



学



校



便



り

第14号

since2006

久田学園佐世保女子 高等学校

2007.10.1 (2007年度 第5号)

“食アレンジメントコンテスト”開催 ～オープンキャンパスも同時開催～



8月24日(金)、『食アレンジメントコンテスト』を開催しました。毎年、この時期に実施しており、今年で3回目を数えます。学年・クラスの枠にとらわれず、5～6つのグループに分け、料理のアイデアや技術を競います。今回からは、前回までとはルールを変更し、それに加え、新たな試みも行ないました。とは言え、基本は変わりません。チームワークを良くし助け合いながら、そして食べる人の



笑顔を常に心に思い描きながら調理を進めていくことは同じです。具体的なルールは次の通りとなっています。

- ①第1ステージ(1S)と第2ステージ(2S)で計2食分調理する
- ②1S-10名分、2S-6名分すべてを計**2,700円の予算**内で作る **※予算の残りが少なければ少ないほど審査の評価が良い**
- ③1S『**アツい夏を乗り切る食事**』、2S『**ちょっと遅めのティータイム**』というテーマに沿ったものでなければならない
- ④調理時間は、1S-100分、2S-90分。
- ⑤審査により各ステージの優勝を決める **※1Sは特別審査員2名と中学生の投票がポイントに加わる**

前回までは使用しなければならない食材(例えば**鶏丸ごと1羽!!**など)が直前に発表され、それをもとに献立とレシピを考え、調理を行なっていくという流れでした。食材の発表から調理開始まで、あまり時間もありません。パッとひらめいた料理をサッとつくらなければいけない難しさもありますが、自分のアイデアで自由に創作していく楽しさもありました。今年は、事前にテーマと予算を設定し、それに沿って調理を行なっていきます。準備期間はたくさんありますが、テーマのことや予算を考え、レシピや献立はもちろん買い出しも自分自身で行わなければならないなりません。

昨年と今年の違いを、ちょっと強引ではありますが、これを実生活に置き換えて考えてみます。「突然、夜中に急な来客があって、しかもそのお客様がご飯を食べていないとのこと。「こんな遅くに、ご飯ぐらい食べてこい」と怒りつつ、冷蔵庫の中にある限られた食材を駆使して料理をつくり、「ようこそいらっしゃいました」と満面の笑顔で、接待する・・・」これが昨年までのルールです。一方で「1ヵ月後にせまった自分の誕生日パーティーに親しい友人たちを招待しています。「どんな高価なプレゼントがもらえるんだろう」との下心を抱きつつ、人数や各人の好物、季節や時間、そして予算などを考え計画的に準備を進めます・・・」こちらが今年のルールです。突然の出来事にも臨機応変に対応し、それとは逆に、事前に計画を立ててことを進めていく、どちらも大切です。この“食アレ”でその素養と実践力を養って欲しいと思います。



オープンキャンパス開会式



試食・審査の様子

もう一つ、昨年との大きな違いは、外部の方々にも審査に加わっていただいたということです。清水中学校の末吉敬校長先生・大久保小学校の白濱忠昭教頭先生を特別審査員に、また同時開催のオープンキャンパスに参加している中学生にも投票をお願いしました。外部の方が加わることで、より客観的な選考の結果となったのではないのでしょうか。

末吉先生、白濱先生から「食育の大切さ」「技術やアイデアの素晴らしさ」などについて、お褒めの講評をいただきました。また、参加した中学生からは「どの料理も見た目もきれいで美味しかった」「こういうのをつくることのできる大人になりたい」といった感動の意見が寄せられました。皆さん!気づいてますか?少しはお世辞もあるかもしれませんが、これが周りの正直な意見です。知らず知らずのうちに、誰もが認めるスゴい調理の腕を持っているんですよ!その腕は「**家庭のお母さんの腕**」と言いかえても良いでしょう。



末吉敬先生 (清水中学校校長)



白濱忠昭先生 (大久保小学校教頭)

食アレンジメント作品集

どれもこれも力作揃い。あちらこちらに生徒のアイデアや技術のあとがうかがえます。各グループの一言アピールも載せております。お腹が鳴るのを抑えつつ、ヨダレが溢れ出るのをグッと我慢しながら、どうぞご覧ください。

味の部門 1位！ テーマ部門 1位！ 第1ステージ 2位！

「ガッツリ！ぎょうざ定食」

餃子の皮でドライカレーを包み込んで揚げています。ピリッとした辛さで食が進みます。夏のご飯に最適です。



「ぼーぼのババロア」



サラダ

ババロア

メレンゲ

カレー餃子

中華スープ

暑い夏でもツルンと食べられるようにしてみました。二層になって一気にふたつの味が楽しめます。余った卵白を紅茶に乗せて、材料を残さないように工夫しました。

第1ステージ1,459円 第2ステージ1,206円 計・2,665円(予算比-35円)

第1ステージ優勝！ 中学生投票 1位！ テーマ部門 2位！

「夏に食べる涼しいパスタ」

暑い夏にピッタリの冷製パスタです。トマトときのこの2種類の味が楽しめます。滑らかなコーンスープもご一緒にどうぞ！



「スイートな夏」



トマトと茄子の冷製パスタ

シフォンケーキ

コーンスープ

チョコ餃子

サラダ
きのこのパスタ

チョコ・チョコチップ・ココアパウダーなど、チョコレートをたくさん使った甘〜いケーキです。

第1ステージ2,021円 第2ステージ674円 計・2,695円(予算比-5円)

時間部門 1位！ 創意工夫部門 3位！

「栄養マンテン!!」

チーズ入りポテトサラダ

ハンバーグシチュー

人参をハート型に切り抜くなど、可愛く演出しました。ハンバーグの調理では、電子レンジを用いて旨味・栄養を逃さないなど、見えない工夫もしています。



※体調不良のため、第2ステージは泣く泣く回避することになりました。残念！

第1ステージ2,251円

味の部門2位! テーマ部門2位!

「ツルッとのごしトリフル麺」

暑くて食欲がない時期でも、ツルッと食べられる麺です。それぞれの味をお楽しみください。



冷し中華

とろろ蕎麦

かき揚げうどん

「ひんやり もちもち」



もち入りパフェ

パフェの中には、バナナや桃などの果物はもちろん、アイスと餅の組み合わせで「雪見大福」風のものも入っています。

第1ステージ1,842円 第2ステージ831円 計・2,673円(予算比-27円)

創意工夫部門1位! 予算金額部門1位! 第2ステージ2位!

「彩夏(さいか)」

夏野菜を多く使用しました。彩りを鮮やかにして、見て美味しい、食べても美味しいメニューです。これを食べて夏を感じてください。



おにぎりオムライス

ポストンケーキ

アイスメレンゲ

茄子の揚げ浸し

ゼリー

鶏肉のソテー

トマトの丸ごとスープ

「フキ・フル」



小さいお菓子を3つ並べて、オシャレな感じにしました。

第1ステージ2,166円 第2ステージ533円 計・2,699円(予算比-1円)

第2ステージ優勝! 創意工夫部門2位! 見栄え部門1位!

「フリッチャコ」

ただのタコ焼きやステーキではなく、一つの食べ物として味わえるような工夫をしました。タコ焼きのだしを醗でとり、旨味を引き立てています。



タコ焼きステーキ

人参のケーキ

海老のサラダ

クレープ

吸い物

「ハニーチック♪」



ゴージャスに、ケーキ・アイス・クレープを一つのスイーツに仕上げました。デザインも見所です。

第1ステージ1,944円 第2ステージ740円 計・2,684円(予算比-16円)

※例年にない猛暑のため、冷蔵庫内でアイスや生クリームが固まりきらず、第2ステージのデザートづくりはちょっと苦戦しました。見た目の面で、生徒自身も大変残念がっており、そのあたりの事情をお汲み取りの上、ご覧いただければと思います。

武道の達人セミナー



9月1日・8日（土）の2週間にわたって、「武道達人セミナー」と称し、居合道の講義を受講しました。場所は県立武道館。一步足を踏み入ると、ピリッとした空気にどこか神聖な雰囲気漂います。剣道・柔道・合気道など、様々な武道のメッカとなっており、この日も盛んに活動が行われていました。どこからともなく気合いの入った掛け声が響き、自然と身が



引き締まるようでした。

講師は高木志伸先生（佐世保工業高校教諭）。居合道・剣道ともに六段をお持ちで、イタリアから剣道・居合道の講師として招かれる凄い先生です。加えて、同じく佐世保工業高校より三谷誠先生、剣道部の皆さんにもお越しいただきました。

今回は「居合道の概要」「日本刀の仕組み」などの講義、「着装」「所作」「礼」「演武」などの実技を学びました。特に実技においては

日頃から本校で取り組んでいる「茶道」「華道」「装道」と通じるところがあり、今後の授業においても、大いに刺激になったことと思います。実際、高木先生より『座り方が美しい人がいるなあ』と感嘆のお言葉もいただきました。自信を持っていきましょう!!

しかし、**何よりも刺激になった**のは、佐工生の皆さんに直接ご指導いただいたことではないでしょうか。礼儀正しくキビキビとした動きで、優しく丁寧に一つひとつ教えていただきました。各々1対1の組に分かれ、恥ずかしさと照れくささ、いろいろな気持ちが入り混じった**“さわやかカップル”**があちらこちらで誕生です。何とも微笑ましい光景でした。

今回の講習を通し、「〇〇道」と名がつくものは“礼に始まり礼に終わる”ということを改めて実感することができました。言いかえれば“相手を尊重する心”を常に持つということです。何も難しく考える必要はありません。皆さんには通常の学校生活を通じて、もう身についているはずですよ。

お忙しい中、熱心にご指導くださいました高木先生、三谷先生、大変ありがとうございました。緊張した空気と時間の中で、上手にできないところも多々ありましたが、生徒一人ひとりは何かを感じ、掴んだことと思います。またテスト期間中にもかかわらず、快く私たちにお付き合いくださった剣道部の皆さん、大変お世話になりました。文武両道の皆様ですので、万に一つにもこんなことはないでしょうが、もしテストの点数がよくなかったら、どうぞスポーツマン精神にのっとり、笑ってお許してください・・・



獅子舞で華やかに祝い

9月16日（日）、「老人ホームはなの杜」において敬老の日をお祝いする会が開かれました。本校もご招待を受け、獅子舞を披露。まだまだ踊りは発展途上の段階で、なかなか完璧とはいきませんが、今できる全てをお見せすることができたようで、温かい拍手を頂戴しました。その後、皆様方のご健康とご多幸をお祈りし一人おひとりの席を回りました。

こちらの施設では夏休み中、2年生のインターンシップでお世話になっており、職員の方はもちろんお年寄りの方々にも大変良くしていただいたとのこと。今回のメンバーにも2年生が含まれています。お祝いに加え、お世話になったお礼と再会できたことの喜びの気持ちを胸に、いつもより張り切って踊ったことでしょう。

いつまでも健康でお元気に、またお会いできる日を楽しみにしています。その時まで、練習を重ね、素晴らしい舞をご披露したいと思います。ご期待ください!!

