

学校給食会たより

第195号

令和7年8月31日



破竹を使ってメンマ作りに挑戦！

～総合的な学習の時間(6学年)～

(写真提供：富士見町立富士見小学校)

目次

● 食に想う	2	● ご飯がで上がるまでのこと	5
● 学校給食会の主な事業	2	● フレッシュ対談 あこがれの栄養教諭の仕事に就いて	6
● 感謝の気持ちをもって給食をいただきたい	3	● 食育基本法20年の節目に向けて	7
● 公益財団法人長野県学校給食会 役員	3	● 第1回パン審査・品質向上研修会報告	7
● 新しい給食センターの紹介	4	● おいしい給食 楽しい給食	8
・こんにちは! 上田市第二学校給食センターです!		・松川中央小学校 ・大野川中学校	

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/>

食に想う



公益財団法人長野県学校給食会理事
市町村教育委員会連絡協議会副理事長
(小川村教育長)

北田 愛治

一昨年、調理員の確保ができず2日間給食を停止する事態となった。(今は調理業務を業者委託にしている)その際、保護者からは「給食があることを当たり前前に思っていた。改めてありがたさが実感できた」「お弁当を作ることで協力します」等の声が多く寄せられ、安堵すると共に、食について想いを様々に巡らせた。

平成8年度文部省教員海外派遣団の一員として、ギリシャ・メキシコを訪問した。メキシコでは、テレビ通信中学校、技術中学校、普通中学校等、様々な学校を視察した。ほとんどの学校は、午前・午後の二部制に分けられていた。都市部の裕福な家庭以外、多くの生徒は、働き手として収入を得る仕事(皿洗い・車の窓拭き・職人の手伝い等)や、家庭の仕事をしていると言う。

実技系の授業では、溶接による金属加工、簿記、ブラインドタッチの入力練習等、職に密接に結びつく授業内容が重視され

ていた。もちろん給食はない。そのため、長い休憩時間には、売店に飲食物を求める長蛇の列が見られ、考えさせられた。

ギリシャも、二部・三部制を敷き、給食もなく、お菓子などの食べ物の包装紙がこちらで散見できた。

この視察で、食の環境も含め、日本の恵まれた教育環境を再認識した。逆に、生きるために瞳を輝かせ学ぶことに食欲な子どもの姿は今も忘れられない。

前述の二つの例ではないが、食育の重要性が叫ばれ、実践を見るにつけ、食育は、知育・徳育・体育の基礎であって、生きる上の基本であることに立ち返って、食育内容を深く広く考える必要があるかと思う昨今である。

NHK連続テレビ小説「あんぱん」の主人公やなせたかしさんが、アンパンマンを誕生させた想いを考えるにつけ…。

学校給食の充実向上に関する事業

学校給食会の主な事業

令和7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」



▼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)

「年報」の発行(年1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

感謝の気持ちをもって給食をいただきたい



公益財団法人長野県学校給食会評議員
長野県小学校長会副会長（佐久市立岩村田小学校）
石川 政好

文部科学省の方と食育のお話をしているときだった。その方が、「先生の学校の一食あたりの給食費はいくらだと思いますか？」と質問された。私は、「300円ぐらいです」と答えると、その方は、「違いますよ。だいたい一食700～800円ぐらいですよ」と言われた。私は、しばらく意味が分からずに困っていると、その方は「先生の言われた300円は、材料費ですよ。本当は、人件費や光熱費など諸経費を加えると、一食の給食費は700～800円ぐらいになるのですよ」と説明してくださった。それを聞いて、確かに食材以外の様々な経費を含めると一食300円では給食を食べることはできない。このとき、自分の給食費に対する考えを改めることとなった。

そんな話を給食の調理員をしている妹に話すと、さらにこんなことが分かった。ま

ず、体内に菌を持っていると、生ものであるサラダを担当することはできないので、月に2回も検便をし、体調管理に努めていること。また、ニンジン一つとっても料理によって、サイコロ切りや銀杏切り、短冊切り、中華切りなど、一つ一つの料理によっておいしく食べてもらうようにと切り方が違い、サイズや形にも拘って作っていること。さらに、夏は調理場の湿度が高くて蒸し暑く、冬は冷たい水で水洗いがあり、重い食材を大量に運ぶので足腰が痛くなることもあるという。聞けば聞くほど、給食を作ってくださる調理員の方も、私たちの為に見えない所で大変なご苦勞をされていることが分かった。

普段、そんなことまで考えて給食を食べる人は少ないと思う。しかし、改めて感謝して給食をいただかなければと認識を新たにした出来事であった。

公益財団法人長野県学校給食会 役員

理事

氏名	選出区分
北田 愛治	市町村教育委員会連絡協議会
茂木 伸一	
桂本 和弘	県小学校長会
牛越 雅紀	県中学校長会
渡部 直美	栄養教諭・学校栄養職員部会
城村 義人	県PTA連合会
夏目 潔	学識経験
坂口 昌夫	学識経験(理事長)
瀧本 英一	学識経験(参与)
松本 孝生	学識経験(常務理事)

監事

氏名	選出区分
竹峰 慎二	学識経験
内村 孝英	税理士

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
小柳 廣幸	
石川 政好	県小学校長会
加藤 浩	県中学校長会
小林 晴江	栄養教諭・学校栄養職員部会
松田 愛絵	県PTA連合会
宇都宮 純	学識経験
塩嶋 久美子	学識経験
藤澤 孝司	学識経験
直江 寛志	学識経験
小林 洋子	学識経験

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!

上田市第二学校給食センター です!



下処理室



焼物・揚げ物・蒸物室

蒸気釜10台、電気釜2台を
設置しています。



煮炊き調理室

**ラッキー
ベジタブル**
子どもたちに喜んで
もらえるようひと手間
かけています。



コンテナ室



和え物室

和え物は計量配缶しています。

見学窓やモニターから調理の
様子を見ることができます。

食育ホール



センター見学では、釜調理
の攪拌・盛り付け体験を
行います。

アレルギー対応室



乳・卵のアレルギー対応を
行っています。

洗浄室



内容の充実したおいしい給食づくり



上田市第二学校給食センター
所長 傳田均

新しくなった第二学校給食センターは、令和6年1月から給食の提供を開始しました。年間約200日、市内小学校15校に一日あたり約6,000食の給食を提供しています。メニューは小学校ごとにAコースとBコースの2コースに分けられていて、調理員50名と栄養士5名で給食を作っています。調理エリアを壁やカウンターなどにより、「汚染作業区域」「非汚染作業区域」と「その他区域」に区画し、作業の流れを明確にすることで、衛生管理が徹底された施設に生まれ変わりました。

また、食物アレルギーを持つ子どもたちにも給食を提供することができるよう、これまでの施設にはなかった食物アレルギー対応専用の調理室も設置しました。

そして、建物2階のエリアを食育センターと位置づけ、子どもたちが実際に給食の作られている様子を見ることができるよう見学窓や、栄養・郷土食資料などの展示、給食ができるまでの給食センターの一日の仕事を、写真などを使ってわかりやすくまとめたウォールアートにより、子どもたちが自分の「食事」について学べる空間を設けました。

その時々旬の食材や、年中行事にちなんだ料理を取り入れ、季節感のある献立を工夫し、手間をかけることを惜しまずに、心を込めた給食づくりに取り組んでいます。かつお節や煮干し・昆布・鶏がらなどの天然素材からだしを取り、カレーやシチューのルーも手作りしています。食材については、国産品を基本として、安全で良質な無添加のものの使用に努めています。また、地場産の使用も積極的に進め、地域で子どもたちの成長を支えています。

これからの給食を楽しみにしている子どもたちへ、安心・安全なおいしい給食を届けるため職員一同頑張りたいと思います。

ご飯は、私たちの食生活でなくてはならないものです。温かで、ふっくらとしたご飯を食べていると、それだけでおいしさがじわじわと口の中にあふれてきますね。給食でいただくご飯は、工場で作られています。お米は、まず精米工場へ行き、そのあと炊飯工場へ行きます。それでは工場で作られるご飯の様子を見ていきましょう。

ご飯が飞き上がる までのこと

【精米工場では…】

粗選機

「わら」等の異物を除去

石抜き機

小石の除去

色彩選別機

センサーで着色異物の除去

金属検出機

金属の除去

こうして何度も検査してから、お米が炊飯工場へ出荷されます。

【炊飯工場では…】

② 洗米、浸漬

お米を洗い、お米に水を吸収させる。

① お米の受け入れ、保管、納米タワ

お米は涼しい場所で保管と管理をする。

お米にやさしくダメージを与えないように洗います。お米一粒にも水を十分に吸収させますが、お米の状態により水の量や浸漬の時間を調整しています。計量されたお米と水を釜に入れます。

涼しい所で保管に気を付けています。お米は地元の米を地元でということ、地元市町村米を使うことを基本としています。

③ お米の炊飯（蒸らし）

ローラーを動かしながら炊飯と蒸らしをする。おいしいご飯になるように火加減を調整する。

④ ほぐし

炊き上がったご飯をほぐし機に投入する。

⑤ ご飯の計量

ほぐされたご飯は、決まった量を計量し、ご飯の保温容器に入れる。

季節によってご飯の様子が違うので、火加減や炊飯時間を調整します。蒸らしによりふっくらと安定したおいしいご飯になります。

釜から投入されたご飯は、ほぐし機で混ぜられて、適度にほぐされます。

学級により保温容器に入れる量が違うので、間違えないように何度もチェックをします。

⑦ 発送

コンテナに入れる等して、トラックで各学校やセンターへご飯を運ぶ。

⑥ 蓋閉め・安全確認

安全の確認をして、保温容器の蓋を閉める。

配送車で、決まった時間に学校等へ届けるようにしています。

目視での確認、金属検出機等で異物の混入を防いでいます。



ご飯は安心・安全で、おいしく食べてほしいと思っています。そのため、ご飯に異物が混入していないようにいつも注意しており、大変だともありますが、子どもたちから「おいしい、ありがとう」と言ってもらえることがうれしくて、頑張っています。
～工場の方より～

※提供米の品質や安全に関しては、残留農薬検査、カドミウム分析試験、DNA検査を実施しています。更に毎月、日本穀物検定協会による鮮度検査もしています。



平谷村立
平谷小学校
栄養教諭
いわさき あきほ
岩崎 明穂
先生

A1 私自身学校に行きたくないな
と思ったとき、献立表を見て「今
日は好きな給食だから頑張ってみよう
かな」と学校給食から元気をもらって
いました。誰かの心の支えとなり、少し
でも元気づけられるような給食作りに携
わりたいという想いで栄養教諭を目指
しました。栄養教諭となった今は、子ど
もたちの声や様子を目を向け、子ども
たちが楽しみにしてくれるような給食
を考えて作っています。

A2 何をすべきか、何が分からな
いのが分からないと悲鳴を上
げながら、あつという間に3か月が経っ
ていました。眉間にしわを寄せながら
書類と向き合い、給食時には学校内を
走りまわるといふような忙しい生活を送っ
ていますが、子どもたちの「給食おいし
かった」という声を励みに毎日頑張っ
ています。

A3 当時給食センター勤務の栄養
士さんと給食を一緒に食べる機



会があり、そこで給食のおいしさの秘訣
を教えてくださいました。私たちが何気
なく食べている給食が、実は栄養や喫食
者である子どもの体調など、様々なこ
とを考えているのだと初めて知った出
来事でした。そんな給食の経験があつた
からこそ、今、栄養教諭として活動でき
ているのだと思います。

A4 子どもたちにとって様々な食
経験を得たり、将来の健康的な
食生活の基礎を身に付けたりできる給
食作りを大切にしています。栄養バラ
ンスが整っていることはもちろん、給食を
通じて何を伝えたいのか明確な目的を
もって献立立案、食育に励んでいます。

A5 子どもたちに食のおいしさ、
大切さを伝えられる給食作りや
食に関する指導のできる栄養教諭にな
りたいです。子どもたちが大人になっ
たとき、「給食おいしかったな」と思っ
ただけでなく、健康的な食生活の基礎と
なったり、様々な食べ物に触れる機会と
なり、豊かな食体験を形成したりでき
る給食の時間を作ることが目標です。
人との関わりを大切に、安心・安全で
おいしい給食を目指して試行錯誤しな
がら励んでいきたいです。

フレッシュ対談

—あこがれの栄養教諭の仕事に就いて—

本年度栄養教諭の仕事に就かれた2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

Q2 3か月経っての感想

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

Q5 「夢」や「抱負」



安曇野市立
堀金学校給食センター
栄養教諭
やまぐち ゆみか
山倉 穂香
先生

A1 子どもの頃から料理やお菓子
作りなど食に興味がありました
が、学生時代は病院で働きたいと思っ
ていました。卒業して学校現場で働かせ
ていただくうちに子どもたちと関わるこ
とが好きだということに気付く、栄養
教諭を志すようになりました。給食室
運営も食育も、子どもたちのためにと
いう気持ちを忘れないことを意識して
います。

A2 異動したてで仕事の流れもつ
かめな中、毎日無事に給食を
提供でき、子どもたちから「おいしか
つた〜!」という言葉が聞けるのは、本
当に周りの方のおかげだなあと感じて
います。給食作りも食育も、ひとりでは
行えないということを実感した3か月で
は、また、先輩の先生方に直接教えて
いただいたり、時には不安を相談した
りできる初任者研修がプログラムされ
ているのも、とても恵まれていると感
じます。

A3 家では苦手で食べられなかつ
たにんじんを、学校給食でなら
食べられるのは不思議だなと思っていま
した。また、初めて給食でラザニアが
出る日をすごく楽しみにしていたので
すが、当日は学校を欠席して食べられず
とても悔しかったのを覚えています。



す。様々な研修を生かしながら、これか
らも学んでいきたいと思っています。

A4 なるべく偏らず、いろいろな食
材や味、食感に触れることがで
きる献立作りを意識しています。子ど
もたちの食経験は本場に様々で、食べた
ことのある食材の差も感じます。大人
になつてからの豊かな食生活に少し
もつながらよう、少し苦手な食材も取
り入れたり、ひと口食べてみよう!と
いった声がけしたりすることを大切に
しています。

A5 食のことなら栄養士の先生に
聞いてみよう!と思える、子ども
たちにとって身近な存在になれたらう
れしいです。そして、子どもたちが成長
して大人になったとき、食を通して自
分の健康を考えたり、周りの人と楽しい時
間が過ごせたりできるよう、食の大切
さを伝えていければと思います。

食育基本法20年の節目に向けて



長野県学校保健会栄養教諭・
学校栄養職員部会 部会長
渡部 直美

本年、食育基本法の制定から20年という節目を迎えました。食育は「生きる上での基本」であり、学校における食育の重要性はますます高まっています。

令和7年7月には、県内全小中学校を対象に「食に関する実態調査」を実施しました。この調査は平成16年度から3年ごとに継続して行われており、今回で第7回目となります。県教育委員会と本部会が共同で実施主体となり進めています。前回の課題を踏まえ、「早寝・早起き・朝食摂取の定着」「自ら食事を用意する力」「成長期に必要な食事摂取基準の理解」の3項目を重点的に取り上げ、部会員全員で課題解決に取り組んできました。今後はその成果を評価するとともに、新たな課題の抽出に向けて、さらに取り組みを進めてまいります。

また、本年度は国の「第4次食育推進基本計画」の最終評価年度にあたります。調査結果は、目標・指標の評価に活用されるとともに、市町村ごとの児童生徒の食生活の課題を明らかにし、各校の「食に関する指導の全体計画」の見直しや、目指す児童生徒の姿に沿った指導の充実に役立てていきます。

給食管理指導委員会では、給食管理と食に関する指導の課題を整理し、改善に向けた提言を行っています。学校給食会主催の長野県産物活用委員会では、地場産食材を活用した献立コンクールを通じて、創意工夫ある献立や地場産物活用による食育の実践を広げています。地区ごとの研修会では、地区代表者を中心に、実践力と専門性の向上を図る研修を計画しており、これらの活動には学校給食会からの補助もいただいています。

令和7年4月の文部科学省通知「栄養教諭等による食に関する指導等の充実について」では、栄養教諭等の職務が再整理され、特に個別的な相談指導の充実が急務とされています。今後も、子どもたちの健やかな成長を願い、常に学びを続けながら専門性の向上に努め、部会活動に取り組んでまいります。

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7年7月4日(金) 本会 会議室



長野県学校給食会では、毎年、学校給食用パンの品質向上と学校給食の改善充実を目的とした研修会やパンの審査会を実施(年2回)しています。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、昨年度から1減となり、県内で24ありますが、加工工場の皆さんが共に集い、学び合っています。令和7年度、本年度も第1回パン審査を7月4日(金)に実施しました。



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ました。また、審査委員長として日本パン技術研究所の並木利文氏、審査員補助として長野県工業技術総合センターの高橋佑汰氏の協力を得て、慎重に審査をしていただきました。並木先生からは、「長野県で作られているパンは、本年度もよくできていました。普段からよく努力しているので維持されている。」との評価をいただきました。審査の結果は、「優」のパンが24工場のうち21工場、全体の88%(昨年も88%)、「良」のパンが3工場、全体の12%(昨年も12%)、「可」のパンはなく、好成績でした。

このような成績は、それぞれのパン業者さんの努力・熱意があつて全県のパンの質の良さ、向上につながっているのだと思います。ただ、今回も並木先生からは、「一つ一つのパンに触れながら」「発酵不足、下火が弱い、焼き過ぎ、汚れ付着」「等、それぞれのパンの良さと共に、改善点が指



摘されました。ほぼ同じ材料で作ったパンでも、作る人、作業条件等の違いにより、全く違うパンに仕上がる不思議さ、奥深さを感じます。更においしいパンを目指して、研修を重ねていくことの大切さを痛感します。

この審査・研修会では今回も、研修会で学びたい内容を具体的に明確化したり、グループでの懇談内容も身近で切実なものを設定したりして、審査・研修会の改善に取り組んできました。研修後のアンケートでは、「審査の内容、理由等を説明してもらって、勉強になりました。」「理想のコツパンの条件について学ぶことができて良かった。」「等の感想が寄せられました。グループ懇談会についても、「活発な意見交換ができており、良かった。」「と、概ね好評でした。ただ、「高評価のパンのコツ」を共有化したい。」等の意見も出されており、今後の課題としていきたいと思われました。そして、多くの業者の皆さんが参加する、よりよい審査・研修会を実施したいと考えます。子どもたちには安心・安全で、更に「おいしいパン」と思ってもらえるパンを目指していきたいと思えます。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いきます。

おいしい給食 楽しい給食

私の好きなゆうき給食

松川町立
松川中央小学校 6年
宮下 あん

私は、ゆうき給食とどけ隊のみなさんが作った野菜が大好きです。ゆうき給食とどけ隊とは、化学肥料や農薬を使わない環境にやさしい野菜を作り、学校に届けてくださる地域の方のことです。ゆうき給食とどけ隊のみなさんの野菜を使ったサラダやお汁の野菜は甘くてやわらかくてとてもおいしいです。

私は、給食委員会の委員長をやっていて、委員会活動として元気マンこと金田さんの畑に取材に行きました。その時に、いろいろな野菜の作り方などを教えてもらいました。それを全校にクイズ形式で伝えることができました。

元気マンの畑で取材をさせてもらったおかげで、給食を食べるときにより感謝の気持ちをもちながら食べようと思いました。

これからもとてもおいしい給食を毎日食べられることがとても幸せです。



2年生 さとも収穫体験



愛媛県とコラボ授業



3年生 モンシロチョウ幼虫探し理科



2年生 大豆の種まき



給食委員会による農家さん(金田さん)取材



5年生 玉ねぎ収穫体験



少人数ならではのおいしい給食

松本市立大野川中学校 1年
中澤 修

僕たちが通っている大野川小中学校は自校給食です。給食室の先生方が僕たちの健康を考えて、毎日とてもおいしい給食を作ってくださいます。しかも僕たちが食べたいとリクエストしたエビチリやケーキなど、学校給食では難しいと思われるものもメニューに入れてくださり、毎日給食が楽しみです。そんな大野川小中学校の給食には、いろいろなイベントがあります。

1つ目は小中仲良し給食です。このイベントは生徒会が企画し、全校の児童生徒、先生方が一緒に給食を食べる大きなイベントです。普段小中学生と一緒に食べることはないので、全校のみんなが楽しみにしています。

2つ目は希望献立です。大野川小中学校は、全校約30人と人数がとても少ないので、毎年すべての学年の希望を聞いて、給食室の先生方が作ってくださいます。

3つ目は特別な献立や珍しいメニューです。年に数回、運動会や終業式などの日に、カツカレーやアイスケーキなどが出ます。さらに月に2回パンの日があり、ハニートーストやピザトーストなどの工夫されたパンが出ます。

このように僕たちに特別な給食や温かくおいしい給食を作ってくださいる給食室の先生方に感謝して、毎日残さず食べていきたいです。



1学期終業式の日の給食に、アイスが出ました。



静岡県松崎町から、夏ミカンをいただきました。お土産分もいただきました。



デザートとして、手作りチーズケーキが給食に出ました。



配膳の様子



小中仲良し給食の様子