小平「プチ田舎味噌」づくりプロジェクト

小野　友紀　准教授
（短期大学部　家政科　食物栄養専攻）

【はじめに】

小平市は多摩地域の北東部に位置し、「都心から一番近いプチ田舎」をキャッチフレーズとしていることからも分かるように市内には多くの農地があり自然豊かな街です。学校給食での地場野菜利用率は概ね 3 割で、多摩地区の中でも高い利用率を維持し食育の推進にも熱心に取り組んでいます。本プロジェクトではそうした特徴を有する小平市内の保育園、および高齢者施設と連携して「味噌づくり」の活動を行いました。小平市のキャッチフレーズに因んでプロジェクト名を『小平「プチ田舎味噌」づくりプロジェクト』としました。（※「プチ田舎」は小平市の登録商標です）

【目的】

保育園や高齢者施設といった市民に馴染みのある施設において、「味噌づくり」を通して、親子の絆や地域住民のつながりを深め地域社会の活性化を図るとともに、食育の推進として和食文化の継承、健康な食生活を送るための意識の向上を目的として実施しました。

【取組みの内容】

1)イベント開催前日までに大豆、米麹、塩、容器等を会場に搬入し、施設内の調理室において保育園/高齢者施設の栄養士等に大豆を柔らかく煮ることと、予めファスナー付き食品保存用プラスチック・バッグに人数分を分配してもらうことを依頼しました。味噌づくりイベントの当日スケジュールは右表を参照ください。

【味噌づくりイベントの具体的な流れ】
（以下、「プロジェクト」を「PJ」と記す）
①施設長挨拶
②PJ 代表教員より本 PJ の趣旨説明
③PJ メンバー教員より「味噌の話」（講話）
④学生による「味噌クイズ」
⑤学生による「味噌づくりの手順説明」
⑥味噌づくり開始～終了
⑦感想などを伺う
⑧PJ 代表教員より「味噌保管上の注意」
⑨閉会の辞（施設長）
⑩後片付け

2)「プチ田舎味噌」づくりの 3 回の活動

① 第 1 回（令和 6 年 10 月 19 日（土））：すずのき台保育園にて

（参加者 50 名）小平市内の多くの保育園に「プチ田舎味噌づくり」を知っていただくことが肝要であると考え、対象者を小平市内の保育園職員とその家族としました。第 1 回目ということで、当日は小平市長にも味噌づくりに参加していただき、小平市 HP「市長の活動日記」では本プロジェクトが紹介されました。

② 第 2 回（令和 6 年 11 月 2 日（土））：うめのき保育園にて

（参加者 43 名）開催園の園児と保護者、同園の地域住民を対象に行いました。当日はあいにくの悪天候でしたが、幼児の参加も多く親子で賑わい盛り上がりました。

③ 第 3 回（令和 7 年 1 月 7 日（火））：まりも園デイサービスセンターにて

（参加者 29 名）高齢者施設のデイサービス利用者を対象に味噌づくりを行いました。学生による「味噌（食べ物）クイズ」には、100 歳以上のご高齢の利用者様をはじめ皆様が真剣に取り組んでくださいました。穏やかな雰囲気の中で楽しく味噌づくりを行うことができました。








【振り返り】

3回の「プチ田舎味噌」づくりは、いずれも大変好評のうちに終了することができました。参加者の皆様からのアンケートの感想には以下のような記述がありました。（下線は、筆者によるものです）

・始めて作りました。準備等々、ありがとうございました。とても楽しかったです。この方法でしたら子どもたちも楽しめますね。（50歳代、女性）

・大豆をもみもみするところが楽しかったです（小2）全部楽しかった（年少）子どもたちがどうやって味噌ができるのか楽しく知ることができて良かったです。（40歳代、母）

・子どもにも調理に参加させたいと思いつつキッチンの広さや衛生面（生肉はまだ早い…）など、制約も多くなかなか機会を増やせませんでした。手軽に参加できる内容を、いつもの保育園で体験できるのは非常にありがたいです。（30歳代、女性）

・とても楽しかったです。学生さんのクイズ、素敵でした。味噌を食べるのが待ち遠しいです。（30歳代、女性）

他にもたくさんの感想を頂きましたが、上記に代表される内容のものが多くありました。こうした感想から本プロジェクトの効果として、①子どもから高齢者まで多世代が楽しめる活動であった、②味噌ができるまでの工程を知る機会（食の循環）となり食育活動となった、③保育園という慣れ親しんだ場所で行ったことの効果、④食べる楽しみが先にあることで将来への期待感の高まり、⑤親子の共同作業の機会による親子の触れ合い、⑥高齢者の方々には若い学生たちとの関わりの楽しさ、などを挙げることができます。興味深かったのは、子どもからの感想で「モミモミするのが楽しかった」（袋に入った茹で大豆を潰す作業）という声が多くあったことです。指先を使って潰す触感を楽しんでいたようです。指先を使うという点において、高齢者施設の方からは脳の活性にも役立つというお話がありました。

【まとめ】



今回の「プチ田舎味噌」づくりのイベントは北多摩地域のフリーペーパー『たまきたPAPER』でも紹介されました。次回を楽しみにされている参加者も多く、次年度以降も継続していきたいと思います。最後になりましたが、ご協力いただいた小平市内の施設長・職員、栄養士・管理栄養士の皆様、ご参加いただいた皆様に感謝申し上げます。

<プロジェクト構成員：小野友紀・富永暁子・山下真菜・短大家政科食物栄養専攻　学生>