



和食「食の暦 端午の節供・こどもの日」の教室を実施しました。

野菜と雑穀の料理教室「べじつぶさろん」(0018)は、

和食を〔 **知る** **作る** **食べる** 〕ための活動を実施しました！

活動内容

知る 端午の節供の由来、柏餅の作り方を紹介。

食べる 柏餅 **作る** 柏餅作り

「端午の節供・こどもの日」をテーマにした教室を開催しました。

①**由来について紹介** 古代中国の厄払いの行事が起源。邪気払いのために香りの強い菖蒲を使った行事が行われており、それらが日本に伝来した後、現在のような形につながるまでの流れやエピソードを紹介。

②**柏餅の実習** 柏餅が「子孫繁栄」の意味を持つ理由や日本発祥の和菓子であることを説明。最後の「生地を伸ばし餡を包み、柏の葉で包む」工程を各自で行い、それまでの生地作りなどは共同作業で実施。完成後に試食しました。

生地を蒸す間、子供も大人も一緒に端午の節供のモチーフ、菖蒲・兜の折り紙タイム。菖蒲や兜、鯉のぼりの意味もお伝えすると皆さんの子供時代のことやお子さん、お孫さんへの思いなど話題が尽きず、和食や食文化の活動は時間を経ても心に残る大切な思い出作りになると実感しました。



「こねて蒸して、またこねて」の生地作りは力があるけれどどんどん滑らかになる過程が面白い！とのご感想。楽しみながら作れる、身近な和菓子になりますように。



生地を蒸している間、折り紙で菖蒲・兜作り。子供も大人もお話ししながら手も動かし、端午の節句の風景作り。
※鯉のぼりは事前準備

お問い合わせ先：野菜と雑穀の料理教室「べじつぶさろん」
(<https://www.instagram.com/vegsubusalon>)



棚田が育む和食の未来。伝統の^{ほおば}朴葉寿司作り体験

東海学院大学医療栄養学科（0068）は、岐阜県農村振興課、マックスバリュ東海株式会社と連携し

和食を [**知る** **食べる** **作る**] ための活動を実施しました！

活動内容

東海学院大学医療栄養学科の学生が、岐阜県農村振興課、マックスバリュ東海株式会社と連携し、栃久保（とちくほ）棚田（岐阜県恵那市）にて食農教育イベントを定期的を開催しています。

都市部から参加した小中学生は、休耕田での農作業体験に汗を流した後、伝統の郷土料理「朴葉寿司」作りと共に取り組みました。地元の旬をふんだんに取り入れた郷土料理を、その農作物が育った土地で、自らの手で作り、伝統の味を楽しむ過程は、豊かな食文化を次世代へ繋ぐ大切な一歩となりました。



東海学院大学学生による和食を「知る」講座の様子



東海学院大学学生による料理講座「作る」の様子

お問い合わせ先：（東海学院大学医療栄養学科/058-389-2200(代)）