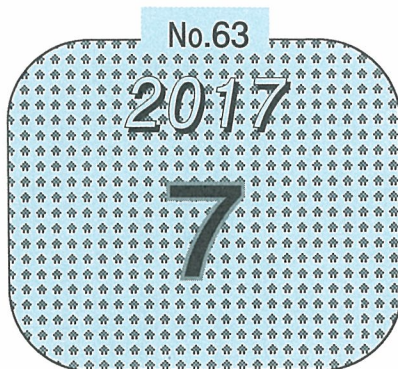




中日本給食だより



▲青天に咲きひろげゝり百日紅きるすべり (正岡子規)



主な内容

- (1面) 青天に咲きひろげゝり百日紅 (正岡子規)
- (2～4面) お伊勢さん菓子博2017 閉幕
入場者数はほぼ目的達成
注目を集めた工芸菓子
- (5～6面) 「たべもの」の数え方①
生態・加工で多様に変化
`米、`野菜、`海産物、編
- (7～8面) `スーパーフード、とは？
食材の使い方を知ることの大切さ



「着色料・香料・リン酸塩・化学調味料」を使用していないニチレイフーズオリジナルの安心逸品Rシリーズ♪ これからもよろしくね!

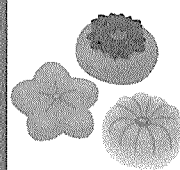
ニチレイフーズ
食育コミュニケーションキャラクター
「ことばちゃん」 (c)



株式会社ニチレイフーズ中部支社 名古屋市熱田区川並町2番16号 白鳥ビル6F TEL:052-683-2517
ニチレイフーズは、人々の暮らしを見つめ、食を通して、健康で豊かな社会の実現に貢献します。

お伊勢さん菓子博2017 閉幕

入場者数はほぼ目的達成 注目を集めた工芸菓子



日本最大級のお菓子の祭典「第二十七回全国菓子大博覧会・三重」が、四月二十一日～五月十四日、三重県伊勢市で開かれました。詳細は前号にてまとめましたが、東海地区での菓子博の開催は四十年ぶりとなつて、前人氣も上々でした。

■「来場者数」が焦点に
明治四十四年から始まつて、今回で二十七回目の開催とはいえ知名度はまだ低い菓子博。前回の広島（平成二十五年）で八十万、前々回の姫路（平成二十年）では九十万人の来場があり、今回は「二十四日間六十万人」という来場者数目標を設定しました。開幕した四月二十一日、会場の県営サンアリーナで

菓子博名誉総裁の彬子女王殿下をお迎えし、鈴木英敬知事ら百五十人が出席して開会式が行われました。

来場者は開幕から最初の三日間の累計が六万一千八百人。天候にも恵まれて五日目には予想よりも一日早く十万人を突破。

開幕九日目を迎えた大型連休初日の四月二十九日は午前九時半ごろに開門を待つ行列が数千人に達し、道路にはみ出す恐れがあったため、急遽開場時間を三十分早めるなどの対応がとられました。十日目となる四月三十日には来場者が二十万人を突破。

大型連休中は十五万八千人が訪れ、累計来場者数が四十万人を突破し、十一日には五十万人を突破しまし

た。この時点で会期は残り三日。

迎えた最終日の五月十四日は天候にも恵まれ、三万三千二百人が詰めかけましたが最終的な来場者数は五十八万四千百人で、目標にはわずかに及びませんでした。そして、最終日は閉場三十分前から三カ所のゲートでスタツフやボランティアらがハイタッチで来場者を見送り、大盛況のうちに閉幕しました。

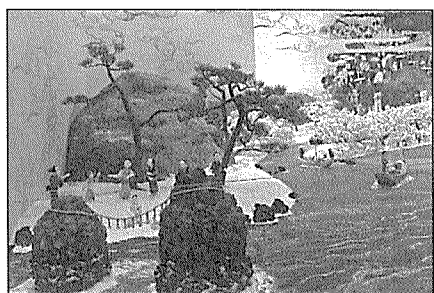
■目を奪った工芸菓子

会場の展示で特に感動を呼んだのは「お菓子の匠工芸館」。全国の菓匠（菓子職人）によって本物のような造形と緻密な工芸菓子が百七十四点展示されましたが、いずれも菓匠たちの持

てる高い技術がそれぞれ十分に発揮され、その繊細な感性が見る人たちの感動を呼んでいました。躍動感にあふれる鳥や香りが漂ってくるような花など、「花鳥風月」の世界が一幅の絵のようには「素晴らしくて涙が出る」と職人技に感動する女性もいたとか。

また工芸菓子といえば、「お菓子のテーマ館」では、博覧会のシンボルとして「巨大工芸菓子」が展示されました。

幅約十メートル、奥行き五・五メートルの巨大なスケールで歌川広重の浮世絵「伊勢参宮 宮川の渡し」



「伊勢参宮 宮川の渡し」の1部分

世界に美味しいしあわせを



マルハニチロ株式会社

中部支社
名古屋市中区栄1-9-16 NFビル8階

焼き焼きクレープ



をお菓子で立体的に表現したもので、三重県菓子工業組合の青年部が中心となつて一年半かけて制作した作品。その華麗さが来場者の足を止め、このコーナー周辺がひと混雑。開会式のあとに会場を見て回られた彬子女王殿下も、特に足を止めて見入られたということです。

「テーマ館」のもう一つの見どころ、菓子博史上初の試みとして実施された三重県内四校の高校生・三校の専門学校生たちが作った工芸菓子の展示コーナーも関心を呼んでいました。

■「白い赤福」騒動

お伊勢さん菓子博での話題のひとつは「白い赤福」。いま和菓子に使われている白あんのほとんどは、手亡と呼ばれる白いインゲン豆が材料ですが、「白い赤福」の白あんは白小豆。白小豆は普通の小豆より甘味が強く、また風味も特徴となつています。しかし、白小豆の発育は天候に左右さ



平成29年4月26日(水) 10:30頃

れ、しかも手作りのために高価で価格も安定せず、商品への利用が難しいという超高級豆。

白い赤福はこのような高級材料で作られており、しかもこれが二十四日間の会場限定販売というので「並んでも絶対に食べなくちゃ！」と開幕前から大人気。

この「赤福餅祝盆」を指して平日でも開場早々に整理券の配布は終わるといった状況で、「白い赤福」のために朝早く来たのに」と落胆する人も多かったようです。

混雑と混乱を避けるため、先着順だった整理券の配布は四月二十九日から抽選券を配る方法に変更され、当

選者に販売されることになりました。しかし、赤福の「赤福餅祝盆」と「復刻版赤福餅」は、午後五時すぎから抽選のキャンセル分が販売されるとあつて、これもまた長い列となりました。

■好評だった「夢の市」

北海道から沖縄までの全国からおよそ千八百点の菓子が勢ぞろいした「全国お菓子夢の市」も大人気でした。長い列が会期中途切れることなく続き、入るまでに最大で二時間待ちの時もありました。

長い待ち時間が課題となったことで、レジを増設するなどの対応がとられました。一日の終了間際には売り切れ商品が続出。「本日分終了」の看板は、会場限定品などをお目当てとしていた人にとってはうらめしい表示でした。

この「夢の市」の会期中の売上高ランキングで一番人気だったのは福岡県の白あん饅頭「博多通りもん」で、三重県内のお菓子では

「赤福餅」が最も売れたという事です。

■多くの笑顔を届け

「お菓子がつなぐ」「おもてなし」を世界へ」をテーマに、「みるたべる・かう」の魅力を打ち出したお伊勢さん菓子博は、三重県での開催を大きく特色づけるものでもありました。

閉場後に開かれた閉会式では、一般菓子や工芸菓子の受賞者が表彰され、大会長の岡幸男さんが「バリアフリーなど新たな方向性が示せた菓子博になった。ここまで支えてくれたすべての人に感謝したい」とお礼を述べ、また、浜田典保実行委員長は、総評として「天候に恵まれ、大きな事故やトラブルもなく無事に終えることができた。目標の六十万人は達成できなかったが、多くの笑顔届けられて手応えを感じています」と述べられました。

■感想・反響

ここからは実際に行つて

マ・マーマカロニ・スパゲティは、
純正食品です。

 日清フーズ株式会社

業務用営業部 名古屋市中区東区武平町5-1
TEL (052) 972-8970

みた感想と寄せられた感想を記していきます。

◆連休前の平日（四月二十六日（水））十時半頃に会場に着いたところ、既に「祝盆」は整理券の配布が終了しており、大変な人気なのだと思えました。この菓子博のメインだと感じていましたが、販売数量が少なすぎたのではないのでしょうか。

*「全国お菓子夢の市」は長蛇の列で、一日の終わりには棚にない商品もあり、人気の高さが感じられました。

*各お菓子の企業スペースは、各企業の歴史や取り扱った製品のアップルをしていて、VRを使った工場見学（森永製菓）やクイズ大会（カルビー）も様々な客層の興味を引いておもしろいように思いました。

◆連休の最中（五月五日（金））でしたが、交通規制がしっかりしていて、たいした混乱もなくスムーズに

運ばれたように思います。

*「全国お菓子夢の市」は売り場の広さ、レジ数など混雑解消にもう少し事前に何らかの対応ができなかったものなのかと思えました。

*会場内のバリアフリー対策は行き届いていたように思われるが、会場各所でもう少し休憩できる設備（ベンチなど）があればよかったと思う。路上に座り込む人が多く、圧倒的に椅子などの設備が少なかったと思います。また、トイレ設備が少ないのも気になりました。

◆連休の最終日（五月七日（日））に行きましたが、やはり混雑していて驚きました。

*菓子博に行つて良かったと思えたのは、飴や和菓子で作られた作品を見られたことです。花や木、鳥も本物のようでした。鳥は羽の一本一本まで細かく作られていて感動しました。お菓子でこのような鮮やかな芸

術が作られているのには鳥肌が立ち、本当に素晴らしいです。



*食品メーカーのそれぞれのブースでは、地域限定のお菓子を買えましたが、長い列に並びましたがパンのサンプルがもらえたのは嬉しかったです（山崎製パン）。朝早く行ったのに品切れがたくさんあったのは残念でした。

*どんなに遠い駐車場からでもバスで会場まで連れて行ってもらえたのは良かったです。

*「全国お菓子夢の市」が買いづらかったことは残念でした。1つの建物に集約されているので「関東」や「関

西」など地域別に建物を分けるなどして販売してもらえたらよかったです。

◆すぐく混んでいるだろうし、日焼けもするだろうし、消極的な気持ちで行きましたが、意外と楽しかったです。美味しいものがたくさん食べられたので満足しています。和菓子や飴細工の写真もたくさん撮りました。

*五月八日（月）に行つたので、あと一日ずらしていたら市川染五郎さんのステージが見られたので、その辺りも気にすればよかつたかな、と後悔しています。

*伊勢神宮にも寄りたいと考えていたのですが、菓子博だけで時間をたくさん取つたので、やはり両方行くには一泊した方がよいように思われました。

*三重はおいしいものがたくさんあるのだと知つたので、また行きたいなと思っています。

自然の恵みをおいしくお届けします

ニッカサラダ油

日華油脂株式会社
NIKKA SALAD OIL

東京本社 〒104-8507 東京都中央区明石町8番1号 ☎03-5565-0455
大阪支店・東京支店・九州支店
名古屋営業所 〒460-0003 名古屋市中区錦2-18-19 ☎052-229-9685

「たべもの」の数え方

1

加工で多様に変化



米、野菜、海産物編

物を数える単位の言葉はさまざま。食材・食品でもさまざまな数え方がされています。その実態は複雑ですが、これを知っておく必要もあります。そこでいくつかの例をご紹介します。

◎米

ふつう「一粒、二粒」と数えますが、炊いて碗に盛った状態のご飯は「一杯、二杯」、または「一膳、二膳」と数えます。水分の多い粥（かゆ）は「粒」というわけにはいきません。深い器に盛るため「杯」で、ほかには、「碗（わん）」で数えたり、ご飯のように「膳」とも。

「わん」の呼称でも漢字表現となると、器の素材の

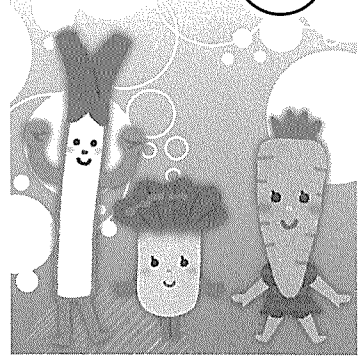
種類によっては、「碗」「椀」と使い分ける場合が出てきます。

米は、生産過程から多様な数え方がされ、稲として植えられている状態では「株」、刈り取れば「把（は）」や「束（たば）」、精米すれば「俵」と変化します。「俵」は昔は米を俵につめていたことからの数え方で、今はスーパーなどの棚にビニール袋に入って並んでいることから、たいていは「袋」で数えられています。

◎野菜・果物

◆キャベツ

キャベツは畑で根付いているときには「株」で数えますが、収穫したものは「個」で数えます。しかし、



その丸い形状から「玉」を使って「一玉、二玉」と数える場合が多いようです。キャベツの巻いた葉をはがしたものは「枚」で数えます。

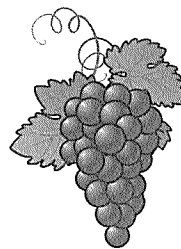
◆スイカ

スイカは、キャベツ同様に「個」でも数えますが、「玉」で数えるほうがもつともしつたりします。食べるためにスイカを切り分けると丸い形ではなくなるので、「個」や「玉」ではなく「一切れ、二切れ」と数えることとなります。スイカも栽培しているときには、「本」や「株」で数えます。

◆ブドウ

植物として土に植えられ

ている状態を数えるときは「株」「本」ですが、いざ果実を枝から切り離れた状態になると、「一房、二房」、その果実の房をバラバラにすると「粒」を用いるのがふつうです。



◆干し柿

カキの実をひとつずつ数えるなら「個」「玉」を使いますが、いくつかをまとめて吊るした状態の干し柿は「一連」「二連」と数えます。こうした「連」の数え方はほかにも、ネックレスのように連なったものや編んだ物を数えるときにも使われます。

◎海産物

魚一般に使われるのは「匹」ですが、そのほかに、形態によっていろいろな単位呼称があります。

安全な学校給食品を提供する 名給の愛知県内のサービス網



- ◆名古屋直販部
- ◆春日井直販課
- ◆豊橋直販課
- ◆豊田直販課
- ◆一宮直販課

- TEL<052>671-6256(代)
- TEL<0568>33-1330(代)
- TEL<0532>54-3611(代)
- TEL<0565>51-3111(代)
- TEL<0586>75-1962(代)

- 名古屋市熱田区新尾頭橋2-2-61
- 春日井市大和通1-65-3
- 豊橋市大村町字花次113
- 豊田市堤町寺池上52-1
- 一宮市せんい2-5-17

◆シラウオ(白魚)

「二条、二条」、「一筋、二筋」と数えることがあります。シラウオが細長い形をしていることから、細く長いものを数えるときに使う「条」「筋」が用いられるようになったということです。

◆ナマコ(海鼠)

海底で生きている状態だと「匹」ですが、食用にされるときは「本」。

ナマコは数え方以外でも調理の仕方によって呼び名が変えられます。腸を除いてゆでて干したものは「いりこ」、腸を塩辛にしたものは「このわた」、卵巣は「このこ」と呼びます。

◆ウニ(海胆)

海にすんでいるときは「匹」で数えますが、食べる部分は「個」となります。また、「腹」で数えることもあります。食用にする部分が卵巣とあって魚卵扱いになるためです。

魚卵を数えるときには

「腹」を使うことが多く、すじこ(筋子)やたらこ(鱈子)なども同様です。

◆すじこ(筋子)

サケやマスの卵を、卵巣に包まれたまま塩漬けにしたすじこ(筋子)は「二腹、二腹」と数えます。なお、すじこをばらばらにほぐすとイクラになり、そのひとつひとつは「粒」で数えます。

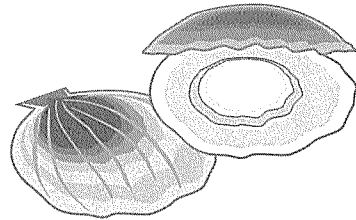
◆たらこ(鱈子)

たらこ(鱈子)は、スケトウダラの魚卵を卵巣ごと塩漬けにして加工したものの。魚卵なので、すじこと同じく「腹」で数えます。ただ、イクラと違ってひとつひとつの卵が小さいので、「一粒、一粒」と数えることはありません。

◆帆立貝

二枚貝の貝はふつう「個」で数えますが、帆立貝は、その平たい形状から「枚」も使われます。ちなみに平たい魚など

も、ときに「枚」で数えることがあります。

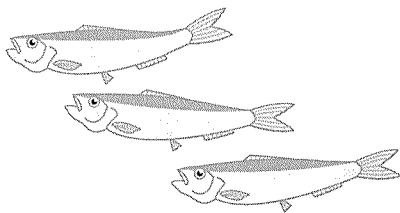


◆わかめ

海藻として海に棲息しているときは、「本」「株」で数えるのがふつうですが、これを乾燥させて食用に加工した場合は「枚」や「束」「片」を使って数えます。

◆刺身

食べやすい大きさに切つたものは「切れ」で数えますが、刺身の大きな塊は「さく」で数えます。そのほか、皿に刺身を盛ったときは「品」「皿」、舟の形の器に盛ったときには、一舟、二舟と数えることもあります。



◆蒲焼(かばやき)

鰻を開きにして焼いた蒲焼は、一串、二串と数える。これは切り身にした鰻を串に刺して焼くためといわれています。

◆目刺し

鯛に塩をふって干した目刺しは、「連」で数えます。竹や藁を鯛の眼の部分に刺し通してつなげることから、一連、二連と数えるようになったといわれています。串刺しにすることから「串」で数えることもあります。

(W)

海藻の理研から
本当の美味しさと
使いやすさを両立した
冷凍海藻シリーズを
提案します。



理研ピタミン株式会社
名古屋支店 〒460-0008 名古屋市中区栄4-2-29 TEL(052)238-3763 FAX(052)238-3767



食材の使い方を知ることの大切さ

この近年で耳にする機会が増えた「スーパーフード」。美容や健康に良いとして取り上げられて興味を持たれているようですが、その実態はどのようなものなのか調べてみました。

「スーパーフード」の定義にあてあまる食材はどのようなものなのか、そしてその利用方法とは？

◆スーパーフードとは

「スーパーフード」という言葉自体は一九八〇年代から使われていました。

一九七七年、アメリカ政府がアメリカ人の「食事（栄養）と健康・慢性疾患

の関係」についての調査報告をした「マクガバン・レポート」を発表しました。

その中で、がんや心臓病などの病は食べ物によって引き起こされることを指摘しており、アメリカ国内に大きな衝撃を与え、欧米でも食についての意識が高まるきっかけとなりました。

このような食の改革の動きの中で、一九八〇年代頃からアメリカやカナダで食事療法に取り組む医師たちは「スーパーフード」という言葉を使って、栄養価に優れた高品質な食べ物を治療食や良質な食事の摂取によつて病気を積極的に予防

する「セルフメデイケーション」を推奨していきま

◆火付け役とブーム

「スーパーフード」の火付け役になったのは、二〇〇四年に出版されたアメリカの医師であるスティーブン・プラット氏の『SuperFoods Rx Fourteen Foods That Will Change Your Life』だといわれています。この中には「豆類・ブルーベリー・ブロッコリー・オーツ麦・オレンジ・カボチャ・天然サーモン・大豆・ほうれん草・茶・トマト・ターキー・ク

ルミ・ヨーグルト」の一四種類の食品をスーパーフードとして推奨しています。

また、二〇〇九年に出版されたアメリカの自然療法家のデイヴィッド・ウォルフ氏の『SuperFoods THE FOOD AND MEDICINE OF THE FUTURE』は「クコの実・カカオ・マカ・蜂関連食品・スピルリナ・AFAブルーグリーンアルジー・マリンフィットプランクトン・アロエベラ・ヘンプシード・ココナッツ」の十種類をスーパーフードとして推奨しています。

スティーブン・プラット氏は一般的な食品を挙げているのに対して、デイヴィッド・ウォルフ氏はあまり馴染みのない海藻類やプランクトンなどを挙げていますが、クコの実など、漢方薬としても馴染みのある食材も挙げています。また、デイヴィッド・

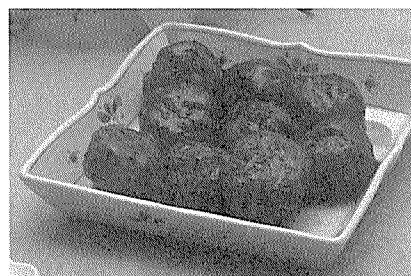
（株）ニッコーは創業33年。無添加にこだわり続け、現在も安全・安心な食品作りをモットーにしています。

《主な商品》

とうふだんご（たれ付き）

国産大豆100%の豆腐と愛知県・奥三河鶏の鶏肉を使ったお団子に、酸味のある甘酢あんを絡めています。

株式会社ニッコー



ウォルフ氏の著書は翻訳版が世界中で出版され、これにより世界で「スーパーフード」が認知されるようになったと考えられます。また、ブームになったのは人気ハリウッドセレブたちが美容や健康維持のために日常的に取り入れていることを情報発信したためだといわれています。ミランダ・カー氏などがスーパーフードに親しんでいる様子は、日本の若い世代にも美容食として捉えられる要因だと考えられます。

◆食事への取り入れ方

近年のスーパーフードブームは先述のようにダイエット食品や美容・健康のためとして扱われることが多いのですが、「スーパーフードだけ食べていればよい」「スーパーフードをたくさん食べれば良い」ということではありません。そもそも

「スーパーフード」は一般の食品に比べて栄養価が高く、不足しがちな栄養素を効率良く摂取できる食品」という言葉です。

チアシードやアサイー、キヌアも、ダイエット食品や美容食品としてのイメージが強いものですが、それだけを食べるのではなくて、食事全体のバランスを整えながら食材の一つとしてスーパーフードを取り入れてより良い食事にするのが大切だといえます。

◆スーパーフードの種類

多種多様な「スーパーフード」があります。その具体的な例を身近な食品で挙げてみます。

- ◆ブロッコリースプラウト、マカ、ケール、ゴーヤ、パクチー、モロヘイヤ
- ◆玄米、キヌア
- ◆クコの実(ゴジベリー)、アサイー、ドラゴンフルーツ、ザクロ

ツ、ザクロ

◆カカオ、ココナッツ、チアシード、アマニ、えごま

◆アーモンド、ヘーゼルナッツ、マカダミアナッツ、カシューナッツ、ピスタチオ

◆大豆、小豆

◆クロレラ、ミドリムシ、海苔

◆マヌカハニー、ローヤルゼリー、プロポリス

◆甘酒、味噌、ぬか漬け、納豆

このように多くの食材が「スーパーフード」として扱われています。大豆や味噌といった日本とって馴染みのある発酵食品や海藻類も「スーパーフード」です。

日頃から取り入れることも可能なので、それぞれの栄養価や効果を確認しながら積極的にレシピに活用してみたいかがでしょうか。食感が楽しめるものもあります。

中日本給食だより

2017年7月号 No.63

平成29年7月15日発行

編集発行人 中日本学校給食物資流通組合連合会

会長 青木昌博

〒456-0018 名古屋市熱田区新尾頭二丁目2番7号 富春ビル4F

TEL (052)682-6219 FAX (052)682-8486

ホームページ随時更新中



<http://www.aigakuryu.com>

info@aigakuryu.com

愛知県学校給食物資流通協同組合

高野豆腐を食べましょう

○高野豆腐のオランダ煮

- イ. もどした高野豆腐をしばり三角切り
- ロ. 片栗粉をまぶし、高温の油でさつとあげる
- ハ. 出し汁に揚げた高野豆腐を入れ煮たてる

○中華風揚げ煮

- イ. ロ. は左と同じ
- ハ. 山形のお惣菜用のタレを煮立て、ロ. を入れる

“鶴羽二重”の高野豆腐をご指定下さい

栄養価

エネルギー kcal	たんぱく質 %	脂肪 %
436	53.4	26.4

鶴羽二重こうや豆腐
登喜和冷凍食品株式会社

