

学校給食会だより

第183号

令和元年8月31日



一芯三葉でお茶摘み。
今年は豊作!

(写真提供: 天龍村立天龍小学校)

目次

- | | | | |
|------------------------|---|------------------------|-----|
| ●育てたい「食べる力」 | 2 | ●令和の時代に | 7 |
| ●学校給食会の主な事業 | 2 | ●(公財)長野県学校給食会職員募集のお知らせ | 7 |
| ●270本の恵方巻き | 3 | ●フレッシュ対談 | |
| ●公益財団法人長野県学校給食会 役員 | 3 | ●あこがれの学校給食の仕事に就いて | 8-9 |
| ●新しい給食センター・給食室の紹介 | | ●おいしい給食 楽しい給食 | 10 |
| ・こんにちは! 白馬村学校給食センターです! | 4 | ・岡谷市立湊小学校 | |
| ・こんにちは! 美簗小学校給食室です! | 5 | ・木曾町立木曾町中学校 | |
| ・こんにちは! 西春近北小学校給食室です! | 6 | | |
| ●第1回パン審査・品質向上研修会報告 | 7 | | |

編集・発行 公益財団法人 長野県学校給食会

〒381-0103 長野市若穂川田3800-5 TEL 026-282-6080 FAX 026-282-6535 E-mail info@nagk.or.jp

<http://www.nagk.or.jp/>

育てたい「食べる力」



公益財団法人長野県学校給食会評議会
元須坂市教育次長

中島 圭子

私が子どもの頃は、大抵の家では家族と共に食卓を囲み、体や心、知育を育む場が機能していました。また生活の場の周りには田畑や家畜小屋もあり、子どもたちは家族との会話や豊かな自然環境の中で、命ある食材の姿を通じて命や人間についても考える機会となっていたのではないかと思います。

しかし、ここ半世紀ほどの間に、生活スタイルや食生活が大きく変化しました。今や偏った栄養摂取や朝食欠食等の乱れや肥満・痩身傾向など、子どもたちの健康に係わる問題が深刻化してきています。こうした問題を解決するために、単に栄養面の教育だけではなく、食を通じて人間として生きる力を育む「食育」が重要な役割を果たしています。

私が勤務していた須坂市教育委員会では、小林正彦教育長の熱心なご指導の下で、家庭や地域、学校などが連携した取り組みを実践するために、平成29年に6ページの見開き食育リーフレットを作成しました。これは、「早ね早おき朝ごはん〜元気に育つすざっ子〜

を合言葉に、各世代に応じた食育を実践するために、学校の栄養教諭、養護教諭、家庭科教諭、また保育園や乳幼児の事業に携わる栄養士や保健師等、教育委員会のみならず健康福祉部の関係職員が連携して作成したものです。そして、乳幼児健診時の保健栄養指導で、また保育園や市内全小中学校の全家庭に配布するために保育参観・授業参観等の機会に栄養士や栄養教諭等の指導の下で、配布されています。

食育ことは生きるための基本であり、子どもたちの健やかな心や身体の発達には欠かすことのできないものです。食べ物や人への感謝の気持ちを忘れずに、健やかに成長していつてほしいと願わずにはいられません。



学校給食会の主な事業

学校給食の充実向上に関する事業

令和元年度「長野県産物活用・食育支援事業」

●「学校給食に長野県産物を活用した献立コンクール」



●「学校給食に長野県産物を活用した調理講習会」

●長野県産物を活用した加工食品の活用促進

●「長野県産物を活用した学校給食献立レシピ集」

作成他

●「学校給食用パン審査・品質向上研修会(年2回)」



●「学校給食会だより」の配布(年2回)

●「物資だより」の配布(年10回)

270本の

恵方巻き



公益財団法人長野県学校給食会理事
長野県小学校長会長

芳原 慶子

学校給食が大好きです。毎日違うメニューに出合えることもありますが、「どうやって調理しているのかな?」とか「これ、初めて食べる!」など、その日の日にいろいろな発見があることが楽しみなのです。これまでもたくさんのおいしい!「すごい!」に出合ってきました。

T中学校は自校給食でした。生徒数およそ240名。職員分を入れて約270食を4人の調理員の皆さんが作って下さっていました。着任1年目の2月の献立表に「恵方巻き」があり、栄養職員の先生にお聞きすると、「朝から総出で巻くのよ!」ということもなげにおっしゃいました。

当日検食用に少し早めに届いた給食のお盆には、「恵方巻き」がのっていました。コンビニやスーパーにある恵方巻きではなく、むしろ「中巻き」に近い大きさの巻き寿司。思わず「おいしそう!すごい!」と叫んでいました。もちろん中の具も手作り。「この巻き寿司を270本巻いたのですか?」と聞くと、調理員さんは「毎年そうですよ。子どもたちも喜んでくれます」と答えて下さいました。

季節の献立を、できるだけ手作りして、おいしいものを届けたいという気持ちでひひしと伝わってきました。

今はセンターから届く給食をいただいています。

シチューの日。少し大きめに切られたジャガイモは、角がすっきりしてとてもきれいな形のまま盛り付けられていました。「煮崩れさせないぞ」という気持ちで表れたジャガイモはほくほくしていました。

きつと大きな鍋で煮られるシチューを、ゆっくり丁寧に入れて調理されたのだろうな、と思います。

学校給食には、携わって下さっている多くの方たちの思いが詰まっています。その気持ちに思いをめぐらせながら、子どもたちに、おいしく楽しく給食の時間を過ごしてほしいと思います。

毎日、安全に本当に気を配りながら、子どもたちに給食を届けて下さる全ての皆さまに感謝です。

さあ、今日の献立は何かな?

(長野市立通明小学校)

公益財団法人長野県学校給食会 役員

評 議 員	氏名	選出区分
	近藤 守	市町村教育委員会連絡協議会
	高地 崇佑	
	竹内 淳	県小学校長会
	北澤 嘉孝	県中学校長会
	塩嶋 久美子	栄養教諭・学校栄養職員部会
	関 育美	県PTA連合会
	宮下 朋子	学識経験
	林 登代美	学識経験
	中島 圭子	学識経験
岩松 義雄	学識経験	
渡邊 和代	学識経験	

理 事	氏名	選出区分
	坂口 昌夫	(理事長) 市町村教育委員会連絡協議会
	沓掛 英明	
	芳原 慶子	県小学校長会
	西澤 道生	県中学校長会
	和田 優子	栄養教諭・学校栄養職員部会
	千野 貴文	県PTA連合会
	柳澤 幸一	学識経験
	下條 年平	学識経験
	藤澤 孝司	学識経験(専務理事)
瀧本 英一	学識経験(給食会職員)	

監 事	氏名	選出区分
	樽沼 徹	学識経験
内村 孝英	税理士	

「年報」の配布(年一回)
学校給食関係団体の食育研修への積極的支援
各種大会・会議への参加
食育指導教材の貸し出し

物資供給に関する事業

基本物資・一般物資の安定供給(受注・配送)



こんにちは!

白馬村学校給食センター

です!



センターと白馬中



『衛生管理しやすい』をモットーに、それまでの狭さから一転広々とした環境の中で給食づくりができるようになりました。中学校では併設によって、3時間目から給食の匂いがすることに驚いたようです。白馬の子どもたちには、白馬らしい給食献立に愛着を持って、やがて食の自立力を身につけ、白馬から世界に巣立ってほしいと願い、私たちはがんばっていきたいと思います。



3列シンクの野菜下処理室



衛生管理面の充実

準備室に「取るシンク」を設置



白馬南小学校



白馬北小学校



白馬中学校



春巻き作り



多機能調理機「バリヨ」



白馬郷土食品使用メニュー



5月の山菜「行者にんにく」炒め

古代米の先駆け「白馬紫舞(米)」使用



白馬村学校給食センター
所長 堤 則昭

白馬山麓の新学校給食センターから
思いづくりを

白馬村学校給食センターは、旧調理場が揃って更新時期を迎える折、平成26年度に企画を開始し、平成28年度からは施設建設委員会による研究協議を重ね、平成30年に完成を迎えました。総事業費は約9億2千万円、延べ床面積約1,065㎡の鉄骨造平屋建の建物は、最大850食程度の能力を備えています。渡り廊下で中学校と接続し、小学校2校にトラック2台で約470食を搬送し、常時約700食を提供しています。長い時間をかけ、先進地の視察も重ねてきた施設なので、危害分析重要管理の概念に基づく各設備は、ほかの施設と同様の水準は備えているところですが、降雪の多い地域にある当施設は、積雪対策に工夫が必要でした。平屋建で最大850食程度の能力を要する床面積を確保するとすると、その屋根に降り積もる雪の処理が問題です。雪下ろしのことを考えて落雪型の勾配屋根にすると、棟も高くなり、屋根面積も増える。そして、屋根雪が落ちれば、事故や施設の破損も懸念されるうえ、除雪が必要になる。また、その雪により敷地の使用が制限されてしまう。そこで、屋根勾配を敢えて緩勾配とし、屋根雪は自然融解にまかせ、それに耐えうる積雪耐荷重を上げ、不凍雨樋を設置し、雪解け水はそこから排水することで対処しました。本稼働によりさらなる改善点も見えてくるものですが、それらは今後建設を予定されている施設に活かしてもらえれば幸いです。ここから望む白馬三山とともに、この給食センターから提供される給食から、将来も鮮明に残る思い出が育まれることを期待しております。

こんにちは!

美篤小学校給食室

です!

ペレットボイラー



荷受室



美篤小卒業生の方が書いてくださった看板



サラダ室

釜は移動式、洗浄室で洗うのでサラダ室はぬれません。



給食室内

釜まわりが熱くならず安全に作業ができます。ごぼうを使って黒くならないのできれいに仕上がります。



調理員の先生方



自校炊飯

6月より開始しました。週4日、1日5釜約30kgの米を炊いています。米は伊那市産です。



伊那市の取り組み
いいな雑穀カレー
もちぎび・アマランサス、えのきだけ、しめじを使用



伊那市産もちぎび



クラスごとに盛りつけ



伊那市の取り組み
6月食月間に合わせて
バナマンデンを使ったうどん(小麦)



伊那市特産
アマランサスを使った
マーボー春雨



子どもたちが栽培した
野菜を使って

伊那市では『くらしの中の食』という、子どもたちが栽培活動を通して生きる力を育む体験活動が行われています。自分たちで栽培、収穫した食材を食べるだけでなく給食にも提供してくれます。子どもたちには自分たちが育てた食材が給食に登場し、全校に味わってもらおう満足感とともに、食への興味関心、感謝の心が育つ経験となっています。今年度もたくさんの食材を給食で提供できたらと思っています。

これからも安心・安全で、子どもたちにとって給食が楽しみな時間となるように、給食室みんなで力を合わせてがんばっていききたいと思います。

新しい給食室は、衛生管理に配慮した設計となっており、機械・設備もドライ対応のものが導入されました。昨年度より調理員さんと調理工程を検討し、工程の最終確認として給食試作を行い、4月の給食開始に自信をもって調理に臨むことができました。少しずつですがスムーズに調理ができるようになってきましたが、献立が変われば工程も変わります。話し合いを重ねながら改善を行っています。また、新たに炊飯設備が導入され、6月より炊飯を行っています。自校で炊飯を行ったことがない調理員さんだったので、校長先生、教育委員会と相談し、3月に何回か炊飯を行い、スムーズに自校炊飯へ移行することができました。子どもたち、先生方にも炊き立てのごはんはおいしいと好評です。

美篤小学校給食室は今年度4月より稼働しました。約380食の給食を5名の調理員さんと作っています。



伊那市立美篤小学校
栄養教諭 松島真紀

安心・安全・子どもたちの楽しみ
となる給食づくり

こんにちは!

西春近北小学校給食室

です!



給食室はペレットボイラーになりました。写真の左に写っているのがペレットを入れるものです。



配膳ホールは、子どもたちが給食を取りに来るのが楽しくなるようにと、明るいオレンジの壁紙を選んでいただきました。配膳ホールの照明がとても明るいですが、オレンジ色の壁紙のおかげで一層明るいホールになりました。



今年度から自校炊飯になり、洗米機と炊飯器が導入されました。洗米機は、全自動洗米機で、計量や洗米、水加減など、全てが自動です。



下処理室には「肉魚下処理室」が設けられ、より衛生的に作業することができます。調理室へは、肉魚専用のパスルー冷蔵庫を通過していきます。



配膳ホールに掲示板を作っていました。給食週間の時などは、準備もしやすく、掲示板いっぱい模造紙やイラストを貼ることができます。また、配膳下膳の時に子どもたちが掲示物を見ている様子も分かり、掲示物についても話すことができます。掲示板も淡い黄色でとても可愛いです。



ごはん
豚汁
さばのソース煮
カニ風味サラダ



ごはん
コンソメスープ
ホキの黄金焼き
おかかとチーズのサラダ



食器保管庫や、包丁まな板殺菌庫はもちろんですが、靴や白衣の殺菌庫も導入されました。毎日洗濯はしていますが、殺菌庫のおかげで、より清潔な白衣や靴を身につけることができるようになりました。



伊那市立西春近北小学校
栄養職員 芳澤 秋絵

西春近北小学校の給食室は、昭和54年4月6日から平成30年7月24日まで稼働し、老朽化による改修工事となりました。平成31年3月に完成し、4月の新年度から新しい給食室で作り始めました。現在は児童、職員合わせて196食を作っています。

新しい給食室には様々な機器を導入していただきました。調理の工程にも変化があり、調理の先生方はより作りやすくなったと思います。

和え物の野菜は必ず加熱が必要です。今までは野菜を茹でて、水で冷却をし、冷蔵庫で冷却をするといった工程でした。今年度からはスチームコンベクションで野菜を蒸し、プラスチックという機器に入れて冷却をしています。茹でることも水にさらすこともなくなり、野菜の旨みや栄養が必要以上に逃げることもなく和え物として作ることができます。野菜の味をしっかり子どもたちに感じてもらえるようになりました。

また、新しい機器の導入により今年度から自校炊飯ができるようになりました。炊きたてのご飯を子どもたちへ提供でき、とても嬉しいです。保護者の方からも「前よりもご飯がおいしくなりました」と子どもたちが話しているよ」と嬉しいお言葉をいただきました。炊き込みご飯も作れるようになり、メニューの幅も広がりました。

おいしい給食を作るだけでなく、学校給食では食の安全にとっても配慮しています。新しい給食室では汚染区域と非汚染区域が明確に分かれていて、より衛生的に調理作業をすることができます。また、調理室全体が明るく、作業の安全も確保できます。

これからも給食室の職員一同、「心を一つにして、おいしく、安心・安全な給食」を子どもたちへ作ってまいります!

第1回パン審査・品質向上研修会報告

〈主催〉公益財団法人長野県学校給食会 〈共催〉長野県学校給食パン・米飯製造事業者協議会
 〈期日〉令和元年7月12日(金) 本会 会議室



長野県教育委員会、県製粉協会のご列席と県学校保健会栄養教諭・学校栄養職員部会のご協力をいただき、実施しました。今年度も審査委員長として一般社団法人日本パン技術研究所の並木利文氏、審査員として長野県工業技術総合センターの羽生隆氏の2名で、慎重に審査をしていただきました。

県下各地からは、お忙しい中ではありましたが13社16人のパン職人さんたちが参加し、共に学び合う機会となりました。パン職人の皆さんは、審査委員長さんの一つひとつのお話を食い入るように真剣に耳を傾けておられました。それぞれのパンを試食しながら「違いがあるな」「なるほどなあ」と等という声が聞かれ、この研修会のよさを感じられたようでした。審査結果は、「優」が85%、「良」が15%という大変素晴らしい結果となりました。審査委員長さんからも、「全体的にパンの出来は、いいです」という言葉をいただきました。皆さんの熱意が全県のパンの質の向上につながり「おいしいパン」になっているのではないかと実感しました。実際、子どもたち、先生方から「パンがおいしい」と、うれしい声を聞くことがあります。このようにおいしいパンを食べられる子どもたちは幸せです。

しかし、「パンに汚れがついていた」「焼きが足りない」等々、それぞれに課題も挙げていただきました。更なる向上を目指して取り組んでいただきたいと思います。また、今回、並木先生からは、塩分やトランス脂肪酸についてもお話をいただきました。現時点でこれらについては心配することはないとのことでありましたし、風味を生み出す塩分の果たす大切な役割等についても学ぶことができました。今後も食物等の成分やその働きについても理解しつつ、バランスのよい食事を常に考えていきたいと思います。

第2回目のパン審査は、抜き打ち審査となりますので、ご協力をお願いいたします。

今回の審査会には、お忙しい中ご参加いただきました県教委の神田課長には、審査会・研修会の全てに参加いただきました。感謝を申し上げます。

また、立会人(補助者)として、終日県下各地よりご参加いただき、審査と研修会を支えていただきました県学校保健会栄養教諭・学校栄養職員部会の和田優子部長はじめ5名の先生方にも改めて感謝を申し上げます。



令和の時代に



長野県学校保健会
 栄養教諭・学校栄養職員部会
 部会長 和田 優子

この7月、長野県下小学校5年生、中学校2年生約3万6千人を対象にした「食に関する実態調査」を実施しました。平成16年度より3年毎、本部会が実施してきた本調査は平成25年度から長野県教育委員会と共同で実施し、子どもたちの食の実態から見える課題から、朝食欠食の習慣化に歯止めをかける、朝食での野菜摂取の増加を図る、共食を啓発する、という3点を重点として、全県で取り組んできました。

今回の調査集計につきまして、会員皆で入力を行い、地区委員、食に関する指導研究委員を中心に集約し、その結果から県教育委員会と共に課題を把握し、今後の食指導の課題に会員全体で取り組んでいけるよう進めているところです。

また、今年の3月、第3次食育推進基本計画の推進と新学習指導要領等の改訂を踏まえ、「食に関する指導の手引き」が第2次改訂されました。情報化社会の現代、栄養健康情報があふれる中、子どもたちに正しい食の知識を伝え、正しい判断の基、生涯にわたって健康な生活を送るための「生きる力」を育むことの重要性や、学校教育活動全体で食に関する指導に当たるとともに、家庭や地域、多職種との連携「つながり」を深め推進を図ることが記されています。平成から令和に年号が変わり、これからの新しい時代も、私たちの職務である学校における食育の推進に大きな期待が寄せられています。そのためには献立に願いを込めた給食管理から食育指導に推進していけるよう、部会として、各委員会や地区委員会から発信し、一人の百歩ではなく、会員307人の一歩となるように個々の力を高め進めていきたいと思います。

学校給食会 職員募集のお知らせ

長野県学校給食会では、来年度採用の正規職員を募集しています。

募集職種

- 学校給食物資の営業・配送

応募資格

- 平成31年4月1日現在満39歳以下の人で、高卒以上、2トントラックを運転できる免許を所持している人

就業場所

- 長野市若穂川田3800-5
 公益財団法人長野県学校給食会物資事業課
 *ただし松本事務所、飯田事務所への転勤の可能性が
 あります。

採用人員

- 1人

第一次試験日時・場所

- 10月13日(日) 長野県学校給食会
 (長野市若穂川田3800-5)

問合せ先

- 長野県学校給食会 TEL.026-282-6080

受験に関する詳しい内容は、学校給食会ホームページに受験案内を掲載しておりますので、ご覧の上応募してください。

フレッシュユ対談

あこがれの学校給食の仕事に就いて
本年度学校給食の仕事に就かれた5名の先生方からお話を伺いました。

Q1 この仕事に就きたいと願った
動機と取り組み



栄小学校
栄養教諭
村松 静香先生

A1 前職で高齢者や大人を対象に食事を作るなかで、食の大切さや歴史、マナーは、小学生、中学生から身につけてほしいと感じたのがきっかけです。

A2 3ヶ月あつという間でした。日々仕事に追われていますが、ランチルームで子どもたちと一緒に食べる給食の時間が毎日の楽しみです。



A3 小学校では縦割り班ごとにランチルーム給食をしていました。上級生の子に、時間内に食べられるように量を調節しても

Q2 3ヶ月経つての感想

らっていたのを覚えていきます。

A4 食事のマナーや郷土料理について教えてくれるのは学校の給食だけだと思っています。季節の物、行事食や郷土食を給食にたくさん取り入れ、また、毎日の給食の時間でその紹介やマナー等について触れながら、子どもたちにも知ってもらいたいと考えています。

A5 子どもたちが、食に興味や関心を持つてくれるように、おいしくて安全な給食作りと、信頼される関係作りを心がけています。



王滝小中学校
栄養教諭
勝野 日奈子先生

A1 東日本大震災の時に、地域の郷土料理を炊き出しで振舞うボランティアに参加し、その時に感じた食の重要性やふるさとの食の力を、子どもたちに伝えたいと思ったことがきっかけです。大学時代には栄養教諭を目指す友人とよく討論していました。

A2 あつという間の3ヶ月間でおいしそうに食べる子どもたちの姿を見ると、栄養教諭になったと

Q3 給食の思い出

Q4 学校給食が果たす役割で
大事に考えていること

A3 献立表をファイルに入れて持ち歩き、給食の時間を心待ちにする。給食が本当に大好きな子どもでした。カリッカリの鶏のから揚げや、ジューシーな揚げパン、鮭が入ったどさんこ汁は今でもよく覚えています。給食好きが高じて小中と給食委員長をしており、その時関わった調理員さんと、教育実習で再会したときには大きな縁を感じました。

A4 給食は、食について実践を通して学ぶことができる最高の教材だと思っています。「自分の体は自分が食べたものでできている」ということを子ども自身が考え、食べ物を選択する力をつけていけるよう、自身が考えて献立を作るだけでなく、その思いをきちんと発信することが大切だと考え、毎日給食時に「献立メッセージ」として伝えるよう心がけています。



Q5 「夢」や「抱負」

A4 給食は、食について実践を通して学ぶことができる最高の教材だと思っています。「自分の体は自分が食べたものでできている」ということを子ども自身が考え、食べ物を選択する力をつけていけるよう、自身が考えて献立を作るだけでなく、その思いをきちんと発信することが大切だと考え、毎日給食時に「献立メッセージ」として伝えるよう心がけています。



A5 人と一緒に食べることの喜び、健康の大切さ、ふるさとへの誇りや愛着など、食を通して伝えられることはいっぱいあります。栄養教諭として、食を通して人とつながり、自分を大切にできる子どもたちを育てていきたいです。



根羽小学校
栄養教諭
北原 沙智先生

A1 元々料理が好きで栄養士を目指しました。大学で、栄養学と教職の勉強をしているうちに、中学生の時の給食がおいしくて、当時の栄養士の先生に憧れたことを思い出し、「子どもと関わりながら、栄養士の仕事をしたい」という思いが強くなり、栄養教諭を志しました。



A2 慣れないことも多く、3ヶ月経ちますが、正直ようやくやるところです。毎日忙しく、あつという間に過ぎていますが、給食の時間の子どもの笑顔や「給食おいしかった！また食べたい！」という声、そして学校の先生方や調理員さんたちにたくさん支えていただき、充実した毎日を送っています。

A3 給食で出る「揚げパン」が大好きでした。定番のココア味

はもちろんです。抹茶味が出たときは感動しました！食が細く、時間内に給食を食べ終わることが苦手で、「ごちそうさま」に間に合わないことが多かった小学生でしたが、揚げパンの日は早く食べ終わることができる程、大好きなメニューでした。



A4 食の大切さ、それから食事の楽しさを子どもたちが給食を通して学んでもらうことを大事にしたいです。子どもたちが食を大切にできる気持ちをもつための、手助けをしたいと思えます。

A5 子どもたちが、将来大人になった時に、「学校の給食がおいしかった」「給食の時間が楽しかった」と、思い出してもらえよう。日々の業務をこなすことで手一杯ですが、徐々に献立を工夫したり、食育指導にも力を入れていきたいと思っています。そのためにも、誰からも信頼していただけるような栄養教諭を目指していきたいと思っています。



川上村学校給食
共同調理場
栄養教諭
ながの さつきが
長野 紗也加先生

A1 大学を卒業後に高齢者施設や病院で管理栄養士として働き、ライフステージ別の健康について考えてきました。疾病の治療ではなく予防に着眼したとき、義務教育段階での食育に大きな可能性を感じ、未来ある子どもたちの力になりたいと思いました。



A2 給食管理の経験が乏しく、毎日が勉強です。毎日色々な事件が起こりますが、頼りになる川上の調理員さん、斤務員さんや経験のある栄養部会の先生方のおかげでなんとか1日1日乗り切っています。学校現場での仕事は想像を超える忙しさなので、早く慣れてスムーズに仕事をこなせるようになりたいです。

A3 センター給食で減多に出ない揚げパンが出たとき、おい

しくてこつそりと持ち帰り、下校途中に食べました。帰宅後に見た鏡の中のコアまみれの顔は忘れません。



A4 成長期に必要な栄養の摂取ができ、そして一生の食生活の基礎となる食事バランスを身につけつつ食経験を増やすことができるのが給食だと思います。今後さらに勉強し、工夫をしていきたいです。

A5 意識せずとも、あたりまえに健康的な食事ができる大人になつてもらうための縁の下の力持ち的存在になりたいです。



売木小中学校
栄養教諭
あらい ゆきほ
荒井 幸穂先生

A1 中学2年の時、職場体験先がたまたま定休日、その穴埋めという形で給食センターへ行きました。そこで大きな調理道

具や回転釜、大量の野菜を見て「すごい！私たちが毎日食べている給食はこうやって作られているんだ！」と感動し、給食に興味を持ち始めたのがきっかけです。また、心がけてきたことは、色々な土地に行き、その土地のおいしいものを食べるということです。



A2 給食開始4日目にして大雪で停電し、スチコンが使えなかったことが今でも忘れられませんが、焼く予定だった魚を回転釜での炒め調理に変更し、魚のそぼろとして提供しました。また、ご飯を毎日回転釜で炊飯していること、給食後自分の食べた食器を各自で軽くすすぎ洗いをすることにとっても驚きました。小規模校だからこそできる手作りの給食献立もたくさんあり、色々な手作り献立を取り入れていきたいと思っています。

A3 揚げパンです。揚げパンの日は朝から「早く給食の時間にならないかなあ」と楽しみだっただのを覚えています。この職業に就いてからは「揚げパンの日はこんなにたくさんパンを揚げしてくれ

ていたのだなあ」と大変さを噛みしめています。

A4 給食は子どもたちにとって大切な食経験の機会だと思っています。郷土料理や行事食など、旬を感じられる食材を大切にして献立を立てています。

A5 「食べることは生きること」。その言葉通り、食べることは生きる上で重要なことです。その食べることを支えるのが給食だと私は思っています。子どもたちは大きくなり、自分で食の選択をしていく場面が増えていくことでしよう。その時に生きる「食経験」「食知識」を子どもたちに伝えていける栄養教諭になりたいです。



今回は5名の先生方に登場していただきました。地に足のついたお考えを持ち、前向きな姿勢に嬉しくなりました。職場の仲間や地域の方々のコミュニケーションを大切に、感謝の心を大切にしていただき、子どもたちが毎日笑顔になる給食を期待しております。お忙しい中ありがとうございました。

おいしい給食 楽しい給食

毎日おいしい給食

岡谷市立湊小学校 3年

有賀 汐里



クラスメートの誕生日には牛乳でカンパ〜!

わたしは、毎日楽しみに給食のこんだてを見ます。すぎなものを出すと、苦手なものも食べようと思います。給食で出るものなら、苦手だなと思っていたものも食べられるようになりまし。苦手なものが出た時に先生が、「がんばってるね。あとちょっと!」と言ってくれるので、いつもうれしく思っています。給食は、家で食べるごはんより多いけど、一つ一ついねいに作ってくれてすごいなと思っています。これからも、いねいに作ってくれた給食をたくさん食べたいです。

心があたたまる給食

岡谷市立湊小学校 3年

向山 千穂



今日の主食はソフト麺。肉みそあんかけにからめて食べます

わたしは、とても食へることが好きです。ですので、給食をいつも楽しみに待っています。いつもおいしい給食を作ってくれるので、わたしはぐんぐん育っています。おしるは温かくておいしいし、副菜は冷たくて食感が楽しめるし、主菜は色がカラフルで楽しいし、主食ではもちもちのごはんを食べることができるので、とてもうれしいです。すぎな食べ物が多くなったし、1年生まで食べられなかったセロリが食べられるようになったのは、給食の先生方のおかげです。これからも、おいしい給食を作ってほしいなと思っています。これからの給食も楽しみです。



みんな大好きな揚げパン、口を大きく開けて食べています



みんなが笑顔になれる給食の時間が大好き!!

木曽町中学校の伝統給食

木曽町立木曽町中学校 3年

戸田 胡巳

木曽町中学校には健康部という委員会があります。健康部では木曽町の郷土食である「すんき」や味噌を手作りする活動を行っています。すんきとは、赤カブの茎や葉を塩を使わずに漬けた漬物で、乳酸菌発酵による酸味が特徴の食べ物です。すんきに含まれている乳酸菌には健康になる作用があり、おすすめの食材です。すんき作りは、木曽町のすんき作り名人に直接指導していただきながら作ります。すんきのことを知りながら貴重な体験ができる活動です。



〈すんき作り〉すんきを刻んで箱に詰めていきます

味噌作りは、大豆を機械でつぶすところから始め、水、塩、麹とつぶした大豆を何回もまぜてから、空気が入らないように容器に入れていきます。想像よりも力のある作業で驚きました。健康部で作ったすんきと味噌は、チャーハンや味噌汁にして全校のみなさんにおいしく食べていただいています。手作りの味噌や郷土食であるすんきを感謝しながら食べ、伝統を受け継いでいきたいと思っています。



〈味噌作り〉つぶした大豆、麹、塩水をよく混ぜています

健康部で作ったすんきと味噌は、チャーハンや味噌汁にして全校のみなさんにおいしく食べていただいています。手作りの味噌や郷土食であるすんきを感謝しながら食べ、伝統を受け継いでいきたいと思っています。