



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
236
号

2019.10.1

もくじ

2-3 特集

「刈谷市学校給食センターの紹介」

4 みんなの声

5 シリーズ食育

6-7 「学校給食フェア in あいち」の開催

8 献立紹介



学校で育てたなすの入ったカレーです 幸田町立豊坂小学校



特集

大きく変革した刈谷市の学校給食

刈谷市学校給食センター 所長 近藤 俊幸

刈谷市は愛知県のほぼ中央に位置し、西三河平野西部にある衣浦湾へ注ぐ逢妻川の下流に面しています。市の中央部には最先端技術を駆使した自動車関連産業の工場が並んでいます。また、伊勢湾岸自動車道の刈谷パーキングエリアと岩ヶ池公園を一体的に整備した刈谷ハイウェイオアシスは、連日多くの人でにぎわっています。

刈谷市の学校給食は、市内の中学校6校、小学校15校、幼稚園16園、そして平成30年度から開設した刈谷特別支援学校へ2つの給食センターから提供しています。

このうち、第一学校給食センターは、刈谷特別支援学校への給食提供に合わせ、老朽化したセンターを平成29年9月に現在地へ新築移転しました。

このセンターは、刈谷特別支援学校と小垣江東小学校と同一敷地内に建築され、これらの学校とは、渡り廊下でつながっており、この2校にはセンターから直接給食を運ぶ形になっています。そして、特別支援学校の児童生徒のための形態食がセンター内で作られます。センターにおいて形態食を作るのは、県内ではじめてのことです。そのため、開設の前々年より、栄養教諭・学校栄養職員が形態食について研究を重ね、現在は特別支援学校の栄養教諭を中心に、初期食、中期食、後期食(I、II)の4形態を児童生徒の障害の度合いに応じて、給食を提供しています。献立は、市内の小中学校と同じですが、素材の硬さ等により、一部別の献立にすることがあります。

また、このセンターの竣工に合わせ、いままで直営で行ってきた給食調理を、介護食や乳児食の調理実績(特別支援学校の実績に限定すると、大量調理の実績が少ない業者がほとんどであったため)のある業者に委託するようになりました。

さて、形態食ですが、まず材料は、普通食や他の小中学校の給食の材料と共に納品され、そこから形態食分を取り分け(青果等は洗浄後の裁断前、揚げ物等は普通食と一緒に揚げた後)支援学校調理室へ運び込まれます。

調理工程は、後期食の形態で全体を調理し、そこから後期食分を取り分け、残りを中期食の形態で調理し、中期食分を取り分けた後、初期食の形態へと順に調理していきます。特別支援学校の先生による中間検査を経て、個々の児童生徒分に分けて、2階の配膳室の温冷配膳車にのせ、時間になったら、温冷配膳車を特別支援学校のランチルームに運び、児童生徒に給食が提供されます。



支援学校調理室

形態食を喫食する児童生徒の中には、咀嚼力がほとんどない子もいます。一つ間違えれば、給食が窒息の原因になりかねないので、個々に給食を分ける時は、アレルギー食以上に神経を使っています。

その食物アレルギー対応ですが、刈谷市では、平成21年より、小中学校の鶏卵アレルギーに対する除去代替食の提供を行っています。このセンターができるまでは、第二学校給食センターしかアレルギー調理室が無かったので、そこから市内の全小中学校に配っていました。このセンターにもアレルギー調理室を設け、これにより各々のセンターの所管する学校へそれぞれのセンターからアレルギー対応食を配送するこ



とができるようになりました。このことで、機能的に飽和状態であった第二学校給食センターのアレルギー調理室にも余裕ができ、今後増えると予想されるアレルギー児童生徒にも対応できるようになりました。



アレルギー調理室

また、第一学校給食センターの移転に合わせ、昭和48年から使用してきたランチ皿に代え、お椀2点と仕切り皿、トレーへ食器を変更しました。ランチ皿は、食器の数が少なく済むことと、児童生徒が安定して給食を運べる利点はありましたが、家庭ではランチ皿を使うことがなく、給食においてランチ皿によそったおかずを犬食いすることがあり、料理の位置も好ましくないことから、現在のような食器にすることは願ってもありました。

食器の点数が増え、食器の素材もポリプロピレンからベン樹脂になったことから、食器全体が重くなり、学校の受け入れが大変になったという意見が出ました。そこで、平成30年から各小中学校へ配膳員を配置し、学校における給食配膳の効率化と衛生強化を図りました。



現在の食器

さらに、平成29年4月には、17年ぶりに給食費を改定し、献立のレパートリーの幅を増やすことができました。特に、地元刈谷市の農産物を使った献立は年々数を増やし、地元の里芋を使ったコロケや大豆を使った「みそカリ大豆」など、栄養教諭が知恵を絞り、業者と交渉し、加工品という形で献立を提供できるまでになりました。

刈谷市では、令和2年4月から全ての公立幼稚園が幼保連携型認定こども園になることから、長期休暇中も昼食を提供することを計画しており、平成30年度から試行で、3園(令和元年度は8園)に対し、第一学校給食センターで作った給食を配送しています。今後は業者からの弁当配送と費用対効果等を図り、より良い方法での実施となる予定です。

このように、食に対するサービスの要望が増えるばかりでなく、食の安全性への関心も増えてきています。栄養教諭を含む教職員の働き方改革も始まり、学校給食を取り巻く環境は益々変化していきますが、安心安全で、子どもたちが喜ぶ給食の提供ができるように努めていきたいと思ひます。



給食と食育

稲沢市立千代田小学校
PTA生涯学習委員長 近藤小夜子

私には三人の娘がいますが、特に末っ子は給食が大好きで毎日楽しみにしております。誰よりも早く食べ、おかわりの争奪戦に参加しているそうです。そんな子どもたちが笑顔になる給食について勉強する機会があり、改めて給食の大切さを知ることができました。その会では実際の給食メニューを調理して試食することもでき、どれだけ安全に配慮され、効率よく調理され、そしてとてもおいしいということを実感できました。特に安全面では肉などの加熱物に直接温度計を刺して温度を計測するという細心の注意を払っています。おいしいだけではなく、調理員さんの努力や心遣いの詰まった給食を作っていただき、親として感謝の気持ちでいっぱいです。本当にありがたいです。

さらに、食育についての講演がありました。朝食についての内容でしたが、その中で私の心に刺さる部分がありました。「朝食を食べない理由」アンケートの回答の中に「用意がしていない」というものがありました。私はこれを聞いたとき、保護者が忙しいとか生活の背景のことばかり想像していました。でも、このアンケートの意味は誰が用意するというものではなかったのです。子どもたちが自ら朝食の意味を知り、自ら食べなければいけないということでした。食育とは周りだけではなく、子どもたち自身で身に付けなければいけないということ、心の問題も食育であるといった内容でした。

子どもたちにどうやって食育をしていけばよいのか、私の課題が増えてしまいました。とても大切なことなので、じっくり子どもたちと向き合っていこうと思います。食育とはとても奥が深いものだと感じました。



子どもたちとのふれあいを大切に

名古屋市立平和小学校
調理員 羽根田鈴恵



「いただきます」「ごちそうさまでした」と、子どもたちの大きな声が調理場に響きます。「家では食べないけれど、学校では食べるよ」とうれしい言葉をかけてくれたり、「おかわりしたよ」とパンパンにふくらんだおなかを見せてくれたり、「おまけをつけてくれて、ありがとう!」とにっこり笑ってくれたり・・・そんな子どもたちとのやりとりが一番楽しい時間です。

調理員になって27年。献立・調理方法・作業等が随分変わりました。アレルギー対応除去食はその一つです。アレルギーをもって、大好きなものが食べられない子が多数いる、ということを知ったときの驚きは大きく、大変勉強になり、それまで以上に安心・安全な給食の提供に心がけるようになりました。除去食を作ることで少しでも友達と同じものが食べられるのは、自校調理だからこそできることだと思っています。また、平和小学校は杉原千畝さんの出身校ということで、「独自献立」で栄養教諭さんとともに、リトアニアの料理を作る経験もしました。ふれあい給食会で地域の方々に給食を提供したこともあります。調理場は、夏は暑く冬は寒く、とても過酷な環境です。ずっと続けられるか心配でしたが、様々な経験を積んで、いつしかすっかりやりがいのある仕事になりました。

これからも、おいしく食べる幸せいっぱいの子どもの笑顔を思い浮かべながら、「おいしくなあれ、おいしくなあれ!」の愛情スパイスをたっぷり入れ、心を込めて給食を作ります。

児童とともに実践する食育活動



長久手市立長久手小学校
栄養教諭
深尾 直美



給食委員会活動 愛知を食べる学校給食の日

長久手市は近年住民の増加が著しく、市内の小中学校に在籍する児童生徒数も増加しています。長久手小学校は市の中心部にありますが、古くからの住宅地に囲まれ、親や祖父母が本校の卒業生という家庭も多い歴史ある小学校です。在籍する児童も落ち着きがあり、家庭も協力的であることが特徴です。長久手市の給食は共同調理場方式で行っています。小中学校調理室、保育園調理室、アレルギー室を備え、0歳児から15歳までの食育を担っています。また、地元の野菜をPRするため、生産者と献立に入れる時期を調整し、栽培時期を調整してもらい積極的に給食で使用しています。

長久手小学校で実践している食育は、栄養教諭を中心とした食に関する指導と担任の行う給食指導、給食委員会が学級に出向いて行う発表です。

栄養教諭の行う食に関する指導は、年度初めに提案し、各学年1時間の学級活動を中心に、6年間を通じて学ぶよう計画が立てられています。

生活科[ぐんぐんそだて みんなのやさい]に合わせ、野菜の栽培、観察をしている2年生とともに野菜について学習します。野菜についてのクイズに、隣の児童と相談して答えた後、自分の好きな野菜のすてきなところを紹介します。「嫌いな子も思わず食べたいと言ってしまうように、おいしいところ、素敵なおとこを教えて」を目標として取り組みました。発表後、「苦手だけど食べたくなった」という声を引き出すことができました。収穫した野菜は家庭に持ち帰り、家族で料理し、食べた感想をいただくなど、家庭と連携した食育の実践を心掛けています。家庭からは「おいしかった」「苦手と言っていたけど、おいしそうに食べていましたね」などたくさんコメントがありました。

給食委員会の活動として、給食委員が学級に出向いて行う発表をはじめました。この活動は子どもたちの「みんなが自分から残さず食べたいと思うような、委員会の活動がしたい」という声から始まりました。6月19日の「愛知を食べる学校給食の日」や1月24日の「学校給食記念日」に、給食委員が各学級で5～10分程度の話をします。事前の委員会の時間に、栄養教諭が給食委員の児童に内容を説明します。児童が十分理解した後、各自でせりふの練習、話し方の工夫など自主トレーニングを行います。当日は、それぞれが資料を持ち、担当の学級に行って「いただきます」をした後、食に関する発表を行います。今年度の6月19日の「愛知を食べる学校給食の日」は、長久手市で栽培されたズッキーニを使ったミネストローネを紹介しました。実際に納入していただく予定の農家の方に栄養教諭が取材し、発表内容を考えました。その農家の方が長久手小学校の卒業生であったことから、栽培時の苦労ばかりでなく児童に向けての想いも聞かせていただいたので、そのことを内容に入れました。委員が給食時間に直接学級で伝えることで、生産者の方の想いを知り、食べようという意欲につながりました。学級担任より「給食委員の話を聞いて、ズッキーニが苦手が残そうとしていた児童が、食べ始めました。」という感想がありました。1月24日の「学校給食記念日」にも、給食委員のクラス発表で、学校給食週間と長久手市の伝統野菜「真菜」の紹介を予定しています。

これからも、児童とともに実践する食育活動を継続していきたいと思っています。



野菜クイズ



黒板の様子



愛知を食べる学校給食の日の献立



長久手市の伝統野菜「真菜」の観察

第1回「学校給食フェア in あいち」を開催しました

令和元年8月9日（金）愛知県学校給食総合センター（豊明市）にて、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今年度、新たに「学校給食フェアinあいち」を開催しました。

学校給食関係先や大学生ボランティアの協力のもと、食育ゲームをはじめ、学校における食育活動事例の展示、学校給食用物資の紹介やレプリカの展示、体験ブースなどの多彩な催しを行いました。

大変暑い日でしたが、県内各地から1,100名を超える大勢の皆様に来場いただき、学校給食や食育について関心の高さがうかがえました。

来場アンケートでは、楽しかったとの感想が多く寄せられており、フェアを通して学校給食の取組や食について楽しく学んでいただけたようです。

【食育ゲームコーナー】

一緒に食について学ぼう！をテーマに、職員の手作りによる気軽に楽しく参加できるゲームを企画しました。どのゲームも学生ボランティアと子どもたちの明るい会話が聞こえる賑やかで楽しい企画となりました。

○はてなボックス

箱の中に入っている野菜や果物を手で触って当てるゲームで、「とうもろこし」や「なす」といったおなじみの夏野菜や「梨」「しょうが」などの少し難しいものを用意しました。参加者は恐る恐る箱の中に手を入れ、感触を確かめていました。



はてなボックス【箱の中身はなにかな？】



糖度を測ろう【どれが一番甘いかな？】

○糖度を測ろう

「トマト」「とうもろこし」「スイカ」の糖度を測り、甘い順に並べるゲームです。初めて使う糖度計に興味津々の子も多く、慎重に果汁をスポイトで垂らしていました。意外な結果に保護者の方々も驚いていました。



魚つり【実物大の魚はうまく釣れたかな？】

○豆つかみ競争

上手に箸を使って、1分間で何個豆をつまめるかに挑戦するゲームです。どの子も真剣な表情で記録更新をめざして頑張っていました。

○魚つりゲーム

紙に印刷した実物大の魚を釣りざおを使って釣り上げるゲームです。釣ってみると実際の魚の姿がよく分かります。楽しみながら魚の名前が覚えられる大人気のコーナーでした。



食育おりがみ【にんじんやピーマンをおりがみで作ってみよう】

○食べ物おりがみ

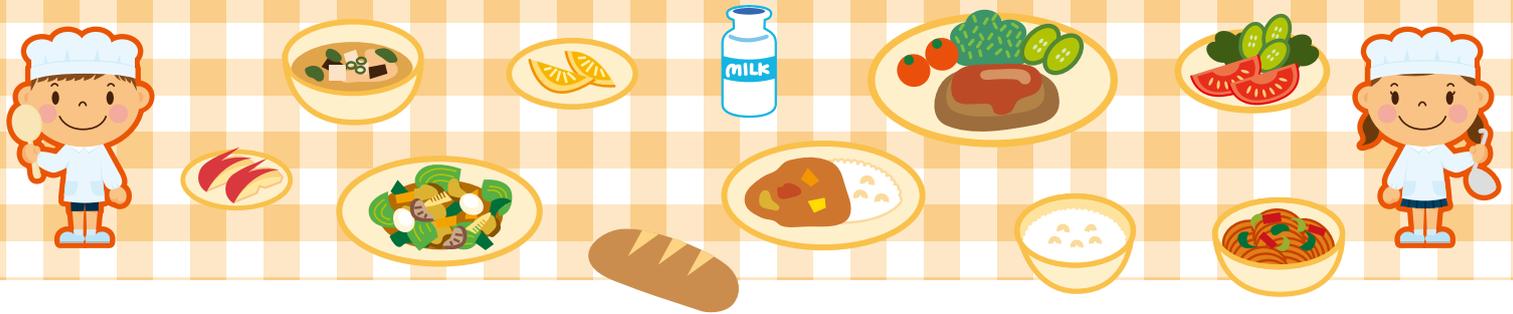
野菜や果物、豚や魚などの食べ物を色おりがみで作りました。子どもたちはお母さんやお父さんに手伝ってもらいながら、いちごや鯛などを完成させていました。

○食育クイズ

なんの花かなクイズや野菜のシルエットクイズ、調理場で実際使用している大きな器具の使い方を当てるクイズに挑戦しました。また、難問クイズも用意し、多くの子どもたちは難しい問題にもチャレンジしていました。



食育クイズ【なんの食べ物かな？】



【体験ゲームコーナー】

食品サンプル作り、愛知県産小麦「きぬあかり」を使ったクッキー作り、-20℃の世界を体験しよう(冷凍倉庫、常温倉庫の見学)をそれぞれ企画し、午前と午後の2回に分けて開催しました。

当日整理券を配布しましたが、どの体験もあっという間に定員になり、大人気の企画でした。

【手洗いについて学ぼう】

汚れに見立てた専用ローションを手指全体に塗り広げた後、手洗いを行い、洗い残し発見BOX(UVライト)に手を入れて観察します。洗い残しの部分が光り、自分の手洗いの弱点が目視で確認できます。「てあらいうた」で洗い方のポイントを親子で楽しく学び、正しい手洗い方法を理解していただきました。

【展示コーナー】

給食会の紹介として、当財団の歴史や概要をはじめ、学校給食用物資の安定的な供給事業や安心・安全な給食を提供するための検査事業、学校給食に関する普及啓発や食育推進事業をパネルで掲示しました。



きぬあかりを使ったクッキー作り



洗い残し発見Boxで手洗いを確認しよう

○学校給食用物資の展示

日々、給食で提供されているあいち米「愛知のかおり」、県産小麦「きぬあかり」「ゆめあかり」の実物を展示しました。粉になる前の小麦を初めて見た子も多かったようです。

愛知県の地場産物を使用した学校給食用物資として、当財団が供給している「うずら卵」「蒸し大豆」などの展示を行いました。大容量のうずら卵のパックに、驚いている来場者もいました。



学校給食で食べているあいち米、愛知の麦の展示

○学校給食用物資の試食

給食で提供している物資(愛知のツイストパン、アシドミルク、蒲郡みかんブチゼリー)と定番の冷凍みかんを配布しました。

○学校における食育の取組

愛知県栄養教諭研究協議会にご協力いただき、地元食材の活用や朝食の指導実践について江南市、小牧市、西春日井地区、愛日地区、豊根村・設楽町の学校で実際に行われている食育の取組を紹介しました。



学校における食育の取組紹介

○あいちの伝統野菜の紹介

愛知県の伝統野菜「天狗なす」「愛知本長なす」「早生かりもり」「十六ささげ」「知多3号たまねぎ」「金俵まくわうり」の実物と、あいちの郷土料理のレプリカを展示しました。来場者からは、「懐かしい」「名前は知っていたけれど初めて見た」など幅広い年代に楽しんでいただけるコーナーになりました。



あいちの伝統野菜と郷土料理の展示

「学校給食フェア in あいち」の開催報告はこちら!



献立紹介



愛知県立岡崎盲学校
栄養教諭
小久江さつき

献立名

枝豆ごはん・牛乳・ヘルシーハンバーグきのこソースかけ
なすとじゃがいもの赤みそ汁・豆乳プリン



主となる献立の作り方

〈枝豆ごはん〉

材料(中学部・高等部一人分) 調理手順
無洗米 80g ① 無洗米を炊く。むき枝豆を茹で、湯を切っておく。
むき枝豆 20g ② 炊きたてのごはんに、①の枝豆を混ぜる。
ごま塩 1g ③ 食べるときにごま塩をかける。

特別支援学校は県内に34校あり、各校独自の献立で給食を実施しています。岡崎盲学校は、視覚に障害のある幼稚部3歳から高等部専攻科の50歳以上の生徒が在籍しています。そのため幅広い年齢層への配慮が必要です。また、通学に困難な生徒のため寄宿舎があり、朝食と夕食も調理しています。

今回紹介する献立は、6月に行われた幼稚部親子給食及び小学部給食試食会の献立です。夏が旬の栄養豊富な枝豆を食事に取り入れてもらうため、ゆでた枝豆をご飯に混ぜるだけの簡単メニューを保護者に紹介し、食べていただきました。また「なすとじゃがいもの赤みそ汁」は、小学部5年生の希望献立です。

本校では毎年「給食希望献立調査」を行い、毎月給食の献立に取り入れるようにしています。希望献立の中で一番人気があるのが「岡盲コロッケ」です。岡盲コロッケとは、ポテトコロッケの中にゆで卵のみじん切を混ぜた手作りのコロッケです。岡盲コロッケは1月の学校給食週間に必ず取り入れている献立で、高等部専攻科の生徒までとても楽しみにしています。給食希望献立を毎月実施し、自分たちの好きな献立が給食に出るといことで、給食への関心が高まりました。

〈なすとじゃがいもの赤みそ汁〉

材料(中学部・高等部一人分) 調理手順
なす 30g ① なすは半月切り、じゃがいも、豆腐はさいの目切りに切る。
じゃがいも 20g ねぎは小口切り、油揚げは半分になり5mm幅に切る。
豆腐 10g ② かつお節でだしを取り、じゃがいもを煮る。
ねぎ 10g ③ 豆腐、なす、油揚げを加える。
油あげ 10g ④ みそ、ねぎ加え、仕上げる。
豆みそ 10g ※沸騰しただし汁の中に、切ったばかりのなすを入れると汁が
かつお節 30g 紫色になるのを防ぐことができる。



幼稚部親子給食

VOICE

幼稚部親子給食では、お母さんやお父さんと一緒に給食を教室で食べ、楽しい時間を過ごすことができました。給食を食べた保護者からは「バランスのとれた油っこくなくおいしい給食だった」と感想をいただきました。

〈岡盲コロッケ〉

材料(中学部・高等部一人分) 調理手順
じゃがいも 80g ① じゃがいもは皮をむいて一口大に切り、ゆでる。
豚ミンチ 20g ゆで上がったたら水分を飛ばし、熱いうちに潰しておく。
玉ねぎ 30g ② 玉ねぎはみじん切りにし、油でいためる。
塩こしょう 少々 豚ミンチを加えよくいため、塩こしょうで下味をつける。
うずら卵水煮 30g ③ うずら卵水煮のみじん切りにする。
適量 ④ ①と②の粗熱が取れたら、③を入れ混ぜる。
小麦粉(衣用) 適量 ⑤ ④をパットに入れ形成する。
パン粉(衣用) 適量 ⑥ 衣付けをし、油で揚げる。
揚げ油 適量 ※うずら卵水煮のみじん切りは、黄身は自然に崩れるため白身だけあまり細かくしない程度で良い。形成するときは卵の白身をなるべく内側にするとうまい。



岡盲コロッケ断面

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		
枝豆ごはん	320	7.6	7.6	2.5	197	25	35	1.1	1.4	2	0.08	0.03	3	2.0	0.5
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
ヘルシーハンバーグきのこソースかけ	143	10.8	7.9	6.6	511	42	33	1.3	0.7	50	0.05	0.07	2	2.1	1.2
なすとじゃがいもの赤みそ汁	85	5.1	4.3	2.9	471	46	45	1.1	0.6	2	0.03	0.02	6	1.8	1.1
豆乳プリン	76	0.2	0.2	4.0	11	11	1	0.5	0.0	0	0.00	0.00	0	1.4	0.0
合計	762	30.5	26.8	23.8	1274	351	135	4.0	3.5	134	0.24	0.43	13	7.3	3.0

(1人分の栄養価)