

生衛業出前体験教室（高梁城南高等学校）実施要領

- 1 開催日時 平成30年11月21日（水）8時30分～12時15分
- 2 開催場所 高梁市原田北町1216-1
岡山県立高梁城南高等学校 校長 松下 泰久
- 3 対象者 岡山県立高梁城南高等学校環境科学科3年生 20人
担当の先生：仲元 律子
- 4 講師 岡山県飲食業生活衛生同業組合高梁支部
- 5 主催者 岡山県飲食業生活衛生同業組合高梁支部
（公財）岡山県生活衛生営業指導センター

6 内 容

調理体験を通じて生衛業（飲食業）の魅力を理解してもらうとともに、併せて、就業に当たっての心構えやお客様へのサービスのあり方について学んでもらうことにより、一人でも多くの若者に地域の生衛業界へ就業してもらうことを目的に体験教室を行います。

体験教室では、魚を捌いて魚料理やにぎり寿司の調理体験と飲食業の厳しさ楽しさについて食しながら講師が学生に語りかけます。

7 体験教室のスケジュール

8時30分	高梁城南高等学校集合
↓	準備（素材の搬入、準備、チェック）
9時00分	あいさつ （江草昌平：岡山県飲食業生活衛生同業組合高梁支部 支部長）
↓	
9時05分	調理開始（魚料理の体験）：調理体験（6班）
↓	① アジを捌き、たたきとフライ
10時05分	
↓	② 寿司を作る。（三好宏典、牧野茂雄）
11時05分	
↓	③ きゅうりの飾り切りの作業をする。
11時25分	
↓	④ 後片付けをする。
11時45分	
↓	⑤ 料理を味わう。
12時15分	⑥ 後片付けをして授業を終了する。

魚を捌いて魚料理と寿司を作って食べる 生衛業出前体験教室 in 高梁城南高等学校 (後継者育成支援事業)

- 1 日 時 平成30年11月21日(水)
8:30~12:15
- 2 場 所 高梁市原田北町1216-1
岡山県立高梁城南高等学校
- 3 主催者 岡山県飲食業生活衛生同業組合高梁支部
(公財)岡山県生活衛生営業指導センター
- 4 対象者 岡山県立高梁城南高等学校環境科学科3年生 (20人)
- 5 目 的 魚料理(アジ)とにぎり寿司の調理体験を通じて飲食業の魅力と地域における飲食店の役割を知ってもらうことにより、将来の高梁地域の飲食業界を担ってもらう若者の発掘を目指す。
- 6 講 師 岡山県飲食業生活衛生同業組合高梁支部 約10名
支部長 江草 昌平(日本料理店「花のれん」の経営者、料理人)
石本 秀司(高梁国際ホテル総支配人)
牧野 茂雄(日本料理店「島木川」の経営者、料理人)
三好 宏典(真庭市北房の料理店「三好」の経営者、料理人)
小黒 祐介(仕出し料理店「おぐろ」の経営者、料理人)
- 7 体験内容
 - ①魚(アジ)を捌く。(たたき、フライ)
 - ②アジのたたきを作る。
 - ③アジフライを揚げる。



魚のさばき方

鰯のたたき

①鰯を捌く

「ゼンゴ」をとる。(ゼンゴとは、鰯科の魚特有の尾ビレ近くの硬い鱗。)尾ビレから包丁を入れ、取り除く。

鱗を全てとり、頭を切り落とし、内臓を取り出し、きれいに水洗いする。



上身の腹から包丁を入れ、中身、下身の順に開き、腹骨を取りキッチンペーパーで水気を拭き取ります。

②たたきを作る

下処理の済んだ鰯を、2～3尾分くらいずつザクザク小口で刻みます。ねぎと生姜のみじん切りを用意し、包丁で混ぜながら、タンタンとたたき切るように混ぜます。



(食材・材料)

小鰯(捌いたもの)、大葉、ねぎ、醤油









