

SHOKU-IKU PASSPORT

2017 +
SUMMER

SHOKU-IKU
PASSPORT

2017 SUMMER

2017年発行：学校法人服部学園 服部栄養専門学校 HATORI 食育クラブ事務局
〒151-0051 東京都渋谷区千歳 5-2-5 TEL 03-3356-7175



www.shokuikuclub.jp

●この冊子は非売品です。 ●本書の内容の一部または全部を無断で複写、複製(コピー)することは、法律で認められた場合を除き著作権者および事務局の権利の侵害となりますので、その場合はあらかじめ当事務局あてに許諾を求めて下さい。 ●乱丁・落丁などの不良品がございましたらお取り替えいたします。



Ecole
de
Cuisine et Nutrition

HATTORI

Shoku-iku

「食」とは、もともと「人を良くする」と書きます。
本物が求められる時代だからこそ、今、改めて大切になるのです。
栄養士はもとより、調理師を目指す人は高齢化、少子化社会を
迎えるにあたって「食育」を実践できることが基本であると思います。
安全な食材や食品を識る人になること。
そして、「食」の世界の可能性の大きさを知ってほしいのです。
料理が好き、栄養に興味がある、
そんなあなたの「ワクワク」する気持ちを
大きく育てることが、学園の役割であると考えています。
世の中に「必要とされる人」を育てるために。



SHOKU-IKU PASSPORT CONTENTS

2017
SUMMER



- 1 学校案内
- 2 目次
- 3 つばめグリル
添加物や化学調味料を使わず
鮮度と手作りにこだわった味
「熊本あか牛と宮崎県産きな粉豚のハンブルグステーキ」
- 5 OB INTERVIEW
株式会社ソフィアプロモーション
栄養士 坂本 真由美氏 平成 22 年 栄養士科卒業
- 7 大人の食育見学 その 1
山梨県道志水源涵養林
を見学しました
- 9 マスコットフーズ株式会社
使いこなせば料理上手! スパイスの使い方

11 亀の子素子 たわしの選び方・使い方

13 食の仕人 いい食べ物のつくりかた① 納豆 経木納豆から食を整える

15 ユーハイム 日本が世界に誇る食材 神戸牛を学ぶ 「神戸牛のミートパイ」

17 OB INTERVIEW 株式会社 FM 代表取締役社長 藤枝 祐太氏 平成 7 年調理師本科卒業

19 大人の食育見学 その 2 エディブル・スクールヤード (食育菜園) の取り組みを見学しました

21 食の仕人 いい食べ物のつくりかた② 醤油 木桶文化を守るには

23 三菱ケミカル・クリンスイ フレンチ「à table」に、クリンスイを導入してみました 服部栄養専門学校 卒業生のお店



今年、創業87年を迎える老舗洋食店「つばめグリル」。3世代通うお客さんもいるという人気店です。

看板メニューのハンバーグに使う牛肉や豚肉はその時に必要な量だけを店舗で挽肉に加工し、肉の鮮度を守

っている、というから驚きです。こだわりのポイントはそれだけではなく、ベーコンやソーセージ、マヨネーズまで自家製。添加物や化学調味料を使わず、鮮度と手作りにこだわった味が、多くの顧客から長く支持される理由のようです。

添加物や化学調味料を使わず 鮮度と手作りにこだわった味

「熊本あか牛と宮崎県産きな粉豚のハンブルグステーキ」

つばめグリル 取材／食育通信オンライン編集部



先日「つばめグリル」を訪れると店先に期間限定のメニュー『熊本あか牛と宮崎県産きな粉豚のハンブルグステーキ』が出ていたので、注文してみました。

2016年、多くの生産者も被害を受けた熊本地震は記憶に新しいところ。「つばめグリル」では震災以前からトマトや熊本あか牛など熊本食材を使用しており、震災後は復興支援の助けになれば、とさらに多くの熊本食材を扱っているとのこと。

ところで〈あか牛〉とはどんな牛でしょうか。現在、和牛には黒毛和種、褐毛和種、無角和種、日本短角種の四種類があり、そのうち市場に出回っている肉の90%以上が黒毛和種です。熊本と高知を主産地とするあか牛（褐毛和種）は貴重な牛。肉質は赤身が多く、脂肪分が控えめとされています。

栄養的な側面ではあか牛の肉には〈タウリン〉が多く含まれていることが注目されています。タウリンには肝機能障害の改善や血圧降下などの作用があり、低い脂肪分と相まって健康的な肉と言えるそうです。

気づけば店内はお客さんでいっぱい。早速、テーブルに運ばれてきた『熊本あか牛と宮崎県産きな粉豚のハンブルグステーキ』を食べてみました。牛のしっかりとした旨味を感じますが、豚肉の風位も強いようです。それもそのはず。使用されているのはざま牧場の「きな粉豚」は飼料として大豆きなこを与えていることが特徴で、大阪の銘柄豚肉品評会で3位に入った実績もある有名銘柄豚です。素材へのリスペクトが感じられる味でした。毎日の食事は生産者の存在があつてのこと。ごちそうさまでした！

ハンバーグ・欧風料理 つばめグリル

〒108-0074 東京都港区高輪4-10-26
☎03-3441-0121



スタンプラリー加盟店：1店舗
つばめグリル 品川駅前店
営/11:30～23:00 (22:30LO)
休/年末年始のみ
<http://www.tsubame-grill.co.jp>



公式サイト

食育企業紹介ページ

ソフィアプロモーションは毎月1万店舗の全国スーパーマーケットで試食販売を手掛ける会社。約700社の食品メーカー・生産者団体と連携しながら、業務をおこなう服部学園出身の栄養士の坂本真由美さんから話を伺いました。

株式会社ソフィアプロモーション
栄養士 坂本 真由美氏
平成 22 年 栄養士科卒業



OB INTERVIEW 01

—学園を選んだ理由

もともと料理がすごく好きで、高校二年生の時までパティシエになりました。進路を決める頃になり、両親とも相談するうちに栄養士という存在を知りました。大学と専門学校という選択肢になって、はじめは大学に進むつもりでしたが、服部学園に体験入学でお世話になったときに、調理実習がすごく充実していることを知り、入学を決めました。

—どんな学園生活でしたか？

アットホームな雰囲気の中で楽しく過ごしました。なにをするにも——お花見をするにしても全員で、食事会にもみんな、という具合にとっても仲の良いクラスでした。今でも年に三回くらい同窓会といって集まるくらいです。同級生には栄養士として現場で働いている子も多いので、仕事の相談することもあります。

—現在のお仕事について

ソフィアプロモーションは試食販売をおこなう会社で、私は食品メーカーとの企画打合せからメニュー考案、そして売場に立つPRスタッフさんの教育などを仕事にしています。「美味しい」だけの試食販売だけではなく、栄養バランスを考えた試食レシピの提案や、PRスタッフさんが売場で栄養学的な部分までお客様に伝えられるような知識共有を図っています。ウイナーひとつでも「安いから」ではなく、野菜と一緒にポトフで食べると栄養バランスが良いですよ、という風にお客様が「食」に興味を持てる試食販売をおこ



なっています。

先日、メーカーさんから「パンとチーズでメニューを」というお話をいただきました。じゃあ、パンとチーズに含まれていない栄養素はなんだろう。ビタミンCだから……という具合に考え、提案したところ、今度そのメニューを店頭で試食販売していただけることになりました。メーカーさんへの提案から販売というはじまりから終わりまで、すべてに関わる仕事ですから、とてもやり甲斐があります。食育という幅広いですが、私は食を楽しんでいただくことだと考えています。まずは興味を持ってもらう、食べる楽しさ、知る楽しさを店頭で知ってもらうというのが、みなさんの普段の食生活のなかで病院に行かなくても済むように食卓を整えていって欲しい。栄養士としてそんな風に願っています。

店頭プロモーション(試食宣伝)による販売促進事業、店舗支援事業

株式会社ソフィアプロモーション

〒150-0022 東京都渋谷区恵比寿南1-5-5 JR恵比寿ビル11F

☎03-5798-3112

<http://www.sophia-p.co.jp>



公式サイト 食育企業紹介ページ

山梨県 道志水源

太平洋を横断する船乗りに「赤道をこえても腐らない」と賞賛された横浜の水。横浜という埋立地の港町でどのように高品質の水を作ることができたのでしょうか。

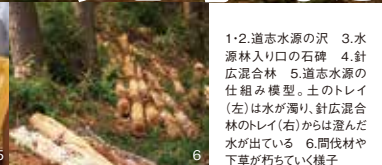
話は横浜開港の時代までさかのぼります。開港前までは小さな村だった横浜は、開港によって一気に人口が増加しますが、わずかな井戸しかなく、しかも拡張した埋立地の井戸は塩分を含み飲料水としては適しているものではありませんでした。そこで当時の神奈川県知事がイギリス人の技師ヘンリー・スペンサー・パーマーを招聘して近代水道の開発に乗り出します。パーマーは1885年に相模川の三井から取水する工事に乗り出し、横浜まで全長48kmに亘って土地の傾斜のみを利用した水道管を敷き1887年10月に日本初の近代水道が誕生します。



その後、さらなる人口増加に対応するために取水地点を相模川から道志川に移します。1916年には山梨県道志村の山林を購入。水源林の管理・保全をはじめ、現在に至っています。横浜の水道水は山梨県の道志村の水だったというわけ。ではその高い品質はどうやって作られているのでしょうか？道志水源涵養林に見学に向かいました。場所は山梨県南都留郡道志村。新宿から車で2時間弱の場所です。

水源林の入り口には大きな石碑が立っていました。水源林への道は整備されて誰でも入ることができるようになっています。この水源涵養林には檜(ヒノキ)や樺(ブナ)など、針葉樹も落

涵養林を見学しました



1・2. 道志水源の沢 3. 水源林入り口の石碑 4. 針広混合林 5. 道志水源の仕組み模型。土のトレイ(左)は水が濁り、針広混合林のトレイ(右)からは澄んだ水が出ている 6. 間伐材や下草が朽ちていく様子

葉広葉樹林も何十という種類の樹木が生えています。

そしてこの林の中には約150にも及ぶ沢があり、雨の降らない冬でも枯れることがないのだそうです。その仕組みをふたつの模型で教えていただきました。左のトレイは土だけ、右のトレイは針葉樹と広葉樹が植わっている道志川水源林のモデルです。ジョウロで雨に見立てた2リットルの水をかけると、左側は側面の上の管から勢いよく泥水が流れ出ますが、針広混合林のトレイは上下の両方の管から少しずつ澄んだ水が少しずつ流れます。針広混合林は雨をしっかりと吸ってその土はフィルターとなって濾過し、きれいな水を

ゆっくりと送り出していきます。これがこの水源林で起こっていることなんだそうです。

間伐し、枝落ちがしてあって、下草が生えて、倒した木は自然に何十年という間に腐っていく。そうするとその中で微生物が働いて地中を豊かにする。そして雨が降れば染み込んで浄化されながら年間を通して枯れることなく沢となって流れていく。

ペットボトルのミネラルウォーターがたくさん販売されるようになりましたが、今一度、身近にある水道水の豊かさを見直すことも大切ですね。あなたの口にしている水道水はどこから流れてきているか、調べてみたことはありますか？

食品店の棚に並んでいるスパイスは料理に彩りを与えてくれる絵の具のようなもの。使いすぎればまとまりがなくなりますが、使いこなせば料理上手というわけです。今日はスパイスの使い方のポイントを復習しましょう。

マギーキッチンサイエンスによるとスパイスで風味をつける場合、何らかの方法で風味化合物を植物組織から引き出さなければいけない、とのこと。香辛料を粉にして使うのは、表面積を大きくし、より風味分子を抽出しやすくするため。逆に長く煮込む場合にはホールスパイスを使い、長時間かけてゆっくりと染み出すようにするのです。また、芳香成分は一般に水よりも油、脂肪、アルコールに溶けやすく、油脂やアルコールに溶かしたほうが風味も長く感じられることを覚えておきましょう。

今日はマスコットフーズのスパイスを使ってアイス・チャイをつくってみます。チャイに使われるスパイスは一般的にシナモン、カルダモン、クローブ、ジンジャーといったところ。インドの路上で売られているチャイは牛乳も薄めで、スパイスの香りも控えめですが、高級なお店に行くとミルクもリッチに、スパイスの風味も強くなります。

使いこなせば料理上手!

スパイスの使い方 Point

マスコットフーズ株式会社

取材 / 食育通信オンライン編集部



おいしいアイス・チャイの作り方

ミルクパンを用意し、200ccの水とアッサムティー5g、砂糖大さじ1を中火にかけます。沸騰したら弱火に落とし、3分間経ったら、シナモンパウダー小さじ2分の1、カルダモンパウダー小さじ2分の1と牛乳200ccを加えてさらに1分間煮出します。火を止め、もう

1分待って落ち着かせます。ホットチャイなら茶こしで濾せば出来上がりですが、アイス・チャイの場合は氷水にボウルを当てるなどして急冷してから、氷の入ったグラスに注ぎましょう。冷やさずに注ぐと氷が溶けすぎて味が薄くなってしまいます。

おいしさの秘密は牛乳の乳脂肪分にスパイスの風味が抽出されていること。従って乳脂肪分が高いほど香りの余韻が長くなります。逆に水でスパイスを煮出し、乳脂肪分の低い牛乳を加え

ればあっさりとした風味になる、というわけ。日常的に飲まれているチャイのような飲み物も分子レベルで考えると様々な応用していけるわけですね。

スパイス・ハーブ・乾燥野菜・シーズニング加工製造

ヤスマ株式会社

〒141-8559 東京都品川区西五反田5-23-2

☎03-3490-6955

<http://www.yasuma.co.jp>



●マスコット製品のお問い合わせ・ご購入は
マスコットフーズ株式会社
☎03-3490-8418
[マスコットフーズ] 検索



公式サイト



食育企業紹介ページ

そうめん、ひやむぎ、そば、冷製パスタの美味しい季節。キリッと締まった冷たい麺をつくるときに活躍するのが筴(ざる)。茹で上がった麺をとって水で洗いぬめりをとって、余分な水分をしっかり切るときに筴は活躍します。金属製や合成樹脂製もありますが元来は

竹を細く割いたもの。茹で上がった麺の水切りにすぐれている筴ですが、隙間に麺などが挟まってしまうとスポンジでは届きにくく洗いにくいものです。こんなときに活躍するのがたわし。この夏、たわしの選び方、使い方を知って活躍してもらいましょう。



たわしで上手に筴を洗うには

たわしで竹製の筴を洗うときのポイントは、「筴の目」に沿ってたわしを動かすこと。このときにあまり強く押し付けられないようにするとたわしの毛先が筴の目に入り込んでしまった汚れを「掻きだす・こすり取る」ように取り除いてくれ

ます。合成樹脂、パンチングボウルは表側よりも汚れが残るのは裏側にこびりついていることがあります。たわしで予洗いをしてからスポンジで仕上げるとスッキリ。ちなみに薬味づくりに欠かせないおろし金も、たわしで洗うと詰まった目をきれいに洗うことができます。



たわしの使い分け

たわしには毛の硬さに応じて使い分けたほうが良いことを知っていますか？ パーム(ヤシ)素材は硬めで、張りがあるので先端でこすったり、筴など凸凹の間から汚れを掻き出す洗浄に効果を発揮します。ただし強度があるので柔らかい素材は傷つきやすいことも。一方、棕櫚(しゅろ)素材はパームより細く柔軟性があるので、より細かいところに入り込んで洗うことができます。木のまな板やテフロンフライパンなどを洗うときにギュッと押し付けて棕櫚「腰(コシ)」を活用した洗いが適しています。

たわし自身はどう洗う？

ところでたわしを使っていると筴からとれた麺のカスなどがたわしの毛の奥に挟まってしまうことがあります。こんなときは2つのたわしを強く重ね合わせてお互いに動かすと奥に挟まったものが比較

1. 棕櫚(左)とパーム(右)のたわし 2・3. スポンジで洗いにくい金京・竹筴には堅めのパーム素材。汚れをしっかりと出す
4. たわしは夏の美味しい麺を支える 5. 木のまな板などをキレイに洗い上げる棕櫚たわし 6. こすり洗いでカンタンに清潔



的かんたんに洗い出すことができます。

たわしは「亀の子束子」誕生110年

私たちの暮らしになじみのあるたわし。約100年前に登場し、それまでの藁や縄を束ねただけの洗浄道具から「洗ひ方」を大きくかえた発明品でした。そして100年経った今も職人の手作りで日本の食の「磨く」を支えてくれています。天然素材でいていねいな職人の手作りのたわしは、夏の冷たい麺を支える美味しいレシピのひとつかもしれませんね。

たわし専門店

亀の子束子 西尾商店

〒114-0023 東京都北区滝野川六丁目14番8号

☎03-3916-3231



スタンプラリー加盟店:2店舗

■亀の子束子 本店(上記)

■亀の子束子 谷中店

〒110-0001 東京都台東区谷中2-5-14C

☎03-5842-1907

<http://www.kamenoko-tawashi.co.jp>



公式サイト



食育企業紹介ページ

食の仕人
いい食べ物の
つくりかた①
納豆



経木納豆から 食を整える

朝ご飯にぴったりの納豆。群馬県、下仁田町で昔ながらの経木納豆を製造しているメーカー、下仁田納豆を訪ね、社長の南部隆道さんからお話を伺いました。



1. 下仁田納豆 社長の南部隆道さん 2. 榛名山の北面に生えた赤松の木を使った経木を使った皮に納豆を詰める作業 3. 経木納豆を食べる朝ごはん



父の代からこの地で納豆を製造しています。うちの特徴は経木で包んでいること。群馬は元々、経木の一大産地なんです。榛名山の北面に生えている赤松の木を使った経木は、たこ焼きの船や包装資材として全国シェアの9割を占めています。私は経木を使うメリットを一石二鳥ならぬ一石五鳥と呼んでいるのですが、まず木の成分が豆の旨味成分を増します。2番目は天然の抗菌作用。3番目に湿度の調節、4番目としては独特の良い香りですね。さらに燃やしても有害物質が出ない。それを後世に伝えていくというのが、私達の会社のミッションです。

経木は間伐材を原料とするため、山の適正な管理に繋がります。手入れされた山の保水力は農業にもいい影響を与えますし、台風の大雨による流木被害も抑えられます。群馬県に海はありませんが、利根川を通じて最終的には東京湾を豊かにする一助の役割を担っているわけです。もちろん、発泡スチロール容器には簡便性では劣りますが、それでは決して成し得ないことですし、なにより木は呼吸するために発酵がうまく進み、製品の味が全く違います。

納豆の味の差ですか？ それは九割が素材が決まります。当社は国産で

あることはもちろん、北海道産や地元群馬県産などを選んでつかっており、最近新しく発売した有機JAS認定三角経木納豆【いっ歩】には有機栽培の大豆を使用しています。添付の醤油や辛子などもすべて有機JAS認証品の納豆は日本初。オーガニック社会に向けてできることから少しずつ、一步一步、歩んでいきたいという想いを込めました。

さきほど素材が九割と言いましたが、それは残りの一割をおろそかにしているというわけではありません。大豆を煮る工程はコンピューター制御を導入し、アクやえぐみを抜き、逆に発酵には昔ながらの炭とやかん、室を使っています。電気式のエアコンだと空気の対流が

起き、湿度が下がるので、納豆の味が落ちてしまうからです。それに電気と炭、どちらがエコなのでしょう。

この仕事を続けてこられた理由？ やっぱ納豆が好きってことじゃないかな。好きこそものの上手なれじゃないけど、私なんかなにを話しても、納豆の話になっちゃうほどです。それに私は日本の食文化が好きなんです。日本の食文化の基本は醤油や味噌、納豆といった大豆でお米を食べること。例えば朝ご飯においしい納豆でご飯を食べてもらおうーそんなところから日本の食を整えていくことに貢献したい。そんな風に思っているんです。





食育金庫企業
4回の世界 04

日本が世界に誇る食材 神戸牛を学ぶ

「神戸牛のミートパイ」

ユーハイム 取材／食育通信オンライン編集部

東京駅グランスタやNEWoMan新宿で行列ができています人気店『神戸牛のミートパイ』は、バウムクーヘンで有名な『ユーハイム』が展開するミートパイ専門店です。

「ミートパイは創業当時の隠れた人気メニュー。創業百年記念にミートパイのレシピを見直し『神戸牛のミートパイ』として発売しました」

とはユーハイムの河本社社長。パイ生地には本物のバターを使い、具材は神戸牛のミンチ肉、玉ねぎ、ゆで卵。素材をいかすシンプルな味付けです。

その材料として使われている神戸牛。名前は広く知られていますが一体、

どのような牛なのか、意外と知らない方も多いのでは？そこで生産現場を訪れ、生産者からお話を伺いました。

神戸駅から車で1時間ほどで丹波田中畜産さんに到着しました。山と田んぼが織りなす景色が爽やかです。匂いのない牛舎では優しい目の牛達がクラシック音楽を聴いていました。田中畜産の田中さんからお話を伺います。—これが神戸牛なんですか？

「正確には但馬牛です。神戸肉と名乗れるのは兵庫県で育った但馬牛のなかで選ばれた枝肉だけです」

生きている牛はみんな但馬牛。神戸

肉には世界一と言われる厳しい基準があり、肉にはじめて神戸肉かどうか分かる、というわけ。牛の世界では子牛を産ませる繁殖と牛を大きくする肥育農家は別ですが、田中畜産では繁殖から肥育まで一貫して手がけています。「但馬牛は農耕馬。骨が細くて小さい

という特徴は山間の農地でもこまわりが利く牛を選抜したからと言います」

なるほど。神戸肉は霜降りでありながら赤身がきゅっと締まり、筋肉質な印象がありますが、それはこうした血統故。さらに田中畜産では抗生物質などの薬品は一切使用しないそう。愛情を込めて育てられた牛のトレーサビリティは完璧で、一頭一頭が大切に管理されていました。ちなみに神戸牛は通称で、神戸肉流通推協議会が定めた正式なブランド名は『神戸ビーフ』や『神戸肉』だそう。

神戸肉は欧米を中心に外国で拔群の知名度と人気を誇りますが、反面、日本人の手に届きにくい高価な肉でもあります。そうしたなかでユーハイムの『神戸牛のミートパイ』は手軽な価格で味わえる逸品。他のミートパイとはどんな風に味が違うか、確かめてみるのも面白いかもしれません。



3
1. 神戸肉を使った人気のミートパイ 2. 清潔な牛舎でリラックスして過ごす但馬牛 3. 田中畜産の田中さん

本物のドイツ菓子の美味しさを伝える

ユーハイム

〒650-0046 兵庫県神戸市中央区港島中町7-7-4

☎0120-860-816



神戸牛のミートパイ NEWoMan新宿店

☎03-6457-7701

営/8:00～22:00(土日祝 ～21:30)

休/不定休(NEWoMan新宿店に準ずる)

<https://www.juchheim.co.jp/>



公式サイト

学園生活は楽しかったですし、出会った仲間は財産です。親兄弟が経営者で、自分も経営者として独立したいという気持ちが強かったので、学校ではそのつもりで勉強をしていました。担任の先生とは今でも交流があり、料理のことなど相談させてもらっています。先日、学園の卒業生が新卒で入社してくれました。彼が一人前になって、今度は別の卒業生を教える立場になってくれればいいですね。

—焼肉芝浦をオープンするまで

卒業後はイタリアンレストラン勤務を経て、大手の会社でメニュー、商品開発の仕事をして、そこで焼肉と出会ったんです。自分も肉は好きでしたし、少年漫画でも戦いに行く前には肉を食べるじゃないですか。旨い肉って人を元気にしたり、笑顔にするんですよ。独立前には東京・芝浦の東京中央卸売市場食肉市場に丁稚奉公しながらに通い、肉の良さ悪し一目利き

を学びました。また、産地にも足を運び、情報を集め、焼肉芝浦駒沢本店をオープンしたのが2007年の時です。一頭の牛の命を余すことなく使い切りたい、と一頭買いにこだわり、肉は切り立てを提供しています。その後、事業を広げていきました。

—事業を拡張していくことに躊躇はなかったですか？

多店舗化は自分にとっては家族を増やす感覚に近いです。はじめは泣き虫だった若い従業員が店長を勤めるようになったり……というスタッフの成長が自分が仕事をしていて一番うれしいことです。結局、自分は誰かの面倒を見るのが好きなんです。三店舗目を開いた頃、経営的に苦しい時期もありました。そういうときはみんなで頑張るしかないわけです。意識を共有

するために店長とは週に一回ミーティングを持っていますが、従業員も営業後、勉強会を開いて肉を食べ、味を憶えています。自分たちが本当においしいって思ったものじゃないと自信を持ってお客さんに勧められないじゃないですか？

幸いなことに地元の方に支持していただいている、お客様のほとんどがリピーターです。自分たちも地元に恩返ししたいという気持ちがありますし、おいしい肉を通じて、みんなを笑顔にしていきたいです。



「生きた命を余すことなく大事に頂く」をコンセプトにした人気店〈焼肉芝浦〉をはじめ、ハンバーグ店などを展開する株式会社FM代表取締役社長で肉のスペシャリスト、藤枝祐太さんから現在までの歩みを伺いました。

株式会社 FM
代表取締役社長
藤枝 祐太氏

平成7年
調理師本科卒業



OB INTERVIEW 02

「素材」「味」「鮮度」にこだわった焼肉店
焼肉 芝浦

〒154-0012 東京都世田谷区駒沢5-16-9 駒沢ビル
☎03-5706-4129



営/17:00~24:00 (LO23:00)
休/月曜(祝日の場合は火曜定休)
<http://food-majority.co.jp>



公式サイト 食育企業紹介ページ

エディブル・スクールヤード

大人の
食育見学
その2

食育
菜園

の取り組みを見学しました

エディブル・スクールヤードとは

「エディブル・スクールヤード」は、食べ物はどこからくるのかをテーマに菜園とキッチンを通して食の乱れを整え、気候、農業、生物の関わり合いを肌で感じながら学ぶ教育手法です。1995年からカリフォルニア州

パークレーのマーティン・ルーサー・キングJr.中学校ではじまったこの取り組みは、いまや地元レストランや企業、市民が一丸となってすすめられ、その広がりもカリフォルニア州で4000以上の教育機関が取り組み、世界的にも注目されています。



日本でもこのエディブル・スクールヤードの取り組みに注目しスタートさせた小学校が登場しました。うかがったのは東京都多摩市立愛和小学校。昭和46年からスタートしたニュータウン開発時に創設された小学校で、一



時は1000人の児童数でしたが少子高齢化とともに児童数が減少し、2015年時点で1年生から6年生まで184人の児童が学んでいます。

愛和小学校では、食べ物を育て収穫し、料理し、みんなで食卓を囲むなか



1.全国に先駆けてエディブル・スクールヤードを取り入れた愛和小学校 2.エディブル・スクールヤード 3.麦とそら豆と一緒に植えてアブラムシ対策 4・5・6.菜園料理家 藤田承紀さんの調理実習授業で育てた野菜を料理して食べる生徒たち

でのちのつながりを学びながら、国語、算数、理科、社会などの教科と統合させる体験的な学習手法としてエディブル・スクールヤードを2014年5月から導入しています。

校舎の脇に作られたエディブル・スクールヤードは、竹で作った枠の中に土をベッドのように敷き詰めて作るレイズベッド方式。ちょうど夏にむけてオクラやアオナス、トマト、落花生、小麦などを植えているところでした。また麦とそら豆と一緒に植えてアブラムシ対策をするなど、生き物の関わり合いに注目した栽培方法をとっているのが畑の中ではいくつもの学びがあります。

この日は自然栽培の野菜を育てるかたわら料理本の出版や、料理教室の講師で活躍している菜園料理家の

藤田承紀さんを特別講師に迎えて、そら豆の調理実習です。授業を受けるのは5年生と6年生。そら豆をさやごとフライパンで焦げるまでしっかり焼いたり、炒めたたまねぎと合わせて滑らかになるまでハンドミキサーで混ぜて豆乳と麦みそとポタージュにしたり。こうしてできあがった「そら豆と麦みそのポタージュ ガーリックトースト添え」。とてもやさしい味わいでした。

畑でともに汗をかき、おいしい食を味わう授業に、子どもたちは普通の教室ではみられないような集中力を発揮しているそうです。エディブル・スクールヤードのこれからがとても楽しみです。

この記事は2015年6月17日の「食育通信ONLINE」の記事を加筆・修正して掲載するものです。



醤油と聞いてイメージするのは木桶が並ぶ様子ですが、実は木桶醤油は絶滅危惧種。小豆島で木桶を守るために奮闘するヤマロク醤油五代目の山本康夫さんからお話を伺いました。



1. ヤマロク醤油五代目 山本康夫さん 2. 昭和二十五年から使い続けている木桶 3. こだわりを極めた再仕込み醤油の鶴醤（左）と黒大豆濃口醤油の菊醤（右）

木桶文化を守るには



うちの家は元々、醤油屋さんに醤油の原料を卸す諸味屋だったんですよ。昭和二十五年に祖父が「諸味を絞って醤油にしたほうが儲かるぞ」と醤油屋に転業したんですが、気づいたときには遅かった（笑）。戦後、醤油の値段が下がったので、儲かったのは数年だけだったと聞いてます。

うちに木桶が残ったのはタンクを買ったお金がなかったからなんです。しかたなしで木桶をつかっていて、私も家業を継ぐつもりはありませんでした。ただ、東京や大阪で佃煮メーカーの営

業として働くうちに、スーパーのバイヤーを相手に仕事をするのが嫌になってきて……お金の話をしないで売れる商品はないか、と考えた時に実家の木桶醤油が頭に浮かんだんです。父親からは『継がなくていい。醤油造りは地獄やぞ』と言われたんですが、それは本当でしたね。決算書を見て青ざめましたし、仕事も過酷でした。うちの醤油は再仕込み醤油の鶴醤と黒大豆濃口醤油の菊醤の二種類だけ。色々あったんですけど自分が全部やめたんです。鶴醤は配合

比の原価を上げたり、熟成期間を長くしたり……今の味にするまで6年かかりました。ありがたいことに売り上げが伸びてくると、今度は桶が足りなくなってきました。そしたら清酒や味噌、醤油などを製造するための30石（約5400リットル）の桶を製造できる工場は大阪の堺に一社しかないんですね。このままだったら桶がなくなる、と2009年に借金して新桶を9本頼んだんです。そしたら言われたのが『醤油屋さんから新桶の注文が来たのは戦後初や』と。そのくらい新桶はつくらないんです。その後、言われたのが『いつまでできるかわからんで』って。こうなったら自分でつくるしかない。3年分の借金を返済し、返済した分

をもう一度借りる形で2012年にもう3本発注しました。その時は1つ1つ工程を止めてもらって、構造から学ばせてもらいました。それが木桶職人復活プロジェクトです。誰かがやらないと技術はなくなる。わたしが死んだ後、和食の基礎調味料がなくなることは避けたかった。木桶作りは商売にはなりません。でも、海外から和食が注目されるなか木桶醤油の需要は高まっている。日本の人口が減っても海外。地元だけで消費されていた醤油の市場が広がるわけですから、醤油業界は今、成長のサイクルに入ったばかりなんです。さらにいろんな方と協力して、頑張っていきたいですね。

神田明神下「à table(アターブル)」はもとは倉庫だった場所をバリエーションにひしめく小さい二階建てのレストランのように改装したフレンチ。オーナーシェフの中秋陽一さんと幸子さんがいま注目しているのは浄水器。編集部が三菱ケミカル・クリンスイ株式会社に協力いただき浄水器選びと設置を取材してきました。

浄水器はなぜ設置する？

(編集部)「美味しい料理には何より掃除・衛生が第一」とふだんから清掃を徹底していますよね。今回、導入する浄水器もその一環ですか？

(中秋シェフ) お店にはミネラルウォーターを置いているのですが、やはり気になるので。そもそも「不味い水」というのは、どんな風に生まれているのですか？

(編集部) かつて東京の水道水は「臭い・不味い」と評価されていましたが、1992年からオゾンによる高度浄水処理技術で水質が改善しました。いま気をつけたいのは古い建物の老朽化した水道管の赤錆や、屋上に設置された貯水タンクから入る不純物と残留塩素です。

(中秋) この店舗は元は倉庫だった築20年以上のビルで、水道水は一度屋上のタンクに貯水されたもの。特に匂いや味が気になったことはないですが、浄水器

服部栄養専門学校 卒業生のお店 フレンチ「à table」 クリンスイを導入

三菱ケミカル・クリンスイ

取材/食育通信オンライン編集部



はどういうものを選べば良いのですか？(クリンスイ)「水の味だけ」でいえばカルキを除去する活性炭で十分ですが古い水道管の赤錆や貯水タンク内の汚れなどをしっかり除去するなら活性炭に加え中空糸膜フィルターをおすすめします。日本では水道水を安全に供給するため、蛇口地点で塩素が0.1mg/L以上含まれていなければなりません。この塩素は加熱調理の場合はほとんど気にしなくてよいですが、一方、水道水をグラスで提供する場合や水などは品質が出やすいです。(編集部) アターブルは違いますが「まずお水を出す」お店は影響が大きいそう

に、
してみました



ですね。フィルター交換のタイミングはどうですか？

(クリンスイ) 製品のカタログに浄水器ごとの交換の目安を記載していて、こちらのレストランは1年が目安です。クリンスイのフィルターはお客様が自分で簡単に交換できます。

交換しての感想は？

(中秋) 加熱する料理が多いので、大きく変わった感じはなかったのですが、食後のコーヒーマグが美味しくなったと思います。何より浄水器を導入してホッとしました。こういう安心感がお客様への美味しさにつながってくれたら嬉しいです。



オーナーシェフの中秋陽一さんとマダムの幸子さんはいずれも卒業生。20代で独立したアターブルは2店舗目。

【レストラン情報】 à table(アターブル)

☎03-5812-2828

東京都文京区湯島3-1-1 木村ビル 1F

営/【月～金】18:00～24:00(L.O.23:00)

【土・祝日】18:00～23:00

(L.O.22:00)

休/日曜日

中秋さんのインタビューはこちら👉



卸・小売り業(クリンスイ浄水器/浄・軟水器/人工炭酸泉製造装置ほか)

三菱ケミカル・クリンスイ株式会社

〒141-0032 東京都品川区大崎1-11-2

クリンスイサービスセンター ☎0120-086-866

スタンブラー加盟店:1店舗

MIZUcfe PRODUCED BY Cleansui

☎03-6427-9351

営/10:00～22:00(L.O.21:00)

休/年中無休

http://www.cleansui.com



公式サイト



食育企業紹介ページ