



市高の学校家庭クラブ活動の4つの柱「創造」「健康」「奉仕」「実践」
 4つの柱を基に「研究活動」「ボランティア活動」「交流活動」を行っています！

テーマ

infinity～徳島の可能性は無限大～

「青は藍より出でて藍より青し」ということわざがありますが、藍染めの青い色は、「JAPAN BLUE」として世界に知られるほど深く鮮やかな日本を代表する色です。

藍染×藍食

スーパーフードブームの中で、「藍食」が脚光を浴びつつあります。藍を食べることによる美容・健康面での効果、効能についての研究も活発化しています



本校で栽培している藍の生葉



Reborn

家にあった着古したTシャツを染めてみました！



藍の生葉を電子レンジで加熱し、簡単に藍茶が作れ、さっぱりとした飲みやすい味に。



藍パウダーを使用したカステラ

上勝を知らないなんて、もったいない！？

徳島県東部にある上勝町は、日本の原風景が残る風光明媚な場所です。その一方で、SDGsを具現化する取り組みが長く行われていて、ごみをゼロにするという目標「ゼロ・ウェイスト」を体験できる場所でもあります。「秘境」と「先進」という、相反する要素を併せ持つ徳島県上勝町はとっても魅力的な町です。

柚香 × 晩茶 × ゼロ・ウェイスト



柚香と書いて、ゆこう。徳島県のみで栽培されている、非常に希少な果実。地元では、香り柚子、酸味すだち、味ゆこうということが言われているように、上品で美味なゆこうの魅力を発信していきたいと考えています



阪東食品さんの有機栽培のゆこう果汁を使用しています



レモンケーキならぬ、ゆこうケーキや、ゆこうをたっぷり使用したジンジャーエールなどのスイーツを商品開発しました。



晩茶を使った晩茶マドレーヌ。晩茶ミルクティにし、茶葉も砕いて入れました。



高木農園さんの晩茶の茎の部分をティーパックにし、「awa evening tea」と名付け、オリジナルラベルを作り販売しました。

2003年に「ゼロ・ウェイスト宣言」を行った上勝町。現在リサイクル率80%を超えています。ゼロ・ウェイストセンターの廃材を用い、マルシェや子ども食堂の看板を作りました。



人口1,400人余りの上勝町ですが、私たちの未来を創造する素敵なヒントとなる知恵がたくさんあります。例えば、ゆこうは健康の観点においても注目されています。腸内環境を整えて、肥満抑制効果があるという徳島大学の研究結果が発表されています。晩茶には、世界的にも珍しい後発酵茶と言われ、腸内環境を整え便秘解消や花粉症等のアレルギー症状緩和にも働く健康茶です。糖尿病の予防にもなるとも言われています。晩茶ミルクティにしてもおいしい。お茶を楽しむ文化のある外国人の方々にも広めていけたらと考えています。今後は料理などのレシピ開発も行い、希少価値のあるゆこうや晩茶の普及活動を全国から世界へと広げていけたらと思っています。また、ゼロ・ウェイストとは、無駄・ごみ・浪費をなくすという意味です。日々の行いを徹底的に見直し、ごみを無くすために行った取り組みが、町の人々の意識を変え、ものの使い方を変え、暮らしの価値観を変えていったのです。多方面からのSDGsの実践、持続可能な地域づくりの工夫は驚きの連続です！

とくしまマルシェに出店



那賀ベジタブルさんのレタスと販売☆試食もしてもらいます！



商品のラベルは生徒たちがアプリを使用し作成しました！お客さんの心をつかむパッケージデザインを考えるのも楽しい♡



徳島新聞掲載記事 2021年4月13日

商品開発したものを地元のマルシェに出店しました。徳島県人は野菜の摂取不足が叫ばれており、糖尿病の一因にもなっていると言われています。野菜の摂取量アップと藍食の普及を目指して、藍のドレッシングを美味フーズさんに依頼しました。チーズ味とすだち味があり、好評を得ています。マルシェだけでなく、店舗やお土産屋さんでの販売を目指して、現在交渉中です。

子ども食堂 クレールで月1ボランティア



毎月第4土曜日に開催される子ども食堂。子どもたちと遊んだり、本を読んだり、一緒にご飯を食べたり、調理のお手伝いをしたり…。回数を重ねるにつれて、子ども食堂の意義や社会貢献などいろいろな学びがあります。子どもから高齢者の方、障がいのあるクレールのスタッフ、いろんな人たちとの交流を通して、貴重な体験ができる場です。

SDGsの目標達成のためには、大人だけでなく、未来を支える高校生の私たちも当事者意識をもって行動する必要があります。一人ひとりが他人事と思わず、毎日の暮らしの中で選ぶ行動こそが、目標達成のための一歩となります。活動はまだ始まったばかり。これからも私たちにできること、考えていきます。

