

目的

宙いもでTFTにチャレンジ

68期生からのバトン

- ・TABLE FOR TWO 活動の普及。
- ・茨木市特産の宙いもをアピールする。
- ・街づくりを推進すると共に社会にも利益を与える。
- ・宙いもプロジェクトを支えて下さっている市役所の方々や、市民の皆様に感謝を伝える。

宙いもプロジェクト

宙イモプロジェクトとは、茨木市でとれたサツマイモで茨木の名産品を作る、農家とお店と市民が一体となって進める町おこしプロジェクト。サツマイモをシンボルに未来への希望を感じる求心力のある物語を作っていくこと。みんなの思いを一つにつなげ、茨木市を元気で楽しい「宙いものまち」にすること。これがこのプロジェクトのコンセプトである。また、活動を通して「食の大切さ」を人々に伝えている。



宙いもとは

宙いもという品種のいもではなく、プロジェクトが育てるサツマイモ、べにはるかを宙いもと呼びブランド化したもの。宙いもの宙という言葉には「様々な障害を超えてみんなの思いが繋がっていく」という自由で軽やかなニュアンスが込められている。

べにはるかについて

べにはるかは九州沖縄農業センターによって、外観が優れる「九州 121 号」に皮色や食味が優れる「春こがね」を交配させ育成されたいもで、2010年3月に品種登録された。その特徴としては、

- ・外観が優れていること。
- ・蒸した時の糖度が高いこと。
- ・糖質における麦芽糖の占める割合が高い傾向にあること。
- ・果肉は黄白色でありやや粉質であること。

などが、挙げられる。



現在の活動

市民サポーター

宙いもの栽培を一緒に行う、市民サポーターを募集。

参加費は1区画当たり3000円であり、苗の植え付けや

収穫祭などの活動を行う。初年度には、35組の市民サポーターが参加した。1区画当たり、5Kgのサツマイモを持ち帰ることができ、料理教室なども催されている。また、宙イモを使った商品を提供する、店舗サポーターも募集している。

茨木おいもスイーツフェア

茨木産のサツマイモと市内の和洋菓子・飲食店が作る

サツマイモスイーツの魅力を発信するイベントとして始まった

茨木スイーツフェア。2014年には参加店舗数が30を超え、

宙イモの普及に大きく貢献している。

●スケジュール (市民サポーター)

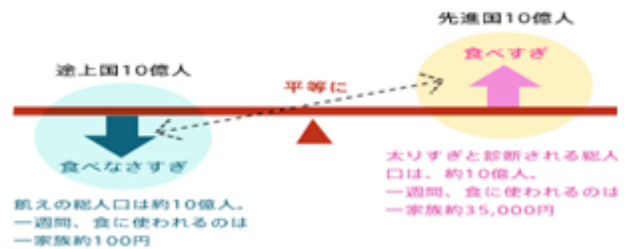


現在の課題

宙いもプロジェクトにおいて最も主要なのはその栽培である。しかし、人手となる市民サポーターの数が足りていないのが現状だ。今後、その知名度を上げこのプロジェクトへの人々の関心を集めることが課題となるだろう。

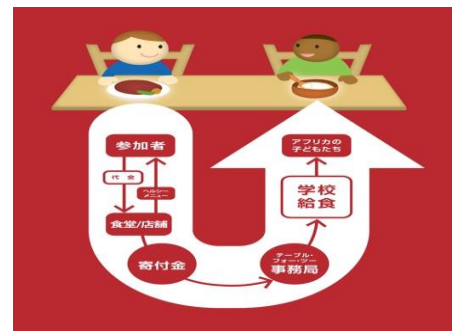
TFT 活動

世界には約70億人の人々が暮らしているがそのうち 10 億人近くが飢餓や栄養失調の問題で苦しむ一方で約15億人以上が食べ過ぎや生活習慣などが原因で、肥満状態にあるというこの深刻な世界の食の不均衡の解決に努めるのが、この TFT 活動である。



具体的な仕組み

カロリーを抑えた健康的な定食1食につき、20円の寄付金が table for two を通じて開発途上国の子どもの学校給食になる。20円というのは、開発途上国の給食1食分の金額にあたる。つまり先進国で1食とるごとに開発途上国に1食が贈られるという仕組みになっている。



その特長

支援する側とされる側の双方にメリットがあるということ。

開発途上国の子どもたちと、先進国の私たちが、同時に健康になれる仕組みとなっている。

誰でも気軽に参加できること。

対象となる定食や食品を購入するだけで、table for two に参加できる。

いつでも参加できること。

食事は、誰でも毎日必ずとるものなので毎日の食事を通じ、開発途上国の子どもたちと一緒に健康になることができる。

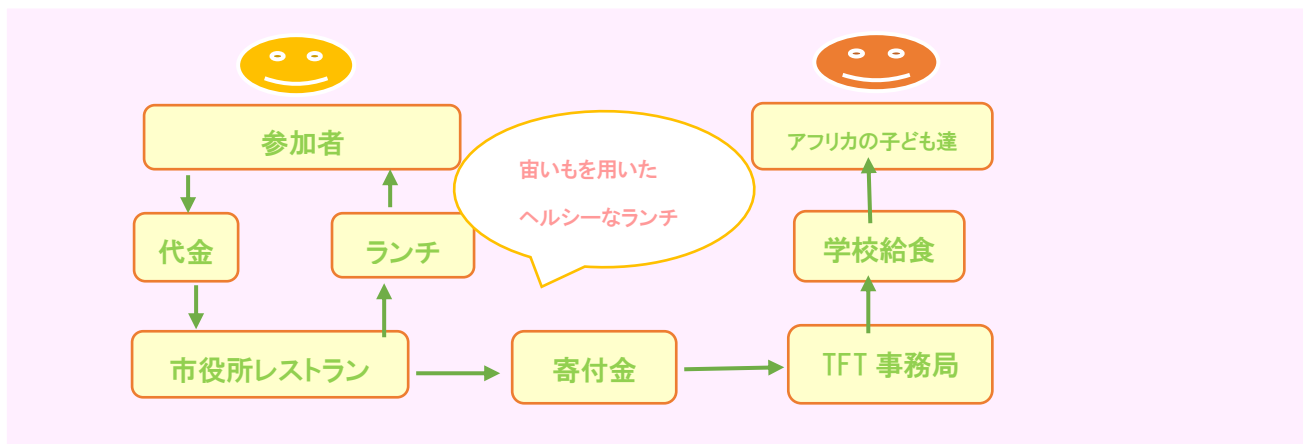
現在の活動

2014年までの7年間で、日本国内での table for two プログラムへの参加企業・団体数は650を突破。食堂から始まったプログラムは、レストランやコンビニ、自動販売機や披露宴など、様々なかたちで広がっている。

また、table for two の仕組みは、海を越えて海外にも広がっている。2014年現在、アメリカをはじめイタリア、フランス、スイスなどヨーロッパの国々、ノルウェー、サウジアラビア、そして韓国や香港、ベトナムなど12か国で活動を展開している。

茨木高校68期課題研究「宙いもプロジェクト」

私達は TFT 活動と宙いもプロジェクトを結び付け、宙いもを使用したヘルシーなランチを提供するとともに、1食あたり20円の寄付金を集めようと考えた。そこで日頃から宙いもプロジェクトに協力していただいている、茨木市役所のレストランの方々の力をお借りすることにした。



活動の記録

10/23 この日、市役所レストランに、そら芋と TFT のコラボ企画への協力の依頼の電話をかけた。初めての経験だったので緊張してしまい内容を伝えるのもなかなかうまくいかなかったにも関わらず、店長さんは快く受け入れてくださり、企画がスタートした。

10/30 第一回スカイレストランにて打ち合わせをした。この打ち合わせの際に、カードで支払う職員の方が多い市役所レストランでは TFT を取り入れるのは手続き上難しいことが分かった。その解決策として、通常は支払いの際に料金の一部としてとっていた 20 円を募金箱で代用することにした。また、具体的な実施日やメニューの検討をした。結果、11/19 の食育プログラムに被せてそら芋と TFT のコラボ企画としてそら芋のランチを提供することが決定。



11/31 宣伝のためのポスターを作成しレストランに掲示していただいた。



11/6 課題研究の授業時にメニュー開発のため、10/30 の打ち合わせを元に試作をした。そら芋のカレーはサツマイモの甘味とカレーのスパイスとの相性があわず、男性の利用客の多い市役所レストランでの採用は難しいと判断した。そら芋のポタージュはベニはるかの素材の味が活かされていてレストランに提案することを決めた。そらいものきんぴらは火加減を誤ったため焦げ付いてしまった。カrintウは油の温度が低かったためうまいかず、食感に課題が残った。次回は定食メニューを開発するためドリアやサラダを考案していくことに決めた。



11/10 そら芋リゾット そら芋のポテトサラダ そらいもの豆乳プリン
そら芋のきんぴら そら芋のコロッケなど、いろいろな料理を
試作しカロリーを考えた上でどのような料理が一番そら芋の
おいしさを生かせるかを考えた。そしてこの日の夕方に
そら芋のリゾット、ポテトサラダ、豆乳プリン、スープ、
きんぴらのレシピをレストランに提案した。



11/17 市役所で 18 日当日のための仕込みをした。店長さんや栄養士さんの指導を受けながら主にサ
ラダの具材のカットとサツマイモチップスの調理を手伝った。包丁のさばき方から揚げかたまで丁
寧に教えてくださった。厨房の本格的な調理器具に圧倒され、大変貴重な経験となった。

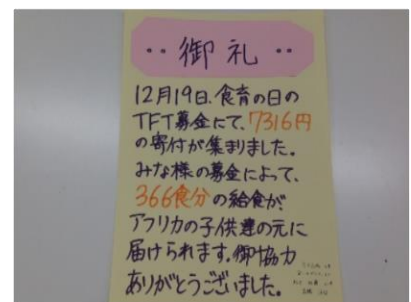
11/19 この日、第一回目の食育プログラムとのコラボ企画である、
「イモいもランチ」の提供があった。私達は昼休みにレストランに
行き募金を呼びかけた。食べにきてくださった方々のおかげで、
5810 円の寄付金が集まった。これによって約 291 食の給食を
アフリカの子供達に届けることができる。



11/20 19 日のお礼文と報告書の作成をし、レストランに届けた。
(募金総額を書いたポスターをレストランに貼っていただいた)

12/19 第二回の食育プログラムとのコラボ企画があった。前回と同様に昼休みに募金を呼びかけにレ
ストランにいった。募金総額は前回は上回る 7316 円、つまり約 366 食分の寄付金をあつめること
ができた。

12/20 19 日のお礼文と報告書の作成をし、レストランに届けた。
(募金総額を書いたポスターをレストランに貼っていただいた)



メニュー開発にあたって

メニュー開発のための試作を重ねる中では、サツマイモの甘みがかえってほかの素材の味とあわなかったり、実際にカロリー計算をしてみると、730 キロカロリーという規定を大幅にオーバーしてしまったりと、メニュー開発は自分達の想像以上に大変なものであった。そして、試作と考察を何度も重ね、ついに実際に提供するメニューが決定した。第1回目のメニューでは、ヨーグルトをマヨネーズの代用品として用いることでカロリーを大幅にカットした。第2回のメニューは、ご飯の一部を同じ炭水化物であるサツマイモに置き換えたり、豆乳プリンに含まれる糖분을減らすことで、試作の際、967.2 キロカロリーあったものを 773 キロカロリーまで落とすことができた。



ベニはるかと鶏肉の甘酢あんかけ

ベニはるかのヨーグルトサラダ

スープ ライス

エネルギー:736kcal

大匙 1 当たりのカロリー

タンパク質:21.5g

マヨネーズ98kcal>

脂質:11.1g

ヨーグルト31kcal

塩分:2.2g カルシウム:113mg



ベニはるかのクリームドリア

コンソメスープ

ベニはるかの豆乳プリン

エネルギー:773kcal

100g 当たりのカロリー

タンパク質:23.8g

ご飯 167.1kcal>

脂質:22.0g

サツマイモ 131.9kcal

塩分:2.4g

活動のまとめ

計 2 回の提供でアフリカの子供たちの給食 657 食分に当たる総額 13126 円の募金をしていただいた。

この課題研究を通して私達はそらいもプロジェクトの一環として茨木市の方々に栄養バランスのとれたランチを提供し、地産池消を行い、茨木市民の健康意識の向上を目指した。それと共に TFT 活動を通して食料不足に苦しむアフリカの子供たちの給食となる寄付金を集めることができた。

活動を通して気づいたこと

TFT は 2007 年に日本で設立した。それから様々な企業が TFT に参加している。例えば、身近な給食会社が TFT メニューを作っていたり、コンビニなどの店舗でも TFT の商品を販売したりしている。

しかし、たくさんの企業が TFT に参加しているにも関わらず、私たち自身も TFT の存在は今まで知らなかった。もちろんこのような商品を買ったこともなかった。またこの研究を始めてからコンビニなどで意識的に TFT の商品を探すようになったが、それでも 1 度も見かけることはなかった。ここで私達は、このままでは、せっかく TFT 活動が行われていても認知度が低いままで、効果も半減してしまうのではないかと考えた。TFT 活動を広めるために問題点とその解決策を議論した結果、以下の3つが挙げた。

① ロゴマークや短い説明が付いているだけだということ。これでは、せっかく TFT 協力商品の存在に気付いた人もよくわからないまま興味をなくしてしまうかもしれない。

→TFT の対象の商品を売る時は、もっとくわしくてわかりやすい説明をポスターなどに書き、売り場のそばに貼っておくことを提案したい。

② 協力店舗が TFT の商品を売っていることを伝えきれていないということ。TFT に協力している店舗があったとしても、それがお客さんに気づかれなければ意味がない。

→コンビニなどの店頭で TFT のポスターを貼ったりチラシを置くことにより、お店をあげて「TFT に参加している」ことをアピールすることで解決できると思う。

③ 企業も参加したとはいえ継続的な活動になっていないこと。

私達も実際にコンビニで TFT の商品を探してみたけれど見つからなかったように、一時期は協力していてもそのまま継続しているところは少ないのだ。つまり、企業のイメージアップのために TFT が利用されている恐れがあるということ。

→企業と、TFT 本来の目的をしっかりと確認したうえで契約をすることによって、活動を継続する企業が増えると考えた。また、元からある製品のカロリーを削減し一時期だけ TFT ラベルを付けるシステムではなく、それぞれの企業が TFT に向けた製品を開発することが活動継続に繋がるのではないかという案が出た。

また、ヘルシーメニューに関する規定についても疑問を持った。以下は、食堂向 TABLE FOR TWO ガイドラインである。

1. カロリーが 730kcal (680~800kcal) 程度*
2. 栄養バランスが適正
3. 野菜が多め

この規定を満たしているだけで、本当にヘルシー(健康的な)メニューと言えるのだろうか。何故なら、原材料に対する規定がないからだ。これでは、いくら添加物や、農薬まみれの野菜がメニューに含まれていても、それは、ヘルシーメニューとなってしまう。「先進国と開発途上国の人々が同時に健康になれる」という TFT の方針に反するだろう。このことを、改善するには、ガイドラインに「無添加・無農薬の原材料をもちいることを心掛けた献立」という項目を追加することが必要であると考えた。そうすることによって、TFT の目標を達成するだけでなく、食品加工業者や大手企業によって食と農が支配されている現代の社会問題の解決にもつながり、TFT をより社会問題の解決に効果的な活動とするだろう。

これからの活動

TFT 活動の課題についての議論を通じて、この活動を広めていくには、積極的なアピールが必要であると考えた。私達も今回の活動だけで終わらせるべきではないと思い、これから TFT 活動を広めていくにはどうしていくべきかを話し合った。そこで、私達は茨木高校の生徒を通じて茨木市役所のレストランで TFT 活動を続けようと考えた。この活動が、茨木高校の特色として受け継がれるようにしたい。

引継ぎについて(案)

毎月19日の食育の日に TFT 活動のためのランチ提供をするのは、体育祭や宿泊野外活動、文化祭などの行事が盛んな茨木高校の生徒にとっては、困難であると判断した。よって 6 月、10月、11月、1月の年間計4回の実施が最適ではないかという案が出た。【4月→新学期であるため× 5月→テスト直前になる可能性が高いため仕込みに携わることが困難× 6月→6月までにメニューの開発をするゆとりがあり、19日は2年生が宿泊野外であるが1年生が募金活動を担うことでこの問題点は解決できるため○ 7月→先月にランチ提供を行っておりメニュー開発が間に合わない恐れ× 8月→お盆の直後なのでレストランが休みの可能性× 9月→体育祭があるため8月末～9月初めまで茨高生が活動に取り組みにくい× 10月→文化祭に近いが、18日の仕込みと19日の昼休みの募金活動を行うゆとりがあると判断○ 11月→特に行事がないため○ 12月→妙見リハが仕込み又は当日に被る恐れ、また後期中間テスト× 1月→特に行事がないため○ 2月→テスト直前になる可能性が高いため仕込みに携わることが困難× 3月→高校入試のため校内に入ることができない期間が長いため×】

年間予定(案)

4月・6月のためのメニュー開発(苗いもは冬が旬であるため、6がつの提供の際には使うことができない。よって、他の茨木市の農業特産物(6月頃が旬)を利用→見山の赤シソなど)

・1年生に TFT 活動への参加を呼びかけ

5月・メニュー開発→レストランに提案

・メニューが決まり次第、宣伝ポスターの製作→掲示

6月・ランチ提供(2年生が宿泊野外で不在のため1年生だけで募金活動)

7月・10月、11月に向けてのメニュー開発

8月・10月、11月に向けてのメニュー開発

9月・10月、11月に向けてのメニュー開発→レストランに提案

・メニューが決まり次第、宣伝ポスターの製作→掲示

10月・ランチ提供

・1月に向けてのメニュー開発

11月・ランチ提供

・1月に向けてのメニュー開発→レストランに提案←【年末年始が近くレストランの方々もお忙しいことが想定

12月(・1月に向けてのメニュー開発→レストランに提案) されるため、なるべく早くメニューの提案を行っておく)

・メニューが決まり次第、宣伝ポスターの製作→掲示

1月・ランチ提供

2月・一年間の活動のまとめをし、問題点への改善策を考え、次年度の活動方針を決定する。

・新2年生への引継ぎ

3月・一年間の活動のまとめをし、問題点への改善策を考え、次年度の活動方針を決定する。

・新2年生への引継ぎ

学んだこと

最後に、私達はこれからの街づくりがどうあるべきかについて考えた。街づくりの目的として大切なことは、まず、その地域の方々に貢献すること。そして、それだけでなく地域と世界を繋げる架け橋となることである。そうすることで、自分たちの地域はもちろん、世界の人々の生活の質までも向上させることができるのだ。私たちは地域から世界に及ぶ範囲を見渡して行動をおこすことこそが、本当の街づくりであると結論付けた。私達の活動は地球規模ではとても小さな一地域で起こしたものであるが、結果的にその影響は国境を越えた地域にも及ぶほど大きなものとなった。地球にはまだ解決されていない様々な問題があるが、私たち高校生にもそれを解決する力があるのだ。

その後(加筆)

昨年度中に行った27年度に向けての教員とスカイレストランとの打ち合わせ内容
年4回(四季折々)食育の日(19日)を中心に、かつ、仕込みに生徒が参加できるようにできるだけ月曜日に仕込み、火曜に実施という形をとる。

- 1回目…5月19日(火)
- 2回目…8月19日(水)
- 3回目…11月19日(木)(17日火曜も候補)
- 4回目…1月19日

年度初めに要相談!

27年度四季折々のTFTメニューを提案し、秋と冬は宙いもを使用した。これで年間を通じてのTFT活動ができるようになったのである。



28年度はさらにバージョンアップを図る。

ちなみに5月は



5月17日(火)、8月19日(金)

11月と1月もお楽しみに!



8月19日は

地元夏野菜を

たっぷり使ったメニュー



秋はおいしい和風スープ(昆布茶を使って)。冬は奥村彪生先生直伝のりんご芋きんとん。