

いただきます



第238号
令和8年9月30日

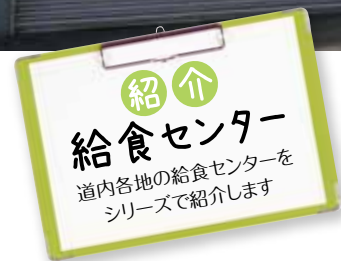
編集発行／(公財)北海道学校給食会 北海道学校給食研究協議会

- 2～3 **給食センター紹介** 羅臼町学校給食センター
- 4 **食育ひろば** 『中学生の「食への意識」を高める指導法の工夫』
恵庭市立柏陽中学校 栄養教諭 鈴木里絵子
- 5 **私の提言** 「特色ある学校給食について」 恵庭市立柏陽中学校 校長 坂見明信
- 6～8 令和8年度新規採用栄養教諭の紹介
- 9 「子ども給食教室」が開催されました
- 10 新規・リニューアル等取扱物資のご案内
- 11 令和8年度第1回全道学校給食用パン品質審査会報告
- 12 第14回 北海道学校給食コンクールのご案内



「亜麻」

冷涼な気候を好むため、日本では北海道が最適地です。
種子を搾って作られる亜麻仁油は、良質な脂肪酸を含みます。



地域と生産者に感謝!地元食材を活用した
安全安心な給食を提供

羅臼町学校給食センター

1. はじめに

羅臼町は、北海道東部の知床半島の南側に位置し、豊富な資源に恵まれたオホーツク海と、知床連山に囲まれた自然豊かな町です。海と山をつなぐ川、そこに集まる動植物が高く評価され、平成17年7月に知床は世界自然遺産に登録されています。

季節を問わず様々な魚介類が水揚げされることから、「魚の城下町らうす」と呼ばれ、秋サケ、ほっけ、ウニのほか、近年はブリやフグの水揚げも増えています。

また、たくさんの工程を経てうま味を凝縮させた羅臼昆布が特に有名となっており全国各地で消費されています。

観光面では、クルーズ船が人気を集めています。春はシャチ、夏はクジラ、冬はオジロワシと流氷といったように、季節ごとに移り替わる羅臼の自然を間近に体験することができます。



羅臼国後展望塔から望む羅臼町市街地

羅臼町は、本年4月に町立の幼稚園、小学校をそれぞれ1校に統合したところ。令和9年4月には、小学校校舎に幼稚園を併設し、施設一体型幼小連携校として新たなスタートを切る予定となっており、幼稚園と小学校のスムーズな接続を図るため、教育関係者一体となって取り組んでいるところです。

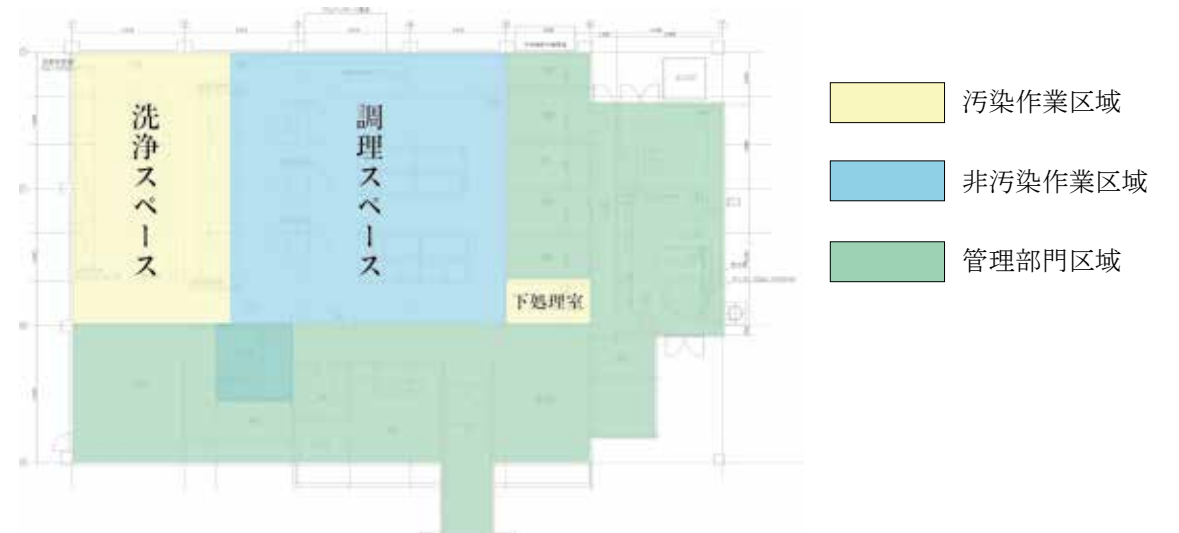
2. 給食センターの概要

名 称	羅臼町学校給食センター
所 在 地	目梨郡羅臼町栄町10番地1
総床面積	433㎡
構 造	鉄骨鉄筋コンクリート造 平屋建
供用開始	平成4年
食 数	380食/日（幼小中学校 各1校）
調理方式	ドライシステム



7月中旬からが漁期の羅臼昆布

【平面図】



3. 地場産品の活用

漁業協同組合からは、昆布、鮭、スケトウダラ、ドスイカ、ほっけ等の食材提供があり、地元水産加工業者の協力も得ながら、様々な献立に地場産品を活用しています。

毎年10月には「羅臼海の幸定食」として、いくら丼やほっけのつみれ汁を提供し、子どもたちだけではなく、教職員の皆さんからも好評を得ています。

また、地元民間企業からは、鮭節や羅臼昆布を材料に含んだ豚まん（こんぶたまん）のほか、農業協同組合からはヨーグルトが提供されています。

地場産品食材提供団体の皆さんに給食試食の場を設けているほか、町のSNSにより地場産品の活用を周知しています。



「昆布の佃煮、味噌汁、ドスイカザンギ、もやし中華サラダ」

出汁を取った後の昆布は、佃煮や昆布ごはんなどに調理し、提供食材を余すことなく使用しています。

他の地域では水揚げされないドスイカは、やわらかい食感のザンギに調理し提供しています。



豊富な水揚げ量の羅臼漁港



地域と生産者に感謝!「羅臼海の幸定食」
〜いくら丼、ほっけのつみれ汁、秋味のムニエル、ドスイカと昆布の鮭節和え〜

『中学生の「食への意識」を高める指導法の工夫』

恵庭市立柏陽中学校 栄養教諭 鈴木里絵子



1. はじめに

恵庭市は札幌と新千歳空港のほぼ中央にある緑と花がきれいな街です。先日、日本ハムファイターズの2軍本拠地に決まり、街全体が活気に溢れています。

学校給食は、小学校給食センターで小学校8校（およそ3,800食）、中学校給食センターで中学校5校（およそ2,000食）を提供しています。

本校は生徒数300人ほどの中規模校です。毎日の給食指導や食に関する指導などで、生徒に関わっています。

2. 給食時間の関わり

中学生特有の周囲への遠慮や、給食時間が短いため、おかわりできない場合があります。生徒が落ち着いて食べる時間を確保するため、栄養教諭が各机を巡回して個別に声を掛けながら食缶に余った分を配分しています。この個別対話型の配膳を通じ、生徒の食に対する意識を高めるとともに、教室全体の残食率低減を目指しています。

また、一人一人の体格や喫食状況をその場で確認しながら声を掛けることで、成長期に必要な栄養量のサポートにつながることを期待しています。



栄養教諭が個別に配膳をサポート

3. 食に関する指導

第1学年では、生徒自身が「自分の消費エネルギー量」や「必要なエネルギー量」を算出し、給食をどのくらい食べるべきかを学習しています。

第2学年では、現在の食事内容が自分自身に必要な栄養素を摂取できているのか照らし合わせるシミュレーション学習を実施しています。客観的なデータをもとに自身の食生活を見つめ直し、成長期における適切な栄養摂取の重要性を理解させることを目的としました。

第3学年では、受験期に必要な食事について学習し、食べることが勉強の成果に結びついていることを知らせています。これらの食育が、将来にわたって健康を自己管理する基盤となることを願っています。



給食を教材とした学習

4. おわりに

2年前、初めて中学校に赴任し、「給食時間が短すぎて、時間がなくて食べられなかった」という生徒の声に「みんなが満足できる給食時間にしたい!」、そして「残食を減らしたい!」と思ったことが、私の取組のスタートです。

栄養摂取や食の知識も、もちろん大切ですが、「クラスの仲間と一緒に食べるご飯がおいしい!」「大好きなメニューがあって嬉しい!」という、『食べる喜び』を何より大切にしています。

これからも、様々なメニューに挑戦し、給食時間が楽しい時間になるよう工夫を続けたいと考えています。

私の
提言

「特色ある学校給食について」

恵庭市立柏陽中学校 校長 坂見 明信



1. はじめに

学校給食に関する歴史を紐解くと、古くは栄養改善のための方法として推奨されてきたようです。さて、現在の学校給食法では、適切な栄養の摂取による健康の保持増進や明るい社会性と協同の精神の涵養、伝統的な食文化への理解などの七つの目標が定められ、全国で一定の水準に基づく給食が提供されています。

そのような中、給食センターの皆さんが、特色ある学校給食を目指し、日々、奮闘されておられることは言うまでもありません。

今回は、その内容に少し触れたいと思います。

2. 食材について

恵庭市では、積極的に地産地消の取組を進めており、学校給食においてもできる限り恵庭産や北海道産の食材を使用しております。7月はキャベツ、大根、なす、ブロッコリーが恵庭産でした。食材は、地域企業等から寄贈していただくこともあります。なお、給食だよりには、これら恵庭産の食材がイラスト入りで紹介されています。

日(水)	ご 飯	ご 飯	副 食	副 食	副 食
さつまいも汁	さつまいも汁	豚肉 油揚げ	こんにゃく 玉葱	鶏 みるみ	鶏 みるみ
さばの粕漬カレー飯	さば 粕漬	さば	人参 人参	人参 人参	人参 人参
鶏肉と大根の煮物	鶏肉 大根	大根	人参 人参	人参 人参	人参 人参
なすのミートスパゲティ	スパゲティ	豚肉 大根	人参 人参	人参 人参	人参 人参
キャベツとコーンのサラダ	キャベツ コーン	キャベツ コーン	キャベツ コーン	キャベツ コーン	キャベツ コーン
すいか	すいか	すいか	すいか	すいか	すいか



このような特色ある給食を生徒一人一人に認識してもらうため、本校では、給食時の放送で放送委員が日々、献立を紹介しています。また、栄養教諭は、各学級を回り、様子を見ながら声掛けを行うとともに、生徒の

反応を観察し、次の献立作りのヒントにしています。

さて、本校では給食が好きな生徒が多く（令和7年の生徒アンケートで約95%）、にこやかに食しています。一方、残食率（多い時で約25%）が気になる日もあります。

3. 「残さず食べてほしい!」

給食センターの皆さんが、苦勞して作ってくださった給食を「残さず食べてほしい!」という思いから、栄養教諭と何かアイデアはないかと、考えたことがあります。その時、参考にしたのが、「適切な栄養管理と食に関する指導の充実に向けて～残食率から見る学校給食へのアプローチ～（北海道教育委員会、令和8年3月）」です。本資料の観点は2つで、「適切な栄養管理」と「食に関する指導」です。改めて、「残食量の把握」、「食べる時間の確保」、「食に関する指導の充実」の大切さを認識することができました。

これまでの本校の取組を少しずつですが改善する契機となりました。



4. おわりに

せっかくの「特色ある給食」。アピールすることはもちろん、「食べる時間の確保」、「指導の工夫（栄養教諭による指導の充実、食育だよりの内容の見直し）」等を少しは実施することはできましたが、効果はあったのかと、不安な日々を過ごしていました。

そのような中ですが、初夏のある日、校長室を訪れた栄養教諭の姿を今でも忘れることができません。「校長先生!残食率が!!」満面の笑顔が日々の成果を物語っていました。

令和8年度
新規採用栄養教諭
の紹介



① 守谷 愛佳 (もりや あいか)

- ② 蘭越町立蘭越小学校
(蘭越町学校給食センター)
- ③ 札幌市
- ④ 筋トレ、ウォーキング
- ⑤ きな粉ポテト、ビビンバ、シナモンポテト
- ⑥ 蘭越カレーライス
- ⑦ 安全でおいしい給食を提供するために、自分のできることを着実に頑張ります。



① 久末 千優 (ひさすえ ちひろ)

- ② 北海道函館養護学校
- ③ 苫小牧市
- ④ 函館のお店を開拓すること
- ⑤ カレーライス、ジュリエンスープ、ビビンバ
- ⑥ 函養ハンバーグ
- ⑦ 一日一日を大切にしながら、安心・安全でおいしい給食作りに努めていきたいです。



① 中者 琉歌 (なかもの るか)

- ② 函館市立あさひ小学校
- ③ 函館市
- ④ 編み物
- ⑤ カレーライス、ラーメン、揚げパン
- ⑥ チャンチャンごぼう
- ⑦ 「食」を通じ子どもたちの心と体を支え、安心な給食と楽しい食育で健康の基礎を築く栄養教諭を目指します。



① 金澤 明里 (かなざわ あかり)

- ② えりも町立えりも小学校
- ③ 函館市
- ④ アイロンビーズ、韓国ドラマ鑑賞
- ⑤ のりとあさりの佃煮、クラムチャウダー、あさりのカリッとサラダ
- ⑥ 出し汁から取る味噌汁
- ⑦ 安心、安全で思い出に残る給食を提供し、児童生徒の思いを大切にしながら、生きる力となる食の知識を育む栄養教諭を目指します。



① 川崎 友美 (かわさき ともみ)

- ② 北斗市立上磯小学校
(北斗市第1学校給食共同調理場)
- ③ 青森県つがる市
- ④ ネットフリックスのアニメを観ること
- ⑤ トマトにくなが(肉じゃがのアレンジメニューで、つがる市の特産品の長芋をじゃが芋の代わりに使用したトマトベースの料理)
ジャージャー麺、ミネストローネ
- ⑥ 昆布の油炒め・小松菜の味噌汁
(全部おいしくて選べないです)
- ⑦ 何事にもいったん挑戦してみる一年にしたいです。
期限付きの頃より圧倒的に授業をする機会が増えたので、その機会を大事にし、実践から学びを得て、より食育を楽しんでもらえるように更新していきたいです。給食業務に関しても、まずは業務の流れやポイントをしっかり身につけて、自分のメニューも積極的に入れていけるような心の余裕をもちたいです。



- ① 名 前
- ② 所属校(共同調理場)
- ③ 出身地
- ④ マイブーム 今、はまっていること
- ⑤ 子どもの頃好きだった給食メニュー(3つ)
- ⑥ 私の(自校の)一押し給食メニュー
- ⑦ 今後の抱負

① 成澤 有羽 (なりさわ ゆう)

- ② 旭川市立高台小学校
- ③ 札幌市
- ④ LDHグループ「TJBB」の推し活
- ⑤ ビビンバ、きな粉ポテト、とりめし
- ⑥ 黒マーボー豆腐
- ⑦ 給食の時間や授業で子どもたちと深く関わり、食べる楽しさや感謝の心を笑顔と共に育んでいきます!!



① 太田 花梨 (おおた かりん)

- ② 猿払村立鬼志別小学校
(猿払村学校給食センター)
- ③ 札幌市
- ④ ドライブ(温泉巡り)
- ⑤ たきこみごはん、あさりのカリッとサラダ
キャロットゼリー
- ⑥ ふかひれスープ
- ⑦ 子どもたちが毎日の給食を楽しみにしながら、食への興味や関心を深めていけるような給食づくりを心がけていきます。また、給食を生きた教材として活用しながら、食に関する指導にも力を入れていきます!



① 佐野 あやめ (さの あやめ)

- ② 札幌市立東月寒中学校
- ③ 札幌市
- ④ Gemini とのおしゃべり
- ⑤ ビビンバ、カシューナッツ炒め
ワンタンスープ
- ⑥ ビビンバ
- ⑦ おいしい給食と日々の食に関する指導を通して、子どもたちの健やかな成長を支えられるよう、精一杯頑張ります。



① 藤崎 くるみ (ふじさき くるみ)

- ② 札幌市立厚別通小学校
- ③ 千葉県
- ④ エスコンでの野球観戦
- ⑤ 揚げパン、フルーツポンチ、カレー
- ⑥ 味噌ラーメン
- ⑦ おいしくて楽しい給食にできるように頑張ります!



- ① 名 前 ② 所属校(共同調理場) ③ 出身地 ④ マイブーム 今、はまっていること
⑤ 子どもの頃好きだった給食メニュー(3つ) ⑥ 私の(自校の)一押し給食メニュー ⑦ 今後の抱負

① 中村 美月 (なかむら みづき)

- ② 津別町立津別小学校
(津別町学校給食センター)
③ 網走市
④ 音楽 (K-POP・J-POP) を聴くこと
ゲーム配信を見ること
⑤ スペシャルカレー、わかめごはん、キムチ胡瓜
⑥ クリームシチュー
⑦ 毎日、子どもたちが給食を楽しみにしてくれるように頑張りたいです！子どもたちの将来を見据えた食育ができるよう、取り組んで行きたいです。これから、よろしくお願いします。



① 大竹 怜奈 (おおたけ れな)

- ② 北海道中標津支援学校
③ 旭川市
④ ギターを弾くこと、道東を観光すること
⑤ 揚げパン、ラーメン、ABCスープ
⑥ 鯖の唐揚げ梅肉ソース
⑦ 中標津の特色を活かした給食づくりができるようにがんばります。これからどうぞよろしくお願いします。



① 山名 理子 (やまな りこ)

- ② 別海町立別海中央小学校
(別海町学校給食センター)
③ 札幌市
④ ドライブ、グルメ探し
⑤ ししゃものピリ辛揚げ、小松菜とベーコンのサラダ、とりめし
⑥ ハヤシライス
⑦ 子どもたちが「今日は、このメニューだから少し頑張ってみようかな」と思えるような給食と、大人になった時にふと思い出してもらえるような食育を目指して尽力していきます。



① 山田 雅美香 (やまだ まみか)

- ② 北海道釧路養護学校
③ 札幌市
④ ドライブ (私の住んでいたところは海に面していなかったもので、釧路に来て素敵な景色を見ることができて、とても幸せです)
⑤ しょうゆラーメン、いそべあえ、きな粉ポテト
⑥ ザンギ (本校では、普通のザンギの代わりに、カレーザンギや行事に合わせて昆布だしを使用したザンギなど様々な種類のザンギを提供しています。)
⑦ 子どもたちが学校に登校するきっかけの1つに給食がなるように安心安全な給食提供に努めてまいります。どうぞよろしくお願いいたします。



① 堀田 愛花 (ほりた あやか)

- ② 札幌市立南月寒小学校
③ 札幌市
④ せいろでいろいろな食べ物を蒸すこと
⑤ 揚げパン、フルーツ白玉、ほうれん草蒸しパン
⑥ 味噌ラーメン (スープが本格的な味と好評です)
⑦ 子どもたちに食の大切さを伝えられるよう、仕事もプライベートも充実させたいです。



令和8年度 「子ども給食教室」 が開催されました



日時／7月28日(火)
場所／光塩学園短期大学
調理実習室・給食実習食堂
主催／公益財団法人 北海道学校給食会

●14回目になる「子ども給食教室」が開催され、17名の児童が参加しました。
午前中は、栄養教諭らのサポートのもと、給食メニューを実際に調理し試食、午後からは食の知識を深め、楽しくゲームも行いました。初対面の子どもたちも最後は別れを惜しむ姿が見られました。



グループで協力し合って調理



給食と同じ味にできました！



みんなで味見「おいしいね！」



午後からは食育授業とビンゴゲームです。



旬の野菜サラダは、大人気でした。

光塩学園短期大学の学生さんご協力ありがとうございました。

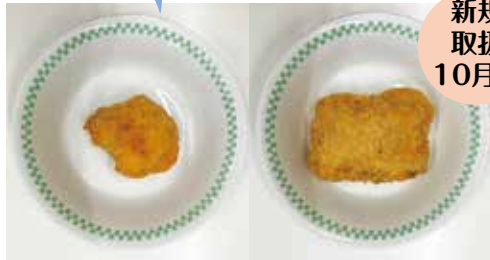
献立

- たきこみいなり
- じゃが芋とわかめの味噌汁
- さんまのかば焼き
- 選べる道産野菜サラダ
- つぶつぶレモンゼリー ●牛乳

●料理のレシピや詳しい様子は当会のホームページで紹介しています。

新規・リニューアル等取扱物資のご案内

北海道産真だら塩レモンカツ



新規
取扱
10月～

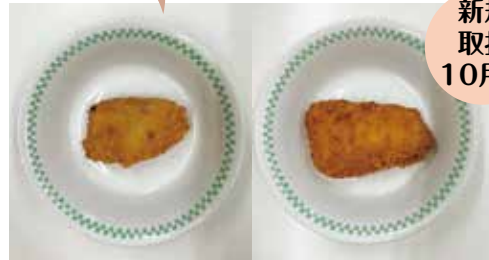
銘柄：ぎょれん

規格：約28g・50g

北海道産の真だら切り身にオイル調味料を配合したバターで味をつけ、パン粉をまぶしました。レモンの香りが効いて、後味もさわやかです。2規格のご用意があります。

*卵・乳成分原材料使用なし。

北海道産ほっけ切り身フライ



新規
取扱
10月～

銘柄：ぎょれん

規格：30g・50g

北海道産の真ほっけを使用したフライです。素材の旨みを感じられます。中骨は除去してあります。(完全な骨とりではありません。) 2規格のご用意があります。

*卵・乳成分原材料使用なし。

北海道産にしんフライ(骨まで食べられる)



リ
ニ
ュ
ー
ア
ル

銘柄：丸一土井水産

規格：40g

北海道産のにしんをレトルト加工後に衣をつけてフライにしました。骨を気にせずおいしく食べられます。

*卵・乳成分原材料使用なし。

切干大根(北海道産)



規格
追加

銘柄：株式会社 藤和乾物

規格：100g・1kg

北海道で生産した青首大根を使った旨みのある切干大根です。使いやすい2規格のご用意となりました。機械乾燥のため、天日乾燥でまれにある飛来物等の異物混入を防ぐことができます。[TOWAトレーサビリティシステム]により、1袋ずつ生産履歴が管理されています。

トマトソース約2倍濃縮タイプ



銘柄：カゴメ

規格：3kg

野菜原料を約92%使用し、トマトの旨みが十分に感じられる汎用性の高いトマトソースです。お好みの濃さに調整してお使いいただくことも可能です。約2倍に濃縮されているので、コスト削減になります。

規格
追加

オニオンソテー北海道産たまねぎダイス50%(炒め玉葱)



規格
追加

銘柄：カゴメ

規格：3kg

北海道産たまねぎを約5mm角のみじん切りにして、生玉ねぎ重量の約50%まで炒めました。料理によってソニオン(炒め玉葱)30%や70%と使い分けてご利用ください。

★今回ご案内した新規取扱物資や当会取扱物資でサンプル等の希望がありましたら、物資課各担当までご連絡ください。

☆お知らせ☆

当会では賞味期限間近の商品を随時特別価格で提供しております。詳しくは当会ホームページをご覧ください。

令和8年度 第1回 全道学校給食用パン品質審査会

主催／北海道教育委員会、(公財)北海道学校給食会

後援／北海道パン・米飯協同組合、札幌アール・ビー・エム協同組合、北海道製粉連絡協議会

●令和8年度第1回全道学校給食用パン品質審査会が、7月3日(金)、(公財)北海道学校給食会の研修室を会場に行われました。パン品質審査会は、「学校給食用のパンの品質を向上させ、学校給食の充実を図り食育の推進に役立てることと、多くの学校給食関係者に公開して、パンの品質に関する知識を深める」ことを目的として年に2回、夏場と冬場に行われています。

●審査員

(北海道製粉連絡協議会推薦者及び関係製粉会社より派遣者)

・横山製粉株式会社 小野 秀樹(審査員長)

・株式会社ニッポン 西野 計

・日清製粉株式会社 齋藤 加倫

・木田製粉株式会社 田中 裕樹

・江別製粉株式会社 松本 愛



◎上記審査員に加え北海道学校給食研究協議会各部会より5名が参加しました。学校給食用のパンについて、長時間にわたり丁寧かつ慎重な審査が行われました。



審査員の講評

- 全体として品質が高いものが多く、評価点数も僅差であった。特に基準パンは、概ね問題のないものがほとんどであった。
- 気温が上がる夏場に向けて、発酵には十分注意をしていく必要がある。
- 内相のきめが粗いものに関しては、原因について工場ですっかり確認をお願いしたい。
- 一部のパンに天板汚れ(コゲの付着など)がみられたので、注意が必要である。

参加者から

- 多くのパンを一度に確認できる機会を設けていただきありがたい。
- 専門分野で仕事をする人たちによって食育は成り立っていることを、校長として広く伝えていきたい。
- 道産小麦から作られた美味しいパンは、食育のよい教材となっている。今後も品質の高いパンを子どもたちに提供していけるようお願いしたい。
- どんなパンが評価されるのか、とても勉強になった。

※審査の詳細は当会HPの【諸会議報告】2026.7.24をご参照ください

第14回 北海道学校給食コンクール

テーマ 地場産物を活用した
人気！ばっぐん給食

子どもの笑顔は給食から。
地場産物を活用して、子ども
の未来をおいしく育てよう。
日々の工夫を一步先へ。御応
募お待ちしております！



令和7年度最優秀賞（厚沢部町）

審査のポイント

- ・ 生きた教材としての学校給食活用
- ・ 地域と連携した道産食材の活用
- ・ 給食の質の向上に向けた取組
- ・ 児童生徒が「おいしい」と感じら
れる献立 など

応募締切り：令和8年(2026年)10月23日(金)

開催期日：令和9年(2027年)1月6日(水)

食に関する指導審査及び調理技術審査

表彰：最優秀賞1チーム、優秀賞1チーム、優良賞2チーム

受賞メニュー：レシピはHP、クックパッド等で公開、ホテルとの
コラボメニューや食育イベントの試食として提供(予定)

昨年度の様子

令和7年度出場チームの献立
左から、小樽市、札幌伏見支援、美幌町



調理技術審査



食に関する指導審査

審査委員長による講話

主催：北海道教育委員会 公益財団法人北海道学校給食会

お問合せ先：北海道教育庁学校教育局健康・体育課 ☎011-206-6913



公益財団法人 北海道学校給食会

〒001-0915 札幌市北区新琴似町778番地1

TEL 011-792-5866 FAX 011-792-5867

E-mail hgk@gamma.ocn.ne.jp

URL <https://hgk.or.jp>

広報誌「いただきます」の配付数に変更がありましたら、
総務課までご連絡ください。