



あいち 給食だより

第203号
平成23年7月15日
編集発行
財団法人愛知県学校給食会
豊明市阿野町惣作87番地の1
電話 0562(92)3161
FAX 0562(92)8781
<http://academic2.plala.or.jp/aigaku>



どれを選ぼうかな～学年・地域の人と バイキング給食

写真 安城市立明祥中学校

学校給食を活用した食育推進



愛知県教育委員会健康学習課

課長 長谷川 勢子

はじめに、東日本大震災により被災されました方々に心からお見舞い申し上げます。現地では、調理場等の被害により、通常の給食が実施できない学校も多くあり、子どもたちの栄養不足が心配されています。今は、関係者のご努力により、おかげの充実やご飯給食の再開など、順次復旧しているそうです。改めて、育ち盛りの子どもたちには、栄養バランスの整った学校給食が大切であると実感します。

ところで、本県では、第二次愛知県食育推進計画として、「啓発から実践へ」を基本コンセプトとした「あいち食育いきいきプラン2015」を策定したところです。この計画では、平成二十七年まで、学校給食における地場産物の活用割合を四十五%以上にする、小中学生の八割が朝食に野菜をとること、農林漁業の体験学習を拡充することなど、新たな目標が示されました。

栄養バランスや地場産物の活用、さらに食文化の伝承の面からも十分に考えられた学校給食は、この計画の中でも、食育推進の重要な位置づけとなっています。栄養教諭・学校栄養職員をはじめとする給食関係者の方々には、今後も、魅力ある学校給食の提供に努めていただくとともに、そのすばらしさを子どもたちはもちろん、保護者や地域の方々にも是非伝えていただきたいと願っています。

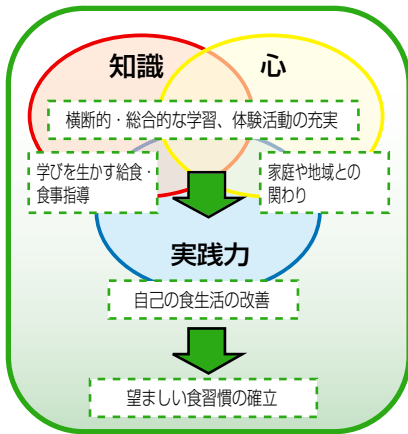


心も体もげんきっこ！
 ～食に関わる知識・心・実践力を
 育む指導を通して～
 名古屋市立吉根よこね小学校

本校では、子どもたちの生活を改善していくために、健康の大きなウエイトを占める「食」に焦点をあてて取り組むことにしました。家庭や地域との連携を図りながら、食に関わる知識や心に加え、学んだことを自己の食生活に生かしたり、食を通してよりよい人間関係を築いたりするなど、食に関わる実践力を身に付けることができるようにしました。

一 めぐす児童像

- ・ 栄養や食事のとり方についての知識を身に付け、栄養バランスのよい食事をとることを意識することができる。
- ・ 食に関わる人々や食物自体への感謝の心を育み、進んで食事の支度を手伝ったり、食べ残しを減らすと心掛けたりする。



二 取組の基本的な構え

食に関わる知識、心、実践力をバランスよく育んでいくための取組を、各学年の発達段階に合わせて系統的に位置付け、各教科・領域の関連を図った横断的・総合的な学習活動や、体験活動の充実を図るようにしました。こうした学習活動を積み重ねながら、絶えず自分の食生活を改

・ 食文化や食糧事情、環境との関わりなど、食に関わる幅広い知識を身に付け、それに対して自分の考えをもったり、行動したりすることができるとができる。

善し、より豊かなものにしていくことによって、望ましい食習慣を確立していくことができるように実践を重ねました。

三 実践の概要

(一) 食に関わる知識を育むことで実践力を育てる取組

三年生では、毎日「ごはん日記」を書き、一週間、自分の食生活を振り返りました。自分が食べている食事に野菜の量が少ないことに気付いた子どもは、給食の時間に苦手な野菜を少しずつ頑張って食べるようになりました。

四年生では、野菜に含まれる栄養の特徴を学習しました。子どもたちは、野菜には体にとって大切なものが含まれていることを知りました。そして、自分が苦手な野菜も調理法を工夫し、おいしく食べることができると料理を考えました。実際に自分が考えた料理を家庭で保護者と作って食べることができました。

このような取組を通して、子どもたちは、栄養のバランスを考えたり、食事をとろうとする意識をもつことができました。

(二) 食に関わる心を育むことで実践力を育てる取組

本校では、地域の方や学区にある保育園児、給食調理員との関わりを

深めるために「ふれあい給食」を実施しています。「調理員さんとのふれあい給食」は、新たに設けたランチルームで、学期に一・二回程度、全校級で実施しています。会食の前に、学校栄養職員の栄養指導や調理員の調理器具の紹介、給食を作っているときの思いを話してもらいました。給食を作っている時の調理員の気持ちや聞いた一年生の子どもの気持ちは、調理員に感謝する気持ちをもちました。そして、「残さず食べる」「心を込めてあいさつする」等の学級のめあてを達成するように取り組み、自分の食生活を改善しようとする気持ちや芽生ええました。

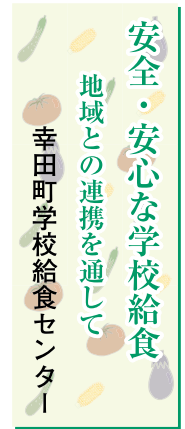
四 おわりに

望ましい食習慣の確立を目指して実践を続けてきた結果、子どもにも保護者にも少しずつ意識に変化が見られるようになりました。食に関わる知識・心の面からの取組により、「苦手なものも体のために食べる」「感謝の気持ちをもって食べる」といった実践力が育ってきています。今後も、食との関わりによって、心身ともに健康な生活をつくりだそうとする子どもが育つように実践を続けていきたいと考えます。

(文責 教務主任 土屋 眞治)



センター見学後の会食風景



当給食センターは、平成二十一年に学校給食衛生基準を満たす給食センターとして、現在の地に移設されました。

施設には、真空冷却機・食器かごとと洗浄機・SVロースターなどを設置し、給食センター開設以来「安全安心・おいしい・地産地消」を目標と定め、栄養バランスのとれた豊かな給食に取り組み、健康的な食事

ができる子の育成を進めてきました。

一 調理場の環境

安全安心な給食には、調理場内の作業環境を整えることが重要です。特に、温度・湿度は目標値を定めエリアごとに管理をして、作業のしやすい環境を作り出しています。

・調理作業温度管理基準目標値

室内温度二十五度

室内湿度六十五%以下

二 学校・地域との連携

米を始め、なす、なし、筆柿など幸田町で生産される食材を積極的に使用しています。

特に「なす」は露地からハウス栽培まで一年中栽培されており、総合的な学習の時間の教材としても活用しています。学校では、「なすおじさん」や「なすおばさん」とかわりながら、食文化の学習をしています。収穫した「なす」は、毎年七月と九月に給食センターに届けてもらい、「なす給食」として登場しています。また、各家庭に募集している「ふるさと自慢料理」で応募があった「なす料理」を給食の献立に取り入れるなど、一年を通して使用しています。「なす」は、地場産物であると同時に、学校・地域と連携した給食の中心となる食材になっています。



収穫した「なす」を届けにセンターへ

三 食育の学習

健康的な食事ができる子を目指し、給食センター見学と巡回食育指導を行っています。

(一) 給食センター見学

平成二十一年十一月から給食センター見学を開始しました。家庭教育、学級などの保護者の方や国語や社会、生活科、総合的な学習の時間などの学習において、多くの子どもたちの見学があります。

見学された保護者からは、たくさんの工程と多くの人の手が掛けられていることを実感され、「食事の組み合わせ方や味付けが参考になった。

子どもたちにしつかり食べることの必要性を話していきたい。」という感想も頂いています。

また、子どもたちは、野菜の洗浄作業から給食のできるまでの工程を見る中で、野菜の切れる速さや、釜の中を混ぜるしゃもじの大きさなど、調理作業の工夫に驚いています。センターで会食する際には、バランスよく食べることの大切さについて給食を題材に話をした後、午後の作業を見学すると、「残すもったいない」という気持ちが子どもたちに芽生え、食への感謝につながっています。

(二) 巡回食育指導

学級活動の時間を使い、各学年に応じた指導内容を決め、左記の学年に食育指導を行っています。

全小学校（六校）の一、三、五年生
全中学校（三校）の一年生

四 おわりに

地場産物を取り入れた給食づくりが、学校・地域の連携を深めています。また、センター見学は、感謝の心を育みます。食育の生きた教材となる、安全でおいしい給食を目指し、今後も研究を進めていきたいと思えます。

(文責 栄養教諭 伊藤 恵美)



体・心・脳の元氣のもと「食」にあり

春日井市立篠木小学校

校長 長谷川 明 美

「早寝早起き朝ごはん」運動が全国的に推進されてから、早五年が過ぎようとしています。それぞれの家庭でも正しい生活のリズムを見直し、朝ご飯の大切さについて考える意識づけはできたように思います。しかし、今でも朝から眠そうな顔で朝食抜きで登校する子がいる現実を見る

去年もそうでしたが、今年も私が担任しているクラスの子どもたちは、給食が大好きです。休み時間にも、給食のことをよく話題にしています。ときには、残ったわずかなおかずをめぐって、誰がお代わりするかでジャンケン大会になってしまうこともあります。先日、ある男の子が「先生、僕これ全部お代わりしたらだめだね。」と真剣な顔で私に話しかけてきました。残りわずかおたま一杯分くらいしか、食缶の中には残っていません。その子の後ろにもう一人、お代わり

と、家庭での食生活の改善はなかなか容易ではないことを痛感します。そんな中で、学校給食の果たす役割はとて大きく、誰もが食べる給食の時間こそ、食の大切さや、皆で食べる楽しさを身につける絶好のチャンスであると考えます。



大好きな給食

名古屋市立正木小学校

教諭 玉田 博子

が欲しくて並んでいる子がいました。「そうだね。後ろの子にも、少し残してあげたら。」こくりとうなずいた男の子は、慎重に残りのおかずをちょうど半分に分けて自分の食器に入れました。後ろで心配そうに待って

本校では、昨年度より学校栄養職員が週数回、給食時に学校に向出し、クラスに入って一緒に給食を食べ、実物の食材を用いて「食」への関心を高める指導を始めました。今年度は、新たに栄養教諭が配置され、毎日学校において食育推進のための工夫をしています。例えば、子どもがよく通る職員室前の掲示板に『給食博士になろう』と称した給食コーナーを設け、毎月目標を掲げています。四月は「春の食材を食べよう」、五月は「ストレスに勝つ食材を食べ

た子は、食缶をのぞいた瞬間、自分の分が残っているのが分かった、ぱっと笑顔になりました。子どもたちは、いつからどうやって食べ物を分け合うことを覚えていくのでしょうか。家庭で家族と何度も分け

よう」です。その下に、食べ物の名前のいわれやクイズがつけてあります。「そら豆はさやが空そらに向かって育つことから名前が付けました。」や「じぶ煮は石川県の郷土料理で、煮る時にジブジブ音がすることから…」という内容で毎週はり替えられています。手作りのカラフルな挿絵のついた掲示物は子ども達の関心を引き、興味深くのぞき込んでいる光景を見てうれしく思います。食事をしっかりととり、体と心の健康を保ち、集中して学習に取り組み子どもが育つことを願っています。

合う経験をしているのでしょうか。毎日大好きな給食を、ときには友達と仲良く分け合って食べているうちに、クラス全体が大きな一つの家族のようになっていく気がします。給食は、栄養のバランスの良さやメニューの種類の豊富さ、限られた予算の中での厳選された食材など、素晴らしい面をたくさん備えています。このような給食だからこそ、みんな楽しく食べる経験を重ねることと、体も心も大きく成長していかると実感しています。

みなさんの学校給食では、食べ残しが沢山ありますか？魚の嫌いな子どもって多いですよね。
 十四山中学校の子どもたちは、すごいですよ。いわしの蒲焼の時、しつぽまで食べている子がほとんどで、すぐくビツクリさせられました。
 十四山中学校のみんなは、好き嫌いのある子なんているの？なんて思っています。こんな調子なので食べ残しは毎日ゼロくらいです。調理をする私たちは、とてもうれしい限りです。
 わが校は、年に一回、祖父母会があります。給食委員の主催で、子どもたちの祖父母だけでなく、地域の方々にも参加を募ります。レクリエーションをして、給食を食べ、お互いが色々なことを教わる大切な一日です。家に帰り、学校での共通の話題ができ、地域の方々との

生徒たちの食を担って

学校から



調理場から



弥富市立十四山中学校

調理員 鈴木 あけみ

つながりができて、学校が身近な場所となっていただけ、とても良い取組があるので。
 私が驚いたのは、校庭の花壇は種から育てていることです。この種は中日新聞より送られてきます。一定の時期に審査もあります。先生や生徒たちが力を合わせて、種から芽が出ると、一つひとつに分け、ポットで育てて花壇に植えつけます。みんなで一生涯命育てたおかげで、一年中、十四山中学校の花壇は赤や黄色などの花ばなに彩られています。いちから全部作った花壇なんて、本当に素敵ですね。
 こんな素敵な学校で、奥山校長をはじめ、瀬戸栄養教諭のもと、三名の調理員で周りの方々に支えていただながら、毎日楽しく給食を作っています。

みんなの広場



好きになった給食

蒲郡市立竹島小学校
六年 富田 有里

私は、あまり給食の時間が好きではありませんでした。自分が食べたことがない物が出たり、苦手な物が出たりするからです。また、時間内に食べなければいけなかったりもするからです。
 でも、私は給食の時間が大好きになりました。それは、六年二組全員が完食するという目標があるからです。これまでも、何回も完食しています。自分がおかわりしていても完食できると、とてもうれしくなります。だから、きれいな物もがまんして食べられるようになりました。



私は、食べすぎらいました。でも、このことをきっかけに「一度、食べてみようかな」と思うことが増えてきました。例えば、ひじきは色が黒くて味も好きではなく大きいらしいですが、みんながおいしそうに食べておかわりしているのを見て、私も食べてみようかなと思いました。それで、おいしいと思って食べたら本当においしかったです。そのことから、私はひじきが好きになりました。
 給食は、きれいな物も好きにさせてしまう、まほうの時間だと思っています。これからも、給食をおいしく食べていきたいと思っています。
 「生き物たちに 感謝」
 名古屋市立二城小学校
六年 川原 利 な



岡崎市では、岡崎保健所生活衛生課食育推進班と連携し、市内の小中学生を対象に「岡崎産のお米に合う地元の野菜をたっぷり使用したごはんメニュー」の募集をしました。その中の最優秀献立「元気百倍！五色混ぜごはん」を、二十二年度一月の学校給食週間記念献立で実施しました。その日の献立は、岡崎の教育研修会家庭科部会で教材とされている徳川家康の「三根五菜みそ汁」と組み合わせ

献立紹介コーナー
 元気百倍！五色混ぜごはん・牛乳・三根五菜みそ汁・厚焼き卵ソフトヨーグルト
 岡崎市東部学校給食センター
 学校栄養職員 広 永 真砂美

献立名	エネルギー kcal	たんぱく質		脂質 g	ナトリウム mg	カルシウム mg	マグネシウム mg	鉄 mg	亜鉛 mg	ビタミン				食物繊維 g	食塩相当量 g
		総量 g	動物性 g							レチノール当量 ㎍	B1 mg	B2 mg	C mg		
ごはん	214	3.7	0	0.5	1	3	14	0.5	0.8	0	0.26	0.02	0	0.3	0
元気百倍！五色混ぜごはん	50	3.3	1.9	1.5	340	34	21	0.8	0.2	70	0.01	0.04	0	1.4	0.9
牛乳	138	6.8	6.8	7.8	84	227	21	0	0.8	80	0.08	0.31	2	0	0.2
厚焼き卵	76	4.7	4.7	3.9	139	20	5	0.7	0.5	57	0.03	0.16	0	0	0.4
三根五菜みそ汁	57	3.3	0	1.1	502	54	27	1.1	0.3	82	0.22	0.03	15	1.4	1.2
ソフトヨーグルト	82	2.4	2.4	2.1	42	79	8	3.8	0.2	41	0.02	0.11	15	1.1	0.1
合計	617	24.2	15.8	16.9	1108	417	96	6.9	2.8	330	0.62	0.67	32	4.2	2.8

元気百倍！五色混ぜごはんの具の材料（一人分g）と作り方
 鶏もも肉7 ちくわ4 かに風味かまぼこ3 蒸大豆5 にんじん5 ごぼう6 しいたけ4 糸こんにゃく5 ひじき1 和風だし0.3 砂糖1.5 しょうゆ4 酒0.9
 ① にんじんは短冊切り、ごぼうはささがき、糸こんにゃくは2cmくらいに切り、ゆでる。
 ② ちくわは輪切り、しいたけは千切り、かに風味かまぼこは3cmくらいに切り、ほぐしておく。
 ③ ひじきは水で戻しておく。
 ④ 鶏肉、にんじん、ごぼう、糸こんにゃく、しいたけ、ひじきの順に炒める。
 ⑤ 水、和風だし、砂糖、しょうゆ、酒、蒸大豆を入れ、煮る。
 ⑥ ちくわ、かに風味かまぼこを入れ、煮る。

わせて行いました。最優秀賞を受賞した子どもは、「自分の考えた料理が給食に出て、みんながおいしいといってくれてうれしい。」と喜んでいました。今後、食育を推進するにあたり、学校給食が生きた教材となるように努力していきたいと思えます。

五、九年生の給食委員は、縦割りで班を作り、栄養黒板の作成を常時活動とし、地元で生産された食材と生産者の写真を紹介しています。六月の給食時間に「食事マナーを見直そう」をテーマに食育発表を行いました。一年生にも分かるよう、資料の見せ方や話し方に工夫を凝らしました。給食を目の前にして話を聞くことで、食器の置き方やはしを持ち方など、すぐに改善しようとする姿が見られました。

シリーズ食育19
給食委員会の活動を通して
 飛鳥村立小中一貫教育校 飛鳥学園飛鳥小学校
 栄養教諭 小川 幸子



ほうれん草生産農家の方に取材する様子

一月には中・高等部（五、九年生）食育集会を行いました。給食委員の「地元農産物をもっと知ってもらいたい」「生産者の思いを伝えたい」という考えから、「給食を知ろう」をテーマに行いました。ほうれん草生産農家の方に取材し、その様子を食育集会で紹介しました。給食が、地域の方々に支えられていることに改めて気づく、よい機会となりました。これからも、全ての子どもたちが共通体験できる給食や食育集会の時間を活用し、豊かな心の育成と健康な体づくりをめざし、食育・給食活動を行っていききたいと考えています。

学校給食教室 開催案内

平成二十三年度「学校給食教室」を開催します。ふるってご参加ください。

一 趣 旨

学校給食では、食育推進の重要な場として、食に関する正しい知識を身につけ、自らの食生活を考え、望ましい食習慣を実践する力を養うことを目指しています。そこで、学校給食教室を開催し、学校給食について保護者の理解と家庭の連携を深め、学校給食の充実と食育の一層の発展を図ります。

二 主 催

財団法人愛知県学校給食会

三 後 援

- 愛知県教育委員会
- 名古屋市教育委員会
- 愛知県小中学校PTA連絡協議会
- 名古屋市立小中学校PTA協議会
- 愛知県栄養教諭・

四 開 催 日

- 平成二十三年十一月 十五日(火)
- 十一月 十六日(水)
- 十一月 二十九日(火)
- 十一月 三十日(水)

五 会 場

愛知県学校給食総合センター
(財団法人愛知県学校給食会)
豊明市阿野町惣作八十七番地の一
電話 〇五六二(九二) 三一六一

六 参 加 対 象 者

県内小中学校の児童生徒の保護者

七 募 集 人 員

一 開催日あたり六十名
総募集人員二百四十名

八 日 程

9:30~10:00	受付
10:00~10:10	開会行事
10:10~10:40	講義
10:40~12:00	調理実習
12:00~13:00	試食・休憩
13:00~14:00	講話・懇談
14:00	閉会

九 参 加 費

無料(参加に要する交通費は参加者負担)

十 そ の 他

参加者は白衣またはエプロン、三角巾、ふきん、筆記用具を持参

検査室より 食品検査技術講習会の 開催について

本会主催・愛知県教育委員会共催で開催する食品検査技術講習会を八月一、二日の二日間実施します。

この講習会は、子どもたちが学校給食をより安心して食べることで、給食をより安心して食べることで、調理現場の栄養教諭・学校栄養職員の方たちに、衛生管理の知識だけでなく、現場でも導入していただける実技検査を主体とした内容です。

食中毒予防の要である手指の衛生について、調理員への衛生指導に利用できるATPふき取り機器を使い実習します。

また、異物混入原因調査、特に昆虫や毛髪などの生体由来の異物混入経路をつきとめる手段のひとつとして、カタラーゼ反応を実習します。理化学検査として、食品添加物検査についても試験紙等の簡易法を講習内容に取り入れます。

また、学校給食で使用されます食器は、清潔な状態を確認するため、残留物検査(でんぷん、脂肪)を実施

施します。

昨年度の講習会では、思わぬ汚れの発見もあり、衛生管理の重要性を再認識していただきました。

そしてこの講習会の最大の特徴は、ベテランから新人まで幅広い方が参加し、実習を通じて、衛生管理について受講できることです。

ぜひ、栄養教諭・学校栄養職員の皆様の参加をお待ちしています。



昨年度の講習会風景

学校給食会検査課
課長補佐 山中龍治

区分	物資名	規格	メーカー名	備考	栄養管理システムの食品コード			
9月分	里芋コロッケ	40g	クワバラ食品(株)	芋は里芋(宮崎、鹿児島、熊本)のみ 卵・乳なし	87-45			
		50g			87-9			
		60g			87-10			
10月分	枝豆	1kg	中札内村農業協同組合	国内産(北海道)	87-51			
		蒸栗カット			1kg	天狗缶詰(株)	国内産 1/4カット	87-17
		さつまいもコロッケ			40g	サンレイ食品(株)	芋はさつまいも(千葉県)のみ 乳なし	87-46
50g	87-34							
60g	87-35							
11月分	カットコーン	3cm	新物が収穫されます8月下旬にかけて選定委員の方々に選定していただきます。		87-14			
		5cm			87-15			
		バーガー用えびカツ			40g	サンレイ食品(株)	えびの形のあるものえび40%以上 ベトナム産のえびを使用 卵・乳なし	87-57
50g	87-58							
60g	87-59							
12月分	さんま開き	30g	東日本大震災の影響のため、今期の漁獲量の状況を判断してから選定する予定です。		87-18			
		40g			87-19			
		50g			87-20			

愛知県学校給食センター連絡協議会
第二学期分共同購入物資のお知らせ
第二学期分センター連絡協議会共同購入物資が表のとおり決定しました。
ぜひご利用ください。



9月：里芋コロッケ



9月：枝豆



10月：さつまいもコロッケ



10月：蒸栗カット



11月：バーガー用えびカツ

現在、本会が推進する普及啓発事業の一環として、ソフトウェア「愛学給栄養管理システム」の無償貸与を実施しています。

このソフトウェアは、県内仕様として本会が独自に開発したものです。五訂増補日本食品標準成分表(文部科学省)にも対応しており、学校や共同調理場での献立作成を始めとする学校給食業務全般にわたり事務の合理化、効率化を図ることが可能です。

本ソフトウェアの導入メリットは、次のとおりです。

- 献立作成から栄養計算まで一連の事務処理の軽減化
- オンライン発注などの発注業務の迅速化

無償貸与受付中 愛学給栄養管理システム



人事異動

退職(五月三十一日付)

副会長	加藤 高明
常務理事	江本 隆
常務理事(常勤)	小坂 愛祐
常任監事(常勤)	若山 栄一

就任(六月一日付)

副会長	長 崎 栄一
常務理事	坂 野 重法
常務理事(常勤)	若 山 栄一
常任監事(常勤)	坂 本 憲昭

○ ソフトの分析機能を利用した食育に関する資料の作成支援

○ ソフトウェア導入経費の軽減

現在、県内三十八市町村の学校、共同調理場及び県立学校あわせて百六十九箇所でご利用いただいています。

平均栄養所要量基準の改定など、栄養管理に必須となる項目のバージョンアップも本会が責任をもってサポートしています。また、現在のOS環境に適した改良も考案中です。

貸与の申込は、常時受け付けていますので、ぜひご利用ください。
(財団法人愛知県学校給食会)