手ごねによる美味しいパン作り

岩瀬　靖彦　教授
(家政学部　食物学科)

昨今の日本人の食生活は、手間のかかる伝統型の日本食から、手軽に準備ができる洋食が主流となりつつある。

この原因の１つとして、両親の共働きによる影響などで、家庭における食事作りの時間が短縮化され、外食や中食、総菜、レトルト食品、冷凍食品などの利用頻度が年々増加傾向にある。そのため親から子への食事作りの伝承が減り、併せて親子の会話も減りがちとなっている現状が伺える。

また、洋食スタイルの食事では、主食が米に代わりパンが主流となっている。パンは自宅でも作ることが可能であるが、一般的には地域のスーパーやパン屋、ネットで購入するケースが大勢を占めていることから、益々、家庭における食事作りが簡素化し食事作りの伝承が減り、親子の会話も減る一方であることが伺える。

このような現代の子育て世帯の状況を鑑み、家庭における食事作りの伝承や親子の会話を支援することを目的として、また、ご家庭でも手軽に美味しいパン作りができることを理解していただくために、本学でサークル活動をしているパン調理学研究会が主体となり、参加者と学生とのコミュニケーションの場として、また学生の研鑽を兼ねて親子で会話しながら楽しく手ごねによるパン作り教室を開催した。

スケジュール

1	試作	8 月 11・13 日
2	第 1 回	8 月 16 日（土）
3	第 2 回	9 月 21 日（日）
4	第 3 回	10 月 26 日（日）

試作では、技術指導をいただく日本パン技術研究所の並木先生よりレシピを提供いただき、実施日に作成するメロンパンとあんぱん（粒餡、こし餡）を作成した。昨年まで作成したパンと異なることから、調理室での作業導線やオーブンの動作および設定の確認を慎重に行った。

8 月 16 日（土）の第 1 回では、スタッフおよびパン調理学研究会の学生は 9 時から計量作業ができるように集合した。

並木先生にボランティアで参加いただき、9 時 30 分より説明とデモンストレーションを交え、パン作りが始まった。並木先生は、パン作りをしている各家族を回り、丁寧にサポートをしていだいた。

各家族とも笑顔で作業をし、出来上がりもよく、出来立てのパンを頬張り「すごく美味しい」との評価であった。

9 月 21 日（日）第 2 回および 10 月 26 日（日）第 3 回では、パン調理学研究会の部長が説明とデモンストレーションを担当し、各家族グループにはパン調理学研究会の学生が 1 名から 2 名が入り、パン作りのサポートを行った。最終日には、ボランティアで参加いただいた日本パン技術研究所の並木先生に全体のサポートをしていただいた。

毎回参加された親子は、コミュニケーションをとりながら笑顔でパン作りを楽しんでいた。また、出来立てのパンを頬張り「すごく美味しい」と声を上げていた。

参加者された保護者は、子供たちと協力し手捏ねパンを楽しく作っていた。また、手軽に手作りでパンが作れることに驚き、焼きがありのパンを試食し美味しさに感動していた。

また、食材の発注をサポートしてもらった食物学科の佐々木助手、小松助手、林助手からは、助手として運営も含めて参加させていただきました。様々な年齢のお子さんとそのご家族に参加していただき、どの日程も、教室の名前通り「手ごねによる美味しいパン作り」をされておりました。参加された親御様より、「家でまとまった時間をとって調理をさせることは難しいので、とても良い機会となりました。」「手作りでこんなにおいしいパンが作れるなんて感激でした。家でも作ってみます。」などと直接感想を伝えてくださり、とても嬉しかったです。来年度も地域貢献プロジェクトを通して、人々のつながりや、地域活性化につながるよう、助手の立場としてサポートしていきたいです。この度は素敵な教室を開催してくださり、ありがとうございました。との感想が寄せられた。本学のパン調理学研究会からは、「パン作りを通して、地域の方々と楽しく交流することができました。とても貴重な体験でした。」との感想が寄せられた。



