

みやぎ学校給食だより

ゆたかな心を育て、じょうぶな体をつくる学校給食

編集・発行 公益財団法人 宮城県学校給食会

第2号

平成25年10月

「楽しい・おいしい・小原木ランチ」

気仙沼市立小原木中学校栄養士 菅原麻衣子



目 次

○「楽しい・おいしい・小原木ランチ」	1
○お話しリレー	2
○新センター紹介	3
○お答えします！給食会	4~5
○α化米調理研修	6
○「地場産給食の日」に向けて	7
○フレッシュさん紹介、給食会職員紹介	
編集後記	8

小原木中学校は、宮城県の最北端に位置するリアスの海に面した全校生徒36名の小さな学校です。本校の校訓の一番目に「健康」が掲げられており、「食育」と関連付けながら全職員で指導にあたっています。給食の特徴は、全校生徒と教職員、調理員が一緒にランチルームで食べるという給食スタイルをとっている事です。

本校では、持続発展教育の一環として学校農園で栽培した野菜を給食で使用したり、野菜を使ったおやつ作りなどをしていました。栽培は、校庭に建つ仮設住宅の住民のみなさんの協力を得ながら行いました。

また、文化祭では地元の生産者の方々からご指導いただきながら栽培した、蒟蒻の加工と販売を行いました。お客様にとても好評で、即完売しました。活動を通じて地域住民との交流や地産地消、消費流通を学ぶ良い機会となりました。

これらを通して生徒一人一人が、食の大切さや感謝の心が培われていると感じています。

その生徒たちが楽しみにしているものに、学期に一度行われる、学校農園で栽培した野菜を使用したバイキング給食があります。ただし、バイキング給食実施は、毎日の給食を好き嫌いなく食べ、平均残食率が3%を下回ったらという約束で毎学期最後の給食の日に行っています。

バイキングの料理は、ピカピカの銀のトレーに盛られ、さながらホテルのブッフェのように並びます。生徒は目を輝かせながら、教科や給食時の学習成果を生かしつつ、自分で料理を盛りつけています。「他者の事を考えながら自分の必要量を配食し、和やかな雰囲気の中で楽しく会食をする」という実践が行われています。「食べる事が楽しい」とキラキラした笑顔の生徒達を見ながら、疲れも忘れ調理員さんと共に「今学期も無事終了した！来学期も頑張ろう！」と思うのでした。

お話シリレー

～仙台市立仙台大志高等学校～



学校長 金澤 隆志

夜間定時制に通う生徒にとっては、学校給食は大切な栄養源である。というのも、中には、三度の食事に窮し、学校給食がほとんど唯一のバランスの取れた食事になっている生徒もあるからである。私は、これまで、給食が提供される学校を三校経験させていただいた。どの学校の栄養士さんも、その学校の生徒の特質を踏まえてバランスの良い献立を工夫している。給食室のスタッフは、栄養士さんの児童生徒達への思いを受けて、これまた腕をふるって調理をしている。管理職は、給食が提供される前に「検食」を行っているが、一品一品いただきながら、その工夫と思いを感じ取っているのである。本校のスタッフは大変チームワークがよい。生徒達がおいしそうに給食を食べている姿を見るにつけ、きっとこのチームワークがさらにひと味醸し出しているに違いないと思うのである。生徒の健康維持促進のため、これからも明るく元気な給食室でいきましょう。

養護教諭（給食主任） 庄子 香織

「生徒と教職員、同じ食卓を囲んで」

本校ではⅡ部の生徒を対象に完全給食を実施しています。栄養士さんがバラエティ豊かな献立作りをして下さり、「今日の給食は何かなー」と生徒が献立表をのぞき込む姿は、保健室の日常の光景となっています。

夕休みの時間になると、生徒と教職員が同じ食卓を囲みます。生徒への声かけや教職員同士のちょっとした世間話など、食事がもたらす和やかな雰囲気が相まって、食堂は良いコミュニケーションの場となっているようです。また、食堂を見渡していると生徒の色々な様子が見えてきます。うつむき加減で食べていると、今日は何があったかな？、いつも一緒の友達と距離をとっていると、もしかしてけんか中？など、生徒のその日の調子やちょっとした変化に気付かせてくれる時間もあります。

単位制という本校の環境の中で、給食は単に空腹を満たすだけのものではなく、生徒の顔を揃って見ることのできる貴重な時間・空間となっています。



栄養士 小野寺 尚子

本校で勤務するにあたり、私は次の3つを重点目標に掲げています。

1. 「給食の思い出作り」…様々な事情で小・中学校の給食経験が少ない生徒もいます。小・中学校の人気献立を取り入れたり、開放的な食堂で学年を越えた生徒や先生方と一緒に食べたり、調理スタッフと身近に接したりすることで、卒業後に「大志高校の給食は楽しかった」と懐かしく思い出してもらえるような給食作りをしています。

2. 「手作りの味を知らせる」…高校生はコンビニやファストフード店が大好きです。濃い味やジャンクフードに慣れてしまい給食の味を受け入れられない生徒もいます。調理スタッフが心を込めて丁寧に調理した給食を通して「手作りの味」の良さを知らせています。

3. 「食に興味・関心を持たせる」…夜更かし、朝食や昼食の欠食など食習慣が乱れがちな生徒が多くいます。また、菓子や清涼飲料で何となくお腹を満たしてしまう姿も見受けられます。給食を通して1食の量、質を知り、しっかり食事を取ることの大切さを知らせています。

高校生は大人へ向けて食生活の面でも自立していく大切な時期です。自分の健康だけではなく、将来、自分の子どもの食をしっかり支えられる親になれるよう、毎日の給食を通して生徒達に伝えていきたいと思います。

給食技師 今野 秀巳



2011年5月に大志高校の給食調理担当になって2年が過ぎました。

給食調理に関しては、みんなにおいしい給食を残さず食べてもらいたいという気持ちで作っています。

大志高校に来てから感じたことは、生徒との距離感が近いことと、比較的残さず食べてくれることです。

夜間高校の給食なので、生徒の都合もあると思いますが、もっとたくさんの生徒に食べてもらいたいというのがあります…。

この先も、おいしくてバランスの良い給食を作りたいと思います。

給食技師 大崎 圭一

仙台大志高校は昼夜二部制で単位制の定時制高校です。

給食はⅡ部の生徒に対して提供しています。小・中学校の給食と違い、生徒全員が一斉に食べ始めるのではなく、決められた給食時間内に自分の時間に合わせて生徒自身が食堂に来て教職員と一緒に食べます。

調理する側としては、安全で衛生的でおいしい給食を提供するのはもちろんですが、食べ始めが生徒によってバラバラなので最後の方に食べる生徒にも、できるだけ冷たいものは冷たく、温かいものは温かく提供できる様に配膳や調理時間を調整するなど、調理スタッフ全員で工夫しながら仕事をしています。色々制約のある中、できることは限られていますが、できる努力を続けていきたいと思います。

NEW 新センター紹介

～登米市西部学校給食センター～

登米市は、宮城県の北東部に位置し、北は岩手県、西は栗原市、南は石巻市および遠田郡、東は本吉郡に接しています。面積は、536.38km²、人口は、平成25年6月末現在で、8万4,594人であり、年々減少傾向にあります。西部は丘陵地、北上川の左岸の東部は山間地、その間に県内有数の穀倉地帯を形成する豊かな登米耕土が広がっており、宮城米「ササニシキ、ひとめぼれ」の主産地として有名な地域です。気候条件は、最高気温と最低気温の差が大きい内陸性気候となっていますが、冬期の降水量は少なく、降雪期間も比較的短いことから、東北地方にあっては温暖な住み良い地域といえます。

交通網は、国道45号、342号、346号、398号および国道456号を中心として、主要地方道7路線と一般県道15路線を骨格に形成されています。また、鉄道はJR東北本線が迫町と石越町、JR気仙沼線が豊里町と津山町を走っています。平成22年3月には「三陸縦貫自動車道」が本市の東和町まで延伸されたことにより、救急医療アクセスや地域経済の進展などさまざまな効果が期待されています。

さて、本市では、施設の老朽化や衛生管理面を踏まえ、平成22年度に策定した「登米市学校給食センター再配置計画」に基づき、市内11カ所の学校給食センターを5施設に集約しました。本センターは、平成25年3月に完成し、4月より本格稼働しています。敷地面積6,140m²、鉄骨造1階建、延床面積2,056.05m²、ドライシステム、調理能力3,600食／日であります。なお、熱源は東日本大震災の教訓を踏まえ、灯油・プロパンガス・電気の三種類にしました。迫町、南方町の5つの給食センターと、米山町の一部を集約し、4幼稚園、8小学校、4中学校に、約3,500食を提供しています。施設内部は、各室のエリアが完全に仕切られており、人・食材の交差汚染を防ぐ明確なゾーニングが特徴です。さらに、一般調理工業アリ亞とは別に、アレルギー食専用の調理室の設置やエアーシャワーの設置、コンテナの配送時に外気に触れず配送車に積むことが出来るドックシェルターを設置するなど、安全で衛生的な施設となっています。食育の推進については、日本型食生活の充実を目指し、炊きたてのおいしい米飯を提供できるよう炊飯施設を設置しています。また、地元産をはじめ安全でおいしい食材を積極的に提供できるよう、野菜や果物の処理能力を高めるなど調理施設の充実を図りました。

学校給食を「生きた教材」として活用し、子どもたちの食に関する知識を深め、地場産食材をできるだけ多く取り入れることで、地域の皆さんと共に子供たちの食に関わる感謝の心と登米の食文化、郷土への愛着を育んでいきたいと思います。



エアーシャワー



連続式揚物器



連続炊飯器



会議室兼食堂



アレルギー食調理室

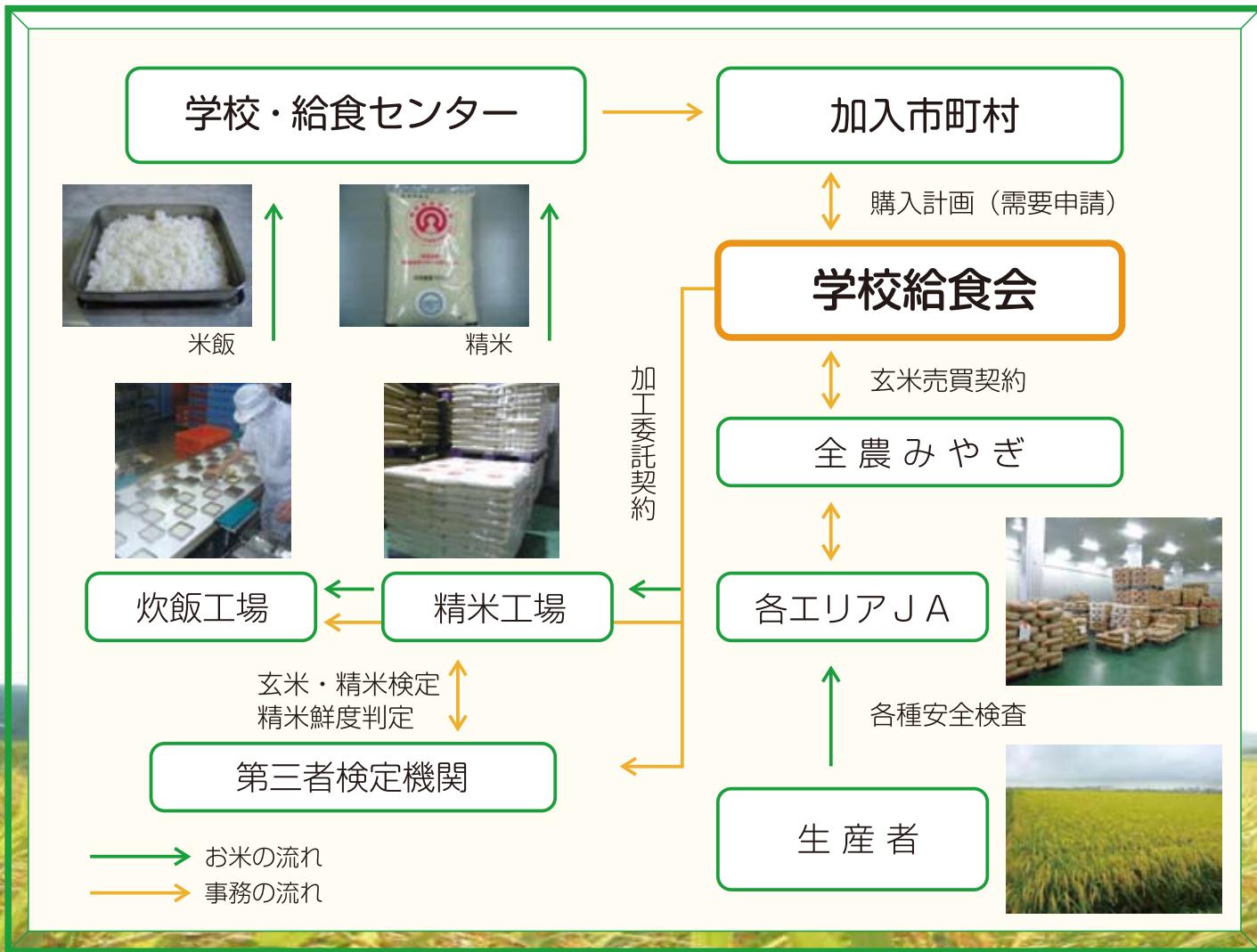


おこめとごはんのしくみ

学校給食の主食「ごはん」。日々あたりまえのように届けられる精米と米飯ですが、たくさんの人たちの手によって、年間約2000トンのお米が安全で安定的に供給されています。

ここでは給食会が行う米飯給食供給体制について説明します。

【学校給食用米穀供給経路図】



どうして学校給食会から購入するのですか？

米飯学校給食の普及拡大と宮城県産米の導入拡大を目的として、宮城県、宮城県教育委員会、宮城県市町村教育委員会協議会、東北農政局、宮城県市長会、宮城県町村会、宮城県PTA連合会、公益財団法人宮城県学校給食会、JA全農みやぎ、JA宮城中央会が協力して、宮城県米飯学校給食普及拡大推進委員会（以下、「委員会」という。）を作りました。

委員会は、その具体的な実施の方策を構築しました。その方策の名称を「みやぎ米飯学校給食支援方式」（以下、「支援方式」という。）といいます。

支援方式では、良質なお米を安価に提供するために、学校給食が始まって以来主食の供給を担い、そして、公益法人として営利を目的としない当給食会が、お米とご飯の流通の中心になるとしています。委託精米工場、炊飯工場を通して宮城県産「ひとめぼれ1等米」を安価に、また、大釜で炊き上げて美味しいご飯を提供しています。

また、当給食会は、複数の委託加工場と連携しており、不測の事態でも代替としての主食を緊急的に供給することができます。

みやぎ米飯学校給食支援方式って？

支援方式には、小さいときから美味しい宮城米を食べて宮城米の美味しさを知り、大きくなってから宮城米の宣伝マンになってほしいという願いが込められています。

支援方式の具体は、加入市町村から提出された米穀購入数量計画書に基づいて、当給食会がJA 全農みやぎから宮城県産「ひとめぼれ1等米」玄米を買入れ、精米し、炊飯して、学校等に届けています。

支援方式の特徴は、以下の4点です。

- ①宮城県全体の施策として、高品質な宮城県「ひとめぼれ1等米」を供給する。
- ②地元密着のエリア区分米を供給する。（現在は市町村米の供給が原則になっている）
- ③JA全農みやぎが行う各種安全検査に加えて、当給食会も独自に検査を実施し、安全な精米、米飯を供給する。（下項「お米の安全性の担保」参照）
- ④冷害や不作によって、市場の米価が上昇しても供給価格の上限（基準価格）が決まっており、市場価格が基準価格を上回った場合は、その差額分を宮城県が2分の1、加入市町村及びJAがそれぞれ4分の1を負担し、市場価格より安価に供給する。

平成25年8月現在での支援方式加入市町村は、35市町村中31市町村です。

学校給食用米穀購入計画書って？

学校給食用のお米は、支援方式により、各エリアJAのお米（市町村米が原則）を供給します。年間を通じて安定的に確保し供給するため、3半期毎に学校給食用米穀購入計画書の提出をお願いします。

詳しくは、当給食会ホームページをご覧下さい。

お米の数量変更はどうしたらしいの？

学校給食用精米は、学校給食用米穀購入計画書により契約・購入した玄米を、各エリアJAから引取り、精米に加工し、各種検査を実施した後に出荷されますので、翌月分の数量変更は、**前月10日まで**当給食会にご連絡下さいようお願いします。

新米への切り替え

毎年11月需要分から新米での買付けを開始します。

精米での納品を受ける学校・給食センターは順次切り替えとなります。米飯での供給先につきましては、精米工場、炊飯工場における10月分残量の無くなり次第、切り替えとなります。

上記に従い、9月10日までに10月分の数量を調整いただきますようお願いいたします。

お米の安全性の担保

学校給食用精米は、放射能検査、残留農薬検査、遺伝子検査、栽培履歴確認などを経た「安全・安心」なお米（JA米）が利用されています。

さらに、当給食会では、検定契約を結んで第三者検定機関による「玄米・精米検定」、「精米鮮度判定」を実施しています。加えて、放射能検査、残留農薬検査、遺伝子検査や、精米工場・炊飯工場の立入検査及び米飯の細菌検査を実施し、安全確保に向けた取り組みを行っています。

「ガス連続1食方式」と「食缶方式」？

学校給食用米飯には、大きく2つの炊飯方式があります。県内には17箇所（平成25年度現在）の米飯加工委託工場があり、各々で炊飯方式は異なります。

「ガス連続1食方式」は、炊飯工場で約7kgのお米を炊く釜で、ガス窯を使い炊き上げ、出来上がったご飯を、1食毎に盛り付けて届けています。

「食缶方式」は、ガス連続方式同様の釜で炊いたご飯を、クラス毎の食缶にご飯を盛り付け、各教室でしゃもじを使って取り分けます。

双方を比較すると、機械設備に係る費用や人件費、食缶の洗浄量などが大きく異なるため、炊飯方式により委託加工費も異なります。

学校に届けている「1食弁当缶」や「食缶」及び保温箱は、各加入市町村が各工場に合わせて用意したものです。



α化米調理研修

～山元町学校栄養士会～

山元町立坂元中学校 松下 万里

去る7月22日「山元町学校栄養士会」にてα化米の調理研修を実施致しました。この研修会を実施するに際し、以前より山元町立山下中学校の本橋先生からα化米を使った炊き込みご飯を試食させていただいたこともあり、山元町学校栄養士会にて大変話題となっていました。それから直接アルファー食品株式会社様をお招きして調理講習を実施してはどうかという話になり、公益財団法人宮城県学校給食会様のご協力のもと実現に至りました。

その後、給食会様との打合せにて「カレーピラフ」、「中華ご飯」、「山菜おこわ」の和洋中三種を作ることに決まり、当日はアルファー食品株式会社様のご指導の下、一つ一つ作業を確認しながら取り組みました。実際作ってみると、調理員の協力もありスムーズに作業を進めることができ、給食にも取り入れることが現実的に可能であると感じました。また、味はどれも食べやすくパサつくことなく美味しく頂くことが出来、具を入れることにより栄養価も高いものとなっています。配食については、より給食当番が盛りやすいように環境を整備する必要があるなど色々な部分が見てきました。配食については、数回実施しながら慣れる必要があると感じています。また坂元小、坂元中の先生方にも食べてもらい感想を伺ったところ、全ての先生がとても美味しかったので給食で提供して欲しいという大変嬉しいご意見を頂きました。より実現できるように調整を行った上で、9月の給食で取り入れる予定です。

今回ご協力をいただいたアルファー食品株式会社様、公益財団法人宮城県学校給食会様、大変お忙しい中ご指導して頂きありがとうございました。今後も学校給食の充実のため、さらなる工夫を行い子ども達に喜ばれる給食つくりに取り組んでいきたいと考えています。ご協力大変ありがとうございました。

カレーピラフ



中華ご飯



山菜おこわ



「地場産給食の日」に向けて

～大崎市学校栄養士会～

日 時：平成25年8月7日（水）9時30分～16時00分

場 所：大崎市岩出山文化会館（調理室），大崎市岩出山総合支所（大会議室）

内 容：【午前】調理実習：平成25年度「地場産給食の日」に向けた検討メニュー

<献立名>

- ごはん（ふゆみずたんぼ米）○塩麹タンドリーチキン風
- 夏野菜と鶏肉の塩麹ハニートマト煮込み
- 大根しゃきしゃきサラダ ○大崎宝ちゃんこ鍋
- 甘酒ミルクプリン ○ラズベリー入りパウンドケーキ



【午後】研修

1) 講話 宮城県大崎市「蕪栗沼・周辺水田」の『ふゆみずたんぼ』

～ラムサール条約湿地での多様な生き物を育む取組～

講師 伸藤ふゆみずたんぼ生産組合 西澤 誠弘 氏

2) 学校管理下における食物アレルギーへの対応

～教職員の共通理解を深めるために～（DVD視聴）



大崎市は、平成18年3月に1市6町が合併し誕生しました。学校給食でも大崎市全体の取り組みができるかと検討し、平成22年度から統一献立による「地場産給食の日」を設定し、地元の食材を豊富に取り入れた給食を行っています。この取り組みは、「11月の「すくすくみやぎっ子ふるさと食材月間」に合わせたものもあります。

今回の研修は、「地場産給食の日」をより充実したものとするために行つたもので、調理実習では、統一献立の候補料理を試作しました。献立は大崎市が発酵食に力を入れていることから塩麹や甘酒を使用した献立、また震災後に大崎市と交流のある横綱白鵬関が所属する宮城野部屋ちゃんこ鍋を給食用にアレンジし取り入れました。



午後は、「地場産給食の日」に主食として使用する『ふゆみずたんぼ米』について講話をいただきました。『ふゆみずたんぼ米』は、大崎市田尻地域でラムサール条約湿地の蕪栗沼周辺の水田で、冬の田んぼに水を張る冬期湛水水田農法により栽培された米で、江戸時代に会津で生まれた古くて新しい、農薬・化学肥料不使用栽培技術で栽培されたお米です。この『ふゆみずたんぼ米』へ生産者がかける熱い思いや栽培技術についてなどを伺いました。その内容等を子どもたちへ私たち栄養士がメッセンジャーとなり伝えることで、子どもたちが食材の生産について理解を深め、作り手への感謝の気持ちがもてれば、今回の研修が有意義なものになるのではないかと思います。

研修の最後は、食物アレルギーへの対応についてです。昨年末に東京都で大変痛ましい事故が起こりました。その対応について検証・検討が行われていますが、どのようにしたら事故が防げるのか、学校・給食センターとしてできることなどについて研修を行いました。この問題は、今後食物アレルギー対応が必要となる児童・生徒の増加が予想されるだけに大変難しい課題だと改めて感じています。



フレッシュさん 紹介

白石市立第一小学校
白石市学校給食センター
栄養教諭
垣崎 友紀



4月から白石第一小学校、白石市学校給食センターに勤務をして、早くも6ヶ月が経とうとしています。この6ヶ月、失敗の連続でしたが、その失敗から学ぶことも多くありました。いつも助けてくださる周りの方々に感謝し、子どもたちが健やかに成長できるように「食」を通してサポートしていきたいです。

宮城県気仙沼高等学校
技師
駒延 菜月



着任当初は、生徒にきちんと給食を出せるのか不安だらけの日々でした。約半年が過ぎ、未だ戸惑うことはあるものの、周囲の方々に支えられ給食の提供を行っております。生徒達とも馴染めたのか、味付けや、配膳するごはんの量などに本音の部分が見えてきました。今後とも、おいしい給食、栄養満点な給食を目指し尽力していきます。

フレッシュさんは新任採用から一部紹介。

給食会職員 紹介

公益財団法人
宮城県学校給食会
物資課主事
高山 昌樹



2011年4月に入社し、早くも2年が経ちました。入社前より未来を担う子供たちのために安全なものを届けたいとの気持ちは、働いてからさらに強くなりました。今後さらに向上心を持って、食品検査や衛生講習会を通して役立っていくようになります。また、給食現場の皆様の一番近い存在になれるよう精進してまいります。

公益財団法人
宮城県学校給食会
総務課主事
高橋 俊一



私が給食会に入社してから2年が経ちました。3年目の今年度は総務課の仕事だけでなく、配達に出たり、食育教材の貸出し担当になり学校の先生方と顔を合わせる機会も多くなり毎日が勉強です。まだまだ分からぬことばかりですが、若さを生かして日々努力していきたいと思いますので、ご指導の程よろしくお願いします。

編集後記

本号発行に際し、ご多忙中にもかかわらず快くご寄稿いただきありがとうございました。これからも市町村や学校等で行われる食育の取り組みなどを紹介していきますので、皆様からの情報をお待ちしています。

次回は3月に発行予定です。



給食だより委員
左上から千葉先生(田尻C), 井幡先生(柳生小), 松本先生(角田C), 小野寺先生(仙台大志高), 菅原先生(小原木調理場)

第2号

平成25年10月15日

編集・発行

公益財団法人 宮城県学校給食会
仙台市宮城野区舟江17-1
TEL 022-257-2324
FAX 022-291-8203
<メールアドレス>
miyagi@m-kengakukyu.or.jp
<ホームページ>
<http://www.m-kengakukyu.or.jp>