

自由学園・女子部 生徒が当番制でランチ作り



味見も大切な仕事

自由学園の女子部(中等科、高等科)では、生徒が授業の一環として毎日の昼食を手作りする。この経験をもとに、卒業生たちがレシピ集「自由学園最高の『お食事』」(新潮社)を3

月、出版した。

月曜から金曜まで、中1~高2が1日ずつ当番に入る。学年の半分が食事作りを担い、もう半分は後片付けに回る。翌週は担当が逆になるから、全員が2週間

に1回は調理をしている。

取材した日は高校1年生が当番だった。ピーマン3規、キュウリ5規など大量の野菜をトントンとリズムカルに刻み、サンマは内臓を抜いて筒切りに。昆布とかつお節で汁物のだしを取り、ご飯はまきを使ってかまどで炊く。



大量の材料を手早く切っていく生徒

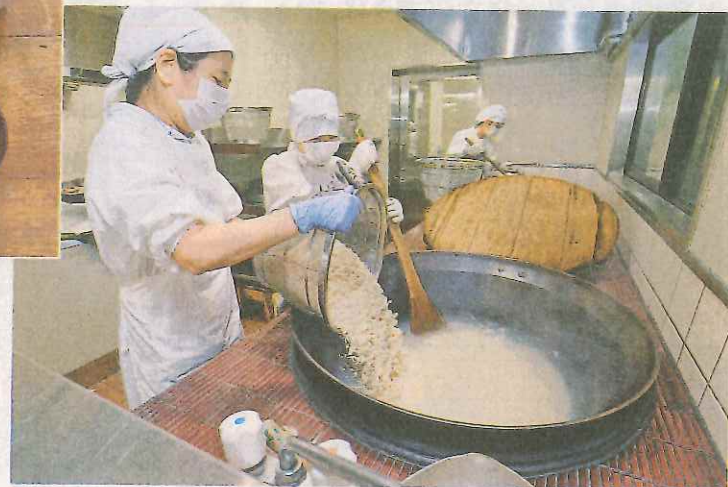
前日や当日朝に下ごしらえをしてあり、2時間足らずでサンマの唐揚げネギしょうゆがけ、野菜のあえ物、ワカメのかき玉汁に五分づきご飯の昼食が266人分出来上がった。「手が空いた人からどんどん器具も片付ける。中1のころはこんなに手際良くできなかった」と、この日のリーダーの増田愛さん(16)が話してくれた。



高橋和也学園長(56)＝顔写真＝は「料理を作れる人になることが目的なのではない」と言う。家庭で1人が数人分を用意するのと、チームで300人分近くを作るのではやり方が大きく異なる。リーダーは1週間前に教師と段取りを相談。一人一人の担当も決め、大きな紙に書き出して他の生徒に周知する。料理を通じて、協力して物事に取り組み、問題を発見、解決できるようになるという。



◎サンマの唐揚げネギしょうゆがけや、野菜のあえ物、ワカメのかき玉汁などの自由学園の「お食事」
◎かまどに設置した釜に大量の米を入れ炊く＝いずれも東久留米市の自由学園で



自由学園 1921年、日本初の女性新聞記者である羽仁もと子と夫の吉一が創立した。女子部のほか、男子部(中等科、高等科)、幼児生活団(幼稚園)、初等部(小学校)と最高学部(大学部)などがある。卒業生に女優の故岸田今日子さんら。

学びは食にあり

2学園の本 相次ぎ出版

自由学園(東久留米市)と自由の森学園(埼玉県飯能市)。校名に「自由」を冠する二つの学校の「食」の本が、それぞれの卒業生が中心となり、今年相次いで出版された。学校を訪ねてみると、どちらも食が生徒の学びを支えていた。



出版された「自由学園最高の『お食事』」◎と「ようこそ、自由の森の学食へ」

◎八宝菜、海藻サラダなど、この日の日替わり定食
◎昼食をとる生徒らでにぎわう食堂＝いずれも埼玉県飯能市の自由の森学園で



自由の森学園中学・高等学校 1985年、点数序列主義から離れた教育を目指した元明星小中学校長の遠藤豊さんが設立。通知表による点数評価ではなく、教師が文章で評価するのが特徴。卒業生にミュージシャンで俳優の星野源さん、浜野謙太さん、タレントのユージさんらがいる。

自由の森学園 添加物ゼロ 内発的な力育成

6月に出版された「ようこそ、自由の森の学食へ」(早川書房)も、食堂に誇りを持つ卒業生が監修した漫画だ。

食堂では「うま味調味料や危険な食品添加物は一切使わない」という方針を貫く。定食の価格は510円で「学食としては高め」と鬼沢真之理事長(57)＝顔写真＝は言うが、材料を聞くと安さに驚く。



有機農法の野菜や減農薬の米を使い、揚げ物に使うのは一番搾りの菜種油。うどんもパンも自家製で、梅干しやピクルスなどの保存食も手作りだ。農家と直接契約して規格外品も買い取ったりすることで費用を抑えている。

学園の生徒662人のうち119人は寮で暮



◎焼き上がった自家製パン
◎ピクルスも自家製だ

らし、寮生は3食を食堂で食べる。創立時に保護者たちが「理想の教育には理想の食を」「(中学、高校と)一番体に変化する時期の子どもたちに『ふつうの家ごはん』を食べさせたい」と、自分たちで設立した食堂だ。



学園の教育は、点数で評価しないのが特徴。鬼沢理事長は「教育における点数や順位は添加物と同じだと思っている。手っ取り早く勉強させるにはいいけど、競争がなくなると勉強しなくなる」と指摘する。「子どもの内発的な力を育てたい」という理念は教育にも食堂にも共通している。

取材に訪れた日の定食は八宝菜で、魚料理中心の定食「伝統食」はタラの揚げ煮。人気メニューのカルボナーラにはあっという間に長蛇の列ができた。寮生の高校3年、下里連さん(18)は「食堂のご飯はものすごくおいしい。入学当初は、カップラーメンとかジャンクなものを食べ慣れていたので舌が合わなかったけど、今は味が分かるようになった。このだしはかつお節だな、とか」と打ち明ける。調理師や農家など、食に関わる進路を選ぶ卒業生も多いという。

文・林朋美/写真・由木直子、川上智世/紙面構成・岡本恵里子