



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
240
号

2020.10.1



もくじ

- 2-3 特集 愛知県学校食育研究・
実践推進モデル校事業の取組
- 4 みんなの声
- 5 シリーズ食育
- 6-7 物資供給事業
- 8 献立紹介



地元の市場の方による「魚のさばき方教室」
豊山町立新栄小学校

自ら考え、食の自立をめざす子の育成
～「食」でつながる学校と家庭～

犬山市立羽黒小学校

1 はじめに

全児童を対象に、5月に食に関する意識と行動についての「食育アンケート」を行いました。朝食、共食、栄養、噛むこと、衛生、食事のマナー、食事のお手伝い・調理の7つの項目について、それぞれ大切だと「思う・どちらかといえば思う」と肯定的な回答をした児童が、どの項目も90%以上で、食に関する意識が高いことが分かりました。しかし、この7つの項目についての「食に関する行動」と比べてみると、食事のマナーについて、正しい姿勢で食べられている児童が55.7%、食事の準備や後片付け、調理をすることについて、家で食事の準備や後片付けのお手伝いを、ほとんどしていない児童が13.3%、家で調理をほとんどしない児童が42.2%でした。他の項目についても、食に関する行動が低い傾向にあります。

このような結果から、羽黒小学校の児童は、食に関する意識は高いが、なかなか行動に移すことができていない姿があることが分かりました。そこで「自分の体について考え、健康に生活していくために、望ましい食生活を実践する力を養う必要がある」と考え、めざす子どもの姿を以下のように設定しました。

【めざす子どもの姿】

1. 食を大切に、自分の健康を考える子

基礎的・基本的な食に関する知識や技能を身に付けることで、健康な体づくりのために、自分に何ができるか考えることができる。

2. 望ましい食生活を実践できる子

学校や家庭で培った食に関する力を、日常の生活で継続的に実践できる。

2 仮説と手立て

仮説1：教育活動全体で食に関する指導に取り組むことで、食生活に必要な基礎的・基本的な知識や技能が身に付き、よりよい食生活をめざして実践することができるであろう。

仮説2：学校における食育推進の取組を家庭と連携することで、児童の食生活の改善が図られ、児童が家庭において、よりよい食生活をめざして実践することができるであろう。

(研究内容1)学校の教育活動における食育推進の取組

手立て①：給食の時間における食に関する指導の充実

手立て②：各教科、特別活動、総合的な学習の時間等における食に関する指導の工夫

手立て③：食育の関心を高める資料等の作成

(研究内容2)家庭との連携による食育推進の取組

手立て①：「めざせ！食育はくろっこ」の実施

手立て②：保護者に食育の啓発を図る催しの開催

手立て③：学校と家庭をつなぐ配付物等の工夫

3 実践内容

(研究内容1)手立て①

●栄養教諭が資料提供を行い、学級担任が継続的に給食指導を行える体制の構築

栄養教諭が5つの掲示資料と、それぞれの掲示資料の指導案を準備し、1週間交代でローテーションして、各学級で学級担任が指導を行う体制づくりをしました。配付された資料の内容を学級担任が週の初めに指導し、それ以降は掲示して声かけや見届けをします。5つの掲示資料にそれぞれ2種類の指導案を作成し、指導内容の参考になるよう学級担任に配付し、指導の負担軽減や、統一した指導ができるようにしました。



【食器の置き方、姿勢の指導】

●学級担任が食に関する指導を行う「食育チャレンジ」の実施

食育の日に合わせて、給食の時間に学級担任が行う食に関する指導「食育チャレンジ」を実施しました。クイズ形式になっており、児童は全問正解を目指して、クイズに答えます。クイズは全部で3問あり、「給食指導」「食に関する指導」「給食」の分野から出題します。



【研究内容1】手立て②

●「つなぐ食育」の実施

継続的な食に関する指導を行うために【食育をつないでいく】取組を行いました。2年生では、学級担任と栄養教諭による食に関するTT授業で「食べ物の働き」について学習した後に、地域の図書ボランティアの方に「食べ物の働き」についての本の読み聞かせをしてもらいました。食に関する意識が継続するよう、給食の時間に栄養教諭が訪問した際には、以前行ったTT授業の復習を行いました。また、食品会社の方を講師に招き、体のために好き嫌いをなく食べることが大切であることを授業で話してもらい、食に関する指導を継続的に行いました。



【研究内容1】手立て③

●食育の掲示・体験コーナーの新設

食育の掲示資料や、食育コーナーを新設して、食育を日常的に、身近に感じられる環境を整えました。



【研究内容2】手立て①

●「めざせ！食育はぐろっこ」の実施

家庭で食育に取り組む活動「めざせ！食育はぐろっこ」を行いました。毎月の食育の日に近い週末に、望ましい食生活を身に付けるために必要な20項目のチェックリストをクリアできるように、取り組みました。

めざせ！食育はぐろっこ チェックした日(月日) 学年 組 番号 名前

つぎのことがクリアできたら、口印をつけよう！

食育のテーマ 自ら考え、食の自立をめざす子の育成 ～「食」でつながる学校と家庭～

① 望ましい食生活に関するチェック		② 食の自立をめざし、チャレンジしよう！	
項目	レベル1	レベル2	
朝食	朝ごはんを食べた。	朝ごはんを食べた。	朝食を家族と一緒に食べた。
夕食	夕食を食べた。	夕食を食べた。	夕食を家族と一緒に食べた。
食事のマナー	食事の準備をした。	食事のマナーを守って食べた。	食事の間に、手をきれいに洗った。
手洗い	手洗いの習慣を身につけた。	手洗いの習慣を身につけた。	よく噛むことを意識して食べた。
調理	簡単な調理(米を炊く、野菜を切るなど)をした。	簡単な調理(米を炊く、野菜を切るなど)をした。	好きな食材を、好きずき食べた。
食卓	食卓で出されたものは、好き嫌いなく食べた。	食卓で出されたものは、好き嫌いなく食べた。	好きな食材(肉、魚、卵、野菜など)を使った料理を食べた。

〇の数 1-2年生は、12個

△の数 3-4年生は、14個

□の数 5-6年生は、16個

以上をめざそう！

【めざせ！食育はぐろっこ】

【研究内容2】手立て②

●給食試食会、食育講演会の実施



【研究内容2】手立て③

●「食育だより」の発行、HPの活用

「食育だより」を発行したり、HPに食に関する記事を多く掲載したりするなど、食に関する取組などを家庭に発信しました。

4 研究成果と課題

1月に、全児童を対象に「食育アンケート」を行いました。5月に実施した内容と全く同じものになります。以下のような改善がみられました。

【食事のマナー】

正しい姿勢で食べる児童: 55.7% → 60.6%

【食事の準備や後片付け、調理をすること】

家で食事の準備や後片付けのお手伝いを、ほとんどして

いない児童: 13.3% → 9.2%

家で調理をほとんどしない児童: 42.2% → 35.7%

給食の時間等に食に関する指導を継続的に行い、食育の関心を高める資料の作成などを行ったことで、児童が食を大切に、自分の健康を考えることができ、望ましい食生活の実践につながったと考えられます。また、「めざせ！食育はぐろっこ」の実施や、学校と家庭をつなぐ配付物等の工夫などを行ったことで、家庭での食育の推進を図ることができました。

しかし、一人一人に目を向けると、まだ課題が残る項目もあります。今まで以上に様々な活動や取組と食育をつなぎ、学校と家庭による継続的な食に関する指導を行っていき、食の自立をめざす児童を育てていきたいと思えます。

(文責: 栄養教諭 長屋 節弥)



給食の思い出

名古屋市立高木小学校
PTA 服部 祐介

私が小学生だったのはもう30年前のことになります。当時と変わったことも多いと思いますが、自分の頃は
どうだったかなと思いだしてみました。

給食の献立表を見ながら、好きなメニューの日は給食の時間が待ち遠しかったです。昼近くになるといい匂い
がしてくるのでワクワクしていました。これは今でも小学校の横を通ったりすると変わらないですね。一番好き
だったメニューはソフト麺。いろいろなおかずと一緒に出てきたような気がしますが、おかずがカレーの時は給
食皿いっぱいにくさ盛り付けてもらい、そこにソフト麺を入れるものですからお皿からあふれてしまい、先
生に注意された記憶があります。デザートで名古屋名物のういろうが出たような時も特別感があって嬉し
かったですね。

それから給食といえば毎日出る牛乳。牛乳があまっていると「おかわりじゃんけん」というものがありました。
もちろん私も参加していました。当時の牛乳瓶の紙のふた、中途半端に剥がれてしまいうまく開けられないこ
ともありましたが、きれいに開けたふたを洗って集めて「めんこ」にして遊んだ記憶もあります。今はそんなこ
とはないのでしょうか。

給食といえば楽しかったことばかりを思いだしますが、現在は新型コロナウイルスの影響で、みんなでワイ
ワイと給食を食べることができない状況だと聞いています。給食の楽しみが減ってしまい、子どもたちは本当に気
の毒だなと思います。小学3年生の息子に給食のことを聞くと、「机が離れているし、みんなとおしゃべりしな
がら給食を食べたい」と言っていました。先生方も調理員の方も、子どもたちの安全のために大変ご苦労をさ
れていることと思います。コロナが終息し、また子どもたちの活気あふれる給食の時間が戻ってくることを願
うばかりです。

給食を味わう 名古屋市立稲西小学校 6年 岩原 大和(いわはらやまと)

ぼくは、小学校に入学した時から、給食が大好きです。しかし、以前、名古屋市の給食は「質素」である、
人気メニューのエビフライやヒレカツ、デザート回数が昔より減っているというニュースを耳にしました。
ぼくにとって、衝撃的な事実でした。

けれど、ぼくは、毎日食べていた給食が「質素」であると感じたことはありませんでした。名古屋市の給食
費が他の都市に比べて安かったにも関わらず、ぼくがそう感じたのは、給食の献立を考えてくださる方々や、
調理員さんの努力のおかげだと思います。限られた予算の中で、ぼくたちに必要な栄養素を十分に取り入れ、
ボリュームを出す工夫をするのは大変だったのではないかと思います。

今年になって給食費が上がったので、今まで出ていないメニューが増えてきた気がします。ぼくの好きなエ
ビフライも出るようになりました。デザートも、週に数回食べられるようになりました。まだ見たことのない
メニューが出てくるのではないかと思います。毎日の給食が楽しみです。

また、調理員さんにはすごいところがあります。例えば、苦手なキノコが家で出ても、ぼくは食べません。け
れど、給食ではすんなり食べられるのです。調理員さんは、おいしく食べさせる不思議な力を持っているの
かなと思います。

ぼくの苦手なものもおいしく調理してくださる調理員さん、バランスのとれた献立を考えてくださる方々、
ありがとうございます。小学校で食べる給食は、今年で最後です。コロナでみんなとワイワイ食べることはで
きないけれど、その分味わって給食をいただきたいです。

連携を重視した食に関する指導



名古屋市立苗代小学校
栄養教諭
菅沼 妙子



はじめに

本校は児童数720名の大規模校で、学校の西側には「苗代ガーデン」という1282㎡の学級園を主とした広場があります。学年ごとに畑があるほか、約600㎡の水田では、5年生が総合的な学習の時間で「米作り」をしています。

5年生からは家庭科の学習が始まります。私は児童が将来、自立した食生活を送る力を身に付けてほしいと願っています。そこで、まずは家庭科の学習で調理の基礎的・基本的な知識や技能を身に付け、それらを日常生活に生かすことのできる児童を育てたいと考え、家庭科や総合的な学習の時間を関連させた食に関する指導を年間で計画し、実践しました。

担任と連携した食に関する指導

計画の段階では、担任との連携を意識しました。初めての調理実習に不安を抱く児童は多く、担任と話し合った結果、調理器具の取扱い方を重点的に指導することにしました。紙製包丁を使って包丁の運搬の仕方や使い方を説明する際は、栄養教諭が手本を見せ、担任が補足説明をするなど役割を分担することで、丁寧に教えることができました。事前実習に興味深く取り組む児童の姿から、調理実習に向けて自信がもてた様子でした。

調理実習は「一人一実習」で行い、技能の評価については栄養教諭が助言するなど、評価においても連携して取り組みました。

家庭や地域と連携した取り組み

調理実習で学んだことは家庭で生かしてこそ身に付くと考え、「オリジナルゆでサラダを作って家族をもてなそう!」と

いう課題を出しました。栄養や彩りを意識して野菜を選んだり、家族の好みのドレッシングを考えたりするなど、意欲的に調理計画を立てる児童の姿が見られました。家庭での実習後、ワークシートには「大変だったけど、家族に美味しいと言ってもらえてうれしかった」という児童の感想や「準備、調理、片付けまで全部一人でやり切り、成長を感じました」という家族からの感想がありました。さらに学級活動にて「N-1オリジナルゆでサラダグランプリ」という授業を行い、自分で考えたサラダのレシピを互いに見せ合い、材料や作り方を班で話し合う活動を行いました。その様子は給食だよりに掲載、保護者や他学年の児童にも知らせました。

総合的な学習の時間では、農業経験のある地域の方々と構成された「苗代ガーデンを応援する会」のご指導の下、6月に田植え、10月に稲刈りを行いました。約60kgの米（あいちのかおり）が収穫でき、その米でご飯を炊く調理実習を行いました。当日は会の方々と招待し、一緒にご飯が炊ける様子を観察したり、おにぎりを作って食べたりして、交流を深めるとともに、収穫した米を贈り、感謝の気持ちを伝えることができました。

おわりに

食に関する指導は栄養教諭だけでなく、担任や家庭、地域と連携してこそ、より良い指導が行えると実感しています。今後は5年生だけでなく、他学年の食に関する指導においても担任との連携を重視し、家庭や地域と一緒に取り組める活動を計画し、実践していきたいと思えます。



紙製包丁を使う様子



オリジナルゆでサラダを紹介する様子



田植え



ご飯を炊く調理実習



基本物資に係る地場産物の活用について

公益財団法人愛知県学校給食会（以下、当財団）では、安全良質なパン・米飯・めんの主食を県内全ての学校に同一価格で供給し、学校給食用物資の安定供給に努めるとともに、可能な限り愛知県で生産された原料を使用しています。




米飯に使用する学校給食用精米は、愛知県産の「あいちのかおりSBL」を主体として取り扱っており、平成12年度から100%愛知県産に切り替えて供給しています。また、パンに使用する小麦粉は、平成16年度から愛知県産の小麦粉を20%配合し、平成20年度には愛知県産小麦粉を100%使用した「愛知のツイストパン」の取扱いを開始しました。さらに、ソフトスパゲティ式めんを使用する小麦粉には、平成16年度から愛知県産の小麦粉を20%配合し、白玉うどん及びきしめんは、平成16年度に34%、平成29年度に68%、中華めん（ラーメン）には当初から50%配合しためんをお届けしていますが、小麦を原料とするパン、めんについては、様々な課題があり、その配合比率を引き上げることができずにいました。

その大きな理由の一つが、愛知県で生産される小麦の種類にありました。小麦は、表1のとおり、粒の硬さによって大きく3つに分類され、その用途も異なります。

現在、当財団が使用している愛知県産の小麦は、日本めん用に愛知県農業総合試験場で開発された「きぬあかり」という品種であり、分類上は軟質小麦とされています。本来、パンの製造には不向きな種類であるため、外国産の小麦と混合することで、大量生産に可能な品質を確保しています。愛知県で生産され流通する小麦の多くは、軟質小麦であり、近年もその傾向に変化はありませんでした。

もう一つの大きな理由は、安定的な原料の確保にありました。県産を含む国産の農作物は、年一作であることが多く、天候等の影響によっては、その収穫量が著しく低下すると必要量が確保できない恐れもあります。「きぬあかり」は、前述のとおり県内で広く生産されていることやパン、めんへの使用比率が低いこともあり、このような課題は発生しません

表1 小麦の種類と主な用途

分類 (粉の種類)	硬質小麦 (強力粉)	中間質・軟質小麦 (準強力粉) (中力粉)	軟質小麦 (薄力粉)
主な用途	パン (中華めん) ソフトめん 	うどん 	菓子類・てんぷら粉 

当財団で取り扱っている基本物資（主食）は、ホームページで紹介しています。



<http://www.aigaku.org/kyoukyuu/kihon/index.html>

でしたが、新品種である「ゆめあかり」の生産拡大には時間が必要でした。

このような状況の中、愛知県農業総合試験場が開発したパン・中華めん用の硬質小麦「ゆめあかり」が、平成26年に品種登録され、その活用が期待されました。その後、各関係先の協力のもと、学校給食への導入を目指して、平成26年から5年かけて製パンテストを行った結果、量産化の目途が立ちました。また、原料については、平成28年に愛知県の奨励品種に登録され、生産者・愛知県・JAグループが一体となって普及のための試験に取り組んだ結果、栽培技術が確立されたこと等によって、着実に生産面積が拡大されていきました。しかしながら、表2のとおり「きぬあかり」と同水準ではないため、各関係先と協議を重ね、学校給食専用の原料確保にご協力いただけることになりました。

そのため、学校給食関係者で構成される基本物資検討委員会（今年度から物資供給事業委員会に改編）に試作品を提示し、品種切替や配合変更を諮りました。外国産から県産に切り替えることで、供給価格の上昇も想定されましたが、順次導入していくことで賛同を得ました。また、パンと同様の小麦粉品質が求められるソフトめんや強力粉と中力粉の中間品質が求められる中華めんへの変更についても、同様に賛同を得ました。加えて、白玉うどん・きしめん用の小麦粉についても、外国産の配合分を愛知県産に切り替える予定です。これらの導入時期や配合内容については、表3のとおりです。今後につきましても、愛知で開発され、愛知で生産され、愛知で消費するオール愛知を目指して挑戦してまいりますので、献立へのご活用をぜひお願いいたします。

表2 JA あいち経済連による愛知県産小麦の中長期的生産計画

品種等		H29年度	H30年度	R元年度	R2年度	R3年度	R4年度
きぬあかり	面積	4,635	4,825	4,833	4,420	4,000~4,250	
	収量	21,298	18,958	26,546	19,004	18,440~19,592	
ゆめあかり	面積	51	170	402	950	1,200~1,500	
	収量	207	669	2,445	2,991	4,200~5,250	

※面積単位は ha、収量単位は t

※R元年度までは実績数値であり、R2年度以降は計画数値



県のシンボルマーク



収穫を迎える「ゆめあかり」

(資料・情報提供先: 愛知県農業水産局農政部 園芸農産課・JAあいち経済連)

表3 導入時期及び配給内容 (予定)

種類	配合比(小麦粉比)	導入時期
愛知のツイストパン	ゆめあかり 100%	令和3年4月~
白玉うどん・きしめん	きぬあかり 100%	
中華めん(ラーメン)	ゆめあかり 50% : きぬあかり 50%	
スライスパン他 ソフトスパゲティ式めん	ゆめあかり 50% : 外麦 50%	令和4年4月~

※スライスパン他には、米粉パン(小麦入り)、ナン(県産麦入り)を含みません。

◆おしらせ

今年度開催を予定していた以下の当財団主催事業につきましては、新型コロナウイルス感染防止のため中止とさせていただきます。

- 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)
- 11月17~20日 ……… 学校給食教室
- 12月5日 …………… 親子料理講習会(魚について学ぼう)
- 12月25日 …………… 学校給食料理講習会
- 1月6日 …………… 食品検査技術講習会
- 3月下旬 …………… 学校給食フェア in あいち



献立紹介



新城市立作手小学校
栄養教諭
松井 美里



献立名

ごはん・牛乳・いもと鶏肉の揚げ煮・合わせみそ汁



お世話になっている地域の方に感謝する会の様子

主な献立の作り方

〈いもと鶏肉の揚げ煮〉

材料(小学校 一人分)

鶏むね肉	35g	砂糖	5g
酒	適量	しょうゆ	6g
蒸し大豆	15g	みりん	1g
片栗粉	5g		
揚げ油	4g		
さといも	30g		
さつまいも	30g		
揚げ油	3g		
にんじん	20g		
さやいんげん	10g		



農家の方から頂いた八名丸さといもの親芋

調理手順

- ① さといも、さつまいもは一口大、にんじんはちょう切り、さやいんげんは3cm幅に切る。
- ② 大豆に片栗粉をまぶして170℃の油で揚げる。
- ③ さといもとさつまいもは、素揚げにする。
- ④ 鶏肉は酒をふり、片栗粉をまぶして175℃位の油で揚げる。
- ⑤ にんじん、さやいんげんは、それぞれゆでる。
- ⑥ 釜に調味料と少量の湯を加えて煮立て、揚げた鶏肉、さといも、さつまいも、大豆、ゆでたさやいんげん、にんじんを煮からめる。

新城市は愛知県内で2番目に広い市町村で豊かな緑に覆われた地です。平地の新城地域から標高の高い作手地域まであり、地域ごとの特色に合わせた農作物があります。作手地区では、“幻の米「ミネアサヒ」を毎回使用したり、鳳来地区では年に1度、“幻の和牛「鳳来牛」を使用したりと地元の農作物を知り、味わって欲しいという思いで給食を実施しています。

11月にはこの時期に収穫される食材を知り、味わい、地域の良さを知ってもらいたいという思いから「新城の秋を味わう給食の日」としています。毎年、新城市で採れた野菜と、特産品であいちの伝統野菜でもある八名丸さといもを使用した献立で実施しています。八名丸さといもは新城市の八名地区で初めて作られ、大きく丸い形をしていることから名付けられました。一般的な里芋に比べ形が丸く、軟らかく

もちりと粘り気があるのが特徴で、子どもたちも違いに驚くほどです。また、昨年度の1月の「学校給食週間」では市の農業課と協力し、JA愛知東で加工している「八名丸コロッケ」を提供し新城の新しい名物を知るよい機会となりました。

子どもたちには、地場産物を通して地域や生産者を知り、地域を大事にすることと食に対する感謝の心も学んでいてほしいと思っています。



甘辛い味つけでご飯によく合う大人気のメニューです。里芋が苦手な子も「八名丸さといもなら食べられる!」「外はカリッと中は軟らかくておいしい。」などと言って食べていました。さつまいもとの組み合わせで秋を味わっていました。

献立名	栄養価 エネルギー	たん白質		脂質	ナトリウム	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜鉛	ビタミン				食物繊維	食塩相当量
		総量	動物性							A	B1	B2	C		
白飯	251	4.2	4.2	0.6	0	3	16	0.6	0.9	0	0.22	0.02	0	0.3	0.0
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
いもと鶏肉の揚げ煮	243	12.4	8.5	9.3	363	42	45	1.0	0.8	133	0.07	0.08	6	3.2	0.9
合わせみそ汁	64	4.2	0.0	2.9	431	71	51	1.2	0.4	27	0.01	0.01	3	2.0	0.5
合計	696	27.6	19.5	20.6	878	343	133	2.8	2.9	240	0.38	0.42	11	5.5	1.6

(1人分の栄養価)