



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  
232  
号

2018.10.1

# わあーい給食だ

## もくじ

### 2-4 愛知県学校給食会の事業報告

親子工場見学会・地場産物料理講習会・親子食育体験教室  
食品検査技術講習会・学校食育推進研修会・JICA 訪問

### 5 新規取扱物資の紹介

### 6 みんなの声

### 7 シリーズ食育

### 8 献立紹介



調理員さんと一緒に

～はじめての給食～

名古屋市立明治小学校

## 愛知県学校給食会の事業報告



### 親子工場見学会

学校給食で毎日飲んでいる牛乳について学習するため、7月7日(土)に県内の小学生とその保護者12組24名で豊橋市にある中央製乳(株)と酪農家を訪ねました。

中央製乳(株)では、県内の学校給食牛乳の約50%を供給しており、参加した子どもたちは、毎日学校で飲んでいる牛乳が実際にラインで流れているところを見学し、感動していました。また、新鮮な牛乳を使用したバター作りに挑戦し、作りたてのバターをおいしくいただきました。

酪農家では、乳牛の飼育方法をはじめ、牛の出産や搾乳などについて詳しく教えていただき、命あるものを育てることの大変さや命の尊さを学びました。

参加者からは「季節により牛乳の濃度が異なることや産地により味が違うことが分かりました」「製乳工場の見学だけでなく、生産者(牛舎)まで見学させていただき大変勉強になりました」などの感想をいただきました。



牛乳の製造ラインの見学



牛舎の見学

### 地場産物料理講習会

学校給食における地場産物の活用割合や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8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、碧南市にある日本料理店「一灯」店主の長田勇久氏をお迎えし、あいちの伝統野菜や地元で採れた野菜、伝統調味料を使用した5品を作りました。また、午後からは「大切にしたい和食文化」と題した講義を行いました。

参加した36名の栄養教諭・学校栄養職員からは、「初めて見るあいちの伝統野菜を調理し、味わうことができ勉強になった。愛知は農産物のみでなく調味料にも恵まれ、食文化が豊かな地域であることを学んだ。愛知の農産物や調味料について子どもたちに伝えていきたい。」など、栄養教諭・学校栄養職員としての資質の向上を図り、献立作成や食育指導に役立つ講習会となりました。



調理実習



実習献立

#### ☆夏のあいちの伝統野菜をつかって☆

- ・天狗なすとエリンギ(トットキ1号)の赤味噌田楽
- ・そうめん南瓜とカリモリ、タコのだし酢かけ
- ・地豆腐
- ・冬瓜と油揚げの赤だし
- ・かぼちゃ白玉あんみつ

## 親子食育体験教室 ～ウインナー作り体験と八丁味噌の工場見学～

地産産物の生産や製造現場での体験や交流を通して、地産地消や地域独自の食文化に関心をもつことを目的に、県内在住の小学生親子15組30名が8月16日(木)にウインナー作り体験と八丁味噌の工場見学に行きました。

ウインナー作りでは、三河産の豚肉“秀麗豚”を使用し、親子で腸詰をしたあと、茹でたてのウインナーをおいしくいただきました。

午後からは、あいちの伝統調味料のひとつである八丁味噌について学ぶため、カクキュー八丁味噌の郷へ行きました。ガイドさんのわかりやすい説明で、八丁味噌の誕生から伝統的な味噌造りの工程などを学ぶことができました。

地元の豚肉を使ったウインナーを作って味わうことや、伝統的な工程で作られている八丁味噌について学ぶことは、子どもたちにとって大変貴重な体験となりました。



ウインナー作り体験



八丁味噌の工場見学

## 食品検査技術講習会

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17日(金)に愛知県学校給食総合センターで開催しました。

手洗い後の手指や調理機器のATP拭き取り検査をはじめ、ノロウイルスに対応した嘔吐物処理の実習、近年増加傾向にある食品中の異物混入に対応するための調理場内でもできる検査方法など、学校や調理場で実践できる内容でした。参加した21名の栄養教諭・学校栄養職員からは、「食品中の異物を簡単な方法で検査できることがわかったので、すぐに道具を揃えて実際にやってみたい」「実技は理解しやすく勉強になった。学校の衛生指導に活用したい」などの感想をいただき、栄養教諭・学校栄養職員にとって充実した講習会となりました。



嘔吐物の処理



異物の外観観察

## 学校食育推進研修会

7月30日(月)、ウィルあいちにて学校食育推進研修会が、愛知県教育委員会主催、愛知県学校給食会共催で開催されました。この研修会は、栄養教諭に必要な献立作成力や献立を活用した食に関する指導計画力、コーディネーター力、教職員・家庭・地域等と連携するための調整力等の向上を図り、学校の食育を推進することを目的とし今年度から始まりました。

愛知県教育委員会の杉野指導主事による「学校食育の現状と課題」と題した講義。13名の栄養教諭による学校給食の献立を教材として活用した食に関する事例発表。そして、新潟医療福祉大学から森泉哲也教授をお迎えし、「これからの学校の食育と栄養教諭の役割」と題した講演。最後に「栄養教諭が学校食育の中核となるために」と題したシンポジウムを行いました。

参加した297名の栄養教諭・学校栄養職員は、充実した情報交換と専門性の高い内容に今後の学校における食育推進の参考となったようです。



シンポジウム



食に関する事例の掲示

## JICA訪問

日本における「食育」のアプローチを理解し、食育を実践するための手法等学び、食生活関連疾病の予防活動を導入するためにマレーシアから13名の研修員が9月上旬から中旬にかけて来日しました。

当財団の学校給食に係る運営管理や食育推進事業等を視察研修するため、9月11日(火)に来会されました。視察研修では、学校給食の歴史、財団の役割や事業内容などについて職員から説明を受けた後、施設見学を行いました。

研修員は、各々の立場で、この研修で得た情報や知識を活かすため、熱心に受講していました。視察研修後の意見交換、質疑応答も活発な意見交換や質問があり、当財団としても貴重な経験になりました。



常温倉庫の見学



JICA研修員

新規  
取扱物資の紹介  
「金芽ロウカット  
玄米ごはん」

当財団では、安全良質なパン・めん・米飯の主食を全ての学校に同一価格で供給するなど、県内の学校給食用物資の安定供給に努めています。また、地産地消の取り組みとして、パン、めん製造に使用する小麦粉には愛知県産小麦の「きぬあかり」を配合しています。米飯に関しては愛知県の育成品種である「あいちのかおり（SBL）」を主体に各市町村の地域農協米を取り扱うなど、地元の食材を地元の給食へ提供し、炊き込みごはんの具材についても可能な限り愛知県産の食材が使用できるよう努力しています。

さて、今回ご紹介させていただきます新規取扱物資は、「金芽ロウカット玄米ごはん」です。金芽ロウカット玄米とは、玄米の表面を覆っている防水性の高い「蠟（ロウ）層」のみを均等に除去した玄米（イメージ図）になります。そのため、通常の玄米とは異なり、白米のようなふっくらとした食感で食べることができます。また、栄養価（表1）がほぼ玄米と同様に残っており、消化性も優れているため、栄養素の摂取効率が良いことも特長の1つです。さらに、金芽ロウカット玄米に使用する玄米は、愛知県産の「あいちのかおり（SBL）」のため、この物資の食材は全て愛知県産となります。

供給時の配合比率は、白米70%：金芽ロウカット玄米30%となります。この比率は、基本物資検討委員会で協議され、児童・生徒にとって食べやすい比率として採用されました。「金芽ロウカット玄米ごはん」は、平成31年度4月から供給を開始いたしますので、ぜひご利用いただきますようお願いします。

〈イメージ図〉



表1

	白米	金芽ロウカット玄米
エネルギー	356kcal	354kcal
食物繊維	0.5g	3.5g
ビタミンB1	0.08mg	0.36mg

※100g当たりの含有栄養成分

※白米は日本食品標準成分表(洗米前の数値)のまま

金芽ロウカット玄米は無洗加工後の数値(一般財団法人食品環境検査協会調べ)

なお、現行の「五目ごはん」の後継物資として、愛知県産の三河赤鶏を使用した「三河赤鶏五目ごはん」も同時に供給開始となりますので併せてご利用ください。

また、自校炊飯用として具材のみ（金芽ロウカット玄米は無洗米）の取扱いも開始しますのでご用命ください。



## 学校給食で笑顔に

刈谷市立刈谷東中学校  
PTA実行委員 千葉 千秋

私達家族は、5年半ほど海外赴任をしていたため、長女は小学校のほとんどを海外で過ごしており、帰国後の給食は彼女たちにとって新しい経験でした。帰国して日本の小学校に通った初日、帰宅後に「学校はどうだった？」と聞くと「楽しかった！給食すっごく美味しかった！！」と子どもたちが口を揃えて答えてくれたことを、数年経った今でも鮮明に覚えています。

翌日からは、「今日の給食はなんだろう？」と毎日チェックをして学校に通い、帰って来たらすぐに給食の感想を、目を丸くしながら報告してくれました。

皆さんもご存じのように、海外ではピザやハンバーガーといった食事が多く、日本食に比べると健康面での心配があります。それに比べて日本の給食は、栄養バランスがとれた食事ができるように工夫されており、成長期における子どもたちの健康保持・推進のために作られていて、本当に素晴らしいと思います。

現在は、三女が中学校で毎日楽しく給食をいただいております。家では好き嫌いが多く小食ですが、給食では嫌いな物も残さず「今日もおかわりしたよ」「みんなと食べる給食はとっても楽しい！」と、給食によって子どもたちも、我々親も助けて頂いていると本当に感謝の気持ちでいっぱいです。

昔と比べ、厳しい衛生面・食物アレルギー等の問題もありますが、これからも子どもたちが楽しんで学校へ行く、大切な要因である学校給食を続けていただきたいです。



## 笑顔をはげみに！

弥富市立白鳥小学校  
調理員 早川 佳



「ありがとうございます！」できあがったばかりの給食を教室の前まで運んでいくと、教室からキラキラした瞳をした子どもたちの大きな声が聞こえてきます。

献立に大学芋があった日のことです。時間内に食べられなくて後から給食室に食器を返しにきた子がいました。ふと見ると、その食器には大学芋に入っていた黒ごまで書いた「ごちそうさま」の文字が……。調理員みんなで感動したのが忘れられません。普段も食べ終わったばかりの子どもたちが、「おいしかったよ」「いつもありがとう」と、かわいい笑顔で言ってくると、沸々と喜びがわき起こり、「また明日も頑張ろう！」という気持ちになります。『幸せだなあ』としみじみ感じる瞬間でもあります。そして、子どもたちが給食を学校生活の楽しみの一つとってくれているのがうれしいです。

本校の給食は、通常の献立に加えて四季折々の伝統行事にちなんだ行事食や地元の旬の食材を使った郷土食、そして今年はサッカーW杯の開催国でもあるロシアの料理を取り入れたりしてあり、私たち調理員も楽しみながら調理をしています。

子どもたちがおいしそうに食べている笑顔を思い浮かべながら、大きな釜と長いスパテラで、「おいしくなあれ、おいしくなあれ」と唱えながら毎日調理に励んでいます。

何年後、子どもたちが大人になった時に、学校給食が楽しくなつかしい思い出になってほしいと願っています。そのためにも、衛生面やアレルギー対応などに十分配慮し、魅力ある給食をこれからも調理員全員のチームワークで作っていきたいと思います。

## 進んで野菜を食べようとする児童の育成 ～学校・家庭・地域と連携した活動を通して～



東海市立明倫小学校  
栄養教諭  
堀端 千鶴



トマトの収穫

### はじめに

東海市は、カゴメ株式会社創業の地であるという歴史的背景から、「東海市トマトで健康づくり条例」を制定し、市民の健康づくり等に関する事業に取り組んでいます。事業の一環として、学校給食センターと東海市健康推進課は、カゴメと連携した健康づくり事業を行っています。その中からトマトを中心とした野菜に親しむ活動を通じた食育の一部を紹介します。

### 総合的な学習の時間における体験活動

3年生は総合的な学習の時間において、学校支援ボランティアにトマトの植え方や育て方を教えてもらい、カゴメより配布された苗を植え、育てます。9月の学校公開日には収穫したトマトを使ってハヤシライス調理実習を行い、保護者と一緒に試食をします。また、トマトについて調べたことをまとめて発表会を行います。さまざまな体験活動を行うことで、トマトや野菜について関心をもち、自分たちの食生活への意識を高めることにつながります。

### 給食献立の工夫

東海市が制定した「トマトの日(毎月10日)」に合わせて、児童にトマトをおいしく食べてもらうことをねらいとして、平成26年度からトマト給食を実施しています。毎月実施するため、新メニューの開発を行っています。トマトは洋食だけでなく和食や中華との相性もよいことが分かり、献立の幅が広がりました。また、平成28年度からは、夏休みの課題として市内児童生徒を対象にトマト給食コンテストを実施し、優秀賞に選ばれた2つの作品を1月と2月のトマト給食として提供して

います。本校からも3年生児童の作品が優秀賞に選ばれました。30年2月のトマト給食として提供し市内全小中学校で味わいました。

### 家庭への啓発

毎月のトマト給食実施日に家庭へ配布する「トマト新聞」は、家庭でもトマトや野菜についての関心を高めることをねらいとして、給食センター、健康推進課、カゴメが協働で作成しています。給食センターはトマト給食レシピの紹介、健康推進課は市の企画した事業の紹介、カゴメはトマトや野菜の豆知識等を掲載しています。また、夏休みに開催する親子料理教室でトマト給食メニューを盛り込んだ調理実習を行います。実習後の講話では家庭における野菜摂取量の増加を働きかけています。

### 食に関する指導の取組

学級活動や家庭科等の時間に担任とのTTで食に関する指導を計画的に実践し、児童自らが野菜を食べようとする意欲を高めるように心掛けています。また家庭で野菜を食べることを習慣化させるために、夏休みと冬休みには、発達段階に応じたチェック表を渡しています。

### おわりに

東海市では、学校・家庭・地域が連携し、トマトを中心とした食育の活動が定着しています。子どもたちが、将来にわたってよりよい食生活を送るための野菜摂取の習慣化を促すことができるように努めていきたいと思ひます。



トマト給食入賞者



トマトを使った調理実習



平成30年2月のトマト給食



学級活動「野菜のひみつを知ろう」

# 献立紹介



愛知県立安城高等学校  
学校栄養職員  
中野 かなみ

## 献立名

三色丼、牛乳、  
スナップえんどうとじゃがいもの和風サラダ、味噌汁



## 主となる献立の作り方

### 材料(一人分)

#### <三色丼>

<b>A</b> 鶏ひき肉	90g	<b>C</b> 小松菜	60g
こいくちしょうゆ	7g	ごま油	0.5g
酒	3g	こいくちしょうゆ	3g
本みりん	1g	いりごま	1g
三温糖	2.5g		
生姜	4g		
<b>B</b> 卵	60g		
上白糖	1g		
食塩	0.3g		

### 調理手順

- ① 鶏肉を炒めて調味料で味付けをする。(A)
- ② 卵を炒めて砂糖、調味料で味付けをする。(B)
- ③ 小松菜を炒めて、調味料で味付けをする。  
※小松菜はゆでてから調味をしてもよい。
- ④ 丼にご飯を盛り、①、②、③を上のにせる。

愛知県には県立の夜間定時制高校が27校あり、夕食を給食として提供しています。アルバイトや仕事をしている生徒も多く、働いている時間帯も異なります。また外国籍の生徒も増加傾向にあり、生活面や嗜好面で多様化しています。

多数の生徒にとって給食が唯一のバランスのよい食事であることもあり、学校生活のサポートだけでなく、健康維持に欠かせないものとなっています。高校卒業後にほとんどの生徒が社会に出ることから、高校生活が食習慣や生活習慣について学ぶことができる最後の機会となることもあり、給食を使用し、バランスのよい食事の選択ができるよう指導を行っています。

夜間定時制の給食は、学校に食堂が設置されており、調理員が盛り付けを行っています。調理員が手間暇をかけて調理、盛り付けをして、彩りよく並んだ給食を見て、生徒は「おいしそう」「いただきます」と直接声をかけてくれます。

今回紹介する三色丼もひとつひとつ調理員が盛り付けを行っています。見栄えもよい三色丼は生徒にも人気です。他に

も手作りのコロケやお好み焼き、バレンタインデーには、オムライスにケチャップでハートやメッセージを書く等、生徒が喜ぶ工夫をしています。



## VOICE

生徒たちはカウンターに並んだ料理を見て、「おいしそう」「いただきます」と声をかけてくれます。生徒が楽しそうに食べる元気な声が調理室まで聞こえてきます。彩りの良いビビンバも人気のメニューです。

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		
三色丼	663	32.6	24.1	14.8	787	163	72	5.0	3.2	434	0.65	0.57	23	1.9	2.0
牛乳	138	6.8	6.8	7.8	79	227	21	0.0	0.8	78	0.08	0.31	2	0.0	0.2
スナップえんどうとじゃがいもの和風サラダ	116	3.8	1.9	5.9	394	16	21	0.5	0.5	171	0.16	0.06	32	1.6	1.0
味噌汁	49	4.2	0.0	1.5	512	73	28	1.5	0.7	3	0.07	0.10	2	2.8	1.3
合計	966	47.4	32.8	30.0	1772	479	142	7.0	5.2	686	0.96	1.04	59	6.3	4.5

(1人分の栄養価)