

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7号

平成28年3月

石巻市河北学校給食センター



石巻市河北学校給食センターは、小学校9校・中学校7校・幼稚園1園、食数約2500食の給食センターです。

おかしから愛されている石巻焼きそばをはじめ、慶長遣欧使節イタリア上陸400周年を記念したサンファントマトクリームシチューなどの献立を提供しています。

トマトを使用した
サンファン献立



石巻焼きそば



河北学校給食センターでは、所属校の飯野川中学校をはじめ、受配校への食に関する指導への参画を継続して実践しています。給食を教材にすることを基本とし、身近な話と食生活を結びつけることを重視しています。給食の話になると『その献立おいしいよね』『食べたい!』といった言葉が飛び交います。これからも石巻市の児童・生徒に愛される給食づくりに励みたいと思います。



目次

- | | | | |
|----------------------------|---|----------------------------|---|
| ○石巻市河北学校給食センター・・・・・・・・・・ | 1 | ○平成27年度文部科学大臣賞表彰・・・・・・・・・・ | 6 |
| ○お話しリレー・・・・・・・・・・・・・・・・・・ | 2 | ○全国学校給食研究協議大会に参加して・・・・・・・・ | 7 |
| ○センター紹介・・・・・・・・・・・・・・・・・・ | 3 | ○第3回宮城県学校給食『伊達な献立』コンクール開催、 | |
| ○全国レシピ紹介・・・・・・・・・・・・・・・・・・ | 4 | フレッシュさん紹介、編集後記・・・・・・・・・・ | 8 |
| ○多賀城市の地場産品活用の取り組み・・・・・・・・ | 5 | | |



登米市観光PRキャラクター

「はっとな」

お話しリレー ～登米市南部学校給食センター～

南部学校給食センター 所長 本間利政

当センターでは、その名のとおり、登米市の南部に位置する幼稚園や小・中学校に給食を提供しています。

提供先は、幼稚園2園（米山東、豊里）、小学校3校（米山東、登米、豊里）、中学校2校（登米、豊里）で、食数は、1,400食ほどです。

給食は、週4回の米飯給食と週1回（火曜日）のパン・めん類を基本に、登米市産環境保全米「ひとめぼれ」を使用し、副食等についても登米市産の肉や野菜、加工品を多く利用しています。

調理業務は、登米市内の給食センターの中で唯一、直営で行っており、安心・安全な給食を提供するため、種意見交換をしながら作業に当たっています。

昨年、豊里地域で生産された「明日葉」を「かき揚げ」に加工していただき、2回ほど献立に盛り込んだところ、まずまずの評判でした。

今年も、児童・生徒の皆さんに地域の食材についてより興味を持ってもらえるよう、地元の野菜を活用した献立づくりに挑戦したいと考えています。



毎日おいしい給食を作る調理員の皆さん



明日葉の「かき揚げ」



郷土料理「はっと汁」

技師（栄養士） 佐藤由紀

登米市の学校給食の特徴は、献立に地場産物を多く活用していることだと思います。

米や豚肉、牛肉、旬の野菜はもちろん、さくらんぼ、メロン、ラ・フランス、りんごなど、ほぼ毎日登米市産の食材が登場しています。

センター方式ということもあり、子供たちが給食を食べている様子を毎日見ることは難しいので、受配校の先生方と連携を密にすることの大切さを日々感じております。

給食の時間が勉強や運動など、一生懸命活動している子供たちが、ほっと息つけるような、うれしくなれるような時間になればいいないつも考えています。

子供たちの「今日の給食、おいしかったよ!」の言葉を励みに、これからもおいしい給食を届けられるよう、職員全員で力を合わせていきたいと思っています。

技士（調理師） 鈴木佳代子

私たちのセンターでは、幼稚園・小学校・中学校を合わせ、約1,400人分の給食を調理員16名で作っています。

単独校給食とは異なり、配送時間との兼ね合いから早目に仕上げなくてはならないというジレンマもあります。

しかし、出来る限り、温かいものは温かく、冷たいものは冷たく提供できるように努力しています。これからも栄養士の先生方と協力して、子供たちが笑顔で、おいしく食べられる給食を作っていきたいと思っています。

登米市立豊里小・中学校 教諭

白鳥真衣

今年度から本校に赴任し、給食主任を務めております。

登米市の給食には、地元で作られた野菜や食材が使用されており、デザートに登米市産のりんごが出たり、ある時は、郷土料理であるはっと汁や油麴丼が献立に入ったりします。

生徒・児童たちの好きなカレーやきんとんパイ、クリスマスにはケーキといったメニューもあり、日々、おいしく楽しく給食をいただいています。

自分自身の子供のころを振り返ってみると、毎日出る給食は当たり前になっていました。しかし、教員として給食をまた食べることができるようになり、1人分の給食に、生産者や調理師の方々、栄養士の先生方など、給食に関わってくださるたくさんの方々の想いや工夫が込められて作られているんだなあと感じました。

本校は小中一貫校のため、小学生と中学生がともに勉強しています。

今日も中学生は部活に勉強、小学生も遊びに勉強と、元気に活動できるようにおいしい給食をいただきます!!

センター紹介

村田町学校給食センター

村田町は、宮城県の南部に位置し、仙台市など3市4町に隣接しています。南に白石川が流れ、西に蔵王山系の山々を望む、自然環境に恵まれた地で、面積は78.41平方キロメートル、人口は11,515人（平成27.12月末日現在）です。古くから、東北地方と関東地方、仙台方面と山形方面を結ぶ交通の要衝であり、現在も東北自動車道村田インターチェンジ・村田ジャンクションなどにより、その役割を果たしています。

また、江戸時代後期に紅花交易を期に繁栄した、村田の商人の面影が今も残る蔵の町並みは、国から「重要伝統的建造物群保存地区」に選定されています。

1. 施設の概要

学校給食施設の老朽化等に伴い、町内全ての小中学校に、安全でおいしい給食を提供するため、学校給食センターが平成27年8月にスタートしました。

- ・所在地 村田町大字沼辺字二丁町78番地
- ・竣工 平成27年6月（平成27年2学期より給食提供）
- ・延床面積 1,107.9平方メートル ・構造 鉄骨造2階建て
- ・最大提供数 1,000食/日（アレルギー対応食10食可）
- ・調理システム ドライシステム
- ・配送校数 小学校2校・中学校2校 ・配送車両 2台



2. 施設の特長

国が定める「学校給食衛生管理基準」に対応し、食材の荷受けから調理・配送までの流れを一方通行にするなど衛生面に配慮するとともに、様々な工夫をしている施設で、村田町学校給食基本方針に基づき運営しています。

基本方針1 ●おいしく信頼される給食の提供

[食物アレルギー専用調理室]

除去対象食品27品目に対応できる専用の食物アレルギー調理室を設置。食物アレルギー対応マニュアルに沿って、学校と連携し安全に提携。

[ウイルス対策室]

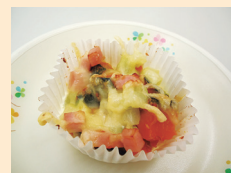
ウイルス性の食中毒や感染性胃腸炎等に、学校・学級単位で集団感染した場合、そのウイルスがセンター内に入らないよう、洗浄室に入る前段で食器や配送用コンテナを消毒。

[大量調理であってもできるだけ手作りに心掛けた調理室]

従来の給食施設の人気メニューを引き継ぎながら、安全でおいしい給食の提供を目指す。冷蔵機能がある消毒保管庫と保湿機能を有する食缶により、適温（冷たく・温かく）で提供。



豚肉の
バーベキューソースかけ



パンプキンチーズ焼き

基本方針2 ●食べることの大切さを学ぶ指導の充実

[食に関する指導の充実]

栄養教諭等を中心に、学校と連携を図りながら、学校・学級毎に給食指導や授業を実施



[多種類の食器]

おかず毎に皿に盛る三種類のお皿と飯椀・汁椀を導入（町のゆるきやら「くらりん」プリント食器もあり）。多様なメニューにも対応



[見学スペースと会議室]



2階の会議室や通路から調理作業の見学が可能。

くらりん♪



基本方針3 ●地産地消の推進

[地域の食材を子どもたちへ]

町内産の米を中心に、特産物のそらめやとうもろこし、季節毎の野菜を調理し、子どもたちに旬の野菜のおいしさを味わってもらうため泥付野菜にも対応する下処理室を設置。

[給食センター内の炊飯施設]

町内産の“炊きたてご飯”を提供するため、炊飯設備を設置。人気の混ぜご飯やピラフなども作れ、災害時にはこの炊飯施設と非常電源装置により炊き出し可能。



中華おこわ

山形県		献立名	「いも煮」
料理の特徴 「いも煮会」は山形の秋の風物詩と言われ、県内のいろいろなところで行われています。 いも煮は、同じ山形県内でも地域によって味つけや入れる材料が少し違います。村山地方では、里芋、こんにゃく、牛肉、ねぎが入ったしょうゆ味、豚の飼育が盛んな庄内地方では、肉は豚肉、具は里芋、こんにゃく、ねぎ、厚揚げ、きのこが入った味噌仕立て、そして、米沢牛で有名な置賜地方では、牛肉、里芋、ねぎの他に、にんじん、大根、糸こんにゃくなどがたっぷり入ったしょうゆ味です。このように、同じいも煮でもその土地柄がよくあらわれています。			
材料名	分量（g）/人	作り方	
牛肉	25 g	① 里芋は一口大、ねぎはななめに切りにする。 ② こんにゃくは一口大に手でちぎり、湯通しする。 ③ 鍋に里芋を入れ、かぶるくらいの水を入れ、火にかける。 ④ 鍋に湯を足し、しょうゆを半分入れ、煮る。 ⑤ 牛肉をほぐしながら入れ、アクをとる。 ⑥ こんにゃく、砂糖、酒、残りのしょうゆを入れて煮る。 ⑦ 味を調えてから、ねぎを入れる。	
こんにゃく	25 g		
里芋	65 g		
ねぎ	15 g		
砂糖	1.2 g		
酒	2 g		
しょうゆ	9 g		
			

福島県		献立名	「ざくざく汁」
料理の特徴 福島県二本松市の郷土料理ざくざく汁は、神様への供え物の代表です。ざくざくとは、具が沢山ということと、食材を細かく切ることによって無駄なく使い切ることができるようにという意味合いがあり、昔の人の生活の知恵が含まれています。 ざくざく汁は、祭りには欠かせない郷土の料理です。汁物や煮物として供されます。			
材料名	分量（g）/人	作り方	
ごぼう	8	① だし汁をとる。 ② 具材はすべて1cm程度のさいの目にきる。 ③ こんにゃくはゆがいておき、ごぼうは下茹でしておく。 ④ だし汁に具材を入れて、しょうゆ、みりん、酒で味をととのえて仕上げる。	 
にんじん	8		
だいこん	8		
乾しいたけ	0.4		
さといも	10		
焼き豆腐	15		
板こんにゃく	10		
鶏もも肉（皮なし）	15		
清酒	0.6		
こいくちしょうゆ	5		
食塩	0.3		
本みりん	0.3		
かつおだし節パック	1		
水	120		

「多賀城市の地場産品活用の取り組み」

多賀城市の食育の取組

多賀城市学校給食センター（愛称：ドリームランチ多賀城）は、市内の小・中学校10校（小学校6校・中学校4校）の児童生徒に給食を提供しており、その食数は約5,700食になります。

また、学校給食センターにおける食育推進事業の一つとして、各学校の食に関する指導の充実を図るため「食に関する指導」事業計画を平成22年度から3年ごとに定め実施しています。

平成27年度は、第2期目の最終年度になっており、より本市の特徴を活かした食育を推進しております。今回は、本計画の一部について活動風景を交えながらご紹介いたします。

1.食に関する指導

食に関する指導には、事前に各学級担任と打合せをして、指導法や教材を工夫しながらT・T形式で行うことを基本としています。

各学校と連携し、1クラス年1回以上の指導を目標に掲げ、平成27年度の教科・特別活動の授業時間内における指導時間数122時間、給食時間32回、そのほかの指導を42回実施しました。



2.児童生徒と地元生産者や調理員との交流会の拡充

本計画には、給食を支える身近な人たちとの交流も設けております。児童生徒と地元の食材生産者や調理員との交流会を通して、給食を支える人たちの存在を意識させ、感謝する心を育てることを狙いとしています。

平成27年度は、1つの小学校で調理員による講話を行いました。また、6つ全ての小学校と1つの中学校で多賀城市内の生産者の方々から出荷に至るまでの講話を伺いながら、給食と一緒に食べて交流を深めました。



3.情報提供（献立表・給食だより、食育だよりの発行、地域回覧板の活用、ホームページ掲載）

児童生徒の保護者に予定献立表・給食だよりを毎月配布し、食育だより（年4回発行）は児童生徒の保護者への配布に加え、地域との連携を図れるよう地域回覧板において情報発信しています。

また、多賀城市食育推進プランに基づき、第8回多賀城市食育展（本市主催）を多賀城市役所の1階ロビーで実施しました。市役所を訪れた多くの皆さんに学校給食センターの活動を現したパネルや給食の実物展示等をご覧いただきました。

4.日本の食文化（友好都市：山形県天童市、福岡県太宰府市、奈良県奈良市）

多賀城市には、太宰府市、奈良市、天童市と歴史を感じとることが出来る友好都市があります。

平成22年度から友好都市の郷土料理や学校給食献立を取り入れ、改めてそれぞれの地域を理解し、視野を広げる良い機会としています。

平成27年度は、全国学校給食週間に郷土に対する理解を深めることを狙いとし、「東北の郷土料理や食材について知ろう」をテーマに学校給食の献立に東北の郷土料理や地域特産の食材を取り入れました。期間中、多賀城市の郷土料理として「やかもち鍋」を提供しました。「やかもち鍋」は、多賀城で最期を迎えた「万葉集」の歌人大伴家持をイメージして市民が考案した鍋料理で、歌を書く短冊に見立てた人参や大根等の野菜が入っています。



おめでとうございます

平成 27 年度文部科学大臣表彰

優良校 宮城教育大学附属小学校

本校は国立大学法人宮城教育大学の附属小学校で、義務教育を行いながら大学への研究協力や授業の研究開発、教育実習生の受け入れといった任務を担っています。そのため公開研究会を毎年行い、教育実習も本大学の3年生約220名が2回に分かれ、2週間の実習を行っています。

給食は自校炊飯の単独調理校で、児童数 746 名（24 学級）、教職員 64 名、合計 810 名の給食（実習生がいる間は 920 名）を、栄養教諭 1 名と調理員 7～8 名（調理業務は委託）で運営しています。本校は研究校であるため食に関する取組が比較的取入れ易く、校内外を問わずいろいろな方々の協力を得ながら、新たな取組を試みています。その中から今回 6 年生の『バイキング給食』について、紹介させていただきます。

◇ 6 年生『バイキング給食』で栄養バランスと食事を学ぶ

本校の 6 年生のほとんどが進学する附属中学校には給食がなく、昼食は弁当持参となります。そこで生涯を健康に過ごしていけるよう、バイキング形式の給食を利用して栄養バランスと体に必要な食事を学ばせました。6 年生は事前に主食・主菜・汁物・果物毎に、数種類の中から料理を選んで献立を立て、栄養計算を行います。そしてバイキング給食当日は、自分で立てた献立通りに選んで食べることで、食事の量とエネルギーを体感しながら楽しく会食しました。



優良校 仙台市立田子小学校

本校は仙台市の北東部に位置し、学区の北東側には七北田川が流れ、北西から西に広がっている田園地帯に、昭和 62 年開校した学校です。

平成 23 年度から 3 年間、仙台市教育委員会の認定を受け、健康教育を推進してきました。「いきいき すくすく もりもり 元気な田子っ子」を合い言葉に運動習慣、生活習慣、食習慣の 3 つの視点から健康教育の推進を図ってきました。

食習慣化を図るために、毎月 19 日を「食育の日」として食に関する指導を続けています。給食目標や当日の献立などに関連した話を学級でおこない、児童の食に関する関心と興味を高めてきました。給食後は「給食もりもりカード」を使用して、給食目標の振り返りと自分が食べた量の確認をします。そのカードは家庭に持ち帰り、保護者からのコメントをもらうことで家庭との連携を深めることができました。

給食時間は自分が食べられる量を考え、配膳した分は食べきろうという意識ができており、残食も少なくなってきました。これから食への関心と興味を高め、健康に対する意識の向上を図っていきよう努めていきたいと思ひます。また、「郷土料理」や「行事食」等をとおして食の大切さに気付いていける「生きた教材」として給食が活用されるよう、献立を充実させていきたいです。



第66回全国学校給食研究協議大会に参加して

大崎市立田尻中学校 技師 猪又 麻理絵
(大崎市田尻学校給食センター)

昨年11月、高知県で行われた第66回 全国学校給食研究協議大会に参加させていただきました。派遣事業を主催して下さった宮城県学校給食会様には、この場をお借りして深く感謝申し上げます。貴重な機会をいただき、本当にありがとうございました。

大会は2日間の日程で開催され、1日目は文部科学大臣表彰式やスーパー食育スクール指定校の実践発表、特別講演会等が行われました。2日目は第一希望の分科会に参加することができました。

スーパー食育スクール指定校の実践発表では、塩分の摂取に着目し、学校と家庭、地域、専門機関が連携して取り組まれている様子が紹介されました。中でも、大学の医学部と連携した尿検査の実施や家庭への塩分濃度計の貸出、だしの違いによる味の感じ方の調査といった取組みが印象的でした。塩分を数値として目に見える形で把握することで、自らの健康状態についての興味関心が高まったということでした。

分科会では、第6分科会「おいしく魅力ある学校給食のための調理技術の向上」に参加させていただきました。具体的な協議内容は、下記のとおりです。

- 1 おいしく魅力ある学校給食にするための献立作成および調理技術の向上方策
- 2 学校における食育において調理従事者が担う役割と連携のあり方
- 3 児童生徒の体格や活動レベルおよび地域の実情に配慮した栄養管理のあり方

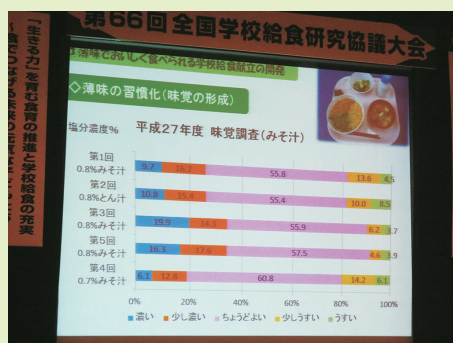
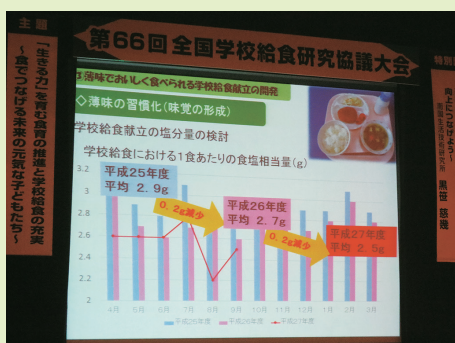
おいしい給食づくりや調理員との連携、正しい栄養管理という、基本的でありながら大変重要なテーマが設定されており、興味を持って参加することができました。3題の実践発表を受け、指導助言者の先生方からは下記のようなご指導をいただきました。(3番の協議内容についてのみ抜粋)

- ・給食の対象となる児童生徒の体格や活動量を把握することは必須事項である。
- ・自治体レベルで統一した評価基準を策定した上で、給食施設ごとの栄養管理を行うべきである。
- ・学級における個に応じた配膳を推進するためには、学校全体での共通理解を図ることと家庭の理解を得ることが重要である。

私の所属施設では学校給食摂取基準の値をそのまま使用しており、独自の基準は設定していません。田尻地区は大崎市の中でも肥満が多い地区です。試しに2校分の摂取基準を算出してみたところ、文科省の数値とは差が生じました。これを踏まえ、来年度から独自の基準を設定することができるよう、教育委員会や給食受配校と連携を図っていききたいと思います。

全体会と分科会を通して感じたことは、データを蓄積することの重要性です。給食の塩分はどうか、子どもたちの味の感じ方はどうか、提供量と残食量はどうか、肥満度の経年変化はどうか…。1つ1つを記録していくことで新たな課題が見え、よりよい実践へとつながっていくことを実感しました。来年度の給食センターの運営計画作りにも生かしていきたいと思っています。

【写真】スーパー食育スクール指定校の実践発表「塩分摂取に着目した食習慣改善へのモデル検討」(左・中)
大会中に提供された、高知県の地場産物がふんだんに盛り込まれたお弁当(右)



第3回宮城県学校給食「伊達な献立」コンクール

第3回宮城県学校給食『伊達な献立』コンクールが開催され、第1次の書類審査、第2次の調理試食等審査の結果、宮城県知事賞には「岩沼市立岩沼北中学校」が選ばれました。

学校給食週間に合わせて『伊達な学校給食フェア』が開催され、宮城県食育推進啓発ポスターコンクール入賞作品とともに、県庁1階ロビーに、7つの入賞作品の授賞パネルが掲示されました。また、県庁2階食堂での日替メニューとして、県民の皆様にご提供いただき、大好評を頂きました。

今年度も作品集を刊行して皆様にお届けする予定です。宮城県産食材を取り入れた学校給食献立を、是非参考にしてください。



宮城県知事賞	岩沼市立岩沼北中学校
宮城県教育委員会教育長賞	大崎市田尻学校給食センター
公益財団法人宮城県学校給食会理事長賞	仙台市立沖野小学校
宮城県PTA連合会長賞	大崎市立鹿島台小学校
宮城県連合小・中学校教育研究会学校給食研究部会長賞	宮城県立利府支援学校
全国農業協同組合連合会宮城県本部長賞	大崎市立鳴子小学校
宮城県漁業協同組合長賞	みんなのお昼ポテト館

フレッシュさん紹介



仙台市加茂学校給食センター
栄養士 上野 優

仙台市加茂学校給食センターに勤務しはじめ、もうすぐ1年が経とうとしています。

不慣れで戸惑うことが多く悩むこともありましたが、先輩栄養士の皆さんや所長をはじめとする事務室の方々、調理員の皆さんに支えられ、今では落ち着いて業務を進められるようになりました。子どもたちの笑顔と声を原動力に、安全・安心なおいしい給食を提供できるよう、尽力していきたいと思えます。

フレッシュさん紹介



仙台市宮城学校給食センター
栄養士 五十嵐 真奈

仙台市宮城学校給食センターに勤務して、早一年が経とうとしています。社会人1年目で、わからないことばかりでしたが、給食センターの職員方からたくさんのことを教えていただきここまで来ることができました。たくさんの方々の努力があって給食を提供することができるのだと日々実感しております。これからも、子どもたちにおいしく安全な給食を提供できるよう頑張ってまいりたいと思えます。

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9月に発行予定です。

第7号

平成28年3月15日

編集・発行

公益財団法人宮城県学校給食会

仙台市宮城野区柝江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>

