



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
234
号

2019.5.1



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 令和元年度事業計画
- 7 令和元年度行事予定
- 8 献立紹介



はじめての給食
江南市立古知野北小学校



心も体も元気いっぱい明治の子

— 子ども自身の食生活をよりよくする実践を通して —

1. はじめに

本校では、校訓「強く 正しく 美しく」のもと、基本的な生活習慣の育成や健全な体と心の育成を目指しています。子どもたちが、心身ともに明るく健やかにたくましく育っていくためには、知育・徳育・体育の基礎であり、生きる上での基本となる「食育」の充実が必要なことと考えています。

研究を始めた当初の食生活アンケートでは、「苦手な食べ物を減らさず、残さず食べていますか？」の項目には、約7割が「はい」「どちらかといえばはい」と答え、約3割が「どちらかといえばいいえ」「いいえ」と答えました。また「友達に迷惑をかけないようにして、食べ方や話し方に気をつけて楽しく給食を食べていますか？」という項目には、9割近くの子どもは「はい」「どちらかといえばはい」と答えましたが、約1割は「どちらかといえばいいえ」「いいえ」と答えました。このことから何でも食べようとする、会食のマナーを意識することができるようにしていくことが必要であることが分かりました。

そこで、育てたい子ども像を、「食に関心をもち、自分の食生活をよりよくすることができる子ども」と設定し、食育の推進に取り組むこととしました。

2. 実践の概要

(1) 授業実践について

●5年「よりよい食事をするためにできることを考えよう」

事前アンケートの結果や給食の様子を撮影した映像資料を見て、食事をとるときの姿を振り返り、これから自分が気を付けていくことについて考えました。

授業の中で栄養教諭が「食事のマナーもよいと、食事の雰囲気だけでなく姿勢もよくなるので消化までよくなる」と子ど

もたちに説明しました。子どもたちはより一層、自分のこととして考えようとする気持ちが高まりました。

授業実践後には、自分の決めた取り組みを意識し続けるようにするために、できるようになった事柄に○を付けました。また、自分の決めた食事のマナーを家庭でもできるように、授業参観で自分の取り組みを家族に伝えました。



●3年「大豆のへんしん」

子どもたちはまず、「身近な大豆食品調べ」を行い、大豆からできている食べものを調べました。そこから子どもたちは大豆からたくさんの食品ができることをとらえ、実際に大豆からきな粉を作りました。子どもたちの関心が高まってきたところで湯葉も作ってみることにしました。

湯葉作りでは、グループごとに豆乳の入った鍋を温めました。しばらくすると豆乳が沸騰し、表面に薄い膜が張ってきました。この様子を見て、子どもたちは「これが湯葉なんだ」と大喜びでした。その湯葉を食べながら、子どもたちは「本当に簡



単に湯葉ができた」「トロッとやわらかい」「大豆の匂いがする」などと口々に感想を述べました。栄養教諭から給食献立でも大豆からできる食品は1ヶ月に14回も出ることを聞き、子どもたちは大豆食品が身近であることを改めて感じたようでした。

この実践は、普段の子どもの様子を把握している担任、専門的な知識をもつ栄養教諭、調理のこつをよく知る給食調理員との連携で進めました。これにより授業の幅が広がり、「またやってみよう」「他の方法も試してみよう」と子どもたちが食に関心をもち続けることにつながりました。



(2) 地域・家庭と連携した活動について

● 全学年「ふれあい給食会」

本校では、地域のお年寄りを招待した「ふれあい給食会」を年に一度行っています。ここでは、どのクラスにも4、5人の



地域のお年寄りを招いて、子どもと一緒に給食を食べた後、ゲームや出し物などをして楽しい時間を過ごしました。このことにより、子どもたちは、和やかに食事をとることのよさを改めて考える機会となりました。

● 「餅つき大会」(地域の行事)

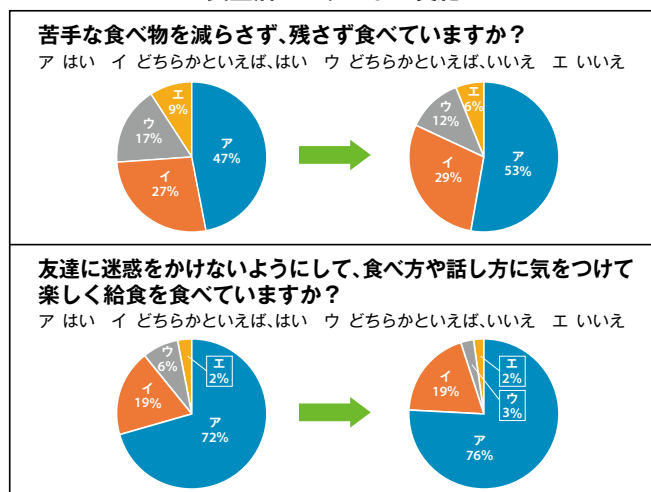
12月の餅つき大会には、毎年、多くの子どもたちが参加しています。餅つき大会では園芸委員の子どもたちが学校で育てた大根を使って「大根おろし餅」を作ってみなでいただきました。大根おろしが苦手だった子どもも「大根おろしのお餅、意外とおいしかったよ」と感想をもったり、年々大根おろしのお餅を食べる子どもが増えてきたりするなど、何でも食べようとする気持ちが育まれてきました。



3. まとめ

実践後のアンケートでは、どの項目にも「はい」「どちらかといえばはい」が増加し、何でも食べようとする子どもが増え、和やかに会食しようとする雰囲気になってきました。献立カレンダーを見てメニューや食材について話題にする子ども、家庭での食事の和やかな様子を話す子どもの姿も増えてきており、目指す子ども像に迫れたと考えています。今後も、子どもたちの食生活の向上を目指して実践を継続し積み重ねていきたいと考えています。

食生活アンケートの変化



(文責 教務主任 木村暁子)

新規 取扱物資の紹介



【サーモンバーグ・サーモンボールの紹介】

「サーモンバーグ」「サーモンボール」は地場産物利用促進物資として平成31年4月より取り扱いを開始しています。国産の鮭一匹をまるまる高圧処理した後、骨ごとペースト状に加工し、愛知県産の大葉とレンコンを一緒に練り込むことで、大葉のほのかな香りとレンコンのシャキシャキ感を楽しむことができます。

愛知県産の大葉は全国1位の生産量をほこり、全国シェアの60%以上を占めている農作物で、特に東三河を中心に盛んに栽培されており、ハウス栽培により一年を通して出荷されています。一般的に青しその若葉を摘んだものを大葉と呼び、本商品では大葉をピューレ状に加工したものを使用しています。

また、愛知県産のレンコンは全国4位の生産量をほこり、特に愛西市・津島市を中心とした木曽川下流域で栽培されており、愛知県を代表する農作物の一つになっています。

「サーモンバーグ」は楕円形のハンバーグ状で、40g・50gの2規格を用意しており、揚げ、焼き、蒸し調理が可能です。

「サーモンボール」はサーモンバーグと同じ配合で1個約8g程度の球状で、揚げ、煮込み調理でご活用いただけます。



サーモンバーグ



サーモンボール

【いわし生姜煮の紹介】

近年様々な魚類の漁獲量が増減をしている中で、いわしの漁獲量は去年に引き続き他魚種に比べ落ち着いており、安定した供給が可能であることから、平成31年4月から取り扱いを開始しています。

本製品は国産のまいわしを国産のすりおろし根生姜を使用した特製の生姜醤油で味付けし、いわし独特の臭みを抑え、くせも無く大変食べやすい仕上がりとなっています。更に高圧処理することで骨も柔らかく、カルシウムをより一層摂取できる商品となっています。

「いわし生姜煮」は10食入りのボイルパックで、調理時間の目安は約20分間、袋のまま沸騰したお湯に入れ温めてください。調理しやすい製品ですので、ぜひご利用ください。



いわし生姜煮

意欲的に学習に取り組む児童の育成



名古屋市立西城小学校
栄養教諭
黒田 祐美



はじめに

本校は一学年1、2クラスの小規模校です。5年生は、低学年の時から給食をよく食べる学年で、「今日の給食もおいしい」と言っている反面、使われている食材や味付け、全体のバランスなど内容にまで関心をもっている児童は少ないと感じました。そこで、栄養教諭が家庭科の食物領域「食べて元気！ごはんのみそ汁」を担当し、身近な給食や総合的な学習と関連させて授業をすることで食の大切さを実感させるとともに、学習への関心・意欲を高めたいと考えました。

給食時間の取り組み

給食でみそ汁が出る日に、同じみそで作っただしの入っていないみそ汁を用意し、飲み比べをしました。香り・色・味について注意深く比べている様子が見られ、給食のみそ汁の方がおいしいと多くの児童が感じる事ができました。栄養教諭が用意したみそ汁には何かが足りないことを伝えると、だしが入っていないことに気づき、だしがうまみのもとであることが実感できました。

また給食では、煮干しのだしには豆みそ、むろけずりのだしには合わせみそと、だしのみその組み合わせを工夫していることを伝え、実物のだしを見せることで、だしへの関心を深めることができました。

家庭科の取り組み

5年生は、総合の学習で地域の方と一緒に米作りをしています。家庭科では、田植えの様子や現在の成長の様子を写真で示すことで稲の成長に関心をもたせました。米の形のぬいぐる

みを使って精白米について説明した後、もみを一人一粒ずつ配って観察させると、「もみがらを取ると玄米になったよ」と、もみから玄米、精白米になる様子を実感をもって理解することができました。また、稲刈りに向けても意欲を高めることができました。

調理実習では、作り方の要点を絞り、係分担をして調理計画を立てさせることで、児童が実習時に自分の仕事を把握し効率的に動くことができました。調理のポイントごとに五感を意識させるように示すと、ご飯が炊ける最中には目や鼻、耳を使って観察し、みそ汁の仕上げには具材の固さやみその量を味見しながら調節するなど、おいしくできるように班で協力して実習していました。校外学習で見学したみそ蔵の豆みそを使用することで、おいしいみそ汁を作ろうとする気持ちがより高まったようでした。

栄養素の働きを知るための授業では、体の仕組みがプリントされたエプロンから、腸と同じ長さのひもを出して見せ、食べ物の消化吸収について視覚的に捉えさせました。その日の給食を題材にして五大栄養素の分類を行ったことで、栄養素の働きを身近に感じ、給食には栄養バランスを考えた食品が使われていることを実感させることができました。

おわりに

家庭科の授業と学校給食や総合的な学習を関連させることで、学習への意欲を高められたと思います。これからも色々な教科に関わり、栄養教諭としての専門性を生かした指導を続けていきたいと思っています。



みそ汁の飲み比べ



調理実習



米の形のぬいぐるみで説明する様子



腸と同じ長さのひもを引き出す児童の様子

令和元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「基本物資検討委員会」及び「物資開発検討委員会」において、ご意見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・学校栄養職員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、「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・学校栄養職員や県内の小学生親子を対象とした事業等を実施し、学校給食への充実や食育活動の支援を行います。



TOPICS



当財団ホームページでは、原材料の配合割合、栄養価、アレルギー表示等を取扱物資ごとにまとめた学校給食用物資明細書を掲載しています。保護者への配布資料等にご活用ください。

また、検査事業や食育支援事業として検査機器や食育教材の貸し出しを随時行っています。

詳しくは、「食品の検査と衛生管理」および「食育の推進と支援」をご覧ください。

<http://www.aigaku.org/>



人事異動

退職(3月31日付)	常務理事	稲垣 寿
就任(4月1日付)	常務理事	水野 勝通
異動(4月1日付)	主任(総務)	伊東みさき
	主事(経理・総務)	溝口 達也
	主事(一般物資)	石飛 善規

令和元年度 学校給食関係行事予定

(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。

開催日	行事名	場所	対象者	主催
4月19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	県自治センター	市町村主管課長	県教育委員会
5月22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
5月24日	東海北陸近畿ブロック学校給食研究協議会	奈良県	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16日	親子工場見学会	豊橋市	小学生と保護者	県給食会
6月下旬	定時評議員会	ルブラ王山	県給食会評議員	県給食会
6月29日～30日	食育推進全国大会	山梨県	食育関係者	内閣府 山梨市
7月22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22日～23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	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
7月29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
8月1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
8月7日～8日	全国栄養教諭・学校栄養職員研究大会	岐阜県	栄養教諭・学校栄養職員	文部科学省他
8月9日	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
8月19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
8月20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
8月22日	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
8月28日	栄養協研究大会	蒲郡市民会館	栄養教諭・学校栄養職員	栄養協
10月12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
10月25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
11月7日～8日	全国学校給食研究協議大会	岡山県	学校給食関係者	文部科学省他
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
11月17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
12月7日	親子食育体験教室 ～ウインナー作りと八丁味噌の工場見学～	豊田市、岡崎市	小学生と保護者	県給食会
12月下旬	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22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月中旬	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
3月中旬	定時理事会	ルブラ王山	県給食会理事	県給食会
3月下旬	臨時評議員会	ルブラ王山	県給食会評議員	県給食会

●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 ●パン協＝一般社団法人愛知県学校給食パン米飯協会

第1回学校給食フェアinあいち ☆☆☆先着600名様に記念品進呈☆☆☆

学校給食について理解を深めるとともに、食育の一層の推進を図ることを目的に開催します。

- ★8月9日(金)10:00～15:00
- ★愛知県学校給食総合センター(公益財団法人愛知県学校給食会)
- ★対象者:小中学生、保護者、一般の方
- ★食育ゲーム(参加賞あり)、クッキー作り、食品サンプル作り
施設見学、当財団の取組紹介、学校における食育活動の紹介等



TOPICS

献立紹介



西尾市立吉田小学校
栄養教諭
池田 明美



献立名 てん茶ごはん・牛乳・めひかりのフライ
きゅうりのささみあえ・冬野菜とにぎす団子のみそ豆乳鍋
西尾抹茶ゼリー



メヒカリ

主な献立の作り方

〈冬野菜とにぎす団子のみそ豆乳鍋〉

材料(小学校 一人分) 調理手順

にぎす団子	20g	① かぶ、にんじんは、厚めのいちょう切り、ごぼうはささがき、白菜は1cm、小松菜は3cmの長さに切る。焼き豆腐は半割にして1cm幅に切る。
焼き豆腐	25g	② 干し椎茸をもどす。かつお節でだしをとる。みそを溶いておく。
かぶ	15g	③ 水、干し椎茸、にんじん、ごぼうを入れ煮る。
ごぼう	10g	④ にぎす団子、かぶを加えさらに煮る。
にんじん	12g	⑤ 焼き豆腐、白菜を加え、煮えたらかつおだしを加える。
白菜	35g	⑥ 豆乳、米みそ、小松菜を加え、仕上げる。
小松菜	7g	※豆乳、米みそを入れてから煮すぎないように気をつける。
干し椎茸	1g	
かつお節	3g	
豆乳	15g	
米みそ	10g	



給食時間の食育指導

西尾市には、3つの共同調理場と21の単独調理場があります。年3回の「愛知を食べる学校給食の日」には西尾市産や県内産の地場産物を活用した市内統一献立を実施しています。

昨年度は、めひかり、にぎす、アカモク等の海産物やきゅうり、白菜、にんじん、抹茶、いちじく等の農産物、豚肉、鶏肉の畜産物等、多くの地場産物を使って給食を実施しました。

今回紹介する献立は、1月に「愛知の海の幸と西尾を味わう学校給食」というテーマで実施したものです。「冬野菜とにぎす団子のみそ豆乳鍋」は、JA西三河より寄贈されたにんじんや白菜と県内産の冬野菜、三河湾で水揚げされたにぎすを骨ごと砕き、野菜とみそなどを混ぜて丸めたにぎす団子を入れて作りました。具がたくさん入ったまろやかな豆乳鍋でとても好評でした。めひかりは冬が旬の魚でクセがなく、脂が多くて旨味の強い魚です。身が軟らかくホクホ

クしたフライを子どもたちはおいしいそうに食べていました。「てん茶めし」は、西尾市の特産物である抹茶のもとになるてん茶をごはんに混ぜました。お茶の香りが楽しめる混ぜご飯です。

給食時には、寄贈された野菜について紹介したり、にぎすやめひかりの漁獲方法や深海魚としての特徴などを伝えたりしました。地場産物へ興味をもち、生産等に関わる方々への感謝の気持ちを育む機会になるとよいと願っています。



この献立は魚の苦手な子でも食べやすかったようで、教室では「これって魚の団子?」「フライが軟らかくて、おいしい。」などと言って食べていました。今後も地場産物をおいしく調理し、よさを伝えていきたいです

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 μgRE	B1 mg	B2 mg	C mg		
てん茶ごはん	288	5.1	0.0	0.7	94	7	19	0.8	1.1	8	0.35	0.05	2	0.7	0.2
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
めひかりのフライ	105	5.8	5.8	4.7	116	28	12	0.3	0.2	18	0.05	0.07	0	0.4	0.3
きゅうりのささみあえ	30	3.8	2.7	0.1	488	11	14	0.2	0.3	8	0.02	0.03	5	0.4	0.2
冬野菜とにぎす団子のみそ豆乳鍋	100	7.9	3.0	3.2	597	98	39	1.5	0.6	95	0.04	0.09	15	2.7	1.2
西尾抹茶ゼリー	44	1.9	1.9	2.0	22	50	7	0.1	0.2	13	0.01	0.06	1	0.2	0.1
合計	705	31.3	20.2	18.5	1401	421	112	2.9	3.2	222	0.55	0.61	25	4.4	2.2

(1人分の栄養価)