

中標津町CIRのときどき通信 『CIRlog ～every now & then～』

乳和食の教室(プレ講習会)に参加しました！



こんにちは。中標津町CIRグエンです。

12月24日(火)、北海道中標津農業高校で行われた乳和食教室(プレ講習会)に参加しました。この講習会は、来年1月に農業高校の生徒たちが同じ内容の講習を担当するにあたり、進行や紹介方法を練習する模擬授業でした。

偶然ですが、この前新聞を読んで「地産地消」という新しい単語を知りましたが、その時に「中標津町における地産地消といえばやはり牛乳

だな」と思いました。しかし、個人的には牛乳を使った料理といえばスイーツや洋食のイメージが強く、牛乳を日常的に上手に活用するのは難しいと感じていました。

ところが、この講習会に参加してとても良い勉強になりました。牛乳の栄養に関する貴重な情報を学ぶことができ、牛乳を使った和食のレシピもたくさん紹介してもらいました。特に試してみたいと思ったのが、「茶碗蒸し・牛乳入りバージョン」です。

生徒たちと一緒に料理を作って、食べてみました。どれもおいしくてついつい食べ過ぎてしまいました。とても楽しい授業を受けることができました。

ちょうどクリスマスの日に行われた講習会でしたが、たくさんの学びを得られ、まるでクリスマスプレゼントをもらった気分になりました。

今年の投稿はこれで最後となります。中標津町に来てからまだ4か月ですが、色々な体験ができることで本当に感謝しています。

来年もどうぞよろしくお願いいたします。良いお年をお迎えください～



【ベトナム語/ Tiếng Việt】

Vào thứ ba, ngày 24 tháng 12 vừa qua, mình đã tham gia vào một tiết học thử nghiệm tại trường Trung học Nông nghiệp Hokkaido Nakashibetsu có nội dung "Món ăn kiểu Nhật với sữa tươi."

Đây là lớp học thử nghiệm nhằm tạo cơ hội cho các học sinh của trường, những bạn sẽ đảm nhiệm việc hướng dẫn cho giờ học chính thức có cùng nội dung được tổ chức vào tháng 1 năm sau,

có thể nắm được cách dẫn dắt giờ học cũng như cách giới thiệu các nội dung.

Một trùng hợp thú vị là, thời gian gần đây mình có học được một cụm từ mới thông qua báo chí là cụm "Chisan- chisho" (Tạm dịch: Tiêu thụ sản phẩm địa phương"); và khi thử liên kết cụm từ này với

Nakashibetsu thì quả nhiên phải bàn đến việc tiêu thụ các sản phẩm sữa tươi. Tuy nhiên, nhắc đến các món ăn cùng với sữa thì trong tiềm thức của mình chỉ giới hạn ở các món ngọt hoặc món Âu, do đó mình đã nghĩ rằng rất khó để có thể tiêu thụ sữa một cách hiệu quả ngay cả trong các bữa ăn thường nhật.

Tuy nhiên, khi tham gia vào giờ học, mình đã tiếp cận được rất nhiều thông tin bổ ích. Mình được học các thông tin liên quan đến nguồn dinh dưỡng có trong sữa tươi, được giới thiệu rất nhiều công thức nấu ăn món Nhật dùng sữa như một nguyên liệu. Trong số đó, mình đặc biệt muốn thử thực hành món "Trứng hấp - phiên bản sử dụng sữa tươi."

Người tham gia đã cùng các bạn học sinh nấu ăn và dùng bữa trưa tại trường. Các món ăn đều rất ngon nên mình có lỡ ăn hơi nhiều. Với mình, đây thực sự là một tiết học thú vị.

Một điều trùng hợp ngẫu nhiên khác là lớp học được tổ chức vào ngày Giáng sinh, và việc mình có dịp để tiếp cận với một giờ học bổ ích vào hôm đó cứ như thể đó là món quà ngày Giáng sinh của bản thân vậy.

Đây cũng là bài đăng cuối cùng của mình trong năm 2024. Dù mới chỉ tròn vẹn 4 tháng kể từ khi được bổ nhiệm đến Nakashibetsu nhưng mình thật sự đã có nhiều cơ hội và trải nghiệm tuyệt vời tại đây.

Mong rằng năm sau vẫn được mọi người quan tâm và giúp đỡ.

Chúc mọi người có một kì nghỉ vui vẻ.



【英語/ English】

On Tuesday, December 24th, I participated in a simulation cooking class at Hokkaido Nakashibetsu Agricultural High School; it was about "Japanese cuisine with milk." This was a mock class for the students who will be in charge of the same class, which will be held in January next year, for them to get an idea about how to proceed and present the content.

Coincidentally, I learned a new term from newspapers recently, "Chisan-chisho." (local product for local consumption.) and I thought to myself at the time, "When it comes to using the term in Nakashibetsu town, it must be milk." However, I personally have a strong image of sweets and Western cuisine only when it comes to dishes using milk, and I felt that it wouldn't be easy to make good consumption of milk in daily life and Japanese cuisine.

However, I learned a lot by attending this class. I did learn valuable information about milk nutrition and was introduced to many recipes for Japanese dishes that have milk as an ingredient. And I also have one dish that I especially wanted to try by myself, the "Chawanmushi with milk."

I really enjoy the time when we cooked and had lunch with the students. Everything was so delicious, which

made me end up eating more than I intended. It was a really enjoyable time.

The class happened to be held on Christmas Day, and I felt as though I had received a Christmas gift as I had a chance to join in this delightful class.

This is my last post in 2024. It's has been only 4 months since I've been assigned to Nakashibetsu Town Hall, but I did have a lot of great opportunities and experiences here.

I am really thankful for everything happened in 2024.

I will head to 2025 full of energy and wish you all a Happy New Year~