

食育だより 高校生カフェ「ヨッテ」の开店 社会教育係

教育委員会社会教育係では、今からちょうど1年前の広報あしべつ4月号に、高校生のパンケーキづくりという題名で食育だよりの記事を書きました。地方創生塾という事業の一環で行った、芦別高校生による高校生カフェ「ヨッテ」の話です。令和3年度は緊急事態宣言などの影響があり、実際に出店はできなかったのですが、令和4年度はやっと出店に至ったので、今回はそのことについて書かせていただきます。



第1回目の高校生カフェは、6月19日(日)に道の駅スタープラザ芦別の敷地内にテントを張って出店しました。

厚みのあるパンケーキを時間をかけて焼き上げ、トッピングには生クリーム、その上に秋田屋旅館さんからいただいたミントの葉を飾り、とには芦別産のさくらんぼジャムを添えました。最終的には目標の100セットを超える109セットを売り切り、お客様のアンケートからも「おいしかった」「またやってほしい」などの声はあったものの、提供までに1時間以上かかるなど、課題の残る結果となりました。

第2回目の高校生カフェは、10月22日(土)に、同じく道の駅の敷地内で出店しました。前回の反省を生かして开店前からたくさんのパンケーキを焼いておきました。また、ドリンク作りも生徒だけで行い、フレンチプレスのコーヒーをフィルターで濾すか濾さないかを最後まで悩みました。トッピングも前回から変え、芦別産の蜂蜜を使ったハニーパンケーキを新商品として出しました。やはり今回もお客様をお待たせすることはあったものの、目標の100セットを超える121セットを売り切り、人気のあまり終了予定より1時間早く完売となりました。

「食」を作り、販売する工程には、たくさんの学びがあります。この経験を通して、高校生の皆さんは、大切だと気づいたことがたくさんあったのではないのでしょうか。実際にやってみた高校生からも、「人とかかわり方を深く知れた」「調理から接客への連携が上手にでき楽しかった」などの感想があがっています。

教育委員会としても、まずは高校生カフェを実施できたこと、そしてそれに関わるスタッフや高校生たちが学びと経験を得られたことで、非常にやりがいを感じています。高校生の皆さんがこれからもたくさんのことを経験し、立派な大人になっていくことを願っています。

★家庭で食育を実践しよう★
(第3次芦別市食育推進計画より)
あ 朝ごはんをしっかり食べよう
し しょっぱい味は控えめに
べ ベジタブル(野菜)はたっぷり
つ つかおう! 芦別産のおいしい食材
し 食育の日☆毎月19日は
「みんなでごはんを食べよう」

栄養士さんおすすめ
健康レシピ

キャベツとアサリの炒めもの

1人分のカロリー
【60Kcal】

提供：中野記念病院

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆
キャベツにはビタミン様物質ビタミンUが含まれます。胃の粘膜を保護したり、いたんだ胃壁を修復する働きがあります。
アサリはビタミンB12・鉄を多く含みます。体内での寿命が4か月程度の赤血球の成熟をサポートします。
▶材料 2人分……………
・キャベツ130g・アサリむき身40g・ニラ10g・油少々・料理酒小さじ1弱・中華だし小さじ1・しよ

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆
うゆ小さじ1弱・ゴマ油小さじ1/2
▶作り方……………
①キャベツはざく切り、ニラは3cmの長さに切る。
②フライパンに油少々を入れ、キャベツを炒める。しんなりしたら、アサリを入れ、炒める。
③アサリに火が通ったら、ニラを入れ、軽く炒めて、料理酒・中華だし・しょうゆを入れ、最後にゴマ油を入れ、軽く炒める。