



あいち給食だより

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 TEL. 0562-92-3161

わあーい給食だ

第
228
号

2017.10.1



もくじ

- 2-3 特集「学校給食献立コンクール」
- 4 みんなの声
- 5 シリーズ食育
- 6 新取扱物資の紹介
- 7 事業報告
- 8 献立紹介



給食の数だけ笑顔がふえる！ 蟹江町立蟹江中学校

平成 29 年度 学校給食献立コンクール及び栄養管理等研修会

平成29年度学校給食献立コンクールの本選及び栄養管理等研修会を7月31日（月）にウィルあいちにて、愛知県教育委員会と当財団の共催により開催しました。

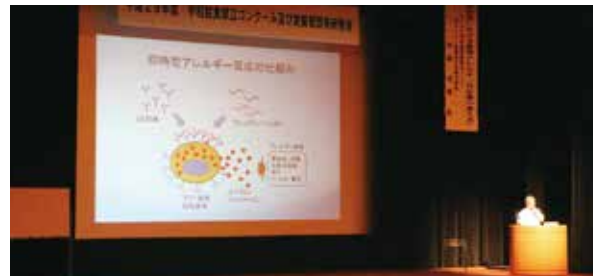
このコンクールは、栄養教諭・学校栄養職員を対象として、学校給食の献立作成力の向上と食事内容の充実を目的としており、『地場産物（愛知県産）を活用した魅力ある学校給食』をテーマに「愛知を食べる部門」「地元の旬を味わう部門」「郷土料理を楽しむ部門」の3部門で献立を募集したところ、総数256点もの応募がありました。本選には、書類審査により予選を通過した各部門5名の計15名が出場し、プレゼンテーション形式で審査が行われました。

会場には県内の栄養教諭・学校栄養職員333名が参加し、入選者のプレゼンテーションやポスターセッションを見学し、献立作成力の向上に努めていました。

また、栄養管理等研修会としてあいち小児保健医療総合センターの伊藤浩明先生をお招きし、「学校給食における食物アレルギー対応食の考え方」と題した講演を行いました。食物アレルギーの基礎知識や食品ごとのアレルゲンの知識、アナフィラキシーショックへの対応など、日常的な予防策と併せ、緊急時の対応についても講演いただきました。



入選者



栄養管理等研修会

コンクール本選結果

★愛知を食べる部門

最優秀賞

知立市立八ツ田小学校 栄養教諭 吉川 遥可
「ソフト麺、牛乳、なす入りミートソース、愛知野菜の骨太サラダ、ココア豆」

「給食の時間が子どもたちの笑顔であふれるように」という思いを一食の献立にぎゅっと詰め込みました。受賞したときは、喜びと共に、先輩方が作り上げてきた知立市の給食をさらに良くできるようと、身の引き締まる思いでした。



優秀賞

豊田市立朝日小学校 栄養教諭 北野 莉絵
「ごはん、牛乳、具だくさんみそ汁、手作りお茶かき揚げ、ゆかり和え」

佳作

津島市立神守中学校 栄養教諭 服部 るみ
「しらすしごはん、牛乳、愛知県産大豆と豆腐のフライ鉄火みそかけ、津島和え、五種汁、いちご」
西尾市立萩原小学校 栄養教諭 伊藤 学
「ごはん、牛乳、とり肉と大豆の八丁みそがらめ、キャベツとじゃこの塩昆布あえ、愛知の野菜かきたま汁」
西尾市立東幡豆小学校 栄養教諭 杉浦 聡恵
「ごはん、牛乳、鶏肉の大葉おろしソースかけ、キャベツときゅうりの梅和え、野菜たっぷり煮みそ汁」

★地元の旬を味わう部門

最優秀賞

東海市立明倫小学校 栄養教諭 堀端 千鶴
「ごはん、牛乳、ハンバーグのたま坊ソースかけ、ふきとじゃこのサラダ、赤ミソストローネ」

最優秀賞を頂けたことは、東海市や愛知県が豊かな食材に恵まれ、これらの食材の入った給食を喜んで食べてくれる子どもたちがいたお陰です。これからも、地場産物を活用した旬を味わう給食作りを心がけ、食育を進めていきたいと思ひます。



優秀賞

岡崎市立六ツ美南部小学校 栄養教諭 亀田 愛
「藤川のむらさき麦ごはん、牛乳、岡崎の野菜いっぱいかきたま汁、さばの八丁みそ煮、岡崎産大豆とひじきのぴり辛炒め、駒立町産巨峰」

佳作

稲沢市立稲沢東小学校 栄養教諭 服部 裕子
「お祭り丼、牛乳、れんこん厚揚げ、稲沢の味覚汁、大根葉あえ」

扶桑町立扶桑中学校 栄養教諭 福田 千尋
「ごはん、牛乳、カラフルスタミナ丼、モロヘイヤと卵のすまし汁、守口漬けの豆乳蒸しパン」

大治町立大治南小学校 栄養教諭 森田 咲紀
「ごはん、牛乳、手巻きごはんの具(はるちゃんふりかけ)、いかのかみかみ揚げ、冬瓜のカレー汁」

★郷土料理を楽しむ部門

最優秀賞

稲沢市立牧川小学校 栄養教諭 横井 明美
「かきまわし、牛乳、いなっピーかきあげ、きのこ汁、ヨーグルト」

この度は「郷土料理を楽しむ部門」において、最優秀賞を頂き光栄に存じます。周りの方々のお陰と心より感謝申し上げます。今後とも、子どもたちが地域の食文化に触れることができる学校給食を目指していきたいと思ひます。



優秀賞

安城市立今池小学校 栄養教諭 岡島 由香
「したじめし、牛乳、とうがんのかきたま汁、れんこんバーグの香りだれ、鬼まんじゅう」

佳作

一宮市立黒田小学校 栄養教諭 渡辺 瑞穂
「かきまわし、牛乳、つくね、切り干しだいこんのごま酢和え、すまし汁」

東浦町立石浜西小学校 栄養教諭 早川 恵子
「ごはん、牛乳、たこめしの具、鶏肉の南蛮焼き、八杯汁、ミックスマッツ」

設楽町立津具小学校 栄養教諭 山下 愛実
「ごはん、牛乳、にじますのゆかりあげ、煮酢あえ、そうめん汁」

本選出場された先生方の献立集については、11月頃、当財団HPに掲載する予定です。



給食の今と昔

名古屋市立豊臣小学校
PTA会長 田村 貴史

私は小・中学校で学校給食のお世話になりましたが、給食の思い出は、やはり小学校時代の方が多いと思います。人気があった食パンの端の取り合い、なぜかはやった牛乳の蓋集め、お代わりにもらったはずのパンが、数日後に机やランドセルの奥から出てきた…等、思い出すたび、笑みがこぼれてしまうエピソードがたくさんあります。

給食では、大好きな献立があれば、苦手な献立もありました。私が子どもの頃は、苦手な献立が出てきた時、給食時間内に食べることができず、給食後の掃除や休み時間になっても教室の隅っこで一人ぼつんと座って食べていた日がありました。今と違って、食が細い子や、どうしても苦手なものがある子のために、最初から量を減らして盛りつけてもらう「お減らし」という制度がなかったのです。しかし、わが子が通う小学校には、この制度があります。

この「お減らし」という制度、とてもいい制度だと思います。給食の時間は一日の学校生活の中でテンションが上がるいわゆる一大イベントです。楽しいはずの給食の時間が苦痛になってはいけません。食べる量には個人差があるので、量を調整することは理にかなっています。また、みんなが残さずに食べること残食を減らすことができます。その反面、「嫌いだから」とかダイエットを理由に量を減らしてもらう子も中にいると聞いたことがあります。食べられる量を食べないのは、午後からの勉強においては集中力が欠け、スポーツにおいてもけがをしやすくなり、成長期の子どもには良くないことだと思います。子どもたちには、自分の食べられる範囲内の量をしっかり食べてほしいと願っています。



広がれ おいしい笑顔

西尾市立福地南部小学校
調理員 牧 容子



「わぁ、いいにおい！今日の給食はなあに？」給食室の換気扇の下に集まってきて給食室からの風を、両手を広げて思いっきり感じている子どもたちがいます。だしの香りを「いいにおい」と、ともしあわせそうな顔をしています。私たちが、廊下を歩けば、子どもたちから「おなかすいたぁ」「今日も残さず食べたよぉ」「なすが苦手、残してごめんなさい…」「私のスープに人参の星とハートが3つも入っていたよ」「僕のスープには入ってなかった…」「抹茶トーストを作って」など、あちらこちらから声をかけてくれます。今年の夏はとても暑く、調理員全員が少しバテ気味だった夏休み前、「毎日暑いけど、がんばってね！」との1年生の子の言葉に一瞬暑さも忘れ、調理員みんなが思わず笑顔で「うん、がんばるね」と、元気をもらいました。

私が勤務しているのは、単独調理校です。毎日子どもたちの顔を見て給食を作っています。「給食は教育の一環」と言われている現在、学校の中に給食室があり、窓越しに給食を作っている様子が見られたり、においがしてきたり、話ができたりすることが、単独調理校のよさであり、「給食が生きた教材」となっていると感じる瞬間でもあります。

衛生面は厳しくなり、食物アレルギーをもつ子どもも増えてきていますが、安全・安心、そして、子どもたちが給食を通して苦手な食べ物を好きになってくれる「おいしい給食」作りをこれからもがんばりたいと思います。

給食で食育の基礎を、そして総合的な学習で実践へ



東浦町立石浜西小学校
栄養教諭
早川 恵子

はじめに

本校は、全児童数の約1/5がブラジル・フィリピン・ペルーなどの外国籍児童です。言葉や文化の異なる外国籍の子どもたちと日本の子どもたちが、一緒に明るく過ごしています。

多くの児童は給食を楽しく食べています。しかし、残さず食べることに苦痛を感じる児童や、極端な偏食傾向にある児童も少なくありません。

そこで、給食の時間を食育の基本とし、「食」に興味関心がもてるように、総合的な学習の時間を実践の場と考えました。

給食指導の基本方針

給食は、給食センターで衛生管理の徹底を図っていますが、同様に学校でも食中毒防止に努めることが大切です。そのため、給食当番の衛生チェックを必ず実施しています。給食当番が廊下に並び、担任のチェック(服装・手洗い・消毒・健康状態など)を受け、当番活動を開始します。

配食に関しては、自分の分は自分で食べるように指導をしています。個に応じた量は担任が加減します。少食や大食のないように努めます。また、苦手なものでも一口は食べるように声かけをします。

牛乳のモー週間・からっぽキャンペーン

「自分のものは自分で食べる」という意欲を高める手段として、「残菜調べ」を行っています。この活動が児童にとって親しみやすいように、「牛乳のモー週間」「からっぽキャンペーン」とネーミングしました。よいクラスにはお楽しみを設けました。それは、給食委員会の児童がチェックし、よければ学校内の食育コーナーの掲示板に、花の飾りを貼ることができるのです。その効果で、ほとんどのクラスが食べ残し0でした。



給食当番の衛生チェック



牛乳のモー週間



わくわくフリータイム:クッキー作り



わくわくフリータイム:活動のまとめ

しかし、まだまだ課題の残る児童も多く見られます。全員が完食できるようになるまでは、継続的な指導が必要です。

わくわくフリータイム(総合的な学習の時間)

わくわくフリータイムとは、探究的な学習を通して、自ら学ぶことを目標とする学習です。この時間では、子ども一人ひとりが、自分の興味関心に基づくテーマを設定して、学習活動を計画し、実習していきます。大きく2期に分け、Ⅰ期は活動を支える基礎講座で、Ⅱ期は個人追究の時間です。

その中の調理の活動を紹介します。Ⅰ期では、家庭科室の正しい使い方を学び、簡単な調理をすることで、服装・手洗い・材料の準備・実習・試食・片付けなど一連の動きを確認しました。Ⅱ期では、取り組みたい料理のレシピを作り、実習しました。時間や分量、材料費などのいくつかの条件を満たし、児童が実習した料理は、ホットケーキ、クッキー、パンケーキ、フルーツポンチ、ケーキの飾りつけ、やきそばなどでした。児童は自分で計画したものなので、やる気満々でした。授業が始まると同時に調理開始です。そして、完成を喜び、出来栄が多少悪くても、自分で作ったものは「とてもおいしい」と言って、笑顔の絶えない試食風景でした。

おわりに

給食の時間の様子を見ると、マナーの乱れ、極端な偏食など、改善すべき課題がまだ残されています。私たち栄養教諭は、担任と意思の疎通を図り、対処していきたいと思っています。そして、学校全体の学習活動の中で、児童が「食」に対して正しい知識を身に付け、生活に生かせるように、支援していきたいと考えています。

新取扱物資の紹介 『愛知の大豆入りナゲット』

当財団では、学校給食用物資の開発と品質向上に向けた方策を検討するため、学校給食関係者で構成される「物資開発検討委員会」を設置しています。

本委員会で開発された「開発物資」は、 unnecessaryな添加物を使用せず、価格、品質、アレルギー等を考慮し、さらに近年では地場産物を活用した物資の開発など現場ニーズが反映される仕組みにもなっています。

現在取り扱っている開発物資は表のとおりですが、随時配合を見直すことで学校給食の変化に対応するよう努めています。

今回は、平成28年度開発物資である「愛知の大豆入りナゲット」を紹介します。

「愛知の大豆入りナゲット」は物資開発検討委員会において度重なる協議の結果、平成29年2学期より取り扱うこととなりました。特に大豆の粒感や鶏肉の食感、風味を損なわない味付けを重要な点として協議をしてきました。

「愛知の大豆入りナゲット」の形状は大豆をイメージさせる豆型となっており、愛知県産大豆（品種：フクユタカ）を19.5%使用しているため大豆の食感、風味も充分に感じることができます。

大豆は、たんぱく質を多く含み、ビタミン類、ミネラル類、食物繊維に富んだ食品で、通常、畑にて作付けしますが愛知県内では大半が水田で作付けされています。

愛知県内では西三河地域を中心に加工に適した「フクユタカ」という品種が栽培されており、地元の食品製造業者や地域の加工グループにより豆腐や味噌・醤油などの調味料に加工され、販売されています。

全国の大豆の年間生産量は235,500tであり、愛知県内では

6,040tが生産されています。（平成28年度作物統計より）

全国的な国産大豆の主な用途としては、①豆腐（56%）、②納豆（17%）、③煮豆総菜（9%）、④味噌醤油（8%）の順に使用されています。（平成27年農林水産省HPより）

最後に「愛知の大豆入りナゲット」は製品自体に味付けがされているためソースを使用せずに喫食が可能ですが、お好みで定番のソースやケチャップ、マスタードのほか和風ソースでも美味しくいただけます。和風ソースのレシピ3種を掲載しますので和風献立作成の際にご活用下さいませようお願いします。

和風ソース3種のレシピ（1人分）

① 薬味ソース

ねぎ 4g、しょうが(チューブ) 0.2g、しょうゆ 2g、三温糖 2g、酢 1g、ごま油 0.4g

【作り方】①ねぎをみじん切りにする ②鍋に調味料を入れ、煮立たせ、ねぎとしょうがとごま油を加えて完成

② みそだれ

にんにく(チューブ) 0.2g、八丁みそ 3g、三温糖 3g、しょうゆ 1g、ごま油 1g、白いりごま 2g、水 4g

【作り方】①八丁みそを水で溶く ②①に調味料を入れ、煮立たせ、最後ににんにくと白いりごまを加えて完成

③ 変わりソース

中濃ソース 5g、たまねぎ 3g、三温糖 1g、しょうゆ 2g、酢 2g、菜種油 1g

【作り方】①たまねぎをみじん切りにする ②鍋に菜種油を入れて①を炒める ③②に調味料を加えて完成

開発物資一覧表

年度	品名	年度	品名
昭和49	スクールコロッケ	平成3	えびしゅうまい
	スクールハンバーグ(煮込み)	8	ヘルシーバー
	スクールハンバーグ(フライ)	10	パンキンハートコロッケ
	ミートボール	14	れんこんサンドフライ
50	しゅうまい	15	味付乾燥豆腐
	たきこみ五目	16	れんこんハンバーグ
53	たきこみわかめ	17	キャベツ入りメンチカツ
	小豆水煮缶	22	蒲郡みかんゼリー
54	ぎょうざ	23	愛知の五目厚焼卵
	いかフライ	23	米粉のコロッケ
	一口カツ	24	米粉のカレールウ
55	和風だしの素	24	愛知県産トマトゼリー
	中華風だしの素	25	米粉のホワイトルウ(小麦・乳抜き)
	洋風だしの素	26	レバー入りつくね(小麦抜き)
57	愛学給カレールウ	28	愛知の大豆入りナゲット
58	愛学給春巻		
	愛学給けんちんのだ		
59	愛学給ホワイトルウ		
62	スクールハンバーグ(バーガー)		
63	厚焼き卵		
			合計 35品目



調理前



調理後



事業報告

「親子食育料理講習会」を開催しました。

8月1日(火)に(公社)愛知県栄養士会との共催で、県内の小学生とその保護者を対象とした料理講習会を愛知県学校給食総合センターで開催しました。

今年は、野菜ソムリエの永井千春先生をお迎えし、「いろいろ野菜を楽しもう!」と題した講話と夏野菜をたっぷり使った3品(夏野菜カレー・じゃがいものケーキサラダ・スイカゼリー)を親子で調理しました。

参加した親子は、いろいろな野菜について学ぶとともに、楽しく調理に取り組み、夏休みのよい思い出になったようです。



親子食育料理講習会

「親子工場見学会」を開催しました。

学校給食で毎日飲んでいる牛乳について学習するため、8月10日(木)に県内の小学生とその保護者15組30名で愛知牧場と明治なるほどファクトリー愛知を訪ねました。

愛知牧場では、牛の乳搾り体験や飼育員から牛の一生の話など命の恵み、感謝の心を育むことができました。明治愛知工場では、製造ラインを見学し工場内の徹底した衛生管理や、牛乳の栄養、特性など体験を通じて楽しく学ぶことができました。



親子工場見学会

「食品検査技術講習会」を開催しました。

学校給食における衛生管理の知識と調理現場で活用できる検査技術を身に付けるため、栄養教諭・学校栄養職員を対象とした「食品検査技術講習会」を8月18日(金)に愛知県学校給食総合センターで開催しました。

食品中の異物検査をはじめ、手洗いや調理機器のATP拭き取り検査、ノロウイルスに対応した嘔吐物処理方法など調理場内で実践できる充実した内容に、参加した18名の栄養教諭・学校栄養職員にとって有意義な講習会となりました。



食品検査技術講習会

「地場産物料理講習会」を開催しました。

学校給食における地場産物の活用割合や県産使用食材の種類を増やすため、栄養教諭・学校栄養職員を対象とした「地場産物料理講習会」を8月23日(水)に愛知県学校給食総合センターで開催しました。

講師には、碧南市にある小伴天はなれ日本料理「一灯」店主の長田勇久氏をお迎えし、あいちの伝統野菜と伝統調味料を使用した調理実習と「食文化を支えてきた愛知の伝統野菜と伝統調味料」と題した講義を行いました。

参加された24名の栄養教諭・学校栄養職員からは、「伝統野菜のおいしさを体感でき、子どもたちに愛知の野菜について伝えていきたい」などの感想をいただきました。



☆地場産物料理献立☆☆

- ・天狗なすと縮緬かぼちゃとトットキ1号エリンギの鶏そぼろあんかけ
- ・四葉きゅうりとタコの粕酢ジュレかけ
- ・高野豆腐と椎茸、十六ささげの煮物
- ・豆腐と油揚げの赤だし

献立紹介



東郷町立東郷中学校
栄養教諭
畠田 奈実

献立名

麦ごはん・牛乳・愛知のいわしつみれ汁・
豚そぼろどんぶり・赤かぶあえ



主となる献立の作り方

〈愛知のいわしつみれ汁〉

いわしつみれ	25g
豆腐	18g
にんじん	10g
大根	20g
ねぎ	4g
こんにゃく	10g
ごぼう	10g
淡口しょうゆ	4g
がらスープ	4g
水	

調理手順

- ① にんじんと大根は4ミリちょう切りにする。ねぎは小口切り、ごぼうはさがぎにする。豆腐は食べやすい大きさのさいの目に切る。
- ② 鍋に炒め油をしき、こんにゃくとごぼうを軽く炒める。
- ③ 水を入れたらにんじんと大根を入れ、火が通ったらつみれと豆腐を入れる。
- ④ 淡口しょうゆとがらスープを入れて調味し、ねぎを入れたら軽く加熱する。

〈赤かぶあえ〉

はくさい	40g
赤かぶ漬け	3g
淡口しょうゆ	1g
三温糖	0.8g
米酢	0.4g

調理手順

- ① はくさいはざく切りにしておく。
- ② はくさいをさっとボイルし、流水にとる。
- ③ 淡口しょうゆ、砂糖、米酢を合わせたらよく攪拌し、ドレッシングをつくる。
- ④ 野菜と赤かぶ漬けとドレッシングをよく和える。



交流給食の様子

東郷町では年間を通じて、子どもたちに町の旬の食べ物を使った給食を提供しています。

昨年度は学校給食週間に合わせて地元の農家の方を給食に招待する交流給食を行いました。普段自分たちが食べているものを作ってくれている生産者の方とふれあうことで、子どもたちの感謝の心を育むことができたと感じています。農家さんへ送る手紙にも一生懸命に取り組んでおり、手紙からは「ねぎはにがてだけど、がんばって食べます」といったように、残さず食べようという意欲を持つきっかけとなった子どもが多くみられました。また、「だいこんを抜くとき、腰を痛めないでね」「だいこんが大好きだから、がんばってとってください」といったように、農家さんを労う思いやりのあるメッセージもみられました。また、農家さん自身も自分の育てた野菜が

使われた給食を食べて「おいしく調理されていてうれしい」と言ってくださり、学校給食への理解を深める機会にもなりました。

東郷町給食センターでは、地場産物を通じて地域と関わり合い、子どもたちが望ましい食習慣や食の知識を育めるよう、今後も地産地消活動をしていきたいと考えています。

VOICE

東郷町でとれる旬の野菜のことや、地産地消のメリットについて学校の校内放送で紹介しました。自分たちが住んでいる町の野菜の話を聞きながら、子どもたちは興味深そうに野菜を味わっていました。

献立名	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	食塩相当量 g
		総量 g	動物性 g							A μgRE	B1 mg	B2 mg	C mg		
麦ごはん	249	4.4	0.0	0.7	1	5	16	0.6	1.0	0	0.37	0.06	0	1.0	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
愛知のいわしつみれ汁	62	5.2	3.4	1.9	416	56	20	0.6	0.4	76	0.04	0.06	2	1.6	1.0
そぼろ丼ぶり	151	11.4	11.0	9.0	349	17	15	1.0	1.4	31	0.29	0.19	2	0.2	0.9
赤かぶあえ	11	0.4	0.0	0.0	98	18	5	0.1	0.1	3	0.01	0.01	9	0.6	0.3
合計	611	28.2	21.2	19.4	948	323	77	2.3	3.7	188	0.79	0.63	15	3.4	2.4

(1人分の栄養価)