



「食アレンジメントコンテスト」開催～これが本当の生きる力

7月25日(土)、本校の初夏の恒例行事となった“食アレンジメントコンテスト”を開催しました。決められたテーマと予算の中で、調理のアイデアや技術をグループ対抗で競うものです。今年のテーマは“魚介類を使ったオリジナルランチ”。使用する魚は、その日港に揚ったばかりの新鮮な近海ものばかり。しかも雑魚(ザコ)なので、どんな魚が来るのかは、調理直前までわからないという状態です。

この日は、中学生向けの“オープンスクール”も同時開催しており、調理の様子を見学してもらったり、実際に試食して審査に加わってもらう企画もあり、生徒にとっては“あまり扱ったことのない魚を調理する+魚の種類も量もわからない+第三者の視線を浴び、審査をされる”といった様々なプレッシャーが複雑に絡み合っていたことだろうと思います。

そうこうしているうちにいよいよスタート! まずは魚のチェックからです。ト口箱を開けてびっくり、そこには色も形も大きさも様々の魚が所狭しとピシッリ詰まっています。しかも鯛・鱈・カレイなどとでも雑魚とは言いえないような魚たちばかりで、そこだけ見ているとまるで高級料亭の厨房のようにも見えました。しかしいろいろ考えている時間はありません。もちろん「怖い」とか「触れない」とか言っている暇もありません。1人でも怠けたりサボったりすると料理の完成に大きな支障が出てきてしまいます。出来上がりの料理をイメージしながら、順序や手立てを考え、グループの仲間と協力しながら調理を進めていきました。



佐世保魚市直送!



そして、あっという間の2時間が経過。いよいよ審査開始です。各グループがそれぞれ創意工夫を加えた、自慢の逸品がテーブルに並ばれていきます。どの料理も、見た目・味も素晴らしく甲乙つけ難いものばかりでした。今回は中学生に加え、地域の代表ということで **溝内辰生校長先生(清水小)**、**松田美穂教頭先生(大久保小)**、**西元昭教頭先生(清水中)** を特別審査員としてお招きしました。先生方には「ひるむことなく魚の調理に挑んだことが素晴らしい」「大変貴重で大切なことを学んで

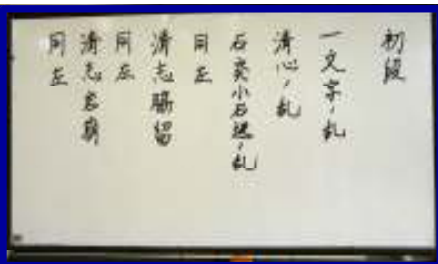
いる」「ぜひ来年も呼んでもらいたい」等の講評をいただき、本当にありがとうございました。こちらこそ次回もまた“温かく、厳しく、鋭い審査”をお願いいたします。

最初に魚を見た時、正直「大丈夫だろうか」「とんでもない料理ができ上がるのではないだろうか…」といった不安を抱きました。と言っても不安なのは大人だけだったようで、当の生徒たちは「何とかなさ」と大人の不安などどこ吹く風。堂々と見事に結果を出しました。この“食アレンジメントコンテスト”は本校の教育の象徴的な取り組みと言って良いかも知れません。知識の詰め込みではなく、多様で豊かな体験を通して感性を磨いていく。これこそが本当の『生きる力』を身に付けるということではないでしょうか。生徒の動きや表情を見て、改めて強く感じさせられました。

勇気と行動力を持ってやり遂げた皆さんに敬意を表したいと思います。お疲れ様でした。



武道セミナー開催 ～なぎなた(天道流)～



日本には『剣道』や『柔道』など『〇〇道』と呼ばれるものが数多くあり、人としての生き方や心のあり様について教えています。それぞれ方法は違っていても、その道を通じて「正しい心を持ち美しく生きる（所作等を含めて）ことを学んでいく」という根本は共通しています。

本校では正課の授業として『茶道・華道・装道』の3つの“道”を学んでいます。高校3年間で“道”を極めるところまでにはさすがにいきません。しかし基本的な技術の習得とともに「**相手を思いやる・優しさ**」といった人として当たり前、欠かすことのできない心を磨きに磨いています。

今回、8月29(金)・30日(土)の2日間にわたって『武道セミナー(天道流なぎなた)』を開催しました。『武道』に触れることにより、日頃から取り組んでいる3つの“道”との共通性を感じ、自分たちの取り組みの大切さを再認識してくれることを狙いとしています。ご指導いただいたのは、砂川碧先生(全日本なぎなた連盟・範士)、砂川邦子先生(全日本なぎなた連盟・常務理事)のおふた方です。

さて、講習の内容ですが、始まってすぐに両先生による形(かた)のご披露がありました。「エーイ！」真剣で気合いの入った声が講堂中に響きました。そのたった一声で、それまでどこか浮ついた感じがあった空気が、一瞬でピリッと引き締まったのがわかりました。また声だけでなく、まるで本物の剣を扱われていると錯覚するような姿勢や動きからも、ひしひしと緊張感が伝わってきました。**圧倒的な存在感**にそこに居た誰もが、身が震えるような感覚を覚えたことでしょう。そのような先生方でしたが、素人同然の私たちには、大変丁寧に優しくご指導

くださいました。なかなか思ったように動くことができず、先生方も歯がゆい思いをなさったかもしれません。しかし受講した全員が、興味を持って真面目に取り組むことができましたので、どうぞご容赦いただきたいと思います。その後の生徒の感想も「意外と楽しかった」「また機会があれば受講したい」といった前向きな思いがたくさん寄せられました。

今回の受講で、初歩の初歩とは言えなぎなたという『武道』に触れることができました。この経験は生徒の良い思い出となり、学校生活においても必ず良い波及効果をもたらしてくれることでしょう。お忙しい中、2日間も私たちのために時間を割いてくださいました、両先生にあらためてお礼申し上げたいと思います。



《※後から聞いた話ですが、本来ならば両先生をお招きするのには、正式になぎなた連盟に申し込むなどして、各種手続きを踏まなければお呼びできないそうです。「雲の上の存在」とおっしゃる方も居り、一学校と直接交渉できるようなレベルの先生ではないということです。そのような中、本校の申し出を快諾していただき、直接ご指導いただいたことは大変貴重で、ありがたい体験でした。》

卒業生よりあったか～いメッセージ！！



2学期が始まったばかりの8月22日(金)、今年3月に本校を卒業したばかりの山崎裕子さん、在校生を前にお話しくれました。現在、佐世保を離れ、『長崎女子短期大学生活科学科』に進学し、管理栄養士を目指して勉強中の彼女。高校時代の思い出や短大の授業、寮生活の様子など温かいメッセージでした。

「箸が上手く持てない友人に、正しい持ち方をアドバイスをしたところ『今まで何も不自由はなかった』と言って聞き耳を持たず、残念な思いをした」という話。「食物栄養を専攻している関係もあって、高校時代のスクールランチの授業が大変役に立った」という話。「短大の先生も親切で、わからないことがあって質問に行っても、1時間でも2時間でも付き合ってくれる」という話・・・などなど面白い話をたくさん聞くことができました。中でも、久田学園での、一見、役に立たない授業が自分の大きな財産になっているという話が、興味深いものでした。それは

「箸の持ち方をはじめ礼儀作法、茶道・華道・装道は生きていく上では必要のない(役に立たない)ことかも知れないが、**人として、日本人として大切なこと**を学んだ。たくさんの方でも良い事柄を知ることが、実は心を豊かにし、人間としての深みを増していくことであると、卒業して初めて分かった」という旨の内容です。

在校生の皆さん！！久田学園には他にもボランティア活動や芸術鑑賞など様々な学校行事や取り組みがあります。それら本校での3年間の活動は、自分でも気づかないうちに心や体を大きく成長させている筈です。ここで、自ら学び吸収した知恵や経験は自分だけのもので、他人には決して盗まれることはありません。その大切な宝物は、それぞれの人生に素敵な彩りを与えてくれるでしょう。この言葉が間違っていないことは、山崎先輩の生き活きた表情や充実感溢れる言葉が証明してくれています。

食 アレンジメント

～夏にぴったり!さっぱりランチ～



「before」

おき鯛・へ鯛
イサキ・鰹

総合優勝!!
見栄え部門1位!!



「after」

- 鯛の冷やし茶漬け
- 鯛の煮付け
- 鰹とイサキと豚肉の生春巻き
- 切干大根のサラダ
- 卵プリン

お茶漬けの具、そしてダシにも魚を用いた冷たいお茶漬けです。
暑い夏にも食べやすいメニューにしました。
また、ライスペーパーを使った生春巻きで、涼しさも出しました。
暑い夏にぴったりのさっぱりランチです。

～カレナサカー～



「before」

イナダ(鰯の子)・鰹
イサキ しょう鯛

総合2位!!
味部門1位!!



「after」

- イサキと鰹の唐揚げ(カレー風味)
- イナダと鯛のふくさ寿司
- ピシソワース
- 蜜柑のプリン

カレナサカーというタイトル名は、「カレー味の魚の唐揚げ」からアレンジしてつけました。ふくさ寿司はちらし寿司を薄焼き卵で包み、可愛く仕上げました。ピシソワースの冷たいスープや蜜柑のムースで涼しさも楽しんでください。

コンテスト 作品集

～よりどりみどりランチ～



「before」



「after」

カレイ・クツソコ
飛び魚・イサキ・鱈

○カレイ・クツソコ・飛び魚の唐揚げ
○イサキ・鱈のフライ ○サラダ
○ミニオムライス ○シフォンケーキ

中学生賞！！
見栄え部門2位！！

みんなが好きなオムライスや魚のフライ、シフォンケーキを作りました。
オムライスはミニサイズにして、食べやすいように工夫してみました。
みんなの好きなものがたくさん詰まった「よりどりみどりランチ」です。

～中華な和風(。v。)～



「before」



「after」

ウスバハギ・真ハギ
イサキ・鱈

○ウスバハギの餃子
○イサキと鱈の春巻き ○おにぎり
○真ハギの味噌汁 ○フルーツゼリー

中学生2位！！
創意工夫部門2位！！

魚入りの春巻きと餃子、魚の旨みたっぷり入った味噌汁、中華の美味しさを取り入れた和風の献立です。色々なおにぎりや、ツルンと喉を通るフルーツゼリーを合わせた色とりどりのランチです。