



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
261
号

2026.1.1

わあーい給食だ



八事五寸にんじん

特 徴

大正8年（1919年）、八事地区（名古屋天白区）の農家が、東京の種苗店から購入した種子から収穫したニンジンの中から優れた8本を選び、それを原種にして育成したのがルーツと言われている。旬は、12～3月です。

[出展:あいちの伝統野菜について]

<https://www.pref.aichi.jp/engei/dentoyasai/index.html>

もくじ

- 1-2 新年のあいさつ
- 3-6 特別対談
- 7-8 特集 あいちの味覚たっぷり！
わが家の愛であ
朝ごはんコンテスト
- 9 お知らせ
- 10 シリーズ食育
- 11 献立紹介



「楽しく給食 いただきます！」

稲沢市立千代田小学校

次のステージに向けて

公益財団法人 愛知県学校給食会
理事長 高橋 伸至



あけましておめでとうございます。

当財団は、昨年6月1日に設立70周年を迎えました。これもひとえに、学校給食に携わっておられるすべての皆さま、とりわけ学校給食食品供給の関係者の皆さまのご支援によるものと深く感謝いたします。

昨年は、米や野菜の不足などによる価格高騰により、学校給食食品の安定供給にとって大きな影響がありました。しかし、そうした中でも、本県は、従来からのJAあいち経済連との契約により、主食(パン・米飯・めん)の安定的かつ低廉な供給体制を維持することができました。

学校給食における当面の課題は、価格高騰など社会情勢の急激な変化の中にあっても、学校給食の質を維持することであると思います。限られた財源の中で、質の高い学校給食を将来も維持していくため、学校給食関係機関・関係者からのご要望などをもとに、当財団は学校給食に関わる公益法人としてその役割を最大限に果たしてまいります。

当財団の定款では、①学校給食用食品の安定供給、②学校給食用食品の安全確保と衛生管理、③学校給食等の普及啓発と食育推進の3つの主要事業を掲げています。

昨年は、定款の一部を改正し、食品の供給先を幼稚園や保育所へも広げるとともに、新たに「経営戦略ビジョン」を策定して、この主要3事業のほか、④経営基盤の強化と、⑤組織力の強化等を加えた5つを重点課題とし、財団の経営の方向性を決めました。

学校給食のさまざまな課題に対処していくため、70周年を機に、次のステージに向けて、新たな事業展開を積極的に進めてまいります。

年頭に当たりまして、今後も、皆さまの一層のご理解とご支援をいただきますようお願い申し上げます。

新春を迎えて

愛知県知事
大村 秀章



あけましておめでとうございます。

昨年は、7月に「IGアリーナ」がついにグランドオープンしました。

また、「ジブリパーク」が開園から3年を、「STATION Ai」がグランドオープンから1周年を迎えたほか、「TechGALA Japan 2025」、「愛・地球博20祭」、国際芸術祭「あいち2025」を開催するなど、国内外から多くの人が愛知を訪れ、賑わいと笑顔に溢れた1年となりました。

そして、今年は、9月に「第20回アジア競技大会」が、10月には「第5回アジアパラ競技大会」が、いよいよ開幕を迎えます。

県民の皆様と一緒に、両大会を大いに盛り上げ、愛知を更に元気にしてまいりたいと思いますので、一層のご支援をよろしくお願い申し上げます。

2027年の「アジア開発銀行年次総会」、2028年の「技能五輪国際大会」など、今後もビッグプロジェクトが目白押しです。

これらのプロジェクトを着実に進め、ここ愛知から、日本の成長を牽引してまいります。

また、人口減少・少子化対策を始め、社会基盤整備や農林水産業の振興、教育、女性の活躍、医療・福祉、感染症対策、環境、雇用、多文化共生、防災・交通安全、東三河地域の振興など、県民の皆様の生活と社会福祉の向上、次代の愛知を担う「人づくり」にも全力を注いでまいります。

引き続き、すべての人が輝き、未来へ輝く「進化する愛知」の実現に向け、全力で取り組んでまいりますので、一層のご理解とご支援をお願い申し上げます。

チーム学校で行う食育と学校給食

愛知県教育委員会
教育長 川原 馨



明けましておめでとうございます。

子供たちの健康を支えるとともに、食育を展開する上でまたとない教材となる学校給食は、栄養教諭はじめ生産者や食品業者の方々の御理解・御協力があって成り立っています。物価高騰が続く中、日々の献立に必要な食材の供給、衛生管理の徹底、そして安全性の確保に御尽力いただいていることに、改めて感謝申し上げます。

さて本年度、栄養教諭制度ができて20年を迎えました。栄養教諭は、専門的な知識を活かし、栄養管理や食に関する指導を通じて、食べることの意味を伝え、感謝の心を育む重要な役割を担っています。

本年度、愛知県学校給食表彰を受賞される優良学校・共同調理場の給食の時間や教科等の授業の実践は、とりわけ素晴らしいものであったと聞いております。これは、平成28年に文部科学省より発行された「栄養教諭を中核としたこれからの学校の食育」を受け、「チーム学校」で取り組んできた成果の一つと考えます。学校現場では、担任や教科担任が栄養教諭とタッグを組み、子供の現在、そして未来の食と健康を支えています。

子供たちが笑顔で「いただきます」、「ごちそうさま」と言える毎日が続くことが、県教育委員会の願いです。今後とも皆様の御理解・御協力を賜りますようお願い申し上げます。年頭のあいさつといたします。

食で子どもたちを幸せにするために

愛知県栄養教諭研究協議会
会長 毛利 敦子



あけましておめでとうございます。

昨年は「いのち輝く未来社会のデザイン」をテーマに、大阪・関西万博が開催され、持続可能な食や暮らしについて、世界的な関心が高まりました。その一方で、近年の気候変動による米の供給不足や価格高騰など、社会課題が浮き彫りとなりました。食を取り巻く社会環境が大きく変化し、食生活の多様化が進む中、学校ではSDGsの学習を通じて、子どもたちが給食の食べ残しを減らす取組をしたり、世界の食糧問題について調べたりするなど、「学校給食」という身近な生きた教材を通して、食の大切さを実感しています。

令和7年4月には、文部科学省より「栄養教諭等による食に関する指導等の充実について」の通知が発出され、栄養教諭が食に関する指導の中心的な役割を担う教員として、より一層の活用が期待されるようになりました。私たち栄養教諭は、学校における食育の中核として、「食で子どもたちを幸せにする」ことを目指し、チーム学校の一員として日々取り組んでいます。

愛知県に栄養教諭が誕生して20年が経ちます。管理栄養士・栄養士の資格を持つ教員として、専門的な知識を生かし、子どもたちの健康教育の担い手として、健康課題の改善や心身の健やかな成長を支える存在になれるよう、資質の向上に努めてまいります。

本年も、皆様の温かいご支援とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

(<https://www.aichi-ek.com/>)

特別対談



愛知県産100%の 給食主食がつなく 農業と 子どもの未来

公益財団法人
愛知県学校給食会 理事長
たかはし しんじ
高橋 伸至

愛知県では26年間にわたり、学校給食に100%愛知県産米を提供してきました。その実績をはじめ、近年の価格高騰や気候変動に対する対応策、さらには小麦の国産化への取り組みに至るまで、JA あいち経済連の中野常務理事と愛知県学校給食会の高橋理事長が語り合います。愛知の給食の主食から見る現状と、その展望とは。

JA あいち経済連
常務理事
なかの おさむ
中野 修

※令和7年10月7日 安城市高棚町の圃場にて撮影

「オール愛知」をスローガンに始まった 学校給食の地産地消への道のり

高橋：はじめに、愛知県の学校給食におけるお米の取り組みについてお話を始めさせていただきます。まず愛知県の実状をご説明しますと、小中学校の給食実施日が約190日、9年間のトータルで1700食ほど子どもたちは給食を食べます。そのうち、ご飯（米飯給食）の回数が約76%を占めています。つまり、約1300日もの間、子どもたちはクラスメイトと一緒においしいご飯を食べて巣立っていくわけです。

中野：約1300日と考えると、本当に大きな数字ですね。

高橋：そうですね。そして平成11年、1999年からは愛知県産のお米100%で給食を支えていただいております。もう26年、四半世紀になります。この長年にわたる取り組みについて、生産者の皆様、JAグループとしてどのような考えで学校給食を支えてこられた

のか、お聞かせいただけますか？

中野：平成11年までは、国が政府米を学校給食に供給していました。それが民間に移行することになったんです。愛知県は農業の生産地でもあり消費地でもあるということで、「愛知県産のお米で供給しよう」ということになりました。最初は「オール愛知」というスローガンで始まったのですが、各地域の生産者の方やJAから「もっと地域密着型でできないか」という要望があり、今では農協単位や市町村単位で、そこで取れたものをできる限り供給する仕組みに変わっています。

高橋：地域に根差した取り組みに進化していったわけですね。

中野：JAも地域に密着した組織ですから、生産者の方も「自分たちで作ったものを地元の子どもたちに食べてもらいたい」という思いが非常に強いです。学校給食の食材の中で、当時100%地元産を使えるのはお米しかありませんでした。私自身も学校給食を食べて

育ちましたが、家で食べるご飯とは違い、給食にはなにか特別な位置づけがありますよね。友達と一緒に食べる思い出は、良いも悪いも記憶に残ります。9年間地元のものを食べて育った子どもたちが、大人になった時に「学校給食で食べたあの味」という思い出とともに、地元のものを消費してくれるようになれば嬉しいです。

高橋：まさに食育ですね。食育推進法が成立したのが平成17年で、今年でちょうど20年になります。「地産地消」という言葉が学校給食の現場で注目されるようになってきたのもこの頃からです。愛知県が地域に根差したお米をその学校に届けるという仕組みを構築してくださったことは、本当にありがたいことです。

給食用米の安定供給を最優先に 価格高騰や不足にも対応

高橋：昨今お米の価格高騰が大きな問題になっています。学校給食の主食の76%がご飯ですから、現場でもかなり影響があるかと思うのですが、価格や県産米の確保について、どのような工夫をされているのでしょうか？

中野：確かに給食費にも影響が出ているかもしれません。ただ、生産現場を見ると、資材や人件費が高騰していて、生産者の経営自体も相当厳しいのが現状です。ですから、一定部分の値上げは仕方ない面もあります。最近では、お米が足りず生産者のところに直接買いに来るといった事例もあり、集荷競争が激しくなっています。そのようななかでも学校給食においては、JAグループとして最優先で全量供給することを決めており、愛知県の子どもたちに愛知県産米を安定供給することを第一に考えています。この先の環境は不透明な部分もありますが、今後も安定供給ができるようにしていきたいですね。

高橋：本当に心強いお言葉です。実は令和7年3月の段階で、47都道府県のうち11都府県が年間の学校給食用のお米の確保見通しが立たないという、極めて異常な状態でした。九州のある県では4月中旬以降、他県産米で供給していたという話も聞きました。その点、愛知県は経済連の力もあって、必要量を確保できたことは本当にありがたかったです。

学校給食用パンに県産小麦60%を使用 湿害対策をしながら100%達成を目指す

高橋：では次に、小麦についてお聞きしたいと思います。愛知県では「きぬあかり」や「ゆめあかり」の普及によって、県産小麦の活用が広がってきています。令和8年度中には、学校給食用パンの小麦が愛知県産60%、国産40%で、外国産ゼロのオール国産にする見通しです。大阪や東京などの大都市部では難しいことですから、愛知は本当に誇らしいと思います。ただ、高温多湿な気候の中で小麦を生産するのは難しいと思うのですが、どのような苦労があるのでしょうか？

中野：あまり知られていませんが、愛知の小麦は生産面積で全国6、7番目くらいの規模なんです。お米がだいたい20番目くらいですから、順位的には小麦の方が上ですね。ただ、愛知の小麦は大半が水田で作る小麦です。水田だと「湿害」の影響を受ける恐れがあります。そのため生産者の方は、湿害が起きないように圃場整備をするなど、ひと手間かけた方法で進めています。パン用の小麦を水田で作ろうとすると課題が多く、まだ、愛知県産100%というわけにはいかないのです。それで、愛知県産60%、北海道などからの国産40%という割合になっているんだと思います。今後は、ソフトめんなどのめん類も含めて、お子さんたちに喜んでいただけるよう、愛知県産100%を目指して頑張っていきたいです。

高橋：この「オール国産」の取り組みについて、愛知県の栄養教諭の皆さんの前で話したとき、会場からわっと歓声が上がったんです。皆さんも待ち望んでいたんだと感じました。その一方で、なぜその取り組みが進まなかったのかという疑問を持たれる方もいるかと思っています。そのあたりはしっかり説明をして理解を深めていただきながら、新しい歩みを進めていけたらと思います。



高温耐性品種を開発することで進む 地元農産物の魅力の発信

高橋：次に、気候変動の影響についてお聞きします。気象庁のデータでは、2024年と10年前の2014年を比較すると、名古屋市の気温が1～2度も上昇しているそうです。これは農作物にとって大変なことですよね。「あいちのかおり」や「あいちのこころ」などお米の品種改良について、教えてくださいませんか？

中野：愛知県は、全国的に見ても夏場の気温がトップクラスで高い県だと思います。高温による品質低下を回避するために、JAグループと県で栽培技術の改善に取り組んでいますが、もう栽培技術でどうこうできるレベルを超えているかもしれません。そこで開発したのが「あいちのこころ」という品種です。これはJAグループと県が共同研究で育種した品種で、既存の品種より高温耐性があります。「あいちのかおり」本来は10月初旬以降が収穫適期ですが、異常気象で9月下旬から収穫するケースも出てきていて、品質が下がることもあります。この気候が当たり前になってきているので、どう乗り切っていくか改めて考える時期にきていますね。

高橋：「あいちのこころ」が少しずつ学校給食でも供給されていると聞いて、嬉しく思っています。では、愛知県産米100%を守り続ける秘訣があれば教えてください。

中野：栄養教諭の方をお願いしたいのは、学校給食を通じて「愛知県が農業県であること」を発信していた

だくということです。お米や小麦だけでなく、園芸作物も色々作られていますし、牛や豚などの畜産もあります。愛知は自動車関連の工場も数多く点在するため、「愛知イコール工業」というイメージがあるかもしれませんが、農畜産物を幅広く生産している県でもあります。

高橋：小学生が稲刈りなどの体験を通して生産者の方と交流する機会も増えているなど、農業県ならではの特徴もありますね。そうした活動が地元愛を育てていると感じます。子どもたちが地元生産者の方の方と親しむ機会をいただけて、本当に心強い限りです。

小麦の国産比率向上を目指し 食育と地産地消を推進

高橋：先ほども少し話題に出ましたが、改めて食育という観点から、学校給食をどのようにお考えですか？

中野：私自身、過去に何度か申し上げていることとして「朝食」を学校給食でやれないかと考えているんです。近年、子どもの朝食欠食率が問題になっています。一番心配なのは、朝ごはんを食べないのが当たり前になり、その子が親になった時に、それが当たり前として生活してしまうことです。毎日だけでなく、たとえば週に1回だけでも朝ごはんをみんなで食べる日を決めれば、欠食率も下がってくると思います。欠食が子どもの発育に良くないことは科学的に証明されていますから、「朝食を食べる」ということ自体が食育だと思っています。

給食に使われているあいち米

あいちのかおり

大粒でつやと粘りのバランスが最適

- 外観：粒形が崩れにくい
- 味：何にでも合うあっさりした味
- 粘り：粒感を感じる
しっかりとした食感
- メニュー特性：寿司・丼もの・
チャーハン・ピラフ等
- 総評：大粒でしっかりとした食感が
評価され、飲食店などを中心に採用
されています。
- 収穫時期：10月中旬

あいちのこころ

大粒で安定品質の新品種

- 特性：
 - ・高温耐性を有した早生品種で、夏の暑さに強い。毎年安定した品質のお米をお届けします。
 - ・あいちのかおり由来の「大粒でしっかりした食感」「あっさりとした味」が特徴で、家庭用精米から飲食店まで、幅広い用途に適しています。
- 収穫時期：9月中旬



無洗米



精米



高橋：食べることは生きていく上での基本中の基本ですからね。社会全体、地域全体で支えていくきっかけを作ることが大事ですね。一步一步でも輪が広がっていくことを願っています。また、今後の展望としてお聞きしたいですが、小麦供給の長期ビジョンについてはいかがでしょうか？

中野：パン用の硬質小麦の生産量を増やしていく必要があります。硬質小麦の需要は大きいのですが、パン用は圧倒的に外国産が多いです。めん用は国産比率が高いですが、計画的にパン用の硬質小麦を実需者に使ってもらえる品質で増やしたいと考えています。

高橋：農林水産省でも、小麦のオール国産化は大きな課題ですね。愛知県もこの役割を担って、力強く前に進んでいかなければと思います。学校給食でも、パン用小麦の愛知県産比率を段階的にステップアップできたらと願っています。

地産地消の価値を広めることで 持続可能な農業と学校給食を支える

中野：最後に、農業の持続可能性の問題についてお話ししたいのですが、国でも再生産可能な適正な価格形成が議論されています。ただ、再生産可能な価格というのは、地域の特性や立地条件によって大きく異なります。

例えば、平坦で圃場整備された田んぼで作るお米と、一反もないような山間地で作るお米では、生産経費が違って当たり前です。持続可能性を求めるなら、生産

者が継続して作ろうという意欲が湧く価格にしなければなりません。それが地域農業の生産基盤の維持や発展につながり、学校給食への安定供給にもつながると思います。その辺りも、ご理解とご協力をお願いできればと思います。

高橋：非常に重要なテーマですね。現在、経済連さんの集荷量の約20%が学校給食で使用されています。それを支えていただいている生産者の皆様には、本当に感謝の気持ちしかありません。

また、農地や水田の持つ力というのは、単にお米を生産するだけではなく、集中豪雨や水害の時に保水する力を持っています。ダムや河川だけでは持ちこたえられない時に、私たちの生活を保全していただいているという意味でも、農家の皆様が営農していただけることが大きな力になっているのです。この認識を今後ももっと広めていきたいと思っています。

中野：JAグループとしても、一般の消費者に水田の価値を広めていかなければならないと思います。「地産地消って大切だよね」という気づきを含め、情熱や熱量を持って新しいことに取り組んでいく姿勢を、大切にしていきたいです。

高橋：私たちもJAの皆様と力を合わせ、「地産地消の価値」を広めていきたいと思っています。地域の力でつなげる「食」を、これからも共に守り育てていきましょう。社会的な理解が深まり、いい形で循環していくことを願っています。本日は貴重なお話をありがとうございました。



わが家の"愛であ"朝ごはんコンテスト

「あいちの味覚たっぷり！わが家の愛であ朝ごはんコンテスト」は、愛知県内の小学5・6年生を対象に愛知県教育委員会・公益財団法人愛知県学校給食会主催、東海学園大学の共催により開催しています。

このコンテストは、地元の食材や郷土料理を取り入れながら、家族でおいしく食べる「愛であ朝ごはん」の献立づくりや調理などを通して、親子で望ましい食生活について一緒に話し合ったり、家族の絆を深めることを目指して実施しています。

本年度は7,153点もの応募献立から予選で選ばれた10名の小学生が、11月2日（日曜日）に名古屋市天白区の東海学園大学名古屋キャンパスにおいて開催された本選で、実際に朝ごはんの調理を行いました。本選における審査結果は以下のとおりでした。

コンテスト結果

最優秀賞

一宮市立丹陽南小学校 6年 ^{みちした}道下 ^{みおり}美織

いつもの朝ごはんが、あいちの食文化で大変身!!
オリジナル鮭ひつまぶし定食で楽しい朝ごはん

鮭と切り干し大根のひつまぶし、角麩の肉巻き、納豆卵焼き、十六さ
げのおかか和え、トマトと長いもの塩こんぶサラダ、自家製みそで作っ
たなすと玉ねぎのお味噌汁

【自分で考えたことや工夫したこと】

- ・いつものごはん、みそ汁、焼魚、納豆のマンネリ朝食を楽しく食べられるような、名古屋名物ひつまぶしからヒントを得て、鮭のひつまぶし定食を考えました。
- ・令和の米騒動で米不足が続いているので、かさ増しとして切り干し大根を加え、ボリュームもたして栄養価もアップさせました。
- ・おいしく食べられるように色どりや盛りつけ器にもこだわりました。

【家族で話し合ったこと】

- ・味噌に興味を持ったので旅行先で全国の味噌の食べ比べをしました。自宅で自家製味噌作りにも挑戦しました。
- ・地域の産直市場に行き、地元産の食材を探しました。



優秀賞

刈谷市立小高原小学校 6年 ^{にしお}西尾 ^{ふみ}楓実

元気いっぱい！愛いっぱい！地元いっぱい！朝ごはん

大根菜としらす混ぜおにぎり、豚しゃぶの梅肉ソースのせ、野菜キッシュ、切り干し大根の煮物、フレッシュサラダ、あさりの味噌汁、れんこんとひじきのゴママヨ和え、いちじく、西屋のお茶

【自分で考えたことや工夫したこと】

豚しゃぶとあさりが好きなので、この2つの食材を中心にこん立てを考えました。朝ごはんなのでさっぱり食べられるように梅肉ソースをかけました。野菜も好きなので、愛知特産の野菜をたくさん食べられるように野菜料理をいろいろ作りました。栄養バランスも彩りもバッチリで、ぜひみんなに食べてほしい朝ごはんができました。



【家族で話し合ったこと】

朝はみんなバタバタしているけれど、朝ごはんはしっかり食べて元気にすごせるようにできるといいねと話しました。体によくておいしいこんだてにして朝からみんなが笑顔になるといいなと話しました。

優秀賞

西尾市立西尾小学校 5年 いしかわ めいこ
石川 芽衣子

グルテンフリーで健康朝ごはん!!

米粉まっ茶むしパン（アーモンド入り）、西尾まっ茶がけ大学いも、愛知県産しじみ汁、手作りソースのバナナ豆乳ヨーグルトがけ

【自分で考えたことや工夫したこと】

私は、アトピーです。小麦粉を使わずに米粉を使った料理を考えました。さらにビタミンや鉄分、亜鉛の栄養素をいしきてメニューにしました。

【家族で話し合ったこと】

大好きなパンを健康でおいしく食べられるようにするためには、どうしたらいいか、話し合いをしました。また、西尾のとく产品を使ってメニューにしました。



優良賞

愛知の充実モーニングで パワーチャージ



稲沢市立大塚小学校 6年 やまぐち ささね
山口 紗佐寧

八丁味そたっぷり あったかあさごはん



犬山市立今井小学校 5年 ながせ たいが
長瀬 琥牙

ギネス野菜で朝ご飯



扶桑町立柏森小学校 5年 いしだ こうた
石田 煌汰

栄養たっぷり愛知のめぐみいっぱい 豆腐パン



清須市立新川小学校 6年 はぎわら なおき
萩原 尚樹

0おいしさ弾ける!! Bぶどうとブルーベリーで うろうおう心と身体! 大府のみりよくたっぷりパンケーキ



大府市立共和西小学校 5年 まつい あおい
松井 葵

元気モリモリ! 渥美盛りだくさん朝ごはん



田原市立伊良湖岬小学校 6年 こくほ たいよう
小久保 太陽

新城たくさん朝ごはん



新城市立新城小学校 5年 こまつ あいな
小松 愛和

貸出教材の紹介

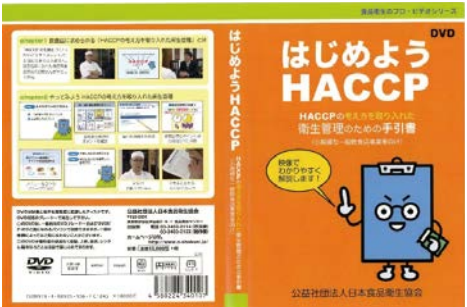
DVD

食品衛生の基礎 **おすすめ**



HACCPの前提条件となる一般的な衛生管理についての解説を収録したDVDです。食品取扱者の個人衛生や手洗い、食材の受け入れ、二次汚染の防止方法など、さまざまなシーンでの衛生管理を、映像とともにわかりやすく説明しており、新人研修や職員教育の教材としても最適です。

はじめようHACCP **おすすめ**



映像化により、わかりやすく、HACCP普及を目的とした講習会はもちろん、給食関係者が自ら取り組むための教材としてもご利用いただけます。

書籍

からだをつくろう 上巻、下巻 **新規**



身体を健康で、元気にしておくために、どんな食べ方、栄養をとればいいのか、おやつを食べ過ぎていないか?などがクイズになっています。
三者択一式の低学年向きです。

考える子食べる子元気な子 **新規**



学級指導・保護者への活動
ランチルームの活用
学校給食を健康教育の一環として取り組んできたことを取りまとめた実践集です。様々な場面で参考にいただけるものです。

貸出の申込先:公益財団法人愛知県学校給食会
本会ホームページの「食育と推進と支援」の各種申請書類→食育教材貸出申込書兼借用書を活用してください。



令和7年度学校給食文部科学大臣表彰校
👑 安城市立桜井中学校
👑 半田市立乙川中学校

文部科学省は、学校給食の普及充実を図るため、その実施に関して優秀な成果をあげた学校及び共同調理場に対して「学校給食優良学校等」として表彰しています。

シリーズ食育

73

児童が自ら楽しみながら 学ぶための工夫



名古屋市立船方小学校
栄養教諭
菅野 悠香

はじめに

本校では、約600食の給食を自校方式で調理しています。調理場が校内にあるため、調理が始まると校内には給食を作っている良い香りが広がり、給食を楽しみにしている児童が多くいます。給食が好きでよく食べる児童がいる一方で、給食時間の様子を見てみると、使われている食材や味付けなど献立の内容にまで関心をもっている児童は少ないように感じるがありました。そこで、児童が自ら食への興味関心を高め、楽しみながら知識をつけることを目指して行っている実践を紹介します。

学級担任と連携した日常的な食育活動

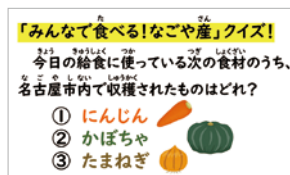
給食時間になると、各学級のモニターにその日の献立や配膳例を図で示した「給食カレンダー」が映し出され、配膳が始まります。カレンダーには、献立名や配膳例に加え、特別献立や新献立のお知らせ、使用している食材とその仲間分け、その日に出るごみの分別が記載されています。



〈学級で給食クイズに取り組む様子〉

また、喫食時には、その日の献立や使用している食材を取り上げた1日1問の「給食クイズ」に取り組んでいます。自分がその日訪問しない学級でも児童が毎日食の情報に触れ、関心をもつことができる機会を作りたいと考え、昨年度から作成を始めました。

クイズに取り組む始めてから、児童からは「今日のクイズは難しかった!」「給食クイズで知ったことを家でも(家族に)教えてあげたよ!」、担任の先生方からは「配膳中に話題になった献立の疑問がちょうどクイズになっていて、クラス全体が盛り上がりました」「カレンダーとクイズがあることで、楽しみながら知識を増やすことができている」といった話を聞く機会が増えました。保護者の方からも「給食時間のクイズが楽しいようです」といった声をいただき、嬉しく感じています。



〈給食クイズの一部
(クイズ)〉



〈給食クイズの一部
(答え)〉



日々の給食献立を活用した食育の授業

食育の授業では、日々の給食を生きた教材とする授業づくりに努めています。例えば、1年生の授業では、食べ物はその働きによって黄赤緑の3つのグループに分けられること、給食には3つのグループの食材がバランスよく使われていることを学習し、自分たちで仲間分けした授業当日の給食の食材を、「給食カレンダー」を使用して答え合わせしました。

また、和食文化について学習する6年生の授業では、和食によく使われる食材の頭文字をとった「まごわやさしい」という言葉を知らせ、実際に給食献立に使用されている「まごわやさしい」食材(豆類、ごま・種実類、海草類、野菜、魚・魚介類、きのこ類、いも類)を探す活動を行いました。児童が普段から目にしている「給食カレンダー」の使用食材の部分に色付けをすることによって、和食献立に多く使われている食材を視覚的に理解しやすくしました。



〈「まごわやさしい」食材を
探す活動〉

食の情報に触れやすい環境づくり

児童がよく通る校内の数カ所に、食育掲示資料を貼り出しています。資料の内容は、身近な郷土料理や名古屋市・愛知県の特産物を使った「ふるさと献立」、給食に登場する外国の料理をもとにした献立の紹介、土用の丑の日や冬至といった日本の食文化に関連のある季節行事など様々です。季節感やトレンド感のある情報となるように、月に数回貼りかえを行います。さらに、児童が直接書き込める部分を設けた参加型の掲示やめくって楽しめる工夫などで、立ち止まって見たくなる資料作りに心掛けています。



〈土用の丑の日の掲示〉

おわりに

給食を活用した指導を継続することで、少しずつではありますが、子どもたちの食への関心が高まっているように感じます。給食の感想や新しい発見、疑問などを聞くことが、毎日の楽しみの一つです。子どもたちが栄養面だけでなく、料理や食材、食文化などにも関心を持ち続けられるよう、これからも工夫を加えながら学校全体で食育の充実を図っていきたく考えています。日常の指導を積み重ね、子どもたちが食べることを楽しみ、食を大切にできる大人になる一助になりたいです。

献立紹介



豊橋市立東部中学校
栄養教諭
神谷 真奈

献立名

麦ごはん・牛乳・しそしゅうまい・
もやし炒め・八宝菜・小魚



主となる献立の作り方 材料(1人分)

〈八宝菜〉

豚肉	30g	れんこん水煮	15g	うずら卵	30g	オイスターソース	1g	米サラダ油	1g
にんじん	25g	チンゲンサイ	5g	いか	20g	濃い口しょうゆ	4g		
たまねぎ	30g	キャベツ	30g	酒	1g	ごま油	0.2g		
たけのこ	20g	乾燥きくらげ	0.5g	中華だしの素	1g	でん粉	1g		

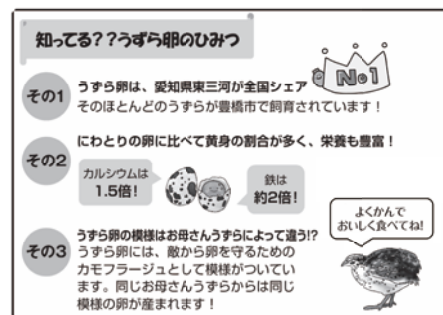
調理手順 (作り方)

- ①にんじんはいちょう切り、たまねぎはスライス、たけのこは短冊切り、チンゲンサイとキャベツは1cm幅に切る。たけのこは下茹でをする。
- ②きくらげは、水でもどす。
- ③いかは、下茹でをして、半量の酒をかけておく。
- ④うずら卵は、釜に入れる直前に別の釜で下茹でをする。
- ⑤油を熱し、豚肉を炒め、半量の酒をふる。
- ⑥にんじん、たけのこ、れんこんを入れて炒める。
- ⑦たまねぎ、きくらげ、キャベツを入れて炒める。
- ⑧調味料を入れて食材から出た水分で煮る。
- ⑨うずら卵を入れて煮る。
- ⑩いかを酒ごと入れて煮る。
- ⑪でん粉を入れてとろみをつける。
- ⑫チンゲンサイを入れて火が通ったら、ごま油を入れて仕上げる。

豊橋市は、愛知県の南東部に位置し温暖な気候に恵まれた農業の一大産地として米、野菜、果物など多くの農産物の生産が盛んです。この地域の特色を生かし、地産地消を推進するため、「豊橋産学校給食の日」を年6回計画し、豊橋産の食材を給食で提供して、献立表で家庭へ知らせています。ご飯は、毎日豊橋産の米を使用し、八宝菜には、豊橋産のキャベツや愛知県産（一部豊橋産）のうずら卵を使用しています。

キャベツは、豊橋市で最も栽培面積の多い野菜です。豊橋市は、真冬でも温暖な気候であること、生育に必要な水が豊富にあることからキャベツの栽培に適した土地です。また、風が強いことから、甘くてみずみずしいキャベツを育てることができます。豊橋市の冬キャベツは、生で食べてもおいしく食べられますが、加熱すると甘味が増し、よりおいしく食べられるのが特徴です。

うずら卵は、豊橋市が全国シェアの約50%を占める食材です。元々、養鶏が盛んであった豊橋市は、うずらを育てる環境が整っていたことから、飼育が盛んになりました。うずら卵には良質なたんぱく質のほか、ビタミン・ミネラル・アミノ酸などの栄養が豊富に含まれています。うずら卵が給食で出る時には、よく噛んで食べるよう指導をしています。



VOICE

豊橋市産の食べ物といえば何を思い浮かべるか質問をすると、うずら卵やキャベツと答える生徒が多くいました。「八宝菜にうずら卵が入っている!」と、豊橋産の食べ物を探しながら給食を食べる姿がみられました。

(栄養価、1人分の材料)

献立名	栄養価 エネルギー	たん白質		脂質	ナトリウム	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜鉛	ビタミン				食物繊維	食塩相当量
		総量	動物性							A	B1	B2	C		
		kcal	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	μg	mg	mg	mg	g
麦ごはん	358	6.2	0.0	0.9	0	7	23	0.9	1.4	0	0.41	0.05	0	1.4	0.0
牛乳	126	6.8	6.8	7.8	84	227	21	0.0	0.8	78	0.08	0.31	2	0.0	0.2
しそしゅうまい	127	4.9	4.9	6.8	251	11	13	0.4	0.3	13	0.05	0.03	2	0.7	0.7
もやしいため	14	0.6	0.0	1.0	40	4	3	0.1	0.1	0	0.01	0.02	3	0.5	0.1
八宝菜	178	15.2	13.3	8.1	494	55	36	1.8	1.8	329	0.35	0.21	20	2.9	1.2
小魚	25	3.7	3.7	0.4	112	128	13	1.0	0.4	0	0.01	0.01	0	0.0	0.3
合 計	828	37.4	28.7	25	981	432	109	4.2	4.8	420	0.91	0.63	27	5.5	2.5