

2022年3月4日

【報告資料】

呉地域の小学校における食育に活用できる食育かるたの作製

広島国際大学 医療栄養学科 岩崎 沙織、植原 愛歩、向 あかり

1. 活動背景と目的

本来、かるたは読み札の内容を聞き取りながら絵札を探し、同時に絵札のイラストを楽しむ娯楽的な要素が強い。しかし、一方で視覚や聴覚等を通して情報が得られることから、特に子どもたちはその過程で興味関心が高まるだけでなく、内容を記憶に留めることができる。つまり、かるたは優れた教育教材のひとつと考えられる。

ところで、私たちが居住している広島県を含めた中国地方のすべての県は瀬戸内海、あるいは日本海に面しているため魚介類の収穫量が多い上に、瀬戸内海側は温暖な気候で柑橘類や葉野菜等の栽培が盛んであり、様々な食材が豊富な地域といえる。また、呉市や坂町地域は古くから海軍由来の食文化もある。以上のような食に関連する特色は地元人として誇るべきものであり、これらの特色を地域の人々に認識してもらうと同時に、次世代に語り継がれていくことが望まれる。しかし、これまでに中国地方、特に呉地域の食材や食文化を盛り込んだ、呉地域発信の食育かるたは調べた限り作製されていない。

そこで、本プロジェクトでは手作りの食育かるたを作製して地域の小学校に配布し、食育活動での幅広い活用を目指すこととした。

2. 活動経過

H3	4月～7月	かるたに使用するキーワードの選定と読み札の文章作成
	7月～1月	絵札、サイドブックの作成
H4	1月～2月	絵札の印刷、サイドブックの校正
	3月	呉市教育委員会、坂町教育委員会への訪問 呉市市内の小学校35校、坂町町内の小学校3校への郵送

3. 活動内容

(1) かるたに使用するキーワードの選定

キーワードは、中国地方で栽培されている食材、販売されている食品、あるいは地域に根づいている食文化等を中心に書籍やインターネットを用いて調査した。調査結果の中からキーワードを選定し、50音の中で重複する文字と「ん」を除いた44音に当てはめた。

(2) 読み札の文章作成

読み札には、キーワードを盛り込んだ文章を書くことになった。キーワードの位置は冒頭に限定せず、文章中に盛り込むケースも可とした。文章は、内容が難しくなりすぎない

ように短い言葉でわかりやすく表現することを心がけ、読み手が誰でも使用可能で読み間違いがないように、難しい漢字にはルビを打った（下表）。また、文章中で商標登録された語句等が含まれていないか、専用サイトを用いて確認した。

頭文字	キーワード	読み札	頭文字	キーワード	読み札
あ	あごの焼	あご野焼き なんのおさかな とびうおです	ぬ	あなご	ぬるぬるの おいしいおさかな あなご飯
い	美酒鍋	いっばいの お酒を使った 美酒鍋	ね	笹まきもち	願い込め 食べて健康 笹まきもち
う	ぜんざい	うまればね 鳥根県だよ おぜんざい	の	のどくろ	のどくろは のどが黒い さかなだよ
え	広かんらん	えーあまい! 呉でとれるよ 広かんらん	は	はっさく	はっさくの ほろ苦さが やみつくだ
お	ままかり	おいしいね ご飯がすすむ ままかりだ	ひ	瀬戸内レモン	ビタミンC いっぱいあるよ 瀬戸内レモン
か	神楽踊り	かぐらま しまね 神楽舞う 鳥根でとれる さかなたち	ふ	出雲そば	ふる れきし さんだんめさ いずも 古い歴史 二段重ねた 出雲そば
き	海軍のカレー	きんようび し 金曜日 お知らせします 海軍のカレー	へ	豆腐ちくわ	ヘルシーな お豆腐使った 豆腐ちくわ
く	くわい	くわが由来 正月おせちに 福山くわい	ほ	赤ジャガイモ	ほ だ あか つち あか 掘り出すと 赤い土から 赤ジャガイモ!
け	元気汁	げんきじゅ あさ た 元気汁 朝から食べて フルパワー	ま	ゆうれい寿司	まっ白な のっぺらぼうの ゆうれい寿司
こ	子イワシ	こ 小イワシを 食べて強い子 カルシウム	み	白桃	みずみずしい ほっぺが落ちそう 岡山の白桃
さ	広島つけ麺	さかなのだし からのつけダレ 広島つけ麺	む	ピオーネ	むらさきの 甘い宝石 ピオーネだ
し	瓦そば	じゅーじゅーじゅー 瓦で焼いた 瓦そば	め	赤てん	めずらしい 真っ赤な食べ物 赤てんだ
す	角寿司	すめし ぐざい お 酢飯とね 具材を押しぬく 角寿司	も	きびだんご	ももたろう 桃太郎 おともになります きびだんご
せ	尾道のラーメン	せあがら はい 背油が たくさん入った 尾道で食べるラーメン	や	お好みソース	やさい くだもの この 野菜とね 果物のうまみ お好みソース
そ	お好み焼き	そばと肉 重ねて焼くよ お好み焼き	ゆ	牡蠣	ゆうめい かき ひろしまけん 有名な 牡蠣といえは 広島県
た	がんす	た 食べてみんさい がんすはうまい!	よ	フグ	よくとれる フグといえは 下関
ち	オニオコゼ	ちよと怖い いかつい顔の オニオコゼ	ら	らっきょう	らっきょうは 砂丘で育つ 強いんだ
つ	ぼてぼて茶	つかれたな ちょっと一息 ぼてぼて茶	り	マスカット	りっぱ おかやま 立派だな 岡山でとれる マスカット
て	いただきごはん	て あ 手を合わせ いただきご飯 いただきます	る	どじょうすくい	るんるんるん 踊りもあるよ どじょうすくい
と	かに	とっと蟹ん 鳥取県 いっぱいとれるよ かにさんが	れ	白うさぎ	れきし いなば 歴史ある 因幡のくにの 白うさぎ
な	シジミ	ナンバーワン 宍道湖でとれる やまとシジミ	ろ	かしわもち	ろくがつ た 六月に 食べてねぎらう かしわもち
に	呉冷麺	にんまもの くれ はっしょうくつれいめん 人気者 呉が発祥 呉冷麺	わ	ワニ料理(サメ)	りょうり ワニ料理 ワニじゃないよ サメですよ

### (3) 絵札の作成

絵札には、キーワードや読み札の内容をイメージしやすいイラストを描くよう心がけた。手描きのイラストを完成品にそのまま用いることを基本とし、色鉛筆等を用いて優しい色使いで描いた。また、絵の背景の色塗りは業者に依頼したが、印刷前にイラストにあわせた色を要望として伝え、対応してもらった（下図）。



#### (4) サイドブック（副読本）の作成

かるた取りを実施すると、取った枚数を競うことに終始しがちである。しかし、今回作製したかるたは食育活動での活用を目的としているため、食育の実践に役立つように各食材や食文化に関する具体的な説明を掲載したサイドブック（副読本）を作成した（下図）。そして印刷・製本し、前述の2種類の札と同じ箱に収めた。



#### (5) 教育委員会への報告と、小学校への送付

完成後、呉市、坂町両市町村の小学校に配布する前に教育委員会内学校教育課を訪問し、配布にあたっての了承を得る予定である（3月4日時点）。配布数は1クラスを数グループに分けて実施することを想定して各小学校に3セット準備し、呉市市内の小学校35校、坂町町内の小学校3校、計38校に郵送で配布することとした。

#### 4. 今後に向けて

本来なら配布後に、学校においてかるたを用いた食育の実践を試みるべきだが、昨今のコロナ禍の影響で、かるたの使用そのものが実現できるか懸念している。しかし、いずれ感染が収束し、このかるたの活用が本格化すれば、改善すべき点の発見や教育的効果の検証が可能になると考えられる。