

シルバーカレッジ 講義概要（シラバス）（総合芸術コース食文化専攻）

項目	食文化	対象学年	2年	場所	調理実習室
テーマ	食を学ぶ②				
講師	金谷 滋子				
<p>講義内容</p> <p>午前</p> <p>◎料理の手順・ポイント説明・実習</p> <p>◎調理実習(4～5品)</p> <p>午後</p> <p>◎質疑応答・反省会</p> <p>① 郷土料理 … 地域の産物を上手に活用</p> <p>② 家庭でも食育 …</p> <p>③ ロスを減らすメニュー … より効率の良い食品(食品のムダ使い)</p> <p>④ 常備菜 … 余りがちなお野菜をの残さず使い切る</p> <p>⑤ 松花堂弁当 … 美味しく見せる詰め方の基本とコツ</p> <p>以上に触れながら、メニューの実習を経験しながら理解を深めてもらう。</p>					
<p>講師よりメッセージ</p> <p>楽しく作って・楽しく食べて・楽しく学べる様に、心掛けて実習・講義をしていきたいと思ひます。</p>					

シルバーカレッジ 講義概要（シラバス）（総合芸術コース食文化専攻）

項目	食文化	対象学年	2 年	場所	学習室5・6
テーマ	食を通じた地域貢献・社会貢献～その①まちづくりコミュニティ編～				
講師	NPO 法人プラス・アーツ 理事長 永田宏和				
<p>講義内容</p> <p>「再び学んで、他のために」というモットーを掲げるシルバーカレッジの理念に則り、講師がデザインクリエイティブセンター神戸やNPO 法人プラス・アーツの活動として神戸市内、全国各地で取り組んでいる、食を通じた地域貢献活動や社会貢献活動の数々を紹介するとともに、そうした活動を展開するうえで大切にしている「フィロソフィー（基本的な考え方）」についてお話します。地域で展開するふれあい喫茶の新しいやり方「ふれあいオープン喫茶」や高齢者男性にパンを焼く技術を伝え、地域で活躍していただく「パンじいプロジェクト」などを中心にお話しする予定です。</p>					
<p>講師よりメッセージ</p> <p>シルバーカレッジの皆さんにはこれから神戸を元気にするためにワクワク、イキイキ活躍していただきたいと思っています！食を通じてそのような活躍ができるようヒントをたくさんお伝えしたいと思っていますのでよろしくお願ひします！</p>					

シルバーカレッジ 講義概要（シラバス）（総合芸術コース食文化専攻）

項目	食文化	対象学年	2 年	場所	調理実習室
テーマ	食を通じた地域貢献・社会貢献～その②実践編シルバーカレッジ学園祭の提供メニューを事例に～				
講師	NPO 法人プラス・アーツ 永田宏和、石田有香、宮本好				
<p>講義内容</p> <p>講義編で紹介する、食を通じた地域貢献、社会貢献活動の事例や活動を展開するうえでの基本理念を参考に、課題を設定した調理実習を行います。</p> <p>テーマは、「シルバーカレッジの学園祭のメニューを再考する。」です。食文化コース 2 年生が代々担当している伝統的に固定化されたメニューを見直し、他のメニューにするとしたら…、というテーマで自由にメニューを発想し、実際に試作品を調理してもらいます。生徒の皆さんには、シルバーカレッジの看板メニューとして人気となる、他のイベントで「ひっぱりだこ」になるようなメニューを考えてもらいますので、ぜひ楽しみにしてください。楽しく、ワクワクしながら創作メニューを考えてもらいたいと思います。</p>					
<p>講師よりメッセージ</p> <p>今ある当たり前のものを見直す、そうでなかったらと考えてみる、ことがとても大切です。生徒の皆さんにはそうした体験を今回の調理実習を通して感じてもらいたいと考えています。何かの枠組みを外してみると可能性は無限に広がります！ぜひその世界を一緒に見れたらと思っています！</p>					

シルバーカレッジ 講義概要（シラバス）（総合芸術コース食文化専攻）

項目	食文化	対象学年	2年	場所	調理実習室
テーマ	調味料の上手な使い方				
講師	広東料理 張 千代				
<p>講義内容</p> <p>① サラダ油とゴマ油 中華料理にはどっち？ ほとんどがサラダ油 ゴマ油はごまの風味を生かしたい味</p> <p>② 中華のポイントは生姜とニンニクの使い方 この2つがあれば油に香りを写すことも、食材の味を引き立たせ 焼き時間も短くフワフワにしっとりと焼き上げるコツ ることが出来ます。</p> <p>③ 鶏ガラスープの配合はそのまま飲める濃度が目安 家で作るのは時間がかかるので、市販のもので大丈夫！ 顆粒とペースト状のがありますが 保存を考えると顆粒の方が いいでしょう</p> <p>④ 何か足りないなと思ったら薄口醤油を最後にたしましょう。</p>					
<p>講師よりメッセージ</p> <p>各々の食材の特性・オーブンの扱いについても深く学んでいきます。</p>					

シルバーカレッジ 講義概要（シラバス）（総合芸術コース食文化専攻）

項目	菓子・料理	対象学年	2年	場所	調理実習室
テーマ	ホームパーティーメニュー				
講師	洋菓子・料理研究家 上田 悦子				
<p>講義内容</p> <p>① ピッツアとフライパンで焼くパン お家でも簡単に美味しく出来るピッツア オーブンがなくてもフライパンで焼けるパン作ります。合わせてパンの歴史について学びます。</p> <p>② ローストポークのパーティーメニュー オーブンで焼くだけなのにとっても美味しく出来るローストポーク 合わせて短時間で出来るサラダからデザートまで作ります。</p> <p>③ 英国式アフタヌーンティー アフタヌーンティーの歴史・マナーを学び、ビクトリア姫の愛したケーキ・スコーン・サンドイッチ等 伝統的なアフタヌーンティーのメニューを作ります。</p> <p>④ 中華風点心 あっさりヘルシーで簡単な点心を作ります。その食材である発酵食品について考えます。</p>					
<p>講師よりメッセージ</p> <p>一年を通し家族や友人と集まって、楽しい時間を過ごせる様な話題性のあるメニューです。</p>					

シルバーカレッジ 講義概要（シラバス）（総合芸術コース食文化専攻）

項目	食文化	対象学年	2年	場所	調理実習室
テーマ	ロイヤルホテルの家庭で出来る西洋料理				
講師	咲くやこの花高校講師 与田 邦彦				
<p>講義内容</p> <p>午前</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 料理の作り方の説明及び実習 前菜・スープ・メインディッシュ ● 全員で調理実習 ● 調理した料理の食事会 <p>午後</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 反省会 ● 西洋における家庭料理の実状及び料理に対する質疑応答 <p>講習（例）</p> <p>春 瀬戸内鯛のマリネ イタリアン風チーズスープ チキンの赤ワイン煮込み</p> <p>秋 ポーチドエッグのスモークサーモン巻き オイスターチャウダー ポークカツレツ ミラノ風</p>					
<p>講師よりメッセージ</p> <p>皆さんと一緒に楽しくお料理をできるのを楽しみにしています。</p>					

シルバーカレッジ 講義概要（シラバス）（総合芸術コース食文化専攻）

項目	魚のさばき方	対象学年	2年	場所	調理実習室
テーマ	魚料理の基本と下ごしらえ				
講師	お魚かたりべ 山寄清張				
<p>講義内容</p> <p>健康に有用ではあるが 慣れないと扱いが難しいと思われがちな魚を知識を得ながら 実習し そのポイントとコツを紹介します。</p> <p>実習では</p> <p>魚の知識 （美味しい旬と 水揚の旬 生態）</p> <p>魚の目利き（扱ひ方 買ひ方）</p> <p>魚の下ごしらえ （外してはいけないポイント）</p> <p>魚のさばき方 （初めての方でも 綺麗にさばく方法）</p> <p>魚料理の盛り付け （和洋での違い）</p> <p>神戸のイカナゴでは</p> <p>イカナゴの知識（生態 解禁までの流れ 料理法）</p> <p>イカナゴを取り巻く状況（関西に根付いた食文化として）</p>					
<p>講師よりメッセージ</p> <p>慣れ親しんだ方も そうでない方でも楽しく 美味しく 魚料理に興味を持っていただきたいと思います</p>					

シルバーカレッジ シラバス (総合芸術コース食文化専攻)

項目	講義と実習	対象学年	2 学年	場所	調理実習室
テーマ	魅惑のクレオールクッキング (南蛮料理)				
講師	神戸女子短期大学名誉教授 片寄 眞木子				
<p>講義内容</p> <p>わが国には南蛮料理や南蛮菓子と称される料理やお菓子が現存しています。てんぷら、南蛮漬けなど、日本古来の料理のように位置づけられているおなじみの料理をはじめ、カステラ、ポーロ、鶏卵そうめん、金平糖、タルトなどの菓子は、今から 400 年余り前の 16～17 世紀に来航したポルトガル人らが伝え、日本の食文化と融合しながら今に至っている西洋と日本の融合料理 (クレオールクッキング) なのです。</p> <p>砂糖や卵、油脂を多く使った菓子や料理は、当時の日本人にとってとても魅惑的なものだったと推察され、日本で入手できる食材や調理法で工夫を重ねて作ってきたものと思われれます。</p> <p>南蛮文化が最初に伝わった長崎では、日常の家庭料理やもてなし料理の「しっぽく料理」の中に、南蛮料理が今も多く生きています。その中から、ひかど、パスティ、牛かんなどの美しく、おいしい料理を実習して味わってみましょう。</p> <p>筆者は、ポルトガル、スペインに南蛮料理・菓子のルーツを訪ね、さらに、東西の融合料理・菓子は日本だけではなく、当時の南蛮船の寄港地であったマカオ (中国)、マラッカ (マレーシア)、ゴア (インド) にもあることを、上記の寄港地を訪ねて明らかにしました (『南蛮料理のルーツを求めて』平凡社 1999 ほか)。なお、最近ではこれらの各地でも、地域おこしや観光の有力な手段として、伝統的なクレオール料理の再発掘が進められています。</p> <p>講義は、写真を示しながら、各地のクレオール料理の紹介と魅力を伝えていきたいと思っています。</p>					
<p>講師よりメッセージ</p> <p>南蛮文化に思いを馳せてみましょう。神戸市立博物館には有名な「南蛮屏風」など、多くの貴重な南蛮文化の資料が収蔵、展示されています。</p>					

シルバーカレッジ シラバス (総合芸術コース食文化専攻)

項目	伝統料理	対象学年	2年	場所	調理実習室
テーマ	日本の伝統料理を学ぶ				
講師	料理研究家 中崎 朋子				
<p>講義内容</p> <p>日本で古来より受け継がれてきた伝統料理に触れる。</p> <p>和食は日本古来の伝統料理であるが、その多くは吟味された食材（入手困難で高価）を使い、調理に時間がかかるものが大半である。</p> <p>本講座では、あまり高価な食材は使わず、万人に馴染みやすいものを取り上げた。</p> <p>11月：手打ちうどん</p> <p>自分で粉から練り、のぼし、切り、ゆでることで、日本で古くからの国民食であり広く庶民に愛されてきた、「うどん」の手打ち手法を学ぶ。</p> <p>12月：お正月料理</p> <p>古来の料理（煮しめ、伊達巻等）と洋風料理（ローストビーフ等）を融合した上で、おせち本来の目的である日持ちがして、お正月らしい演出、縁起のよい食材、お重の詰め方のコツを学ぶ。</p>					
<p>講師よりメッセージ</p> <p>料理をつくる心、おもてなしする心を伝統料理から学びましょう。</p>					

シルバーカレッジ 講義概要（シラバス）（総合芸術コース食文化専攻）

項目	食文化	対象学年	2年	場所	調理実習室
テーマ	災害時の食事づくり				
講師	料理研究家 坂本 廣子				
<p>講義内容</p> <p>大きな災害に見舞われた時、生命を守る食事づくりが必要。ライフラインがとだえ、病院も機能していない、ちょっと昔の衛生環境の中で、いかにして安心して安全な食事を作り続けることが出来るかを考案する。そのための準備、実践的調理法まで、みんなの生命と食を守るための方法を科学的な原理にそって考え備える。</p> <p>特別の備品ではなく、日常の台所の中での備えが生命を救う。がんばらない日常からの防災術を学ぶ。特に、災害弱者（障害者、高齢者、幼児、アレルギー者）を守るための食のみならず、具体的な方法も紹介する。ユニバーサル防災として「食」から生命を守るメッセージを伝える。</p>					
<p>講師よりメッセージ</p> <p>被災した神戸だからこそ本物の防災の発信が出来ます。次世代に役立つ情報を伝え続けることが神戸の役割として、震災を忘れないだけではなく伝え続けていきましょう。</p>					

シルバーカレッジ 講義概要（シラバス）（総合芸術コース食文化専攻）

項目	食文化	対象学年	2年	場所	調理実習室
テーマ	禅寺における食事				
講師	三木市 曹洞宗 友松寺(大雄寺兼務) 住職 永代 昌宏				
<p>講義内容</p> <p>午前 実習</p> <p>調理内容・方法等を簡単に説明した後、各班で調理。 講師も調理をしながら適宜質問に答える。</p> <p>午後 講義</p> <p>曹洞宗（禅宗）寺院、修業道場における食事にふれながら、食事にふれながら食事に対する考え方をやさしく説明。 最後に質疑応答あり。</p>					
<p>講師よりメッセージ</p> <p>出来るだけ楽しく実習（調理）してもらおう様 心掛けています。</p>					