字でもっと表現したいことがあれば、じゆう か 自由に書いてみましょう。〈小学校での取り組み〉



私の通う小学校は 11月15日(金)給食に
石狩鍋がでました。



♡小松田栄養教諭の話

わらい ✨ 北海道でとれる地場産物や郷土料理
を知り、おいしく味わう。

地場産物や郷土料理を大切に
していこうという気持ちを育てる。

♡担任島内先生の話

みんなおいしく頂き完食でした。

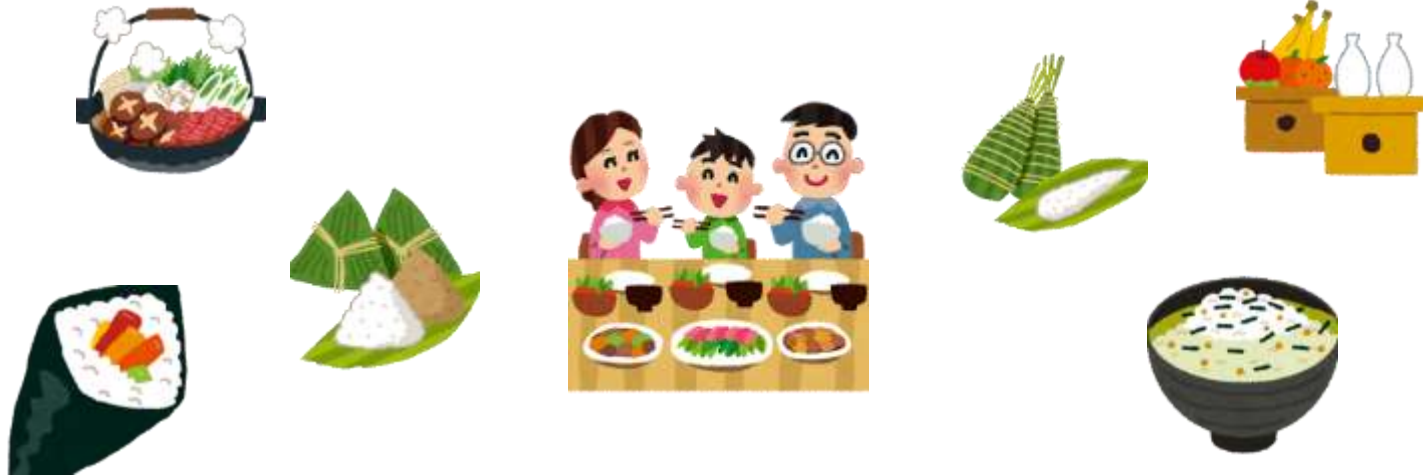


日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

【東北ブロック代表】

下郷町立江川小学校 5年生 星 美咲さん

発表する郷土料理「しんごろう」



日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

あなたのふるさとや家の郷土料理を聞いてみよう！

おうちの人や、近所の人、学校の先生や給食の栄養士さんや、料理店の人、農家の人など・・・周りの人に郷土料理について聞いて、書いてみましょう。

だれ き
誰に聞きましたか？

りょうり なまえ
料理の名前

りょうり しよくざい きせつ ぎょうじ だれ た りょうり
どんな料理でしたか？（食材、季節、行事、誰と、どこで食べる料理なのかなど）

● 父	●  しんごう	● お米をつぶして丸め、じゃうねん餅をつけて炭火でやく。四季を通じて食べられているが、新米の収穫の時期がおいしい。
● 祖母	●  小づゆ	● おいおいの時や正月に食べる。結こん式、長寿の祝、おまつりなど。
● 母	●  そば	● 昔から低わって、今では夏から秋に花がたくさん咲いた。め、夏から秋にかけてよく食べられている。地域ではよくそば打ち体験やそばまつりが開かれている。
● 父	●  あゆの塩やき	● しょは°さと甘みとかまざり、パリパリ感が口の中にのこり、お祭りなどに食べられる。
● 父	●  にしんの山姥かき	● 保存食としても作って食べられていて山姥の香り風味がヒョリッときいてい、西のつまみにもよくあうとされている。

地域の郷土料理については、昔からイ主んていた地元の人に聞くとたくさんのことが分かりました。

日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

あなたが^{だいす}大好きで^{じまん}自慢したい郷土料理！

あなたが^{だいす}、^{じまん}大好きで^{おも}自慢したい！と思う郷土料理^{きょうどりょうり}はなんですか？その理由^{りゆう}も教えてください。



^{きょうどりょうり} ^{なまえ}
郷土料理の名前

・「しんごろう」

^{だいす} ^{じまん} ^{おも} ^{りゆう}
大好きで自慢したい！と思う理由

●しんごろうは、とても香ばしくもちもちとしていておいしいです。現在では、新米ができた収かく祭の時に食べるのがいちばんおいしいとされています。秋が食べごろです。しんごろうは、下郷町や南会津町でしか食べられなく、たった1つのとてもすばらしい郷土料理だと思います。みそとなまじゅうねんは収かくがむずかしく、収かくの日は1〜3月しか最適の日がないと言われています。じゅうねんもさっぱりしています。食べると作ってくれた人たちの「自然は大切にじゅうねんも自然からの恵みの一つだ。しんごろうは世界一、おいしいんだよ。」という気持ちがうんと伝わってきます。私は、しんごろうは、どんな食べ物にもまけないすばらしい郷土料理だと思います。下郷町の麓見光の名所である「塔のへつり」「大内宿」や、物産館でも必ず販売されている料理です。

日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

きょうどりょうり しら
郷土料理を調べてみよう

きょうどりょうり ふか しら
郷土料理をもっと、深く調べてみましょう。

まえ か じまん きょうどりょうり
前のページで書いた「あなたが自慢したい郷土料理」。

りょうり おし ひと だれ なら
その料理を教えてください。誰から、いつ習ったのでしょうか？

● また、作るときに、どう思っ作っているのでしょうか？聞いてみましょう。

総合の時間にしんごろうを作っている「けいのお山」に見学に行きました。働かっている方に、作り方や工夫などを教えていただきました。しんごろうには、「自然の恵みのすばらしさと、しんごろうをたくさん食べてねばり強く、甘さと同じようにやさしく、元気になってほしい」という原真いがこめられているそうです。



つく かた き しよくざい ちょうりてじゆん ちょうみりょう
作り方を聞いてみましょう。(食材、調理手順、調味料など)

● 米… 5カップ

〈作り方〉

じゅうねん… 1カップ

①じゅうねんをフライパンで炒り、お鉢でよくする。

酒… 大さじ 1杯

②砂とう味噌、酒、みりんを入れ照りが出るまで煮る。

みりん… 小さじ 2

③米は少し固めに炊き、こぎで半つきにして丸め冷ます。

砂とう… 1カップ

④③にじゅうねん、みそをぬり炭火でこげ目がつくま

味噌… 70g

でやく。(約10~15分)



日本全国 こども 郷土料理 サミット

—発表 ふるさと&わが家の郷土料理！—

にほんぜんこく ともだち きょうどりようり しょうかい
日本全国のお友達にむけて、郷土料理を紹介しよう。

補足用シート

しやしん え もじ

ひょうげん

じゆう か

写真や絵、文字でもっと表現したいことがあれば、自由に書いてみましょう。

しんごろう
新刊

しんごううて

んこうはご飯をつぶし
て丸めそれにじゃうねを
子炭火でやいた物で
すもちもちする米と、ナ
ポリしたじゃうねんが
からみ合い、とてもお
いしい。

日本では、イ
ンド原産の
ゴマよりも古
くから利用さ
れてゐるよ。



じゃうねんて

じゅうねんは寒冷地で青
ち、栄養満点。ビタミンBビ
タミンと、オメガ成分なども
ふくんでいます。じゃうねん(デ
ミの化)は同ささ60〜100℃で自
色の花がなると緑色になる。



發行所
江川小五郎屋美咲

しんごろうの由来

昔のことです。じんごううとい
う者がおり正月だとい
うのちをつくことができま
せん。そこでご飯をつぶして丸
め、それにしょうねん汁を
つけて、母親に食べさせた
ところあまりにもおいしか
たそうで村の人に伝えられ
大評判にされたといふこと
です。そこでこの若者の名
前をとって「じんごう」を
名付けられました。
下郷町の方々に聞いてみた
ら、じんごうとは、とうけ
ようで毎日食べてもあきま
せん。

・こんなにおいしいしんごう
うは、約100年以上の歴史が
あります。

あとがき

あとがき

あつと世界の人に食へてもらう
以下郷町のまはうとよとしんご
ううのおいしさを知ってあらう
たいです。



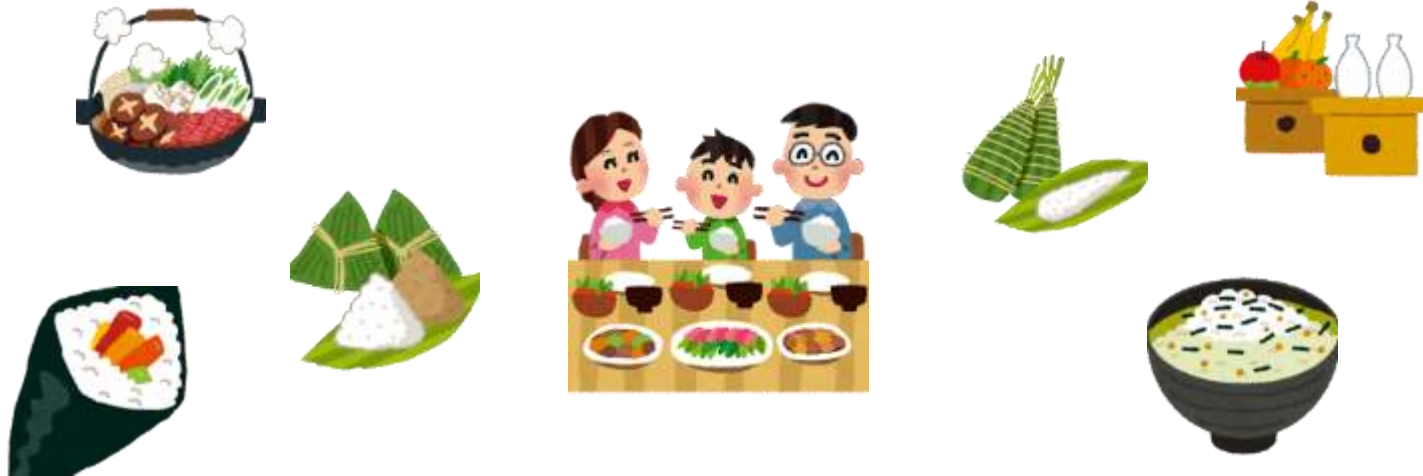
しんごうは味も
郷土愛も世界
ナンバー1

日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

【関東ブロック代表】

宇都宮市立横川東小学校 6年生 齋藤 健さん

発表する郷土料理「しもつかれ」



日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

あなたのふるさとや家の郷土料理を聞いてみよう！

おうちの人や、近所の人、学校の先生や給食の栄養士さんや、料理店の人、農家の人など・・・周りの人に郷土料理について聞いて、書いてみましょう。

だれ き
誰に聞きましたか？

りょうり なまえ
料理の名前

りょうり しよくざい きせつ ぎょうじ だれ た りょうり
どんな料理でしたか？(食材、季節、行事、誰と、どこで食べる料理のかなど)

- おうちの人 ● しもつかれ ● 初午の日に作り、赤飯と共に稲荷神社に供える行事食。鮭の頭と野菜の残り物を鬼おろしですりおろし、混ぜた料理。
- 近所の人 ● かんていようのみそ汁 ● 栃木県の特産物である「かんていよう」をみそ汁に入れて食する料理。やわらかくて食物繊維がとても豊富。
- おうちの人 ● 耳うどん ● 西角く切ったうどんの生地を耳の形に折って茹で、野菜や肉の入った料理。鬼おろしの縁起を担いだもので、正月に食する風習がある。
- おうちの人 ● すいとん ● 野菜を入れて味噌で煮込んだ栃木を代表する料理。米を切らしたときに作られたために、小麦粉を4切ったものが入れる。
- 近所の人 ● いとこ煮 ● 「いとこ煮」はかぼちゃなどの堅い根菜類と小豆を一緒に煮る。堅いものがずい(男)おい(男)に入れて煮るところから「いとこ煮」と名づけられた料理。

日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

あなたが^{だいす}大好きで^{じまん}自慢したい郷土料理！

あなたが、^{だいす}大好きで^{じまん}自慢したい！と思う^{おも}郷土料理はなんですか？その^{りゆう}理由も^{おし}教えてください。



^{きょうどりょうり} 郷土料理の ^{なまえ} 名前

・しもつかれ

^{だいす} 大好きで ^{じまん} 自慢したい！と思う ^{おも} 理由 ^{りゆう}

● しもつかれは、平安時代に下野国、今の栃木県に伝わったといわれています。

材料は、正月に残った鮭の頭、節分で余った福豆、冬の木根に人参、酒粕に油あげと手軽に作れる究極のエコ料理です。毎年2月の初午の日に作りますが、栄養満点なこの料理は、“鬼おろし”と呼ばれるケケできたすりおろし器でおろし、子供からお年寄りまで誰でも食べやすい、風邪知らずの料理です。栃木県の学校では給食にも出るので、これを食べてみんなとても元気です。また近所とのやり取りの風習が今もあるので、この料理のおかげで、近所同志がとても仲良しです。昔から“7軒のしもつかれを食べると病気にならない。”と言われており、この季節になると色々な味のしもつかれを食べることができ、栄養満点、究極エコ料理 “しもつかれ”は、僕が大好きな栃木県の自慢料理です。

日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

きょうどりょうり しら
郷土料理を調べてみよう

きょうどりょうり
郷土料理をもっと、深く調べてみましょう。

まえ か じまん きょうどりょうり
前のページで書いた「あなたが自慢したい郷土料理」。

りょうり おし ひと だれ なら
その料理を教えてください。誰から、いつ習ったのでしょうか？

● また、作るときに、どう思っ作っているのでしょうか？聞いてみましょう。

しもつかれは、母は祖母から教えてもらい小さい時から2月の初午の日と一緒に作っていたそうです。昔から“津軽食べ歩くと病気になるい。”と言われ、近所でもやり取りする風習が今も残っています。材料も正月の残りの鰯の頭、大根や人参、酒粕、節分の残りの福豆に油あげとまきにエコ料理。それらを“鬼おろし”というおろし器で粗くすりおろし煮込むだけなのでとても経済的で栄養満点の料理です。冬の寒い時にこれを食べて風邪を引かないようにという思いで毎年必ず作っています。また、しもつかれをやり取りすることで、近所との付き合いもうまくいき絆も深まります。このしもつかれは、毎年欠かすことのできない大切な郷土料理だと教えてくれました。

つく かた き しよくどい ちようりてじゆん ちようみりょう
作り方を聞いてみましょう。(食材、調理手順、調味料など)

<材料>10人分

- ・だいこん・・・2kg
- ・にんじん・・・300g
- ・いり大豆・・・80g
- ・油あげ・・・2枚
- ・塩鰯の頭・・・1匹
- ・酒粕・・・100g

<作り方>

- ① 鰯の頭をよく洗い、2cmくらいの角切りにして下ゆでをする。
 - ② 大きな鍋に①を入れ2、3時間煮る。(アクを取る。)
 - ③ だいこん、にんじんを鬼おろししておく。
 - ④ いり大豆は皮をむく。
 - ⑤ 油あげは軽く焼き、細切りにする。
 - ⑥ 酒粕は小さくちぎり、熱湯でやわらかくしておく。
 - ⑦ ②に③、④、⑤の材料を全部入れ、煮込む。
 - ⑧ やわらかくなったら⑥を入れ煮込む。
- 熱くても冷めてもおいしい
しもつかれのできあがり!!

日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

にほんぜんこく ともたち きょうどりょうり しょうかい
日本全国のお友達にむけて、郷土料理を紹介しよう。

補足用シート

しゃしん え もじ ひょうげん じゆう か
● 写真や絵、文字でもっと表現したいことがあれば、自由に書いてみましょう。

給食にしもつかれ



栃木県の学校では、初午の日に給食にしもつかれが出ます。温かい米飯と、冷いしもつかれの組み合わせは絶妙!!

しもつかれコンテスト

しもつかれは、おかずとして食べますが、熱いものを好む人や冷いものを好む人がいます。栃木県日光市では、毎年2月11日 全日本しもつかれコンテスト が開かれ、毎年金賞人が選ばれています。

エコ料理

絆

栄養満点

無病息災を祈る究極のエコ料理

お正月の残り物や、節分の残り物を調味料を使用せず、ゆっくりじっくり煮るので、子供からお年寄りまで食べられる 栄養満点な究極のエコ料理!! 初午の日にこれを食べれば、風邪知らず!!

スーパーでもしもつかれ



栃木県内のスーパーや道の駅では、しもつかれが販売されています。

しもつかれが世界を救う!!

しもつかれは正月・節分に余った食材を使う 究極のエコ料理 です。地球温暖化や異常気象による食糧危機が心配される今、しもつかれの活躍が期待されます。また、東日本大震災以降、地域の絆が求められ、近所で分け合うしもつかれの文化は、地域の絆を築く、食糧危機に立ち向かう 世界を救う郷土料理 です。

日本全国 ことゝも 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

にほんぜんこく ともだち きょうどりようり しょうかい
日本全国のお友達にむけて、郷土料理を紹介しよう。

補足用シート

- しゃしん え もじ ひょうげん じゆう か
● 写真や絵、文字でもっと表現したいことがあれば、自由に書いてみましょう。

しもつかれの語源とは...

しもつかれは平安時代に下野国、今の栃木県に伝わったと言われています。一般的には、しもつかれですが、“しみつかり”“すみつかれ”などの呼び名があります。地域によっては酢を入れるところもあります。

すよくてはならない “鬼おろし”

鬼おろしは別名ガリガリおろしとも言われ、しもつかれを作る時には、欠かせない道具です。一般的に使われている金属製の金おろしは、素材の繊維まですりしてしまうので水が出てしまうが、鬼おろしですと繊維が残り、水分も少量です。鬼おろしは、竹でできていて、歯の部分が鬼のようにがんじょうに並んでいます。



かなり大きな鍋に鬼おろしで、大根と人参をすりおろします。2月になると台所からガリガリという音が聞こえてきます。

石油ストーブにのせておくとエコですね。

一三〇〇年の歴史をもつ
栃木県自慢郷土料理しもつかれ



僕の家にある鬼おろし
すりおろす時はガリガリという音がします。

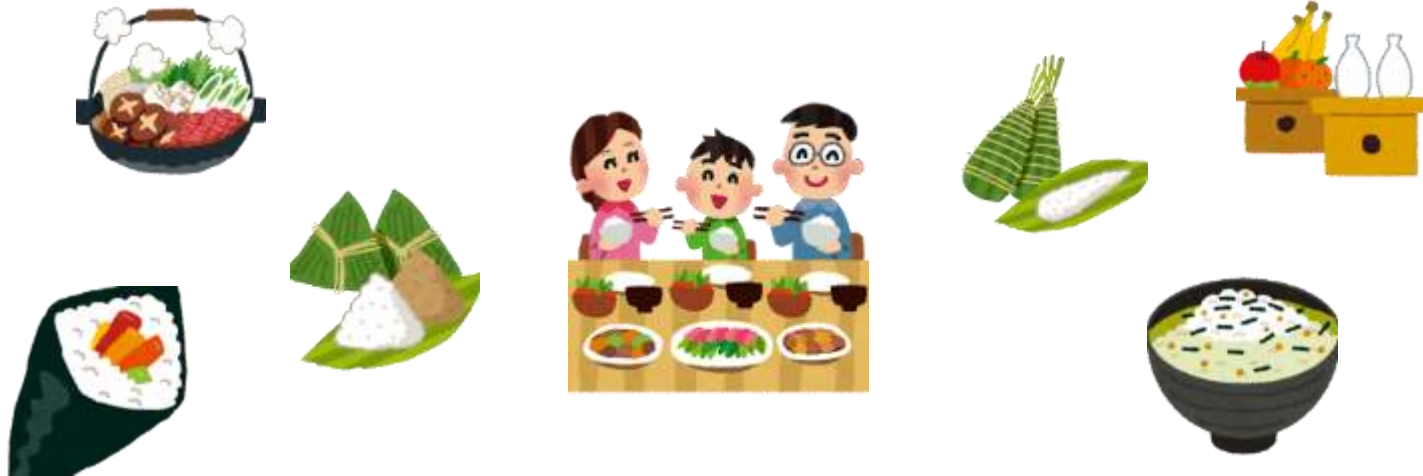


日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

【北陸ブロック代表】

魚津市立上中島小学校 6年生 石倉 美佳子さん

発表する郷土料理「焼きつけ」



日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

あなたのふるさとや家の郷土料理を聞いてみよう！

おうちの人や、近所の人、学校の先生や給食の栄養士さんや、料理店の人、農家の人など・・・周りの人に郷土料理について聞いて、書いてみましょう。

だれ き 誰に聞きましたか？
りょうり なまえ 料理の名前

りょうり どのような料理でしたか？(食材、季節、行事、誰と、どこで食べる料理なのかなど)

●祖母

●焼きつけ

●〈食材〉



ばあちゃん

● よもぎ、白玉粉、もち粉、ごま油、

● オリーブオイル、みそだれ

● 〈食べる季節〉 (みそ、さとう、しょうゆ)

● 春(よもぎが採れる時期)



日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

あなたが大好きで自慢したい郷土料理！

あなたが、大好きで自慢したい！と思う郷土料理はなんですか？その理由も教えてください。



きょうどりょうり なまえ
郷土料理の名前

●焼きつけ

大好きで自慢したい！と思う理由

- 私は山が好きです。その山で採れたよもぎで作ります。あまいみそだれをつけて食べます。焼きたては外がパリッとして中がもちのようにやわらかくてとてもおいしいです。いつも祖母が作ってくれます。山の風味がしておいしいです。

日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

きょうどりょうり しら
郷土料理を調べてみよう

きょうどりょうり ふか しら
郷土料理をもっと、深く調べてみましょう。

まえ か じまん きょうどりょうり
前のページで書いた「あなたが自慢したい郷土料理」。

りょうり おし ひと だれ なら
その料理を教えてくれた人は、誰から、いつ習ったのでしょうか？

● つく おも つく き
また、作るときに、どう思っ作っているのでしょうか？聞いてみましょう。

祖母は母に小学5、6年生のころに習ったそうです。
おいしくなるように心をこめて作っているそうです。

つく かた き しよくざい ちょうりてじゆん ちょうみりょう
作り方を聞いてみましょう。(食材、調理手順、調味料など)

- 1. よもぎをタンサンでゆで、ミキサーにかける
- 2. よもぎ、もち粉、白玉粉、さとうをよくこねる
- 3. うすく平らにのばして油をひいたフライパンで焼く
- 4. あまいみそたれをつけてふたをしてむらす
- 5. 食べやすい大きさに切る

日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

日本全国のお友達にむけて、郷土料理を紹介しよう。

補足用シート

写真や絵、文字でもっと表現したいことがあれば、自由に書いてみましょう。



トントン

大きな
すりばちを
使ってこねて
いるところ

「よもぎ」について
調べました

キク科の多年草で
別名「もちぐさ」と言います。
春に新芽をつんで使用
します。お灸に使ったり
薬には止血作用が
あります。若い芽を干して
煎じて飲むと腹痛、下痢、
貧血に良いそうです。



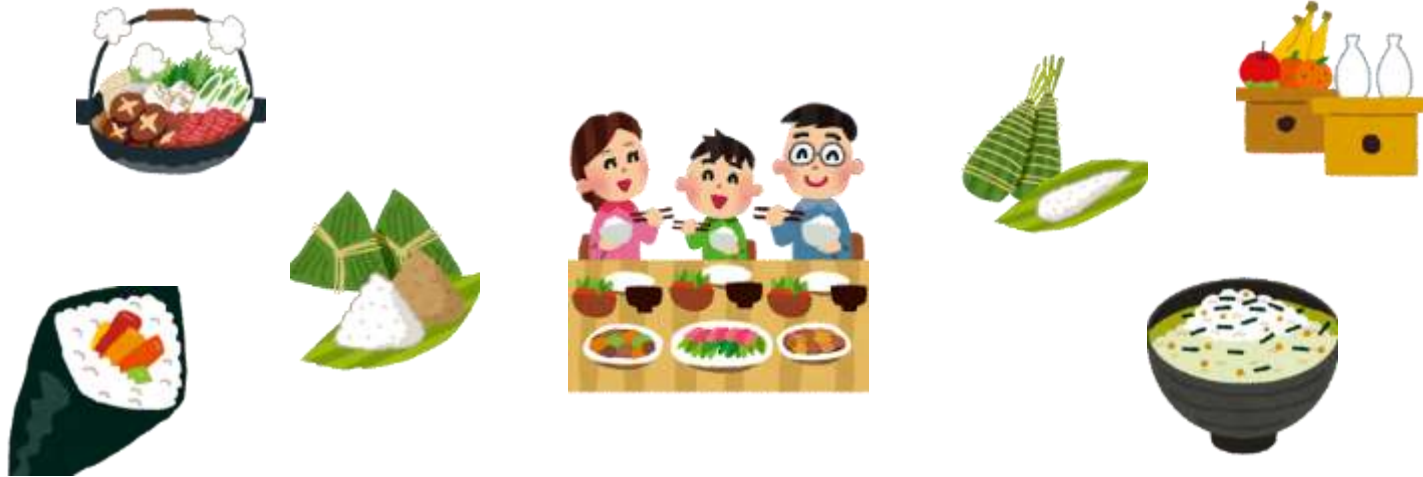
ジュージュ

あまい
みそだれを
ぬっている
ところ

日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

【東海ブロック代表】

大府市立石ヶ瀬小学校 5年生 中尾 清敏さん
発表する郷土料理「おこしもの」



日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと＆わが家の郷土料理！-

あなたのふるさとや家の郷土料理を聞いてみよう！

おうちの人や、近所の人、学校の先生や給食の栄養士さんや、料理店の人、農家の人など・・・周りの人に郷土料理について聞いて、書いてみましょう。

だれ き
誰に聞きましたか？

りょうり なまえ
料理の名前

りょうり しよくざい きせつ ぎょうじ だれ た りょうり
どんな料理でしたか？（食材、季節、行事、誰と、どこで食べる料理なのかなど）

- 料理店の人 ●きしめん ●平方のうどん、だしほろし、草日常食、名物。
つぶした米を木の串にぞうり型にして平たく練り付はナッ
- お店の職人 ●五平食餅 ●ツバ真のみそを付けて焼く。米が貴重な時の供え物。
三河一色が全国的に有名なうなぎの産地でこの地方
- 父 ●ひなぶし ●の独特な三種類の食べ方がある。きしめん、おひなにやて供す。
うどん、おでんなど三河名産入丁みそを使用したこの地
- 料理店の人 ●みそ煮込み ●方の郷土料理。名古屋めしとして有名。
僕の住む知多半島では雛祭りにお供えする。蒸し
- 祖母 ●おしもの ●たてに砂糖とおゆをつけてお餅のように食べる。

日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと＆わが家の郷土料理！-

あなたが^{だいす}大好きで^{じまん}自慢したい^{きょうどりょうり}郷土料理！

あなたが、^{だいす}大好きで^{じまん}自慢したい！^{おも}と思う^{きょうどりょうり}郷土料理はなんですか？その^{りゆう}理由も^{おし}教えてください。



^{きょうどりょうり} 郷土料理の名前

● おこしもの

^{だいす} 大好きで^{じまん}自慢したい！^{おも}と思う^{りゆう}理由

- 1. 自分も作ることができるから。前にあげた他の4つの郷土料理は自分で作るのは難しくお店や家の人の手が必要なものばかり。主に郷土祭りの準備の時にみんなでお供えする。小さい時は僕が通っていた保育園でも地域の方々が来て、一緒に作り方を教わる。みんなでおしゃべりしながら思いおもいの形に作ることもできることが楽しい。
- 2. おいしくて、おなかがいっぱいになるから。おこしものはやわらかいお食餅のようなもの。お好みで砂糖やしょうゆをつけて食べる。自分も作ることに参加できるので出来たてを味わうことができる。出来たては本当においしい。

日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと＆わが家の郷土料理！-

きょうどりょうり しら
郷土料理を調べてみよう

きょうどりょうり
郷土料理をもっと、深く調べてみましょう。

まえ
前のページで書いた「あなたが自慢したい郷土料理」。

りょうり おし ひと だれ なら
その料理を教えてくれた人は、誰から、いつ習ったのでしょうか？

● また、作るときに、どう思っ作っているのでしょうか？聞いてみましょう。

1. 先祖代々の伝承 祖母から蜀佳祭りの時、みんなで参加できる祭にするため子供たちの健康と成長を願ってお餅餅様にお供えする。子供お孫の誕生に合わせ作る。この地方ではその家代々受けがれている型がある。

2. 地域の方からの伝承 僕が通っていた保育園では行政としておしものの伝承を行っています。地域の方々が毎年、保育園に来て参者になったことを覚えている。僕もみんなに伝えていきたい。

つく かた き しよくざい ちょうりてじゅん ちょうみりょう
作り方を聞いてみましょう。(食材、調理手順、調味料など)

● 材料-米粉、熱湯、食紅、米粉に熱湯を注ぎ、熱いうちに耳たぶくらいの固さにこねる。生地を少量ずつ取り、好きな色生地を作る。木型に入れて成型し、蒸し器で蒸す。やわらかいうちに砂糖やしょうゆでいただき、固くなったら あぶっていただく。冷そう庫がない時代では木桶の水の中に入れて かびを防いでいたそう。

日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

にほんぜんこく ともだち きょうどりょうり しょうかい
日本全国のお友達にむけて、郷土料理を紹介しよう。

補足用シート

しゃしん え もじ ひょうげん じゆう か
● 写真や絵、文字でもっと表現したいことがあれば、自由に書いてみましょう。

1 おこしもの型
祖母の家に9種類
あります

2 生地作り
米粉に熱湯を主
いでよくこねま
す。手
では熱いので母に
おねがいます。

3 完成した生地
こねあがた生地、赤黄
緑白。

4 成型

ねんど遊びの
ようで楽しいです






日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

にほんぜんこく ともだち きょうどりょうり しょうかい
日本全国のお友達にむけて、郷土料理を紹介しよう。

補足用シート

しゃしん え もじ ひょうげん じゅう か
● 写真や絵、文字でもっと表現したいことがあれば、自由に書いてみましょう。



5型から抜く
型から出して、なら
べます。



6むす
むし器で10分むし
ます。



7完成
むし上がったらさまして
おきます。



8言式食
ぼくはほんのりあたたかい
のをさとうとしょうゆを付け
て食べるのがおすすめです。

日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

にほんぜんこく ともだち きょうどりようり しょうかい
日本全国のお友達にむけて、郷土料理を紹介しよう。

補足用シート

しゃしん え もじ ひょうげん じゆう か
● 写真や絵、文字でもっと表現したいことがあれば、自由に書いてみましょう。〈郷土料理の伝承にスビ〉



1. 地域のおばさんにおこしものを教わります。



2. 思いおちいの型と色を付けていきます。



3. 手ぎねよく準備していきます。



4. 保育園でもおこしの教室が毎年行われます。

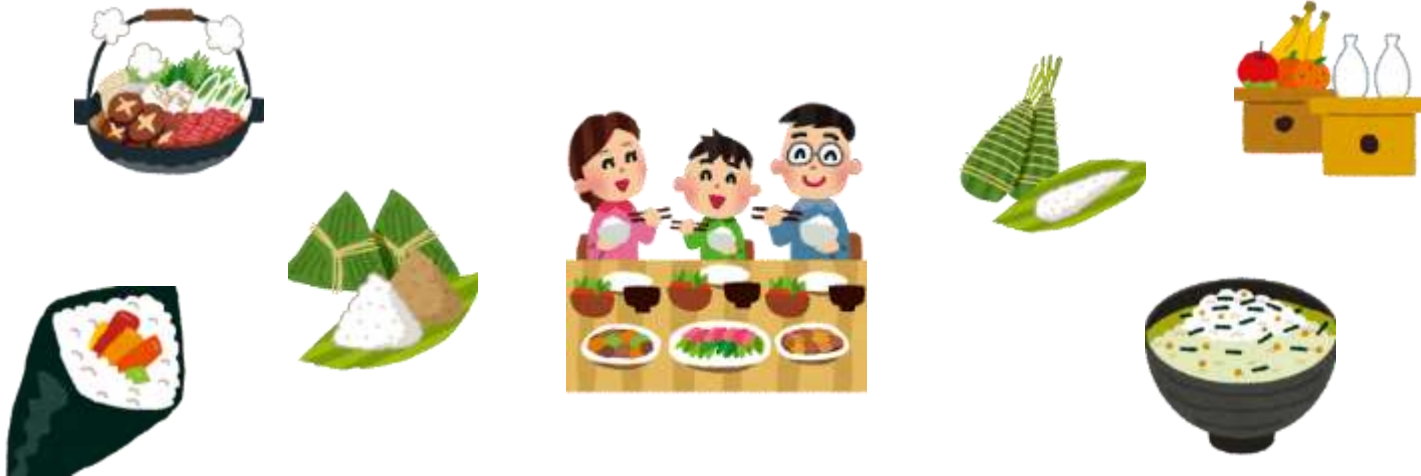
僕が初めておこしものを作ったのは3才ぐまのさいとのお姉さん、お兄さんに教わったが、みんなで作って食べたのが楽しかった。おぼくの自らの郷土料理のおこしものをみなさんにも作って食べてもらいたい。ほぐか、大きな子供ができて、おこしものをいっしょに作って食べさせたいと思います。

日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

【近畿ブロック代表】

姫路市立手柄小学校 6年生 山口 七実さん

発表する郷土料理「姫路おでん」



日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

あなたのふるさとや家の郷土料理を聞いてみよう！

おうちの人や、近所の人、学校の先生や給食の栄養士さんや、料理店の人、農家の人など・・・周りの人に郷土料理について聞いて、書いてみましょう。

だれ 誰に聞きましたか？

りょうり なまえ 料理の名前

りょうり どのような料理でしたか？(食材、季節、行事、誰と、どこで食べる料理なのかなど)

●おばあちゃん ●姫路おでん

●おばあちゃん ●いかなごのくぎに

●いばあちゃん ●魚のおすし

●おばあちゃん ●ばちじる

●お母さん ●ちゃんぽん焼き

「しょうがじょうゆ」をかけて食べるおでん。

瀬戸内海でとれた新子をしょうがと石砂糖としょうゆで煮つめてつくる。くぎの形。

●秋祭りの時に「コノシロ」という魚で作るお寿司。

●兵庫県の特産である「ばち」を使ったすまし汁。

●うどん、そば、豚肉、野菜をソースでいためた料理。

冬



春



秋



冬



一年中



姫路 おでん



いかなごのくぎに



魚のおすし



ばちじる



ちゃんぽん焼き

日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

あなたが大好きで自慢したい郷土料理！

あなたが、大好きで自慢したい！と思う郷土料理はなんですか？その理由も教えてください。



きょうどりょうり なまえ
郷土料理の名前

● 姫路おでん



おばあちゃんの畑の 大根

大好きで自慢したい！と思う理由

- おばあちゃんが作る姫路おでんは「ピカイチ」です。大根、じゃがいもはおばあちゃんが畑で作ったもの、私が大好きな 平てんやごぼ天やちくわは、姫路にあるかまぼこ工場で作られたものです。私が住む町で作られたものばかりです。「しょうがじょうゆ」は、しょうががピリッときいていておでんの具に味のパンチを加えます。3日間食べてもあきないくらいおいしいです。姫路では約100年前から食べ続けられていますが、今では姫路駅、姫路城周辺に60軒以上の姫路おでんのお店があるくらい人気です。

日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

きょうどりょうり しら
郷土料理を調べてみよう

きょうどりょうり ふか しら
郷土料理をもっと、深く調べてみましょう。



まえ
前のページで書いた「あなたが自慢したい郷土料理」。

りょうり おし ひと だれ なら
その料理を教えてください。誰から、いつ習ったのでしょうか？

● つく おも つく さ
また、作るときに、どう思っ作っているのでしょうか？聞いてみましょう。

姫路おでんは、おばあちゃんがよく作ってくれます。おばあちゃんは、ひいはあちゃんに、お母さんは おばあちゃんに習ったそうです。おばあちゃんは、お肉や魚や卵や野菜が入っているから栄養満点だと教えてくれました。「しょうがはのどにいいし、かぜ予防になるよ。」といつもたっぷりかけてくれます。

つく かた き
作り方を聞いてみましょう。(食材、調理手順、調味料など)

おばあちゃん 自まんの

こだわり！ 「しょうがじょうゆ」

その1 (大人むき)

その2 (子供むき)

おろし
しょうが + ゆず

しょうがじょうゆ
+
ソース



日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

日本全国のお友達にむけて、郷土料理を紹介しよう。

補足用シート



写真や絵、文字でもっと表現したいことがあれば、自由に書いてみましょう。

姫路おでんの具 私のランキング

1位 こんにゃく



2位 あっあげ



3位 牛すじ肉



4位 ちくわ



5位 大根



すじ肉には、



「やわらかいのん」牛すじ肉



「かたいのん」ポイル牛アキス
が、あります！



姫路おでんのイメージキャラクター
「しょうちゃん」

ほかにもこんな具があります。



卵



じゃがいも



ごぼう天



もち入り巾着

お弁当に入れる時は卵がおすすめです。
なぜなら、冷めてもおいしいからです。



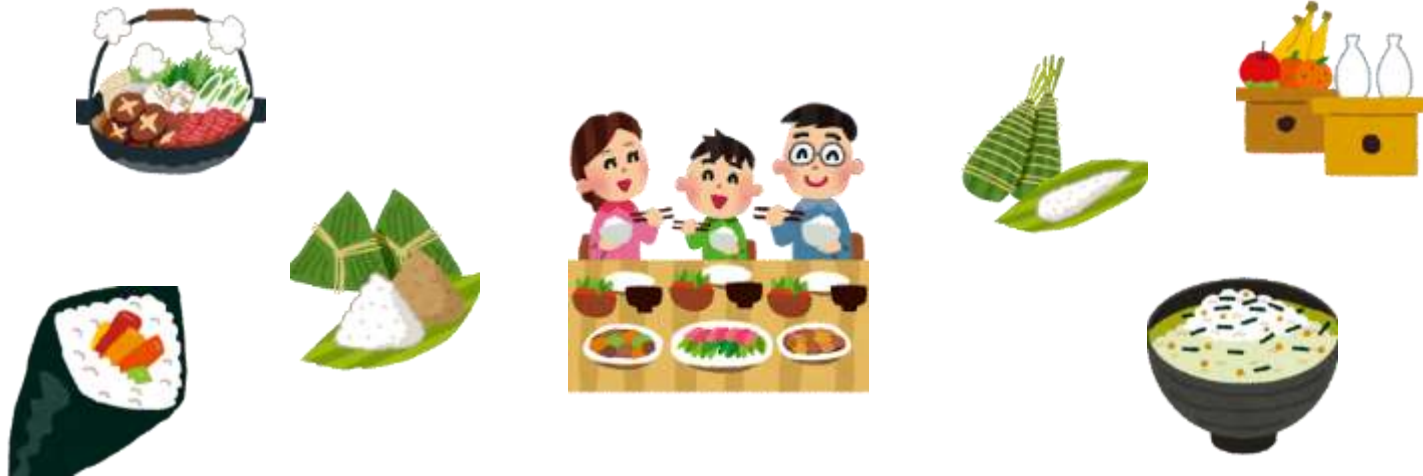
9月20日 うちの姫路おでん

日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

【中国四国ブロック代表】

高松市立川添小学校 6年生 高木 楓夏さん

発表する郷土料理「あんもち雑煮」



日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

あなたのふるさとや家の郷土料理を聞いてみよう！

おうちの人や、近所の人、学校の先生や給食の栄養士さんや、料理店の人、農家の人など・・・周りの人に郷土料理について聞いて、書いてみましょう。

だれ き
誰に聞きましたか？

りょうり なまえ
料理の名前

りょうり しよくざい きせつ ぎょうじ だれ た りょうり
どんな料理でしたか？(食材、季節、行事、誰と、どこで食べる料理なのかなど)

- お母さん ●ばら寿司 ●お祝い事の時によく食べます。
- おばあちゃん ●まんばのけんちゃん ●「まんば」という葉を豆腐等と一緒に煮込んだ料理です。
- おじいちゃん ●しっぽくうどん ●野菜を煮込み、ゆでたうどんにかけて食べます。
- 料理店の人 ●押し抜き寿司 ●木杵を使い、お寿司を型抜きして作ります。
- 親せきの人 ●ふしめん ●そうめんを作る時にできるふしを使っ たお吸い物です。

日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

あなたが^{だいす}大好きで^{じまん}自慢したい郷土料理！

あなたが、^{だいす}大好きで^{じまん}自慢したい！と思う^{おも}郷土料理^{きょうどりょうり}はなんですか？その理由^{りゆう}も教えてください。



^{きょうどりょうり} 郷土料理 ^{なまえ} の名前

● あんもち雑煮

^{だいす} 大好きで^{じまん} 自慢したい！と思う理由^{りゆう}

- 私は香川で生まれ育っているので、お正月に「あんもちの入ったお雑煮を食べる」という事が当たり前だと思っていました。けどお正月に家族でテレビを観ていたら「珍しいお雑煮の特集」で香川のあんもち雑煮が取り上げられていました。その時初めて、あんもち雑煮が食べられているのは香川だけだと知り、びっくりすると同時に、「こんな美味しいお雑煮を全国の人に食べて欲しい」と思ったのです。

日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

きょうどりょうり しら
郷土料理を調べてみよう

きょうどりょうり ふか しら
郷土料理をもっと、深く調べてみましょう。

まえ のページで書いた「あなたが自慢したい郷土料理」。

その料理を教えてください。誰から、いつ習ったのでしょうか？

- また、作るときに、どう思って作っているのでしょうか？聞いてみましょう。

お母さんが高校生の時、おばあちゃんから作り方を教わったそうです。お雑煮に入れる具は家族円満の願いを込めて全て「輪切り」にするそうです。

つく かた き しよくざい ちようりてじゆん ちようみりよう
作り方を聞いてみましょう。(食材、調理手順、調味料など)

- 材料
◦伊吹いりこ
◦大根
◦金時にんじん
◦里いも
◦あんもち
◦白みそ など



日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

にほんぜんこく ともだち きょうどりようり しょうかい
日本全国のお友達にむけて、郷土料理を紹介しよう。

補足用シート

しゃしん え もじ ひょうげん じゆう か
● 写真や絵、文字でもっと表現したいことがあれば、自由に書いてみましょう。

作り方

材料を輪切りにします お母さんからアドバイス あんもち雑煮最高!



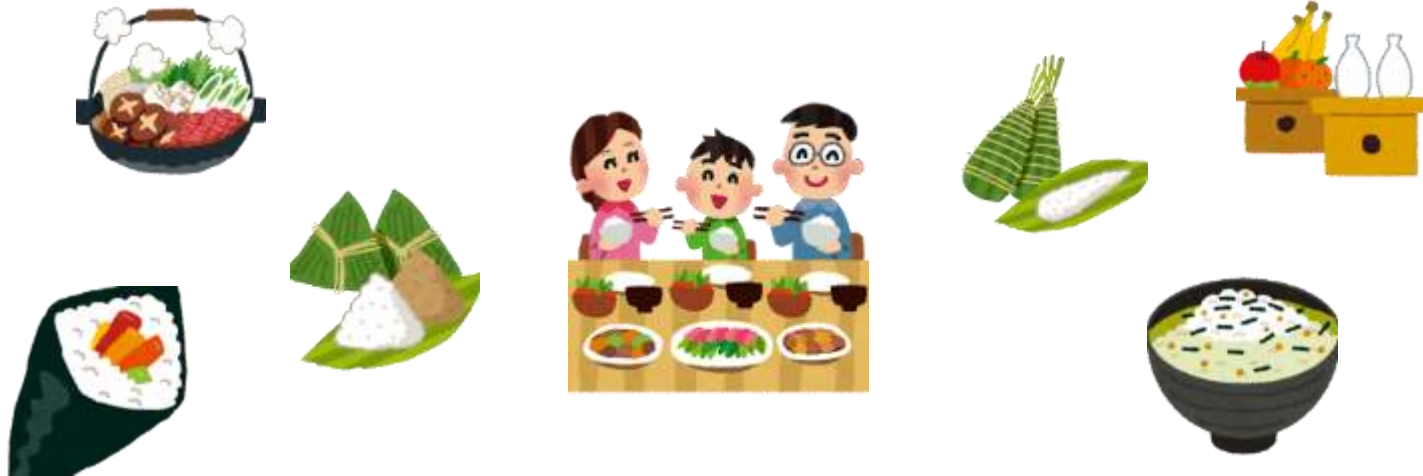
うどん県香川を代表して、うどんも紹介
したいと思います。
おすすめの食べ方は「釜玉うどん」です。
熱々の釜あげうどんに生卵をからめ、
ぶっかけのだしをかけて食べます。

日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

【九州ブロック代表】

大分市立金池小学校 4年生 井上 紘志さん

発表する郷土料理「だんご汁」



日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

あなたのふるさとや家の郷土料理を聞いてみよう！

おうちの人や、近所の人、学校の先生や給食の栄養士さんや、料理店の人、農家の人など・・・周りの人に郷土料理について聞いて、書いてみましょう。

だれ き
誰に聞きましたか？

りょうり なまえ
料理の名前

りょうり しよくざい きせつ ぎょうじ だれ た りょうり
どんな料理でしたか？(食材、季節、行事、誰と、どこで食べる料理なのかなど)

- | | | |
|----------|-------|--|
| ●ばあば | ●貝ずし | ●はあばの家の近くで取ってきたアサリのちらしずし。味見は、お家で一番えらいじいじがする。 |
| ●お父さん | ●オランダ | ●なすとゴヤのみそ炒めで、小麦粉でとろみをつける。ミッフィーのオランダとは関係なさそう。 |
| ●郷土料理店の人 | ●だんご汁 | ●一番人気の郷土料理。ふつうの日でも食べるけど、県外のお客さんをもてなす時に便利。 |
| ●漁師さん | ●あつめし | ●ブリのしょう油づけのどんぶり。ほかに、アジマゴ、タイを使って、リゅうきゅう、ひゅうがうれしのとも呼ばれる。 |
| ●姫島村役場の人 | ●たいめん | ●タイをいた汁でゆでたうどんの上に、タイがまるごとのもっている結婚式の「ごたいめん」の時に食べる。 |

日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと＆わが家の郷土料理！-

あなたが^{だいす}大好きで^{じまん}自慢したい^{きょうどりょうり}郷土料理！

あなたが、^{だいす}大好きで^{じまん}自慢したい！と思う^{おも}郷土料理は^{きょうどりょうり}なんですか？その^{りゆう}理由も^{おし}教えてください。



^{きょうどりょうり} 郷土料理の ^{なまえ} 名前

●だんご汁

^{だいす} 大好きで^{じまん} 自慢したい！と思う^{りゆう} 理由

- 大分県民ならだれでも知っているから。
- だんごをコネコネするのはずの楽しい。しかもおいしい。
- 調べてみると、世いぎによってだんごの形や具がちがうのがおもしろい。
- いりこ やしいたけなど、大分の海や山の幸をたっぷり使っているから。
- 大分県が発しょうらしい「ゆずごしょう」がよくあうから。
- ほくは、うどんやパスタなどの小麦米粉料理が大女子だから！

日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

きょうどりょうり しら
郷土料理を調べてみよう

きょうどりょうり ふか しら
郷土料理をもっと、深く調べてみましょう。

まえ かの ページで書いた「あなたが自慢したい郷土料理」。

りょうり おし ひと だれ なら
その料理を教えてくれた人は、誰から、いつ習ったのでしょうか？

● また、作るときに、どう思って作っているのでしょうか？聞いてみましょう。

● お母さんとお父さんは、子供のころに、ひいばあちゃんといっしょに、だんご作りをしたそうです。

● 季節の野菜がたっぷり入っているので、栄養満点です。また、手でだんごをこねたりのはずす時、「おいしくなあれ、たくさん食べてね」と思って作ってくれるそうです。

つく かた き しよくざい ちょうりてじゆん ちょうみりょう
作り方を聞いてみましょう。(食材、調理手順、調味料など)

● 食材

ぶた肉 ・小麦粉
ごぼう、さといも、かぼちゃ
など季節の野菜
・ほししいたけ、いりこ、みそ

● 作り方

- ①小麦粉をこねて親指ぐらいにちぎって40分ねか
- ②ごぼうをよく火炒めた後ぶた肉を炒める。せる。
- ③いりことほししいたけのだしと、野菜を入れる。
- ④みそを入れた後長くのはしただんごを入れる。

だんご



日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

日本全国のお友達にむけて、郷土料理を紹介しよう。

補足用シート

写真や絵、文字でもっと表現したいことがあれば、自由に書いてみましょう。

麦を使った食べ物

〇どうして作られるようになったの？

・暖かい大分県では、お米を作った後に麦も作ることができるので、麦の文化が発展しています。だんご汁のほかにも麦を使った食べ物がたくさんあります。

・昔は肉が入ってなくて、具は野菜だけだったそうです。ぼくはふた肉入りが好きです。

現代に生まれて良かった😊



石垣もち
(ふかしたまんじゅう)



じりやき



麦みそ



お父さんが好きな
麦しょうちゃん

日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

【応募用紙B】

日本全国のお友達にむけて、郷土料理を紹介しよう。

補足用シート

写真や絵、文字でもっと表現したいことがあれば、自由に書いてみましょう。

〇いつから食べてるの？

・だんご汁は、「ほうちょう汁」とも呼ばれます。これは戦国時代の武将の大友宗利が名付けたとも言われているので、そのころにはすでに食べられていました。

だんご汁が
食べたい



〇デザートもできちゃう!!

・のばしただんごに、さとうきなこをまぶすと、「やせうま」というおやつになります。平安時代からあったそうです。



やせうま

日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

【応募用紙B】

日本全国のお友達にむけて、郷土料理を紹介しよう。

補足用シート

写真や絵、文字でもっと表現したいことがあれば、自由に書いてみましょう。

○大分県内でもいろいろちがう！

・県内の市町村役場にだんごの形や食材を聞いてみると、地いきごとにちがいがありました。

※お米がたくさんとれる玖珠町では米粉を使う浮きだんご汁を作ります。赤ちゃんをうんだお母さんが食べます。



いろいろ
食べたいな

県内のちがい



日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

にほんぜんこく ともだち きょうどりょうり しょうかい
日本全国のお友達にむけて、郷土料理を紹介しよう。

補足用シート

しゃしん え ちじ ひょうげん じゆう か
● 写真や絵、文字でもっと表現したいことがあれば、自由に書いてみましょう。

〇伝えていく方法

・友達を呼んで、みんなでだんごを
コネコネして、ビョーンと飛ばす
「だんごシナパーティー」を開くと楽しい。

・大人になって県外に出た時に新しい
友達とパーティーをして教えあける。



楽しい!!

みんなも

作ってみてね!!

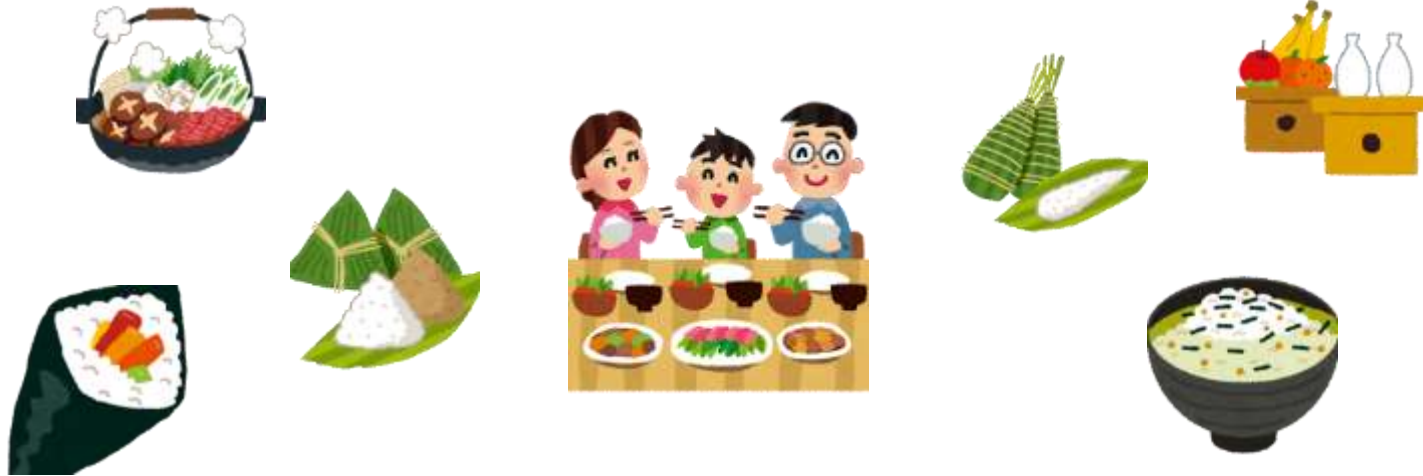
おいしい!!



日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

【沖縄ブロック代表】

八重瀬町立具志頭小学校 5年生 仲間 英さん
発表する郷土料理「沖縄そば」



日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

あなたのふるさとや家の郷土料理を聞いてみよう！

おうちの人や、近所の人、学校の先生や給食の栄養士さんや、料理店の人、農家の人など・・・周りの人に郷土料理について聞いて、書いてみましょう。

だれ き
誰に聞きましたか？

りょうり なまえ
料理の名前

りょうり しよくざい きせつ ぎょうじ だれ た りょうり
どんな料理でしたか？(食材、季節、行事、誰と、どこで食べる料理なのかなど)

- お父さん ● ふチャンブルー ● 卵が貴重な戦後、卵の増量とし卵と糸ロズで野菜炒め
- お母さん ● ナーベラー ● へちま(ナーベラー)のみ煮！夏バテ防止に！
- 給食のおはさん ● モスク天ぷら ● 天ぷら生地にモスク・コーン等をスル揚げ
- 給食のおはさん ● サーター ● さとう天ぷらとも言う。お祝い事にも使われる。
- おはさん ● ハ重山そば ● ハ重山ではヒパーンと言う島コショウをかける。



日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

あなたが大好きで自慢したい郷土料理！

あなたが、大好きで自慢したい！と思う郷土料理はなんですか？その理由も教えてください。



きょうどりょうり なまえ
郷土料理の名前

★沖縄そば★

(八重山諸島石垣では八重山そば
他に宮古そば、首里そば、山原そばもある。)

だいすき じまん おも りゆう
大好きで自慢したい！と思う理由

- ① 色々な具材、味やスープの種類など色々あるから面白いです!!
- ② 自分好みのトッピング・スープの味が決まります。
- ③ 家庭でも市貝反のダシに麺をスルルはできて大人も子どもも県民みんな大好きな料理♡
- ④ 沖縄県内各地域によってその地域のオリジナルの味がある。こんないい所がいっぱいの沖縄そばをみんなに伝えたいと思います。

日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

きょうどりょうり しら
郷土料理を調べてみよう

きょうどりょうり ふか しら
郷土料理をもっと、深く調べてみましょう。

まえ か じまん きょうどりょうり
前のページで書いた「あなたが自慢したい郷土料理」。

りょうり おし ひと だれ なら
その料理を教えてくれた人は、誰から、いつ習ったのでしょうか？

つく おも つく き
また、作るときに、どう思って作ってくれているのでしょうか？聞いてみましょう。

保育園の給食のおばさんに教えてもらいました。

心を込めながら、ひとつひとつていねいに作る。

ダシから取るとつかれるし、時間もかかる。その分 愛情を
込めて作ると孝女えてくれました。



つく かた き

作り方を聞いてみましょう。(食材、調理手順、調味料など)

しよくざい ちょうりてじゆん

ちょうみりょう

——作り方——



——材料——



- ★ダシ★ガッお節★ダシ骨★
- 調味料★さとう・しょうゆ・みりん★
- 具材★豚肉・かまぼこ・ねぎ
- (トッピング) 麦面

★なべに水をスルガッお節→ダシ骨
の川鍋番で2回ダシを取、調味料
で味付けをする。

★具材の豚肉でだしを取りそのまま
調味料で味付けをする。

★めんをゆて、具材をトッる。

★盛りつけて完成!!

日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

にほんぜんこく ともだち きょうどりようり しょうかい
日本全国のお友達にむけて、郷土料理を紹介しよう。

補足用シート

しやしん え もじ ひょうげん じゆう か
写真や絵、文字でもっと表現したいことがあれば、自由に書いてみましょう。

●実習に作ってみました。



なべに水を入れ、二回目も同じ
がっお節でダシ ようにとる。
をとる。



じゅうり とダシ
をとる。



別のなべへ
うつす。



豚肉(味つき)
でダシをとる。



出て来たあく
をとる。



具材を切る



麦面をゆでて
水をきる。

日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

日本全国のお友達にむけて、郷土料理を紹介しよう。

補足用シート

写真や絵、文字でもっと表現したいことがあれば、自由に書いてみましょう。

ぼくの予想!!
中国からのラーメン文化が
変化したのかも?

中国 南 細 北 太

山原そば
麦面は平く
ちぢれている。

なはそば
麦面は太く
ちぢれている。

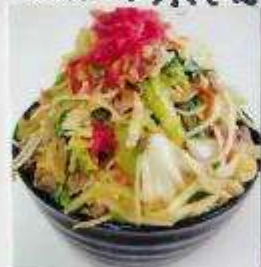
宮古そば
麦面は少し太く
ちぢれている。

八重山そば
麦面は細くストレート

肉野菜そば・ゆし豆腐そば








日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

審査結果

総合グランプリ（1名）	北海道ブロック 選抜者	北海道、札幌市立 円山小学校5年生、赤祖父 ゆず香さん 発表した郷土料理「石狩鍋」
調査力賞（1名）	北海道ブロック 選抜者	北海道、札幌市立 円山小学校5年生、赤祖父 ゆず香さん 発表した郷土料理「石狩鍋」
構成力賞（1名）	九州ブロック 選抜者	大分県、大分市立 金池小学校4年生、井上 紘志さん 発表した郷土料理「だんご汁」
表現力賞（1名）	東海ブロック 選抜者	愛知県、大府市立 石ヶ瀬小学校5年生、中尾 清敏さん 発表した郷土料理「おこしもの」
郷土愛賞（1名）	沖縄ブロック 選抜者	沖縄県、八重瀬町立 具志頭小学校5年生、仲間 英さん 発表した郷土料理「沖縄そば」
審査員賞（1名）	東北ブロック 選抜者	福島県、下郷町立 江川小学校5年生、星 美咲さん 発表した郷土料理「しんごろう」
郷土料理応援賞（4名）	関東ブロック 選抜者	栃木県、宇都宮市立 横川東小学校6年生、齋藤 健さん 発表した郷土料理「しもつかれ」
	北陸ブロック 選抜者	富山県、魚津市立 上中島小学校6年生、石倉 美佳子さん 発表した郷土料理「焼きつけ」
	近畿ブロック 選抜者	兵庫県、姫路市立 手柄小学校6年生、山口 七実さん 発表した郷土料理「姫路おでん」
	中国四国ブロック 選抜者	香川県、高松市立 川添小学校6年生、高木 楓夏さん 発表した郷土料理「あんもち雑煮」

各賞について

調査力賞

家族や地域・学校など周囲の声や情報に耳を傾け、自分の郷土料理について聴き取り・リサーチする力

審査基準：調査力点により授与

構成力賞

自ら調べた郷土料理に関する情報についてまとめ、発表するための資料を分かりやすく構成する力

審査基準：構成力点により授与

表現力賞

自らまとめた郷土料理について、絵、写真、自身の言葉で壇上で気持ちをこめて生き活きと表現する力

審査基準：表現力点により授与

郷土愛賞

自らの郷土とその食文化に誇りをもった発表で、全国のみんなの心を動かす、郷土愛の強さ

審査基準：郷土愛点により授与

審査員賞

会場の人に、自分の郷土の料理、文化について強くあざやかな印象を残して紹介をする力

審査基準：印象点により授与

総合グランプリ

調査力、構成力、表現力、郷土愛、印象点、総合プレゼンテーション力の合計点から総合的にもっとも評価された作品

審査基準：調査力、構成力、表現力、郷土愛、印象点、総合プレゼンテーション力、すべての合計得点により授与

日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

審査員長 熊倉 功夫より総評（サミット会場でのコメントより）

北は北海道から南は沖縄まで、各地域9ブロックの発表者の中から選びに選ばれた9人の発表。

本当に素晴らしい発表でして、我々は感動いたしました。

9人の若者たちの発表を聞いておりましたら、なかなか日本の和食は捨てたものじゃない、これからますます期待出来る。そう感じました。

どの発表も甲乙たりがたしというところでした。優劣はございません。

一つ一つが大変印象的な、そして聞いているうちに食べてみたくなるような、そういう発表であったと思います。

日本全国に伝わっております郷土料理。県別の食べ物の「聞き書」という本が出ていますけれども、その県別の聞き書47冊を集めてみますと、全国で15,000の郷土料理がある。もちろん、重複もありますけれども、この郷土料理が実は日本人を支えている。日本の食文化を支えている本当の力であります。

それをこれからも大いに継承し、将来に向け、また日本人が食べるということだけではなくて、世界の皆さんにこれを食べていただくというようなことを考えていきたいと思っています。

11月24日、和食の日ということで我々は考えております。いい日本食の日でございます。

このいい日本食の日、和食の日というものをきっかけに、皆さんとともに、これから和食文化というものをさらに発展させて、そして未来の日本につなげていきたいと思っています。

日本全国 こども 郷土料理 サミット -発表 ふるさと&わが家の郷土料理！-

運営事務局より

「日本全国こども郷土料理サミット」の応募者、当日の発表者、それぞれの家庭や地域に先祖代々伝わってきた、個性あふれる郷土料理。

これからも、日本の財産「郷土料理」を少しでも多くの方に再認識いただき、「和食」文化の魅力について、日本各地で継続的に、意識的に考え続けていただければと運営事務局一同思っております。

参加者の皆様、そのご家族、及び関係者の皆様にあらためて感謝申し上げます。

