



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
242
号

2021.5.1

わあーい給食だ



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3年度事業計画
- 7 令和3年度行事予定
- 8 献立紹介



野菜を食べて大きくなろう！
設楽町立津具小学校

心も体も元気いっぱい！大磯っ子

— 望ましい食習慣の定着に向けて —

1 はじめに

本校は、学校教育目標に「人間性豊かな心と、自ら学ぶ意欲をもち、たくましく生きる子どもの育成」を掲げ、家庭・地域と連携しながら教育活動を進めています。中でも、これまで歯科衛生教育に力を入れてきており、26年間続けて「名古屋市歯科衛生優良校」を受賞しています。一方で、「食」に関するアンケートからは、「給食を残すことがある」や「朝食を食べない日がある」といった実態が分かりました。そこで、子どもたちが心も体も健やかに成長することができるよう、平成30年度より食に関する指導を全校体制で取り組んできました。

2 実践の概要

実践は、担任が中心となり、子どもの実態や発達段階を踏まえて行う「授業実践」、栄養教諭が中心となり担任と連携して行う「給食実践」、全校で日常的に行う「日常実践」を家庭や地域と連携しながら進めました。

(1) 授業実践について

●4年生「食品ロスについて考えよう」



社会科で学習した「名古屋市におけるごみ処理の現状」に関連付け、「食品ロス」について考える活動を行いました。

初めに、戦後の食糧不足だった時代の給食は、現在と比べて量も種類も少なかったことを掲示資料から学びました。その上で、日本で一人あたりが1日に出している食品ロスの量を、全校児童分にするるとどれだけの重さになるかを体験しました。そして、様々な生ゴミ(模型)を「もったいないもの」と「そうでないもの」に分類し、食品ロスの原因を考えました。学習を通して子どもたちは、「一人分で考えると少なく感じるけれど、学校全員分が集まるとすごい量になる」と食品ロスの現状について、実感をもって学ぶことができました。

(2) 給食実践について

●栄養教諭による指導

栄養指導を全ての学年において実施しました。子どもたちの実態や発達段階を踏まえ、視覚的・体験的な活動を取り入れることで、楽しみながら食に親しむことができるようにしました。栄養教諭による専門的な指導を通して、子どもたちは食べ物の大切さや栄養バランスなどについて理解を深めるとともに、興味関心をもって取り組むことができました。



●学校独自の献立による給食実施



学校独自の献立による給食を平成30年度から実施しています。令和2年度は、「オリンピック5色で栄養満点給食」をテーマに、「5色牛どん」「あったか〜い長ねぎスープ」「グレープゼリー」を実施しました。

献立の作成に当たっては、給食委員の子どもが、オリンピック5色「赤・黄・緑・黒・青(白)」の食材には、どのようなものがあるか調べたり、その献立に合うデザートを選んだりしました。独自献立の実施により、子どもたちは給食をより身近に感じるとともに、嫌いなものも頑張ってお食べようとする気持ちをもつことができました。

●たてわりふれあい給食

縦割り班で異学年の子どもと給食を食べることを通して、絆を深め、楽しい給食の時間を過ごすことができるよう「たてわりふれあい給食」を実施しました。



給食の準備は、高学年の子どもが調理実習用のエプロンを持参し、中心となって行いました。高学年の子どもは、低学年の子どものために給食準備を行うことで、上級生としての自覚が生まれ、低学年の子どもは、準備をしてくれる上級生に対してお礼の言葉を述べるなど、感謝の気持ちをもって会食を行うことができました。

(令和2年度は新型コロナウイルスの影響で実施せず)

●美しい箸の持ち方 レッツ・トライ



毎日、給食の前に、正しい箸の持ち方と動かし方を練習する「美しい箸の持ち方 レッツ・トライ」を行いました。初めは、箸1本で持ったり動かしたりする練習を行い、慣れてきたら2本での持ち方を練習し、最後は2本の箸で動かす練習を行いました。実態に合わせて無理なく練習することができるようにしたため、子どもたちは少しずつ、正しい持ち方・動かし方に慣れることができました。

(3) 日常実践について

●朝ご飯チェックカード

朝食の欠食率を改善するため「朝ご飯チェックカード」の取り組みを行いました。毎日、「朝食を食べたかどうか」や「食べられなかった理由」について記入し、ひと月の終わりに、振り返りとこれから頑張りたいことをまとめました。

●大磯わくわくクッキング



家庭での料理の中で「今月の食材」が使われているものを探し、「わくわくクッキングシート」に書いて紹介する活動を行

いました。さらに、子ども同士の交流を深めるきっかけとするために、応募作品に感想や良いところなどのメッセージを書く「わくわくクッキングスイーツ」を行いました。活動を通して、子どもたちは、家庭で食に関する会話をしたり、食に対する親しみを深めたりすることができました。

●食育下敷き・食育コースター



子どもたちが、学校で学んだことを家庭生活においても意識することができるよう、食育キャラクターや啓発メッセージを掲載した「食育下敷き」「食育コースター」を作成し、全校児童に配付しました。

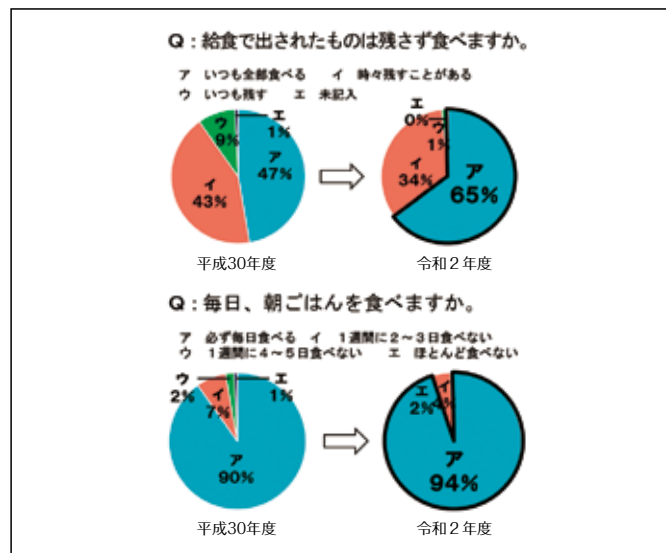
下敷きやコースターの配付を通して、子どもたちに朝ご飯を食べることや好き嫌いをしないことを呼び掛けるとともに、学校での取り組みを家庭へ伝えることができました。

3 まとめ

実践後のアンケートでは、「給食で出されたものは残さず食べますか」という質問について、約65%の子どもが「いつも全部食べる」と答えました。また、「毎日、朝ごはんを食べますか」という質問については、94%の子どもが「必ず毎日食べる」と答えました。これらの成果は、学校だけでなく、家庭・地域と連携しながら食育の取り組みを進めたことによるものと考えます。

今後も、子どもたちが心も体も健やかに成長し、生涯にわたって食に親しむことができるよう、家庭や地域と連携しながら、児童の実態を踏まえた指導を継続していきます。

【食に関するアンケート結果】



(文責 教務主任 犬飼 倫友希)

新取扱物資の紹介
(公財) 愛知県学校給食会
一般物資

当財団では、学校給食用物資の開発と品質向上及び円滑な供給に向けた方策を検討するため、学校給食関係者で構成される「物資供給事業委員会」を設置しています。

本委員会で開発された「開発物資」は不必要な添加物を使用せず、価格、品質、アレルギー等を考慮し、さらに近年では地場産物を活用した物資の開発など現場ニーズが反映される仕組みにもなっています。

現在取り扱っている開発物資は表のとおりですが、随時配合を見直すことで学校給食の変化に対応するよう努めています。

【愛知のしらす入りつまれ団子の紹介】

今回は、令和元年度開発物資である「愛知のしらす入りつまれ団子」を紹介します。

「愛知のしらす入りつまれ団子」は本委員会にて度重なる協議の結果、令和3年度1学期から取り扱うこととなりました。

夏が旬の「しらす」は『あいちの四季の魚・夏の魚』に選定されており、「ちりめんじゃこ」の名称の方が皆様には馴染み深いかもしれません。

しらすは、イワシ類(カタクチイワシやマイワシ)の稚魚で、春

から秋にかけて漁獲され、魚を丸ごと食べられる栄養満点の食材です。

その愛知県産の「しらす」を、「すけそうだら」と愛知県産の「あおさ」と練り合わせ、素材の味を活かしたつまれ団子に仕上げておりますので、是非ご活用下さいませようお願いします。

【さけ銀紙巻き(さけ中骨)の紹介】

さけの漁獲量は年々下降しておりますが、学校給食用として原料が確保できましたので、令和3年4月から取り扱いを開始します。

本製品はしろさけを使用し、中骨ごとさけの身をしょうゆと大根おろしで味付けてアルミホイルで包み、更に高圧処理することで骨も柔らかく、カルシウムを一層摂取することができます。10食入りのボイルパックになっておりますので、是非ご利用のほどよろしくお願いします。

その他取扱物資については別表「令和3年度新規取扱物資」を参照していただき、献立作成の際にご活用いただきますようお願いいたします。



開発物資一覧表

年度	品名	年度	品名
昭和49	スクールコロッケ	平成3	えびしゅうまい
	スクールハンバーグ(煮込み)	8	ヘルシーバーグ
	スクールハンバーグ(フライ)	10	パンキンハートコロッケ
	ミートボール	14	れんこんサンドフライ
50	しゅうまい	15	味付乾燥豆腐
	たきこみ五目	16	れんこんハンバーグ
53	たきこみわかめ	17	キャベツ入りメンチカツ
	小豆水煮缶	22	蒲郡みかんゼリー
54	ぎょうざ		愛知の五日厚焼卵
	いかフライ	23	米粉のコロッケ
	一口カツ	24	米粉のカレールウ
55	和風だしの素	25	米粉のホワイトルウ(小麦・乳抜き)
	中華風だしの素	26	レバー入りつくね(小麦抜き)
	洋風だしの素	28	愛知の大豆入りナゲット(小麦抜き)
58	愛学給春巻	29	愛知しそ入り鶏春巻
	愛学給けんちんのだ	30	愛知ポークのウインナー
62	スクールハンバーグ(バーガー)	令和元	愛知のしらす入りつまれ団子
63	厚焼き卵		合計 35品目

令和3年度新規取扱物資

冷凍物資	規格
★愛知の豆腐ステーキ	50g・60g
★愛知県産根菜コロッケ	50g・60g
★愛知のしらす入りつまれ団子	1kg
さけ銀紙巻き(さけ中骨)	50g・60g

★印は県産食材使用物資

これまで委員会によって配合、栄養、味等を検討し開発されてきた物資は、当財団HPでご紹介しています。



<http://aigaku.org/kyoukyuu/ippann/1-kaihatu.html>

自分なりの目標をもち、残さず食べようとする子の育成

～給食もったいない週間や食育の取り組みを通して～



一宮市立木曾川東小学校
栄養教諭
野田亜紀子



はじめに

本校は648名の児童が在籍し、給食室が校内にある単独調理場方式の小学校です。校内に給食を作っているよい香りがたどよい、給食を心待ちにしている児童が多くいます。一方で、苦手なものは残したり、食べる前から量を極端に減らしたりする姿も見られました。そこで、平成29年度より、給食を残さず食べる意欲が高まるよう、『給食もったいない週間』を実施することにしました。

自分なりの目標をもって取り組む「個別チェック表」

チェックは個別に、牛乳・主食・副菜(おかず)について、◎(全部食べた)、○(減らしたが食べた)、×(残した)の3段階で行います。自分の食べられる量に、あらかじめ調節した上で取り組めることで、自分の食べられる量を考える機会となると同時に、少食な児童であっても○をつけることができ、達成感を味わうことができました。

1週間の『給食もったいない週間』では、その期間を過ぎると次第に気持ちの高まりがなくなってきました。そこで、学期に1回の年3回、チェック表を画用紙の台紙に貼り重ねて、前回の自分の結果を確認できる形にしました。すると、取組後の感想に「前は×があったけど、今回は○ばかりになって、よかった」「次は◎がもっと増えるようがんばりたい」などと書く児童が増えてきて、他の子との比較ではなく、自分をもっとよくしていきたい、という意欲を高めることができるようになりました。

給食に関する個別の記録としての活用

『給食もったいない週間』チェック表の結果は、◎を2点、○を1点、×を0点として数値化し、個別に記録しています。積み重ねた記録を比較すると、少しずつでも食べられるようになった成長が分かります。逆に、以前は飲んでいた牛乳を残すようになった、など児童の変化を見ることができ、担任が替わっても、児童の食に関わる実態を知る手がかりとしても活用しています。

生きた教材としての学校給食の活用

「なぜ給食を残さないことが大切なのか」を伝えるためには、日頃の食育活動が大切です。成長期に必要な栄養素がとれるように考えられている学校給食は、食事のよい見本となっています。それを残さず食べることで、バランスよく栄養が摂取できるということを、学年に合わせて伝えていきます。1年生では、その日の給食の食材を3つの働きに分ける指導の中で、「毎日の給食は、必ず3つの働きの食品が使われているんだ」「残さず食べれば、どの働きの栄養もとることができるね」と確認し、自分の健康のために食べるという意識づけをしています。3つの働きの指導は、食育の基本となる知識なので、朝食をテーマとした2年生や、カルシウムに注目する5年生、自分でメニューを選択する6年生の指導でも繰り返し取り上げて、知識の定着を図っています。

校内放送を活用した知識の定着の試み

新型コロナウイルス感染症対策で前向き給食になったことをきっかけに、今まで、放送委員会をお願いしていた献立放送を見直しました。給食委員会が、献立ひとこと指導に加え、その日に使われている食品を3つの働き別にして毎日伝えることにしました。放送を始めてから、食育授業で3つの働きの指導をすると、「給食の放送で聞いたから分かったよ」「毎日放送しているよね」と、児童の反応がよくなっているのを実感しています。

おわりに

食に関する知識は、一度の授業ではなかなか定着しません。また、給食を残さず食べようとする意欲も、ずっともち続けることは難しいものです。『給食もったいない週間』で食べる意欲が高まり、食育の授業でその大切さに気付いて、毎日の給食で少しずつ実践していく。その継続した取組によって芽生えた、子どもたちなりの小さな目標が、やがて食習慣として定着していくことを願い、これからも実践を重ねていきたいと思っています。



令和3年度 公益財団法人愛知県学校給食会事業計画

公益財団法人愛知県学校給食会は、学校教育の一環として行われている学校給食の円滑な実施並びにその充実発展に努め、学校給食を通じて食育の推進を支援することにより、広く児童及び生徒の心身の健全な発達に寄与することを目的として活動しています。令和3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、栄養教諭等、市町村職員等関係者)を委員とする「物資供給事業委員会」において、ご意見等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等をいただきながら、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、栄養教諭等を対象とした「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、校長、栄養教諭、県教委職員を委員とする「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、栄養教諭等や県内の小中学生親子を対象とした事業等を開催し、学校給食献立の充実や食育活動の推進と支援を行います。



人事異動

退職(3月31日付)	事務局次長兼物資課長 加藤 雅巳
	検査普及課長 山中 龍治
	総務課 主任(経理) 穂浪 勝枝
再任用(4月1日付)	事務局次長兼物資課長兼検査課長 加藤 雅巳

令和3年度 学校給食関係行事予定

開催日	行事名	場所	対象者	主催
4月23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19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	愛知県栄養教諭研修会・総会	ウィルあいち	栄養教諭等	栄養協
6月1日	東海北陸近畿ブロック学校給食研究協議会	岐阜県	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	県学校給食総合センター	県給食会理事	県給食会
6月下旬	定時評議員会	県学校給食総合センター	県給食会評議員	県給食会
6月26日～27日	食育推進全国大会	岩手県	食育関係者	農林水産省 岩手県
7月27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30日	学校給食衛生管理等研修会	ウィルあいち	栄養教諭等	県教育委員会
8月2日～3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
8月3日	学校食育推進研修会	ウィルあいち	栄養教諭等	県教育委員会
8月5日～6日	全国栄養教諭・学校栄養職員研究大会	群馬県	栄養教諭等	文部科学省他
8月予定	パン製造技術講習会	中部パン技術センター	栄養教諭等	パン協
8月予定	学校給食料理講習会	県学校給食総合センター	栄養教諭等	県給食会
8月23日	愛知県栄養教諭研究大会	ウィルあいち	栄養教諭等	栄養協
10月上旬	学校給食教室	県学校給食総合センター	保護者	県給食会
10月21日～22日	全国学校給食研究協議大会	北海道	学校給食関係者	文部科学省他
10月22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～れんこん掘り体験～	愛西市	小学生と保護者	県給食会
11月7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
1月6日	食品検査技術講習会	県学校給食総合センター	栄養教諭等	県給食会
1月19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～魚について学ぼう～	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	県学校給食総合センター	県給食会理事	県給食会
3月下旬	臨時評議員会	県学校給食総合センター	県給食会評議員	県給食会

(注)日程については予定です。今後はコロナウイルス禍による行事の中止や順延が予測されますので、各会の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 = 愛知県栄養教諭研究協議会 ● パン協 = 一般社団法人愛知県学校給食パン米飯協会



<http://www.aigaku.org>

献立紹介



名古屋市立柳小学校
栄養教諭
菱田美絵子

献立名 プレーンロールパン 牛乳 ポトフ
キャロットラペ ラ・フランスゼリー



主な献立の作り方

〈ポトフ〉

材料(小学校 一人分)

ポークウイナ	30g	塩	0.5g
じゃがいも	30g	黒こしょう	0.02g
にんじん	10g	ロリエ	0.01g
たまねぎ	30g	コンソメスープの素	0.5g
パセリ	0.5g	スパークリングワイン	1g
サラダ油	0.3g	水	80～90g

調理手順

- ① じゃがいも・たまねぎは一口大に切り、にんじんは小さめの乱切りか、いちょう切りにする。
- ② パセリは流水でよく洗いまじん切りにし、水にさらす。
- ③ ポークウイナは1/2に切る。
- ④ 油を熱し、にんじん・ポークウイナ・たまねぎ・じゃがいもの順に塩・黒こしょう・ロリエをしながらいため、水を加え煮る。
- ⑤ 沸騰したらあくを取り、コンソメスープの素・ワインを加え煮る。
- ⑥ 最後にパセリを加え、火を止める。

〈キャロットラペ〉

材料(小学校 一人分)

にんじん	15g	塩	0.1g
塩	0.1g	酢	1.5g
ホールコーン(缶)	15g	調理用マーマレード	3g
オリーブ油	0.5g		

調理手順

- ① にんじんは細切りにしゆで、流水等で十分さまし塩をふり水切りする。
- ② ホールコーンは汁を切る。
- ③ オリーブ油・塩・酢・マーマレードをまぜあわせ①・②をあえる。

名古屋市は、ロサンゼルス市・メキシコ市・南京市・シドニー市・トリノ市・ランス市の6つの都市と姉妹友好都市提携を結んでいます。給食では、それぞれの提携した月に都市のある国の特徴的な料理を取り入れた特別献立を実施しています。例えば、ロサンゼルス市の献立には、「ハンバーガー」や「ホットドック」、トリノ市の献立には、「野菜畑のリゾット」、メキシコ市の献立には「ソーセージのタコス」などがあります。

今回紹介した献立は、平成29年10月に姉妹都市提携を結んだランス市の特別献立です。フランスのランス市があるシャンパーニュ地方では、スパークリングワインのひとつであるシャンパン作りが盛んに行われています。そこで、フランス産のスパークリングワインを入れたフランスの伝統

的な家庭料理であるポトフを献立に取り入れました。また、キャロットラペとは「おろし器でスライスしたにんじん」という意味で、フランスでよく食べられているサラダです。児童が食べやすいように、マーマレードを使ったドレッシングをあえました。どちらの献立も児童にとっても好評でした。



献立実施日に、各学級にランス市の紹介ポスターを配布しました。ポスターにポトフに使われているスパークリングワインの写真と説明を載せたところ、どの児童も興味深く、よく味わいながら食べていました。

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		
プレーンロールパン	302	8.1	0.0	8.7	398	53	24	0.5	0.8	1	0.12	0.10	0	1.3	1.0
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
ポトフ	139	4.9	4.0	8.9	498	13	14	0.4	0.6	75	0.13	0.06	18	1.2	1.3
キャロットラペ	31	0.4	0.0	0.6	93	4	4	0.1	0.1	109	0.01	0.02	1	0.9	0.2
ラ・フランスゼリー	34	0.0	0.0	0.0	26	1	1	0.8	0.0	0	0.00	0.00	18	1.4	0.1
合計	644	20.2	10.8	26.0	1099	298	64	1.8	2.3	263	0.34	0.49	39	4.8	2.8

(1人分の栄養価)