

## 郷土料理三平汁の教材化に関する研究 ～函館市内の中学生の実態調査を通して～

横井 由利子

### Studies on making of Japanese Local culinary " Sanpei-jiru " teaching material

Yuriko YOKOI

#### 1. はじめに

地域の食材や食文化をより深く学習するためには、地域の現状を十分に踏まえた教材が必要となる。現行の中学校学習指導要領では、「技術・家庭」（家庭分野）内容B「食生活と自立」（3）「地域の食文化」に関する内容は必修項目に挙げられ<sup>1)</sup>、食育推進の観点からも、食文化の継承や環境に配慮した地産地消が求められている。次期学習指導要領では、「家庭科において育成を目指す資質・能力の整理」の中で「日本の生活文化を継承しようとする態度」の充実が記述されている<sup>2)</sup>。生活文化、特に食文化の学習において、今田<sup>3)</sup>は次のように述べている。「子どもへの伝承方法として、知識を学習することで伝承される知識的伝承と、子どもが日常生活の中で学んでいく方法、つまり生活体験を通して学習し、伝承される体験的伝承とがある」。近年は家庭における食生活が急速に変化し、郷土料理の調理機会が減少していることから、家庭での体験的伝承は難しくなっ

ているといえる。そこで、本研究では、地域の食材や食文化に関する知識的伝承と体験的伝承を含む教材を作成することを目的とし、函館市内の中学生に対して地域の食文化と郷土料理（三平汁）についてアンケート調査を実施した。三平汁を取り上げた理由は、次の3点である。(1) 北海道（道南）を代表する郷土料理の一つで、代々家庭の味として伝えられてきた日常食であること<sup>4)</sup>。(2) 魚と旬の野菜や山菜、海藻が入った栄養バランスの良い汁ものであること。(3) 具材に応用が効くこと。これらの調査結果から地域の現状を把握し、次世代に伝承すべき郷土料理（三平汁）の教材開発を目指した。

#### 2. 方 法

函館市内の中学生（教育実習校先）を対象に、無記名式アンケートを実施した。教育実習校の校長には、事前に承諾を得て、家庭科の授業終了後や短学活の時間に、口頭及びアンケートの冒頭に

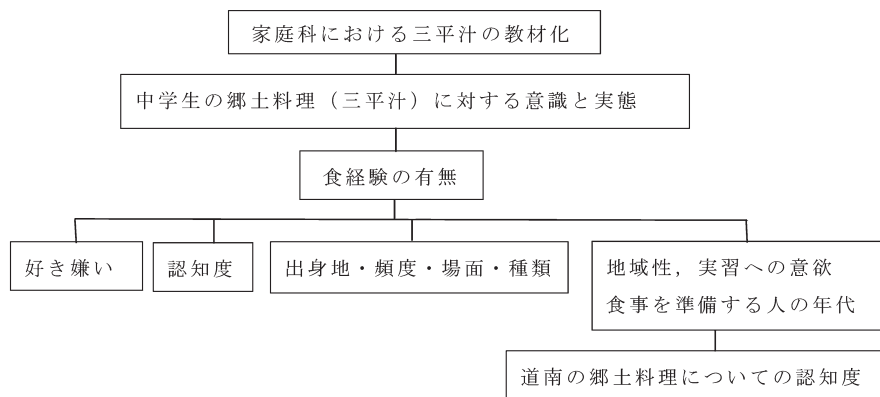


Fig 1 : 調査項目の関連図

記載した書面にて、調査対象者の同意を確認後、記入されたものを回収した。アンケートの設問項目は、三平汁の食経験、嗜好、認知度、出身地等と合わせて、調理実習への意欲、普段の生活における食事を準備する人の年代等を含む、全11問とし、調査項目の関連図をFig1に示した。

調査対象校は、Fig2に示した地理的特徴をもつ恵山中学校、尾札部中学校、潮見中学校、宇賀の浦中学校、北中学校の5校で、合計551名の回答を得た。これらを集計し分析を行い、教材化としての一例を示した。

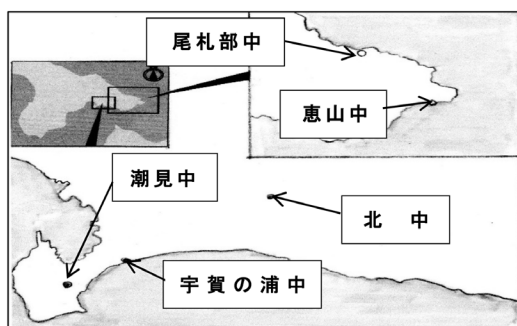


Fig 2: 調査対象校略図

### 3. 結果と考察

(1) 三平汁の食経験調査（出身地、頻度、喫食場面）

調査対象者の出身地は、函館市が492人（89%）、渡島檜山3人（1%）、道内23人（4%）道外33人（6%）であった（Fig 3）。

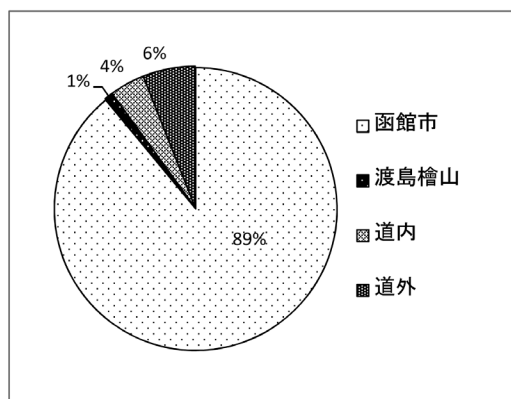


Fig 3: 調査対象者の出身地

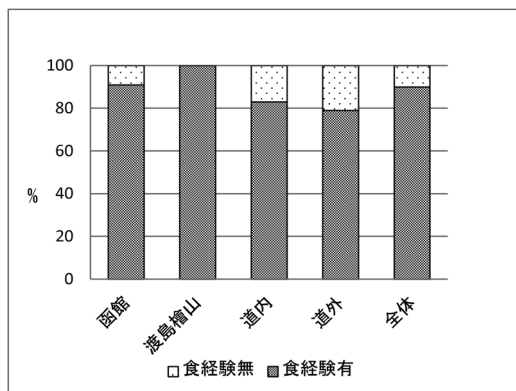


Fig 4: 出身地別の食経験調査

調査対象者全体の三平汁の食経験について「食べたことがある」と答えた人は495人（90%）と高く、「食べたことが無い」と答えた人は56人（10%）であった。

出身地別に食経験の有無をみると、道外33名中26名（79%）が食経験者であり、大きな差異は見られなかった（Fig 4）。

この結果は、後述するように、学校給食により食経験が得られていると考えられる。

学校別にみえていくと、食経験者が最も高い学校は、尾札部中学校96%で、次いで恵山中学校と潮見中学校が93%、宇賀の浦中学校が88%、北中学校が85%であった（Fig 5）。

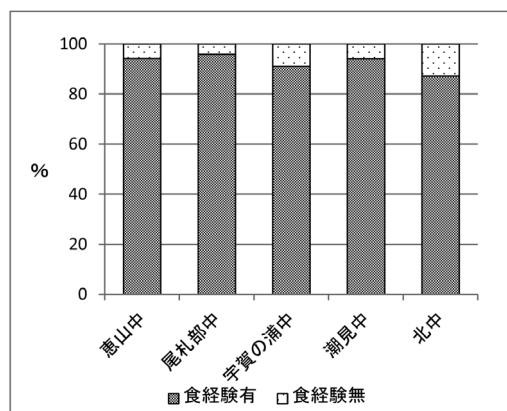


Fig 5: 学校別食経験結果

喫食頻度については、全体では「年に数回」が349人（70%）を占め、次いで「年に1回」が13人（27%）であった。

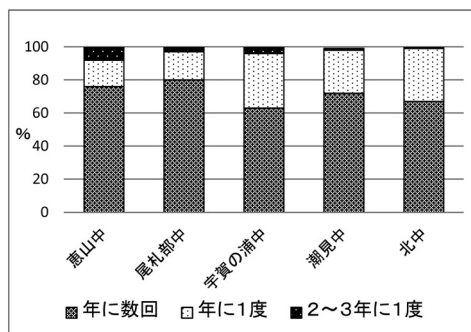


Fig 6: 喫食頻度

学校別では、尾札部中学校が「年に数回」で80%を占めた。次いで、恵山中学校76%、潮見中学校72%を維持し、宇賀の浦中学校、北中学校は60%台であった (Fig 6)。

調査対象者全体の喫食場面については、前述のように学校給食が436人 (88%) と高く、次いで、「家庭」209人 (42%) 「親戚の家」70人 (14%) であった。

学校別にみても、「学校給食」に関しては宇賀の浦中学校が91%と最も高く、次いで尾札部中学校、潮見中学校が90%、北中学校89%、恵山中学校が73%であった。

また喫食場面が「家庭」と答えた人は、恵山中学校が73%、尾札部中学校が63%を示し、他の3校が30%台であるのと比べて6割以上の家庭で食べられていることが判明した (Fig 7)。このことは、海岸沿いの学校で保護者に漁業関係者がいて (恵山中学校、尾札部中学校は保護者の7割が漁師) 「身近に食材があり入手が容易」など「地域性」の要因が考えられる。

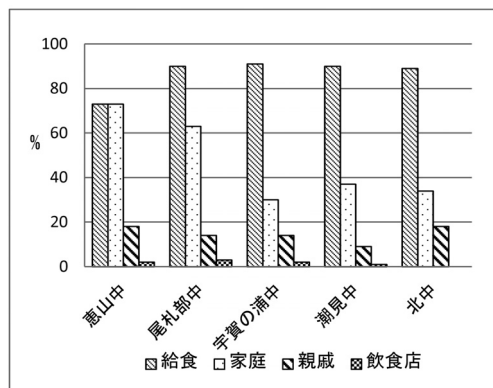


Fig 7: 喫食場面

## (2) 魚の種類別

魚の種類に関して、調査対象者全体では、「鮭」が493人 (90%) と最も高く、次いで「タラ」139人 (28%)、「ニシン」14人 (3%) であった。

学校別にみても5校とも「鮭」が90%前後を示した (Fig 8)。

鮭の三平汁が主流になっている要因については、「年間1人当たりの魚介類品目別家計消費において、平成26年 (2014) の鮭の消費は、昭和53年 (1978) の3倍となっており、現代の食卓において鮭はより身近な水産物となっている。」と報告されている<sup>5)</sup>。

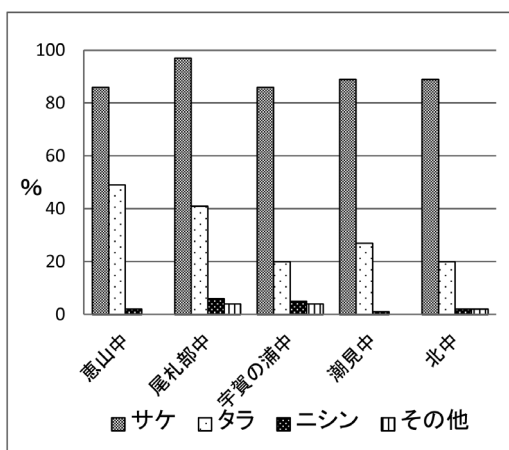


Fig 8: 三平汁に使用する魚の種類

## (3) 三平汁の嗜好

三平汁の好き嫌いについては、全体では、「好き」と回答した人271人 (55%) 「嫌い」36人 (7%)、「どちらでもない」188人 (38%) であった。

学校別にみると「好き」と答えた人は、恵山中学校63%、尾札部中学校59%と他の3校55～48%に比較して若干高かった (Fig 9)。普段から食べる機会が他の3校と比べて多いためと考えられる。

## (4) 三平汁の認知度

三平汁の認知度については、Fig10のように全体では、「聞いたことがある」34人 (61%)、「知らない」21人 (38%)、「どのような料理か知っていた」1人で、道内外の出身者で「聞いたことが無い」と答えた人は、11人中わずか4人であつ

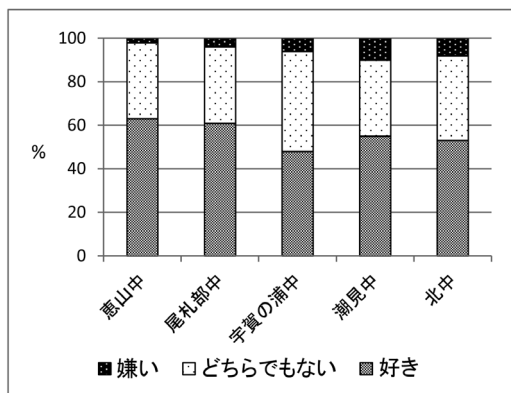


Fig 9: 三平汁の好き嫌い

た。

このことから、「三平汁」の名前は道内外にも、ある程度認知されていると考えられる。

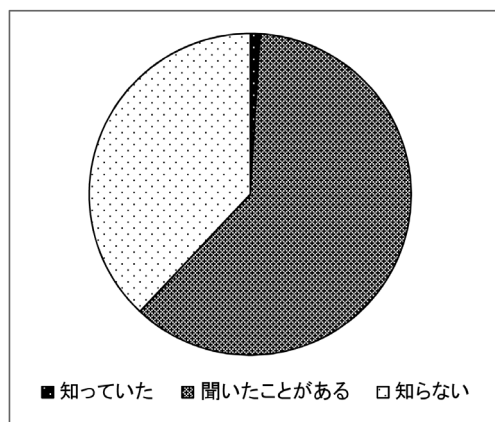


Fig 10: 三平汁の認知度

#### (5) 調理実習における三平汁の実習意欲

調理実習で「三平汁」を作ってみたいかについて食経験の有無で比較してみた。全体では、食経験者495人中「作ってみたい」と回答した人は171名 (34%)、「作りたくない」が140人 (28%)、「どちらでもない」が184人 (37%)であった。

学校別では、恵山中学校で「作ってみたい」と回答した人が39%と5校中一番高く、「作りたくない」17%、「どちらでもない」43%であった。尾札部中学校は、「作ってみたい」が29%にとどまり「作りたくない」32%、「どちらでもない」38%であった。潮見中学校も、「どちらでもない」と回答した人が40%で「作ってみたい」36%を

上回った。北中学校においては、「作りたくない」が35%を占め、「作ってみたい」32%を上回った (Fig11)。

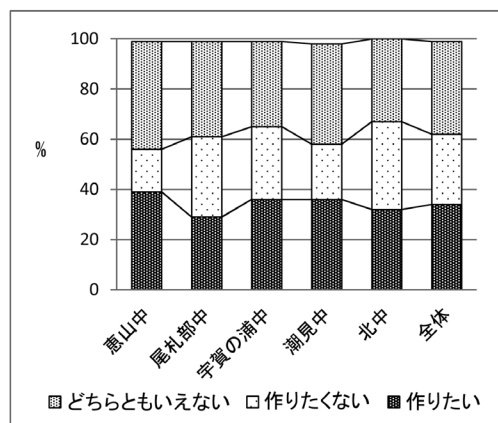


Fig 11: 食経験者の調理実習への意欲度

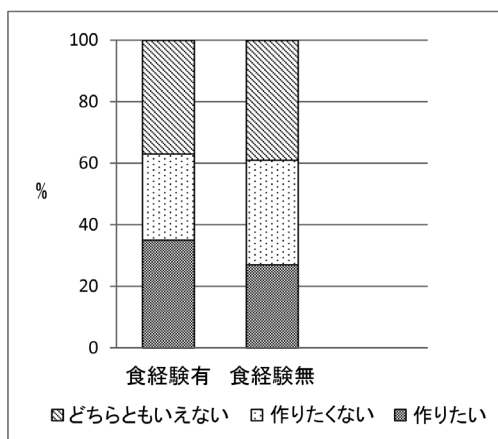


Fig 12: 食経験の有無による調理実習への意欲度

このように、三平汁を調理実習で「作ってみたい」と回答した人が30%にとどまったことは、中学生の「魚離れ」が要因の一つと考えられるが、更に研究を深めたい。

食経験無しの対象者については、「作ってみたい」と回答した人が15人 (26%)、「作りたくない」19人 (33%)「どちらでもない」22人 (39%)であった (Fig12)。食べたことのない料理に対する消極性、あるいは、魚料理を敬遠する傾向があると考えられる。

## (6) 主に食事を作る人の年代と家庭での食経験有との関係

主に食事を作る人の年代については、全体では40代が56%を占め、30代が21%を示した。また、60代と70代を合わせると15%であった (Fig13)。

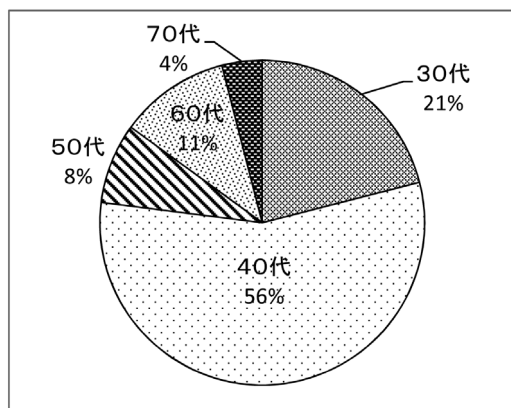


Fig13: 食事を作る人の年代

次に家庭での食経験有との関係をみてみると、年代別では60代が74%、70代が60%と高く、他の年代は30%前後であった。地域性から二つのグループに分けてみると、恵山中学校、尾札部中学校では70代で100%、60代で88%を占め、他の3校では、70代で50%、60代で65%であった (Fig 14)。

このことから、家庭で三平汁を作っている人の年代は60代、70代が多く、30代では恵山中学校、尾札部中学校を除いて22%と低く、若い世代では

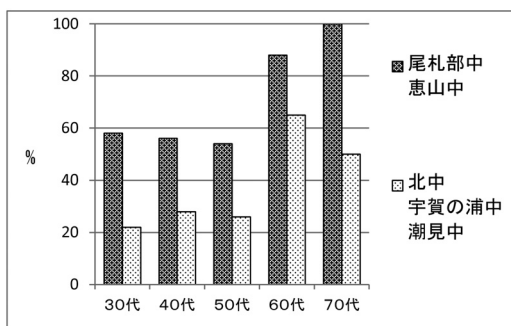


Fig14: 食事を作る人の年代と家庭での食経験有無との関係

あまり作っていないことが判明した。その要因は

- 1 魚を一尾ごと購入することは少なく、アラの入手が難しい。
- 2 家族の「魚離れ」。
- 3 料理の下ごしらえ（だしをとる、野菜の皮をむくなど）手間や時間のかかることは避ける傾向。

など、いろいろ考えられるが、家族形態が変化しそれに伴って家族の食事内容も変わってきたことが推測される<sup>7)</sup>。

## (7) 道南の郷土料理（三平汁以外）についての認知度

道南の郷土料理についてTable 1, 2 に示した。

全体では、「いかめし」231人（42%）、「ごっこ汁」66人（12%）、「ジンギスカン」43人（8%）で、「いかめし」の回答者が多い学校は、北中学校95人（57%）、宇賀の浦中学校53人（50%）、

Table1:道南の郷土料理（三平汁以外）

	(人)	いかめし	ごっこ汁	ジンギスカン	ちゃんちゃん焼き	どさんこ汁	石狩なべ	イカソーメン	イカの塩辛	松前漬	昆布まき	(竜田揚げ汁)	飯ずし	カニめし
恵山中	55	25	24		1	2						1	3	3
尾札部中	74	11	7	1	2			1			11	2	1	
潮見中	147	47	7	13	2		3	11	3	15	1	2		2
宇賀の浦中	127	53	8	10	1	3	2	7	4			3		2
北中	168	95	20	19		7	3	5	5	1		4		4
総計	551	231	66	43	6	12	8	24	12	16	12	12	4	11



恵山中学校25人（45%）であった。「ごっこ汁」は、恵山中学校が24人（44%）と高く、他の4校は5～12%と低かった。

このことから、恵山では食材の「ごっこ」が手にはいりやすく、食経験も多く、郷土料理として認知されていると考えられる。

また、尾札部中学校では「昆布巻き」と回答した人が11人（15%）、「きなんぼ（マンボウ）の酢味噌和え」が4人いた。

Table2:三平汁以外の認知度

	郷土料理名	%
1	いかめし	42
2	ごっこ汁	12
3	ジンギスカン	8
4	イカさし・イカソーメン	4
5	松前漬	2
その他	どさんこ汁・昆布巻き・イカの塩辛 クジラ汁・カニめし・やきとり弁当 石狩鍋・ちゃんちゃん焼き・きなんぼ 飯寿司・塩ラーメン・にしんそば等17種	

さらに、恵山中学校と尾札部中学校には、「飯ずし」と答えた人が4人いて、いずれも地域性が現れている。潮見中学校では、「松前漬」と回答した人が15人（10%）いて、これは恐らく総合学習などで行われた体験学習によるものと考えられる。「ジンギスカン」については、道南というよりも北海道の郷土料理として捉えたのではないかとと思われる。

次に「いかさし」「いかソーメン」と回答した人は全体で24人（4%）「いかの塩辛」の回答も12人（2%）いた。やはり道南、函館と言え「いか」そのイメージが上記の結果に繋がったと考える。「どさんこ汁」については全体で12人中、北中学校が7人を占めており、学校給食で時折提供されていることも関係していると考えられる。

一方、郷土料理と道南（函館）の名物との区別がはっきりしていない中学生が数名いた。

例えば、塩ラーメン、やきとり弁当などである。郷土料理の定義をどのように押さえるかにもよるが、基本的なことはきちんと理解させたい。郷土料理について、今田<sup>6)</sup>は、「各地域の気候・風土のもとで、産せられた特産物を用い、それぞれの地域の生活環境を反映しながら作り上げられてき

た家庭料理」とし、次のように分類している。

1 ある地方に特産する材料を用い、その土地独自の料理法が発達したもの

2 ある地方の特産もしくは大量生産された食品が乾燥・塩蔵されて他の地域へ運ばれ、由来地よりむしろ消費地で調理法が発達したもの

3 広い地域で共通に生産・入手できた食品で、ある時期には、当然同じ手法で調理されたが、各地方ごとに多少差異を生じながら発達したもの

以上のように、郷土料理は食材（地域の特徴的）、調理法、そして慣習（行事）が関わるため、地域の人材の協力を得ながら、中学生に道南の郷土料理がどの特徴を持っているか調べさせることも意義あることと考えられる。三平汁は今田<sup>6)</sup>によると上記の3に該当する。

1. 生徒が主体的に課題解決を図ろうとする意欲を重視する。	学び方
2. 実践的体験の学習方法を取り入れる。	
3. 郷土料理とは何か、昔の人々の食事や地域の食材、食文化について理解を深める工夫をする。 ・先人の食に対する知恵と文化に気づく ・地産地消の大切さに気づく ・三平汁のメリットに気づく	認識
4. 生徒が伝承すべき郷土料理三平汁の担い手になる取り組みを入れる。	
5. 家庭での実践を重視する。	価値観
6. 食生活をより豊かにするための工夫やその意義を考えることを重視する。	
7. 食生活を継承しようとする態度の育成を目指す。	

Fig15:教材化の枠組み

## (8) 教材化の枠組み及び授業計画の作成

本調査の結果を踏まえ、郷土料理「三平汁」の教材化の基本的な考え方（枠組み）をFig15に示す。

1と2は、学び方に関するもので、課題解決に向けた切実感やワクワク感を工夫する。例えば、食の専門家や地域の人をゲストティーチャーに招く。3については、出版物やインターネットの活用、地域の高齢者や家族からの聞き取りを行う。

4については、鮭とニシンの三平汁を試食後、自分好みの三平汁のレシピを作成し、実習する。そこから学んだ「活かしたいこと」「身につけたこと」を検証データとし、「三平汁のパーフェクトガイド」を作成し家庭で実践する。6, 7は、三平汁の授業によって形成が望まれる価値観を示した。次に、枠組みFig15に基づいた授業計画を作成した (Fig16)。

「三平汁をもっと知って、作って、伝えていこう」

時間	学習活動	具体的な学習内容	検証のためのデータ
	事前アンケート実施		
1	道南の郷土料理について（ゲストティーチャー）	郷土料理とは何か、地域の食材、独自の調理法、慣習（行事）が関わっていることを知る。先人の食に対する知恵と文化に気づく。地産地消の大切さに気づく。	
2	三平汁のルーツを知ろう（特徴や由来、レシピについて調べる）	三平汁の特徴、由来、レシピについて調べる。（出版物やインターネットの活用、地域の人々や家族からの聞き取り）	
3	三平汁を試食しよう（鮭とニシンの三平汁を試食する。栄養バランスを確かめる）	鮭三平とニシン三平を試食し、自分が作る三平汁を決める。栄養価について理解する。	三平汁のメリット
4	自分好みの三平汁を考えよう。（レシピ作成）	地域の人や家族からの情報を参考に、旬の野菜等を利用したレシピを作成する。	
5・6	三平汁を作ってみよう	レシピにそって、三平汁を作る。	活かしたいこと 身に付けたいこと
7	三平汁のまとめ	実習後の反省をもとに、パーフェクトガイドとしてまとめる。	学習後の家庭実践
	事後アンケート実施		

Fig16: 授業計画

#### 4. まとめ

調査対象者551人中「三平汁の食経験者」は90%と高く、ほとんどの中学生が「年に数回」食べていることが分かった。ただ喫食場面については「学校給食」が88%を占め、「家庭」で食べた経験者は恵山中学校、尾札部中学校以外は30%台と少ない。

さらに作ってくれる人の年代は60代70代が多く、30代40代は少ないことが判明した。また「食材の入手が容易」な恵山中学校や尾札部中学校でも同じ傾向がみられた。

これらのことから、若い世代では家庭で三平汁を作る機会が減ってきている状況がみられた。

次に魚の種類については「鮭」が90%と多く、三平汁を「好き」と答えた中学生は55%「嫌い」は7%と低かった。ただし、家庭科の調理実習で「三平汁を作ってみたいか」の問いに対して、「はい」と答えた人は食経験のある中学生で34%、食経験無しの中学生で26%を示し「どちらでもない」が前者で37%、後者で39%であった。中学生の「魚料理に対する抵抗」が要因の一つと考えられるが、更に研究を深めたい。

一方、三平汁の認知度については、三平汁を食べたことが無い中学生でも「名前は聞いたことがある」が61%あり、道内外を問わずある程度知られていることが分かった。

これらの調査結果を踏まえて、郷土料理「三平汁」の教材化の基本的な考え方（枠組み）と授業計画の一例を示した。

家庭科は、ESD（Education For Sustainable Development）を推進し、持続可能な生活を作り、実践していく重要な教科である。

家庭科の授業に地域の三平汁を取り上げ、中学生に関心を持たせ、地域の食材を生かした三平汁の調理実習を通して基礎的な日常食の調理ができ

るようにすることは、これからの食生活を豊かに工夫するために重要な学習内容となりうると考える。さらに、食文化を継承しようとする態度の育成とその意義について考えさせることは地域の食材や地域の食文化をより深く定着させることに繋がる。今後は、授業実践を行い課題追及を進めていく。

#### 5. 謝 辞

本研究の調査にあたり、ご協力いただいた函館市内5校の校長はじめ諸先生及び生徒の皆様、並びに貴重なご助言をいただきました函館短期大学 澤辺桃子教授、藤井壽夫教授に深く感謝申し上げます。また、アンケート回収に協力して下さった秋田恵さん、黒坂優奈さん、佐々木彩華さん、中西郁子さん、福沢優李奈さんに心よりお礼申し上げます。

#### 6. 引用文献

- 1) 中間美砂子・多々納道子編著、中学校・高等学校家庭科指導法 建帛社. 2011, 138
- 2) 文部科学省ホームページ、次期学習指導要領等に向けたこれまでの審議のまとめについて（報告）平成28年8月26日. 教育課程部会
- 3) 江原絢子編「食と教育」〈食の文化フォーラム19〉、ドメス出版2001
- 4) 村漁村日本の食生活全集1 聞き書北海道の食文化協会. 1986, 182-183
- 5) 庭亜子他、「三平汁」の食経験および嗜好傾向調査、函館短期大学紀要. 42;1-9, 2016, 7
- 6) 橋本慶子他編「調理と文化」（調理科学講座7）、朝倉書店. 1993, 186-187
- 7) 岩村暢子「変わる家族変わる食卓」、勁草書房. 2003, 238



## 【参考資料】

### 鮭の三平汁の材料

材料	分量（1人分）g
塩鮭（アラを含む）	100
じゃが芋	70
大根	60
人参	30
ごぼう	15
長ねぎ	10
昆布だし	200
塩	—

### 鮭の三平汁調理手順

- 1 鮭のアラは洗って、ざるに取る。
- 2 じゃが芋は皮をむき2cmの乱切りにする。
- 3 大根は皮をむき、厚さ5mmのちょう切りにする。
- 4 人参は皮をむき、厚さ5mmの半月切りにする。
- 5 ごぼうはさがきし、水にはなす。
- 6 長ねぎは長さ5cmの斜め切りにする。
- 7 深鍋に昆布だしを入れ、大根、人参、じゃが芋、ごぼうを入れ中火で煮る。
- 8 沸騰する前に昆布を取り出し、鮭を入れて煮る。
- 9 浮いてきたアクを取り、弱火にして野菜が柔らかくなるまでゆっくり煮る。
- 10 最後に、長ねぎを加え、鮭から出る塩味を見て、味を調える。

### ニシンの三平汁の材料

材料	分量（1人分）g
糠ニシン	40
じゃが芋	70
大根	60
人参	30
ごぼう	15
ささげ	15
長ねぎ	10
昆布だし	200
塩	—

### ニシンの三平汁調理手順

- 1 ニシンの糠を水で洗い、1cmの筒切りにする。
- 2 じゃが芋は皮をむき2cmの乱切りにする。
- 3 大根は皮をむき、厚さ5mmのちょう切りにする。
- 4 人参は皮をむき、厚さ5mmの半月切りにする。
- 5 ごぼうはさがきし、水にはなす。
- 6 ささげは、長さ5cmの斜め切りにする。
- 7 長ねぎは長さ5cmの斜め切りにする。
- 8 深鍋に昆布だしを入れ、大根、人参、じゃが芋、ごぼうを入れ中火で煮る。
- 9 沸騰する前に昆布を取り出し、ニシンを入れて煮る（5分程度）。
- 10 浮いてきたアクを取り、ささげを加え、弱火にして野菜が柔らかくなるまでゆっくり煮る。
- 11 最後に、長ねぎを加え、ニシンから出る塩味を見て、味を調える。