



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
245
号

2022.1.1

わあーい給食だ



もくじ

2-3 新年あいさつ

4-5 特集

あいちの味覚たっぷり！

わが家の愛であ朝ごはんコンテスト
優良賞

6 シリーズ食育

7 お知らせ

8 献立紹介



「再びトン汁を振る舞いたい!(令和元年度より)」

岡崎市立岩津中学校

年頭のごあいさつ

公益財団法人 愛知県学校給食会
理事長 茶谷 泰樹



あけましておめでとうございます。

私事になりますが、昨年、復刊により、久しく絶版の「土門拳 筑豊のこどもたち」を入手することができました。

撮影は1959年とありますから、この前の「壬寅（みづのえとら）」（1962年）から少し遡る頃の写真集となりますが、そのなかに、「弁当を持ってこない子」と題した、学校へ弁当を持ってこない子どもたちが教室で目のやり場に困って絵本を見ている様子を撮影した写真があり、改めて、この間の時の流れとともに、そのなかで学校給食の果たしてきた役割について思いを巡らせたところです。

申し上げるまでもなく、学校給食のありようは、学校給食法の制定、栄養教諭制度の創設や食育基本法の制定、更には今回のコロナ禍への対応など、時代の要請とともに変化してまいります。

そうしたなかで、それを支え続けてきたのは、学校給食現場でご尽力いただく関係職員を始めとする、実に多くの方々からなる、一つのチーム、システムであると感じています。

そのなかで、私ども学校給食会は、必ずしも目立つ存在ではないかもしれませんが、縁の下の力持ちのような立場で、「安心・安全な学校給食用物資の安定供給」についての重要な役割を担っていると認識しております。

今後とも、学校給食に携わる皆様方と連携しながら、その役割・責任をしっかりと果たしてまいりたいと考えておりますので、引き続きのご支援・ご協力を賜りますようお願い申し上げます。



新春を迎えて

愛知県知事
大村 秀章



あけましておめでとうございます。

昨年は、オール愛知で一丸となって、新型コロナウイルス感染症の「克服」に向けた取組を進めるとともに、ジブリパークの整備推進、愛知県新体育館、スタートアップ支援拠点「STATION Ai」の整備着手など、感染症克服後を見据え、愛知を「前進」させた1年となりました。

世界は、グローバル化の進展やそれに伴う感染症リスクの増大、デジタル技術の急速な発展など、加速度的な変化を遂げています。今後も、愛知が日本の成長エンジンとして、我が国の発展をリードしていくためには、変化に的確に対応し、イノベーションを巻き起こしていかなければなりません。

今年も、国内外の優れたスタートアップと地域のモノづくり企業とのオープンイノベーションにより、イノベーションが次々と創出される、愛知独自のスタートアップ・エコシステムの形成を促進し、海外先進地域との連携を深め、世界に例を見ないグローバルなイノベーション創出拠点の形成を目指します。

また、リニア開業を見据えた社会基盤整備、農林水産業の振興、教育、女性の活躍、医療・福祉、環境、雇用、多文化共生、防災・交通安全、東三河地域の振興など、県民の皆様の生活と社会福祉の向上にも取り組んでまいります。

今年7月には、国際芸術祭「あいち2022」を開催します。秋には、ジブリパークの「青春の丘エリア」「ジブリの大倉庫エリア」「どんどこ森エリア」が開業します。愛知の魅力を高める取組も着実に進めてまいります。

愛知県は今年、1872(明治5)年の誕生から150周年を迎えます。県民の皆様に、将来も愛知県に住み続けたいと思っただけのよう、全力で取り組んでまいりますので、一層のご理解とご支援をお願い申し上げます。

逆風を追い風に



愛知県教育委員会
教育長 長谷川 洋

明けましておめでとうございます。

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止の観点から、黙食が各学校の給食の時間で行われました。この黙食期間が一年以上続き、小学2年生までが給食の時間、互いに顔を合わせ、楽しく会話をしながら食べた経験がない、静かに食べるということが当たり前という事態となりました。給食放送では、心を落ち着けて黙食を行えるよう、静かな音楽を流す学校が多かったのではないのでしょうか。

そんな中、食育に熱心に取り組む学校では、逆風を追い風に変える取組が見られました。静かに食べるのではなく、味わって食べるという意識がもてるよう、できるだけ、毎日の給食のおいしさを給食放送で詳しく伝えるという取組です。他にも味わうことをさらに意識するように、「味わいカード」を作って、給食のおいしさを表現し、掲示板に貼って紹介するという取組もありました。「キャベツがシャキシャキしていて新鮮だった」「麦ごはんの麦がもちりしていて、白いご飯と違っておいしかった」「おろし納豆は、鯉節のだしの味がして食べやすかった」など、新たな発見に感動したコメントがたくさん見られました。

こうした取組は、給食を提供する人たちの姿を想像することにもつながります。それが、栄養教諭や学校栄養職員、調理員の皆さんであったり、食材を提供してくれた方、作り育ててくれた方であったりします。

黙食を「味わう機会」ととらえたこれらの取組のように、私たちは、今後も厳しい状況を工夫して乗り越え、前進していきたいと思えます。学校給食に携わる皆様におかれましては今年一年飛躍の年となることを願ひまして年頭のあいさつといたします。

子どもに寄り添った食育を目指して



愛知県栄養教諭研究協議会
会長 堀端 千鶴

明けましておめでとうございます。

昨年は新型コロナウイルス感染症について、感染防止対策を講じながら学校給食を実施してきました。教室では子どもたちが前向きで静かに食べる「黙食」が日常となっています。私たち栄養教諭・学校栄養職員は、子どもたちが自分の給食と向き合い、静かに食べている姿を見て、日々の給食が子どもたちにとって魅力的な給食であり、「生きた教材」としての価値があるものでなければならないという思いで給食作りを行っています。

昨年3月には、第4次愛知県食育推進計画「あいち食育いきいきプラン2025」が作成されました。このプランでは、学校全体で食育に取り組むため、学校給食を「生きた教材」として活用し、給食と各教科等を関連付けた指導計画を作成するとともに、食に関する指導の充実を図るよう示されました。また、感謝の心やおいしいと感じる味覚の育成や、会食の楽しさ等が実感できるようにすること、さらに、子どもの地産地消の理解と学校給食での地域食材の利用を促進することなども一緒に示され、これらの取組を進めています。

子どもたちの生活様式や健康課題が多様化している今、個々の子どもに寄り添った食育が必要になっています。子どもの未来を見据え、望ましい食習慣を形成し、継続していけるよう、学校や家庭・地域と連携をして、さらなる食育の推進に努めてまいります。

本年も一層の御支援を賜りますようお願い申し上げます。
(<http://www.aichi-ek.com/>)



あいちの味覚たっぷり! わが家の愛であ朝ごはんコンテスト優良賞

「あいちの味覚たっぷり! わが家の愛であ朝ごはんコンテスト」は、愛知県内の小学5・6年生を対象に愛知県教育委員会主催、公益財団法人愛知県学校給食会および東海学園大学の共催により毎年開催しています。

このコンテストは、地元の食材や郷土料理を取り入れながら、家族で朝ごはんの献立づくりに取り組み、家族の絆を深めることを目的とし、本年度も「地元の食材や郷土料理を取り入れた家族の愛を感じる愛であ朝ごはん」をテーマに募集しました。

本年度については新型コロナウイルス感染拡大防止のため、11月7日(日)に予定していた本選はやむなく中止となりましたが、10,219点の応募の中から予選(書類)審査において、優良賞10点と佳作90点の献立を選出しました。

優良賞 ※順不同



稲沢市立領内小学校 6年 安井 希空さん

「朝からニコニコ(^ ^)とろろごはん」

ニコニコとろろごはん、ほうれん草とベーコンのバターしょうゆいため、なすとピーマンの煮物、わが家のみそしる、キウイ

【アピールポイント】

「とろろごはん」の長芋は、体に優しい栄養素が詰まっています。家族の疲れた心と体が元気になってほしいので、みんなが笑顔になれるように願い、のりを使って「ニコニコとろろごはん」を作りました。



瀬戸市立西陵小学校 6年 塩谷 優月さん

「朝ごはんて縁日」

五平もち玉せん、瀬戸豚サラダ、ほうれんそうとうふのおひたし、巨ほうとなしのフルーツあめ風、ヨーグルトのかき氷

【アピールポイント】

家でもお祭り気分になれるように、屋台に並んでいる食べ物を愛知県の食材や郷土料理を沢山使って作りました。玉せんは、おせんべいの代わりに薄い五平餅にしました。



春日井市立小野小学校 6年 太田 夕葵さん

「朝の元気アップ! ごはん」

たきこみごはんのおいなり、ふんわり甘酒卵焼き、きゅうりのさっぱりはちみつレモンづけ、サボテンサラダのヨーグルトソースあえ、玉ねぎとかぼちゃのほっこりみそ汁、トマトと甘酒のスムージー

【アピールポイント】

甘酒を使うことで卵焼きとスムージーが、砂糖とは違うやさしい甘さになっています。すっぱいサボテンは、「ヨーグルトソース」でおいしく食べられるように考えました。おいなりの皮につめた、たきこみごはんは圧力鍋で炊き時間を短縮しました。



豊明市立三崎小学校 6年 服部 隼士さん

「桶狭間の戦いへ出陣朝ご飯」

なんちゃってうな井〜湯漬け風〜、切り干し大根のサラダ、豆腐もち

【アピールポイント】

地元の豊明市で有名な桶狭間の戦いで、織田信長が食べたのではないかと朝ごはんを考えました。丼ぶりとして食べた後、だしをかけて湯漬け風を楽しむことができます。



清須市立春日小学校 5年 星野 心春さん

「ご近所さんに感謝！とれたて野菜の朝ごはん」

ほしえびとえだまめのおにぎり、宮重大根ステーキチーズのせ、土田かぼちゃとにんじんのしりしり、おくらと冬がんの味噌汁

【アピールポイント】

朝は身支度で忙しいので、調理時間を短縮するために圧力なべを使用して大根をやわらかくしました。また、早く食べられるようにおにぎりにしました。



弥富市立日の出小学校 5年 宮崎 奏太さん

「栄養満点！愛知のめぐみ」

「炭水化物の皿」鬼まんスコーン、西尾抹茶スコーン、「たんぱく質の皿」うなぎスクランブル、ちくわチーズ枝豆、「ビタミン・ミネラルの皿」プチトマト甘酢、ナスのカポナータ、ミックスサラダ、「愛知のスープ」あさり、しらす、キャベツ、トマト等愛知の代表食材

【アピールポイント】

鬼まんじゅうをモチーフにしたスコーンと、愛知の野菜を入れたスープがアピールポイントです。



東海市立大田小学校 6年 稲葉 昊輝さん

「愛情たっぷり！！郷土料理にLet's Try」

おにぎり風ふきそばろ箱ずし、厚あげのトマトチーズみそ田楽、とうがんの皮でECOきんぴら、うまみたっぷり！簡単とうがん汁

【アピールポイント】

郷土料理である箱ずしを朝ごはんらしく、のりを巻いておにぎり風にしました。冬瓜の皮やツナ缶の油を捨てずに料理に使用しました。味噌田楽は、トマトとチーズをのせることで、弟でも食べやすいようにしました。



武豊町立武豊小学校 5年 石川 結登さん

「地元愛知を食べてくせ！朝からしっかり25種！！色どりあざやか朝ごはん!!!」

①さつま芋入りおこわ、②ハゼのミックスナッツ和え、③愛知のシソ入り卵焼き、④夏野菜のみそしる、⑤アオリイカとワカメの酢の物、⑥オクラのゴマ和え、⑦ハマグリのおつくだに、⑧リンゴとキウイ入りヨーグルト

【アピールポイント】

ハゼは、自分で釣って自分でさばいた物を使用しました。新鮮な食材を多く使い、それぞれの味を活かせるように味付けを工夫しました。



豊田市立小原中部小学校 6年 田口 綾夏さん

「元気モリモリ地元愛でパワーアップ↑」

コロコロ3色おにぎり、カップオムレツ、夏野菜のみそ汁、ピーマンの甘辛いため、かぼちゃの煮物、ブルーベリーヨーグルト、梅ジュース

【アピールポイント】

忙しい朝にお椀やカップを使って時間短縮で作れます。おばあちゃん（西尾市）と近所の方からいただいた野菜などをたっぷり使いました。元気モリモリになれる朝ごはんです。



蒲郡市立中央小学校 6年 辻 康太さん

「超！腸！元気セット」

大葉の焼きおにぎり、あさりときのこのどっさり汁、モロヘイヤのねばーるあえ、蒲郡みかんヨーグルト

【アピールポイント】

全ての料理に愛知県の食材や、お腹の調子を整える効果がある食材(ごま油、きのこ類、こんにゃく、納豆、ヨーグルト)が入っています。ジャムは、自慢の蒲郡みかんを皮ごと使いました。

健康な心と体を育てる「おいしい食育」 ～「親善大使」と歩んだUMEMOG2020～



名古屋市立平針南小学校
栄養教諭
今井 愛理



はじめに

児童に、味やにおい、食感などの様々な観点から「おいしさ」を感じ、味わって食べてほしい。また、一緒に食べている人に感想を伝えたり、共感したりすることで、より一層「おいしさ」を感じられる「共食」の良さも感じてほしい。食文化やマナーについても興味をもち、食を通して豊かな心を育ててほしい…そのような願いから「TOKYO2020」オリンピックの開催に合わせ、食のオリンピック「UMEMOG2020」を開催しました。

我ら！UMEMOG2020 親善大使 ～給食小咄LIVE～

コロナ禍だからこそ給食を楽しんで、味わって食べてほしいという思いから、給食時間のビデオ放送を活用した「我ら！UMEMOG2020親善大使～給食小咄LIVE～」を給食委員会が企画し、行いました。給食委員会の児童を「UMEMOG2020親善大使」に任命し(以下親善大使)、親善大使が自ら調べて考えたその日の給食に登場している食材の栄養や豆知識、マナー、



小咄LIVEを視聴する様子

食文化についての知識を放送するものです。視聴している児童は、小咄に登場した食材を探したり、箸の持ち方について楽しんで確認したりする様子が見られました。

いいね！調べて作って世界の料理～umestagramver.2～

全校児童に「TOKYO2020」オリンピックの開催に合わせ、世界各国の料理に親しんでもらおうと、親善大使が様々な国の料理や食文化、そして紹介したい料理のレシピを調べました。その内容を掲示板に貼り出し、料理のレシピは全校児童が自由に家庭へ持ち帰り家庭で調理することができるようにしました。親善大使は、「タイ料理は辛い食べ物ばかりではないと知って欲しかったから、この料理を紹介します」、「バジル

の良い香りが、食べているうちに、匂ってきてボリュームもあり、お腹いっぱいになりました」と、全校児童への思いや、自らが作って見た感想も含めて一生懸命に取り組んでいました。

レシピを持ち帰った児童は、「マカロニがなかったのでじゃがいもで作ってみました」、「パチパチあげているところがきれいでした」、「いつも食べているハンバーガーよりおいしく感じました」など、家庭で各国の料理や食文化に親しみ、味わった感想や作ったときの工夫や感想を「umeeookpadのつくれば」として写真やイラストとともに記していました。



児童が紹介した料理の一部

おわりに

1年間を通して、給食委員会を活用して全校を巻き込んだ食に関する指導を行ってきました。味わって食べ、その感想に共感することで、身も心も満たされます。そのための食習慣の形成や味わって食べることの習慣付けは、一朝一夕にはいきませんでした。味わって食べることができ環境や、そのきっかけを児童に与え続け、食を通して児童の幸せや笑顔を引き出すことのできる取り組みをしていきたいと思えます。

お知らせ

学校給食用の基本物資における県産原料の使用について

公益財団法人愛知県学校給食会(以下「財団」という。)では、安心・安全な学校給食用の基本物資(パン、米飯、めん)の安定的な供給に努めるとともに、できる限り県産原料を使用することとしています。

このうち、米飯に関しては、「あいちのかおり」を中心に県産米を100%使用しています。

また、小麦粉に関しては、愛知県農業総合試験場が開発した日本産に適した軟質小麦「きぬあかり」及びパン・中華麺に適した硬質小麦「ゆめあかり」の使用を推進しており、これまでに、麺の配合を、白玉うどん・きしめんは「きぬあかり」100%、中華めんは「ゆめあかり」50%・「きぬあかり」50%とし、パンについても、「愛知のツイストパン」を「ゆめあかり」100%としています。

さらに、来年度からは、上記以外のパンやソフトスパゲティ式めんについても「ゆめあかり」を50%配合することとしており、順次、小麦の生産量等を踏まえながら、その配合比率を高めていきたいと考えています。

そうしたなか、昨年10月には、大村愛知県知事に「ゆめあかり」100%配合の「愛知のツイストパン」を試食していただく機会があり、その際、知事からは、「子どもが地元産の小麦で作ったパンを食べて、小さいころから慣れ親しむのは良いこと」とのコメントをいただきました。

引き続き、生産者を始めとする関係の皆様方と連携して県産原料の使用の推進に努めるとともに、安心・安全な学校給食用物資の安定供給に取り組んでまいります。



「愛知のツイストパン」を試食される大村知事

ご存じですか？学校給食用パン

学校給食用パンについては、文部科学省から下記のとおり「学校給食用パンの配合比率の運用方針」が示されており、財団がお届けするパンは、基本的に、この運用方針を踏まえ、さらには給食現場のご意見や学校給食用栄養摂取基準の改定なども参考にしながら、配合を決めています。

学校給食用パンの配合比率基準の運用方針 (対粉率)

材 料 名	配合比率基準(%)	配合比率の運用範囲	
		基準パン(%)	多様化パン(%)
小麦粉	100	100	100
脱脂粉乳	3.5	3～4	2～6
砂糖類	3.5	2～5	10以下
ショートニング	3.5	6以下	8以下
イースト	2.5	2～3	2.5～3.5
食塩	2	2以下	2以下

注) 1. 多様化パンとは、基準パン(コッペパン、食パン)以外のパンで、地域において学校給食の食事内容の多様化を図るため特別に加工されたパンを言う。

2. 良品質のパンを製造する上で必要がある場合には、酸化剤(ビタミンC等)及びイーストフードを選択し使用することができる。

このため、一般的な市販のパンと比較して砂糖や油脂の比率は抑えられ、 unnecessaryな添加物(保存料等)も使用していません。これにより、学校給食用のパンは素朴で優しい味わいが特徴となっており、小麦粉の甘味がよく感じられるとの声も寄せられています。

財団では、学校給食の主食となるパンを15種類用意しています。いろいろなおかずと組み合わせておいしく食していただけたと思いますので、献立への活用を是非お願いします



受賞おめでとうございます!!

令和3年度文部科学大臣学校給食表彰(愛知県内)

東海市立明倫小学校

文部科学省は、学校給食の普及と充実を図るため、その実施に関して優秀な成果をあげた学校及び共同調理場に対して「学校給食優良学校等」として表彰しています。

献立紹介



豊山町立豊山中学校
栄養教諭
近藤 睦

献立名

かきまわし・牛乳・根菜汁
さばの八丁みそ煮・みかん



地空人くん
豊山町マスコットキャラクター

主となる献立の作り方

材料(小学校 一人分)

〈かきまわし〉

鶏肉	20g	しょうゆ(濃口)	2.5g
ちくわ	10g	しょうゆ(うす口)	2.5g
油揚げ	3g	砂糖	2g
にんじん	20g	みりん	1.2g
たけのこ	10g	油	0.5g
干しいたけ	1g		
だし汁	20g		
酒	0.6g		

調理手順

- ① 鶏肉は小さく切る。にんじん、たけのこは細切りする。ちくわは、2～3ミリ程度の輪切りにする。干しいたけは、戻しておく。油揚げは、2～3ミリ程度の細切りにし、湯通しする。
- ② 鍋に油をひき、鶏肉を炒めた後、にんじん、たけのこを炒める。
- ③ だし汁を入れて一煮立ちしたら、干しいたけ、油揚げ、ちくわ、調味料を入れて煮る。汁気は少し残して仕上げる。
- ④ 学校で、③をごはんに混ぜて食べる。

豊山町は愛知県で一番面積が小さな町です。現在はその三分の一近くを名古屋空港の敷地で占めていますが、昔は各家庭で鶏を飼ったり、田んぼや畑でお米や大根、冬瓜などを栽培したりしていました。この地域で昔から食べられている料理の一つに「かきまわし」があります。「かきまわし」は、混ぜご飯のことで「かきまし」とも呼ばれています。鶏肉やにんじん、油揚げなどの具材を甘辛く煮込み、炊き上がったごはんとかき混ぜてつくることから、この呼び名がついたと言われています。「かきまわし」は栄養もあり、簡単にたくさんつくることができるので、町の寄り合いなど、大勢の人が集まる時に食べたり、また農作業の忙しい時期に、田んぼや畑に持っていき、お昼ご飯に食べたりしていました。

豊山町では、全国学校給食週間には必ず「かきまわし」を提供しています。そして、名前の由来や、その料理ができた背景などについても知らせています。

ライフスタイルの多様化や食環境の変化により、日常的に食べ継がれてきた地域の郷土料理が、家庭の食卓に上ることが減少している現代ですが、地域の料理を給食を通し

て味わうことで、地域の食文化や郷土料理に関心をもってもらいたいと思っています。



授業風景

VOICE

甘辛い味でつくります。学校ではごはんとかき混ぜた時に、味がしっかり馴染むよう、汁気を少し多めに残して仕上げました。小さい頃から慣れ親しんだ味を、再現できるよう、意識してつくりました。

献立名	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	食塩相当量 g
		総量 g	動物性 g							A μg	B1 mg	B2 mg	C mg		
かきまわし	457	12.8	5.3	5.4	408	27	40	1.3	1.8	152	0.48	0.12	3	1.3	1
牛乳	138	6.8	6.8	7.8	84	227	21	0.0	0.8	80	0.08	0.31	2	0	0.2
根菜汁	80	8.1	5.3	1.9	332	46	54	0.9	0.7	79	0.17	0.09	6	2	0.7
さばの八丁みそ煮	130	10.6	9.2	6.8	312	84	21	1.2	0.7	15	0.01	0.15	0	0.5	0.8
みかん	39	0.6	0	0.1	1	18	9	0.2	0.1	143	0.08	0.03	27	0.8	0
合計	844	38.9	26.6	22	1137	402	145	3.6	4.1	469	0.82	0.7	38	4.6	2.7

(1人分の栄養価)