基調講演 食育の先にあるもの

東京農業大学名誉教授 小泉武夫氏

私は食と民族という研究をしています。今日のテーマは「食育の先にあるもの」ですが、結論から申しますと、それは日本の国力です。

わずか50年程度で日本ほど食生活が変わった国はありません。「食」を通して人間形成をしていくのは日本の伝統ですが、今はその機会がなくなってしまった。特に若い人たちを見て、なぜこんな状況になってしまったのかと感じています。とても残念に思います。

江戸時代は食べ物を大変大事に扱いました。食事のときはそれを与えてくれる人に感謝してから箸を取れ、と教えられました。感謝しないなら箸を取る資格がない、箸をとるなら一粒も残してはならないと教わりました。それが食べ物に感謝する「いただきます」という言葉になるんですね。

この習慣があるのは日本だけです。日本は食べ物に対して畏敬の念を持っていた。それが今はどうでしょう。農水省によると日本の家庭は農産物換算で食品を年間200万t捨てているといいます。食料自給率が40%だというのに、どうしてそんなに捨てるのか。このままだと必ず天罰が下ると思います。

食生活が変わって、平均寿命に大問題が起きています。かつて「長寿県」といわれた沖縄県の男性は、都道府県別ランキングで27位まで後退しました。これは民族食を食べなくなったからです。中国に近い沖縄には「医食同源」の考えが生きていましたが、昭和20年に米兵とともに米国文化が入ると食生活が激変しました。それが平均寿命に影響したのです。同じような現象は今、日本全国で起きています。

子どもの世界にも問題が起きています。農水省が全国の中高生に「自分が住んでいる町が好きか」という調査をしたところ、8割が「分からない」、2割が「嫌い」という回答でした。将来の日本にとって由々しき問題ですが、これも食生活が原因です。その国の食べ物は、その国に住んでいる人が食べて、その国を理解することにつながります。どこの誰が作ったのか分からないものには感謝などできませんから、地元への感謝も生まれません。

それでも少数ですが子どもたちが「自分の町が好きだ」と言い切る町もありました。共通しているのは、学校給食に地元食材を多く使っていることでした。高知県南国市は10年前から農協・JA南国・JA漁業と一緒に学校給食に取り組んでいます。10年間地元で作った作物を食べ、自分たちで料理したり、作物を作ったりした子どもは、病気をしなくなった、成績が上がった、いじめがなくなった、食べ残す子がいなくなった―など大きな成果が上がっています。地元のものを食べさせながら、子どもたちに素晴らしい世界を教えてあげる。将来その土地を、この国を好きになってもらうような、そういう教育をすることが重要です。

一番いいのは料理をさせることです。料理すると運動神経がよくなります。手を切ったりしないように慎重になりますし、献立を考えたり、手順を考えたりするので非常に頭を使います。また、どんなに嫌なことがあっても、料理をすれば忘れてしまいます。慰めとしての効用もあります。

こんなに日本人が変わったのは、日本人本来の食べ物を食べなくなったからです。以前は根茎、青菜、青果、豆、魚、海藻、米、きのこ山菜しか食べていなかった。魚以外は植物ですからミネラルの塊です。魚も海の生物ですからミネラル豊富です。和食はミネラル豊富な食生活ですが、この50年間で日本人のミネラル摂取量は4分の1に減っています。最近「キレる」人が増えていますが、「キレる」のはミネラルが不足して起きる現象ですから当然といえば当然です。

来年度から、小学4年生から英語が義務教育になりますが、その前に日本を理解させるような教育をしないと、日本を好きになってくれる子どもはいなくなります。和食の素晴らしさ、民族の素晴らしい食文化をじっくりと子どもたちに教えた方が、日本を大切にする子どもたちが増えていくと私は思います。

食育セミナーも開催

パネルディスカッション 食育の先進事例に学ぶ

小泉武夫氏／服部栄養専門学校校長　服部幸應氏／東京ガス「食」情報センター主幹　小西雅子氏

小西 平成22年度の「食育白書」によると、食育の認知度が平成17年に52%だったのが75・8%に上昇しています。しかし、年代別では若い世代の関心度が低く、20歳代では5割を切っています。先生方には特に若い世代にどうすれば食育に関心を持ってもらえるか、若い世代に向けてどんな取り組みが必要なのかを中心に話を伺いたいと思います。

服部 食育講義をする機会が多いですが、今の学生は聞いているのか聞いていないのか分からない。相槌すらうってくれないんですね。真面目にものに取り組む人の割合が年々減ってきていると感じたので何が原因なんだろうと思い調べたら、毎日家族と一緒に夕食を食べる子どもが51%しかいないことが分かりました。生き方の基本は食卓で作られるものです。これでは食事のマナーも育ちません。一番大事なのは家庭の食卓です。お母さんの食事の手伝いをする。そしてそこで学んだことを自分の子どもに伝えていくという感覚が大切だと思います。

小泉 昔は人間味のある若者が多かった。今の若者をだしに例えると、全然だしが出ないような若者が多い。これは日本特有の現象です。この間、韓国で若者と食事をしたのですが、儒教の国だけあって先祖や両親、目上の人を敬うということが徹底されていました。

国でできない教育を韓国では家庭で行っています。国を愛する子どもを育てるなら、その国の食文化の素晴らしさを、料理を通して教えることです。将来の日本と韓国の子どもたちを見たら、このままでは韓国の若者の方が生きる力をつけていくのではないかと思います。

服部 うちにも韓国からの留学生が120人くらいいます。留学生は150人くらいで中国、台湾からも来ていますが、みんな大変出来がいい。卒業時には上位100人の7割を留学生が占めるほどです。

やる気が違うんですね。若い人には将来を考えて使命感を持って生きる力をつけてほしいと思います。その生きる力は、食を通じて技術を身に付ける喜び、人のために料理を作る喜びから生まれると考えています。そのきっかけをつくるという点で、ウィズガスCLUBの全国親子クッキングコンテストは大きな意味があると思います。

小泉 日本の男性にも意識を変えてほしいですね。国民生活白書を見ると、料理をしたことのない男性が72%もいる。米国だったら間違いなく離婚です。もっと家庭に入るべきでしょう。

私は子どもが小さい頃から毎朝ご飯と弁当を作りました。食事をしながらいろいろな話ができ、教えることができた。1日1回は一緒にご飯を食べること、できれば料理をすることは大事だと思います。

服部 うちでは卒業時点で「おふくろの味」を料理させますが、日本人は作れない。作れない子におふくろの味を聞くと「何々食品の何々です」と答える。韓国や中国、台湾の留学生はちゃんと作れるんですよ。日本人は「おふくろの味」も子孫に残してほしい。

小西 先生方のお話から、調理が食育のキーワードとして浮かび上がってきました。食育白書でも調理体験や家庭を楽しむ機会の創出が重要と書かれています。では、実際の料理体験や食を楽しむ機会をどう創出していけばいいのでしょうか。

服部 危ないから包丁を持たせない、火を使わせないというより、家庭でお母さん、お父さんと一緒に準備することからやってほしい。それは勉強より大切なことです。手伝わせることを普ながらに考えていただきたい。

小泉 先ほど控え室で服部先生がいいことを教えてくれました。同じ料理でも火を見て料理することが重要だそうです。火というものは加減が勉強できます。加減を知ることは心を測ることにもつながります。

もう1つ大事なのは、味覚を教えることです。ある大学の家政科が小中学生を対象に、化学調味料で作っただしときちんととっただしのどちらが好きか聞いた調査があったんですが、ほとんどが化学調味料のだしを好きだと答えたそうです。これは非常にショックでした。そしてその子どもたちは不幸だと思いました。小さいときから昆布や鰹節、しいたけのだしに親しませ、調合するとどんな味になるか教えると、自分でいろいろな味を作り出すようになる。基本のだしからいろいろな味が広がっていくことを教えてあげてほしい。

小西 調理は大切ということですが、実際に家庭で何をすればいいのでしょうか。

服部 炎を見ながらきちんと料理すること、伝統的な食を伝承していくことを教えるのは親御さんの義務だと思います。チンするだけ、お湯を入れるだけの食は異常です。おふくろの味が「何々食品の何々」とならないように、時間をかけて温かな料理を作ってほしい。

小泉 お勧めしたいのは鍋料理です。一家団欒で家庭の絆を築き、子どもも料理に参加できます。特に寄せ鍋＝「寄せ集め鍋」は余り物の食材を鍋にするので、食べ物に対する畏敬の念も持てますし、火加減の調節も学べます。余ったら翌朝、うどんを入れてみんなですれば仲間意識も生まれます。いろいろな教育が寄せ鍋でできます。

小西 ガス会社も学校や地域の方々、行政なども連携して食育に取り組んでいます。どうぞこれを機会に地域のガス会社のショールームに立ち寄ってみてください。今日はありがとうございました。

（文中敬称略）

ウィズガスCLUB 全国親子クッキングコンテスト

ウィズガスCLUB賞

東海北陸地区代表（石川県白山市）
内匠楓香さん（小4）・美枝子さん
内匠家（たくみけ）もてなし膳

金時草、小坂蓮根、五郎島さつま芋、源助大根、堅豆腐など加賀の食材をふんだんに使った真心こもった6品。

住宅生産団体連合会賞

東海北陸地区代表（岐阜県神戸町）
高橋拓渡さん（小3）・千智さん
ぎふセット（よくばりグリーンむし／サクッふわっ柿みそやき／神戸三色和え）

枝豆を具とあんに使ったひき肉の蒸し物、岐阜名産の柿を生かした揚げ物などのアイデアレシピを調理。

キッチン・バス工業会賞

北海道地区代表（札幌市）
星野愛帆さん（小6）・清統さん
やっぱりおいしい♪♪うちごはん（パパ編）

イカ、ホッケ、ホタテにじゃがいも、玉ねぎなど北海道の味が大集合。祖母のラーメン店のめんも使った。

日本ガス石油機器工業会賞

関東中央地区代表（新潟県燕市）
佐藤花音さん（小4）・麻子さん
おいしく召し上がれ★我が家の満点ごはん。

甘みの詰まった雪下にんじんや食用菊、米粉など新潟の食材を生かした、見た目も栄養も満点の5品を調理。

盛り上がった地区決勝

今回のテーマは「わが家のおいしいごはん」～家族で一緒に作ろう、うちの自慢メニュー～。全国の173都市ガス事業者、19のエルピーガス団体、7団体の簡易ガス協会が募集活動に取り組み、応募総数は前回（812組）の1・5倍、1万2274組に達した。書類選考と実技審査を通過した93組が全国大会行きの切符をかけ、11月21日～12月19日、全国8ブロック9地域で開かれた地区決勝に臨んだ。

関東中央地区は370倍の激戦となった

北海道大会

北ガスクッキングスクールで予選を勝ち抜いた5組の親子が集まり戦った。道産食材の使用を加点の対象とし、サケやホッキ、じゃがいも、昆布などの道産食材が満載。リンゴの果汁を使ったグミやライスバーガーなどオリジナリティあふれるメニューが並んだ。

東北大会

今回から青森県と山形県が参加。東北6県の予選を勝ち抜いた親子が仙台市ガス局ショールーム「ガスサロン」に参集。じゅうねん味噌や男鹿梨など地元の食材を生かした料理、芋煮などの郷土料理のほか、酒かすを使った豚汁やリンゴのくずもちなどアイデアメニューも飛び出した。

関東中央大会

全国最多4427組から予選を通過した12組が東京ガス新宿ショールームに参集。どの組も練習を重ね、親子の役割分担はバッチリ。「信州サーモン」や房総地方の郷土料理「太巻き寿司」などご当地メニューが多かった。激戦の勝敗を分けたのは食材のおいしさを引き出す調理法だった。

25組が一斉に調理にかかった東海地区決勝

北陸大会

日本海ガスショールーム「プレーゴ」に石川、富山両県を代表する8組が集まり、腕を競った。うち6組は実技予選の経験者とあって高レベルの戦いに。加賀野菜を生かした料理や富山名産のます寿司など、目にも美しい料理が多数あった。

東海大会

東邦ガス「クッキングサロン栄」に25組が集まり、一斉に調理にかかった。地元の食材や郷土料理をわが家流にアレンジしたアイデアメニューが多く、レベルの高さに審査が難航。急きょ「審査委員特別賞」を設けた。自家製マーマレードや焼きリンゴなどタッチオーブン調理も目立った。

近畿地区決勝にはせんとくんも応援に

近畿大会

大阪ガス「生活誕生館ディリパ」に腕自慢12組が参集。全国大会行きを決めた3組の評価ポイントはチームワークと栄養バランス、無駄のない調理法などだった。惜敗した9組には「炎の調理賞」として地元の特産物を進呈。応募数の多かった小学校上位3校を「ベストオブ学校賞」として表彰した。平城遷都1300年祭を終えたせんとくんが、クイズやダンスで会場を盛り上げた。

中国大会

予選を勝ち抜いた8組が広島ガス「ガストピアセンター」に集まった。男子が3組と例年になく多く、カキ入りの豆乳スープや黒米を使ったしらす飯、半熟卵入りメンチカツなどアイデアレシピが並んだ。地元の短大の協力を得てチョコレート作りの教室も開催。参加者に喜ばれた。

四国大会

四国4県の予選を突破した4組が四国ガス「ピポット松山」で腕を競った。武市良美さんは第1回大会の全国大会出場者。今回はパートナーを下の息子の康士朗さんに代えて再度優勝した。前回の全国大会出場者、兵頭さん親子は9品を作るも一歩及ばなかった。

九州地区決勝ではおばあちゃんの味を孫に伝える場面も

九州大会

今回から佐賀県が加わり、九州・沖縄全8県の代表13組が福岡市の中村学園大学で腕を競った。祖母と孫、父と息子など様々なペアが出場し、リンゴを全品に使ったアイデア料理や大分の郷土料理「びっちょん」、豆腐の天ぷらなどバラエティー豊かな料理を作った。参加者全員に表彰状と副賞（親子の名入りの三徳包丁）が贈られた。

未来のシェフが競演！

石川の内匠さんが優勝
加賀食材で様々なガス火調理

ウィズガスCLUBが主催する「第4回ウィズガス全国親子クッキングコンテスト」（総務省、文部科学省、農林水産省、全国小学校家庭科教育研究会後援）の全国大会が1月30日、東京ガス新宿ショールームで開かれ、応募総数1万2274組の全国9地域を代表する14組の親子が熱戦を繰り広げた。ウィズガスCLUB賞に輝いたのは東海北陸地区・石川県代表の内匠楓香（たくみ）さん・美枝子さん親子。加賀野菜など地元の食材を使った料理の独創性とガスを生かした様々な調理法、親子の連携が評価され、第1回大会から4回目の挑戦でついに優勝の座を射止めた。

住宅生産団体連合会会賞は東海北陸地区・岐阜県代表の高橋拓渡さん・千智さん、キッチン・バス工業会賞は北海道地区代表の星野愛帆さん・清統さん、日本ガス石油機器工業会賞は関東中央地区・新潟県代表の佐藤花音さん・麻子さんが受賞した。審査員は服部幸應服部栄養専門学校校長（審査委員長）、田中健一郎帝国ホテル総料理長、小嶺嘉代子全国小学校家庭科教育研究会会長が務めた。

内匠さん親子は金時草や小坂蓮根、五郎島さつま芋、源助大根といった加賀野菜に、生麩や堅豆腐など地元の食材を生かして6品を調理。弔事の際に炊くという黒豆入りおこわの「みたま」や、すりおろした蓮を魚や野菜などにかけて蒸す「蓮蒸し」、太い源助大根を輪切りにし、中央に作ったくぼみにえびや枝豆など色鮮やかな食材を入れて炊く「ふろふき源助」など、いずれも手のかかった、しかし金沢ではよく食卓に上る品々だった。

息子と母親のペアで臨んだ高橋さん親子は、会話が途切れることなく楽しそうに作業を進行。拓渡さんの大好物という岐阜特産の枝豆を具とソースに使ったひき肉の蒸し物のほか、特産の柿を生かして揚げ物と和え物を作った。牛乳パックにひき肉を詰めて蒸すなどエコな工夫も見られた。

前回、母親と組み全国優勝した星野愛帆さんは父親と出場。幼稚園の時から親子マラソンでペアを組む2人の息はピッタリ。愛帆さんは生のホッケ、イカ、ホタテを慣れた手つきでさばき、審査員を感心させた。北海道の食材を詰め込んだ豪快な大皿料理のほか、ホワイトソースの代わりに豆腐を用いたヘルシーグラタンなどボリューム満点の4品を作った。

佐藤さん母子は豆腐を肉に巻いたヘルシーなしょうが焼きロールやじゃがいものスープ、キャロットマフィンなど彩り豊かなバランスの取れた5品を作った。食用菊や雪下にんじん、米粉など地元食材を活用。ポーチドエッグや海藻などにゼリー状のだしを添えるサラダなど、美しい見た目が食欲をそそる。

佐藤さん親子は前回の新潟県代表。今大会はディフェンディングチャンピオン枠で県大会に出場し、全国大会まで勝ち進んだ。着々と役割をこなす花音さんの姿は頼もしかった。

激戦を終えた参加者と審査員で記念撮影

やったね、念願のグランプリ

審査員に囲まれ緊張気味

敢闘した10組も多彩なメニューを披露

僅差で敢闘賞となった親子も素晴らしい作品を作り上げた。

玉利さん親子はハンダマ（金時草と同じ）のゆで汁で紫色のご飯を炊き上げ、そこに鶏がらから取ったスープをかけて食べる奄美大島の「鶏飯」や、「がね」「豚味噌」「両棒餅」など鹿児島の郷土料理を披露。薄焼き卵を焼く和香さんの真剣な姿に注目が集まった。

伊藤さんは父と娘のペア。前回は母と息子が組み全国大会まで進んだが今回は予選で敗退した。歩海さんはいわしを手開きに、ケーキを1人で作るなど小さな体から想像できないほどの働きぶりで永成さんを支えた。

大西さん親子は4度目の挑戦。京番茶で炊いたご飯にしば漬けなどを入れたのり巻き、おからやひじきを使ったおばんざい風マフィンなどアイデア満載の京ご飯で勝負。

鈴木さん親子は地キンメや貝など自分達で獲った下田の食材を使用。茹でて細く割いたなすに、郁也くんが苦労して掘った山芋をかけた「なすそば」や、焼酎で渋みを抜いた柿にみかんソースをかけたデザートなど手の込んだ6品を使った。

永井さん親子は両祖父母と子どもが一緒に育てた野菜や米、男鹿梨などを、なまはげしょうゆ・塩などで味付け。体も心も温まるひじき玄米ご飯やつくね汁など5品を作った。

武市さん親子は徳島特産の粟や阿波尾鶏、蕎麦米、鳴門金時、鳴門わかめなど材料を余すことなく使って5品を調理。最年少1年生の康士朗さんを褒めて作業を促す良美さんが好印象だった。

田頭さん親子のメニュー名「カメヤ」は自分の家の屋号。竹の皮に包んだおこわは祖母直伝の味。具のタコは父親がとったもの。凍らせた生クリームをあんこで包んだ大福など4品を作り上げた。

森さん親子は信号修理の仕事をしている父親のために3色の丸いコロッケを作った。ビニール袋で種を混ぜ合わせるなど洗い物を減らす工夫も。ナチュラルヨーグルトを水切りしたデザートも新感覚でユニークだった。

辻さん親子は野菜嫌いの慶介さんが野菜を食べられるように考案した2種類のピザとスープ、サラダを披露。慶介さんが力を込めて生地を練る。仲良く作業を進める姿が微笑ましかった。

庭田さん親子は子どもが食べやすいよう手羽先に持ち手を作ったから揚げを調理。家庭菜園で育てた長ネギ、完熟トマト、リンゴなどでバランス良い4品を完成させた。

一方、ロビーの一角に設けた大画面スペースでは応援合戦が繰り広げられた。各親子を担当するガス事業者が壇上でレシピや親子について発表。大西さんには京都府の山田知事からビデオメッセージが、そのほか兵庫県の井戸知事や石見姫路市長、矢田神戸市長、子供の通う小学校の先生から応援の色紙も寄せられた。田頭さんの応援には祐依さんの姉、知佳さんが駆けつけ、祖母や父親の手紙を紹介。四国ガスも阿波踊りの衣装で武市さん親子を鼓舞した。

実技会場では親子を応援するモリゾー・キッコロの姿も。NHK教育テレビでは2月26日の午後4時30～55分、「自然の恵みで目指せ頂点!!全国親子クッキングコンテスト」を放映予定。1組の親子に密着し、地元の森や海の食材を体当たりで手に入れる様子や、全国大会の模様を紹介する。BS12でも3月20日の午後4～5時の特番で、全国大会を詳細に放映する。

また、2月28日までインターネット（http://www.internet-tv.co.jp/zenkoku-oyako-cooking）でも動画を配信中だ。

小さくてもしっかりお父さんをサポート

モリゾーとキッコロも応援にかけつけた

時間配分もばっちり

審査基準は①おいしさ、②わが家ならではの工夫、③ガスならではの調理方法、④親子のチームワークの4点だったが、どのチームも優秀で甲乙つけがたく、審査員泣かせとなった。

「どのチームを選ぶか、大変悩み、困りました。プロのような包丁さばきをする子、小さいのに魚を見事にさばく子、いろいろいましたが、和をもって食を大切にしている姿を見させていただきました」（写真左、全国小学校家庭科教育研究会小嶺嘉代子会長）

審査員泣かせの決勝大会

「料理の審査は数多くやっていますが、今日ほど困ったことはありません。本当に紙一重でした。決勝大会で料理を作ること自体、名誉なことだと自慢していいと思います。ぜひお子さんたちが料理に興味を持って愛情たっぷりの料理を作ってくれるようにご指導いただきたい」（写真右、帝国ホテル田中健一郎総料理長）

「今回の応募総数は1万2274件です。皆さん870分の1の倍率を勝ち抜いてきたチームです。審査では皆さんの情熱がほとばしるようで、1チームごとのドラマに感動させていただきました」（写真中央、審査委員長・服部栄養専門学校服部幸應校長）

敢闘賞を受賞した10組

九州地区代表（鹿児島県鹿児島市）
玉利和香さん（小3）・恵里さん
パワーの源！南国元気ご飯
～我が家が紡ぐ 奄美と薩摩～

鶏飯、がね、豚味噌、両棒餅など奄美と薩摩の名物メニュー。鶏飯のスープは鶏ガラからとるこだわりよう。

近畿地区代表（兵庫県姫路市）
伊藤歩海さん（小2）・永成さん
お父さんスイッチの eco ごはん

直火で焼きおにぎり、オーブンでヘルシーメンチカツ、グリルでケーキとガスをフルに使った父娘の力作。

近畿地区代表（京都府京都市）
大西桃子さん（小6）・眞理子さん
まめに暮らそう京ご飯
―おいしい京（今日）のおばんざい（万歳）

京番茶で炊いたご飯にしば漬けと納豆を入れたのり巻、豆乳で作った湯葉の汁物などひと手間かけた5品。

関東中央地区代表（静岡県下田市）
鈴木郁也さん（小5）・富久子さん
下田満喫　わが家の三兄弟メニュー

友人や家族がとった魚や貝、芽ひじきなど下田のおいしい食材を使って、6品のアイデアメニューを完成。

東北地区代表（秋田県男鹿市）
永井綺愛さん（小3）・美由貴さん
たのしい和！トロピカーナでげんきっずごはん
男鹿のなまはげ仕立て

農家を営むおじいちゃんが丹精込めた食材を、なまはげブランドのしょうゆや塩で調理した5品。

四国地区代表（徳島県徳島市）
武市康士朗さん（小1）・良美さん
♪食べなきゃ そんそん 阿波グルメ

粟や阿波尾鶏、蕎麦米、鳴門金時など徳島特産の食材が満載。米みそを塗ってあぶった粟ご飯が香ばしい。

中国地区代表（広島県尾道市）
田頭祐依さん（小6）・満智さん
カメヤ流おこわ・中身はなぁに？
～△と○のコラボ～

祖母直伝のおこわと牛肉入り春巻きは三角、生クリームとあんこが絶妙な大福は丸と見た目も楽しい。

近畿地区代表（兵庫県神戸市）
森こころさん（小5）・映子さん
パパにエネルギーを！
カラフル信号コロッケ

じゃがいもとかぼちゃ、ほうれん草の3色コロッケ、ヨーグルトのデザートなどアイデアで勝負。

東海北陸地区代表（愛知県犬山市）
辻慶介さん（小6）・智子さん
えっ!!ホント？
知らないうちに野菜を食べちゃうメニュー

野菜が苦手な慶介くんも思わず食べちゃうアイデアピザとナッツの触感が楽しいサラダなど愛情あふれる4品。

関東中央地区代表（群馬県館林市）
庭田汐理さん（小2）・千香子さん
子供と作る愛情ごはん

家庭菜園の野菜やリンゴで栄養バランスの取れた4品を調理。手羽先のから揚げは持ちやすいように工夫。