



あいち 給食だより

第220号

平成27年10月1日

編集発行

公益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://aigaku.org/



調理員さんと一緒に!楽しいランチルーム会食

写真 設楽町立田峯小学校

「学校給食」への期待



愛知県都市教育長協議会長
豊橋市教育委員会教育長

加藤 正 俊

日曜日の人気番組「サザエさん」では、大家族がちゃぶ台を囲む食事の場面が毎回登場します。この一場面が古き良き時代の原風景として私たち日本人の精神性をくすぐり高視聴率の要因になっていると思われまふ。「食」は生きていく上で不可欠な営みであり、そこでは望ましい食習慣の形成とあわせ、様々な教育的機能が作用する場でもあるはずですが。しかしながら、近年の生活様式の変化は、各家庭の文化を育む場でもあった食生活にも大きな影を落としています。その意味からも、意図的・計画的に行う教育活動の一環である「学校給食」は、健康で豊かな人間性を育むための「食に関する生きた教材」として大きな役割を担っていると考えまふ。

現在、学校では、栄養教諭参画のもと、食事の重要性、正しい知識に基づく食品の選択、生産者への感謝の心、食文化への理解等を目標とした「食に関する指導の全体計画」に基づいた取組が実践されています。

今後は、異学年交流給食や「親子フードカルチャ―」など家庭への啓発となる取組とあわせ、食を生む「農」の体験を学校給食とつなぐ「食農教育」にも力を入れていくことが、時代の要請である「食育」の充実につながるものと確信しています。

特集1
学校給食献立コンクール
(栄養管理研修会)

平成二十七年年度学校給食献立コンクールの本選および栄養管理研修会を、八月三日にウイルあいち（名古屋市）で愛知県教育委員会と公益財団法人愛知県学校給食会の共催により開催しました。

このコンクールは、昨年度から栄養教諭・学校栄養職員を対象に、学校給食の献立作成力の向上および食事内容の充実を目的としたものです。今年度のテーマは、地場産物【愛知県の野菜（産出額全国1位のキャベツ・しそ・ふき・とうがん）】を活用した魅力ある学校給食とし、募集したところ、総数二百七十一名の応募がありました。本選では、書類審査により予選を通過した各部門五名の計十五名が出場し、応募献立をプレゼンテーション形式で紹介し、審査しました。

本選終了後は、大阪市立大学大学院の由田克士教授をお迎えし、「学校給食摂取基準による栄養管理の基本を理解する」と題した栄養管理研修会が行われました。参加された約

三百名の栄養教諭・学校栄養職員は、献立作成力および栄養管理についての知識の向上を図りました。

【主菜部門】

★最優秀賞★

西尾市立西尾中学校

栄養教諭

富田 直美



ごはん、牛乳、キャベツ入りハンバーグのキノコおろしソース、和風サラダ、かぼちゃ寺の味噌汁

★優秀賞★

設楽町立津具小学校

(設楽町立学校給食津具共同調理場)

栄養教諭

山下 愛実

★佳作★

一宮市立木曾川中学校

栄養教諭

毛利 敦子

瀬戸市立効範小学校

栄養教諭

千賀 佑梨

愛知県立いなざわ特別支援学校

栄養教諭

松本 淳子

【副菜部門】

★最優秀賞★

あま市立正則小学校

(あま市立美和学校給食センター)

栄養教諭

加藤 佐知子



ひじきごはん、牛乳、さばのさわやかソースかけ、冬瓜のカレー煮、夏野菜の味噌汁

★優秀賞★

大治町立大治中学校

学校栄養職員

野瀬 康代

★佳作★

北名古屋市立五条小学校

(北名古屋市西給食センター)

栄養教諭

近藤 睦

大府市立大府中学校

栄養教諭

加藤 幸子

新城市立鳳来中学校

栄養教諭

米山 尚子

【汁物部門】

★最優秀賞★

豊橋市立中野小学校

(豊橋市南部学校給食共同調理場)

栄養教諭

鈴木 亨奈



ごはん、牛乳、うずら卵フライ、カラフルベジソテー、とうがんのカレースープ、メロンゼリー

★優秀賞★

高浜市立高浜中学校

栄養教諭

牧 ひとみ

★佳作★

瀬戸市立陶原小学校

栄養教諭

高木 和代

西尾市立平坂中学校

栄養教諭

谷 麻美

知立市立知立西小学校

(知立市学校給食センター)

栄養教諭

平林 加奈



天狗缶詰(株)加工工場

今年度から新たに食育支援の一環として、愛知県教育委員会の後援により、県内の小学生親子を対象とした親子工場見学会を八月二十日に開催しました。今年度は、学校給食でも子どもたちに人気のうずら卵について、うずらの誕生からうずら卵が製品になるまでの過程を親子で見学し、命の大切さや地場産物について学習することを目的とし、県内各地から十六組三十二名の親子が参加しました。

午前の日程は、当財団の取引先でもある天狗缶詰(株)三河工場へ行き、うずら卵を水煮して缶詰や袋詰めまでの工程を見学しました。

特集②
親子工場見学会
「うずら卵のルーツを探ろう！」

午後からは、うずら卵の産卵場（養鶏農家）とうずらを卵から孵す人工ふ化農家を見学しました。参加者からは、うずらのことがよくわかり楽しい一日を過ごすことができました。楽しい一日を過ごすことができました。



養鶏農家

[日 程]	
9:00	愛知県学校給食会集合
9:00~10:30	バスにて移動
10:30~12:00	天狗缶詰(株)工場見学
12:00~13:30	昼食
13:30~14:15	養鶏農家見学
14:30~15:00	人工ふ化農家見学
15:00~16:30	バスにて移動
16:30	解散

「案内」
愛知の郷土料理講習会

平成二十七年「愛知の郷土料理講習会」を次のとおり開催します。

- 一 趣旨
豊かな水と森、温暖な気候風土に恵まれた愛知県。自然の恵みの中で育まれた農作物などを利用し、地域の味として古くから守られ食されてきた郷土料理は、学校給食を通じて次世代を担う子どもたちに伝えたい郷土の食文化です。栄養教諭・学校栄養職員の方々に伝統的な郷土の食文化に触れる機会を提供し、児童生徒の健全な食習慣の形成に資する資質の向上をめざします。
- 二 主催
公益財団法人愛知県学校給食会
- 三 共催
愛知県教育委員会
愛知県栄養教諭・学校栄養職員研究協議会
- 四 後援
名古屋市教育局
愛知県小中学校長会
愛知県学校給食センター連絡協議会
- 五 開催日
平成二十七年十二月二十五日(金)

六 会場

愛知県学校給食総合センター
(公益財団法人愛知県学校給食会)

七 参加対象者

栄養教諭・学校栄養職員

八 テーマ

尾張雑煮と江戸雑煮・学校給食で実施できるおせち料理

九 募集人員

五十名(午後の講義のみ七十名)

十 申込締切日

平成二十七年十月三十日(金)

十一 参加費

無料(給食会までの交通費は参加者負担)

十二 その他

参加者は白衣、帽子、マスク、ふきん、筆記用具を持参してください。



日程・申込等詳細については、当財団ホームページ (<http://aigaku.org/>) をご覧ください。
皆さんの申込をお待ちしています。



給食の時間

一宮市立末広小学校

校長 大島 純子

学級担任として、長らく子どもたちと給食をともにしてきました。給食の時間はとても楽しい時間でしたが、給食を通して育てたいことがたくさんありました。その頃に先輩から、給食時の子ども様子をどう捉えるかについて、視点をいただきましたので、三つほど紹介します。

先日、小学校の給食試食会に参加させていただきました。給食が大好きだった私は、何十年ぶりかの給食を心待ちにしていました。その日の献立は、トマトシチュー、チキンナゲット、米粉パン、牛乳、はっ酵乳でした。最初、これで子どもたちのお腹は満たされるのかな？ いっぱいになるのかな？ と思っていましたが、そんな心配は無用でした。米粉パンはモチモチしておいしく、とても腹持ちのよいものでした。今の給食は、私の子ども頃よりさらに献立が豊富になり、主食も米飯の

一つ目は、「給食をたくさん食べる学級は元気がよい」です。パワーの源はなんと言っても食べること、食べなければ力は出せません。私は、子どもたちの食べっぷりや残食を、学級の元気のバロメーターの一つにしてみました。

二つ目は、「給食の好き嫌いは、人の好き嫌い」です。好き嫌いは誰にでもあります。その善悪ではなく、皆に提供されたものを、嫌いであっても「食べようとしない」か、頑として「食べない」かということ。嫌いだから食べない、食べる努力や工夫をしないのは、嫌いな人やそりが合わない人を受け入れないことにつながるといえます。最近、あまり偏食の矯正をしない傾向にあります。苦痛を強いてはいけません。が、今一度、考えたいことです。三つ目は、「目新しい献立に、素早

く手を出す子は革新派、なかなか出さない子は保守派」です。これも善悪ではなく、個々の特性として捉え、学習等に生かしてきました。最後に、「残食が多そうだな」と思ったときの魔法の言葉を一つ紹介します。食缶のふたを開ける時に、教師が「わあ、おいしそう。おかわりしたいな。」と言うのです。素直な子どもたちは、「ほんとだ。おいしい。」と言ってたくさん食べてくれます。給食の時間は、子どもを理解し、育てる大切な時間です。



安心・安全な給食 〜おいしい給食をありがとう〜

名古屋市立船方小学校

PTA 花谷 まゆみ

日が多くなりました。食材は旬の野菜などを取り入れたり、地産地消の考え方に基つき、地元で収穫した米や野菜を献立の一部に使用したり、食品添加物や冷凍食品、加工食品を減らしたりして、毎日、安心・安全な給食を提供

してくださっています。親として感謝の気持ちでいっぱい。給食の時間は、子どもたちの心と体を大きく育てるコミュニケーションの場だと思えます。共通の話題で友達とのつながりを深めながら、栄養のバ

ランスのとれた食事をするることによって、何でも食べられるようになったり、食の大切さを学んだりできる授業の時間だと思えます。子どもが、「今日の給食はおいしかったよ」と、笑顔で話す献立を、家庭でも作ることができれば、学校と家庭との、食育に関わる連携もより図れることではないでしょうか。そして、何より、子どもたちが、おいしい給食を毎日作ってくださる調理員の方々への感謝の気持ちを大切に、元気に育っていつてくれることを願っています。

刈谷市第一学校給食センターは、昭和五十六年に建設された古い調理場です。現在、幼稚園・小学校・中学校あわせて七千食を調理しています。

ここ数年、子どもたちに食の大切さ、食べることの楽しさや郷土の料理を知ってもらえるよう、献立もいろいろな食材を使い、バラエティに富んだものになってきています。使用する野菜の種類や量も増え大変ですが、手作り感が出るように手切りをしたり、年齢に合わせて野菜を切る大きさを調整したり、形や大きさを揃えるなどの工夫もしています。

安心安全な給食を目指して



刈谷市では、愛知の産物を知り、献立の多様化を図るため、小学校五・六年生を対象に募集した「愛知の産物を使った我が家のじまん料理」を、月一回給食に取り入れています。私たち調理員は、応募してくれた子どものもとに給食が

らに、異物混入、アレルギーなどに、私たちの負う責任はとても大きいことを日々意識しながら、がんばっていかうと思えます。

丸となって、おいしい給食を作っています。さ

学校から



調理場から

刈谷市第一学校給食センター

調理員 山下 寿

届いたとき、「お母さんの味と同じだよ」と言ってもらえるように、栄養士の指導のもと、応募献立を再現できるように気を配って調理しています。

センター方式では、子どもたちの感想を直接聞くことができませんが、午後の洗浄作業時に、学校から返ってきた空の食缶やバットを見ると、子どもたちの「今日の給食おいしかったよ」の声を聞くことができます。残菜が少ないことが、私たち調理員の励みになります。

多くの学校の給食委員会では、次のような活動をしています。

一つ目に、給食を返さやくする時の活動があります。活動の内容は、牛乳ビンとに分けてケースの中に入



残さず食べたい

学校給食

名古屋市立高田小学校

6年

畠澤 光太



稲沢市立六輪小学校
6年 福田 伊吹

二つ目は、ポスターを作ることで。ポスターでは、月ごとに「給食は残さず食べましょう」や「調理員さんや農家の人に感しゃして食べましょう」などのメッセージを学校のみんなに伝えていきます。

三つ目は、みんなを代表して調理員さんに感しゃの手紙を書くことです。多くの学校の調理員さんは、毎日、約三百八十人分の給食を作っています。夏の暑い日には、調理所の温度が四十五度になると聞いて、とてもおどろきました。

ぼくは、給食委員として、調理員さんに感しゃして、残さず給食を食べたいです。学校みんなが、好ききらいせず、毎日残さず給食を食べるようになってほしいです。



豊川市では、地産地消の一環として、平成十六年度より地場産物を使用した学校給食献立コンクールを実施しています。学校給食を通し、地場産物への興味関心を持たせるねらいがあります。優秀作品の中から、大量調理に適するものを学校給食献立に採用しています。全国学校給食週間や愛知を食べる学校給食の日等に実施しています。

「栄養満点チンジャオロース」は、平成二十四年度の献立コンクール入選作品です。市内の中学生が考えた

**地場産物を使用した
献立コンクール給食**

ごはん・牛乳・春巻き・栄養満点チンジャオロース・トマトとたまごのスープ

豊川市立御津南部小学校
学校栄養職員 **近藤 由佳**

(栄養価、1人分の材料、作り方)

栄養価	エネルギー kcal	たん白質		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	食相当量 g
		総量 g	動物性 g							レチノール 当量 μg	B1 mg	B2 mg	C mg		
献立名															
ごはん	250	4.3	0.0	0.6	1	4	16	0.6	1.0	0	0.31	0.03	0	0.4	0.0
牛乳	138	6.8	6.8	7.8	84	227	21	0.0	0.8	78	0.08	0.31	2	0.0	0.2
春巻き	111	2.6	2.0	7.4	103	8	6	0.2	0.4	51	0.09	0.04	4	0.6	0.3
栄養満点チンジャオロース	68	5.6	5.1	3.0	213	20	14	0.6	1.3	126	0.03	0.06	5	1.0	0.5
トマトとたまごのスープ	78	6.8	5.0	3.1	170	26	15	0.8	0.7	60	0.07	0.14	9	1.3	0.8
合計	645	26.1	18.9	21.9	571	285	72	2.2	4.2	315	0.58	0.58	20	3.3	1.8

<栄養満点チンジャオロースの材料(1人分)と作り方>
 ごま油0.5g 牛もも肉(せん切り)25g 酒1.5g にんじん8g 切り干し大根3g ピーマン7g
 中華だし0.4g 食塩0.3g しょうゆ0.8g こしょう0.02g でんぶん0.4g

①にんじん・ピーマンはせん切り、切り干し大根は戻して2cmくらいに切る。でんぶんは水に溶いておく。牛肉に酒をふりかける。②ごま油を熱し、牛肉を加えて炒める。にんじん、切り干し大根を順に加えて炒める。③調味料を加える。④ピーマンを加えて炒め、味を調える。⑤水溶きでんぶんを加えて仕上げる。

作品で、カルシウムや鉄が摂れるように、切り干し大根をたけのこの替わりに使用し、地場産物のピーマンを使っています。実際の給食では、愛知県産の切り干し大根、豊川産のピーマンを使用して作りました。切り干し大根を、煮物とは違った味わいで楽しめることから、毎年給食に登場し、好評を得ています。

千人に「ひとり」って、何の数だかわかりますか。おおまかな数ですが、日本の小中学生が一千万人、栄養教諭・学校栄養職員が一人。つまり、私たちは児童生徒千人に「ひとり」しかない存在となるのです。さて、そんなことを考えていた私が、千二百食規模の給食センター勤務で、特に力を注いでいる活動を三つ紹介いたします。

一つ目は、通信などの作成です。「食育通信」などの通信は、食数が多いほど印刷部数も多くなるので、食育の情報を伝えるのに効果的な媒体です。毎月のテーマに沿った内容の中で、今一番伝えたいことを自分の言葉で表現しています。「食育通信」の発行は今のところ勤務校だけですが、毎月作成する「献立表」の空スペースの活用や、市内で発行している「給食だより」、今年度は地区向けの通信を年三回発行するなど、情報の発信

シリーズ食育 36

千人に「ひとり」を意識して

稲沢市立六輪小学校
栄養教諭 **新 勝政**

に力を入れていきます。

二つ目は、毎日の献立について紹介する「献立一口メモ」です。給食の時間に、児童が放送で読んだ内容を、児童が聞いただけで理解できるように表現を工夫しながら、大人でも楽しめる内容を目指しています。以前の原稿をそのまま引用した時には、児童から「ずいぶん前にも聞いたよね」と指摘されることがありました。放送内容が伝わっていることを実感できる、うれしい瞬間です。

三つ目は、給食指導や授業、学校保健委員会、児童集会、給食試食会などでの「直接的な指導」の場面です。栄養教諭になる前から本や雑誌、セミナーなどで学び、どのような依頼にも対応できるよう準備をしてきました。依頼を受けた時には、「一度失敗すると、二度と仕事は来ない」という危機感をもって挑んでいます。地道な努力が実を結び、徐々に依頼が増えてきています。

これからも「読まれる通信、伝わる献立一口メモ、望まれる指導」を目指し、食の大切さを、児童生徒と保護者、職員の「ひとりひとり」に伝えていきたいと考えています。

検査室より
食器具等の
清浄度確認検査

日頃使用されている食器や器具などは毎日洗浄、消毒していたとしても衛生的な状態にない場合があります。例えば、見た目が綺麗であったとしても食品残渣等の洗い残しがある場合、そこに付着した細菌などが急激に増殖してしまう恐れがあります。また長期間使用している食器具には細かな傷がある場合があります、食品残渣や洗剤が残留しやすくなってしまいます。衛生的な状態を保つためには洗浄、消毒を正しく実施し清浄度を確保しなければなりません。

食器の清浄度の確認にはATP拭き取り機器を使う方法や試薬を使った呈色試験等があり、年三回程度行う必要があります。

食器に残ったでんぷんや脂肪等の食品残渣については呈色試験で検査することができます。食器に直接試薬をかけるため検査後は素早く再洗浄する必要があります。

○残留でんぷんの検査

試薬…0.1Nヨウ素水溶液（市販の

ヨウ素・ヨウ化カリウム溶液、ヨロドンキ等を水で希釈したもの）

操作…食器にヨウ素溶液を約10ml注ぎ全体に行きわたらせた後、流水で余分なヨウ素溶液を洗い流します。

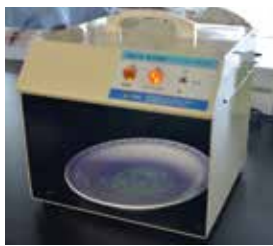
判定…でんぷんの残留している箇所は青紫色になります。

○残留脂肪の検査

試薬…クルクミン（ウコン、タメリック）0.1gをエタノール100mlに溶かしクルクミン溶液とします。

操作…食器にクルクミン溶液を約10ml注ぎ全体に行きわたらせた後、流水で余分なクルクミン溶液を洗い流します。

判定…脂肪が残留している箇所が黄色く染まります。また紫外線を当てると残留箇所が蛍光を發します。



クルクミンの紫外線蛍光

他にも簡易キット等を用いることで残留たんぱくも検査できます。

当財団では依頼検査にて食器残留

物検査を受け付けている他、毎年夏には食品検査技術講習会において食器残留検査についても説明を行っています。

食品検査技術講習会の開催

平成二十七年年度食品検査技術講習会を八月六日と七日の二日間、愛知県学校給食総合センター（豊明市）で開催しました。栄養教諭・学校栄養職員を対象に食品衛生の知識及び調理現場で活用できる検査技術の習得を目的とし、愛知県教育委員会の共催により毎年開催しています。今年で六回目を迎え、県内各地から二十名の栄養教諭・学校栄養職員が参加しました。

講習内容として、手洗いの洗浄度合について手形培地による検査やATP拭き取り機器による検査、調理場や学校でのノロウイルスを想定し



食器の洗浄効果試験

た嘔吐物の処理方法の実技演習、また洗浄後の食器の残留脂肪などの有無（食器の洗浄効果試験）、食品中の添加物を簡易的に測定する方法、混入した異物の確認方法など盛りだくさんの実習でした。



手形培地による手洗いチェック

以下については、参加された栄養教諭・学校栄養職員からのアンケートの一部です。

○講習会を通して結果を視覚的に見ることができ、より衛生面の意識を高めることができ、貴重な経験でした。

○嘔吐物処理について、実際嘔吐があった時にすぐ動くことができる自信ができました。

など、多くの貴重なご意見をいただき、ありがとうございます。

（検査普及課技師 加藤 遼平）

ロングセラー物資のご紹介

「給食会で最も人気がある一般物資は？」と聞かれると、当財団の職員ならば、必ず「さば銀紙焼き」とお答えするはずです。ひよっとすると皆さんからも同じように答えが返ってくるかもしれません。

「さば銀紙焼き」は、一九七九年（昭和五十四年）第二学期から取扱いを開始し、今年で三十六年目を迎える長年ご愛好いただいている物資の一つです。

ある市の成人式で「思い出の給食は？」と質問されたところ、「さば銀紙焼き！」と回答があり、「思い出給食で提供したい」と要請があったくらい、愛知県の学校給食では欠かせない物資へと成長しています。人気の秘密は大きく三つあると考えています。

一つは、高圧処理によって、魚の骨まで食べられることです。学校給食における栄養素量の摂取基準の中でも、カルシウムの摂取基準を満たすには、苦勞すると聞きます。もちろん、今も昔も缶詰の魚製品は、骨まで食べられます。しかし、缶詰特有の臭いが残る等の問題もありま

す。これらの問題を解決し、湯煎調理、かつ冷凍真空パックの包装形態の誕生も、当時は画期的でした。

二つ目に味噌の味です。実はこの味噌は、愛知県向けとして開発された特別な味噌なのです。「子どもがさば銀の味噌でご飯を食べるから味噌だけ供給して欲しい!」、「味噌の量を増やして!」などの要望をいただく程、評価をいただいています。

三つ目は、アルミホイル巻きです。このことは、家庭の手作り感を演出でき、他の物資にはない特長です。

今年、財団設立六十周年（昭和三十年設立）を迎えた、節目の年です。再度原点に立ち戻り、この物資のように、より長く、より多くの方々にご喜んでもらえる物資の開発、供給を今後も心掛けてまいります。

最後になりましたが、「家庭でもさば銀が作れないか？」とお問い合わせをいただくことが多く、今回、製造者である(株)津田商店様（担当者 岩間氏）のご厚意により、家庭用レシピを特別に作成してもらいましたので、活用してください。家庭における、学校給食の話題の一助となることを期待しています。



さば銀紙焼レシピ（家庭用）

1. 原魚
2. 頭・内臓除去
3. 水洗い
4. 三枚おろし
5. 切り身（血合い処理をしっかりと!）
6. 加熱
 - ①圧力釜使用（約 35 分加圧）
 - ②蒸し器（骨の除去必要）
7. 放冷
8. 焼き（焼き目がつかない程度）
9. アルミホイルに乗せる
10. 調味液注入 ----->
11. アルミホイル巻き
12. 蒸し器で再加熱して完成

みそ調味液レシピ（4人前）

- | | |
|-----------|--------|
| ・合わせみそ | 大さじ2 |
| ・砂糖 | 大さじ1 ½ |
| ・みりん | 小さじ2 |
| ・上新粉（小麦粉） | 小さじ1 |
| ・水 | 大さじ1 |

1. 砂糖と上新粉（小麦粉）をよく混ぜる
2. 鍋に1とみそを入れ、よく混ぜる
3. 2にみりん、水を入れ、よく混ぜる
4. 弱火で焦げないように加熱する
5. とろみが出たら火を止めて冷ます

※家庭用向けレシピのため、製品と全く同じ味にはなりませんので予めご了承ください。
 ※インターネット等への投稿、掲示はご遠慮ください。（当財団HPには掲載します。）