

学校給食広報誌

いただきます



編集発行／(公財)北海道学校給食会 北海道学校給食研究協議会

第195号

平成27年11月18日



- 2～3 食育の取り組み(別海町学校給食センター)
- 4 「食育指導の充実について」(深川市立音江小学校)
- 5 学校給食センターの紹介(北空知圏学校給食センター)
- 6～9 「地域の特色を生かした食育の取組」小平町の給食／「札幌黄」を使った給食
- 10 第58回北海道学校給食研究大会 苫小牧大会報告
- 11 北海道学校給食功績者表彰
- 12 平成27年度 第1回全道学校給食用パン品質審査会

給食一品 「まごは(わ)やさしい」コンテスト

別海町学校給食センター

1. はじめに

別海町は北海道東部根室管内の中央に位置し、東はオホーツク海に面しています。野付半島から北方四島の国後島までは約16kmの距離にあり北方領土隣接地域となっています。

内陸部は北海道らしい大平原が広がる風景を有し、海岸部は野付風蓮道立自然公園を構成する野付半島・野付湾や風蓮湖など豊かな自然環境に恵まれています。

気温は平均5～6℃と冷涼で比較的積雪が少ない地域で、人口約16,000人の酪農と漁業が栄えている第1次産業のまちです。

2. 学校給食

本町では昭和45年に学校給食センターを開設し、副食「おかず」のみを主体として幼稚園3園、小学校9校、中学校9校にそれぞれ提供しています。(約1,900食)

食育に関しては、昨年度から栄養教諭が配置され、各学校に出向き食に関する授業を行い、子どもたちに望ましい食生活を促す学習に取り組んでいます。

また、学校給食ではメニューの工夫はもちろん、地元食材を使用する「別海給食」やハートやダイヤなどの型で抜いた野菜が入っている「ラッキーデー」の設定、クイズ形式で給食について説明する「一口メモ」などにも取り組んでいます。

3. 給食一品「まごは(わ)やさしい」コンテスト

本町は、昨年度からスタートした継続事業「生き抜く力向上策定プロジェクト」の一環で、本年度、子どもたちの生活力・体力の向上を図る取り組みとして給食一品「まごは(わ)やさしい」コンテストを行いました。

これは本町の子どもたちが1日のエネルギーの源となる朝食の摂取や栄養バランスのとれた食事など望ましい食習慣を身に付けることをねらいに、全幼稚園・小学校・中学校の幼児・児童・生徒を対象にした給食レシピの応募です。部門ごとに応募を行い豆類部門「ま」、種実部門「ご」、海草部門「は」、野菜部門「や」、魚類部門「さ」、茸類部門「し」、芋類部門「い」で合計244品の応募があ



りました。

①栄養バランスがとれているか

②工夫が見られるかを基準に審査し、7部門からそれぞれ優秀作品を選出し入賞21品を決定しました。

このうち最優秀賞作品を含め9品が9月から12月まで毎月2から3回に分けて、町内の給食メニューとして登場します。



審査風景



表彰式

ま	豆類部門		豆類、納豆・豆腐・味噌などの大豆加工品を使ったレシピ 煮豆、納豆包み揚げ、豆腐ハンバーグなど
ご	種実部門		ゴマ（種子）・ナッツなどの種実類を使ったレシピ ホウレン草ごま和え、タラのナッツ揚げなど
は	海藻部門		ワカメ・昆布などの海藻類を使ったレシピ ワカメ煮、昆布とサツマイモのはさみ揚げなど
や	野菜部門		旬の野菜や根菜を使ったレシピ タケノコご飯、れんこんのはさみ揚げなど
さ	魚類部門		魚類・特に小型の青背魚を使ったレシピ ワカサギのフリッター、鮭ザンギなど
し	茸類部門		シイタケなどのキノコ類を使ったレシピ シイタケのはさみ揚げ、キノコのオムレツなど
い	芋類部門		イモ類を使ったレシピ ポテトサラダ、さつまいもの煮物など

＼ 最優秀賞 ＼



わかめのじゃこ炒め

（海藻部門《は(わ)》）

工夫した所:油は、ごま油を使うところ。

【作り方】①わかめを食べやすい大きさに切る。②フライパンにごま油を入れて熱し、ちりめんじゃこを入れてさっと炒める。さらにわかめを加えてまぜ、全体に油がまわったら、酒、しょうゆを順にふり入れて混ぜる。③器にもり、ごまを散らす。

＼ 優秀賞 ＼



えのきだけのカルボナーラふう

（茸類部門《し》）

工夫した所:焦げないようにしっかりとかきまぜたところ。

【作り方】①えのきだけとベーコンを切り、バターで炒め味付けする。②生クリームを入れる。③仕上げにブラックペッパーをかける。

＼ 特別賞 ＼



おからコロケ

（豆類部門《ま》）



すりみのチーズはるまき

（魚類部門《さ》）



きのこといものガレット

～別海バージョン～
（芋類部門《い》）

4. おわりに

子どもたちが生涯の基礎となる望ましい食習慣を身に付けることが食育の目的です。

この取り組みを通じて、子どもたちが家族と一緒に食の大切さについて考え、また地域や食事への思いを高めてくれるきっかけに繋がって行くよう、今後も継続して取り組んでいきます。

食育指導の充実について

深川市立音江小学校 校長 早坂 明



1. はじめに

深川市は、石狩平野の最北部に位置し、石狩川・雨竜川の肥沃な大地に恵まれ、美味しいお米の産地として知られている。市内のどこの小学校でも、稲作農業体験が教育課程に取り入れられている。また、本市では作付け面積が日本2位のそばをはじめ、黒米、りんごやプルーン・なしなどの果樹園もあり、食文化を中心とした様々な取組が行われている。校下は、本校校舎を挟んで、東側に果樹園、西側に水田、北に歩けば「道の駅ライスランドふかがわ」があり、食に関わる環境は豊富である。しかし、農業に従事している保護者は少ない。

2. 本校の食育指導

(1) 指導の目標

●体の健康

食べ物のほたらきや栄養について理解を深めさせる。

●心の健康

楽しい食事を通して、望ましい人間関係や感謝の気持ちを育てる。

●社会性の涵養

準備、会食、後片付けなどを通して、協調性や社会性を養う。

●自己管理能力の育成

自ら健康の大切さを知り、望ましい食事の習慣を身に付けさせる。

(2) 食育の取組

①学校給食

食品や食べ物のはたらき等の知識や感謝の心を持って食するなど、学年のねらいに応じて指導を行っている。また、毎月給食センター発行の献立表や給食だよりには旬な食材の話題が多く、給食時の指導に活用している。

栄養バランスを考え、地場産物を取り入れられた美味しい給食だが、食物アレルギーの子どもが多くなり、家庭との連携を図りながら、個々に該当する食材を自ら食さない指導も行っている。

②野菜の栽培や稲作農業体験

学級菜園を利用して、1年生から6年生までトウモロコシやジャガイモ、ピーマンなど、どの学年も7種類ほどの野菜を栽培し、いくつかの食材を活用して調理を行っている。

夏場の朝は、水やり、雑草抜きなどで学級菜園はにぎやかである。生産者・調理者としての実体験をさせることで、食に関するさまざまな知識と関心を高めている。

稲作体験は、毎年5年生を対象に、近所の農家の圃場をお借りし、農家・地元青年団、教育委員会の協力を得て実施している。

③栄養教諭との連携

本校担当の栄養教諭を派遣していただき、学級からのニーズに応じた内容で食育指導をされている。



今年は、1・2年生合同学習で、清涼飲料水に含まれる砂糖量と体への影響についてご指導いただいた。

④自学・自炊を目標にした通学合宿での実践

5年生になると、地域主催で、学校真横にある青年の家（ネイバル深川）を利用して通学合宿を行っている。期間は6泊7日、親元を離れ、仲間と自学・自炊をしながら学校に通う行事である。より良い生活習慣を身に付けさせ、これまでの自分の生活を見つめ直す目的もある。住民や北翔大学の学生ボランティアの協力を得るが、自炊生活が1週間近くに及ぶので食育指導の内容や目標を実践的に身に付ける機会となっている。学校では、事前に、自炊用野菜づくりや稲作体験による食材生産、地元うづらの会の方による特産品を活用した料理や自炊献立づくり、栄養教諭による栄養素や栄養バランスの良い食事についての食育指導を実施している。

5年生児童は、最終日の夜に、お世話になった方々をお



招きし、深川特産の黒米を使ったパエリアをごちそうした。

3. おわりに

さまざまな教育活動を通して食育を進め、子どもたちの自立への一助となるよう努力していきたい。



安心・安全な学校給食の提供を目指して 北空知圏学校給食センター

深川市立深川小学校 栄養教諭 東 裕子



1. はじめに

北空知は北海道の中央からやや西側の内陸部に位置し「深川市」「妹背牛町」「秩父別町」「北竜町」「沼田町」の1市4町で構成され、人口約33,000人の地域です。特に農業が盛んで、北海道内有数の穀倉地帯となっています。

2. 学校給食の経緯

「深川市」「妹背牛町」の学校へ給食を提供していた昭和41年開設の深川市学校給食センターと「沼田町」「北竜町」「雨竜町」「秩父別町」の学校へ給食を提供していた昭和42年開設の北空知学校給食センターがありましたが、施設の老朽化により「深川市」「妹背牛町」「沼田町」「北竜町」「秩父別町」の1市4町で構成する一部事務組合を設立し深川市に北空知圏学校給食センターを新築し平成27年4月から小中学校16校に給食を提供しております。

3. 給食センター施設の概要

名 称	北空知圏学校給食センター
所 在 地	深川市開西町1丁目6番4号
敷地面積	3,723.10㎡
建物構造	鉄骨造・2階建 1,745.26㎡
調理能力	2,200食/日
調理方式	ドライシステム
主食形態	米飯4回/週・パン1回/隔週・ 麺1回/隔週
受 配 校	小学校10校・中学校6校

4. 施設の特徴及び取り組み

●衛生管理

ドライシステムを採用し「汚染区域」と「非汚染区域」に区分し、各区域は壁等で仕切り準備室、エアシャワーを経由しなければ入室できない構造となっています。

食材の移動については、搬入から配送まで人や食材による交差汚染が発生せず、洗浄度の高い区域から低い区域への逆戻りのないワンウェイ方式の動線としています。



調理場

●給食提供

小学校約1,400食と中学校約800食合計約2,200食を配送車4台で5系統で配送しています。

●地産地消の取り組み

米は、米どころ北空知産の「ななつぼし」を使用し、野菜も市場より北空知産を優先して購入しております。また加工食品の味噌やヨーグルト、福神漬け、牛肉、ワインなども積極的に取り入れています。使用時には、献立表やおたよりとは別に、ミニおたよりとしてその食材のはたらきなどの説明を記載し、各学級の担任より子ども達に伝えていただいています。



地域の特色を生かした食育の取組



小平町の給食

小平町は、留萌管内の南部に位置し、稲作や畑作、畜産などの農業、ホタテやたこ漁を中心とした水産業がさかに行われている自然の恵みが豊かな地域です。学校においてもホタテ養殖体験、稲作、とうきび、メロン栽培などの体験学習を積極的に行っています。

小平共同調理場では週2回は完全給食、週3回の米飯給食は自宅からご飯を持参してもらうおかず給食を開設当時から実施しています。

平成4年頃から小平産のメロンやミニトマト、地域の婦人組織であるうまい会で作っている「おびら味噌」などを給食に取り入れ、平成26年度には27品もの小平産食材を給食で活用しています。

平成27年度になって、小平町ではさらなる地元の活性化を図るため年間200万円を給食食材購入に助成する取組を始めました。これにより今まで給食で使用できなかった「うに」や「おびら牛ハンバーグ」なども給食のメニューとして登場させることができました。



小平産いっぱいメニュー



- コッペパン
- ホタテのチャウダー
- 共働学舎のウィンナー
- キャベツソテー
- さくらんぼ
- 牛乳



一目でわかるよ! 「小平産」～献立表～

米粉パン グラタン風煮 (★ルルロツソのマカロニ・鶏肉・スギ・マッシュルーム・★にんじん・★玉ねぎ・★マーマーリン・小豆・カレー・ハイズ・ソース・スキムミルク・枝豆・砂糖・サラダ油) 焼き栗コロケ (じゃが芋・栗・さつまいも・植物油・マッシュポテト・マーマーリン・★おびら味噌・★おびら牛ハンバーグ・★おびら牛ミートボール・★おびら牛ポークカレー)	おびら牛ミートボールカレー (★おびら牛ミートボール・★おびら牛ポークカレー・★おびら牛ミートボール・★おびら牛ポークカレー・★おびら牛ミートボール・★おびら牛ポークカレー)
---	---

小平町のキャラクター「おびまる」を予定献立表に利用し、地元食材が使用されていることをお知らせしています。



小平産の食材を使おう!



小平産たっぷり! シーフード野菜スープ

小平小学校5年生は、社会で地産地消や自給率などを学び、小平の食材をたっぷり使ったメニューを考えてくれました。

「おびまるカレー」「小平最強丼」「小平の野菜の森サラダ」「小平産たっぷり! シーフード野菜スープ」。10月の献立に取り入れました。



たっぷりうにが入った「うに汁」



小平産「ルルロツソ」



週に1回のパン。給食には、地粉米粉パンも登場します。また、地元産の硬質小麦「ルルロツソ」で作られた生パスタをミートソーススパゲティやパスタサラダなどにして給食に出しています。

札幌市東区 幻の玉ねぎ 「札幌黄」を使った給食

札幌市東区では、東区でとれた玉ねぎ「札幌黄」を取り入れた献立を実施しています。

幻の玉ねぎ「札幌黄」とは？

●明治初期、アメリカから導入された玉ねぎのひとつを原種として、札幌農学校（現在の北海道大学）で栽培に成功し、誕生しました。加熱すると辛みが消えて甘みが増し、とてもジューシーな味わいの札幌黄は、多くの料理人から支持されるおいしい玉ねぎです。

●しかし、病気に弱い、傷みやすぐ貯蔵が難しいなどの理由から生産量が減少し、今ではわずかししか栽培されていません。その特徴的な味と、入手のしにくさ

から「幻の玉ねぎ」と言われています。

●世界遺産の食材版といわれる、スローフード協会国際本部の「味の箱舟活動」にも認定品目として登録されており、札幌黄の生産や消費を守り、地域における食の多様性を守ろうという活動が進められています。



～「札幌黄」を使った献立～



- 玉ねぎのかき揚げ丼
- すまし汁
- からし和え
- 牛乳



- とりめし
- 味噌汁
- ししゃもの唐揚げ
- 柿
- 牛乳



このほかにも、「オニオンチップサラダ」「オニオンポタージュ」「味噌ラーメン」「キーマカレー」など、数々のメニューがあり、子どもたちにも大人気です。



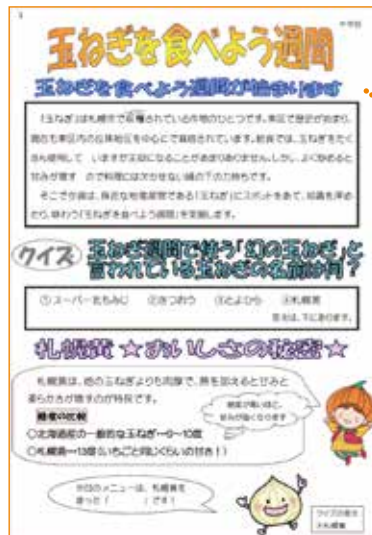
東区発祥! 「玉ねぎを食べよう週間」

日本の玉ねぎ栽培は、札幌市東区で始まりました。そこで、児童生徒に身近な地域で大切に栽培されている玉ねぎを通して、郷土愛や食べ物を大切に

する心を育てることを目的として、小学校は毎年10月、中学校では11月に「玉ねぎを食べよう週間」を実施しています。



色々な種類の玉ねぎを展示しています。子どもたちは、めずらしい品種の玉ねぎに興味津々です。



「玉ねぎを食べよう週間」実施期間には、毎日クイズを出題し、玉ねぎについての理解を深めてもらいます。



東区マスコットキャラクター「タッピー」

その他の取り組みとして…

- 玉ねぎができるまでのVTRの放送
 - 「玉ねぎを食べよう週間」振り返りクイズ
 - 玉ねぎを使った料理レシピの配布
- なども実施しています。

お知らせ&ご案内

～北海道栄養教諭・学校栄養職員冬季研修会～

- 目的 栄養教諭・学校栄養職員の資質向上を図り、学校給食の充実、発展を目的とする。
- 主催 北海道学校栄養士協議会 北海道学校給食研究協議会栄養部会
- 後援 北海道教育委員会
- 日時 平成28年1月7日(木)～1月8日(金) 13時受付開始
- 場所 ホテルライフオート札幌 札幌市中央区南10条西1丁目 (TEL.011-521-5211)
- 内容
 - ・講演
 - ・実践発表「栄養教諭・学校栄養職員の行う食に関する指導」(空知地区、根室地区)
 - ・新製品開発報告
 - ・北海道教育委員会連絡



第58回 北海道学校給食研究大会 苫小牧大会報告

～自然の恵みと産業が 共存するまち とまこまい～

開催日／平成27年8月6日(木) 7日(金)



第58回北海道学校給食研究大会苫小牧大会は「豊かな心と健康を育む学校給食をめざして」を主題に、全道各地から350名を超える関係者が集まり2日間にわたって、情報の交流や研修を深めました。

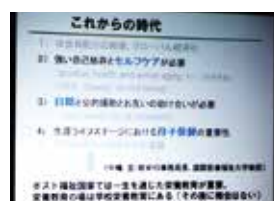
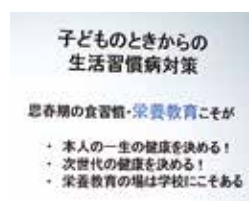
胆振管内の中央部に位置した苫小牧市は、「苫小牧港」と近郊の「新千歳空港」のダブルポートを有し、海と空の流通拠点であり産業拠点都市として発展しています。

また水揚げ日本一を誇る「ホッキ貝」は「ホッキカレー」として給食に提供するなど地元の食材を生かしている。平成24年に開設した苫小牧第1学校給食共同調理場と第2共同調理場合わせて15000食が提供されています。

会場／苫小牧市文化会館(開会式・表彰式・基調講演)

苫小牧市民会館(分科会会場)

苫小牧市立苫小牧東小学校(展示会会場)



講師のメッセージ

【1日目】

◆展示会見学

◆開会式

主催者代表挨拶

- ・北海道教育委員会 教育長 柴田 達夫(代理)
- ・苫小牧市教育委員会 教育長 和野 幸夫

歓迎の言葉

- ・苫小牧市長 岩倉 博文

次期(十勝大会)開催地挨拶

- ・池田町教育委員会 教育長 田中 功

◆平成27年度北海道学校給食功績者表彰式

◆基調講演

- ・講師 早稲田大学理工学術院総合研究所
研究院教授 福岡 秀興氏
- ・演題 「一生と次世代の健康は学校給食、
栄養教育にあり」



【2日目】分科会

施設見学(苫小牧市第1学校給食共同調理場)

◆第1分科会「食育推進体制の在り方」

- ・東神楽町立東神楽小学校 校長 本田 修
- ・洞爺湖町立とうや小学校 教頭 小原 毅

◆第2分科会「小中学校における食に関する指導」

- ・鶴居村立鶴居小学校 栄養教諭 苗畑 秀美
- ・室蘭市立みなと小学校 栄養教諭 佐藤 茜

◆第3分科会「特別支援学校における栄養管理と食に関する指導」

- ・北海道真駒内養護学校 栄養教諭 白馬由美子
- ・北海道室蘭養護学校 教諭 塩崎 剛

◆第4分科会「地場産物を活用した献立の工夫と衛生管理」

- ・函館市立亀田中学校 栄養教諭 伊藤 綾子
調理員 佐竹 美香
- ・厚真町立厚真中央小学校 栄養教諭 石川 恵美



平成27年度 北海道学校給食功績者表彰

平成27年度北海道学校給食功績者として、学校給食の普及充実及び学校における食育の推進に特に功績のあった学校給食関係者10名が選ばれ、苫小牧市において開催された第58回北海道学校給食研究大会の開会式の席上で表彰されました。心からお祝い申し上げます。(50音順)



受賞おめでとうございます



荒島 孝香 栄養教諭

前由仁町立由仁小学校

38年余りの永きにわたり学校栄養職員及び栄養教諭として勤務し、地場産物の活用尽力するとともに、町内における学校給食の充実・食育の推進及び地域への啓発活動に尽力するなど、その功績は顕著である。



南部 憂子 嘱託調理員

新篠津村学校給食センター

26年の永きにわたり調理員として勤務し、学校給食に地場産物を積極的に活用し、よりおいしくするための調理方法の工夫改善を行うとともに、後輩調理員の育成にも尽力するなど、その功績は顕著である。



金丸 世子 嘱託調理員

新篠津村学校給食センター

26年余りの永きにわたり調理員として勤務し、特色ある給食を積極的に提供し、よりおいしくするための調理方法の工夫改善を行い、児童生徒の食への関心を深めるなど、その功績は顕著である。



長谷部 精子 調理員

中標津町学校給食センター

26年の永きにわたり調理員として勤務し、調理技術の向上のため資格を習得するとともに、中標津町の地産地消の給食「丸ごと給食」の献立作成の補助者として積極的に参画するなど、その功績は顕著である。



佐藤 一美 調理員

札幌市立平岸西小学校

28年余りの永きにわたり調理員として勤務し、研修会の講師や学校の共通献立の作り方(料理レシピ)改善に貢献するとともに、後輩調理員の指導・育成にも尽力するなど、その功績は顕著である。



早川 睦子 栄養教諭

洞爺湖町立虻田小学校

38年の永きにわたり学校栄養職員及び栄養教諭として勤務し、多くの役員や研修会の講師を務め、学校給食の充実・食育の推進及び地域への啓発活動に尽力するなど、その功績は顕著である。



寺本アケミ 事務職員

旭川市立東栄小学校

29年の永きにわたり調理員及び事務職員として勤務し、多くの役員や研修会の講師を務め、学校給食の充実・食育の推進に尽力するとともに、後輩調理員の育成にも尽力するなど、その功績は顕著である。



雲雀 馨 栄養教諭

札幌市立平岸高台小学校

34年の永きにわたり学校栄養職員及び栄養教諭として勤務し、様々な役職や研修会の講師を通して学校給食の管理はもとより、学校における食育を推進し、他の栄養教諭等の模範となるなど、その功績は顕著である。



成田とき子 調理員

倶知安町学校給食センター

20年の永きにわたり調理員として勤務し、学校給食に対する強い責任感と研究心を持って各種研修会に積極的に参加し、安全・安心な学校給食の提供に努めるなど、その功績は顕著である。



福井 洋 センター長

前江別市立学校給食センター

13年の永きにわたり学校給食施設に勤務し、多くの関係団体の役員を務め、学校給食の充実・食育の推進及び地域への啓発活動に尽力するなど、その功績は顕著である。

平成27年度 第1回 全道学校給食用パン品質審査会報告

今年度第1回全道学校給食用パン品質審査会が(公財)北海道学校給食会(会議室・研修室)を会場に行われました。

審査結果・審査の詳細は当会HPを参照

●審査員(北海道製粉連絡協議会推薦者及び関係製粉会社)

- ・日本製粉株式会社 坂野 勝清(審査員長)
- ・日清製粉株式会社 後藤堅太郎
- ・木田製粉株式会社 加藤 義憲
- ・横山製粉株式会社 中塚 武志
- ・江別製粉株式会社 三木 貴史



審査講評より



- 初めて北海道の審査を体験したが、全国を見渡し全体的にレベルの高さを感じる。
- 国内産小麦のパン作りは難しいとされているが、すべて道産小麦でつくる北海道は「パン文化が浸透」しているといえる。
- 全体的にふくらんだパンが多く、平均化している。
- 基準の配合とおりでつくるのは、難しいのが実態である。
- 一部外観で気になるパンがある。
- 焦げ付きを避けるために、焼成前後の天板確認を習慣としたい。
- 形(外観)は、少し気を付けるとよくなるので配慮して欲しい。



審査会のみなさんより



審査会には、北海道学校給食研究協議会・3部会から5名の参加がありました。

＊調理をする視点や立場、実際に児童生徒とともに食事をしたり、提供したりする立場からも感想が寄せられました。『パン給食は、週1回というのが実態の中で、献立を工夫することの大切さや、厳しい審査を経たパンが学校現場に届けられていることを改めて感じた』などの感想もありました。



北海道学校給食研究協議会支部長・センター長等会議のお知らせ

- 日時 平成28年1月7日(木)・8日(金)
- 場所 ホテルポールスター札幌
札幌市中央区北4条西6丁目(TEL.011-241-9111)



公益財団法人 北海道学校給食会

〒063-0849 札幌市西区八軒9条西11丁目1-55
TEL 011-641-2261(代表) FAX 011-641-2265
E-mail hgk@gamma.ocn.ne.jp
URL <http://www.hgk.or.jp>