

「第2回なすかしの森ファミリーチャレンジ～麴（こうじ）～冬編」報告

令和2年12月12日（土）～12月13日（日）

【目的・趣旨／概要】

城下町の核として発展してきた白河市の中心市街地には、現在でも歴史的・文化的資源が多く残っている。その中でも醸造業（味噌・醤油・酒造）は6つの建物群が残っており、現在でも塩麴、甘酒などが作られている。今年度は、この発酵食文化としての「麴」をテーマに四季折々のプログラムを提供している。第2回は、発酵あんこを使った冬至かぼちゃづくりや、麴を取り入れた食事づくりに挑戦し、麴文化に親しみつつ、文化行事を楽しめる内容とした。



【連携先】

講師 岩下 礼成氏（株式会社 PICNIC 代表取締役）
岩下 友希氏（株式会社 PICNIC 取締役）

【募集対象/実績】

《募集対象》 幼児、小学生又は中学生を含む家族10家族程度

《実績》 9家族30名申込

8家族27名参加（大人15名、中学生4名、小学生5名、未就学児3名）

【プログラム概要】

【発酵あんこ作り】1日目AM

茹でた小豆に麴を混ぜて発酵させることで、砂糖を使わずに小豆本来の甘みを引き出すあんこ作りに挑戦した。麴の力と食材本来の持つ味を感じることでできる活動であった。

【森林ヨガ】1日目PM

株式会社 PICNIC の岩下氏を講師に招いた。音楽に合わせてのストレッチや家族でヨガのポーズをとるなど、屋外で体を動かすプログラムを実施した。

【発酵食品を用いた夕食作り】1日目PM

森林ヨガから引き続き、講師の岩下氏の指導のもと夕食作りを行った。料理に関することだけでなく、麴に関する知識も学ぶことのできる内容であった。

（メニュー）

- ・鶏胸肉の塩麴チーズピカタ、
- ・切り干し大根の青菜の醤油麴中華和え
- ・さつま芋の炊き込みご飯
- ・ちくわとしめじの塩麴スープ

【たき火体験】1日目PM

フェザースティックを使用し、着火剤のいらないたき火に挑戦した。悪天候のため火をつけることに苦労したが、たき火のあたたかさを通して冬の寒さを楽しむことができるプログラムとなった。

【冬至かぼちゃ作り】2日目AM

1日目につくった発酵あんこを活用し、冬至かぼちゃを家族毎につくった。なお本プログラムでは、ボランティアスタッフが主導となって準備・運営を進めた。



【成果】

- ・今年度のファミリーチャレンジのテーマである「麴」を、2日間通して楽しむことができた。加えて、発酵食品に詳しい講師を招くことで知識や活用法を学ぶこともできた。
- ・新型コロナウイルス感染症対策として、全てのプログラムを原則家族単位で行った。例年のような家族間の交流はできなかったが、代わりに家族が1つのチームとして各プログラムに取り組む姿が見られた。
- ・屋外プログラムとして、ヨガのプログラムを取り入れた。冷え込みが厳しい時期でも、身体を動かすことで全身が温くなり気分もリフレッシュすることができた。同時期のプログラムを今後考える上でのヒントを得られた。
- ・ボランティアが準備段階からプログラムを担当することで、各々のスキルアップができた。次回以降の活動に対する前向きな発言を聞く事もできた。

《参加者の声》

「いつもご飯は1人で作るが、一緒に分担にして協力できた。」

「料理と一緒に作った時、最初から最後まで子供が主体でできたことは初めてだった。」

「高校生のボランティアのみなさんがとっても優しかった。」

【課題と方策】

- ・新型コロナウイルス感染症対策と事業運営の両立は引き続き検討及び改善が必要である。特に冬季となり暖房と換気の兼ね合いが難しい。
- ・たき火プログラムの際に、お菓子を温める等の楽しめる要素を加えても良かった。焼きマシュマロがメジャーだが、それ以外のお菓子を各自で考えて焼くなど、参加者それぞれが自由に楽しめる内容にしても良かった。
- ・麴がテーマであったため料理がメインのプログラムであったが、あまり長時間だと低年齢層の参加者にとっては退屈になってしまう。参加者の年齢と実施内容のバランスを考えて事業全体を構成する必要がある。

国立那須甲子青少年自然の家〔作成〕事業推進係：岩谷 香



《以下、外部へは未公表事項（内部情報共有用）》

【広報実績】

《実施前》

- ・西郷村文化センター、まるごと西郷館等の近隣施設にチラシを設置。
- ・web サイト、Facebook への掲載。
- ・西郷村、白河市等の近隣の行政が発行する広報誌に掲載依頼。
- ・福島民報、福島民友へプレスリリースをFAX。

《事業中》

- ・福島民報より取材あり。（16：00から17：00）

《実施後》

- ・事業報告（Facebook へ投稿、本紙をweb サイトに掲載）
- ・福島民報 12 月 19 日朝刊 12 面に掲載。

【プログラム等の普及・活用方策、公立施設等への活用事例等】

- ・たき火の際にフェザースティックを使用した。本事業では職員が事前に作成したものを参加者に渡したが、フェザースティックを作成するところからプログラムとして取り入れられるのでは？
- ・雪のない冬季プログラムとして、1 時間程度であれば屋外で身体を動かすプログラムは可能であった。ただしある程度しっかり身体を動かせるものであり、天候悪化等の際に即座に屋内避難できるものが好ましい。今後のプログラム開発の際に活かしたい。

【事業評価、次回への引継事項等】

- ・B 棟 3、4 ブロックの暖房が入っていなかった。配電盤内の換気扇のスイッチを切り替える際に誤って暖房のスイッチを切ってしまった可能性がある。
- ・ボランティアに簡単なプログラムを担当させることができた。多少の失敗は参加者も温かい目で見守ってくれ、スタッフでもフォローが可能である。次回以降もボランティアが主体的に事業に関われる場を設け、ボランティアのスキルアップを支援したい。（ファミチャレのみならず。）

《新型コロナウイルス感染防止対策について》

- ・原則家族単位でプログラムを進めた。
- ・夕飯作りの際、家族 8 組に対して炊飯器が 3 つであったため、炊飯後の盛り付けはスタッフで行った。電圧の面でも炊飯器を増やすことは難しい。
- ・活動場所であるエコルーム 2 の換気がおろそかになっていた。
- ・講師の先生が料理の説明をする際に参加者が密集してしまった。参加者自身もそれぞれ三密回避を心がけてはいたが、調理方法やポイントのアドバイスは実際に見ないとわかりにくいため密集してしまいがちである。外部協力者には、感染症対策についての共通認識を図る必要がある。（本事業でも共有を図ってはいたが、細かい点までは伝えきれていなかった。）
- ・プログラム以外の自由時間で、家族の垣根を超えて子供たちが交流をとっている場面が多くみられた。普段の事業であれば非常に理想的な様子であったので、三密回避の声かけをすることがはばかれた。