

Pamphlet

がくえんとし て きしよくせいかつ  
**学園都市的食生活のすすめ**

はっこうしゃ  
発行者

みらい がくえんとし せだいかん いぶんかかん だいがくないがいかんこうりゅう そくしん  
未来の学園都市 世代間・異文化間・大学内外間交流の促進による

けんこう たぶん かきょうせい てき がくえんとし て きしよくせいかつ せいきょうしょくどう  
健康で多文化共生的な学園都市的食生活を、生協食堂における

けんこうえいようそうだんかい か とお かくとく  
「健康栄養相談会のワークショップ化」を通して獲得する

きょうどうけんきゅうはん  
共同研究班(2015-2017)

はっこうび ねん がつ にち  
発行日:2017年2月28日

## 【研究代表者あいさつ】

つかいかた

### (1) このパンフレットの使い方

おも りょうり いぶんかかんこうりゅう せだいかんこうりゅう ぶんるい  
主に料理・異文化間交流・世代間交流の3つのカテゴリーに分類し、  
それぞれに興味がある方に楽しんで読んで貰えることを目的としてこの  
パンフレットを制作しました。

けんきゅうはん かんけい

### (2) 研究班との関係

とうしょかんが きかく けんきゅう すす はってん  
当初考えた企画を、研究を進める中で発展させていきました。

はじめはみんなで議論して神戸市外国語大学、看護大学の食堂新メニューを考える

というテーマでしたが、ワークショップを重ねていくうちに当初企画食事だけでは

文化交流には不十分だと考え、大学の食堂での食事会だけではなくユニティで

料理を作りながら、世代間・異文化間の交流を実現しました。

こんご よてい

### (3) 今後の予定

おもい おなじがくえんとし すんで こうりゅう わ  
思いのほか、同じ学園都市に住んでいても交流がないということが分かった

め同じような企画を増やしていきたい。また、神戸市外国語大学の留学生は

家族連れではないため、单身向けの料理会も増やしていきたい。留学生の

しゅつしんこく ぶん  
出身国を増やしていきたい。

かしだよしお  
(樫田美雄)

-もくじ-

けんきゅうだいひょうしや  
研究代表者あいさつ . . . 1

A りょうり きょうみ かた  
料理に興味のある方はこちら . . . 3～6

B りゅうがくせい こうりゅう きょうみ かた  
留学生との交流に興味のある方はこちら . . . 7, 8

C せだいかんこうりゅう きょうみ かた  
世代間交流に興味のある方はこちら . . . 9, 10

D イベントきろく  
イベント記録とまとめ . . . 11, 12

へんしゅうこうき かんしや  
編集後記・ユニティへの感謝 . . . 13, 14

こうべしかんごだいがく  
神戸市看護大学



# A 料理 きょうりに興味のある方はこちら！

いぶん かこうりゅうしょくじかい 異文化交流食事会 (2016. 7. 3) にてつくった料理たちです (^^)

## ①オリヴィエサラダ (ロシア料理)

ロシアでお正月に食べられる定番メニューです。

ポテトサラダのようなもので、

具としてピクルスやりんごが入っており、りんごのさくさくと

した食感が、とても新鮮でした！

リンゴが入った

爽やかなサラダ！



★レシピはこちらから↓

[http://kashida-yoshio.com/unity/recipe/olivier\\_salad](http://kashida-yoshio.com/unity/recipe/olivier_salad)

## ②<sup>そうさく</sup>創作そうめん

トマトやオクラをトッピングした

<sup>そうさく</sup>創作そうめんです。

つゆにラー油<sup>ゆ</sup>が入っているというのもポイントの1つです！

暑い夏<sup>あつ なつ</sup>にぴったりの一品<sup>いっぴん</sup>です！



★レシピはこちらから↓

<https://cookpad.com/recipe/2708070>

この食事会<sup>しょくじかい</sup>で  
初めて知<sup>し</sup>ったという声<sup>こゑ</sup>多数<sup>たすう</sup>！

## ③フレニキ（ロシア<sup>りょうり</sup>料理）

イチゴやサクランボといった果物<sup>くだもの</sup>を

餃子<sup>ぎょうざ</sup>の皮<sup>かわ</sup>で包<sup>つつ</sup>んで茹<sup>ゆ</sup>でるロシアのスイーツです。

バターやジャムをつけて食<sup>た</sup>べます。



★レシピはこちらから↓

<http://kashida-yoshio/unity/recipe/varenyky>

## ④<sup>てん</sup>天ぷら

なす、エビ、レンコン、ししとうの<sup>てん</sup>天ぷらをいただきました。

もとちょうりし<sup>かた</sup> つか<sup>ほんかくてき</sup>  
元調理師の方が作ってくださったので、本格的でとても

<sup>おい</sup>  
美味しかったです。



↑ なすの<sup>てん</sup>天ぷら



↑ エビの<sup>てん</sup>天ぷら

～<sup>てん</sup>天ぷら<sup>ごろも</sup>衣<sup>つか</sup>の作り方 (3～4人分)～

- ① <sup>こむぎこ</sup>小麦粉 (120g) と <sup>かたくりこ</sup>片栗粉 (30g) をボウルに<sup>い</sup>入れます。
- ② <sup>みず</sup>水 (150ml) を<sup>い</sup>入れてよく<sup>ま</sup>混ぜます。
- ③ <sup>たまご</sup>卵 (1個) を<sup>い</sup>入れてよく<sup>ま</sup>かき混ぜます。

※<sup>やさい</sup>野菜から<sup>すいぶん</sup>水分が<sup>で</sup>出るため<sup>すこ</sup>少し<sup>かた</sup>固め<sup>な</sup>く<sup>ら</sup>いでOK

【<sup>さんこう</sup>参考】 <https://cookpad.com/recipe/2701917>

もとちょうりし　じきでん　おい　つく  
☆元調理師さん直伝！美味しく作るコツ

1) 油は新しい油を、食材は新鮮なものを使う。

2) 衣は出来るだけ揚げる直前に合わせる。

みず　れいぞうこ　だ　つか  
水も冷蔵庫から出して使う。

3) 油は 1/3 はごま油、あとはサラダ油で OK

③豚汁

ぐ　たくさんの豚汁です。

てん　ぱらとの相性も抜群でした！



【料理を作ってみた感想】

ロシア料理を食べたことも、作ったこともなかったので良い経験になりました。ロシアの方と一緒に作ることで味付けなど、細かいところもわかってよかったです。どの料理もとても美味しかったです！  
(参加学生=神戸市外国語大学=)

# B <sup>りゅうがくせい</sup>留学生との交流 <sup>こうりゅう</sup>に興味のある方はこちら！

<sup>こんかいけんきゅう</sup> 今回 <sup>てつだ</sup> 研究を手伝ってくださった <sup>りゅうがくせい</sup> 留学生の方たちです！

## ① Mさん <sup>だんせい</sup> (男性)

<sup>りゅうがくせい</sup> ロシアからの留学生です。

<sup>かかんすべ</sup> 3日間 <sup>さんか</sup> 全てに参加していただきました！

また、7月3日の <sup>いぶんかこうりゅうしょくじかい</sup> 異文化交流食事会で

<sup>ちょうり</sup> 調理したオリヴィエサラダやワレーニキ

のレシピを <sup>かんしゅう</sup> 監修していただきました！



## ② Rさん <sup>だんせい</sup> (男性)

<sup>たいわん</sup> 台湾からの <sup>りゅうがくせい</sup> 留学生です。

<sup>がつ</sup> 6月 <sup>にち</sup> 29日のインタビューに

<sup>さんか</sup> 参加していただきました！





### ③ Jさん (男性)

中国からの留学生です。

7月3日の異文化交流食事に  
参加していただきました。

また、そこでは青椒肉絲を

振る舞っていただきました!



【留学生と交流してみた感想】

普段作らないような、お店でも見ないような料理を知ることが

でき、嬉しかったです。また、今まで留学生と話すときに「食」

について話すことは無かったので、とても新鮮でした。

(参加学生=神戸市外国語大学=)



↑ 食事風景

オリヴィエサラダを作る様子→



# C 世代間交流 に興味のある方はこちら！

今回の研究を手伝ってくださった住民(65歳以上)の方々です！



## ① Mさん

3日間全てに参加してください  
ました！

元調理師で、Mさんの作る天ぷらは、とてもおいしかったです♪

## ② Aさん



6月22日のワークショップと 7月3日の

異文化交流食事会に参加してくださいま

した。7月3日のワークショップでは、篠山

出身のAさんが子供の頃は篠山で松茸が

たくさんとれ、食卓は松茸づくしだったと

いうお話をしてくれました！



②Yさん (写真左) ③Kさん (写真右)

Yさんは7月3日の異文化交流食事会、Kさんは6月22日の

ワークショップと7月3日の異文化交流食事会に参加してください  
ました！



⑤Sさん

7月3日の異文化交流食事会に参加  
してくださいました！

ワークショップでは活発に意見

表明してくださりました。

## D イベント記録とまとめ

### ・6月22日 (2016年) 「健康栄養相談会&ワークショップ」

この日は神戸市外国語大学の会議室でワークショップを行いました。

ワークショップの前に民生委員の方には骨密度検査や身長・体重測定、

血圧測定などをしてもらいました。

ワークショップには民生委員の方々だけでなく、外大生協の専務さんや

栄養士さん、神戸市看護大学の学生、留学生などたくさんの方が参加して

くださいました。3つの班に分かれて、それぞれの班に与えられたテーマ

(テーマ1：食生活と生協、テーマ2：外語大生協と地域と大学、

テーマ3：学園都市とグローバル化と食生活)に沿って話し合いました。

### ・6月29日 (2016年) 「留学生&高齢者インタビュー」

この日は神戸市看護大学の学生によるインタビューを、ユニティの会議室

にて行いました。

インタビューは、<sup>もとちょうりし</sup>元調理師で<sup>みんせいいいん</sup>民政委員をされているMさん、<sup>たいわん</sup>台湾からの

<sup>りゅうがくせい</sup>留学生のRさん、<sup>りゅうがくせい</sup>ロシアからの留学生のMさんを相手に行いました。

## ・<sup>がつ</sup>7月<sup>か</sup>3日 (2016年) <sup>ねん</sup>「<sup>りょうりしょくじかい</sup>料理食事会」

この日は<sup>ひ</sup>ユニティ<sup>わしつ</sup>和室にて、<sup>いぶんかこうりゅうしょくじかい</sup>異文化交流食事会を行いました。

<sup>いっばんじゅうみん</sup>一般住民の方から<sup>かた</sup>神戸市<sup>こうべしがいくごたいがく</sup>外国語大学の<sup>がくせい</sup>学生、<sup>ちゅうごく</sup>ロシア・中国からの<sup>りゅうがくせい</sup>留学生と

<sup>さまざま</sup>様々な人が<sup>ひと</sup>集まりました。<sup>あつま</sup>和食や<sup>わしやく</sup>ロシア<sup>りょうり</sup>料理を<sup>つく</sup>作って<sup>た</sup>食べた<sup>あと</sup>後、

3つの<sup>はん</sup>班に分かれて<sup>かくはん</sup>各班の<sup>ちいき</sup>テーマ(テーマ1：<sup>こゆうせい</sup>地域の固有性と<sup>か</sup>グローバル化  
と<sup>りょうり</sup>料理、<sup>ちいきぶんか</sup>テーマ2：<sup>のつ</sup>地域文化に<sup>たぶんかてきけんこう</sup>則って<sup>めざ</sup>多文化的健康を<sup>かのう</sup>目指すことは可能か、  
テーマ3：<sup>たようせい</sup>多様性の<sup>そんちよう</sup>尊重と<sup>しょくぶんか</sup>食文化の<sup>いじ</sup>維持は<sup>むじゆん</sup>矛盾しないか)の<sup>もと</sup>下、ワーク

<sup>おこな</sup>ショップを行いました。

<sup>りょうり</sup>料理の<sup>かんせい</sup>完成する<sup>じゆんばん</sup>順番がバラバラだったり、<sup>りょうり</sup>料理を<sup>つく</sup>たくさん作りすぎて

<sup>なか</sup>お腹いっぱいになったりと、<sup>こりゅう</sup>ハプニングもありましたが、<sup>こうりゅう</sup>交流しながら

<sup>ちょうり</sup>調理が<sup>すてき</sup>でき<sup>じかん</sup>素敵な時間となりました。

## 研究のまとめ（樫田記）

本研究は、多文化共生的な学園都市の食生活文化をワークショップ等を通して獲得することを目的として実施したものである。研究の途上で、単なる話し合い的「ワークショップ」では、相互理解が十分には進まない危険があるという判断から、急遽7月3日に、ユニティの和室（調理設備付き）を用いた「料理実践付き食事会」を開催した。3種のイベントは質の違うものだったが、議論には連続性があり、3種のイベントの全体を総合的に考察することの意義は大きいように思われる。詳細な報告は、『現象と秩序』7号（2017年10月刊行予定）に掲載される3論文（樫田筆頭、相原筆頭、山下筆頭）を見てもらいたいが、以下の2点は、重要な達成であると言えるだろう。

まず、第1に、文化の固有性理解に大きな進展があった。たとえば、議論の中で、留学生の述懐から、ロシアにおける「日本料理」が、単にロシア化された日本料理であるだけでなく、一度アメリカ化されたものがロシアに移入された歴史的経緯から、アメリカ化された日本料理がロシア化されたものとなっていること。高齢者の述懐から、国内移住した個人が培っている食文化を振り返ると、日本国内の関東と関西の差違が、どの程度、文化的なものなのか、あるいは、個人的（家族的）なものなのか、あるいは、それらが複雑に混交しているものなのか、なかなか判別が困難であること、それらのことが語られ、共有された。

ついで、第二に、そのような、文化伝播の複雑性を確認すると、いわゆる「文化相対主義的立場」の理解も、洗練されて行かざるを得ないことが確認された。たとえば、本パンフレットにも掲載されている「ワレーニキ」（ロシアのスイーツ）について、じつは、それがもともとのロシア料理ではないことが明らかにされ、文化の由来と位置づけの複雑さが興味深く語られた。文化を相対化する前提が洗練されざるを得ないことが共有されたと言えよう。

## へんしゅうこうき 編集後記

このパンフレットは、神戸研究学園都市大学交流推進協議会（通称ユニティ）の研究班（正式名称は次頁記載）による研究のまとめである。

健康チェック・インタビュー・食事会に協力していただいた、神戸市外国語大学・神戸市看護大学・流通科学大学の各大学所属の留学生&学生/教員の皆様、ユニティ事務室のスタッフの皆様、及び、神戸市在住の高齢者の方々に御礼申し上げます。本研究は、単なる食文化における交流の実践的研究にとどまらずに、各国/各地域の文化とはいったい何なのかという議論にも発展してきています。研究班の活動は今年（2017年春）で終わりですが、なんらかの形で継続していきたく思っております。続けてご支援のほど、どうぞよろしくお願い致します。（Y.K.）

研究班名称 未来の学園都市一世代間・異文化間・大学内外間交流の促進  
による健康で多文化共生的な学園都市的食生活を、生協食堂  
における「健康栄養相談会のワークショップ化」を通して  
獲得するー

けんきゅうはん  
研究班メンバー（2015年8月～2017年3月）  
かしだ よしお だいひょうしゃ こうべしかんごだいがく  
榎田 美雄（代表者・神戸市看護大学）  
おかもと たかお こうべしがいくごだいがく  
岡本 崇男（神戸市外国語大学）  
あいはら ようこ こうべしかんごだいがく  
相原 洋子（神戸市看護大学）  
やました ただし こうべしかんごだいがく  
山下 正（神戸市看護大学）  
やまもと あきひろ こうべしがいくごだいがく  
山本 昭宏（神戸市外国語大学）  
えとう しょうじ こうべしがいくごだいがくせいぎょうせんむりじ  
衛藤 昭二（神戸市外国語大学生協専務理事）

\*\*\*\*\*

『学園都市的食生活のすすめ』パンフレット（2017）

編集委員 神戸研究学園都市大学交流推進協議会共同研究班メンバー  
編集幹事 北山 明日香（神戸市外国語大学）

『学園都市的食生活のすすめ』（パンフレット）

2017年2月28日発行

発行所 〒651-2103 神戸市西区学園西町3-4

神戸市看護大学 榎田研究室内 学園都市的食生活のすすめ編集本部

電話・FAX) 078-794-8074（榎田研）

e-mail ) kashida.yoshio@nifty.ne.jp

<http://kashida-yoshio.com/unity/unity.html>

※上記WEBサイトに本パンフレットのPDFファイルが  
あります。

