

加古川産大豆を使用し、 おいしいみそを作ろう

小学校の紹介

平岡南小学校は、市の南東部にあります。鉄道、高速道路、主要幹線道路などが市の南部を東西に走っているため、交通の便も良く、学校の周りにはたくさんの方が建ち並び、近くには大きな商業施設もあり、大変にぎやかなところです。

はじめに

平岡南小学校では、6年前から加古川産の大豆を使って4年生でみそ作りをしてきました。自分達でみそ玉を樽に並べ作ったみそで、5年生の家庭科では、みそ汁を作る調理実習もしています。

今年、4年生では、自分たちで育てた大豆で冬にみそ作りができないかと考え、総合的な学習の時間に、大豆について知ろうと、まずは「大豆」がどんな豆なのかについて調べ、大豆の栄養、使われ方、育て方などを学びました。そして、大豆を学年園で種から育てることにしました。

活動内容

■大豆の変身

「みなさんは、大豆がどんな豆か知っていますか？」

「は～い。大豆は大きな豆と書いてふつうだいずと呼んでいますが、大いなる豆という意味から、大豆と呼ばれるようになったそうです。今から2000年以上前に中国から伝わったそうです。」

「今では100種類以上の大豆が日本で作られているんですよ。」

「へえ～。そうなんだ。そんなにたくさんの種類が作られているなんて、日本人は大豆が好きでよく食べているんですね。」

「すごい。よく分かりましたね。大豆は日本の食事には欠かすことができないと言っていいほどよく使われているんです。みなさんは大豆から作られて

いる食品にはどんな物があるか知っていますか？」

「うーん。なんだろう？」

「知ってるよ。みんなで前に勉強したよ。」

「納豆」「豆乳」「豆腐」「油揚げ」「おから」「きなこ」「いり豆」「煮豆」「もやし」「醤油」「みそ」「大豆油」

「大豆が変身して、いろんな物が作られているんだね。なんか大豆ってすごい食べ物な気がしてきたな。」

「うん。大豆は私たちの体を作る赤の食品群に入っていて、魚や肉と同じタンパク質という栄養がたくさん含まれているんだよ。だから、日本では大豆のことを「畑の肉」と呼んでいるんだ。」

「100グラムの牛肉と100グラム大豆で栄養を比べると、大豆の方がたくさんタンパク質がふくまれているのを知ったときは、びっくりしたよ。」

「大豆って食べ物のスーパーマンみたいに思えてきたよ。」

■加古川産大豆を育てよう

こんなにすごい加古川産大豆を自分達で育てようと、5月に大豆の種を学年園にまきました。畑の畝に指で穴を開け、1つの穴に3粒ずつ植えました。



大豆の種植え

「大豆から、どんな芽がでてくるのだろう。」「どんな大きさの、どんな色の花が咲くのだろう。」「さやが、どんなふうになるのだろう。」不思議だらけの

大豆の観察が始まりました。

1週間ほどたつと、畝の土を持ち上げるように大豆が芽を出し始めました。よく見ると、植えた大豆が芽の先についているのもありました。毎日水やりをし、草取りもしました。苗が倒れないように茎の根元にしっかりと土を寄せる土寄せもしました。水やり、草取り、土寄せを繰り返し、毎日毎日世話をしました。



草取りの様子

そして、夏に近づいたある日、茂った葉っぱの陰に、小さな紫色の花を見つけました。畑の中に入ると自分が隠れてしまうくらいすくすくと大きく成長し、ぼくたちは、豆の収穫を今か今かと楽しみにしていました。

いよいよ収穫の時です。7月のはじめ、大きくぶっくりと実が膨らんできたので、若さを収穫して、みんなでゆがいて給食と一緒に食べました。

「枝豆はよく家で食べるけど、枝豆が大豆だって今まで知らなかったよ。」

「私も。枝豆は、大豆の豆がまだ若いうちに収穫していただけたんだね。」

「自分達で作った枝豆は、今まで食べた中で1番おいしかったよ。もっと食べたいなって思ったよ。」

■みそ開き

そして11月、5年生が去年作ったみそのみそ開きがありました。作った時より色が濃くなり、大豆の臭いだったのが、みその臭いになっていました。1年ほどでみそができるなんて知らなかったのが、びっくりしました。今では、家でみそづくりをすることはほとんどなくなってしまいましたが、昔は家でとれた大豆を使って、家でみそづくりをすることもめずらしくはなかったそうです。



みそ開きの様子

5年生は2学期に、自分たちの手作りみそでみそ汁作りの調理実習をしました。来年、みそ開きやみそ汁づくりをするのが、とても楽しみになりました。

■大豆作りを通じて

今年、大豆について調べたり、実際に育てて収穫し食べたりしたことで、毎日食べている給食の献立の中にも大豆を使ったものがたくさんあることにも気づくようになり、メニューの中の大豆製品をみんなで見つけるのが楽しみにもなりました。そして給食の時間には、「あ、これ大豆や。」という声がどのクラスでもよく聞こえました。私たちのくらしと大豆は、切っても切れない強い結びつきがあることを感じました。

加古川でとれる食材にも興味を持つようになり、大豆だけでなくこんなにたくさんの加古川産の食べ物があるなんて、とてもうれしくなったし、育ててくださっている方々へ感謝の気持ちも持つことができました。

大豆作りでは、種を植えて、元気に大きく育てようとして世話をし、収穫するまでにはたくさんの苦労があることがわかりました。一粒の種を大きく育て、収穫する。簡単なようで、そこには色々な苦労や知恵があり、難しいこといっぱいだけれど、それ以上の喜びも待っていることを学びました。

おわりに

今年も2月には、加古川産大豆を使ってみそ作りをします。育てるおもしろさ、作る楽しさ、食べる喜びを学べたこの経験を通して、自分達の「食」についてこれからも考えていきたいと思います。