

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6号

平成27年10月

大崎市田尻学校給食センター



《給食センターの見学》

子供たちは給食センターで実際に給食を作っている過程を2階の見学通路から見学します。大量の野菜や黙々と湧き上がる湯気に大きな歓声が上がります。「あの機械はなんですか。」「なんでお湯をためている釜があるのですか。」など、子どもたちは初めて見る給食センターに興味津々です。

《学級活動でのT・T授業》

給食受配校の年間指導計画に基づき、学級担任の先生とT・T形式で授業を行っています。写真は4年生を対象にしたおやつの食べ方に関する授業のものです。担任の先生との打合せをもとに、指導法や教材を工夫し、子供たちにとって身近に感じられるような授業づくりを心がけています。



《生産者の方との交流給食会》

田尻地域で食材を生産されている方を学校にお招きし、交流給食会を行っています。給食センターでは、学校と生産者の方とをつなぐコーディネーターの役割を担っています。生産者の方から、生産の苦労や子どもたちに対する願いを話されると、子どもたちの目がキラキラと輝きます。

《日々の献立と給食指導》

田尻学校給食センターでは、地場産品の活用を大きな目標に掲げています。地元の生産者団体とこまめに連絡を取り、なるべく多くの地場産品を献立に取り入れています。

給食が生きた教材となるよう、昼食時間の訪問指導や給食一口メモにも食材の紹介を取り入れています。



◆ 目 次 ◆

○大崎市田尻学校給食センター	1	○全国レシピ紹介	5
○お話しリレー	2	○仙台市の食育の取組	6
○センター紹介	3	○白石市の食育の取組	7
○学校給食用物資地場産品製造工場紹介	4	○フレッシュさん紹介,給食会職員紹介,編集後記	8

お話しリレー ～女川町立女川小学校～

女川小学校 校長 阿部 清司



3年ぶりに女川町に戻ってまいりました。美味しい給食を食べられることに感謝している毎日です。

さて、女川町の給食の特徴は、地域の食材を取り入れていることです。わかめや銀鮭はもちろんのこと、さんまやホヤなども提供していただいております。大人にとっては有り難いことなのですが、子どもたちは地場産品よりも、焼

きそばやカレーライス、きなこパンを好んでいるようです。幸い、子どもたちの残食は少なく、給食の時間をとても楽しみにしているようです。

本校では、保護者や地域の皆さんに、給食について正しく理解していただくために、学校においてになる方々（区長さんや学校評議員さん、スクールソーシャルワーカーさんなど）に給食を召し上がっていただく機会をできるだけ多く設定しています。召し上がっていただいた方からは、「豆腐とわかめの味噌汁は栄養満点だね。」「こんなにおいしい給食を毎日食べられるなんて、子どもたちは幸せだね。」という感想をいただくことがあります。子どもたちにとっては、給食が当たり前に提供されるのですが、毎日おいしい給食が提供されるのは、調理場の職員をはじめ、給食に携わる皆さんのおかげであることを、今一度、振り返らせたいと考えております。



給食時間の様子



女川産銀鮭を使った給食



地元の笹かまぼこを使った給食

教諭（給食主任）平塚 典子



「給食がおいしいこと」これは女川小の子どもたちが挙げる、学校の自慢の一つです。自校給食の本校では、できたてほかほかの給食を、子どもたちは、毎日おいしくいただいています。

「女川の給食はおいしいんだよね。」管内では有名です。こどもの日近くには『かぶと型の手作りサモサ』、運動会前日には、

『運動会応援紅白ゼリー』、クリスマスにはケーキが選べる『セレクト給食』、給食委員会の児童がアンケートをとって献立に生かす『リクエスト』など、お楽しみも多く、残食を減らそうと各担任も頑張っています。

子どもたちは、今日も『完食』を目指して笑顔いっぱいです。

代替栄養教諭 佐藤 亜紀



私は、今年度から本校に勤務しています。本校は、単独校給食で、毎日約270食分を調理しています。調理場が学校と隣接しているので、子どもたちに毎日温かい給食を提供できることをとても嬉しく思っています。また、給食時間に子どもたちの様子を見に行くこともできるので、恵まれた環境で日々仕事をさせてもらっていることに感謝をしています。

本校は、手作りにこだわり、できるだけ既成のものは使わないようにしています。手間のかかる献立でも、調理員さんたちは、子どもたちの喜ぶ顔を思い浮かべながら一生懸命作ってくれています。また、女川町はホタテやホヤ、銀鮭などの養殖業が盛んなほか、女川港は、三陸・金華山沖の世界三大漁場が近いため、おいしい魚がたくさん水揚げされています。そのような地場産品をできるだけ多く取り入れた給食作りを行っています。

東日本大震災で甚大な被害を受けた女川町ですが、日々復興が進んでいます。そんな女川町の未来を担う子どもたちに、これからも安全でおいしい給食を提供できるよう調理員のみなさんと協力してがんばっていきたいと思っています。

そして、先生方と協力し、食に関する指導の充実を図り、食育により一層力をいれていきたいです。



気仙沼中央学校給食センター



気仙沼市の概要

気仙沼市は宮城県の北東部に位置し、古くから養殖業をはじめ沖合・遠洋漁業や水産加工業など水産業の盛んなまちとして発展してきました。

また、自然環境に恵まれた観光地と豊かな食材を使った美味しい食べ物があり、多くの観光客が訪れるまちでもあります。

一方、沿岸部に位置していることから東日本大震災による被害も大きかった地域ですが、集合住宅の建設や移転用地の整備と合わせ三陸道路の工事も進んでおり今後の更なる発展が期待されています。

(給食センターの概要)

本市の給食センターの調理能力は1日最大3,000食が可能であり、ほかに特別調理室を設け、専任の調理員が卵及び乳に係る食物アレルギー対応食が提供できるようにしています。

東日本大震災の影響で完成予定がやや遅れましたが、平成23年10月から中学校6校、小学校9校の計15校へ約2,700食の提供を開始しました。

(現在の状況)

現在は、小学校の統合により中学校6校、小学校6校の計12校へアレルギー対応食を含め約2,500食を提供しています。

また、調理業務（食材の検収、調理、食器類の洗浄保管等）および、各学校への配送業務をそれぞれ民間業者へ委託しています。

(施設)

敷地面積は6,000m²で、延床面積1,632m²の建物内には児童・生徒はもとより、一般の方々が学校給食への理解、或いは食育について学べるよう二階に見学ホールや研修室を設けていますが、当初から保護者を伴った小学校の利用が多いです。

また、研修室は地域内栄養士の勉強会、情報交換会のほか納入業者による新商品の紹介の場所としても活用しています。

設備機器については、特に、蒸気回転釜や貯湯および空調（エアコン以外）の熱源にはガスを使用しています。

(食材の放射性物質検査)

「学校給食用食材のサンプル測定」および「学校給食モニタリング事業」による検査を今まで毎年受けており、結果については給食だより等で学校を通じ保護者にも報告しています。



学校給食用物資地場産品製造工場紹介

株式会社菅原商店（宮城県加美町）

日頃より菅原商店の米粉をご愛顧いただきまして、厚く御礼申し上げます。

弊社は米どころ加美町で50年前より米粉の製造を営んでおります。

一昔前までは、米粉というと、だんごやせんべい、和菓子に使うのが一般的なイメージでした。しかし今は、パン、お菓子、料理と幅広く使われるようになり、平成18年からは米粉パンが宮城県の学校給食メニューに採用されています。もちもちとして甘みがあるので、子供たちに人気です。現在学校給食の米粉パンには、地元JA加美よつばのひとめぼれが使われています。

米は国内生産だけで消費を賄うことができる、数少ない農作物です。パンや麺など、主食の選択肢が増えたことで米離れが進む今、弊社では米を粉にすることで需要拡大につなげ、多様化した食文化に対応していくと考えております。これからも給食の米粉を作るということに誇りと責任を持ち、米粉のスペシャリストとして、安全・安心な米粉を作っていくたいと思います。

米粉の普及活動

弊社では、料理講習会やホームページを通して米粉の普及活動を行っています。平成21年に財団法人宮城県学校給食会が文部科学省の補助を受けて、地場産の食材を利用したレシピが開発されました。弊社は米粉アドバイザーとして、米粉を使った給食メニューの開発に取り組みました。栄養士さんや調理員さんを対象とした講習会が何度も開かれ、パンはもちろん、シチューやグラタンのとろみづけ、揚げ物、小麦アレルギーの方の代替食など、幅広いメニューで米粉を活用しています。



【米粉のひみつ】

米にはでんぷんが多く含まれています。唾液に含まれるアミラーゼという酵素の働きによって澱粉が糖に変化することで、甘みを感じられます。米は小麦に比べ硬いので、粉碎する際に摩擦熱を生じやすく、澱粉の性質が変化しやすいのです。美味しい米粉を作るためには、摩擦熱による澱粉のアルファ化を抑える製粉技術が必要です。弊社で行っている製粉方法は、日本古来の湿式の胴搗き（どうづき）製粉です。杵でどんどん搗く昔ながらのやり方なのですが、洗米と水浸漬をすることで米が水を吸いやすくなり、摩擦熱によるアルファ化したでんぷんの少ない、甘みのある米粉となります。

弊社では1日に約1.2トンの米粉を製造しています。



米粉（調理用）の

栄養成分 (100gあたり)

- エネルギー・・・358kcal
- たんぱく質・・・5.3g
- 脂 質・・・1.1g
- 炭水化物・・・81.8g
- ナトリウム・・・2mg



全国レシピ紹介

～岩手県・秋田県～

岩手県

献立名

「すき昆布とツナの煮つけ」

料理の特徴

すき昆布の煮つけは、三陸沿岸地域で昔からよく食べられている郷土食だが、子どもたちは苦手な子が多く、残量も多い。

そこで、子どもたちが好きなツナを入れ、さらに玉ねぎを入れることにより、和風のすき昆布煮を子どもたちの食べやすい味にアレンジした。

材料名	分量(g) / 人	作り方	写真
すき昆布	3	① すき昆布は水につけて戻す。	
人参	8	② 人参は千切り、玉ねぎは薄切りにする。	
玉ねぎ	20	③ 戻したすき昆布は4～5cmに切る。	
ツナフレーク	8	④ すき昆布を煮て、ある程度やわらかくなったら人参、玉ねぎ、油をいったツナを入れ、調味料で味を整え煮つける。	
醤油	4		
本みりん	1		
酒	1		
かつおだし	0.2		

秋田県

献立名

「だまこ汁」

料理の特徴

だまこ鍋は鶏肉のダシで新鮮な野菜とだまこもちを煮る素朴な秋田の郷土料理です。

「だまこ」の言葉の由来は、ご飯をつぶして丸めるという意味の「だま」に秋田方言の「こ」がついたものだといわれており、キリタンポより先に作られていただまこもちは、農家の家庭料理が始まるとされています。

新米のおいしい秋に作ることが多い料理です。秋田の秋は収穫の秋、学校給食では県産の野菜やりんごなどを組み合わせて、農家の皆さんに感謝していただきます。

材料名	分量(g) / 人	作り方	献立例	一食分の栄養価
だまこ(冷)	36	① 大鍋に鶏ガラ、水を入れ火にかけ、あくをとりながら煮立たせないように中火から弱火で煮る。(だしをとる)	・米粉パン	エネルギー 132Kcal
鶏肉	20	② 糸こんにゃく、ごぼう、せり、長ねぎを適当な大きさに切る。まいたけはほぐしておく。	・ハタハタフライ	たんぱく質 6.3g
ごぼう	10	③ ①のだし汁にごぼう、鶏肉、糸こんにゃくを入れて味付けをする。	・ウインナーとブロッコリーのソテー	脂質 28g
まいたけ	10	④ まいたけ、だまこもちを加えて煮て、最後に長ねぎとせりを入れて一煮立ちさせる。	・だまこ汁	食物繊維 1.6g
糸こんにゃく	20		・りんご	ナトリウム 488g
せり	5			
長ねぎ	10			
ガラスープ(チキン)	5			
だし昆布	2			
しょうゆ	6			
みりん風	0.5			
料理酒	1.5			
水	適量			



仙台市の食育の取組

仙台市は、単独調理校83校（小68・中12・高2・特支1）と6つの給食センターで約8万人の児童生徒に給食を提供しています。各学校では、従来の給食指導に加え、各教科や領域において様々な食育活動を行っているところですが、仙台市の全体的な取組について紹介します。

食に関する指導の推進

仙台市では各校における食に関する指導の充実を図るため、「食に関する指導の手引（改訂版）」を発行し、各校において日々の指導の中で活用できるようにしています。また、食育の取組の実践発表や食育に関する講演等を取り入れた「食に関する指導推進研修会」を開催し、学校での取組の参考にしていただいているいます。



仙台市食に関する
指導の手引改訂版

仙台市健やかな体の育成プラン



推進キャラクター
「まもるくん」

自らの健康づくりに主体的に取り組み、望ましい食習慣・運動習慣・生活習慣を身に付け、毎日の生活を生き生きと過ごすことができる児童生徒の育成に取り組んでいます。今年度は3つの習慣を推進する「まもるくん」をキャラクターとし、各校に啓発ポスターや授業等で活用できるワークシートを配信しています。

親子料理教室



夏休みのイベントとして、給食センターを会場に「親子料理教室」を開催しています。今年度は「手作りリナン・夏野菜のカレー・ちぎってサラダ・ラッシー」の4品で、12組の親子が参加し、にぎやかな調理・会食となりました。自分たちが作った料理に大満足した子供たち。アンケートには「とても楽しく調理できた。」「家でも作ってみたい。」などの感想が記されていました。食後には栄養士から「夏野菜について」の話もあり、栄養の学習もできました。

学校給食フェア

全国学校給食週間（1月24日～1月30日）にあわせて、仙台市役所を会場に「学校給食フェア」を開催しています。市民の方々に、食育や学校給食への理解と関心を高めていただくことが目的です。昨年度は市内の小中学校の学校給食メニューを市役所食堂で提供したり、ギャラリーホールにおいて学校給食の歴史や学校での食育の様子などを展示したりしました。

給食メニューを目的に訪れる市民の方も多く、高齢者や親子連れ、学生のグループなど、男女を問わず幅広い年代の方々に大変好評でした。

ギャラリーホールを訪れた市民の方々は、昔の給食メニューや写真を懐かしみながら、今の給食の素晴らしい面にも感動していました。



おすすめの給食メニュー



パネルやフードモデルの展示

「白石市の学校給食における食育の推進」

1. はじめに

白石市は宮城県の南部に位置し、中心部には市の象徴とも言える白石城があり、城下町としての歴史や文化に恵まれた環境にあります。市郊外には米や野菜などの農業地帯が広がっています。市の特産物として有名な「白石温麺」は、夏は冷たく、冬は温かくいただける食材として広く市民に愛されており、児童生徒にとっても身近な食材の一つになっています。

2. 本市の食育の取り組み



白石市学校給食センターでは、市内 16 の小中学校及び宮城県角田支援学校白石校小学部・中学部を合わせ計 18 校に約 3,000 食の給食を提供しています。そのような中、給食センターにおける食育推進事業の一つとして栄養教諭による食に関する指導を行っております。これを受け各学校では年間計画に食に関する指導を位置づけ、授業時間における T・T での指導を行っています。栄養教諭と給食主任を中心とした学校側が連携し、各学年の実態や時期に合わせ指導を計画的に進めているところです。

しかし、これらの指導だけではなかなか給食を「生きた教材」として活用できていないのが現状だと考え、少しでも給食に始めた意図や狙いを児童生徒に伝える手段として給食時間の校内放送資料のほか、視覚的資料を作成し教室や配膳室に掲示しています。

また、栄養教諭の所属校においては給食時間の指導計画を作成し、管理職をはじめ教務主任や学級担任に周知することで食に関する指導への理解と重要性を伝え、指導時間を確保していただきながら計画的に進めています。これにより、少しずつ児童の食に対する反応もみられ、それが学級担任の日々の給食指導にもつながっているところもあります。しかし、現在のところ所属校においてのみ実施しているのが現状で、受配校全校においてこまめに指導が行えていないということに対し、日々悩みながら取り組んでいる状況でもあります。



3. アレルギー対応食の提供について

これまで使用していた施設の老朽化により、本年 8 月より新センターが新築・移転し、新たにアレルギー対応食の提供が始まりました。対象児童生徒のアレルゲンが含まれる献立について、アレルギー専用調理室で調理された給食を、専用のランチボックスに入れて提供しています。

このような状況の中、安全・安心な給食の提供に向けて、家庭・学校と連携をしながら少しずつでも前進していくよう、一層努力していきたいと考えています。

<アレルギー対応食用個別ランチバック>



<掲示物>



フレッシュさん紹介



気仙沼市立大島共同調理場
栄養教諭
結城 和沙

小学校の子どもたちは、全員が給食室に来て給食の準備や後片付けを行います。給食室一同、子どもたち一人ひとりの表情を見るのが毎日の楽しみです。この恵まれた環境の中で、大島のおいしい給食の伝統を守っていくことや、安心安全な給食づくり、そして食育の推進と学校が一丸となって取り組めるよう日々楽しく働いていきたいと思います。



仙台市立東二番丁小学校
栄養士
青柳 友美

東二番丁小学校勤務となって初めての給食の時、子ども達の「やっと給食！久しぶりだ！」と給食を心待ちにしていた声を聞くことができ、初日から続いている緊張が少しほぐれたことを覚えています。まだ戸惑うことはありますが、これまでのようなおいしい給食を提供していくよう、周りの先生方に力を貸していただきながら、励んでいきたいと思います。

給食会職員紹介



公益財団法人
宮城県学校給食会
総務課長 伊藤 修

総務課長の伊藤修と申します。学校給食会の縁の下の力持ちと自負し努力しています。

児童・生徒が給食を笑顔で食している姿を思いながら、安全で安心な物資の供給に職員一丸となり頑張ってまいります。



公益財団法人
宮城県学校給食会
主事 飯田 茜

私は、牛乳全般に関する事、管理栄養士の資格を活かして委託加工業者に対する衛生指導などを主に担当しております。

今年度の新入社員として日々努力して参りますので、よろしくお願い致します。



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くので、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。

第6号

平成27年10月23日
編集・発行

公益財団法人宮城県学校給食会
仙台市宮城野区折江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>