

参考資料 1 岩手県の特産品と郷土料理

広い面積を持つ岩手県は、それぞれの土地の気候や風土による地域性が色濃く現れている。そのため、その土地の生産物を使い、季節のものと組み合わせた伝統料理や郷土料理が、それぞれの地域の食文化として伝えられてきた。

県北の食 雑穀文化

柳ぱっと まめぶ汁
けんちん汁 豆しとき
へっちょこだんご



へっちょこだんご

沿岸の食 海の幸文化

どんこ汁 水頭なます
鮭のかす汁
すき昆布の煮物
ほやときゅうりの酢の物



いちご煮

県央の食 粉食文化

ひつつみ しゃべこと汁
ぬっぺい汁 きりせんしょ
がんづき



くるみ雑煮

奥羽山系の食 山の幸文化

納豆汁 山菜の煮しめ
ぜんまいの一本煮



ぜんまいの一本煮



磯花寿司

県南の食 もち文化

もち膳 じゅうね
ふすべ ずんだ



まめぎんとう
豆銀糖



祝いもち弁当

参考資料2 岩手の郷土料理 ①

呼び名は^{ちが}違えど県内各地で食べられている^{しる もの}汁物

ひつつみ



料理の背景

小麦粉を水でこねてしばらくおき、それを引っ摘んで汁に入れるので「ひつつみ」である。県内各地で食べられ、地域によって「すいとん」「つみれ」「とってなげ」「はっと」ともいわれる、主にしょうゆ味の汁物である。冬の食卓の主食として、またご飯の足りないときに主食としてよく食べていた。

具やだしは地域によって川かに、あゆ、川魚、鶏肉と様々で、季節により野菜もたっぷり入れる。この他に、かぼちゃ汁や小豆汁に入れた「かぼちゃひつつみ」や「小豆ひつつみ」などもある。

材料・分量 4人分

- 南部小麦粉…… 250g
- 水…… 150mL
- 鶏もも肉…… 200g
- にんじん…… 5cm
- だいこん…… 10cm
- ごぼう…… 1/2本
- しいたけ…… 1パック
- 長ねぎ…… 1/2本
- だし汁…… 6 カップ
- 酒…… 大さじ1
- 塩…… 小さじ1/2
- しょうゆ…… 大さじ3

つくり方

- ①ボウルに小麦粉をふるって入れ、くぼみをつくり、水を入れる。初めに箸で混ぜ合わせてから、手で耳たぶ程度にこね、1～2時間寝かせておく。
- ②だいこんは短冊切りにし、にんじんとごぼうはさがぎにし、ごぼうは水につけてアクを抜く。しいたけは軸をとってせん切りにする。
- ③鍋に分量のだし汁を入れ、鶏肉を食べやすく切って加える。ひと煮立ちしたらアクをとり、にんじん、だいこん、ごぼうを入れる。
- ④③に①を薄くのばしてちぎって入れ、しいたけを加えて塩、しょうゆ、酒で調味する。
- ⑤ひと煮立ちしたら、斜め薄切りにしたねぎを加えて火を止める。

黒砂糖の風味が豊かなふわふわ蒸しケーキ

がんづき



料理の背景

丸い蒸しケーキにくるみとごまをあしらえたのが、満月を背に群れをなして雁が飛んでいるようであることから「雁月」と呼ばれるようになったとされる。

冠婚葬祭の引き出物や農繁期の小昼として、また日常のおやつとして、昔から親しまれてきた郷土料理である。

現在では、黒砂糖を使った「黒がんづき」や砂糖と牛乳でつくる「白がんづき」など、様々ながんづきがある。

材料・分量

- A：小麦粉……200g
- 重曹……小さじ1弱
- ベーキングパウダー……小さじ1弱
- B：黒砂糖……150g
- 水……200mL
- C：くるみ……20g
- 黒ごま……適宜

つくり方

- ①Bを煮溶かして冷ましておく。
- ②Aをふるっておく。
- ③①が冷めたら、②を加えて混ぜ合わせる。
- ④蒸し器にぬれ布巾を敷き、流し缶に③を入れてCをふりかけ、強火で30分間程度蒸す。

参考資料3 岩手の郷土料理 ②

くるみと黒砂糖の入ったもち菓子 きりせんしょ



料理の背景

古くは、さんしょうを刻んで浸した汁で粉を練ったことから「切りさんしょう」と呼ばれ、なまって「きりせんしょ」になったといわれる。3月3日の桃の節句や農作業のときの小昼、子どものおやつとして食べられていた。各家庭で母から娘へと代々伝えられたつくり方があり、親戚や隣近所にお重に詰めて回し合い、食べ比べては味自慢に花を咲かせていた。水田地帯を中心につくられた料理で、行事食として大切にされている。形も小判型や木の葉型などいろいろある。

材料・分量 10個

- | | |
|--------------|---------------|
| ●上新粉 …… 260g | A：しょうゆ…大さじ2弱 |
| ●黒ごま… 大さじ2 | 砂糖…130g |
| ●手粉…適宜 | 水…260mL |
| ●くるみ …… 10g | B：きざんだくるみ…20g |
| | きざんだ黒砂糖…20g |

つくり方

- ① ボウルに上新粉を入れておく。
- ② 鍋にAを入れ、煮立てて火を止める。
- ③ ②を①に入れて木べらでよくこね、ふたをして15分間程度休める。
- ④ 蒸し器を用意して蒸気を上げておく。
- ⑤ ③を6～7等分して15～20分間蒸す。
- ⑥ ⑤をボウルにとり、ごまを混ぜながら、水で絞った布巾に包んでよくこねる。
- ⑦ のし板に手粉を敷き、⑥を棒状にのばして10等分にする。
- ⑧ ⑦にBを包んで型をつくり、表側に箸などで形をつけ、上にくるみを飾る。
- ⑨ ⑧を再び蒸し器に入れて5～6分間蒸す。
- ⑩ 出来上がったら、冷水をかけて照りを出す。

くるみ入り小麦だんごと野菜たっぷりの汁 まめぶ汁



料理の背景

小麦粉をこねて親指大にちぎり、中にくるみと黒砂糖（地域、家庭によって、くるみだけの場合もある）を入れて丸めたものを「まめぶ」という。汁とはいっても汁気が少なく、実たくさんで煮込んだことによって、とろけ具合や風味のよい料理である。久慈市山形町で、昔から冠婚葬祭のごちそうとしてつくられていた。今は一年中家庭の行事食としてつくられる。めでたいときは大きく、不幸の際は小さくまめぶをつくるのが特徴である。「まめぶ」はまめまめしく達者で暮らす意味が込められているといわれている。

材料・分量

- | | |
|---------------|----------------|
| ●南部小麦粉… 200g | ●油揚げ…小1枚（40g） |
| ●水…約100mL | ●かんぴょう …… 10g |
| ●くるみ …… 30g | ●しめじ …… 1/2パック |
| ●黒砂糖… 30g | ●だし汁 …… 4カップ |
| ●にんじん …… 1/2本 | ●しょうゆ …… 大さじ3 |
| ●ごぼう …… 小1本 | ●塩…少々 |
| ●焼き豆腐… 1/2丁 | ●片栗粉 …… 適宜 |

つくり方

- ① 小麦粉にひとつまみの塩と水を入れ、耳たぶのかたさにこねて親指ほどに分け、くるみと黒砂糖を入れて丸め、薄く片栗粉をまぶしておく（これを「まめぶ」という）。
- ② にんじん、ごぼうはいちょう切りに、油揚げはせん切りにし、焼き豆腐は1.5cm角に切る。かんぴょうはもどして1.5cmに、しめじは小さく分けておく。
- ③ 鍋にだし汁と野菜を入れ、やわらかくなったら①を加えてしょうゆで調味する。

（レシピ提供：料理研究家 梅津末子）

（岩手県）家庭分野 ③

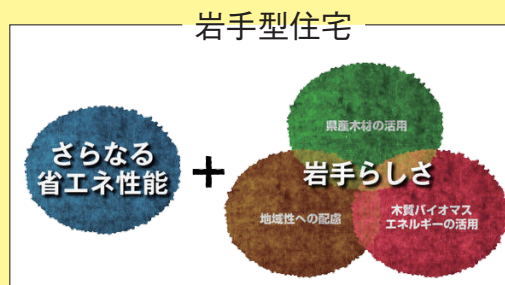
参考資料4 「防災」と「これからの住まい」について考えよう

＜いわて防災情報ポータル <https://iwate.secure.force.com/>>

地震、集中豪雨や台風、土砂災害などの自然災害はいつ起こるかわからない。日頃からの備えがあれば被害を防いだり、最小限におさえたりすることができる。「いわて防災情報ポータル」を参考にしながら、「減災」「防災」について自分の生活を考えてみよう。また、「岩手型住宅」の考え方で、自分や地域の住まい方をよりよくする方法についても考えてみよう。

＜これからの住まい「岩手型住宅」＞

「岩手型住宅」は、岩手の厳しい気候でも環境に優しい生活ができる「省エネ性能」をもち、岩手の風土に適した「岩手らしさ」を備えた住宅である。広大な県土を有する岩手県では、歴史や風土が地域により異なるので、「岩手型住宅」の『形』はそれぞれの地域での住まいづくりの中から生まれてくるものである。



●県産木材の活用



岩手県は県土の8割を森林が占めており、杉、松などの針葉樹からクリ、ナラなどの広葉樹まで豊富に入手できる。また、県産材を使用することで、木材の輸送にかかるCO₂発生の抑制もできる。

●木質バイオマスエネルギーの活用



木質バイオマスは、燃焼させた場合にはCO₂が発生するが、発生するCO₂は木材が成長過程で吸収したCO₂のみであるため、全体で見るとCO₂の発生量は増加しない「カーボンニュートラル」という特性をっており、環境負荷の少ないクリーンエネルギーになっている。

●地域性への配慮



住宅が集まってつくられる町並みは地域の自然、文化、歴史または生活様式などから大きな影響を受けて成り立ってきた。そのため地域の歴史、風土と調和した住環境を形成するよう地域への配慮を推進している。

参考資料5 岩手の伝統的な家屋・織物・染め物

＜南部曲り家～馬と人が同居する家～＞

「南部馬」が盛んに育てられた江戸時代に建てられ始めたといわれている。曲り家は他県にもあるが、馬と一緒にというのが岩手県の特徴である。

母屋から馬の様子を常に見ることができ、カマドなどで暖められた空気で馬が体を暖めることができるように工夫されている。農耕馬として重労働をする馬を大切にした「人馬一体」の生活からできた形である。



＜岩手の織物・染め物＞



南部古代型染

南部藩時代に武家の間に用いられた衣類等の図柄を今日に生かしたものが南部古代型染である。昔は袴、袴、小袖に使用された。この伝統の手法は現在もさまざまな布製品に生かされている。

(資料:「南部古代型染」蛭子屋 小野染彩所)



亀甲織

麻の栽培から織りまで、昔ながらの手法で作られている亀甲織。縦糸を横糸にからませながら、六角形の鮮やかな亀甲模様を浮かび上がらせる。

(資料:しずくいし麻の会)

田舎手さき織

さき織は古い布の再生法として、昔から織られていた。布を手で細くさいてよこ糸に使い、木綿のたて糸を織機に掛けて織りあげるもので、布の色の不規則なたて縞が田舎風の素朴さをかもし出している。古い布を大切に昔の人々のやさしさや、質素だけれど新しいものを作り出す喜びを一つひとつの織り目から感じることができる。

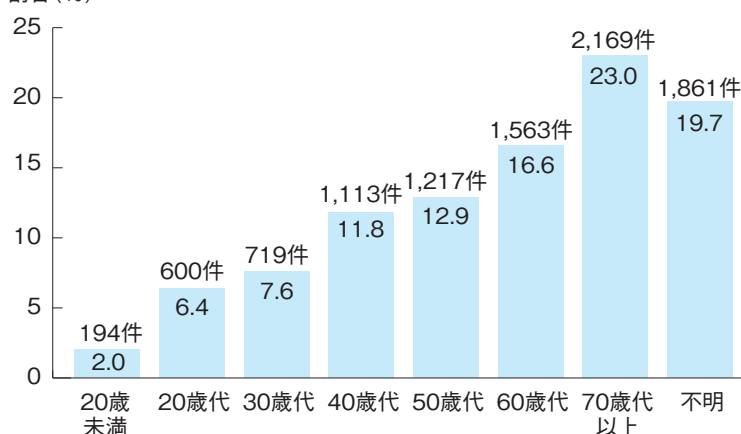
(資料:さき織伝承館)



(岩手県) 家庭分野 ⑤

参考資料6 岩手県の中学生の消費者トラブルの現状

割合(%) <年代別相談件数 (令和元年)>



<20歳未満の消費者トラブル
相談上位の内訳>

	区 分
1位	デジタルコンテンツ
2位	他の健康食品 (ダイエットサプリメントなど)
3位	他の化粧品 (脱毛剤など)
4位	健康食品
5位	酵素食品

(岩手県立県民生活センター調べ)

県民生活センターには、中学生が契約の当事者となるトラブルの相談がよせられている。この他にも、どうしてもいわからずに相談できないケースもあると思われる。消費者トラブルは、高度情報化などの経済社会の変化により、年齢を問わず誰もが経験する可能性があるものが少なくない。悪質商法の手口や対処法、消費者を守る法律を知って、簡単にだまされないような知識や判断力を身につけることが求められている。

実際にあった消費者トラブル事例

携帯電話のゲームサイトに登録したら出会い系サイトに登録したことになり、携帯電話の公式有料サイトで利用料を支払うよう誘導された事例。

<相談内容>

携帯電話で無料のゲームアプリケーションを見つけたので、メールアドレスを登録したところ、ダウンロード画面に移らず、出会い系サイトに登録されてしまった。

登録したつもりはないのに、何通もメールマガジン(以下、メルマガ)が来るので、「退会したい」とメールしたが退会できず、その後もメルマガが送られてきた。

送られてきたメールの中に「メルマガ配信停止」という箇所があり、クリックしたところ、「メールを閲覧したので退会意思はないとみなし、3,000円請求する」というメールがきた。

出会い系サイトの運営業者に苦情を伝えたが取り合ってもらえず、仕方なく支払うことにした。



<注意・解決方法>

- ・無料とうたっていても利用料や通信費がかかることもあるので、注意する。
- ・サイトにアクセスしただけで、利用料金を請求されてもいわれるままに払わない。
- ・最寄りの消費生活センターに相談する。

○困ったときには近くの相談機関に相談してみよう

- ・岩手県立県民生活センター

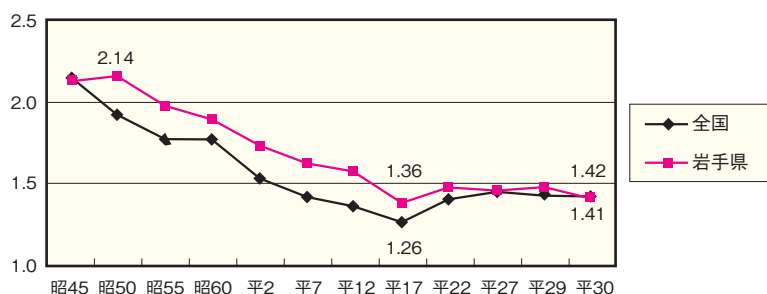
〒020-0021 盛岡市中央通3-10-2 消費生活相談専用 電話：019-624-2209

- ・各市町村の相談窓口 岩手県のHPから各市町村の相談窓口へ

参考資料7 「いわて子どもプラン」

「いわて子どもプラン」は、子育てにやさしい環境づくりをはじめとする岩手県の次世代育成支援対策である。県民、企業、NPO や行政など、地域社会を構成するあらゆる主体の理解と参画を得て、総合的・計画的に推進するための基本的な考え方と施策の基本的な方向を明らかにした実施計画が盛り込まれている。

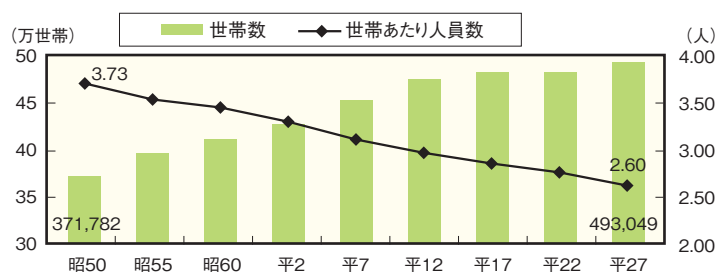
<岩手県の合計特殊出生率>



(資料：厚生労働省「人口動態統計」)

合計特殊出生率とは、一人の女性が一生に産む子どもの平均数のこと。全国の合計特殊出生率は昭和50年以降、急激に減少し、平成17年には1.26まで減少したが、その後はやや上昇に転じている。岩手県は平成29年まで全国平均より高いが、平成30年は全国値を下回った。

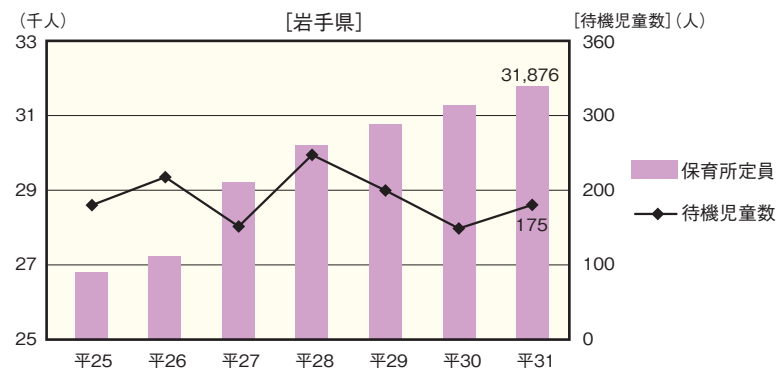
<岩手県の核家族化の進行>



(資料：総務省「国勢調査」)

岩手県の世帯数は年々増加しているが、逆に1世帯当たり人員数は減少しており(平成27年は2.60人)、核家族化が進んでいることがわかる。

<岩手県の保育所待機児童数の増加>



(資料：子ども子育て支援課調べ)

岩手県における保育所等の定員は増加しているものの、保育所等待機児童数(各年度4月1日現在)も増加していることがわかる。働く女性の割合や一人親世帯数が増加していることが原因となっている。

少子化の進行や、平成23年3月11日に発生した東日本大震災・津波による被害に伴う子どもを取り巻く環境の変化は、子どもの健やかな成長や、社会の活力の低下、経済活動の縮小などに影響を与えることが懸念されていることから、将来にわたって、県民一人ひとりが安心して暮らしていくために、男女がともに家庭や子育てに希望を持ち、次代を担う子どもたちが健やかに育つ環境づくりを進める必要があります。(「いわて子どもプラン 1趣旨」から抜粋)

(岩手県「いわて子どもプラン」(平成27年3月)より)

(岩手県) 家庭分野 ⑦

参考資料8 「いわての子どもを健やかに育む条例」

岩手県は、子どもの権利を尊重しながら、子どもを健やかに育むことの重要性について認識し、社会全体で県民の就労、結婚、妊娠、出産及び子育てを支えていくことにより、誰もが子どもを健やかに育みやすいと実感できる岩手の実現を目指して、平成27年2月の定例県議会において「いわての子どもを健やかに育む条例」を制定した。

子どもは、一人一人がかけがえのない存在であり、未来への希望である。本県の将来を担う子どもが虐待等から守られ、安心して生き、自分らしく育ち、自由に意思を示しながら、心身ともに健やかに育まれることは、私たちの願いである。

(岩手県条例第30号前文より一部抜粋)

<子どもを健やかに育む条例の基本理念>

- (1) 子ども・子育て支援は、子どもの権利を尊重し、その最善の利益を考慮して行われなければならない。
- (2) 子ども・子育て支援は、結婚や出産は個人の決定に基づくものであることを基本としつつ、結婚、妊娠、出産及び子育ての各段階に応じて、切れ目なく行われなければならない。
- (3) 子ども・子育て支援は、県、市町村、保護者、子ども・子育て支援機関等、事業主及び県民が適切な役割分担の下に、相互に連携し、及び協力することにより行われなければならない。

<岩手県にある子育て支援関連施設>

関 連 施 設	施 設 数
保育所	県内294施設(公立108,私立186)(令和2年4月1日現在)
認定こども園	県内112施設(公立20,私立92)(令和2年4月1日現在)
認可外保育施設	県内111ヵ所(令和2年3月31日現在)
子育てサポートセンター	NPO法人 いわて子育てネット(アイーナ内)
岩手県立児童館 「いわて子どもの森」	二戸郡一戸町奥中山字西田子1468-2
子育て世代包括支援センター	県内19ヵ所(令和2年4月1日現在, 厚生労働省母子保健課調べ)
ファミリー・サポート・センター	県内14ヵ所(令和2年, 女性労働協会調べ)

- * 認定こども園: 都道府県の認定を受けて就学前の子どもに教育・保育・子育て支援を行う施設。
- * 認可外保育施設: 認可保育施設の基準を満たさない保育施設。地方自治体が独自の基準を設けて開設を進めている施設もある。
- * 子育て世代包括支援センター: 母子保健法に基づき市町村が設置する、妊娠期から子育て期にわたる切れ目のない支援を一体的に提供する。
- * ファミリー・サポート・センター: 地域で育児援助を受けたい人と行いたい人が互いに会員になって助け合う制度。援助内容は、子どもの送り迎えや一時預かりなど(右の図参照)。

ファミリー・サポート・センターのしくみ

