

家庭クラブ活動

家庭クラブについて

一年 片岡 あい

学校家庭クラブ活動とは、家庭科で学んだ知識や技術を生かして、学校生活や地域の生活に目を向け、課題を見いだし、問題の改善や生活の充実向上を目指して生徒が主体的に取り組む問題解決的な学習活動です。この活動は特別活動の部活動とは異なり、家庭科の教科としての活動です。

城南高校家庭クラブでは、「創造・勤労・愛情・奉仕」の精神に基づいて、学校や地域の生活をよりよいものにしようと、様々な実践活動に取り組んでいます。各学校単位で展開している活動を推進するために、県でも家庭クラブ連盟を組織して、研究発表会やリーダー研修会を実施しています。今年度は徳島県高等学校家庭クラブ連盟の副会長に選任され、総会では司会を務めるなど、大会運営にも関わりました。

平成二十五年行事

五月 ○城南高校家庭クラブ総会

六月 ○徳島県高等学校家庭クラブ連盟代議員会（学校のパソコンからテレ

ビ会議システムに参加）

七月 ○徳島県高等学校家庭クラブ連盟研究発表大会並びに総会参加（石井町中央公民館）

九月 ○城南祭展示

- ・ 災害に備えた保存食
 - ・ 災害時の一週間の献立案
- 家庭クラブ週間

・ 祖父母の会準備

十月 ○第六四回 祖父母の会（松柏会との共催、四階多目的ホールで実施）

一月 ○祖父母の会参加者へ年賀状送付

二月 ○ユネスコ世界寺子屋運動（書きそんじハガキ回収・寄付）

○和菓子講習会（文化部）

三月 ○文化部展 非常食炊き出し実習
・ 蒸かし芋



城南祭展示



炊き出し実習の様子

祖父母の会

城南の伝統行事の一つである祖父母の会は、今年で64回目を迎えました。今年は十六名と多くの祖父母の方にご出席していただき、楽しいひと時を過ごすことができました。

今年には記念品として、城南高校キャラクターのジョー君とミナミちゃんのワッペン

入りタオルを用意しました。家庭クラブの生徒で、一つ一つミシン掛けやアイロン掛けを施したオリジナルの品です。家庭クラブのレクリエーションでは、この記念品のタオルを使った「ズンドコ節体操」をしました。皆様とともに、有名なあの曲に合わせて体を動かしました。お手本として踊る生徒たちもノリノリで、皆様も笑顔で踊ってくださいました。

また、皆様のお食事中には、吹奏楽部による演奏や家庭教育研修部による合唱も行いました。素敵な音色と美しい歌声で、雰囲気もたいへん盛り上がりました。食後は茶道部の抹茶サービスで、和やかな空気の中言葉をかわされていきました。そして、最後に記念撮影をしてお別れの時となりました。終わってみるとあっといふ間の二時間でした。

今年はたくさんの方の祖父母の方に来ていただき、充実した会にすることができました。来年の



年賀状イラスト

皆様のご参加も、心よりお待ちしております。



祖父母の会の様子



食に関するコンテストの入賞記録 超簡単野菜料理お弁当コンクール

— 徳島県・JA全農とくしま主催 —

地産地消と野菜摂取をテーマに、子どもが、自ら栄養について考え調理を工夫した

お弁当を作ることににより、食育への意識と実践力を高め、健全な体や心を育むことを目的としたコンクールです。条件は次の通りです。

- ・ 普段料理をしない人でも作ることが出来る超簡単野菜料理が含まれること
- ・ 徳島県産農林水産物（野菜は必須）を試用した弁当であること
- ・ 主食は米飯または米コパンであること
- ・ 独自に創作した内容であること
- ・ 幼児から高校生用のお弁当であること

特別賞(とくしまでんこ盛り賞)

まごわやさしい!すだち君弁当

1年 林 恭平



類, し:しいたけ||きのご類, い:いも||

楽しく、バランスよく食べられるように「まごわやさしい」(ま:まめ || 豆類, ご:ごま || 種実類, わ:わかめ || 海藻類, や:やさしい || 野菜類, さ:さかな || 魚介

いも類)をテーマに、それらの食材がすべて含まれているメニューを考えました。すだち君おにぎりで楽しさも満点です！
超簡単野菜料理のレシピは次のとおりです。

カラフルみそキンピラ

(材料2人分)

にんじん 60g / ピーマン 40g /
白ごま 小さじ2 / みそ 小さじ1
／ みりん 小さじ2 / 砂糖 小さじ1
1 1/2
(作り方)

① にんじんとピーマンをせん切りにする。



審査会の様子

② フライパンにごま油小さじ1を熱し、
①を炒める。
③ 砂糖、みそ、みりんを入れ、さらに炒めてからめる。
④ 白ごまをふる。

食肉惣菜創作発表会徳島県大会

— 全国食肉事業協同組合連合会主催 —

地域食材と国産食肉の組み合わせによる「こんな惣菜がお肉屋さんにあったらいいな」というコンセプトで募集されたコンテストです。書類審査を通過した一名が、四国大学で試食審査に臨みました。

連合会会長賞

とっとり大葉まき徳島メンチカツ

1年 名倉 由貴



メンチカツの中には、徳島の特産品であるそば米、しいたけ、にんじんなどをチーズでかためて入れています。外側は大葉を巻き、すだちポン酢をかけるこ

とで、さっぱりとした味に仕上げました。レシピは次のとおりです。

(材料4人分)

合い挽き肉 350g / 玉ねぎ 1/2 個
／ そば米 大きじ1 2/3 / しいたけ
中2枚 / にんじん 15g / パン
粉 カップ1/4 / にんにく 大1片
／ とろけるチーズ 80g / 牛乳 大
さじ2 / 大葉 4枚 / 卵 1個
／ 塩 少々 / こしょう 少々 /
小麦粉 少々 / 炒め油・揚げ油 適量
／ すだちポン酢 適量 / すだち
1個

(作り方)

① 玉ねぎ、しいたけ、にんじん、にんにくはみじん切りにしておく。
② フライパンに油を熱し、玉ねぎをしんなりするまで炒めて取り出し、冷ましておく。
③ パン粉は牛乳に浸してふやかしておく。
④ フライパンに油を熱し、にんにくを炒める。香りが出てきたら、しいたけ、にんじんを加えて炒め、チーズも加える。あら熱が取れたら、四等分しておく。

- ⑤ ボールに挽肉，②，③を入れてねりませ，四分分する。
- ⑥ ⑤で④を包み，俵型に整えて大葉で巻く。

- ⑦ 小麦粉，溶き卵，パン粉の順につけて，150℃に熱した油で揚げる。
- ⑧ 器に盛りつけ，すだちポン酢を添える。



試食審査会の様子

南阿波スイーツコンテスト2013

―「四国の右下」右上がり協議会主催―
徳島県南部「四国の右下」の魅力ある食材を使った新たな「南阿波スイーツ」のコ

ンテストです。書類審査を通過した2グループが，JAアグリ阿南で開かれた「四国の右下」食博覧会の最終審査に出場しました。

準グランプリ

阿波番茶クレープ

2年 手芸・調理部B



番茶といえは和風のイメージですが，あえて洋風のお菓子であるクレープに挑戦してみました。生地と生クリームに番茶を混ぜることで口

やかな香りが広がる一品です。トッピングは，オレンジのみかんの果実と緑のみかんの果皮を用い，鮮やかで見た目も楽しめるようにしました。星形のみかんの皮は，那賀川の清流に映る星々をイメージしました。

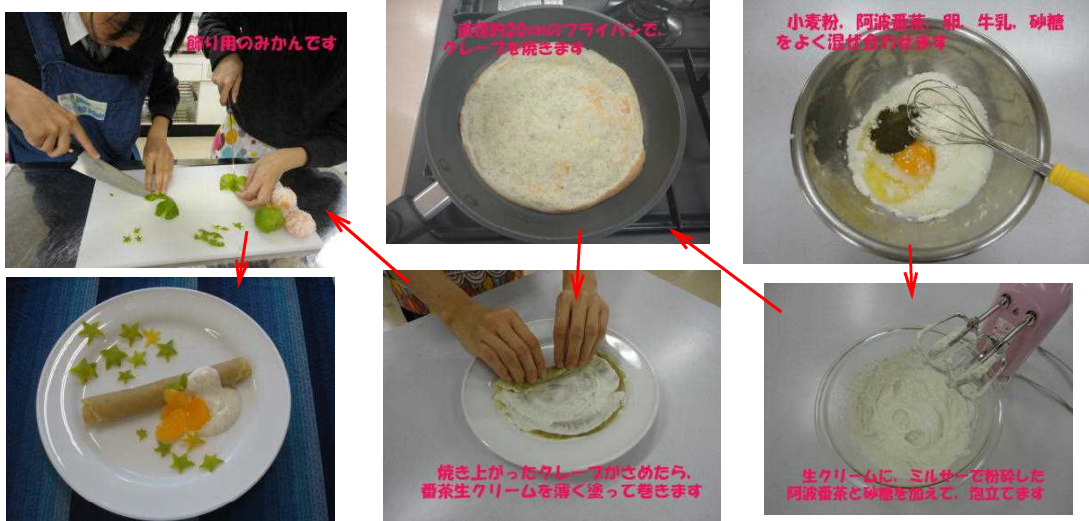
番茶は独特の製法で，生産過程が重労働

であるため，生産量が年々減少しています。私たちのような若い世代は番茶を知らないという人もいるかもしれません。このクレープをとおして，少しでも多くの人が番茶に親しみを持っていただけたらうれしいです。



- (材料4人分)
クレープ・薄力粉 80g / 砂糖
大きさ1 1/2 /
牛乳 150ml /
卵 1個 / バ
ター 20g / 阿
波番茶(粉末)
大きさ1弱

- クリーム・生クリーム 150ml / 砂糖
大きさ1 / 阿波番茶(粉末) 大き
さ1弱
飾り…みかん
(作り方(当日の発表資料))



「四国の右下」右上がり賞

たけのこソフトクッキー

2年 手芸・調理部A



阿南の特産品であるたけのこを使い、ソフトクッキーのしっとりとした生地、ココアのほのかな香り、そして何よりパインアップルのように甘く煮たたきなく堪能できます。

初めは、たけのこを甘く煮るなんて、と思いましたが、実際に試してみると、ココアの苦みとクッキーの食感にとても合いました。また、クッキーの形にはこだわり、たけのこに似るように細かいたころまで再現しました。顔も描いたので、楽しみながら食べていただけると嬉しいです。

このたけのこのソフトクッキーによつ

て、たけのこの新しい一面を知ってもらい、よりタケノコを好きになってもらいたいです。

(材料6人分)

たけのこの甘煮：ゆでたけのこ 60g / 砂糖 50g

ソフトクッキー：無塩バター 150g /

砂糖 100g / 卵

1個 / 薄力粉

200g / ココア

大さじ1 / ベー

キングパウダー 小さ

じ1



(作り方(当日の発表資料))



みじん切りにしたたけのこを、シロップで煮ます



やわらかくしたバター、砂糖、卵を泡立て器でよく混ぜます。小麦粉、ココア、ベーキングパウダーも加えてさらによく混ぜます

