



# 学校だより

～号外～

第205号(令和2年度 号外)  
令和2年11月20日  
東京都立葛飾ろう学校  
校長 久保井 礼

福井県主催

第14回全国高校生食育王選手権オンライン大会

全国345チームの頂点

**祝** 初優勝 第14代食育王に輝く

専攻科食物系

チーム「かつろうキッチン」

1年 金子 聖

2年 山口 優美香

1年 寺島 花



11月21日(土) 11:40~12:00 週間手話ニュースで放送されます。  
大会の様子やインタビューの様子が放送される予定です。ぜひ、ご覧ください。

## 「悲願の初優勝を果たしました」

11月15日に福井県主催、高校生の料理の全国大会が開催されました。普通高校の参加が多く、ろう学校からは本校のみが出演しています。全国345チームが参加した予選の中から10チームが決勝に選ばれ、優勝常連校を抑えて、本校が優勝し「第14代食育王」に選ばれました。大会参加は通算6回目で、これまで準優勝や特別賞はいただいたことがありましたが、優勝は初の快挙です。選手宣誓も今回が初めてで、驚くことばかりでした。

さらに、新型コロナウイルス感染防止のため、今年度は初のオンラインでの開催となりました。「審査員の試食もないのにどうやって!？」と思っていたのですが、「食リポ」を自分たちで行って審査員にPRするという斬新なスタイルでした。以下が今大会の競技の流れと配点です。全ての審査項目に置いて、上位の成績を収めました。

1 食育4択クイズ	
○自分のチームから特産品について出題	367点
○他のチームのクイズに解答	/490点満点
2 食育プレゼンテーション&調理	
○PR動画作成	493点
○レシピ提案	/510点満点
○実食プレゼンテーション	

合計1000点満点で、860点を獲得し、2位と39点差を付けて1位となりました。

## 「食育4択クイズ」



本校が考え抜いて作成した4択クイズです。東京特産の小松菜からの出題です。 ※正解は最後のページで

こちら東京特産の「小松菜」です。ほうれん草とよく間違われます。東京都では7,000tが収穫され、給食では毎日のように出てきます。「江戸時代のこと」です。8代将軍徳川吉宗が、鷹狩りで小松川を訪れました。その際、昼食に出されたすまし汁に入っていた青菜を気に入り、小松川に因み、「小松菜」と命名したと云われています。」

ここでQuestion! 当時、江戸には家々が立ち並び、100万人の人々が賑やかに暮らしていました。小松菜が近郊で栽培されたことによって、江戸の町で起きている「ある問題」が解決されることとなります。さて、「ある問題」とは次のうちどれでしょうか?

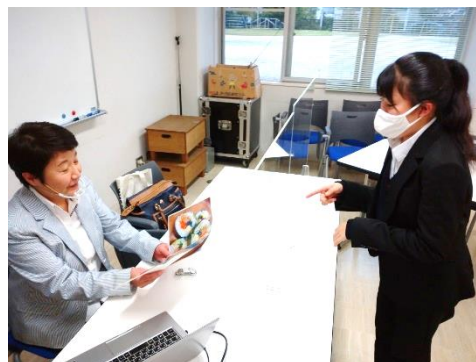
A し尿(人の排泄物) B 大火(江戸の大火事) C 蝗害(バッタの農作被害) D 水害(河川の氾濫)

江戸の町の循環のシステムと小松菜の関連について、江戸東京博物館に取材に行き、司書の方と相談しながら資料室で30冊以上の本を調査し、クイズの問題を練りました。

寺島さんの解説に合わせ、暴れん坊将軍で登場した「吉宗役」の金子さんと「ミス小松菜役」の山口さんの演技、食育に見合った出題の観点や面白さが高評価につながりました。

## 「食育プレゼンテーション」

『地域のお悩み解決の課題』については、昨年から交流している葛飾区の『こども食堂』について取り上げました。こども食堂には夕食やお弁当を作って提供し、手話を教えたり、食育として小松菜についての説明もしています。先輩が紡いでくれた出会いを大切に、想いを受け継ぎ活動を続けています。10月末にこども食堂の運営者の緒方さんと対談し、コロナ禍における困窮家庭についてインタビューしました。



「お米を食べるのが久しぶり、二日に1回の食事しか摂れない・・・こども食堂がなければ生きていられたかどうか・・・」貧困の実情を知った生徒は、自分たちにできることを探求し、葛飾区フードバンク（まだ食べられる食材を集め、食べ物に困っている人に届ける活動）の鯖缶を活用し、特産小松菜を取り入れた節約レシピの恵方巻を考案するに至りました。栄養があり、お腹も心も満ち、お弁当として衛生面の条件をクリアし、こどもたちの豊かな笑顔を願う『笑豊巻』です。来年2月に、こども食堂に提供予定することになりました。



調理パフォーマンスでは、寺島さんの分かりやすい構成の実況と山口さんの太巻きを切る高等技術、食リポでは金子さんの表現力が光り、それぞれの持ち味でチームワークが発揮され、「実演もパフォーマンスも最高でした」と審査員の方からコメントをいただきました。

## 「オンラインを逆手にとって」

聴覚障害のある生徒たちにとって、オンラインではタイムラグのない情報保障、伝達方法の工夫が大きな課題でした。特に食育クイズでは、他のチーム問題を瞬時に正確に読み取る必要があり、パフォーマンスでは見て分かる表現の工夫が必要です。そこで、情報保障ではUDトークを活用し、説明文を拡大印刷して、手話通訳で補うことで情報を正確に得られるようにしました。また、こちらからの伝達手段としては、表情やジェスチャー、モノマネも取り入れ、フリップや読み取り通訳を付けながら、ろう学校ならではの豊かな表現力で思い切って勝負しました。常連校の生徒からは、発表の仕方がとても参考になったと感想をもらいました。動画に字幕を付けてくれた学校もあり、双方歩み寄れたことも障害の理解啓発として意義ある大会となりました。

# 「笑豊巻レシピ」



## 【材料（1本分）】

ご飯…180g	鯖缶（水切り）…40g
塩煎りごま…10g	コチュジャン…小さじ1/2
小松菜（茎）…50g	はちみつ、味噌、ごま油 …各小さじ小程度
干し椎茸…3g	人参…30g
出汁…300g	鶏ガラスープの素…1g
みりん…大さじ1	ごま油…3g
砂糖…大さじ1	
醤油…大さじ1	小松菜（葉）…30g
	醤油…2g
卵…3個	もやし…30g
出汁…60ml	塩・黒こしょう…少々
みりん…8ml	ごま油…小さじ1
薄口醤油…小さじ1	
酒…小さじ1	
砂糖…大さじ1	お好みの漬物



## 【作り方】

1. 干し椎茸を戻して、薄切りにし甘煮にする。
2. 玉子焼きを作る。
3. 鯖缶を調味料と混ぜ合わせる。
4. 人参を4cmの千切りにし、ゆで、調味料を加えて和える。
5. もやしをゆで、調味料を加えて和える。
6. 小松菜を葉と茎に分けてゆでる。
7. 小松菜の葉は醤油洗いし、下味を付ける。
8. 小松菜の茎は細かく切り、ごま油で和える。
9. ご飯に8の小松菜の茎、塩煎りごまを加え切り混ぜる。
10. まきすを使用し、9のご飯と5つの具材を海苔で巻く。
11. 食べやすい大きさに切る。

# 「生徒感想」

〈山口〉

私は今回のチームでは唯一の2年生でとても緊張しましたが、卒業前に食育王の大会に参加することができて良かったです。3分間の調理パフォーマンスでは、審査員の方に技術をととても褒めていただけて嬉しかったです。繰り返し練習してきた成果が発揮できました。オンラインという形でしたが、大会を企画、実施していただけたことに感謝しています。

〈寺島〉

コロナ禍の影響ということもあり、オンラインで大会に参加するのは初めてでした。私たちは耳が聞こえないので、どうしたら皆さんに私たちのテーマが上手く伝わるか悩みました。発表方法を工夫し、『こども食堂』のことをしっかりとお伝えできて良かったです。大会を開催して下さったこと、交流のきっかけを作ってくれた先輩、支えてくださった先生方、協力した仲間へ感謝しています。皆さんあつての優勝でした。

〈金子〉

僕は耳が聞こえませんが、こうした料理の全国大会に出場できて良かったです。今回特に、健聴者の高校に対してコミュニケーション面が心配でした。でも身振りや表情、フリップ等を工夫することで、伝わるということが分かりホッとしました。字幕を付けてくれた学校もあつて嬉しかったです。先生、先輩方に感謝したいです。

学校 Twitter で大会の様子が見られます。



食パフォーマンス



プレゼンで使った動画

正解はAのし尿です。

江戸のお悩みとなっていた大量のし尿は、近郊の農家に買い取られ、小松菜を育てる肥料として有効活用されていました。

し尿を売って江戸の町はきれい、小松菜を江戸の町に売る、イッツ、SDGs！

ちなみに小松菜には潤いを保つアミノ酸プロリンが含まれ、お肌のお悩みも解決！