

## 中学校選択教科「家庭」の教材開発 (2)

—日本そばと沖縄そば—

一ノ瀬 孝 恵・日 浦 美智代

中学校選択教科「家庭」では、昨年度から「植物に親しむ」ことをテーマに「梅シロップ作り」「ハーブの栽培」「染色」「そば作り」「みそ作り」の授業を展開し、それらの中から「そば作り」に関する教材開発を図った。<sup>1)</sup> ゲストティーチャーの大久保氏から教わった30分でできるそば打ちの授業で、生徒はそばについて興味を持ち、家庭で積極的にそば打ちを行うようになった。今年度は、生徒に家庭で気軽に実践できるそば打ちを体験させながら、そばアレルギーの生徒に対応すべく新たなメニューの開発を試みたので報告する。

### 1. はじめに

昨年度行った選択教科「家庭」の「そば作り」の教材開発では、30分でできるそば打ち指導に大久保氏を、そば粉作りの粉挽き指導に仏円氏をお招きし、生徒とともに実習に取り組んでいただき、生徒たちは真剣に耳を傾け、実習も楽しんで行うことができた。また、家庭での実践応用もできるようになったことを考えると、教材として十分な効果をあげることができようと思われたが、生徒の自己評価から、そば打ち工程における最後の部分である「切り」の難しさを指摘した生徒がおり、工夫する必要があること、また、昨年度該当する生徒はいなかったが、昨今の食事情から、そばの苦手な生徒やアレルギーの生徒に対応するメニューが必要であることが明らかになった。

そこで、本年度は、昨年度と同様により簡単で失敗のない「そば作り」を実践するとともに、そばアレルギーに対応するメニューとして、「沖縄そば作り」の授業を実践して、その効果を検証した。

そばは、中国雲南省より縄文時代の後期に日本に上陸したとされ、長い間救荒食物のひとつであったが、江戸時代に入り、そば粉で作る切り麺、いわゆる「日本そば」のそば切りが江戸で普及し始めてからは、非常食的な色合いが薄れ、「変わりそば」や「種もの(かやくもの)」も作られるなどそば屋の発展が見られるようになった。江戸中期まではうどんが大勢を占めていたが、次第にうどんに代わってそば切りが主力になり、そばの主要な種類は、すでに江戸時代に出そろってしまったのである。<sup>2)</sup>

一方、「沖縄そば」の起源はどうであろうか。「沖縄そば」の麺の原料はそばというもののそば粉ではなく、小麦粉(強力粉)であり、それに食塩とかん

水を使って作る。麺のルーツに関しては、その材料と作り方からして、中国の流れの麺であるようである。加藤氏によれば「中国の麺の代表的な製法のひとつに麺棒を使い生地を薄く伸ばしてそれをたたんで包丁で切るカムミエンというやりかたがあり、その生地としてかん水麺(小麦粉に炭酸ナトリウム系の天然ソーダを含んだ水、かん水や木灰水を混ぜて作る麺)を使うものがある。一方沖縄そばの特徴も、木灰を水に漬けてできた上澄みのアクを小麦粉と混ぜて伸ばして生地を作る、というところにある。」<sup>3)</sup>とある。沖縄そばの由来に関しては、研究家新城栄徳氏の調査によると、明治35年の新聞の広告に「支那そばや開業」という記事が確認されており、宮崎県出身の福永義一氏が清国より料理人を呼び寄せ、支那料理の店を開業したとある。これが沖縄で最も古い「支那そば屋」で、沖縄そばの原型と考えられている。

また、そばの名称に関しては、生麺類の表示に関する公正競争規約では「そばはそば粉を3割以上使用したもの」となっている。しかし、沖縄では小麦粉使用の麺を沖縄そばと呼んでおり、日本復帰後問題となり、「そば」と呼ぶことを禁止されてしまったが、沖縄生麺共同組合による名称存続運動の結果、1978年、「本場・沖縄そば」の名称が認められた経緯がある。

今回の一連の授業で、生徒は、「日本そば作り」と「沖縄そば作り」の両方を体験した。沖縄そばの主材料である、小麦粉(強力粉)の性質については、中学2年時の技術・家庭で学習しており、3年時でうどん作りも体験している。そば作りについては、昨年同様、種まきから収穫までを体験させ、そばの実から粉挽きまで体験させることで、そば粉のできるまでを確認し、小麦粉との違いを比較させた。さ

らに、30分でできるそば打ちを、大久保氏開発の水回し棒<sup>4)</sup>を使用する方法と、大久保氏開発の袋法で2度体験した。その後、沖縄そばを作り、そば作りの楽しさを味わせるとともに、めん作りの文化に興味を持たせたいと考えた。また、昔から伝えられている食文化の中に、健康に生きるための知恵が見出されることに気づかせたい。

この授業は、広島大学附属中学校第3学年の選択家庭履修生徒20名を対象に実施した。授業者は一ノ瀬孝恵であった。

## 2. 「日本そばと沖縄そば」の授業実践

### (1) 指導計画

中学校3年選択教科「家庭」は、昨年度と同様、履修希望者で、週1時間、1年間の予定で授業を行ってきた。履修者は昨年度より1名減の20名(男子7名、女子13名)であった。「日本そばと沖縄そば」の題材目標および時間配当を表1に示す。

### (2) 指導の展開

今回の授業は、2003年7月15日から12月10日の13時間と夏休みおよび放課後に行った。「日本そばと沖縄そば」の指導の実際については、表2に示している。

今年度は、まず、夏休み直前にそばがきを作ることからはじめ、生徒にそば粉を身近に感じさせることとした。対象生徒20名全員が初めてそばがきを食べたと言ったが、そのうち16名の生徒がそばの風味を感じ取ることができた。そばがきを試食した

当日、夏休みの課題を出した。その内容は、設定された6つのテーマ(表3)から1つを選び、調査しまとめるというものであった。

表3 夏休みに出した課題のテーマと調査した人数

- |                        |
|------------------------|
| ①小麦粉・そば粉の特徴 (4人)       |
| ②小麦粉・そば粉を使った日本の調理 (4人) |
| ③小麦粉・そば粉を使った世界の調理 (2人) |
| ④小麦粉・そば粉の栄養 (3人)       |
| ⑤小麦粉・そば粉の歴史 (6人)       |
| ⑥小麦粉・そば粉を使った加工食品 (1人)  |

課題がそろったのが9月中旬であったため、小麦粉とそば粉の調査資料<sup>5)</sup>を印刷し、各自製本したのは9月24日であった。製本後、折に触れ活用していった。

実は、今回も昨年度同様そばの栽培を始めるため、6月初旬に、生徒全員で汗を流しそば畑づくりを行っていた。にもかかわらず、昨年度6月に行った種まきが、今年度9月にずれ込んでしまったのは、不順な天候のせいであり、種まきをしようとした授業前日から当日に大雨が降り、3度も種まきの機会を奪われてしまったからであった。秋そばが収穫できるぎりぎりの日に種まきを行ったため、成長が心配であったが、11月初旬に無事収穫することができた。種の量は昨年度より少なかったため、一人ずつ袋を持ってそばの実の収穫を行った。

実際の日本そば打ちは2度行った。まず伝統的なそば打ちの手順を映像資料で確認した後、1回目

表1 「日本そばと沖縄そば」の題材目標と指導計画

|      |   |
|------|---|
| 目 標  | (1) そばの栽培を通して、自然とふれあい、作物を育て収穫する喜びを味わう。                    |
|      | (2) 日本人の食生活とそば粉や小麦粉を使った麺とのかかわりについて調査活動し、日本の食文化について理解を深める。 |
|      | (3) そば作りの楽しさを味わせるとともに、めん作りの文化に興味を持たせる。                    |
|      | (4) 昔から伝えられている食文化の中に、健康に生きるための知恵を見出すことができる。               |
| 配当時間 | (1) そばがき作りに挑戦 ..... 1時間                                   |
|      | (2) そばの栽培 ..... 3時間+課外                                    |
|      | (3) そば粉と小麦粉の資料を作ろう ..... 1時間+課外                           |
|      | (4) そば粉作りとそば打ち体験  |
|      | ①そば粉を作ろう ..... 1時間  |
|      | ①日本そばを作ろう(その1、水回し棒) ..... 2時間                             |
|      | ②日本そばを作ろう(その2、袋法) ..... 1時間                               |
|      | ③沖縄そばを作ろう ..... 3時間                                       |
|      | (5) めん食文化と人類の知恵 ..... 1時間                                 |
|      | 計 13時間+課外   |

は、水回し棒を一人一本ずつ使用し、一ノ瀬指導のもとに大久保流「そば打ち」を体験した。2回目は、大久保氏が開発したコンパクトなそば打ち法のひとつ、袋法の体験。そば粉をポリ袋に入れ、水を加えて空気を吹き込み袋の口を片手で封じ、両手で袋を抱えるように持ってシェイクし続けると、粉全体に水が浸透し、簡単に水回しを行うことができること

を知り、その後のこね→くくり→のし→切りは、1回目同様に行った。

沖縄そば打ちでは、生徒が夏の課題で調査した資料と教師が準備した沖縄そばの資料から、それぞれの材料、麺の作り方およびそばだしの作り方を比較した後、一ノ瀬が沖縄体験学習<sup>6)</sup>で学んだ方法でそば打ちを行った。沖縄そばの作り方を表4に示す。

表2 指導の展開

| 時間 | 学習内容  | 学習活動   | 指導上の留意点   | 教材・教具  |
|----|---|--|---|--|
| 1  | そばがき作りに挑戦   | <ul style="list-style-type: none"> <li>エプロンを着ける。</li> <li>そば粉と小麦粉を比較する。</li> <li>そば粉を使いそばがきを作ることを知る。</li> <li>そばがきについての説明を受ける。</li> <li>5つの班に分かれて電子レンジでそばがきを作る。</li> <li>そばがきの試食をし、感想を書く。</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>エプロンチェックをする。</li> <li>そば粉と小麦粉を班ごとに提示し、味、色、触感を比較する。</li> <li>電子レンジを使った大久保流そばがき作りをすることを知らせる。</li> <li>そばがきの作り方を説明する。</li> <li>そば粉と水の計量を指示し、そばがきを作らせる。</li> <li>そばがきの試食後、感想を書くよう指示する。</li> </ul>                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>小麦粉</li> <li>そば粉 600 g</li> <li>水 1500ml</li> <li>容器 20 個</li> <li>電子レンジ 2つ</li> <li>そばがきに関するプリント</li> <li>評価用紙</li> </ul>                |
| 3  | [そばの栽培]<br>そば畑作り<br>種まき<br>そばの成長について<br>観察<br>そばの実の収穫 | <ul style="list-style-type: none"> <li>校内の約3坪の畑を耕し、畑を作る。</li> <li>そばの種の形を観察する。</li> <li>全員で協力してそばの種をまく。(種まき当日または前日、雨に3度見舞われ、6月予定の種まきが、9月に延期された)</li> <li>生徒が作ったそばの資料本を読み、そばについて理解をする。</li> <li>開花の時期を予想しながら、そばの成長を観察する。</li> <li>そばの実を一粒ずつ採り、各自ビニール袋に入れる。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>草取りをさせる。能率よく畑作りをさせる。</li> <li>そばの種を観察させる。</li> <li>畑に浅い溝を作らせ、筋まきをするよう指示する。</li> <li>そばの調査資料を読ませ、そばの成長について説明をする。</li> <li>そばの成長を観察するように指示する。</li> <li>ビニール袋を配布し、そばの実を採るよう支持する。ビニール袋を回収する。</li> <li>密封袋に入れ保存する。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>くわ</li> <li>スコップ</li> <li>軍手またはゴム手袋</li> <li>そばの種</li> <li>じょうろ</li> <li>生徒が調査した資料</li> <li>観察記録用紙</li> <li>ビニール袋</li> <li>密封袋</li> </ul> |
| 課外 | 夏休みの課題  | <ul style="list-style-type: none"> <li>夏休みの課題として「小麦粉とそば粉」について調べることを知る。</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>夏の課題を出す。6つのテーマから各自ひとつを選び、調査しまとめることを伝える。</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>課題提出用紙(各自3枚)</li> </ul>   |
| 1  | 調査資料をまとめよう(小麦粉とそば粉)                                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>「小麦粉とそば粉」について調査した各自の資料の印刷プリントを順を確認して綴じる。</li> <li>調査資料の中から、「小麦粉とそば粉の歴史」を読み、理解する。</li> <li>調査資料を各自保存用封筒に入れ、提出する。</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>印刷した資料を並べ、順に取り、大型ホッチキスで綴じるよう指示する。</li> <li>出来上がった調査資料から、「小麦粉とそば粉の歴史」を読ませる。</li> <li>調査資料を回収する。</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>生徒が調査した資料のプリント</li> <li>大型ホッチキス</li> <li>調査資料保存用封筒 20 枚</li> </ul>  |

|  |   |   |  |
|--|---|---|--|
| <p>7</p> <p>[そば粉作りと<br/>そば打ち体験]</p> <p>①そば粉を作ろう</p> <p>②日本そばを作ろう<br/>(その1)</p> <p>③日本そばを作ろう<br/>(その2)</p> <p>④沖縄そばを作ろう</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・調査資料の中から「小麦粉とそば粉の特徴」を読むとともに、説明を聞き、そば粉の作り方を理解する。</li> <li>・石臼について説明を聞く。</li> <li>・そばの実を石臼で挽いてみる。</li> <li>・コーヒーミルを使い、そばの実を挽いてみる。</li> <li>・そばがらの利用法を知る。</li> <li>・調査資料の提出をする。</li> <li>・「生粉打ち」の方法を映像資料を視聴することで、理解する。</li> <li>・大久保流そば打ちの方法を知ること、伝統的なそば打ちとの違いがわかる。</li> <li>・エプロンを着ける。</li> <li>・大久保流そば打ち(その1、水回し棒を使う方法)を、指示に従い実践する。</li> <li>・そばを茹で、試食する。</li> <li>・エプロンを着ける。</li> <li>・大久保流そば打ち(その2、袋法)を、指示に従い実践する。</li> <li>・そばを茹でて、試食する。</li> <li>・感想を書く</li> <li>・調査資料の中から、「小麦粉やそば粉を使った日本の料理、世界の料理」を読むとともに、沖縄そばに関する配布資料をもとに、日本そばと比較しながらその特徴と作り方を知る。</li> <li>・エプロンを着ける。</li> <li>・かん水の作り方を知る。</li> <li>・指示に従い、沖縄そばを作る。</li> <li>・そばを茹で、用意された沖縄そばだして試食する。</li> <li>・感想を書く。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・調査資料を配布し、読ませる。</li> <li>・石臼の説明をする。</li> <li>・代表者に石臼でそばの実を挽かせる。</li> <li>・できたそば粉を、袋に入れるよう指示する。</li> <li>・そばがらの利用法を知らせる。(枕、味噌汁に少量入れるなど)</li> <li>・調査資料の回収をする。</li> <li>・映像資料に注目をさせ、伝統的なそば打ちの方法を説明する。</li> <li>・大久保流そば打ちの方法を説明し、伝統的なそば打ちとの違いに注目させる。</li> <li>・エプロンチェック</li> <li>・大久保流そば打ちを水回し棒を用いて示範しながら、生徒とともに水回し→こね(練り)→くり→のし→切りを行う。</li> <li>・そばつゆをついで、試食するよう指示する。</li> <li>・エプロンチェック</li> <li>・大久保流そば打ちを袋法で示範しながら、そば作りをする。 <ul style="list-style-type: none"> <li>①そば粉をポリ袋にいれ、水を加えて空気を吹き込む。</li> <li>②袋の口を封じ、両手でシェイクする。</li> <li>③袋の中で、よく練る。</li> <li>④のし、切りは、前回と同様である。</li> </ul> </li> <li>・そばつゆをついで、試食するよう指示する。</li> <li>・感想用紙を配る。</li> <li>・調査資料を読ませるとともに、沖縄そばの資料を配布し、日本そばと比較しながら沖縄そばについて説明する。また、その作り方を理解させる。</li> <li>・エプロンチェック</li> <li>・かん水について説明する。</li> <li>・注意事項を話し、協力して、沖縄そばを作らせる。</li> <li>・そばだしは、準備しているものを使い、しっかり味わうようにさせる。</li> <li>・感想用紙を配布する。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・調査資料保存用封筒</li> <li>・石臼</li> <li>・コーヒーミル</li> <li>・密封袋</li> <li>・映像資料</li> <li>・ワークシート</li> <li>・そば粉 150g×21</li> <li>・水 75g×21</li> <li>・そば打ち道具一式 (水回し棒、小鍋、そば包丁、小間板、のし棒、プラスチックのし板、切り板)</li> <li>・大鍋2つ</li> <li>・そばつゆ</li> <li>・皿・そばちょこ</li> <li>・ねぎ</li> <li>・ポリ袋 21枚</li> <li>・そば粉、水</li> <li>・そば打ち道具一式 (水回し棒は使用しない)</li> <li>・大鍋</li> <li>・そばつゆ</li> <li>・皿・そばちょこ</li> <li>・ねぎ</li> <li>・感想用紙</li> <li>・調査資料</li> <li>・沖縄そばに関するプリント</li> <li>・説明カード</li> <li>・強力粉 200g×10</li> <li>・水 100ml×10</li> <li>・重曹 1g×10</li> <li>・塩 1g×10</li> <li>・ねぎ、かまぼこ</li> <li>・サラダ油、そばだし</li> <li>・感想用紙</li> <li>・包丁、まな板</li> </ul> |
|--|---|---|--|

|   |             |  |                                 |         |
|---|-------------|--|---------------------------------|---------|
| 1 | めん食文化と人類の知恵 | ・調査資料の中から、「小麦粉とそば粉を使った加工食品、調理」を読み、めん文化のたどってきた道程を考える。また、うすやふるいなどの道具や、粉と水との関係などから、先人たちの知恵をしっかりと見つめる。 | ・世界的特徴的なめんを取り上げて、めんや粉に関する説明をする。 | ・ワークシート |
|---|-------------|--|---------------------------------|---------|

表4 沖縄そばの作り方

|         |   |
|---------|---|
| 材料（2人前） | 強力粉 200 g<br>かん水（水100ml, 重曹1 g）<br>塩1 g, ねぎ, かまぼこ,<br>サラダ油 少々<br>そばだし |
| ①       | 小さなボールに水を入れ、重曹と塩を加えてよく混ぜる。→かん水とし用いる。                                  |
| ②       | 大きなボールに強力粉を入れ、かん水を数回に分けて加えながら、全体がなじむよう10分くらいこねる。                      |
| ③       | 表面がしっとりまとまったら、生地を丸くまとめてビニール袋に入れ、20分休ませる。                              |
| ④       | まな板に打ち粉をし、生地を2mm厚さにしたのぼす。   |
| ⑤       | びょうぶ折にし、2mmくらいの幅に切る。  |
| ⑥       | 大き目の鍋にたっぷりの湯を沸かし、塩を一つまみ入れて、麺を入れ、1分半ゆでる。                               |
| ⑦       | ざるに取って水気を切り、サラダ油をまぶして、うちわで扇ぎながら冷ます。                                   |
| ⑧       | そばだしは、沖縄「サン食品」 <sup>7)</sup> のものを使い、かまぼこや小口切りにしたねぎを添える。               |

沖縄そばは、日本そばと異なり、生地を少なくとも20分くらい休ませることが必要であるため、授業時間50分での完成は難しい。そこで、昼休憩に生徒を集合させ、強力粉とかん水をこねる作業を行い、授業の中ではのしと切りを行った。

### 3. 授業実践の結果と考察

今回の一連の学習に対する評価として、学習直後に5段階評価と、そば作りの感想を自由記述させた。点数法による自己評価を表5に自由記述による自己評価を表6に示す。

表5 点数法による自己評価

| 項目                       | 得点   |
|--------------------------|------|
| 1. 沖縄そばを作るのは簡単だった        | 3.35 |
| 2. 日本そばを作るのは簡単だった        | 3.40 |
| 3. 沖縄そばはおいしかった           | 4.80 |
| 4. 日本そばはおいしかった           | 4.05 |
| 5. 沖縄そばの作り方を知ることができてよかった | 4.50 |
| 6. 日本そばの作り方を知ることができてよかった | 4.30 |
| 7. 沖縄そばの作り方がよくわかった       | 4.15 |
| 8. 日本そばの作り方がよくわかった       | 4.30 |
| 9. 沖縄そばをもう一度作って見たい       | 4.60 |
| 10. 日本そばをもう一度作ってみたい      | 4.30 |
| 11. 沖縄そばを家でも作ってみたい       | 4.00 |
| 12. 日本そばを家でも作ってみたい       | 3.65 |

「とてもそう思う」を5点、「少しそう思う」を4点、「どちらでもない」を3点、「あまりそう思わない」を2点、「全然そう思わない」を1点として得点化し、平均点を算出したもの。

表6 自由記述による感想

- |  |
|--|
| <p>①そば作りはどちらもとても楽しかった。地方ごとにそばの種類やだしの味、こしの強さが違って面白かった。家庭科大好きです。(女子)</p> <p>②沖縄そばは、のぼすのがとても大変だったけど、すごくおいしかった。こねている時、すごく弾力があって気持ちよかったです。日本そばより沖縄そばのほうがおいしかったです。(女子)</p> <p>③自分で作ったそばは太さも違うし、見た目が悪かったけど、いつもただ食べている時は気づかなかったそばのいろいろな面が見れてよかったです。めん作りの大変さがわかりました。(女子)</p> <p>④作るのがたいぎかった。(男子)</p> <p>⑤沖縄そばのだし汁が大好きな味で、日本そばよりおいしく思えた。(男子)</p> |
|--|

- ⑥思ったより簡単で、とてもおいしかった。また作ってみたい。(男子)
- ⑦思っていたより簡単だった。しかも沖縄そばは特に速くできた。家でも作って見たいと思う。(男子)
- ⑧特に沖縄そばはのぼすのが大変だった。
- ⑨そば作りは私が思っていたよりもとても簡単に作れてすごく楽しくできた。沖縄そばを作るときこねるのはすごく大変だったけど、それ以外はわりと簡単なので、家で一度は作ってみたいなあと思いました。(女子)
- ⑩こねるのが大変だったけど、沖縄そばはおいしくてよかった。日本そばは、市販のものと違っていた。(女子)
- ⑪切るのが難しかった。沖縄そばというものを初めて知って作って食べていい経験をした。(女子)
- ⑫そば作りはもっと面倒なものだと思っていたけど意外と簡単だった。機会があればまたやりたい。(女子)
- ⑬そば打ちには、やはり技術も重要だということがわかりました。沖縄そばは家族にも作って見たいと思いました。(女子)
- ⑭どちらのそばもとてもおいしかった。(男子2名)
- ⑮沖縄そばが特においしかった。(男子2名)
- ⑯自分で作ったのはお店の物よりも太さはばらばらだったけど、初めて作ってよかったと思います。(女子)

今回のそば作りの授業実践では、表5の結果より、項目1「沖縄そばを作るのは簡単だった」(3.35)、項目2「日本そばを作るのは簡単だった」(3.40)を除けば、どの項目もかなり高得点を挙げている。そば作りの学習が生徒にとって興味深いものであり、楽しみながら実践できた様子が伺える。特に沖縄そばについての項目3, 5, 9は得点が高く、日本そば以上に沖縄そばへの関心が高いことがわかる。そのような中で、項目1, 2の得点がやや低いのは、「日本そばや沖縄そばを作るのに難しかったことはありますか」と尋ねたところ、13名の生徒が「はい」と答え、その内容は「沖縄そばの場合、のぼしてものぼしても縮み、力がいった」、「沖縄そばは材料をこねるのが難しい」、「日本そばは均等に細く切るのが難しい」というものであったことから、沖縄そばは「のし」の工程、日本そばは、昨年からの課題である「切り」の工程に手間どったからのようである。それは表6の自由記述⑧、⑨、⑩、⑪でも述べられ

ている。

しかし、自由記述③のようにめん作りをすることにより、めん作りの大変さを知るとともに、そばをさまざまな角度から見るができるようになり、⑬のように家族に作ってあげたいという生徒もいた。

また、沖縄そばへの関心が高いことは自由記述からもわかるが、これは、生徒たちの住んでいる広島において、日本そばに比べて、市場に多く出回っているカップラーメンやラーメン店のラーメンを食べる機会の多い子どもたちにとっては、ラーメンに近い沖縄そばのほうが口にあったからではないかと考えられる。

#### 4. おわりに

選択家庭科の生徒の学習意欲は比較的高く、そば打ちはどの生徒も積極的に取り組むことができた。

今回、そばの嫌いな生徒は1名いたが、そばアレルギーの生徒はいなかったため、全員がまず「日本そば打ち」を2度体験し、続いて「沖縄そば打ち」を体験した。

日本そばは、昨年度の実践から、大久保流で行えば30分でそばを切る工程までが終了し、50分の授業で試食も充分行うことができる。一方、沖縄そばは、粉とかん水を混ぜ合わせて練った後、最低20分は生地をねかす必要があり、50分の授業で終えるには多少無理が生じるため、前もって練りの部分を行っておく必要がある。私の実験では、冬場であれば、前の日の放課後に練った生地を使用しても大丈夫であった。

課題であるそばアレルギーの生徒に対応した授業構成を考えると、その作業内容や所要時間から見れば、「日本そば」と「沖縄そば」を平行して同時に行うことは可能である。しかし、同じ部屋で作る場合、ほんのわずかな量でも粉がとんだり、茹で汁がとび散ったりしないよう作業台の配置を考える必要がある。すなわち、場所の問題を考えたとき、更なる課題が残る。なお、できるならば、ティームティーチングで授業を行いたい。

「日本そばの切り」の難しさについては今回も指摘があったが、「沖縄そばの切り」については、指摘がなかった。「沖縄そば」は生地に粘りが生じており、びょうぶ折りにして切っても大丈夫なため、使い慣れた包丁でどの生徒も上手に切ることができたが、「日本そば」は、生地を折り曲げて切ることができないことから、専用の包丁が必要であり、昨年度と同様、難しそうに切る姿が見受けられた。し

かし、一度目の日本そば打ちに比べ、二度目の日本そば打ちでは、上手に切れた生徒が多く、回数を重ねることが大切であることがわかる。また、小間板のずらし方を練習すれば、上手に切れた生徒もおり、そばを実際に切る前に、小間板とそば包丁を使用して、イメージトレーニングするのも有効だろう。

昨年度実践した30分で簡単にできる大久保流そば打ちを、今年度はさらに使用する調理器具を簡単にして袋法で実践することで、より手軽に生徒は日本そばを打つことができた。また、同じそばという名称を持ちながら、原料の全く異なる沖縄そばに注目し、実際に作ることで、生徒は、めんについての興味、知識を深めることができた。今後、生徒たちとともに植物に親しみながら、家庭で気軽にめん打ちを行うことができる方法を開発するとともに、めんについて様々な角度から考えていきたい。

#### 【引用文献・注】

- 1) 一ノ瀬孝恵, 日浦美智代「中学校選択教科『家庭』の教材開発—そばからみえる世界—」, 広島大学附属中・高等学校「研究紀要」第49号, pp.77-84
- 2) 石毛直道編『石毛直道の文化麺類学—麵談—』フーディアムコミュニケーション, 1994年, pp.102-126
- 3) すばドゥシの会'99編「もっと食べたい私の好きなすばや—物語」ボーダーイング, 1999年, pp.100-101

- 4) 大久保裕弘氏が開発した水回し時に使用する棒である。本校技術・家庭科, 隠善富士夫教諭に生徒用に作成していただいたものを活用している。
- 5) 生徒が提出した小麦粉・そば粉の調査資料の例を資料として掲載する。
- 6) 2003年9月27日より30日までの4日間, 本校高等学校2学年の沖縄修学旅行に引率し, 体験プログラムで, 生徒とともに沖縄そば作りを体験した。
- 7) (株)サン食品(沖縄県浦添市内間5-10-10)が製造している沖縄そばだしをとりよせた。

#### 【参考文献】

- 1) 『暮らしの手帖別冊 作りおきできるおかずと料理 2003年版』暮らしの手帖社, 2003年
- 2) 『食農教育No. 28』農産漁村文化協会, 2003年, 7月号, pp.76-91
- 3) 大久保裕弘『誰でも打てる十割そば』農文協, 2002年
- 4) 大久保裕弘監修『秘伝! 大久保式そば打ち術』宝島社, 2002年
- 5) 植原路郎『改訂新版蕎麦辞典』東京堂出版, 2002年
- 6) 片山虎之介『不老長寿のダツタン蕎麦』小学館, 2001年
- 7) 講談社編『はじめてのそば打ちを楽しむ』講談社, 2001年
- 8) 石毛直道編『石毛直道の文化麺類学—麵談—』フーディアムコミュニケーション, 1994年

