



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

第
238
号

2020.5.1

わあーい給食だ



もくじ

- 2-3 特集 文部科学大臣表彰校の実践
- 4 新規取扱物資の紹介
- 5 シリーズ食育
- 6 令和2年度事業計画
- 7 令和2年度行事予定
- 8 献立紹介



上手にできるようになったよ
名古屋市立伊勝小学校

給食大好き！鷺っ子大作戦

— 主体的に食と関わる児童の活動を通して —

1 はじめに

本校では、食生活アンケートを行っています。朝食摂取率は、低学年99%、高学年88%でした。また、朝食における野菜の摂取率は学年が上がるごとに下がり、6年生では2割しかないことがわかりました。朝食摂取率の向上を目指すだけでなく、どんな食品を摂取すればよいかという指導も重要であると考えています。

そこで、「給食大好き！鷺っ子大作戦—主体的に食と関わる児童の活動を通して—」をテーマとして掲げました。給食を通して子どもたちが食と主体的に関わり、よりよい食生活を送ろうとする実感を伴った指導を行いました。

2 研究の重点努力目標と指導内容

「よりよい食生活を自ら選択する実践力を身につける」ことを食に関する重点努力目標としました。給食時や授業などでの各学年の食に関する指導においては、① 知ること（未知の知識の習得）、② 実感すること（自分に置き換え振り返る）、③ 体験すること（実習を通じた実践力）を念頭に置き、次の4つを具体的な指導として掲げ、全校体制で指導を行いました。

- (1) 給食委員会や給食当番を中心とした給食の配膳や片付けなどの指導や完食指導
- (2) 栄養教諭を中心に学校給食を教材とした食に関する指導
- (3) アンケートなどを活用した朝食を主とした食に関する指導
- (4) 地域講師や地元食材を活用した体験学習による指導

3 食に関する指導の実態

(1) 給食委員による活動

配膳室で、給食当番の服装チェックやコンテナから食器などを取り出し、積み込む補助を行っています。昼の放送では給食当番の服装の結果や献立メッセージを伝えています。

給食完食キャンペーン「ペロリンピック」を年3回実施しています。ポスター作り、昼の放送で完食の呼びかけを行い、全校児童の意欲を高めています。

また、給食委員会と保健委員会とで元気っ子委員会を立ち上げ、6月に食育集会を実施しました。集会では、食生活アンケートの結果を報告し、「ペロリンピック」の表彰を行いました。食や食に関わる人々に感謝の気持ちをもつことなどを食育劇で伝えました。

(2) 学校給食を教材とした食に関する指導

給食の時間や特別活動、家庭科の時間などに給食を教材とした食に関する指導を行っています。

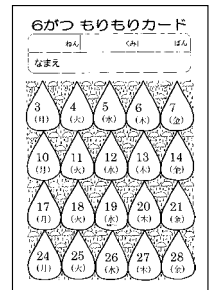
ア 第1学年

『給食がはじまるぞう』という紙芝居を見て、白衣の着方、配膳の仕方などのルールを学びました。マナーのクイズも行

いました。

給食の完食を目ざし、「もりもりカード」（資料1）を毎月配付しました。完食したらシールを貼ることで意欲を高めました。担任と情報を共有し、個々の完食指導に役立てました。一年間完食した児童には、「もりもり大賞」の賞状を渡しました。

国語の『サラダでげんき』のお話に出てくるサラダの材料を赤・黄・緑の3つのグループに分けました。バランスよく食べ、病気になる体をつくることを学びました。その日の給食にもサラダを出し、味わいました。



【資料1】もりもりカード



イ 第2学年

4月に給食センターに行き、働く人たちの服装や仕事、器具や機械などを見学しました。5月には、なぜ毎日の給食に牛乳が出てくるのかを考える場を設け、豊富な栄養素が含まれていることを学びました。

ウ 第3学年

5月下旬に給食の材料を赤・黄・緑の3つのグループに仲間分けし、それらを食べないとどうなるのかを健康と関わらせて話をしました。給食を残さず食べることの意義を考えました。

エ 第4学年

6月上旬に24時間時計を使い、一日の生活の中での食事の役割について考えました。「よりよく成長するための生活」の授業では、運動、休養、睡眠の大切さについて養護教諭が、給食の献立を教材に栄養と体の成長との関係について栄養教諭が話し、自分の生活を振り返らせました。その後一週間、個々で決めた「元気もりもりパワーアップ宣言」にチャレンジできたか記入し、お家の人からもメッセージをいただきました。



4年「よりよく成長するための生活」

〈Sさんの元気もりりパワーアップ宣言！〉

9時30分までにねる。バランスよく食べる。

〈自分の感想〉

一週間目標を達成できてよかった。お母さんがバランスのいい料理を出してくれたので、バランスよく食べることができた。この目標をいつも続けられるようにしたいです。

〈お家の人からのひとことメッセージ〉

目標を立てたおかげで意識して早く寝ることができました。ごはんもいつもしっかり食べることができました。これからも続けていってください。

オ 第5学年

7月上旬、給食は主食・主菜・副菜のバランスを考えてできていることを学び、実際の給食を参考にし、バランスのとれた食事を選択することが大切であることを伝えました。

カ 第6学年

6月中旬に家庭科の授業で「バランスのよい食事について考える」ことをテーマに学習しました。五大栄養素の働きについて学び、自身の食生活に生かせるようにしました。

(3) アンケートを活用した食に関する指導

食生活アンケートの結果から児童の実態を見つめました。給食を通して子どもたちが食と主体的に関わり、よりよい食生活を送ることができるようにしたいと考え、学級担任による食に関する授業を行いました。各学年の授業のテーマは次のとおりです。

1年生「あさごはん 食べたかな」

2年生「えいよういっぱいあさごはん」

3年生「朝ごはんの3色分け」

4年生「よりよく成長するための生活—元気もりりパワーアップ宣言—」

5年生「自分で選んで食べよう」

6年生「オリジナルメニューを考えよう」

(4) 地域講師や地元食材を活用した体験学習による指導

3年生では、地域講師による豆腐作りを行いました。碧南産大豆で作った豆腐の甘さと香りを実感することができました。5年生は、地域講師やJAと連携し、米作り体験を行いました。当たり前食べている米が、手間暇かけて作られていることを学びました。指導して下さった方を招き、感謝の会も開きました。6年生は、地域講師から地元の白醤油で作られたおでん

を濃口醤油のおでんと食べ比べながら、その特徴を学びました。その後、白醤油を使った「へきなんやきそば」をみんなで作りしました。碧南発祥の白醤油を誇る気持ちが芽生えました。



3年「豆腐作り」



5年「米作り体験感謝の会」



6年「白醤油体験学習」

4 研究の成果と課題

実践後のアンケートでは、朝食を食べてきた子が低学年で97.9%から98.6%、高学年で86.6%から88.1%に増えました。朝ごはん野菜を食べてきた子は低学年で29.8%から39.2%、高学年で26.2%から29.3%になり、わずかではありますが増加しました。

給食を生きた教材として、栄養教諭を中心とした学年に応じた取組や地域講師や地元食材を活用した食の指導を継続して行ってきました。この研究を通して、子どもの食に関する実態がよくわかりました。そして、その実態を踏まえて集会活動や授業実践をしていくことで、子どもたち自身が食と主体的に関わり、具体的な改善策を考えることができました。また、地元食材に興味をもち始め、生産などに関わる方々への感謝の気持ちも育むことができました。今後も子どもたちの実態に合った指導、食の関心が高まる指導を継続していくことが必要であると考えます。(文責:栄養教諭 加藤 博子)

新取扱物資の紹介 (公財) 愛知県学校給食会 一般物資

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」は不必要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。

【愛知ポークのウインナーの紹介】

今回は、平成30年度開発物資である「愛知ポークのウインナー」を紹介します。

「愛知ポークのウインナー」は本委員会にて度重なる協議の結果、令和元年度2学期から取り扱うこととなりました。100%愛知県産の豚肉を使用し、国産のにんじん、玉ねぎを合わせて、とても食べやすいよう仕上げました。

愛知県は豚の飼育が全国第9位の生産県で東三河を中心に

約35万頭が飼育されています。豚肉にはたんぱく質・脂質・ビタミン・ミネラルなど様々な栄養素が豊富に含まれ、特にビタミンB1は全食品の中でも飛び抜けて高く、疲労回復に適した食材になります。また、本製品は天然腸を使用していないウインナーのため、スプーンでも簡単に柔らかく食べることができますので、是非ご活用ください。

【さんま塩焼の紹介】

さんまの漁獲量は年々下降しており、昨年は前例のないほどの凶漁でありましたが、学校給食用として原料が確保できましたので、令和2年4月から取り扱いを開始します。

本製品は脂の乗ったさんまを焙焼し、更に高圧処理することで骨も柔らかく、カルシウムを一層摂取することができます。10食入りのボイルパックになっていますので、焼き調理ができない調理場におかれましても、焼いたさんま同様に召し上がっていただけます。

その他取扱物資については別表「令和2年度新規取扱物資」を参照していただき、献立作成の際にご活用ください。



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	ヘルシーバーグ
	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
53	たきこみわかめ	16	れんこんハンバーグ
	小豆水煮缶	17	キャベツ入りメンチカツ
54	ぎょうざ	22	蒲郡みかんゼリー
	いかフライ		愛知の五目厚焼卵
55	一口カツ	23	米粉のコロッケ
	和風だしの素	24	米粉のカレールウ
	中華風だしの素		愛知県産トマトゼリー
58	洋風だしの素	25	米粉のホワイトルウ(小麦・乳抜き)
	愛学給春巻	26	レバー入りつくね(小麦抜き)
62	愛学給けんちんのだ	28	愛知の大豆入りナゲット(小麦抜き)
	スクールハンバーグ(バーガー)	29	愛知しそ入り鶏春巻
63	厚焼き卵	30	愛知ポークのウインナー
		合計 34品目	

令和2年度新規取扱物資

常温物資	規格
★愛知県産さくらげ(スライス)	100g
★愛知県産ひきわり大豆	1kg
菌床しいたけ(スライス)	1kg

★印は県産食材使用物資

これまで委員会によって配合、栄養、味等を検討し開発されてきた物資は、当財団HPでご紹介しています。



<http://aigaku.org/kyoukyuu/ippann/1-kaihatu.html>

食材を意識した食育指導



愛知県立一宮特別支援学校
栄養教諭
鶴岡 歩未

はじめに

本校は肢体に不自由のある幼児児童生徒が通う特別支援学校で、幼稚部から高等部までの152名が在籍しています。敷地内には寄宿舎が併設されています。校内にある調理場では、約285食の給食と、寄宿舎の食事の調理を行っています。給食は摂食機能に応じて、愛知県で提示されている食形態段階表を参考に普通食を含めた7形態を提供しています。また、医療的ケアとして胃ろうを通して給食を注入している幼児児童生徒もいます。

給食献立

週に2～3回、魚を使用する献立にしています。納入業者の協力により、おいしい魚が手に入ることも理由の一つですが、家庭での魚離れが進んでいると感じ、たくさんの魚の味を知ってほしいという思いがあるからです。切り身だけではなく、じゃこつみれなどの練り物も取り入れています。卒業生のリクエスト給食には、うれしいことにホキのおろしかけ、かつおのフライ等が挙がってきます。

地場産物の活用

愛知西農業協同組合の協力で一宮・稲沢市産の野菜を月に1回使用しています。ほうれん草や白菜、ねぎやなすなど、学校の近くで収穫された野菜を使用し、その野菜を題材にした指導を行うことで子どもたちの食材への興味・関心が高まっています。

食に関する指導

子どもたちの実態に応じて献立の食材調べや調味料の匂い



を嗅いだりする指導を行っています。

昨年度からは特に魚を使った授業に取り組んでいます。絵パネルを使って、魚当てクイズや、特徴や名前の由来等を勉強しています。「魚を触ってみよう!!」として、生のアジと焼いたアジを触り、匂いや感触、身の色の変化の観察も行いました。そのあとは、スプーンを使って身をほぐし、骨の形を観察しました。普段の給食では骨なしの魚を使用しているため、「骨」というものがあることや、骨のある場所、固さ、鋭さに驚いていました。

また、「給食がおいしいひみつ」と題して、だしの授業を行いました。昆布・かつお・椎茸の3つのだしの匂いを嗅いで、だしとなる食材を触り、給食で使っているだしがどれかを考えました。重度の身体障害をもつ子どもたちも、口を動かしたり視線を動かしたりすることで自分の思いを伝えていました。

おわりに

子どもたちに『今日の給食はなに?』と献立を聞くと「魚!!」ではなく、「鰯の西京焼!!」と献立名で答えてくれるようになりました。また、みそ汁の中でも八丁味噌を使った日は、いつも以上に咀嚼が早かったり、笑顔になったりする姿を見ると、食材一つ一つに興味・関心をもってきていること、給食が子どもたちの楽しみであることが伝わってきます。

これからも、「自立」につながる食育を行い、卒業後の生活の中で、子どもたちの食がより豊かになるように、食の知識がコミュニケーションの一つの話題になるようにと願いを込めて指導をしていきたいと思えます。



食形態(中期II)



食形態(後期II)



魚当てクイズ



地場産物白菜の枚数調べ

公益財団法人愛知県学校給食会は、学校教育の一環として行われている学校給食の円滑な実施並びにその充実発展に努め、学校給食を通じて食育の推進を支援することにより、広く児童及び生徒の心身の健全な発達に寄与することを目的として活動しています。令和2年度の事業計画についてご案内します。

I 学校給食用物資の安定供給に関する事業

1 学校給食用物資の供給

主食をはじめ副食の材料を、安全・安心な学校給食用物資として全ての学校等に同一価格で供給するなど、今後も安定供給に努めていきます。

2 学校給食用物資の研究開発

外部有識者(校長、栄養教諭・学校栄養職員、市町村職員等関係者)を委員とする「物資供給事業委員会」において、ご意見等をいただきながら地産地消の推進に向けた取組や食物アレルギー対応物資の拡充など魅力ある学校給食を目指していきます。



II 学校給食用物資の安全確保と衛生管理に関する事業

1 学校給食用物資の検査

当財団が取扱っている物資は安全管理の徹底を図るため、仕入ごとに自主検査を実施していきます。また、「検査事業委員会」において外部の有識者の意見等をいただきながら、より適正な検査業務を実施していきます。

2 食品衛生管理支援

食品衛生管理の啓発を図るため、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」の開催や、学校給食現場からの各種問い合わせや相談に応じ、衛生管理業務の支援を行います。



III 学校給食の普及啓発と食育の推進に関する事業

1 普及啓発事業

愛知県教育委員会をはじめ、愛知県栄養教諭研究協議会や愛知県栄養士会等の学校給食関係団体と協力して学校給食における普及啓発事業を開催します。また、校長、栄養教諭、県教委職員を委員とする「普及啓発事業委員会」を開催し、各種事業を適正かつ円滑に遂行していきます。

2 食育推進支援事業

地産地消の推進と地場産物の知識を高めるため、栄養教諭・学校栄養職員や県民および県内の小中学生親子を対象とした事業等を開催し、学校給食献立の充実や食育活動の推進と支援を行います。



人事異動

退職(3月31日付)	事務局長兼総務課長 小林 勝彦
採用(4月1日付)	事務局長兼総務課長 稲葉 均

令和2年度 学校給食関係行事予定

開催日	行事名	場所	対象者	主催
5月20日	市町村教育委員会学校給食主管課長会議	県自治センター	市町村主管課長	県教育委員会
6月中旬	定時理事会	県学校給食総合センター	県給食会理事	県給食会
6月下旬	定時評議員会	県学校給食総合センター	県給食会評議員	県給食会
7月27日	学校給食衛生管理等研修会	ウィルあいち	栄養教諭・学校栄養職員	県教育委員会
7月27日	センター連協事務職員研修会	県学校給食総合センター	市町村調理員	センター連協
7月29日	親子食育料理教室	県学校給食総合センター	小学生と保護者	県栄養士会
7月30日～31日	全国栄養教諭・学校栄養職員研究大会	栃木県	栄養教諭・学校栄養職員	文部科学省他
8月3日～4日	センター連協衛生栄養講習会	県学校給食総合センター	市町村調理員	センター連協
8月4日	学校食育推進研修会	ウィルあいち	栄養教諭・学校栄養職員	県教育委員会
8月18日	愛知県栄養教諭研究大会	ウィルあいち	栄養教諭・学校栄養職員	栄養協
8月予定	パン製造技術講習会	中部パン技術センター	栄養教諭・学校栄養職員	パン協
10月23日	センター連協学校給食研究会	県学校給食総合センター	給食センター所長	センター連協
10月29日～30日	全国学校給食研究協議大会	熊本県	学校給食関係者	文部科学省他
11月1日	朝ごはんコンテスト	東海学園大学 名古屋キャンパス	小学生(小学部)5・6年生	県教育委員会
11月7日	親子食育体験教室 ～れんこん掘り体験とれんこん料理を作ろう～	愛西市	小学生と保護者	県給食会
11月予定	学校給食教室	県学校給食総合センター	保護者	県給食会
12月5日	親子料理講習会	県学校給食総合センター	小学4年～中学生と保護者	県給食会
12月25日	学校給食料理講習会	県学校給食総合センター	栄養教諭・学校栄養職員	県給食会
1月6日	食品検査技術講習会	県学校給食総合センター	栄養教諭・学校栄養職員	県給食会
1月20日	愛知県学校給食研究大会	ウィルあいち	学校給食関係者	県教育委員会 県給食会
3月上旬	親子パン作り体験教室	中部パン技術センター	県内親子	パン協
3月上旬	定時理事会	県学校給食総合センター	県給食会理事	県給食会
3月中旬	臨時評議員会	県学校給食総合センター	県給食会評議員	県給食会
3月下旬	学校給食フェアinあいち	県学校給食総合センター	児童生徒・保護者 一般の方	県給食会

(注)日程については予定です。今後はコロナウイルス禍による行事の中止や順延が予測されますので、各会の開催案内等によりご確認ください。

- 県教育委員会＝愛知県教育委員会 ●県給食会＝公益財団法人愛知県学校給食会
- センター連協＝愛知県学校給食センター連絡協議会
- 栄養協＝愛知県栄養教諭研究協議会 ●県栄養士会＝公益社団法人愛知県栄養士会
- パン協＝一般社団法人愛知県学校給食パン米飯協会



<http://www.aigaku.org>

献立紹介



稲沢市立平和中学校
栄養教諭
栗田 好子



献立名 【ギリシャ給食デー】
クロスロールパン・牛乳・エッグレモンスープ・
トマト入りミンチカツ・グreekサラダ・ギリシャヨーグルト



© Inazawa City いなっぴー

主な献立の作り方

〈エッグレモンスープ〉

材料(小学校 一人分)

鶏もも肉	10g	塩	0.8g
卵	25g	こしょう	0.01g
たまねぎ	20g	水	70g
にんじん	15g	オリーブ油	1g
ホールコーン缶	10g		
クリームコーン缶	20g		
ショートパスタ (クスクス)	5g		
パセリ	0.5g		
コンソメの素	2g		
しょうゆ	1g		
片栗粉	0.5g		
レモン果汁	0.5g		



調理手順

- ① 鶏肉は1.5cm角、たまねぎは薄切り、にんじんは千切りにする。
- ② 鍋にオリーブ油をひき、鶏肉を炒めた後、たまねぎ・にんじんを加えて軽く炒め、水を加えて煮る。
- ③ コンソメの素・ホールコーン・クリームコーンを入れる。
- ④ しょうゆとショートパスタを入れる。
- ⑤ 水で溶いた片栗粉を入れ、沸騰したら溶いた卵を流し入れる。
- ⑥ レモン果汁を加え、塩こしょうで味を調える。
- ⑦ みじん切りのパセリを入れて完成！

※レモン果汁を加えてからは、酸味が抜けないよう素早く仕上げるのがコツです。本場ではラム肉などで出し汁をとり、お米の形のショートパスタかお米でトロミをつけたリゾットに近いスープで、ギリシャの伝統的な料理です。卵のまろやかさとレモンの酸味が胃に優しく染み込んできます。

稲沢市は、1987年にギリシャ共和国のオリンピア市と姉妹都市提携を行いました。両市とも、紀元前にさかのぼる歴史をもつ古い都市で、多くの遺跡や文化財があること、古代オリンピック競技は裸で行われ稲沢市のはだか祭と共通する点があること、両市とも平和を願い非核平和都市宣言していることなどから、様々な交流を深めています。

昨年度は、ギリシャ共和国を相手国とする東京オリンピック・パラリンピックのホストタウンとして、オリンピック・パラリンピック開催に向けた機運を高めるために、小中学生にギリシャ共和国の文化に触れる機会が設けられました。その取組の一環の中で「ギリシャ給食デー」が6月4日に市内一斉で行われ、ギリシャ料理を味わう機会となりま

した。私たち栄養教諭にとってもギリシャ料理を通してギリシャについて学ぶよい機会となりました。また、平和中学校ではギリシャ大使を迎えて生徒と交流する機会を与えていただき、たいへん盛り上がりしました。

今年度は、これをきっかけに、各月に世界各国の料理を給食に取り入れ、紹介していく計画です。

VOICE

ギリシャ料理と言えば、たっぷりのオリーブオイルやトマトを使うことが多く、慣れないオリーブオイルの味に戸惑う生徒も見受けられましたが、ギリシャ料理に興味深く味わいながら食べていました。

献立名	栄養価 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 μg	B1 mg	B2 mg	C mg		
クロスロールパン	252	6.7	1.1	7.3	350	44	20	0.5	0.7	1	0.10	0.08	0	1.1	0.9
牛乳	138	6.8	6.8	7.8	84	227	21	0.0	0.8	80	0.08	0.31	2	0.0	0.2
エッグレモンスープ	115	6.8	5.1	3.4	818	27	17	0.9	0.8	123	0.04	0.12	2	1.9	2.1
トマト入りミンチカツ	144	5.0	5.0	8.6	210	16	0	0.8	0.0	14	0.05	0.05	0	0.0	0.6
グreekサラダ	48	1.8	1.1	2.7	261	51	9	0.1	0.3	22	0.01	0.04	14	0.9	0.6
ギリシャヨーグルト	64	7.7	7.7	0.0	0	111	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2
合計	761	34.8	26.8	29.8	1723	476	67	2.3	2.6	240	0.28	0.60	18	3.9	4.6

(1人分の栄養価)