

# 学校給食会だより

第188号

令和4年1月31日

栗たくさん拾ったよ！  
毎年届く秋のおいしさ、  
今年もみんないただきます。

(写真提供：塩尻市立木曾榎川小学校)



## 目次

- |                   |   |   |     |
|-------------------|---|---|-----|
| ● コロナ禍での給食        | 2 | ● 令和3年度 学校給食に長野県産物を活用した<br>献立コンクール 審査結果 | 4・5 |
| ● 多くの人に 支えていただいて  | 2 | ● 長野県学校給食優良学校等表彰【個人】                    | 6   |
| ● 救給シリーズ商品紹介      | 3 | ● 文部科学省 学校給食功労者表彰                       | 6   |
| ● アルファ化米(お赤飯)のご案内 | 3 | ● 長野県学校給食優良学校等表彰【共同調理場】                 | 7   |
| ● 減塩パン提供に向けた取り組み  | 3 | ● パン審査会                                 | 8   |
|                   |   | ● 理事会・評議員会・加工賃協議会                       | 8   |

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/>



## コロナ禍での給食



公益財団法人長野県学校給食会理事  
長野県中学校長会長（松本市立清水中学校長）

山口 真一

本校は、昭和六十二年に竣工した木造校舎です。三十年余りの歳月を経て、も来校者から「きれいな木造校舎ですね」「掃除を頑張っているんですね」と褒められる程レトロ調で伝統を感じる校舎です。木の床は、毎日の「無言ひざつき二度がけ」のふき掃除で黒光りしています。給食の時間になると、給食当番が身支度を整え、コンテナ室に給食を取りに来る光景はどの学校でも見られます。本校はそれに加え、廊下の何ヶ所かに雑巾を手にした給食委員の生徒が立っています。それは、給食の運搬中、汁物等を廊下にこぼしてしまった時にさっと拭き取る、言わば木造校舎の保護レンジャーなのです。

給食を運ぶ生徒とレンジャーの生徒が廊下から去り、それぞれの教室では「いただきます」の挨拶をして楽しい給食が始まります。感染レベルが下がり、給食中の笑顔や会話も少しずつ戻ってきています。

ところで、ミラーニューロン(Mirror neuron)という言葉をご存知ですか。ミラーニューロンとは、霊長類等の脳内で、自ら行動する時と他の個体が行動するのを見ている時、両方で活動電位を発生させる神経細胞を指します。他の個体の行動を見て、まるで自身が同じ行動をとっているかのように、鏡のような反応をすることから名付けられました。他人がしている事を見て、我が事のように感じる共感能力を司っていると考えられています。給食の時間は、正に教室中で、ミラーニューロンが活性化しているはずなんです。

給食は美味しく、楽しいという共感が共感を増幅させるのです。

最後に、給食を提供してくださる方々、命を提供してくれたいきもの達に感謝して「いただきます」「ごちそうさまでした」の言葉に心を込めて。

## 多くの人に 支えていただいて



公益財団法人長野県学校給食会評議員  
長野県小学校長副会長（長野市立通明小学校長）

高野 直樹

給食の後、手をあわせて「いただきました」。そんな時、ふと思いつく光景があります。それは私が行政の機関に勤務していた時の午後2時ごろの休憩室です。私がなぜ毎日のように休憩室に行っていたかは別として、いつもその場であう人がいました。「高野さん、今日も無事に終わったよ」と、ホッとした笑顔で語りかけてくれるのでした。

その方は、学校の関係者ではなく行政の給食担当の課長さんでした。課長さんだけではなく、毎日何万食もの給食を担当する行政の皆様や給食センターの皆様のお支えによって、給食を食べさせていただいていることを改めて感じました。

同様のことは、幾度となく感じてきました。子どもと一緒に皮をむいたタケノコ汁や今まで食べたことのない芋なます、収穫されたばかりの新米やジビエ料理など、給食を通してその地域の良さやあたたかさを実感させていただきました。

本校の児童が挨拶ポスターで表彰された記事が地域の新聞に掲載された日のことでした。給食センターの先生から「とても素敵なポスターなので、是非、給食のメンチカツの絵柄に使えないか」というお電話をいただきました。ポスターとメンチカツ、最初は全く結びつきませんでした。説明を聞くうちに技術進歩のすごさを感じるとともに、挨拶と給食が結びつくとても素敵な取り組みと感じました。後日、素敵な「あいさつメンチカツ」が給食に出され、子どもたちは満面の笑みで美味しく食べていました。

身の回りの物があふれ、一見豊かになった現代社会だからこそ、その背景にある人々の思いを大切に、今日も給食をいただきたいと思えます。



# 救給シリーズ

## 商品紹介

救給シリーズの商品は、平成23年東日本大震災をきっかけに、(公社)全国学校栄養士協議会が開発し、(公財)学校給食改善協会の認定を受けた非常食です。

近年、残念ながら自然災害等が日本各地で起こっています。長野県でも令和元年10月13日の台風19号では甚大な被害がありました。改めて防災減災に向けて一人ひとりが真剣に向き合わなくてはいけないことを思い知らされました。

万一のことを考え「食料の確保」は最重要な課題の一つと思われます。学校給食会から以下の商品を紹介いたします。

### 救給根菜汁

そのままおいしく食べられる具だくさんのお汁です。

150g 190円



### 特徴

- そのまま食べても、温めて食べてもおいしく食べられます。(スプーン付きです)
- アレルギー特定原材料等27品目が不使用のため、多くの人たちに対応できます。
- 常温でも製造から3年間は、保存ができます。

### 救給カレー

ごはんも入ってそのままおいしく食べられます。

150g 250円  
250g 330円



※令和4年4月1日より、救給カレーの価格改定が予定されています。

### 救給五目ごはん

そのままおいしく食べられます。

130g 235円  
200g 295円



### 救給コーンポタージュ

そのままおいしく食べられるスープです。

130g 175円



### 特徴

- 洗米・浸漬の必要がありません。
- セイロが必要ありません。
- 通常の調理釜や炊飯器を使って失敗なく、短時間で作れます。

手間いらず  
おいしいお赤飯が  
作れます!



※写真はイメージです。

## アルファ化米(お赤飯) ご案内

10kg 7,000円

7kg 4,900円

1kg 700円

ごま塩(0.5g).....3.5円

※税抜き 価格は令和4年3月31日まで

卒業式や入学式では、お赤飯でお祝いをされることも多いかと思えます。そんな時に便利なアルファ化米(お赤飯)のご案内です。

お問い合わせ・ご注文は右記 長野県学校給食会まで

- 物資事業課 ● TEL.026-282-6588 FAX.026-282-6682
- 松本事務所 ● TEL.0263-53-5670 FAX.0263-53-5661
- 飯田事務所 ● TEL.0265-48-6178 FAX.0265-48-6179

\*サンプルの用意ができます。

\*注文は令和4年2月17日(木)までお願いします。

食塩以外の原料及び配合割合は  
変更しない

食塩配合比率を  
1.6% (これまで(現行)は1.8%)

そこで、以下の点について、各関係者の方々と連携を図りつつ、今後も検討を重ねていきます。来年度の令和4年4月から「減塩パン」を基準パンとして提供していくことを念頭に取り組んでまいりたいと思います。

長野県が「世界一の健康長寿を目指す」と進めている信州ACEプロジェクトにおいて、「ゆるしおはじめませんか」と、おいしくゆるしい減塩が提案されています。そんな中、学校給食用パンの「減塩」への要望もあり、本会と栄養教諭・学校栄養職員部会の委員会において、「減塩パン」について検討してきています。パン審査でご指導をいただいている日本パン技術研究所の並木先生からは、「日本人の食事摂取基準(2020年版)」では、食塩の1日の摂取目標量が成人男子7.5g未満、成人女性6.5g未満と2015年版から成人男女共に0.5g少なくなったこともあり、パンも減塩を望む声が多いですが、極端に減らすことは難しいです。味を含めたパンへの効果を考える食塩添加量は対粉1.5%以上が望ましいと考えます。」との助言を受けています。

減塩パン  
提供に向けた  
取り組み



# 令和3年度 学校給食に 長野県産物を活用した 献立コンクール 審査結果

10月12日(火)、学校給食会会議室において、審査が行われました。本年度もコロナ禍でのコンクールではありませんでしたが、応募総数109件という多くの参加をいただき、おいしく栄養バランスの取れた献立をたくさん考えていただきました。ただ、本年度も新型コロナウイルス感染症の拡大防止ということで、調理・実技審査は行わず、書類審査のみとなりましたが、審査委員長の廣田直子松本大学大学院健康科学研究科教授はじめ、長野県教育委員会、栄養教諭学校栄養職員部会、長野県学校給食会のそれぞれの代表の方々に、大変熱心に審査をしていただきました。このような経過から、今回の審査で選出された10件の献立についても一律に「入賞」とさせていただきます。今後も献立コンクールを通して、食への意識・技術力に磨きをかけ、新たな給食のメニューづくりにつなげていただければと思います。献立の詳細につきましては、3月に配布されますレシピ集をご覧ください。



## 自由献立部門入賞

(掲載は受付順)

### 茅野市立永明中学校

白井 望

諏訪地域は、夏場のセロリの生産量が日本一です。生徒の「茅野市の特産品」としての意識も高いセロリをいろいろな料理で提供したいと思い、ご飯ももりもり食べられる丼を考えました。のたもちは、白玉団子でアレンジしてありますが、諏訪地域の郷土食です。給食を通して、地域の食材や郷土食を学んでほしいと思います。

### 千曲市第2学校給食センター

中野 加代子

今回の献立は、千曲市の歴史と文化と景観をイメージし、市のキャラクターから「あん姫御膳」と名付けました。黄色人参ペーストのお団子を焼捨の棚田に映る月に見立てた名月の里汁、ほきにあんずジャムと味噌で作るたれを絡め、あんずの実に仕立てたあん姫様のあんず狩りなど、市内や地域の食材、郷土食をたっぷり取り入れました。

### 飯綱町学校給食共同調理場

古平 エミ子

飯綱町の学校給食は、飯綱の大地で育った農畜産物と生産者の思いをつめ込んだ献立です。「やたら」は子ども達がよく知る郷土食の一つです。「夏野菜をやたらと細かく切るとおいしいよ!」と調理員さん。町内産コシヒカリ、地鶏、旬の野菜、みそ等を開発加工食品のごぼーると組み合わせました。暑い夏にご飯がすすむ献立です。

### 白馬村学校給食センター

塩嶋 久美子

毎年10月、大根葉の若い内だけ活用できるエコロジ的な献立として、大根葉飯と大根の入ったみそ汁をセットで実施しています。葉から根まで丸ごとの大根を納品してもらえるように農家さんへお願いできるのは、地産地消ならではです。そんな連携が、ふるさと白馬の給食として子どもたちの心に沁みると良いなあと思います。

## 課題献立部門入賞

(掲載は受付順)



## 駒ヶ根市竜東学校給食センター



酒井 葉月

駒ヶ根市の東に位置する竜東地区は、天竜川による肥沃な土壌と豊富な水によって農作物がたくさん育てられています。地域の方だけでなく学校からも育てた野菜が届き、周りに支えられているセンターです。その温かい気持ちに応えるべく「子ども達の学びが知識の栄養にもなるように」と調理員さんと共に献立を作り上げました。

## 岡谷市立湊小学校



中村 憲子

湊小学校は、まさに目の前が諏訪湖という場所に立地しています。身近な諏訪湖を中心に諏訪地方、岡谷市、湊を感じる献立です。また、諏訪地方の伝統行事と言えば御柱祭です。野菜の切り方で御柱を表現しました。かつて岡谷市が味噌の日本最大生産地を誇った時代がありました。岡谷味噌の伝統を継承する願いも込めました。

## 野沢温泉村学校給食センター



岸田 彩香

歴史が多く、たくさんの郷土食や伝統食が今も大切に受け継がれてきている野沢温泉村。今回の献立に取り入れた根曲がり竹は、中学生が収穫し小学生と一緒に皮をむいて缶詰に加工したものです。地域の伝統を受け継いでいけるようになってほしいという願いをこめ、見て食べて野沢温泉村をたくさん学べるような1食を考えました。

## 富士見町立本郷小学校



細川 裕也

富士見町は高原野菜の生産が盛んで、給食には年間を通じて地域野菜を使用しています。今回の献立は、①地域性・食文化を体感、②生産者との繋がりを感じてほしいという願いを込めて考案しました。特に寒天の天寄せは、常に本物の本当の作り方にこだわっています。カルピスがトマトの風味を和らげ、おいしく食べられます。

## 飯田市学校給食竜峡共同調理場



澤井 麻理子

竜峡調理場では「郷土愛を育むおいしい給食を」という目標のもと給食を作っています。今回の献立は千代ねぎや万次郎かぼちゃ、小学校のりんごなど、地域にゆかりある食材を積極的に取り入れました。また「手前みそ汁」に使用した調理場手作りのみそは、うま味や風味が抜群で、まさに手前みそになってしまうほどおいしいです。

## 箕輪町立箕輪西小学校



小池 みゆき

日頃から農家を応援するために、地域食材を沢山取り入れた献立にしています。今回は、開発加工食品の「たっぷりきこの焼売」を使って、子ども達がびっくりするようなインパクトのある物に変えてみました。特に、きこの嫌いが好きになるような、見た目や食感にこだわり、楽しんで食べられるような献立になりました。

\*入賞した献立のレシピは、「長野県産物を活用した学校給食献立レシピ集」(3月発行)に掲載します。



# 学校給食表彰受賞

長野県学校給食優良学校等表彰(個人)に北原直美先生(前 高陵中学校栄養教諭)、長野県学校給食優良学校等表彰(共同調理場)には、佐久穂小・中学校給食共同調理場の皆さんがそれぞれ受賞されました。栄養管理や衛生管理等が適正にされており、食事内容の多様化等、魅力ある学校給食において高く評価されました。

学校給食文部科学大臣表彰には、長野県教育委員会事務局保健厚生課指導主事の高橋和子先生が受賞されました。学校給食の充実のために実践、指導されてこられました。

受賞おめでとうございます。

## 長野県学校給食優良学校等表彰【個人】

### 教育活動全体を通して行う食育の推進をめざして

学校給食の目的が「食育」と明確に掲げられて以来、給食管理と食育を一体として進める栄養教諭の責務は大変重要になりました。「食育は命の教育」「食べると楽しいね!おいしいね!大事だね!」この2つをモットーに、教職員と食育のねらいを共有し、給食の時間を子どもたちにとって楽しいものにする。調理員が食育の教材を作る大切な仕事をしているという自覚が持てるように、安全で衛生的でおいしい給食づくりのための話し合いを重ねる。そして、初めて子どもたちに食の大切さを伝えることができるようになってきました。

先生方との食の話題が絶えない人間関係づくりや子どもと積極的に関わることに努めていると、先生方から食に関する相談を受けることも多くなります。栄養教諭が一方的に伝える授業ではなく、教育のプロである先生方とチームを組んで、学校を挙げて進める食育で、子どもたちが自ら学び、グリーンと成長する姿をいくつも見てきました。そのためには日ごろから栄養や衛生管理はもちろん、各教科の目標と食育の視点の関連についても学ぶことが必要です。

現役を退いた今、言葉でいうのは簡単です。やり残したことがばかりでこのような表彰をしていただくのは恐縮ですが、この表彰は私たち栄養教諭をここまで導いてくださった多くの諸先輩方にいただいたものと受け止め、改めて心より感謝申し上げます。ありがとうございました。



北原直美  
(前高陵中学校栄養教諭)



## 文部科学省 学校給食功労者表彰

### 一歩ずつ



長野県教育委員会事務局  
保健厚生課  
指導主事  
高橋 和子

先日「日本人の食事摂取基準2020年版」の資料を探していたところ、平成二十四年のMY研修ファイルに「日本人の食事摂取基準2010」の講義資料がありました。九年前に書き込んだメモを読み返すと「ああ、そういうことなのか」と、基準の考え方がスツと理解でき、少し成長した自分に出逢うことができました。

ある研修会のアンケートに「やることはかなり増えて苦しい」と書かれていました。私たちの職務である「児童生徒が将来にわたって健全な心と体を育むため」という到達目標には、長い道のりがあり、時にゴールが見えないことに「苦しい」と感じることもあります。私自身も、今までの経験や知識だけでは追いつかず、悩んだり、落ち込んだりすることを繰り返しています。その中で、学んだことが頭の中で今までの知識とつながった時に、「うれしい」と感じる力があることに助けられています。

どの仕事も同じだと思いますが、たくさんの曲がり角や坂道があります。突然九年前の講義内容が理解できるといって褒美ステップもあります。今より「うれしい」と感じる時間を増やすために、目標を作り、一歩ずつ進むことができる自分でありたいと考えています。

今回いただいた賞は、今まで出逢った子どもたち、先生方、市町村教育委員会、共に夢を語ってきた諸先輩方や仲間たち、お世話になった数えきれない皆様のお力添えの賜物です。この場をお借りして、心から感謝を申し上げます。



佐久穂小・中学校給食共同調理場

地元の食材を取り入れた「さくほ給食」

佐久穂小・中学校は今年で開校七年目を迎える施設一体型の小中一貫校です。佐久穂小・中学校共同調理場では、栄養教諭をはじめ、栄養士、調理員十四名が心をひとつにして日々の給食づくりにあたっています。

平成二十七年の開校より小中学校九年間を見通した食育を進めてきています。佐久穂町は特産品の果物・野菜に加え、ニジマスや信州サーモンなど生産者から直接提供される地域食材に恵まれ、町の協力もあり、地産地消に積極的に取り組みながら地域食材の活用を重視した給食を見守り・生徒に提供してきました。

ふるさと学習として果物の収穫体験（ブルーベリー、プルーン、リンゴ）を取り入れたり、地元食材を使った「さくほ給食の日」や生産者を招いての招待給食を実施したりして子どもたちに町の良さや生産者への感謝の気持ちを大事にする活動を行っています。



施設・設備面でも改善が図られ衛生面、安全面を強化し、米飯の炊飯も調理場で行っています。また、アレルギー対応室を完備し専任のアレルギー対応の栄養士を配置して対応食を提供しています。安全に美味しい給食を提供できるように調理場内では声をかけ合いながら連携をとり、調理技術の向上を目指しています。衛生管理についても問題があれば話し合い、改善に向け研鑽を積んでいます。

今回、長野県学校給食優良学校等表彰をいただけたことに感謝申し上げ、全職員が町の子どもたちのために地域に根ざした安全・安心な給食の提供や食を通して町の未来を担う子どもたちの健やかな体と心を育てていきたいと願っています。



\*さんまの甘露煮も調理できます



\*ご飯も炊いて配缶しています



\*手切りしています



\*子どもたちの給食



\*3学年ブルーベリー収穫体験



\*リンゴ農家の方とリモートでの授業



\*「さくほきゅうしょくの日」献立



# パン審査会



並木先生の評価・指導

令和3年度 パン審査会の評価結果

評価	優	良	可	不可
第1回目	22	6	0	0
第2回目	13	15	0	0

現在、長野県学校給食会が学校給食用パンの製造を委託している加工工場の数は、県内で28あります。毎年、長野県学校給食会では、学校給食用パンの品質向上を目的とし、学校給食の改善充実に資する研修会やパンの審査会を実施(年2回)しています。令和3年度は、第1回が7月2日(金)、第2回目が12月3日(金)に行われました。第1回目は、コロナ禍ということもあり、残念ながら「来賓や業者の方々には出席していただきませんでした」が、第2回目は、「コロナ感染症も落ち着いてきた状況であったことから、2年ぶりにご来賓や立会人の栄養士の先生方にも出席していただき、日本パン技術研究所の並木利文先生を審査委員長に、通常の審査会を実施することができました。パンの品質は4段階で評価され、結果は右表の通りでした。並木先生からは、「長野県で作られているパンは概ね良好、全体的にはよく作ってある。」との評価をいただきました。ただ、「低い点のパンは、発酵不足が原因という場合が多い。そのため内相が今一つで大きく影響を受けている。また、下火が足らずにそこだけ改善すればすぐに『優』になるのもいくつかあった。」と、もう一步である課題も指摘していただきました。今後とも今回の結果を糧に、更に「おいしいパン」を目指してまいります。学校給食会では今後とも長野県の学校給食用のパンの品質向上を願って、審査・研修会を充実させてまいります。

第2回 評議員会の様子



長野県学校給食会は、本会会議室において11月24日(水)に第2回理事会、11月26日(金)に第2回評議員会をそれぞれ開催しました。各会で報告・審議・承認をしていただいた内容は、令和3年度の経営状況、令和4年度の事業計画・予算等です。健全な経営、収支に関してご示唆をいただきました。また、児童生徒数の減少、高齢等により廃業をしていく業者の増加等々、山積する課題を鑑み、これからの公益財団法人としての給食会の在り方についても議論をしていただきました。今後とも公益財団法人としての使命を深く胸に刻み、学校給食における安全・安心な物資の安定供給及び食育の推進と発展に寄与すべく、学校給食にかかわる関係者の皆様方のご理解ご支援をいただき「おいしい給食・楽しい給食」に取り組みさせていただきます。

## 理事会 評議員会



第2回 理事会の様子

## 加工賃協議会

新年度の基本物資(パン・米飯・麺)の加工賃等を協議する『長野県学校給食用小麦粉製品・米飯加工賃協議会』を、1月14日(金)に行なう予定でありましたが、新型コロナウイルスの感染拡大に伴い開催しないことになりました。ただ、新年度の加工賃等を協議する大変重要な会であるため、事務局の学校給食会が委員の方々との連絡を取り合いながら、書面を通しての協議会とさせていただきます。この会の参加者は、教育関係の各代表者(市町村教委連絡協議会、県小・県中学校長会、県PTA連合会、県栄養教諭・学校栄養職員部会)、委託加工業者の代表者、オブザーバーとして県教育委員会保健厚生課および事務局の県学校給食会でした。

委託加工業者側から、未だ収束に至らないコロナ禍の中、厳しい経営状況と公的支援の状況、雇用の問題、少子化をはじめ学校給食事業を取り巻く諸問題について要望がありました。提供を受ける側からは、保護者の厳しい経済状況と負担軽減、市町村の財政状況等、数々の意見がありました。厳しい経済状況等を互いに理解し合い、貴重なご意見や切実なご要望等を踏まえて今後も情報交換をし、対応していくことを確認し合い、令和4年度の加工賃が決まりました。今後とも未来を担う子どもたちのために安価で良質な基本物資の提供を継続するため、各方面から深いご理解とご支援をいただきますようお願いいたします。



令和3年の加工賃協議会の様子