

青森県立百石高等学校

食物調理科



どんなことができる科？

卒業と同時に調理師免許！

地域・人とかかわりながら学べる！

- 食物調理に関する知識や技術を総合的に習得するとともに食関連の職業に必要な能力と態度を育て、併せて調理師免許を取得します。
- 食物調理に関する職業科の教育を通じて、豊かな人間性を育てるとともに専門的な技能の習熟を図り、地域社会に貢献できる有為な人材を育成します。

食物調理科でこんなことができるようになる！

3年生 生徒アンケート結果より

調理・栄養に関すること

飾り切りをしている。
以前よりもレベルが高い料理が作れるようになった。
切り物の効率が上がった。
おもてなし料理が作れる。
食材の組み合わせを工夫するようになった。
調理系のアルバイトで役に立っている。
栄養バランスを考えるようになった。
家族の体調がすぐれない時、どんな栄養が必要か話している。
不足しがちな栄養素を積極的に摂るようになった。

衛生・意識に関すること

食品表示を見て購入するようになった。
食品添加物を意識するようになった。
適切な保存方法ができるようになった。
食に関する事件やニュースに注目するようになった。
食に関連した健康被害について、原因は何か考えるようになった。
塩分を摂りすぎないように、家族で心がけるようになった。
普段の生活から食中毒予防に努めるようになった。

その他

先を見通した行動や、周りを見て行動できるようになった。
調理の効率を意識するようになり、調理全体のスピードが上がった。
なぜこの工程が必要なのか、明確な理由を持って料理することができるようになった。
試作の大切さを知った。
計画を立てる難しさを知った。



①卒業と同時に調理師免許！
(専門性を高める)



input

特別講師を招いての調理実習

※写真は別にあります。

日本料理

西洋料理

中国料理

その他



寿司 蕎麦打ち 製パン 洋菓子
和菓子 ハーブ 食肉加工

調理実習以外に

テーブルマナー講習会



食べ方以外にも、
もてなす側になった
場合についても
勉強します。



サービスマナー講習会



テーブルセッティングや、
給仕の仕方について
勉強しました。



衛生講習会



手洗い・歯磨き
といった
衛生習慣の
基本について
学びます。



ものづくりマイスター
による講習会

より専門性の高いものについて、学年をまたいだ希望者で実施
します。(年度により内容は変わります。)

和菓子製造



八戸菓子匠港むら福 (八戸市)
船場 修 氏

洋菓子製造



ケーキハウス白い森 (おいらせ町)
工藤 護 氏

みそ製造



甲支醤油 (八戸市)
山田 英嗣 氏

①卒業と同時に調理師免許！
(専門性を高める)



Output

総合調理(3年次) 1~3年食物調理科生徒と希望する職員に給食



3年次、総合調理の授業の一環で、年14回(内、食物調理科11回、普通科3回)に給食を提供しています。本校生徒・職員はこの時間を本当に楽しみにしています。



3年生が最も時間をかけているのは、献立作成や試作、調理計画といった準備です。皆さんに喜んで頂けるものを目指して頑張っています。



校外実習(2年次)

2年次の1学期、町内及び近隣市内のホテル・レストラン(4カ所)で実施します。(1日6時間×2日間)



食物調理技術検定に挑戦



本科では、
1年次で食物調理技術検定4級と3級、
2年次で2級、3年次で1級に挑戦します。

①卒業と同時に調理師免許！
(専門性を高める)



Output

各種コンテストに挑戦！

※学年は撮影当時のものです。

令和6年度

第34回全国産業教育フェア栃木大会
全国高校生クッキングコンテスト



3年 佐々木柚奈さん 鈴木春姫さん

Bon appetit! ~3年間の感謝を込めて

第9回世界黒にんにく料理グランプリ
(協同組合青森県黒にんにく協会主催)



黒ニンニクたっぷり！
サバーガー



3年 河田聡太君

令和5年度

第33回全国産業教育フェア福井大会
全国高校生クッキングコンテスト



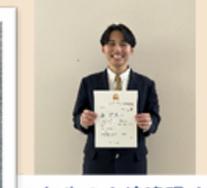
ハッピー！スマイル全開フラワー丼ランチ
～ガーデニングが好きな母のために～



3年生の中島詩音さんと中村文珂さん



ホタテとサーモンとモッツァレラのミルフィーユ仕立て



3年生の山崎遙陽くん

第12回チー1グランプリ
(チーズ普及協会主催)



2年生の赤澤 蓮くん

黒にんにくの茶碗蒸し
～なめらか黒にんにくソースがけ～



2年生の河田聡太くん



黒にんにくたっぷり！
ジャガイモの和風ガレット

3年生の長谷部皓也くん



くろいドライカレー

第8回世界黒にんにく料理グランプリ
(協同組合青森県黒にんにく協会主催)

令和4年度

第32回全国産業教育フェア青森大会
全国高校生クッキングコンテスト



胃袋場外ホームランチ
～きみの胃袋がっちりキャッチ！～



3年生の種市蒼くんと田中寛大くん

第7回世界黒にんにく料理甲子園
(協同組合青森県黒にんにく協会主催)



アヒージョ&黒にんにくチーズバゲット

特別賞



彩り！あおもりまるっとランチ
～「青森」×「映え」青森の映えて元気に！～



3年生の二川目咲妃さんと藤田陽妃さん



2年生の河村優人くん

②地域・人とかかわりながら学ぶ
(主体的・対話的・協働的な学び)

おいらせ町
二十歳を祝う式典への
料理提供

平成17年より、おいらせ町成人式＝二十歳を祝う式典
におもてなし料理を提供させていただいております。
3年間の学びの総決算として位置付けています。



食育教室 1
小中学生で

2年次で町内の小中学校に赴き、高校生が伝えたいテーマについてミニ
授業を行います。この年のテーマは、「各国の朝食」「食事マナー」
「美味しさの科学」「たんぱく質ってなに？」等でした。



食育教室 2
子ども園で

1年次で近隣のこども園に赴き、食に関するクイズやゲーム、寸劇
などを行います。その後の、教室や園庭で、園児と一緒に遊ぶこと
も楽しみの一つです。



先輩から後輩へ 1
着装教室

先輩から後輩へ 2
台同実習



2年生は1年生にコック
コートの着装について教
え、3年生は2年生に
チーフタイの締め方を教
えます。



上級生は伝えることの難しさと責任を
学びます。下級生は今後の見通しが立
てやすくなります。
お互いが「自分事」として授業に取り
組みます。(そして先輩達の指導は優
しくて丁寧…。令和です。)

②地域・人とかかわりながら学ぶ
(主体的・対話的・協働的な学び)

キッチンいちょうの森
(食物調理科レストラン)
文化祭での運営

生徒が運営する「キッチンいちょうの森」では、3年生が調理、2・1年生がサービスを担当します。一般のお客様にお料理を提供できる貴重な機会です。



↑令和5年度限定
調理クラブの
「結御膳」

← 一番人気!
キーマカレー

試食付き授業参観

1年に1回、各学年で試食付きの保護者参観日を実施しています。
(1年次西洋料理 2年次中国料理 3年次日本料理)



保護者からの感想 (一部抜粋)

- 1年次
 - ・近くで見られてよかった。 ・家と違い、とても大変そう。
 - ・手際が悪くて少し憤りを感じた。
- 2年次
 - ・口を出したい所もあったが本人なりに頑張っていたのだと思う。
 - ・参加するたびに落ち着きや役割意識が高まっているのを感じる。
- 3年次
 - ・全体を見て動けていた。 ・動きがよくとても成長が見られた。
 - ・自分で考えて行動する、かなり変わったと思う。

②地域・人とかかわりながら学ぶ
(主体的・対話的・協働的な学び)



調理クラブ

各イベントでの販売

「調理クラブ」は、料理を通して自己成長を促す部活動です。料理の技術向上はもちろん、メニュー作りやコミュニケーション能力も養います。作った料理を販売する経験を通して、お客様の反応から自分の料理について深く考え、より良い料理へと繋げることが出来る活動を目指しています。



②地域・人とかかわりながら学ぶ
(主体的・対話的・協働的な学び)

× 課題研究

おいらせ町
おやこ食堂

「おいらせおやこ食堂」は、おいらせ町在住の親子（ひとり親世帯を主に対象）として食事の無償提供と催し物を開催しています。「食事をする場」を提供することにより、親子のコミュニケーションを図ってもらうほか、参加する子供たちに、より多くの「たのしい記憶」を残してもらうことを目的として活動しています。

提供する料理の食材は、おいらせ町周辺の農家さん等による無償提供。その食材を利用し、地元飲食店のミート農場と百石高校食物調理科が料理を提供。また、協力者（事業者）による催し物を開催することもあります。

(主催：佐々木商事株式会社 ミート農場 協賛・後援：おいらせ町役場 保健こども課)



百×千×万プク
食育イベント!

青森県南地区の調理系学科を持つ百石高校食物調理科と千葉学園高校調理科がコラボして「食育イベント」を開催しました。来場者には、体験やゲームを通して楽しみながら、「食」に興味を持ち、安全・安心で健康な生活を送るための正しい知識を身につけてもらうことを目標に取り組みました。



デイサービスでの
おやつレク

高校から徒歩5分の所にあるデイサービスにご協力いただき、実施しました。

