



# あいち 給食だより

第218号  
平成27年5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/>



## 非常食体験の日「食することは幸せなこと」 ～水で作ったご飯とカレー、冷たいけれどおいしいよ～

写真 常滑市立常滑東小学校



愛知県教育委員会健康学習課  
課長 鈴木 裕

### 学校給食における地場産物の活用

学校給食に地域の農産物等を使用することで、地場産物への理解を深めるとともに、地域に伝わる食文化や食の加工技術に触れ、より豊かな食生活を営もうとする意欲を促すことができます。

そこで、あいち食育いきいきプラン2015（第2次愛知県食育推進計画）では、「学校給食において地域の産物を活用する割合」を平成二十七年までに四十五%以上とする目標を掲げています。しかし、平成二十六年度の調査では四十・七%となっており、計画の基準年である平成二十二年度の三十七%から伸び悩んでいます。

学校給食での地場産物の活用に当たっては、使用量が確保できないこと、規格・サイズが合わないこと、価格が高いことなどの課題が指摘されています。一方で、市町村での学校給食物資の調達状況を見ると、地元の産物を地場産物として捉えられていることも多く、県内産の食品を広く県内全域から調達する仕組みにはなっていないという実態もあります。

そこで、県教育委員会では、県内全域からの調達を促進するため、市町村での学校給食用物資の調達状況と、県内の青果物及び漁獲物の出荷状況を食品別・月別に調査し、各市町村教育委員会へ情報提供しました。

今後、これらを活用するなどした各市町村での取組について調査・分析し、地場産物の活用促進に有効な対策を検討していきたいと考えています。

引き続き各市町村教育委員会、給食調理場、学校での積極的な取組をお願いします。



## 平成27年度 学校給食関係主要行事予定

開催日	行事名	場所	対象者	主催
4月24日	センター連協総会	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
5月20日	市町村教育委員会学校給食主管課長会議	県自治研修所	市町村主管課長	県教育委員会
5月26日	栄養協研修会・総会	ウィルあいち	栄養教諭 学校栄養職員	栄養協
6月5日	東海北陸近畿ブロック学校給食研究協議会	和歌山県	学校給食関係者	県教育委員会 県給食会
6月中旬	定時理事会	ルブラ王山	県給食会理事	県給食会
6月下旬	定時評議員会	ルブラ王山	県給食会理事	県給食会
6月20日 ～21日	食育推進全国大会	東京都墨田区	食育関係者	内閣府 長野県
7月21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	市町村事務職員	センター連協
7月23日	栄養教諭・学校栄養職員衛生管理研修会	ウィルあいち	栄養教諭 学校栄養職員	県教育委員会 県給食会
7月22日 ～24日	センター連協調理員技術講習会	県学校給食総合センター	市町村調理員	センター連協 県給食会
7月27日 ～28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
7月29日 ～30日	全国栄養教諭・学校栄養職員研究大会	徳島県	栄養教諭 学校栄養職員	文部科学省他
8月3日	学校給食献立コンクール	ウィルあいち	栄養教諭 学校栄養職員	県教育委員会 県給食会
8月6日 ～7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 県教育委員会
8月7日	親子料理講習会	県学校給食総合センター	小学生と保護者	県栄養士会 県給食会
8月中旬	親子工場見学会 ～うずら卵のルーツを探ろう～	豊橋市ほか	小学生と保護者	県給食会
8月21日	栄養協研究大会	ウィルあいち	栄養教諭 学校栄養職員	栄養協
8月25日	学校給食調理員等衛生管理研修会	豊田市民文化会館	市町村調理員等	県教育委員会 県給食会
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月下旬	親子食育体験教室	愛西市	小学生と保護者	県給食会
11月11日 12日 18日 19日	学校給食教室	県学校給食総合センター	保護者	県給食会
11月5日 ～6日	全国学校給食研究協議大会	高知県	学校給食関係者	文部科学省他
11月22日	朝ごはんコンテスト	愛知みずほ大学短期大学部	小学生(小学部) 5・6年生	県教育委員会 県給食会
12月25日	愛知の郷土料理講習会	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 県教育委員会 栄養協
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月中旬	定時理事会	ルブラ王山	県給食会理事	県給食会

(注) 日程については予定です。  
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・学校栄養職員研究協議会
- ・県栄養士会＝公益社団法人愛知県栄養士会



### 「ありがとう」のいろいろ

名古屋市立藤森中学校

校長 竹石 雅幸

名古屋市立中学校では、平成十年からスクールランチが全校で実施されています。生徒はAとDの複数のメニューから選択します。AとBはランチルーム、CとDは教室で食べるメニューになります。この制度は、食生活を自主的に管理する能力を育てることを目的としており、いずれ

のメニューも成長期に必要な栄養を摂取できるよう配慮されています。本校のランチルームは、増築により約200席で5学級が利用できる規模で開設されました。現在では一週間で交替で一学年5学級がランチルームで会食しています。

ちなみに、今日は一年生162名がルームを利用する日です。メニューAはビーフカツの野菜ソースかけ、Bはポークカレーとなっています。やはりカレーに人気があり、124名が予約しています。また、学校全体のスクールランチ利用率を見ると87%となっており、今日のメニューの人气がうかがわれます。

これは、おいしいスクールランチを目指して、長年に渡りスクールランチの運営方法、献立の検討と開発等の工夫改善に取り組んできた成果

と考えています。

卒業式を間近にしたある日、三年生の廊下を歩いていると、173名の「ありがとうメッセージ」が掲示されていました。友達や先生、机や椅子、野球のグローブやテニスのラケット、そして、業務士やスクールランチの職員に、生徒一人一人が三年間の中学校生活に対する「ありがとう」を表現していました。

毎日の給食、家庭での食事、あたりまえのように食べている食事に対して、素直に「ありがとう」と言える心を大切にしたいものです。



### 子どもの味覚

岡崎市立岩津中学校

P.T.A会長 松田 政久

先日、最近の子どもたちの味覚がおかしくなっているという話を聞きました。甘味・酸味・塩味・苦味・うま味の五つの味覚を感じ分けられなくなっているのだそうです。

多くの家では、「今夜のごはんは何がいい?」と子どもに聞き、子どもの好きな料理が出されることが多いのではないのでしょうか。私の家でもそうなのですが、カレーライスや焼きそば、ハンバーグといった料理が多くなっているような気がします。これらの料理はそれぞれ味付けの濃

い料理で、何度も味わうことで、その濃い味付けが子どもたちの味覚を壊しているというのです。

私が子どものころは、味噌汁に野菜の煮付け、魚の塩焼きといった料理が多く、毎晩嫌いなものも多く出

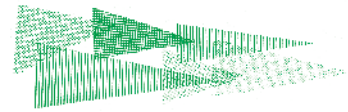
されました。残したりすると親にひどく叱られますから、いやいやながらも残さずに食べたものでした。

こうした食生活の変化が子どもたちの味覚を壊しているのかもしれない。子どものためにと思って好きな食事

ばかりを出すことで、かえって子どもの味覚を奪っていたのです。

こう考えてみると、学校の給食が子どもの味覚を支える貴重なものと思えてきました。献立表を見ると、実に多様な料理が出されています。中には子どもの嫌いな食材もありますが、嫌いなものを食べるからこそ嫌いな味を認識できるのだと思います。好きな料理が並ぶ食卓で、嫌いなものが出た給食の話でもしてみようかなと思います。

### 学校から



### 調理場から

## 給食の時間に もっとゆとりを



名古屋市立高木小学校

調理員 川村 珠 希

「ごちそうさまでした!」と元気な声で食器を返却に来た低学年の女の子に、「大きな声でありがとう!」と答えたのは、私たち調理員ではなく、四年生の給食委員さん。彼女はとてもはりきり屋さんで、私たちが返却準備を始める頃には、もう配膳室の前で待っています。ただでさえ喫食時間が短い今の小学校給食で、彼女はどんなスピードで食べ終わる、ここに立っていてくれるのかと思つと、いつも頭の下がる思いです。

私たちが子どもの頃は、給食に要する時間は、もっと長かった気がします。昔と違い、献立も多種多様になって、確かに魅力的ではありますが、配膳に時間を費やすことは否めません。

いつも空っぽの食缶が返ってくるわけではありません。まれに、配膳時とあまり変わらない状態で戻ってくることもあります。そんな時は、心がずいぶん沈みます。でも、好き嫌いが原因というだけではなく、時間がなくて食べられないという現状もあるのではないのでしょうか。

給食調理員になって私が思うことは、名古屋市立の学校給食システムは、本当に素晴らしいということ。まず、食材は安全で安心なものしか供給されません。衛生管理も徹底した中で、調理員がおいしくなるように努力し、自校調理によって温かいものが温かいままで提供できるようになっています。

そんな給食を残すのは、とてももったいないことです。育ち盛りの子どもたちがたくさん給食を食べ、豊かな心と丈夫な体を作ってくれることは、私たち調理員の願いです。そのため環境作り等にも、微力ではありますが、日々努力をしています。



## 給食に感謝できる 日中生をめざして

日進市立日進中学校

2年 高 宗 美 咲

日進中学校では、「給食に感謝!! 食育で心も体も健康に!!」をテーマに、給食委員会を中心に日々の活動をしています。

例えば、昨年度までは、給食の準備の手際よさや残食量の少ない学級を表彰するなど、生徒同士でも意識をして高める取組をしたり、食育劇「食まるファイブ」食生活を見直そう編」を全校集会で発表し、バランスよく食べることの大切さ、早寝・早起き・朝ごはんの大切さなどを伝えたりしてきました。今年度は、給食に携わる全て

の人に感謝の気持ちをもてるよう、掲示等に工夫を凝らしたり、配膳員さんに日頃の感謝の気持ちを表すために全校で完璧返却を目指して取り組んだりしてきました。

私は、給食委員会に入って、あまり関心をもつことのなかった食育のことについて、とても興味をもつようになりました。そのきっかけは、日進中学校にある食育掲示板の存在です。内容は、栄養教諭の食育メッセージや毎月の残食量のグラフ、給食委員が調べた食についての豆知識や旬の食べ物についてなどです。見るだけでなく、食育クイズに参加することもでき、とても楽しいです。

これからも、食育に関心をもち、感謝して食べられる人が増えるように活動していきたいです。



「野球をしている友だち」  
田原市立野田小学校  
6年 白 井 雄 登



愛知教育大学の附属学校は、岡崎地区に特別支援学校と岡崎小学校・岡崎中学校の三校があります。それぞれ独自の献立により自校方式で給食を実施しています。

この献立は、学校給食週間に家庭科の「自分でお弁当を考え、作り、食べてよりよく改善しよう」の授業で、一年生の生徒が考えた献立を給食にアレンジして実施したものです。

「はじめの献立では、カルシウム

**献立紹介コーナー**

じゃことひじきのご飯・牛乳  
 さば味噌煮・高野豆腐と野菜の煮物  
 かき玉汁・ヨーグルト

愛知教育大学附属岡崎中学校  
 学校栄養職員 太田 佐智子

(栄養価、1人分の材料、作り方)

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		
じゃことひじきのご飯	356	9.9	3.8	2.1	580	79	44	2.2	1.5	2	0.08	0.04	0	0.0	1.5
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
さば味噌煮	107	7.7	7.7	4.4	335	70	15	0.6	0.4	8	0.05	0.10	0	0.0	0.9
高野豆腐と野菜の煮物	57	3.4	0.9	1.9	235	39	14	0.5	0.5	123	0.07	0.04	10	1.2	0.6
かき玉汁	38	3.4	0.9	1.0	444	12	8	0.6	0.1	109	0.03	0.07	0	1.2	1.1
ヨーグルト	70	2.3	2.3	1.2	40	78	8	0.1	0.2	38	0.02	0.11	14	0.2	0.1
合計	766	33.5	22.4	18.4	1718	505	110	4.0	3.5	358	0.33	0.67	26	2.6	4.4

<じゃことひじきのごはんの具の材料(1人分g)と作り方>

しらす干し8 かつお節1 ひじき2 ごま0.3 砂糖0.7 みりん0.8 しょうゆ1 塩0.3

- ① ひじきは水でもどしておく。
- ② ひじき、しらす干し、かつお節の順に炒める。
- ③ 調味料を入れ煮る。
- ④ ごはんに混ぜる。

が不足していたので、ひじきとしらす干しを入れてみました。」とのことでした。生徒は「自分の考えたものが給食になり、うれしいです。」と喜んでいました。

これからも給食を通して生徒との関わりを大切にして、身近な給食室にしたいです。

本校は、核家族世帯の多い校区です。昔からの食材や料理を家庭で食べる機会が少ないためか、入学した一年生の子どもたちは、給食で初めて食べる物がたくさんあります。子どもたちが食べたい量のまま盛りつけると、配食されないで食缶に残っていることを昨年よく見かけました。このような給食の実態の対策として、年度当初の職員会議の時、各クラスのおかずを、給食当番の配膳の時から残さないように盛りつけることを提案しました。

新年度でクラスも落ち着いていない中、担任は、さまざまな方法で給食指導に取り組んでいました。道徳と関連させて、食べ物を残すことは大変もったいないことだと指導したクラス。野菜が残っている時は、担任が配り歩いて食缶を空にしたクラス。低学年では、自分の食べられる量を配膳した後に、食べたらかわたりをしてもよいこととして、食べた

シリーズ食育 34

**給食の時間を通して、全校で取り組んでいる食育**

前大口町立大口西小学校  
 栄養教諭 今枝 朋子

ことへ自信をもつことが大事だと考えて指導したクラスなど様々でした。このような指導ができるのは、子どもと担任の信頼関係が成り立っているからだと考えています。給食は子どもたちにとって楽しい時間です。無理強いせず、一人一人の食べる量に合わせて言葉をかけることが大切です。

指導を継続していく中、少しずつ子どもたちにも変化が出てきます。「最初は、こんなに食べられるかな」と思っただけで、今では完食があたりまえになりました」「クラスで給食を全て完食した日が何回か数えることが楽しみです」との声が聞かれるようになりました。「こんなに残してもったいないなあ。僕のクラスでは、おかわりできなかったのに」という給食委員会の子どもも増えてきました。食べ残すことが、もったいないと考える子どもが増えれば、給食の残量も自然に減ってきます。

今後も、さらに食べ物に興味をもつ子どもたちが増えるように、給食委員会での子どもからの自発的な取り組みを大切にしていきたいと思えます。また、担任と連携をはかり、クラスの実態に合わせた指導を継続していきたいと考えています。

**検査室より**  
**細菌のつくる毒素について**  
 ～毒素型食中毒菌の話～

学校給食に携わる方々が常に気を配っている「食中毒防止を目的とする衛生管理の徹底」があつてこそ、児童生徒は学校給食を安心して食べることができています。

近年では、ノロウイルス等によるウイルス性食中毒が増加し、細菌性食中毒への注目度はかなり低下しています。しかし、細菌性食中毒はひとたび発生すれば、死者・重症者の発生や大規模食中毒事件へと拡がる場合も考えられます。

細菌性食中毒原因菌は、毒素型と感染型に分類されます（表参照）。毒素型の代表は、黄色ブドウ球菌とボツリヌス菌ですが、感染型の腸管出血性大腸菌やウェルシュ菌も毒素をつくります。

細菌の種類ごとにつくられる毒素成分には、様々なものがあります。黄色ブドウ球菌がつくるエンテロトキシン（腸管毒）は、水溶性のタンパク質ですが、100℃、30分間の加熱に耐えることから耐熱性毒素として知られています。ボツリヌス菌のつくる毒素は神経毒で100℃、1分間または、85℃、10分間の加熱で分解されます。過去に発生したボツリヌス菌の食中毒事件では、真空包装の「辛

子蓮根」によるものがありました。辛子蓮根を包装から取り出して、そのまま切つて食べた方は亡くなつたようですが、電子レンジで加熱した方は幸いにも軽症で済みました。腸管出血性大腸菌がつくるペロ毒素（ベロトキシン）は、赤痢菌のつくる志賀毒素と同じ作用を持ち、特に大腸や腎臓、脳に重い傷害を引き起こします。ウェルシュ菌のつくる

区分	菌名	毒素の種類	毒素の特徴
毒素型食中毒菌	黄色ブドウ球菌	腸管毒 (エンテロトキシン)	水溶性のたんぱく質。100℃、30分間の加熱に耐える耐熱性毒素。
	ボツリヌス菌	神経毒	100℃、1分間又は85℃、10分間の加熱で分解する。
感染型食中毒菌	腸管出血性大腸菌	ペロ毒素 (ベロトキシン)	赤痢菌がつくる志賀毒素と同じ作用を持ち、特に大腸や腎臓、脳に重い障害を引き起こす。
	ウェルシュ菌	腸管毒	黄色ブドウ球菌がつくる毒素と異なり、60℃10分の加熱で無毒化する易熱性で、ウェルシュ菌が菌体内で固い種のような熱にも強い「芽胞」を形成するときに作られる。

毒素は、腸管毒ですが、黄色ブドウ球菌がつくる毒素と異なり、60℃、10分間の加熱で無毒化できる易熱性です。この腸管毒は、ウェルシュ菌が菌体内で固い種のような熱にも乾燥にも強い「芽胞」を形成するときにつくられます。このように毒素にもいろいろなものがありますが、今回は、黄色ブドウ球菌がつくるエンテ

ロトキシンについて話を進めます。一九三〇年に黄色ブドウ球菌のつくる毒素が発見されました。毒素を発見した研究者は、「ブドウ球菌自体の感染が食中毒を引き起こすのではなく、食品中で菌の増殖に伴い、つくられる未知の物質による」と推察し、実験により証明しました。そしてこの未知の物質について深く研究し、「エンテロトキシン」と命名しました。

黄色ブドウ球菌が原因の食中毒は、黄色ブドウ球菌が発見された二十世紀初頭から、世界各国で発生が確認されています。一九八五年当時の日本でも1年間で200件以上の黄色ブドウ球菌食中毒の発生がありました。食品製造や流通等の衛生管理が進歩する中で、二〇〇〇年以後、年間50〜100件程度と大きく減少しました。しかし、事件数は、減っていますが、黄色ブドウ球菌食中毒の発生がなくなつたわけではありません。

日本における黄色ブドウ球菌食中毒の主な原因食品は、おにぎりやそごい類、洋生菓子等の調理・加工品です。原材料が汚染されている可能性もありますが、多くの場合は、調理する人の手指のキズや手荒れに潜む黄色ブドウ球菌が食品を汚染し、食品中で菌が増殖し、同時にエンテロトキシンがつくられます。黄色ブドウ球菌は、環境中に広く分布するほか、キズや手荒れある



調理開始前は手洗いを2回

は鼻の中、のど、腸管内、そしてニキビにも存在する可能性が高いもので、健康な人でも40%程度の高い保菌率との報告があります。調理作業において手指にキズや手荒れがある場合、必ず衛生的な使い捨て手袋をします。症状がひどい場合は、調理作業を控えることも考慮してください。

また、調理開始前の手洗いは、手洗い石けん（液体せっけん等）をしっかりと泡立て、流水ですすぐ過程を2回繰返します。アルコール消毒は、手指をこすり合わせて、アルコール分を皮膚へしっかりと刷り込むことを心がけていただければ、消毒効果も高くなります。

当財団では、食中毒に関すること、調理施設の衛生管理に関すること等、学校給食関係者の方たちからのご相談に応じております。ぜひご利用ください。

（検査普及課長 山中龍治）

**基本物資(主食)**  
**のご紹介**  
 ○五穀ごはん  
 ○ナン(県産麦入り)

当財団では、安全良質な主食、パン・めん類・米飯を県内全ての学校に同一価格で供給するなど、学校給食用物資の安定供給に努めています。

地産地消への取組として、パン・めん類に使用する小麦粉は、県産小麦を配合しています。米飯は、県の育成品種である「あいちのかおり」を主体に、各市町村の農協単位で米を確保し、地元産の米を地元の給食でお使いいただけるようにしております。

これら主食は、食事の基本となるもので、パン・めん類・米飯のあり方や品質向上及び円滑な供給に向けた方策を検討するために、基本物資検討委員会を設置しています。委員構成は、県教育委員会、市町村教育委員会の給食担当、校長、給食センター所長、栄養教諭・学校栄養職員各代表です。

今回は、基本物資検討委員会で研

究協議を重ね、平成二十六年四月から取扱を開始しました「五穀ごはん」と、本年九月から取扱を予定しています「ナン(県産麦入り)」をご紹介します。



基本物資検討委員会 (ナンの試作品を試食)

**【五穀ごはん】**

五穀ごはんは、食物繊維やミネラル、ビタミンなどを豊富に含む①大麦②発芽玄米③黒米④もちきび⑤赤米の五穀を白米に混ぜて炊き上げます。もちもち、つぶつぶの食感が特徴の健康志向のごはんです。取扱開始一年目は多くの市町村に使用していただきました。本年度の需要量調査においても一年目を上回る需要量をいただいております。

**【ナン(県産麦入り)】**

ナンは給食の人気メニューのひとつで、以前から主食として取り扱ってほしいとの声が上がっていました。

ナン(県産麦入り)は、愛知県産小麦「きぬあかり」を二〇%配合しました。そのためナン特有のもちもち感と地場産物の活用を両立させることができました。規格も教種類用意しておりますので、児童生徒の学年を考慮してご使用いただけます。また、製造工程では本場のナンのように「手延ばし」をして、400℃の高温により短時間で一気に焼き上げます。おいしいナンができましたので、ぜひご利用ください。

これからも基本物資検討委員会の活動を通じて魅力的な製品開発を行うて参ります。いっそうのご理解とご協力をよろしくお願い致します。



五穀ごはん



ナン(県産麦入り)

**人事異動**

退職(三月三十一日付)  
 事務局兼総務課長 小林 勝彦

異動(四月一日付)  
 総務課 主任総務 森部 充子  
 同 主事総務経理 溝口 達也  
 物資課 主任基本物資 長谷川 敬昌  
 同 専門官(一般渉外) 横山 義郎  
 検査普及課 主事(普及) 河野 瑞恵

再任用(四月一日付)  
 事務局兼総務課長 小林 勝彦

職名変更(四月一日付)  
 検査普及課長 山中 龍治

**【お詫びと訂正】**

第二百十七号(二月号)の四ページに記載した「おことわり」の中で、「文部科学大臣表彰」を受賞されたみよし市立南中学校とありましたが、「愛知県学校給食優良学校」の誤りでした。お詫びするとともに訂正いたします。