

いただきます



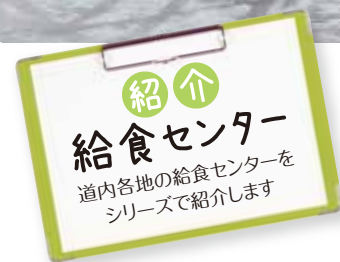
第216号

令和3年3月15日

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

- 2～3 給食センター紹介 留萌市学校給食センター
- 4 食育ひろば 『『よい食一生』を子どもたちへ』 平取町立平取小学校 栄養教諭 島野めぐみ
- 5 私の提言 「学校給食に期待すること」 えりも町立笛舞小学校 校長 櫻井 亮
- 6～7 道産牛肉・道産水産物学校給食提供推進事業を通じた給食の取組
- 8～9 非常食・常備食のご紹介
- 10 令和2年度 北海道学校給食研究協議会 普及充実事業報告
- 11 おすすめ学校給食レシピ「ボルシチ」
- 12 令和2年度 北海道学校給食コンクールの結果





地元食材を積極的に活用 留萌市学校給食センター

1. はじめに

留萌市は、北海道の北西部に位置し、西には日本海、南北には暑寒別天売焼尻国定公園が連なり、暑寒別山系をはじめ夢の浮島といわれる天売・焼尻が望めます。特に晴れた日には、遠く利尻の島影が夕日の輝く日本海に浮かぶ姿が見られる風光明媚なまちです。また、豊かな自然に恵まれた本市は、海と山の新鮮な旬の幸が集まり、タコ・ヒラメ・ウニなどの海産物や、道内屈指の高品質米など、四季折々の食彩が豊富です。

昨年3月に、高規格幹線道路深川・留萌自動車道「留萌IC」が開通し、北海道で初めて高規格幹線道路が全線開通したことを契機に、都市間を結ぶ高速ネットワークの形成による新たな流入人口の広域交流拠点として、約7.8haの都市公園を有した「道の駅るもい」が6月にオー



深川・留萌自動車道

ブンしました。

道の駅では、留萌地域への玄関口として、地域情報の集約・発信のほか、アンテナショップの開設や、産直イベント「うまい! るもい市」の開催により、地域の優れた産品などの販売促進・PR、さらには、広大な都市公園を活用し、親子でゆっくり時間を過ごせる空間として、今後、カフェ機能も兼ね備えた全天候型の「屋内交流・遊戯施設」を整備し、家族連れで訪れていただけるような環境づくりをめざしています。

2. 給食センターの概要

名 称 留萌市学校給食センター
所 在 地 留萌市東雲町1丁目76番地の4
敷地面積 2,365㎡



道の駅るもい



調理場の様子

建物面積 本体棟 868.80㎡
附属棟 115.24㎡
計 984.04㎡
構 造 鉄筋コンクリート造(一部鉄骨構造)平屋建
供用開始 平成3年1月
食 数 1,400食/日 (小学校5校、中学校2校)
調理方式 ドライシステム

3. 地場産品の活用

地元食材を積極的に活用し、米は100%南留萌産なつばしを使用し、増毛産のさくらんぼやりんご、小平産デリシメロンなどを給食で提供しています。また、留萌産の小麦を原材料としているルルロッソパスタや水耕栽培で育成している留萌産ミニチンゲン菜なども給食で使用しています。



ミニチンゲン菜

そのほか、日本一の生産量で



「かずのこ給食」(当日の献立は、味付けかずのこ、白身魚フライ、混ぜご飯、牛乳)



子どもたちに大人気の「カズチー」

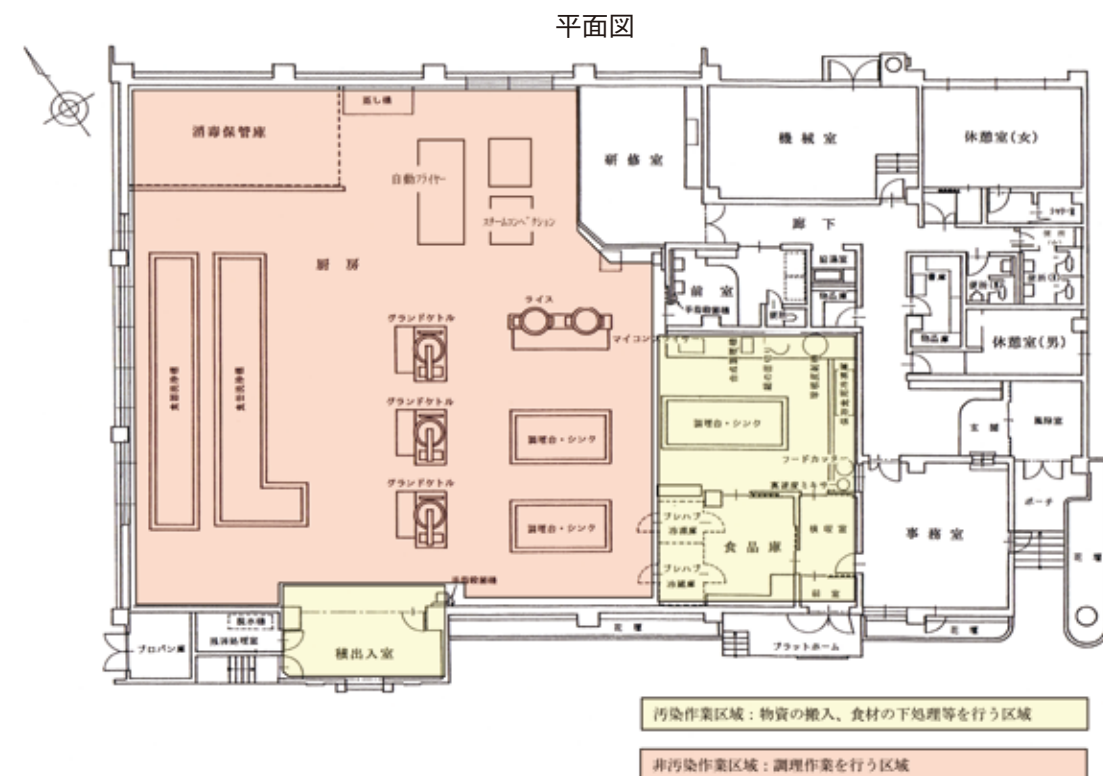
ある「かずのこ」を活用し、「かずのこ給食」を年に2回実施しています。また、「カズチー(燻製数の子とチーズを組み合わせた珍味)」は子どもたちに大好評となっています。

4. 施設見学の実施

児童生徒の保護者及び市民の皆様へ給食センターの業務についてご理解いただくために、給食が作られる過程や施設の説明を行い、できたての給食を食べていただく見学会を実施しております。

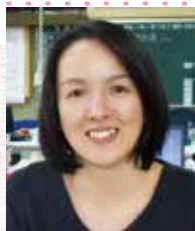


「かずのこ給食」の日に来校した留萌市のマスコットキャラクターKAZUMOちゃん



『よい食一生』を子どもたちへ

平取町立平取小学校 栄養教諭 島野めぐみ



1. 美味しいものがいっぱい「平取(びらとり)町」

平取町は、日高地方の西端に位置し、アイヌ文化の拠点のひとつの町として広く知られています。

日高山脈の麓の豊かな自然と気象条件に恵まれ、その水や土地を活かし生産される、トマト「ニシパの恋人」や「びらとり和牛」は、町を代表する特産物として全国的ブランドとなっています。

また、週4回の米飯給食のお米は、平取町産「ななつぼし」です。その他にも、黒豚、きゅうり、かぼちゃ、ほうれん



びらとり和牛丼、大根のみそ汁、平取産寒締めほうれん草のおひたし、温州みかんゼリー、牛乳

草、メロン、にんじん、じゃがいもなどなど多くの地場産物に恵まれ、寄贈いただくことも多く、給食は地域に支えていただいていることを実感します。

2. 地元愛を育てる「ニシパランチ」、「びらとりDay」

これだけ地場産物も豊富ですから、ふるさと給食「ニシパランチ」(数回/年)、地場産物のみの「びらとりDay」(1回/年)も楽しみのひとつです。また、平取高校生が考案した地産地消の料理(1回/年)も学校給食で提供し、その試食会では、高校生が児童生徒に向け、食に関する指導を行い、交流します。



ふるさと給食「ニシパランチ」ポスター

3. アイヌ文化学習「アイヌ伝統料理」に挑戦

5年生のアイヌ文化学習の集大成である「アイヌ伝統料理」を体験します。平取アイヌ文化保存会の講師3人の



鮭は余すところなくありがたくいただきます

手ほどきを受けながら、新鮮な鮭を丸ごと捌く初めての体験。「チェブオハウ(鮭汁)」、「アマチェブ(焼き鮭)」、「シト(団子)」を調理・試食する、とても貴重な経験です。このように平取町では、小・中学校の9年間を通して食文化を含めたアイヌ文化を理解し、尊重する子どもを育てる取組を行っています。

4. 子どもたちや先生の声を指導に生かす

毎日の学校訪問や、年に一度、学校給食アンケート調査を行い、子どもたちや先生の声を大切にしています。

嗜好調査や食生活調査、教職員から見る子どもたちの食事マナー等を調査し、その結果をふまえて、給食メニューや食に関する指導に生かしています。



給食時間の食に関する指導の様子

5. 『よい食一生』を子どもたちへ

よい食習慣は一生の宝物。平取町の子どもが健やかに育ってほしいとの願いを込め、食育推進活動の充実のために今後とも努力してまいります。

私の
提言

学校給食に期待すること

えりも町立笛舞小学校 校長 櫻井 亮



1. はじめに

本校の学校給食は、地域・学校の強い要望と関係機関の深い理解と努力により、校舎新築の際に自校給食施設・ランチルームを併設し、平成5年より開始されました。

運営にあたっては、学校職員及びPTAや地域自治会の代表により組織された学校給食運営委員会がその任にあたっています。子どもたちの健康増進、食生活の改善・向上を目指して学校と地域が一体となり、創意を生かした特色ある学校給食を実施しています。

2. 食育の推進に欠かせない学校給食と栄養教諭の役割

新学習指導要領には、食に関する指導の目標として、学校教育活動全体を通して食に関わる資質・能力の育成を目指すこと等、食育の推進に学校が果たすべき役割が明示されています。その推進のために重要なことは、子どもたちが食に対して高い関心をもっているかということであり、子どもたちがワクワクするような給食を提供されていることが、このことに大きく関わってきます。

ありがたいことに、本校では、味はもちろんのこと、見た目も量も子どもたちの食欲を刺激する給食が毎日提供されています。また、月に1回、町内他校に在籍する栄養教諭の協力の下で食に関する指導を行っています。栄養教諭の専門的知見を生かした指導は、食に対する関心を高める上で大きな成果を上げています。

3. 元気と安心を与える学校給食

昨年は、学校給食が子どもたちに「食べることの大切さ」と「みんなと食事をすることの楽しさ」を実感できる場であることを再確認できた年となりました。



毎月行われている「食育の時間」



感染拡大防止に配慮した給食の様子

新型コロナウイルス感染拡大防止による昨年の長期臨時休校期間中、在宅を余儀なくされていた子どもたちの中には昼食を一人で食べざるを得なかった子どもも少なくなかったと聞いています。それだけに、休校明けの全校一斉給食は、みんなと会えなかった寂しさや不安を払拭してくれたに違いありません。現在も本校では「新しい学校の生活様式」に基づき、座席の間隔を広く取り、食事中は会話を控える等の感染対策を講じていますが、みんなと食べる給食の時間は喜びに満ち溢れています。

コロナ禍の中、子どもたちに元気と安心を与える役割が学校給食にはあると私は思います。そして、学校は子どもたちや保護者の抱える心の不安を敏感に察知し、寄り添い支える存在でありたいと考えています。

4. 学校給食のもつ力

食べることは子どもにも大人にも困難を乗り越えるエネルギー(体力と気力)を与えてくれます。不安ばかりが渦巻く日常生活の中で、食べることに安心と喜びを感じることができる時間を子どもたちに提供する学校給食は、今だからこそ大変重要な役目を担っていると思います。

私は、学校給食に従事するすべての方々に感謝するとともに、学校給食がもつ力に大きな期待を寄せています。



道産牛肉・道産水産物学校給食提供推進事業を通じた学校給食の取組 ～コロナ禍における食に関する指導の工夫～

学校生活に甚大な影響をもたらした新型コロナウイルス感染症。食事や飲食を伴う機会は感染のリスクが高いといわれる中、給食の提供、給食の時間における指導等に苦労された給食関係者も多かったのではないのでしょうか。

このような中、道産牛肉・道産水産物学校給食提供推進事業として道産の牛肉、道産の水産物やその加工品が学校給食用として無償提供されました。本格的な和牛やホタテをはじめとする水産物を味わうことで、道産の食材への理解を深める良い機会になったことと思います。

今回は、本事業を通じて行われた食に関する指導のうち、特に、感染症予防を考慮した内容として掲示物、資料配付、ICT機器を活用した指導の事例を紹介します。

江別市立江別第一小学校・いずみ野小学校（江別市対雁調理場）

栄養教諭 三好 景子 西濱多恵子



MENU
ご飯 宗谷黒牛のすき焼き
えべちyun卵焼き（※下記参照）
からし和え 牛乳

【指導の内容】

- 各学級にイラスト付きの資料を配付。※写真（左・中央）参照

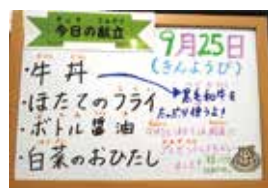
資料の内容を担当が給食前に読み上げる、電子黒板に写して児童が発表するなどして活用。

◆キャラクターが大活躍！

資料の3色のキャラクターは、つつくん（赤）、エネちゃん（黄）、トっち（緑）といいます。江別市学校給食のオリジナルキャラクターで、食育掲示板などに登場します。また、卵焼きは、江別観光協会ゆる認定キャラクターの「えべちyun」のイラストがレーザーで描かれた特注品です。

羽幌町立羽幌小学校（羽幌町学校給食センター）

栄養教諭 蟻戸 恵子



MENU
牛丼
ほたてのフライ（ボトル醤油）
白菜のおひたし 牛乳

【指導の内容】

- 玄関前にホワイトボードを置き、献立と給食について紹介したイラスト付きのひとくちメモを掲示。

※写真（左）参照

- 牛の部位について説明した資料を掲示。（写真は、ビーフカレーの献立の際に掲示したもの）※写真（中央）参照

◆校内放送の活用

給食委員会の活動として、給食のひとくちメモの内容を昼の校内放送で話す活動を行っています。（現在は、放送室で距離を空けて活動することが難しいため、活動を自粛中）



札幌市立中島中学校

栄養教諭 庄田 寿枝



MENU
ソフトフランスパン 白花豆のポタージュ
道産黒毛和牛のステーキ 大根サラダ 牛乳

【指導の内容】

- スマホアプリ「Menu Express」を利用した資料の作成（掲示物、ホームページへ掲載、ランチルームでの給食時にスライドショーで上映するなどして活用）※写真参照
- 給食室だよりを毎日発行。感染症予防対策で、給食中に会話できない生徒に向け、実物投影機を使い教室のテレビ画面に表示するなどして活用。

◆スマホアプリ「Menu Express」

スマートフォンで写真を撮影し、文字を入力するだけの簡単な操作で、プロがデザインしたような飲食店のメニュー表作成が可能なアプリケーションです。（400種類以上のテンプレートを無料で利用可能）

北海道函館聾学校

栄養教諭 佐賀井弥生



【指導の内容】

- 牛の大きさを知ってもらうために、牛と幼稚部・小学部の児童と教員を並べた写真を掲示。※写真（左・中央）参照
- その他に「牛の成長の様子」「肉の部位」について掲示。
- 朝の会で道産牛肉や海産物についてのワンポイント指導を実施。



MENU
ツイストパン コンソメスープ
牛肉の和風ソースかけ パセリポテト 牛乳

◆興味関心を高める掲示物の工夫

掲示物の児童と教員の写真は、毎日一人ずつ増やしていきました。毎日変化があることで、子どもたちの興味関心を高めることにつながることができました。

非常食・常備食のご紹介

自然災害やアクシデントで予定した給食が提供できないなど、不測の事態に備えるための備蓄用非常食をご紹介します。

野菜一日これ一本(長期保存用)



銘柄:カゴメ 規格:190g×30本入
賞味期間5年6カ月で、長期保存が可能な「野菜の保存食」です。1缶に野菜1日分350g分をぎゅっと濃縮。緑黄色野菜を中心に、30品目の野菜を使用しています。砂糖・甘味料・食塩・香料・保存料は無添加です。

ビスコ保存缶



銘柄:江崎グリコ 規格:30枚(5枚入×6袋)
小さなお子様でも食べやすい、クリームサンドビスケットです。5枚ずつ分包したものが6袋入っており、みんなで分けて食べられます。エージレス入りで、製造後5年間の長期保存が可能です。

救給カレー



銘柄:全学栄 規格:150g、250g
ごはんが入っていて、温めずにそのままおいしく食べられます。規格が2種類あり、学年によって使い分けられます。アレルギー特定原材料等28品目不使用です。

救給根菜汁



銘柄:全学栄 規格:150g
鰹と昆布の風味をきかせ、おいしくて体にも嬉しい、満足度たっぷりの商品です。スプーンですくって食べられるように、スープにとろみがついています。アレルギー特定原材料等28品目不使用です。

常備用カレー職人



銘柄:江崎グリコ 規格:510g(170g×3袋)
温めずに食べられるレトルトカレーです。賞味期限は5年です。植物性油脂の使用により、常温でもなめらかにおいしくお召し上がりいただけます。カレーソースとして、幅広いアレンジを楽しめます。

災害用常備食(白飯)



銘柄:アルファー食品 規格:50食分
アレルギー特定原材料等28品目不使用の長期保存食です。一度に50食分の炊き出しができるセットで、25食分を2回に分けた調理も可能です。調理方法はお湯または水を注ぐだけ(熱湯で15分、水(20℃)で60分)。賞味期間は製造日から5年6か月です。調理、配食に必要な備品一式がセットになっているので、この箱の中で調理が完了します。

救給コーンポタージュ



銘柄:全学栄 規格:130g
国産の玄米、とうもろこし、たまねぎ、人参を使用。温めなくてもそのままおいしく食べられます。玄米が入っているので食べごたえがあります。アレルギー特定原材料等28品目不使用です。

救給五目ごはん



銘柄:全学栄 規格:130g、200g
国産のさつまいも、ごぼう、人参、しいたけ、こんにゃくの具材と、お米は食べごたえがあるように、もち玄米(国産)を使用しています。規格が2種類あるので、学年によって使い分けられます。アレルギー特定原材料等28品目不使用です。

★サンプル等の希望がある場合は、物資課各担当までご連絡ください。
※当会ホームページにて賞味期限間近商品の特別価格一覧表を掲載しております。詳しくは、当会ホームページをご覧ください。

救給シリーズについて

2021年4月製造分より賞味期限表示が「年月日」表示から「年月」表示へ切り替わります。

	現行	変更後
段ボール記載 賞味期限	〇〇〇〇年〇月〇日	⇒ 〇〇〇〇年〇月
バック記載 賞味期限	〇〇〇〇年〇月〇日	⇒ 〇〇〇〇年〇月XYZ

※バック記載の賞味期限は後にロット記号が3桁入ります。

令和2年度 北海道学校給食研究協議会栄養部会 普及充実事業報告

令和2年度北海道学校給食研究協議会普及充実事業は、新型コロナウイルス感染症の影響で本部事業は中止となり、地区事業は石狩地区と釧路地区のみの開催となりました。

石狩地区 研修会

- 開催日時／令和2年10月16日(金)
- 会場／北広島市中央公民館
- 内容／講演と実技 「日本の伝統的食文化の理解」
～日本の文化であるお茶の歴史や効能、美しい淹れ方について～
- 講師／北の日本茶専門店 玉翠園 玉木 康雄 氏
(日本茶インストラクター・日本茶アドバイザー専任講師)



釧路地区 研修会

- 開催日時／令和2年10月5日(月)
- 会場／釧路教育研究センター
- 内容／講演会 「エクセルを使用したデータ処理」
・Excelの基本(入力・関数・グラフ)
・応用でクロス計算(ピボットテーブル)
- 講師／厚岸町立太田中学校 教諭 堀 幸一 氏



おすすめ学校給食レシピ

～北海道学校給食会の取扱商品を使った料理レシピ～

物資開発委員会で選定され、当会が取扱っている商品を使った、美味しく、栄養豊かな学校給食献立をご紹介します。献立のレパートリーに加えてみませんか。

ボルシチ ～世界の料理(ロシア)～

ロシア料理は厳しい気候と風土の影響を強く受けています。肉と野菜、ビーツを煮込んだ「ボルシチ」は体を温める料理です。ビーツはアカザ科フダンソウ属の根菜で地中海沿岸が原産地です。別名ビート、テーブルビート、赤ダイコンとも呼ばれており、見た目は赤カブに似ています。

●材料(小学校1人分正味重量)

※道産無塩せきベーコン短冊スライス	8g
※輸入牛肉ももスライス	20g
※おろしにんにく	0.3g
オリーブ油	0.5g
たまねぎ	25g
にんじん	10g
じゃがいも	25g
キャベツ	25g
※ダイストマト缶詰	18g
※乾燥ビーツ	1.0g(水戻し5g)
※無添加とりがらスープ	10g
※チキンコンソメ(粉状)	0.8g
こしょう	0.02g
水	140cc

※印は当会取扱商品です

●栄養価(小学校1人分)

エネルギー(Kcal)	121	カルシウム(mg)	25
たんぱく質(g)	9.1	鉄分(mg)	1.1
脂質(g)	4.5	食物繊維(g)	1.4



●作り方

- ①たまねぎはうす切り、にんじんは2ミリのイチョウ切り、じゃがいも、キャベツは1.5センチの角切り。ベーコンは1センチの短冊切り、牛もも肉カットの用意。
- ②鍋にオリーブ油を入れて熱し、おろしにんにくとベーコンを加え炒め、香りが出てきたら、牛肉を加え炒める。牛肉の色が変わってきたら、①のたまねぎ、にんじんを加え炒める。
- ③②に水を加え、とりがらスープ、乾燥ビーツ、ダイストマト缶詰、じゃがいもを入れて、ひと煮立ちしたら灰汁を取り除き、キャベツを加え、コンソメ、食塩、こしょうで調味して味を調え、材料がやわらかくなるまで煮込み仕上げる。
- ④器に③を盛り付け完成する





令和2年度

北海道学校給食 コンクール

●開催日●

令和3年1月19日(火)

最優秀賞

平取町立平取小学校

栄養教諭／島野めぐみ 調理員／水谷 明子



献立

- ムギライス ●ピラトマハヤシ
- フレンチサラダ ●牛乳

優秀賞

猿払村学校給食センター



優良賞

真狩村学校給食センター



優良賞

陸別町給食センター



●審査委員長

豊島 琴恵(旭川大学短期大学部 教授)

●審査委員

街道 美恵(北海道PTA連合会 副会長)

吉川 紫乃(北海道学校給食研究協議会 副理事長)

余川 達也(北海道農政部生産振興局畜産振興課 課長補佐)

村上 貴久(北海道水産林務部水産局水産経営課 課長補佐)

本間美恵子(公益財団法人北海道学校給食会 専門員)

藤田 善治(北海道教育庁学校教育局健康・体育課 課長)

●主催／北海道教育委員会 (公財)北海道学校給食会

今年度のテーマ

「コロナに負けるな!食べて応援道産食品」

栄養教諭・学校栄養職員・調理従事者で構成するチームが、学校での食育の推進と、各地域の地場産物を活用した献立を全道に広めるとともに、調理技術・衛生管理の研鑽を目的として、年に1回行われるコンクールです。

今年度は新型コロナウイルス感染防止のため、第二次審査はリモートでの開催となりました。審査員が北海道教育委員会で参加チームのPRプレゼンテーションを視聴して審査を行いました。

「ピラトマハヤシ」はふるさと給食「ニシパランチ」のメニューで、北海道立平取高等学校の生徒が考えたものです。平取高校の「トマトクラブ」は授業の一環として町特産のびらとりトマトを使った創作料理のレシピ開発に取り組んでいます。学校給食で提供されるのは、今年で9回目になります。当日は高校生からの講話もあります。今年度の交流は中止になったため、給食時間に、高校生手作りのお便りを元に担任、栄養教諭から食に関する指導を行い、高校生の思いなども伝えました。子どもたちに郷土愛と感謝の気持ちが育ってくれることを願っています。



平取小学校での食に関する指導の様子

参加4チームの献立レシピは道教委及び当会HPに掲載されています。



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 https://hgk.or.jp