

和菓子の文化を学び 継承していくために

和菓子の 文化について



NPO 法人 和菓子教育をすすめる会 代表 松井みどり (まつい・みどり)
理事 島田よし子 (しまだ・よしこ)

6月16日は「和菓子の日」です。848年、奈良時代のこの日、仁明天皇(810~850年)が、16方位にそれぞれ菓子やもちなど供え、疫病を除き健康招福を願って「嘉祥」と改元したことから、この日に和菓子を食べる習慣が江戸時代まで続きました。和菓子は季節感を大事にし、年中行事や人生の節目、家族や地域のきずなに深く関わる食べ物です。元養護教諭で、現在は和菓子文化を学ぶ教育講座を都内の小中学校で行っている、NPO法人和菓子教育をすすめる会代表の松井みどり先生、また理事で元学校栄養士の島田よし子先生にお話を伺いました。(取材 2021年1月~3月)

「ベジタブル・スイーツ」

——松井先生は、2015(平成27)年まで東京都で中学校の養護教諭をされていたということですが、和菓子に関心をもたれたのは、どういったことがきっかけだったのですか？

松井先生(以下、松井) 採用2年目、旅の経験からでした。フランスのパリ市内を散策していると、オペラ座近くで出店したばかりの羊羹で有名な日本の和菓子店を見つけ、懐かしさのあまり入店。お店の方が、「カトリーヌ・ドヌーヴ(世界的に有名なフランスの女優。代表作に『シェルブールの雨傘』など)は、おまんじゅうを4つ、5つ食べられるんですよ。『ベジタブル・スイーツ』なんて言って、とても気に入ってるみたいですよ」と、自

慢気に話してくれました。和菓子の評価を外国では、「野菜のおやつ」としてとらえることに共感、うれしく思いました。

その20年後に、南米のペルーに旅行しました。日系出身のフジモリ大統領が在職の頃でした。首都のリマで、「日本人会館」という立派なビルを発見。入館すると、バザーの最中でした。日系の方たちのブースでは、おまんじゅうを売っていたのですが、一つ買って食べたら、これがとてもおいしかったのです。もうびっくりするぐらいの絶妙な甘さのあんこ。スタッフの顔つきも似ていることもあって、つい「こんな小豆のあんこ、どうやって作るんですか。ペルーでできるんですか？」と矢継ぎ早に質問を浴びせてしまいました。スタッフのご婦人は、その勢いに怖がって逃げていってしまって(笑)。「おいしい」「おまんじゅう」という日本語も通じませんでした。そのとき、言葉は通じなくても、和菓子や小豆などの味は受け継がれていく…、言語より食べることの力の方が強いのだなあと感じたことは、今でも鮮明に覚えています。地球の裏側へ移住、大変なご苦労の中、素晴らしいおまんじゅうを伝えてくれた日系移民のみなさんに感動し、感謝したいと思いました。そんな経験もあって、「和菓子、和の食育は素晴らしい」と思い始めました。

——そして和菓子の世界にひかれていった…。

松井 はい。ちょうどその頃知り合った友人に、

「そんなに和菓子のことを知りたいのなら、いっそ製菓学校に通ってみたら」と誘われました。そして夜学に通ったわけです。ただ、そのときは別にそれで何かしようということもなく、趣味の延長のようなものでした。

中学校でのスイーツ・クラブと校内での食育研究

——子どもたちに和菓子を伝えていく活動はどのように始まったのですか？

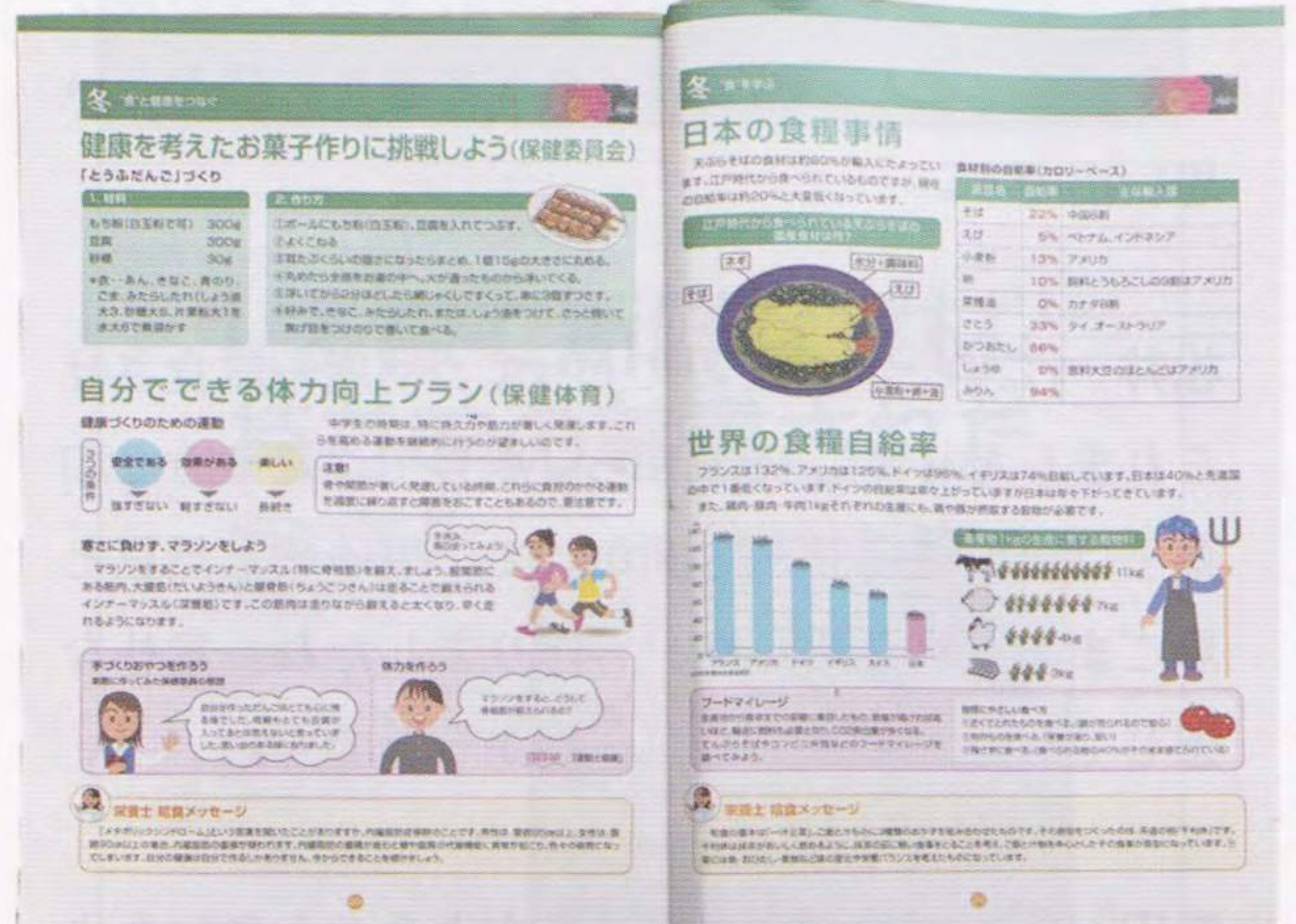
松井 東京都の中学校養護教諭として、新採から退職まで勤務しました。杉並区での勤務が長かったのですが、杉並区立井草中学校勤務時に、スイーツ・クラブを担当することになったのです。

——それはクラブ活動ですか？

松井 いえ、中学の部活動です。野球部やバレー部といったものと同じ課外の活動です。週に1回くらいのペースで活動していました。学校栄養士だった島田先生はそのときの同僚で、部活動をバックアップしてくれました。

島田先生 (以下、島田) スイーツ・クラブが活動する日は教職員も楽しみにしていました。当時から教員が遅くまで学校にいましたから、職員室で「今日は何を作っているのかな…」なんて話をよくしていましたね。

松井 生徒が作ったものを職員室で配っていると、当時の校長先生に「生徒のものをタダで食べるのはよくない、お金をいただきなさい」と言われ、それからは箱を用意し、食べた教職員がそこに代金を入れるしくみにしました。金額は子どもたちとも相談して1つ60～70円くらいにして。でも、お金をいただくからには、ラッピングなどにもこだわって作っていましたね。料理って、食べてもらえる相手の笑顔を思い、たくさん作ってはじめて



杉並区立井草中学校での食育研究をまとめた『まめでね』と『まめでね～指導書～』。

ておいしくできるところもあります。多めに作って、教職員に購入してもらって材料費の一部に当てて、さらにレベルアップして活動するという感じでした。

——その部活動が食育をはじめるきっかけになったのですね。

松井 時期的に、学校で食育が始まり出した頃で、校長先生に呼ばれ、「井草中でも食育に取り組んでみよう」と提案されました。私は嫌々だったんですけど(笑)、島田先生はとても積極的な方なので、リーダーシップを発揮し、校内で授業研究を進めました。これは後で『まめでね』という指導教本にまとめています。指導書も作りました。

島田 授業のほかにも、毎日の給食献立のメモを書いて教室に配り、曜日によっては献立の意図(ポイント)を校内放送でも流しました。また、献立は

松井先生とも相談をし、スイーツ・クラブの活動にも連携させるようにしました。たとえば、「ブラウニー」はクラブで作っていたものを「これ、給食でも作れないかな」と思って、松井先生に味見してもらいながら何度も試作して作りました。給食で出した日も、松井先生に味を確認してもらいました。一つ一つのことには手間ひまをかけ、「おいしい！」と言ってくれる子どもの笑顔を思い浮かべながら、楽しく給食づくりができた、懐かしい思い出です。

松井 「これ、食べてみて」って、何度も試食させられました(笑)。それから「給食で作れそうな和菓子はなの？」とも聞かれて、黒砂糖と黒豆と黒ごまを入れた蒸しパンも作りましたね。素朴な感じでしたが、とてもおいしかったです。

島田 蒸しパンだけでなく、水ようかんやいもようかんなども出しました。やはり彼女が食育に入ってくれることで、私もいろいろなことを体験できました。またそれを子どもたちにも返してあげられる、よいサイクルができました。もちろん、こうした取り組みについては事前に校長先生にも意見を伺って、確認をとって行っていました。やはりそのあたりについては、きちんとしておかないといけません。

松井 管理職の理解、支援がとても大事なんです。やりやすい環境を作ってくれれば、さらに「これをやってみよう！」というモチベーションが上がります。

NPO 法人を立ち上げる

——ご退職されて、現在のNPO法人を立ち上げられたわけですが、その経緯についてもお話しいただけますか？

松井 養護教諭をする傍ら、製菓学校の夜学で和

菓子の勉強をしていましたが、おかげさまで先生方にとっても恵まれ、卒業後も本当によく支援していただきました。2012(平成24)年に和食がユネスコの無形有形文化財に登録されたこともあり、教員を辞めたら、和菓子を子どもたちに広める活動をしていきたいという思いが強くなっていったのです。

また教育活動として行うのなら、ただ和菓子を作るだけではなく、和食にも絡めた教育をしたいと思っていました。私は2015(平成27)年で教職を退きましたが、やはり一人ではできないことなので、支援・協力者が不可欠です。職場で一番気が合い、すばらしい食育活動を展開している島田さんに声をかけました。学校給食では毎日、何百人もの食事を滞りなく提供していかなければなりません。彼女は一つ一つの仕事に配慮がとても行き届いています。また教育現場での経験がないと、教育的配慮がうまくいかないと思いました。他のメンバーも「和菓子のすばらしさを子どもたちへ伝える」に共感してくれた職場の仲間だったり、友だちにも入ってもらいました。NPO法人の組織化には実績が必要でしたので、1年間活動をして、2年後の2018(平成30)年に申請、NPO法人になりました。

——「和菓子講座」は、松井先生、島田先生で行われているのですか？

松井 和菓子講座では、会のメンバーにプラスして、製菓学校時代の関係者や卒業生、また地域の和菓子屋さんにも声をかけてチームを組んで出かけています。大体4~5人くらいです。今は、新型コロナ対策で活動ができなくなりましたが、沈静後には地域の和菓子店と連携、一緒に授業をする形にしていきたいと思っています。授業後に、お手伝いいただいた地域のお店にも親子で立ち寄ってもらえるようになり、和菓子をさらに身近に感じてもらえるのかなと思っています。

和食のすばらしさとともに 和菓子のよさを伝える

——和菓子講座について、その流れを教材に使われているスライドをご紹介しながら伺っていきたいと思います。まず、和菓子についての講義から始められるそうですね。小学校と中学校でプログラムは変えたりされているのですか？

松井 とくには分けていません。わかりやすい言葉で伝えるようにしていますので、小学校は高学年での実施が多いんですけど、4年生ぐらいでも理解してもらっていると自負しています。

——講義は、ユネスコ無形文化遺産に登録された「和食；日本人の伝統的な食文化」の4つの特徴にそいながら、和菓子のすばらしさを説明されています。すなわち「1.多様で新鮮な食材とその持ち味の尊重」「2.健康的な食生活を支える栄養バランス」「3.自然の美しさや季節の移ろいの表現」「4.正月などの年中行事との密接な関わり」です。

松井 私たちの和菓子教育では、やはり食育の一環として、とりわけ和食文化の再認識や再発見から、子どもたちに和菓子文化を学び、継承できる、和菓子のある生活をたのしめる力をつけていきたいと思っています。和食がユネスコ無形文化遺産に登録され、すばらしい食文化として世界で脚光を浴びたのは記憶に新しいところですが、日本の食文化の基本となる要素として、この4つの特徴から和菓子についてふれていくのが一番よいかなと思っています。

——面白いなと思ったのは、沖縄の琉球菓子にも触れていたことです。私は東北出身ということもあるのですが、「和」と言うと、どうしてもそこからこぼれてしまうような地域やその土地の文化のことが気になります。でも、一番初めに、この「ちんすこう」といった沖縄の伝統菓子について、松井先生は和菓子に含めてご紹介されている。

松井 私は和菓子と言っていいと思うんです。何

2013年12月

和食が 世界無形文化遺産に登録！

評価された4つの観点とは？
和菓子も同じ観点で！

4

1.多様で新鮮な食材と 持ち味の尊重された 食文化



5

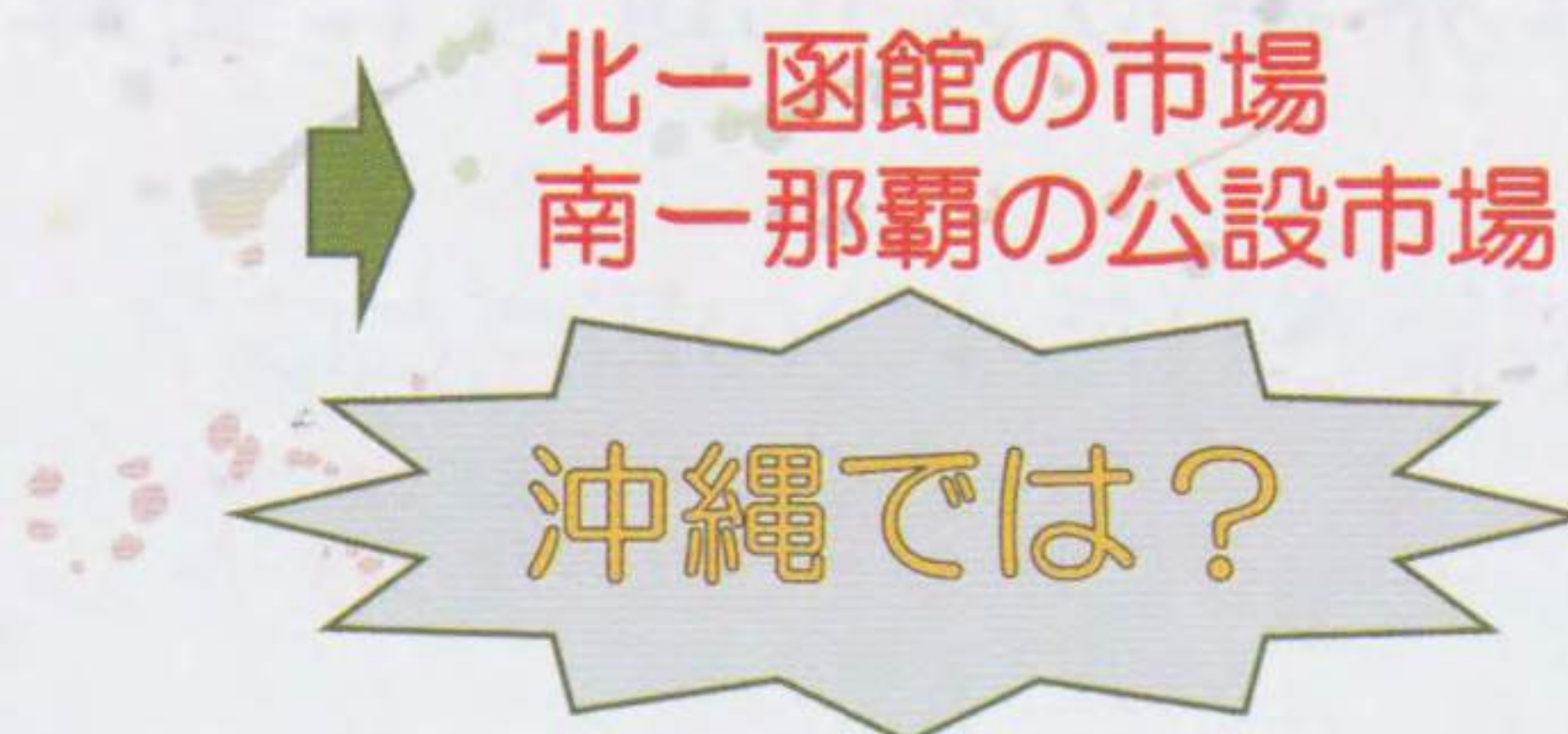
もあんこを使ったものだけが和菓子ではないのですから。たとえば、長崎だとカステラは和菓子になると思いますし、日本で独特に育まれてきたお菓子であれば、和菓子と言っていいように思っています。「ちんすこう」を紹介したのは「豚の背脂が入って独特の食感があって、クッキーのようにバターを使っているわけじゃない」という話を紹介したいと思ってです。ただこの部分は、深く入ってしまうと説明が長くなってしまうので、あくまで和菓子の、地域による多様性の紹介ということで取り上げています。

和食のすばらしさとともに和菓子の よさを伝える一例：「あんこ」

——次は「栄養バランスに優れた健康的な食生活」ということから和菓子を取りあげています。

松井 ここは、食育の部分にもなり、和食のお弁当にはさまざまな食材が入っているので、こうい

南北に広い国土 海、山、里の幸が豊富



ちんすこう

お菓子に使う油脂も
バターではなく
豚の背脂を使って
います



うふうにさまざまな食材を使って、彩り豊かなお弁当を選んだ方が栄養バランスも整いやすくなっていいんだと伝えています。

——そのあと、和菓子の材料のことに移って、まず小豆を取り上げているのがいいなと思いました。今の子どもは、小豆やあんこをあまり好まないといった声を伺うことがあります。

島田 とくに、つぶあんが嫌いだという子が多いんですよね。これは、生活の中であまり食べていないせいもあると思います。でも自分で作ると、苦手だけど食べられる。食べられなかった子が食べられるようになります。

松井 あれは本当に面白いですね。自分が関わると、「食べてみようかな」って思うようになる。味覚の体験ってそういうものですね。

——今、小豆は、このほかにも低脂質であること、腸のはたらきを整える「難消化性でんぷん（レジスタン

トスターチ）に富むことや、鉄を多く含むことなどで栄養学的にも見直されている食材です。また、次のスライドを見ると、松井先生がおっしゃるように「和菓子はベジタブル・スイーツ」ということがよくわかりますね。

松井 はい。伝統的な和菓子は、動物性脂肪、とくに乳脂肪はほとんど使いませんね。

2. 栄養バランスに 優れた健康的な 食生活

- 一汁三菜
- 旨味により減塩
- 動物性油脂が少ない
- 日本人の長寿、肥満防止に役立っている

お弁当に栄養バランスの良さが凝縮されている



大切にされている季節感

—そして「自然の美しさや季節の移ろいの表現」として見た和菓子です。

松井 このあたりは写真をたくさん使って説明していきます。和菓子ではここが一番大事なことです。季節感やその移り変わりをどう表現するか。たとえば、同じカエデをあしらった和菓子でも、夏は「青楓^{あおかえで}」で、秋は「錦秋」になります。「同じものでも日本人はこういうふうの違いを見てきた。そして和菓子でそれを表現しているんだよね」と伝えます。子どもたちにも納得してもらえます。

—そうですね。

松井 また、1つのものをずっと見続けて観察すること、季節の移り変わりを楽しむこと。これが人生を豊かにします。私はここで子どもたちに「楽しむ」と「愉しむ」の違いを説明しています。

「りっしんべんの方の『愉しみ』が、今まさにあなたたちがやっていることなんです。自分自身の気持ちや自然を表現して作った和菓子を五感(味覚・視覚・触覚・嗅覚・聴覚)で味わう。また作品を家に持って帰ったときに、家族の人から『きれい、おいしそう』と言われ、自分がたのしみ、相手からも喜んでもらえる—このたのしみの状態が『愉しみ』なのです」と言います。「与えられたもので楽しく過ごす『楽しむ』ではなく、この『愉しむ』は自分が作って、またそれを広げていくものなのです」と。そして「大人になるためには、この『愉しみ』もできるようになれるといいですね」と言うと、小学生でも「わかった」と言います。今はなんとなくわかってもらえれば、和菓子をたのしめる大人になったとき、「あのときの…」と思い出してくれればよいのです。

和菓子の主役 「小豆」について



12

小豆の栄養価

- 良質なたんぱく質と、豊富なビタミン
- 食物繊維 (ごぼうの3倍)
- サポニン (溶血作用)
- ポリフェノール効果で抗酸化作用 (赤ワインの2倍)

13

和菓子の主な材料

- 米
 - もち米
 - 豆類
 - 果実
 - 寒天
- など

14

—なるほど。

松井 和菓子には、私たち日本人が自然に対して抱く思いが凝縮されていて、たとえば、まだ春が遠い厳しい冬の時期、福寿草が芽生える1ヵ前から和菓子屋さんには、この春の訪れを愛でる「菓銘：福寿草」の和菓子が店頭には並びます。私たちの文化は、こうして自然と一体となり、次に来る季節を心待ちにして、生活の中に取り入れてきました。桜でも、1月の終わりから2月頃にはそれをモチーフとした和菓子が出てきます。また暑いと

3.自然の美しさや 季節の移ろいの実現



花枝：卯月

餅柳：早月

桜餅：水月

15

鹿島先生作品「東和」秀作



四季の移り変わりを表現 愉しむ



錦玉「青楓」



練切「錦秋」

きには涼しさを感じられるものとか、日本文化の「粋」は、まさにそういったところにある。そんなお話もします。

——着物の世界などもまさにそうですね。

行事や人生とともにある和菓子

松井 和菓子は年中行事とか人生の節目にも密接なつながりがあります。たとえば「もち」です。

人生を豊かに！

●楽しむ

与えられたことに対し楽しく過ごすこと

●愉しむ

りっしんべん→「心」

自分自身の気持ちや思いから自然に生まれる楽しさを感じ、全力で味わう状態

19

和菓子に込められた思い

- 厳しい季節に、
- 次に来る季節へ思いをこめ、ポジティブで
- 凛とした生き方、
- 自然と一体化、

→ 和菓子文化の人生観



鹿の子「福寿草」

20

4. 年中行事、 人生の節目、

家族や地域との
密接な関わり

21

●餅つき

●ひな祭りの菱餅、

●端午の節句のちまき、 かしわ餅



22

「初もち」というように、まず生まれたときに「誕生もち」をつきます。それから男の子なら端午の

家族、仲間、地域との コミュニケーション



お供え
おすそわけ
おもてなし

節句の「ちまき」であったり「柏もち」になり、女の子ならひな祭りの「ひしもち」といったように、「もち」は人生の節目節目で出てきます。「柏もち」については、柏の葉の由来を話します。「柏の葉って、新しい葉が出てから古い葉が落ちるので縁起がいい。子孫繁栄—子どもの成長を願って柏の葉を使って作るんだよ」と。こうした話をしあげると、柏の葉や木を見かけたときに、よく観察するようになります。また七五三の千歳飴なども、子どもはよく覚えているでしょう。こういうふうに、和菓子は誕生のときから、人生の喜びを表し、親や家族や仲間、地域の人たちの願いとともにあります。今、この部分が薄まってきているので、これは伝えていかないとなくなってしまうように思います。

—「もち」のお話はなるほどですね。確かに子どもたちは、どうして日本では節目節目にもちが出てくるのか不思議でしょうね。

松井 はい。日本で、昔からずっとあるものは「もち」ですよ。今でもお祝い事があると、もちつきをする地域は多いです。またそうした場合には、「おすそわけ」や「お供え」「おもてなし」という言葉が必ず出てきますので、そうした言葉についても説明します。今の子どもたちは、家庭や親の習慣もなくなっただけで、言葉の意味がわからないということも多いんですよ。

—「おもてなし」は流行語にもなりました。

島田 今は家庭にお仏壇がないご家庭も多いですね。すると「お供え」というのがよくわからない。「そういうことをしていたのよ」というお話しができなくなってきていますね。

和菓子に関わるものにもこだわって

松井 それから、和菓子で私がこだわっていることは、どういうふう食べるかということです。それから作ったものをどう持って帰るかということもあります。たとえば、和菓子で使われるものに「菓子切り」という道具があります。「黒文字」ともいいます。あるとき、子どもから「先生、これは捨ててしまうんですか」と聞かれてハッとしました。子どもが「もったいないな〜」と言うので、それからは、何度も使える菓子切りを使おうと思って、いろいろ調べてみました。

「煤竹（すすだけ）」って、ご存じですか。

—いえ、知りません。

松井 古民家などの囲炉裏の上や天井にある竹なんですけど、いぶされてだんだん黒く光ってきます。それを取り替えるときに、和菓子の菓子切りを作るんです。結構高いのですが、そういったものも用意し、「こうして和菓子を食べる時はフォークではなく、木や竹の菓子切りを使うといいですよ、和菓子はパクリと一口で食べるのではなく

て、菓子切りで切って、断面を見て、『ああ、きれい』と愛でながら食べるんだよ」といったことや、京都の古民家を取り壊した際の煤竹で作られた菓子切りを、「新選組がおそばを食べてた家の煤竹かもしれない、ロマンがあるよね」と、少し余計なことも話しています。

——いえいえ。リサイクルではないですけど、使えなくなったものをまた有効に使う。「もったいない」の心にもつながりますね。

松井 それからラッピングにも凝っていて、和紙で包んだり、水引をつけたりします。ただ、このあたりはちょっとやり過ぎている面もあるかもしれません（笑）。

——いやいや、まさに「おもてなし」の心です。

和菓子づくりの実習をする

——こうして実習に入るわけですね。この講義と実習を含めて、どのくらいの時間のプログラムなのですか？

松井 普通は2時間枠でやっているのですが、どうしても1時間しか取れない学校もあります。最初は難しいかなと思っていたのですが、検討し、1時間で6クラス(2日間)を行ったこともあります。その場合は、作る個数を減らしたり、試食の時間を省いたりして対応します。いくら短くても、やはり自分で作るという体験は大切にしたいと思っています。実習では「練り切り」を作りますが、通常は1人3~5個作ってもらえるようにしています。

島田 材料を一人分ずつ、道具もあらかじめ用意します。実習の時間で、子どもたちがそれぞれに形を作っていけるようにする。ただ、準備はかなり大変です。

和菓子に関わるもの

- 菓子切り (又は黒文字)
- 懐紙



25

ラッピング

- 和紙
- 水引き



26

松井 実習では、講師の先生の範技を見てもらうことも大切にしています。専門職の「練り切りのはさみ菊」などは和菓子職人のすばらしい技なので、子どもたちはまず見たことがないものです。目の前で四季の和菓子が出来上がっていくさまに興味津々です。そして自分たちでも取り組んでみる。時間が短く試食の時間がとれないときは、この範技の最中に、「ちょっと味見してみる？」と、子どもたちに食べてもらっています。ですから、プログラムは、学校や子どもたちに応じて臨機応変に変えています。

——今、図工や美術で和菓子の模型を作ったりする取り組みもあるのですが、取材して、やはり気になるのは、結局、それは食べられないということなんです。

松井 そうですね。「食べられる」ってことは子どもたちにとっては本当に一番の楽しみのようなのです。

和菓子教育講座の基本は

2 時間単位 / 1 クラス実施

例1 1、2 時間目に和菓子教育講座 3 時間目に茶道教室

*学校のご事情に合わせ、いろいろな形態で対応させていただいています。

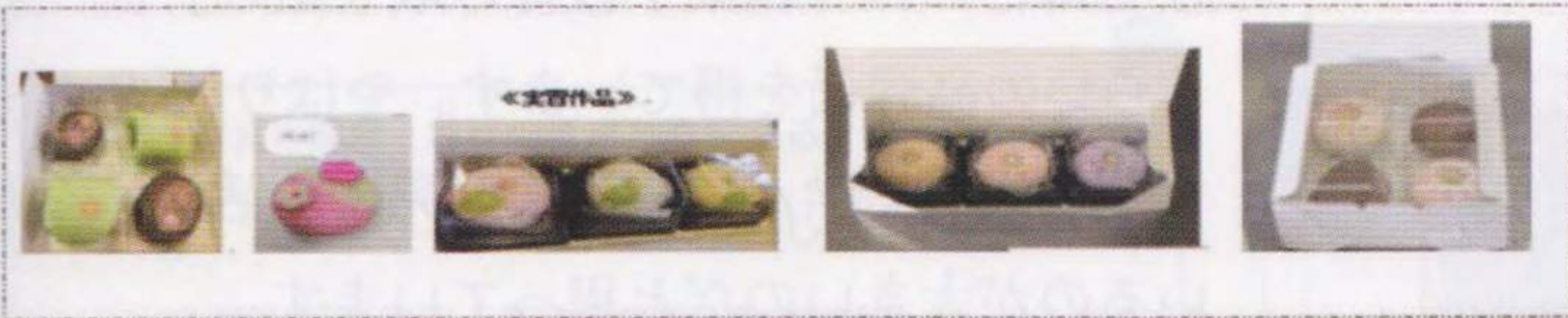
例2 授業時間の確保が難しい
1 時間単位 ⇒ 2 日間で学年実施



例3 ランチルームを活用
⇒ 2 時間単位 / 2 クラス合同実



例4 調理室・被服室を使用
⇒ 2 時間単位 / 学年 (3 学級) 一斉実



◀和菓子教育をすすめる会HP
『「和菓子教育のすすめ」ご案内』
より。



▲和菓子教育をすすめる会HP(アクセスは左QRコードから)

そして、家に持って帰って家族にも喜ばれる。この流れを私たちは大事にしています。

また実習では、「作る気持ち」もとても大切です。実習ではふつう和菓子を作って、いくつか箱に詰めて家に持ち帰らせますが、こちらが「きれいなものを選んでね」と、ひと言も言わなくても、子どもたちは絶対にその日一番上手に出来上がったものを選びます。こうした相手を思う気持ち、そしてその伝え方、そういったことも和菓子作りを通して体験できます。

島田 和菓子講座では、きちんとお茶も出すんですよ。子どもたちは「お茶ってこんなにおいしいの」って言います。そこにも学びがあるのだと思います。

実習の流れ

- ① 一人5個作ります
*手をよく洗い、
「布巾」をよくぬらし強くしぼる
(実習中に手拭きや、道具を拭くのに使用)
- ② 茶道教室用の和菓子を配置してください
各班のトレー；自分の氏名ラベル
- ③ ワークシート作成。
*和菓子は生菓子です。本日中に食べましょう

27

松井 子どもたちの中には、少しぶっきらぼうで、「ありがとう」と言葉が出ない子がいますが、「お茶をどうぞ召し上がれ」と渡すと、ペコリと頭を下げます。相手への気持ちの伝え方、仕草や、やりとりを経験させるコミュニケーション能力を培うことができると考えています。ただ、ペットボ

トルのお茶しか飲まないという家庭があるのも寂しいものです。

——和菓子は茶道との結びつきも強いですね。

松井 ある小学校では、和菓子の講義と実習を2時間、その後の2時間を茶道の授業として和の文化教育に取り組んでくださったところもありました。事前に担当の茶道の先生や学校担当者と打ち合わせをしたこともあります。

「菓銘」を付ける

——最後にワークシートをまとめるわけですが、子どもたちに「菓銘」を考えさせるのもユニークです。

松井 菓銘は、やはり少し大きな子たち向けですね。説明しないと、自分が好きな子の名前とか妹

の名前とか、そんなネーミングをしていくことがあります。もしかしたら、大人でもわからない人の方が多いかもしれません（笑）。

——いえいえ、風流を解する心は大切です。和歌や故事などの素養も必要です。新学習指導要領の小学校国語教科書では、古典や季語を表す言葉、二十四節気などを以前より手厚く扱っていましたから、中学校の実践でも今後、きっと期待が持てます。

学校評価と食育

松井 学校では学校評価というものを年度末に行いますが、この和菓子講座も含め、食育の取り組みの評価は一般に高い傾向にあります。保護者や子どもからの評価は概してとても厳しく、教員が一生懸命取り組んでも、なかなか評価されづらいところがあります。しかし、実践してきた小中学校では、この「和菓子教育の取り組み」は、90%くらいの高評価を得ています。やはり、「子どもたちが、楽しく学んでいるのが見える活動」をしているのが大きいのだと思っています。

——食育はよく学校評価の項目に入れると、ダントツで評価が高くなると言われます。文部科学省の『食に関する指導の手引—第二次改訂版—』でも、学校評価の中に食育の項目を入れるよう推奨していますね。

ワークシートに まとめてみよう

1. キーワード : 心に残ったことば
かめい
2. 菓銘 : 作品に名前をつけよう
3. 作品を描いてみよう
(写真を貼ってもかまいません)
4. 自分の感想
食べていただいた方の感想

28

今後の和菓子教育に向けて

松井 印象深いのは、新宿区立落合第二中学校での取り組みです。この学校では茶道ともコラボして取り組んできました。食育では、学年ごとに「和菓子講座」「洋食の講座」「中華料理の講座」に取り組み、その流れから食についての指導の集大成として、副校長先生(就任前は同校家庭科教員)が、一昨年、ご自分が授業をされた生徒たちへ、最後の授業を『卒業記念の紅白饅頭を自分たちで

「和菓子講座」ワークシート

新宿区立落合中学校2年A組 氏名

～和菓子の文化を学び 継承しよう～

○自然の美しさ、季節の移ろいを表現し愉しむ

○年中行事、家族・地域などのコミュニケーション 作り

【キーワード】

和菓子講座で、印象に残った「ことば」を書きだしてみよう

四季の移り変わりを表現し、愉しむ

作品に

【菓銘】をつけよう

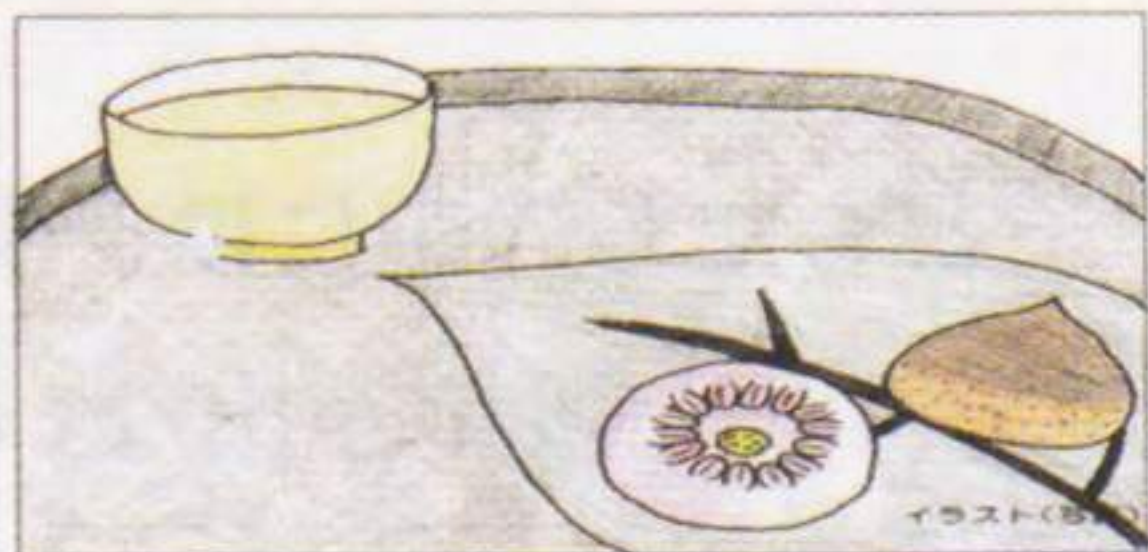
乙女菊 : 練切

※菓銘とは、和菓子の名称

【実習 作品】

菓の実 : こなし 製

姫菊 : 練切 製



1. 感想

菓の実も飾りも綺麗で、
見た目が可愛かった。
作りも丁寧で、お茶も
美味しくいただきました。
お茶の味も良かったです。

2. 食べていただいた方に、感想を
書いてもらいましょう

まず見た目がとても美しく思いました。
お茶も美味しくいただきました。味もとても
美味しく、特に菓の実はおかわり
したくなるほどでした。ごちそうさまで。



作る』という取り組みを行いました。

すばらしい授業模範を見学させていただき、穏やかな時間の流れと、おまんじゅうをほおぼる子どもたちの笑顔に癒やされました。

——いい取り組みですね。

松井 はい。和菓子教育の発展性を感じ、「和菓子教育のあらたな取り組み」と考えていた矢先、今回の新型コロナウイルス禍でした。2020（令和2）年度は、それでまったく活動ができなくなってしまいました。

——緊急事態宣言解除後も、部外者の校内への立ち入りを控えるよう要請される学校が多く、外部の方による授業はあまりできなくなりましたね。

松井 教育活動の中で、和菓子講座を根付かせていくのも大変です。毎年継続して実施してきた学

校でも、担当された先生が異動されたりすると、再び打ち合わせからやり直さなくてはならなくなることも多々あります。

当会も、当初はこうした「子ども向けの和菓子講座」と、それを指導される先生方向けの教育との二本立てで活動していきたいと考えていました。以前は、家庭科部会での講演や栄養教諭・学校栄養士向けの研修会をしていたのですが、後者はあまり和菓子教育の普及にはつながりませんでした。

——そうでしたか…

松井 和菓子についての授業を今後、多くの先生方に実践していただく。それが私たちの目標の一つです。

——新学習指導要領では、家庭科でも和食を扱うとい

～「和の食文化継承、感謝の気持ちを伝える」授業

卒業祝い紅白おまんじゅう作り～

；3月12日（火） 新宿区立落合第二中学校

卒業目前3年生の授業を、参観させていただきました。



授業者は、宇野頼子副校長先生。
新宿区立落合第二中学校は、和文化教育への取り組み一茶道教室、和菓子教育講座など積極的な指導を学年毎に展開しており、今回の「卒業を祝う紅白おまんじゅう作り」は、その集大成。ワクワクしながら参観させていただきました。

* おまんじゅう箱ラッピングの熨斗紙は、宇野先生のお手製。
おまんじゅうを味わう前から、「わーすてき！」と気持ちが高揚します。

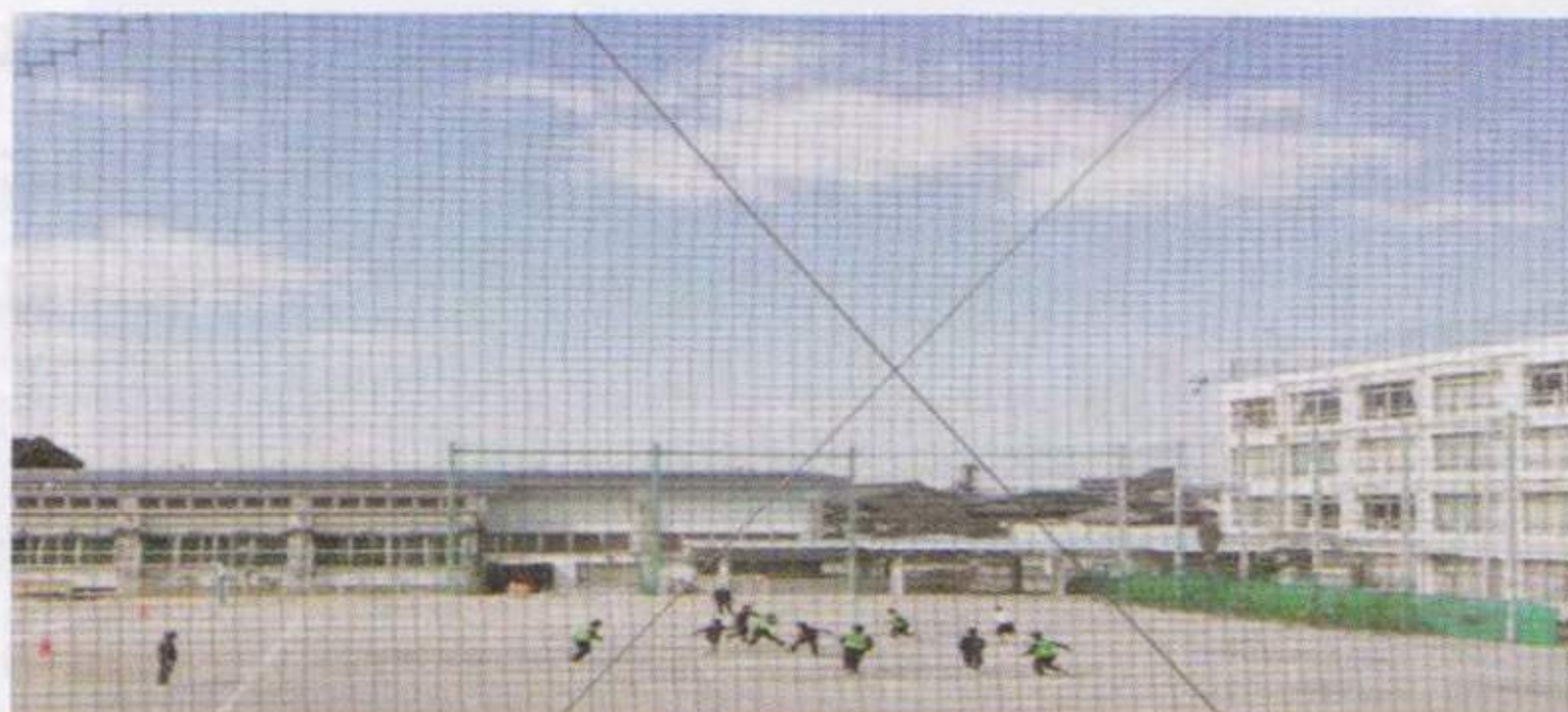
1年時に家庭科の授業を担当され、今春、卒業する生徒たちへの「感謝の気持ちを伝えるおまんじゅう作り」は、生徒たちの心へもじーんと響いた授業でした。

おまんじゅう作り説明の後、慣れた手つきの包餡（お饅頭の生地で餡を包む）に、「昨年、和菓子教育講座の経験からかしら」と宇野先生。技もさることながら、和菓子を作り、喜んで食べてくれた家族の顔を思い浮かべながら、穏やかに優しい顔で取り組んでいる生徒の皆さん。

『心を育てる』が実践されている学校だと、本当にすばらしく思いました。



* 後日、拝読させていただいた学校だより3月号、島田校長先生の「この一年間を振り返って」のお言葉を紹介させていただきます。～抜粋
この一年を振り返って思うのは、本校は‘おだやか’であったということです。言い換えれば、‘平和’だったということです。生徒の皆さんも、小さなもめごと、トラブル、悩みなどはあったと思います。しかし、大きく見みると、本校での生徒、皆さんの日常生活は落ち着いていて、充実した一年間だったと思います。心穏やかに生活をしたと思うのは誰でも同じです。平和が一番の願いです。それには、皆さん一人ひとりがどのように考え、どのように行動しなければならぬでしょうか。本校が平和だったのは、周りの友達や下級生、上級生などを、お互いに大事にしたからだと思います。相手を思いやり、大切にすることが平和をつくる基本だと思います。そのような優しい気持ちをもった人が集まったのが落二中です。
そして、‘共に感謝し、共に喜び合い、共に語り合い、共に仲間を大切に’する‘人が集まったのも落二中です。巣立っていく3年生は、これからも落二中生（落二中卒業生）としての誇りと自信をもって大いに活躍してください。



ふと、窓の外を眺めると、一番大好きな体育、サッカーを楽しむ生徒の歌声が青空に響いていました。長年、中学校勤務した私の癒しの原風景です。松井記

松井先生がまとめた新宿区立落合第二中学校での「紅白まんじゅうづくり」の授業のようす

和食と和菓子

監修：NPO法人和菓子教育をすすめる会（代表：松井みどり）、和菓子給食写真提供：東京都目黒区立五本木小学校



6月16日は「和菓子の日」。奈良時代に仁明天皇(810~850年)が、この日に16個のお菓子をお供えて「病気がなくなり、みんなが健康で幸せに暮らせるように」と願いました。和菓子は季節感を大事にし、年中行事や人生の節目、家族や地域のきずなを深く関わる食べ物です。見た目も美しく、米や小豆などの豆、寒天、くだものなどがおもな材料です。海外では、「ベジタブル・スイーツ」として注目を集めています。

和菓子の材料



和菓子は和食と同様に、自然の美しさや移ろいを表現します。さらに「季節」をテーマに、季節の草花や色紙、和歌などにちなんで、和菓子に特別な名前をつけることもあります。



人生の節目には節目ごとに大切な行事があります。和菓子はそれらの行事との結びつきも大切にしてきました。

うことで、「主食・主菜・副菜」にからめて「一汁三菜」を説明されていたり、「だし」や「煮物」が扱われていたりしています。そこに和菓子も入ってきたら子どもたちは喜びますね。

松井 はい。やはり少し子どもたちも、見た目ですぐに喜べるような、華やいだものを指導内容に入れてもよいように思います。

——今の学校の食育の足りないところって、やはり子どもたちの願いをあまりとり入れていないところだと思うんです。子どもたちは子どもたちなりに、食について何かしてみたいと思っているはずなのですね。その一番は、やはり作ることであり、料理だと思えます。それを差し置き、『食に関する指導』ということで、栄養バランスや好ましい食習慣の定着の教育という、まさしく「指導」に力を入れてと言う。でも、やはり子どもが食で実際に取り組みたいものもその中に入れていかないと、主体的な「学び」にはつながっていかないように思います。その意味では、この和菓子はとてもよい題材になるでしょう。つまり、和菓子のよさはやはり教えられないとわからない。その側面では、学校で行うべき学習や指導になります。そして、おそらく多くの子どもたちは自分たちの手で和菓子を実際に作ってみたいと思う。これは主体的な学習を行う意欲になります。また、それを味わい、そのよさを未来に伝えるということも大事な食育になります。

松井 和菓子講座で作るのは、「練り切り」で、あ

まり一般的ではありませんが、和菓子に対して興味を持つ糸口にはなります。本当は、「郷土の和菓子」のようなものを実習させたいのですが、どうしても時間がかかってしまいます。そこは少し悩んでいるところです。

——そうですか。でも、「練り切り」は、茶道では「上生菓子」で、それこそ和菓子の粋です。よいのではないのでしょうか。ちなみに「練り切り」と「こなし」の違いは何になるのですか？

松井 ほとんど同じものなのですが、あんをまとめるのに「練り切り」では、白玉粉・求肥といった、もち系の材料で固めます。対して「こなし」は、それに小麦粉を加えます。私感ですが、「練り切り」は少し甘ったるい感じもしますが、「こなし」はそれがなくて、もちもちして、さっぱりしています。どちらかと言うと関西は「こなし」で、「練り切り」は関東の和菓子になりますね。

——ありがとうございます。今月は壁新聞の『食育ニュース』でも和菓子を取り上げ、松井先生にご監修いただいています。ぜひ、和菓子のよさについて子どもや指導者の先生方もあらためて気づけるような情報発信ができればと思っています。本日はありがとうございました。

(談話より構成 編集部)