

# 学校給食だより

おおさかの

## ～広げよう 食育の輪～



パンタン



コメタン®

高石市立羽衣小学校



## 仲間とともに学び続けながら、食育推進

大阪府学校栄養士協議会

代表 八竹 美輝

昨年度は新型コロナウイルスの感染・拡大の為、子どもたちの学校生活は一変し、学校給食や食育のあり方について模索する一年でした。研修会や会議も中止や紙面開催が多く、同じ職種の間と相談するのも困難な状況が続きました。徐々に復興し、今年度はオンラインを活用した研修会や会議が再開され、改めて仲間とつながり、一緒に学び考えることの必要性を実感しているところです。

昨年度は紙面開催だった全国栄養教諭・学校栄養職員研究大会についても、今年度はオンラインで開催され、全体会において「栄養教諭は管理栄養士・栄養士の資格を有した唯一の教師である」そして、「管理栄養士・栄養士は栄養・食を通じて、人々の健康と幸福に貢献する」ための資格であり、管理栄養士・栄養士の専門職として備えている知識やスキルを維持するために生涯を通じて学び続ける必要があると言及されたのがに残っています。

食育は一人で取り組むのではなく学校・家庭・地域というチームで取り組むものですが、それぞれの立場で役割があります。食育推進において私たち栄養教諭・学校栄養職員は専門職の立場として、自覚を持って主体的に学び続けなければならないと改めて思いました。

専門性を高めるために全国学校栄養士協議会は栄養教諭・学校栄養職員に特化した専門分野の講習会等さまざまな事業を

実施しております。

その都道府県組織として、大阪府学校栄養士協議会も、自主運営で講習会等を計画し実施しています。また、大阪府学校給食会・大阪府教育委員会と共催で食育推進支援セミナーを実施する等大阪の栄養教諭・学校栄養職員の資質の向上に努めています。

今年度4月からは第4次食育推進計画がスタートしており、その方針に基づいて食育推進について考えていかなければなりません。ウイズコロナの新たな生活様式、SDGsへの貢献、デジタル化に対応した食育推進等多くの喫緊の課題が山積しており、今まで以上に仲間と一緒に力を合わせて頑張る必要があります。

子どもたちの未来のために、関係の皆様とつながり、一緒に取り組んでまいりたいと思っておりますので、どうぞよろしくお願いいたします。

### 目次

■給食風景・挨拶	1
■食の教育だより「高石市立羽衣小学校」	2~4
■学校給食パン・炊飯指定工場および学校給食調理員向けの衛生管理の動画	5
■令和3年度大阪府学校給食会「行事予定」の変更について	5
■食育推進支援セミナー	6
■商品紹介&おなか元気教室の紹介	7
■新規採用栄養教諭の紹介	8~11
■大阪府学校栄養士協議会リレートーク	11
■ICTを使った食育の勉強会について/なにわの郷土料理/編集後記	12

# 『羽衣発!!食育と体力向上のコラボ』 ～体もりもりチャレンジとICT機器を使用した食育の取組み～

## 食の教育 だより

高石市立羽衣小学校 指導栄養教諭 佐竹 なな

### 1. 学校の概要

児童数 366 名、学級数 16 学級(支援学級 4 学級含む)で給食は単独校方式です。

#### 学校教育目標

確かな学力・豊かな心・健やかな体を身につけた子どもの育成

～かしこく・やさしく・たくましく～

教育目標の具現化に向けて学力向上だけでなく、食育推進・体づくりを組織の中に位置づけ、栄養教諭と担当教諭が中心となって学校全体で取り組んでいます。

### 2. 給食時間における感染症予防対策



ソーシャルディスタンスを  
守った手洗い



全校で給食中はパーテーションを使用  
(市の予算で別注・各自に1枚配布・使用後は折りたたんで教室内に保管)



おかわりは、必ず使い捨て容器を使用

### 3. 手洗いチェッカーを利用したウイルスに関する保健・食育指導

インフルエンザ、コロナ、ノロ等のウイルス感染を、どのようにしたら予防できるか、身近なことでできることを子どもたちと考えた。



養護教諭によるウイルスに関する保健指導



栄養教諭による手洗い指導

完璧と思っていた自分の手洗いが、手洗いチェッカーで確認すると、洗い残しがあって驚いている児童が多かった。

### 4. 体づくりの取組みについて

#### ●体もりもりチャレンジカードによる体づくり

2週間の設定期間を毎月設け、低学年・高学年に分けてカードを用いて休憩時間に体づくりに取り組んでいます。

体もりもりチャレンジカードの中には朝ごはんに関する種目もあり「お休みの日も早起きして食べたか」など生活リズムを意識したチャレンジもあります。

(低)第2回	からだもりもり	チャレンジ	カード!	できた	ごうけい
しゅもく	チャレンジ				
たいこばし (くねくね)	2日(ふつか)した	2点			
	4日(よっか)した	3点			
	6(むいっ)した	5点			点
のぼりぼう	せみ 10びょう	2点			
	せみ 15びょう	3点			
	きいろのテープのたかさま でのぼって	5点			点
ドッチボール	ドッチボールをして	2点	あ		
	ボールをなげる	3点			
	ボールをキャッチする	5点			点
竹(たけ)うま	竹(たけ)うまにのって5秒 キープ	2点			
	前(まえ)に3回	3点			
	前(まえ)に5回	5点			点

しゅもく	チャレンジ	できた	ごうけい
なわとび	前(まえ)まわしとび 15回	2点	
	前(まえ)まわしとび れんぞく5回	3点	
	にじゅうとび 2回	5点	点
あさごはん	おやすみの日も、はやおき して食べた	2点	
	あさごはんにやさいの おかずも食べた	3点	
	まいにちかならず食べた (7/9まで)	5点	点
そとにでて チャレンジした日	/ / / /		
	ふつか(2日)いじょう	2点	
	よっか(4日)いじょう	3点	
	むいか(6日)いじょう	5点	点
	ごうけい		点



休憩時間に運動場に出て体もりもりチャレンジに奮闘する児童の様子

## ●全クラス首席による体づくり運動 専門の授業を実施



首席が設定した低・中・高学年それぞれの年間計画に基づいて、運動能力を高めるだけの授業でなく、バランス感覚や柔軟性、用具を操作する運動、巧みな動きを高める運動など多方面にわたって、運動に親しむことを第一に、健康の保持増進と体力向上をめざしています。

(首席…教頭と教職員との間の校務の要となり、学校運営体制・機能の充実を図る職名)

## ●体もりもりチャレンジクッキング

毎月2回、週末に全校児童が Chromebook を持って帰ります。その際「体もりもりチャレンジクッキング」と題し、簡単な調理を自分自身でやってみることをテーマに調理方法の動画を作成し配信しています。「自分でお米を洗って、炊いてみよう」や「自分でおにぎりを作ってみよう」など、実際にチャレンジした児童には、チャレンジ感想カードを提出してもらい、本校食育だよりに掲載しました。また、「おにぎりを作ってみよう」では、自分で作ったおにぎりを Chromebook を用いて写真を撮り、Google スライドにインスタ風に投稿してみようと試みると、約 80 人の児童がおにぎりを作ってアップしていました。家族の朝ごはんに作った児童も多く、家庭にも食育を発信できる効果的な取り組みだと実感しています。その一部を紹介します。



1～6年生みんなができるような簡単なクッキングを動画配信

### ドライカレーおむすび

ドライカレーおむすび	くざい：ドライカレー（ミンチ・カレー粉）
	おにぎりは何回もつくったことがあります。今日はドライカレーを入れたので、にぎるのむすびが良かったです。甘口のドライカレーだったので、とてもおいしかったです。

### しおおにぎり

しおおにぎり	くざい：しお、のり、ごはん、しおさば、おのりかけ
	かんたんだった、つぎはちがうくを入れてみたい。

### 鮭と枝豆のおにぎりの朝ごはん

鮭と枝豆のおにぎりの朝ごはん！	くざい：枝豆、鮭
	結構上手に作れて良かった。「おいしい」と、家族に好評だったので、嬉しかったです。

実際に子どもたちが作って投稿したGoogle スライド

## 5. ICT機器を使用した食育の取り組みについて



給食委員会の児童が学校給食週間の特別献立を紹介する動画を作成。これを全クラスに Google クラブルームを用いて給食の時間に配信。

児童の感想

声の放送よりも動画の方が献立のことがよりわかりやすいし、ためになる。



調理員が手洗いマスターとして登場。ふだんの調理中の手洗いの様子を撮影し、保健・食育指導時に全クラスで視聴し動画教材とした。

児童の感想

調理員さんがとても丁寧に手洗いをしていたので、みんなが安心して食べられるようにしてくれているんだと思った。



食育の日に給食委員会の児童と調理員による給食時間を利用した生放送を実施。各クラスには Google Meet を用いて LIVE 配信。

児童の感想

いつもワゴンを使用して教室前まで配膳してもらっているのに調理員さんと顔を合わせる機会がない。今回 LIVE で調理員さんの姿を見ることで調理員さんのことがよくわかった。



「おやつについて考えよう」の授業で児童全員が Google ジャムボードを使用して、正しい食べ方を栄養教諭と学習(6年生)

児童の感想

ワークシートに書く授業よりも、自分でジャムボードの中の付箋を移動させながら考えることで、わかりやすかった。



感染症拡大防止の観点から家庭科での調理実習ができないため、栄養教諭が教卓で解説しながら炒めものを実演調理した。iPadを通して大型テレビに映し出されたものを見る方法で学習した。(6年生)

児童の感想

先生の話を聞いたり、ふつうの動画をみたりする学習よりも臨場感があり、炒めた時のかおりがよかったので、自分でも作ってみたいと思った。

<p>タイトル：元気になる朝ごはん！</p>	
<p>主食(黄色の食へ帯)</p> <p>パン(サンドウィッチ)</p>	<p>主食(赤の食へ帯)</p> <p>ゆで卵、チーズ、ハム</p>
<p>副菜(緑の炒め野菜)</p> <p>キャベツ、しめじ、ピーマン炒め キウイ トマト フロッコリー</p>	<p>汁類</p> <p>コーンスープ</p>
<p>おすすめポイントや感想： 作ってみたら時間がかかったから大変だった。野菜がいっぱい入っているので栄養満点です！！</p>	
<p>次に挑戦してみたい朝ごはんや料理： チャーハンと卵スープに挑戦してみたいです。</p>	

「朝食1食分を自分で考え家庭で作ってくる」という課題をだした。

献立作成時のルールの一つとして実演調理を見て学んだ炒め調理を必ず入れることも盛り込んだ。実際に作った朝食は Google スライドを利用し写真付き投稿で提出とした。

## ■ 学校給食パン・炊飯指定工場および学校給食調理員向けの衛生管理の動画



### ●大阪府学校給食パン・炊飯指定工場向け研修・講習会用動画について

例年は、各指定工場の従業員を対象に研修会や衛生に関する講習会を実施しておりましたが、いまだ新型コロナウイルスの猛威が迫っており、この状況下でコロナ感染症拡大防止の観点から、集まった研修会や講習会が難しいと判断しましたので、この度各指定工場の従業員向けに対する研修用、講習用の動画を作成し、各工場ごとに対応していただくように通達しました。

#### 動画内容 (① 30分・② 35分)

- ① HACCP について
- ② HACCP の考え方を取り入れたパン類の(学校給食米飯の)製造における食品衛生管理の手引書について



パン・炊飯指定工場の関係者のみ閲覧することができます。

### ●学校給食調理員向け研修・講習会用動画について

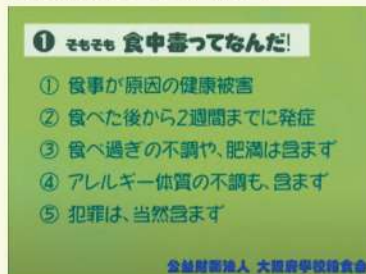
#### 【学校給食 de スマート食品衛生】

給食会のホームページの関係者専用ページにて配信中です。

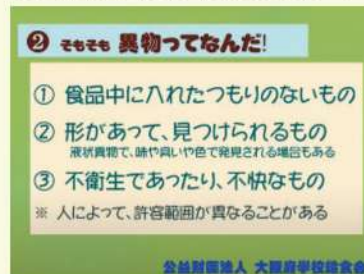
給食関係者の自主学習・日常業務の参考・講習会・研修会・通達用資料等にご活用いただける様に作成しました。YouTube・パワーポイント・テキストを用意していますので、ご自由にご利用ください。

#### 動画内容 (①②③ 合計 45分)

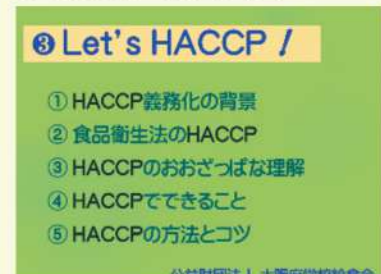
##### ①食中毒ってなんだ!



##### ②異物はどこから来るのか!



##### ③ HACCP しましょ!



※今後の参考にしたいため、動画を閲覧されましたらアンケートにご協力ください。

## ■ 令和3年度大阪府学校給食会「行事予定」の変更について

新型コロナウイルス感染症拡大の影響に伴う、感染防止のため、12月24日にアウィーナ大阪で開催を予定していた次の事業を中止しましたのでお知らせします。何卒、ご理解いただきますようお願い申し上げます。

#### 中止した行事

- ① 大阪府学校給食展示・試食会
- ② 献立コンテスト・フォトコンテスト表彰式 → 各校で実施をお願いいたします。
- ③ 食育講演会 → WEB 配信に変更して実施

#### お知らせ

大阪府学校給食会のホームページ <http://www.oskz.com> のトップページの左側の **栄養教諭支援情報** と **関係者専用ページ** の、ユーザー名とパスワードが9月より変更になっています。必要な場合は、大阪府学校給食会 総務食育推進課までお問い合わせください。(TEL 06-6942-3840)



## 令和3年度食育推進支援セミナーの紹介

今年度は、新型コロナウイルス感染予防の観点から、当給食会ホームページのセミナー受講者専用ページにおいてオンライン研修で開催しております。全2回のうち、第1回目は夏季休業期間を含む6月21日～9月10日で配信を行いました。(なお、第2回目は10月14日～1月14日の配信を予定しております。)第1回目受講後におけるアンケートを一部紹介いたします。

### (1) 児童・生徒の食に関する課題の 対処方法について

講師 倉澤 茂樹 氏 (福島県立医科大学教授)

申込受講者数 58校 133名



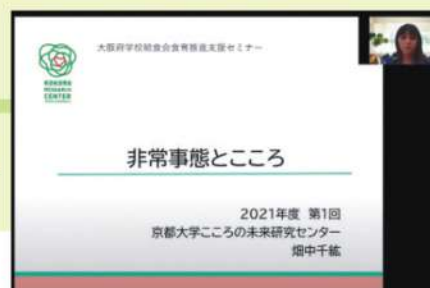
#### 受講者アンケートより

- 昨年度から悩んでいた事案まさにそのものだったので、すごくありがたかったです。120%の理解に達せなかったのが、もう一度動画を見て、調べて2学期に即実践できるくらい自分のものにしたいです。今回学んだことや視点を持って子どもたちと接することで、給食をより楽しいものに思ってもらえるように行動し続けます。
- 発達障がいについてあまり分かっていませんでしたが、このセミナーを受講して、分かりやすく説明いただいたので、少し理解が深まったように思います。その視点から、食に関する課題を持つ児童の理解・支援、児童の問題行動への対処方法もよく分かりました。何より褒めて育てることを、今一度大切にしていきたいと改めて痛感しました。
- たくさんの気づきを得られる機会になりました。担当しているクラスの児童を思い描きながら、お話を聞かせていただき、「こんな手立てができるかな」とか「こんな風に向き合っていこうなど」、2学期から実践していきたいと思うことがいくつもできました。なによりも、褒めることのバリエーションをもっと増やしたいなと感じました。

### (2) 児童・生徒に対する指導等における 心理療法の有効的な活用方法について

講師 畑中 千紘 氏 (京都大学こころの未来研究センター特定講師)

申込受講者数 41校 49名



#### 受講者アンケートより

- コロナ禍で、学校現場も制限が増え、食事での会話や食事中以外のマスクの徹底や距離をとることや注意することが多い日々で教員も子どもも疲れることが多く感じていました。しかし、このコロナ禍だからこそオンラインも発達し新たな取り組みも始まり可能性が広がったこともありました。講義の中で、ポジティブな改善が増えたことは驚きでしたが、何か変えるチャンスになるのだと考えさせられました。
- 「変わらず給食が提供されていることで、安心を提供しているという」旨を聞いて、心が軽くなりました。「給食が楽しくない」「黙食なんて」という言葉をなぜか大人からよく聞き、会議でもしんどい思いをすることが多かったのですが、粛々とやるべきことをやるだけ、と思えて助かりました。事実と不安を分けて考えること、自分の不安を他人の中に見る機会が増えた、という2点は自分が落ち着いて子どもたちと接することに役立つし、子どもたちを見る視点がもう一つ増えると感じました。

## ■ 商品紹介 & おなか元気教室の紹介

☆大阪府学校給食会販売 登録商品 ジョア 3種類 1本 125ml



品番	B2512	B2514	B2515
品名	ジョア プレーン	ジョア ストロベリー	ジョア マスカット
特徴	1日分のカルシウム&ビタミンD	1日分のカルシウム&ビタミンD	1日分の鉄&葉酸
栄養成分 (1本あたり)	エネルギー 75kcal	エネルギー 79kcal	エネルギー 54kcal
	タンパク質 4.6g	タンパク質 4.5g	タンパク質 4.1g
	脂質 0.1g	脂質 0.1g	脂質 0.1g
	カルシウム 680mg	カルシウム 680mg	鉄 6.8mg
	ビタミンD 5.5 μg	ビタミンD 5.5 μg	葉酸 240 μg
	食物繊維 0.4g	食物繊維 0.5g	食物繊維 0.5g
原材料	脱脂粉乳、砂糖/リン酸 Ca、香料、安定剤(スクシノグリカン)、ビタミンD	脱脂粉乳、いちご果汁、砂糖/リン酸 Ca、安定剤(スクシノグリカン)、香料、野菜色素、ビタミンD	脱脂粉乳、マスカット果汁、還元麦芽糖水あめ/乳酸Ca、安定剤(ペクチン)、香料、ピロリン酸鉄、甘味料(スクラロース)、葉酸、ビタミンD

## おなか元気教室

**実施日** 令和3年7月14日 **実施校** 河内長野市立小山田小学校 2年生

**講師** 堺ヤクルト販売(株) 管理栄養士 中谷 実奈 氏

**アシスタント** 堺ヤクルト販売(株) 丸山 博資 氏

- 指導内容**
- ①おなかの健康の大切さを、楽しく学べるような簡単な実験。
  - ②よいうんちとわるいうんちって、どんな状態か? よいうんちの色って何色?
  - ③毎日簡単に自分の健康チェックができる。

### 出前授業後の児童の様子(保護者と担任より)

- うんちの色のこと(茶色より黄色の方がよい)を教えてくださいました。弟がうんちをしたときうんちの色を聞いて教えてあげていました。
- 普段「うんちうんち」と言っているウンチが大好きな児童が、授業では一生懸命勉強をし、1学期初めて給食を完食しました。

### 出前授業の希望校募集中

大阪府内にはヤクルト販売会社が6社ありそれぞれのエリアで、「おなか元気教室」の実施が可能です。物資の購入に関係なく気軽に申し込みができます。

実施にあたっては日程調整・実施時間・内容など事前打ち合わせを行います。対象は、小学校(低学年・中学年・高学年)で、「早寝・早起き・朝ごはん・朝うんち」をテーマに、わかりやすく指導します。

申し込みは、大阪府学校給食会までご連絡ください。



令和3年度は、大阪府で19名（大阪府13名・大阪市5名・堺市1名）の栄養教諭が採用されました。みなさんに今の思い、感想、抱負などを自由に書いていただきました。



#### 高槻市立北清水小学校 河合 芳実

念願の栄養教諭として高槻市立北清水小学校で勤務し、あっという間に3か月が過ぎました。小学校の周りは鹿が出没したり、校内では梅などが収穫できたりと自然豊かな場所です。

他市で臨時技師として経験させていただきましたが、高槻市では小学校で中学校の給食も調理しているため、わからないことばかりです。日々の業務の中で校内の先生方や調理員さん、先輩栄養教諭に質問しながら過ごしています。そんな時、指導栄養教諭から「少しずつできることが増やしていけたらいいね。」と声を掛けていただき、気持ちばかり焦ってしまっているこ

とに気づきました。

新型コロナウイルス感染症の影響で、楽しく食べていた給食時間が「静かな給食時間」に変わり、栄養教諭として何ができるのか悩む毎日です。継続して子どもたちと接することができるという利点をいかして、「食べる力」を育てるサポートをしていきたいです。

まだまだ未熟で勉強していかなければならないことばかりですが、毎日子どもたちと接して、「苦手なものをチャレンジしたよ」「今日の給食おいしかった」「おかわりたくさんした」など今以上に声を掛けてもらえるよう努力していきたいと思います。自然の豊かさ、食の楽しさを伝えられるよう、これから1歩ずつ前に進んでいきたいです。これからもご指導よろしくお願いたします。



#### 大阪市立まつば小学校 川西 加奈子

4月より学校統合により開校した、大阪市立まつば小学校へ配属になり4か月が経ちました。また民間委託も重なり、何もかもが1からのスタートとなりました。給食調理室のレイアウトの確認や配膳器具の準備、中学校との親子給食での打ち合わせなど、給食調理員さんに相談させていただきながら安心・安全な給食調理のために準備をすすめました。また給食指導のマニュアル作りなど戸惑う事が多くありましたが、管理職の先生はじめ教職員の方々のご協力で作成することができました。

給食時には、各教室を回り、子どもたちの準備や後片づけまでの様子を見るようにしています。いつもおかわりする子、野菜

が苦手な子、時間内に食べる事ができない子と、各々に課題が見えてきました。声掛けをし、励ましたり、給食っておいしいねと共感したりする中で、少しずつ食べる量が増えたり苦手なものも挑戦したりする姿勢を見ることができると、喜びとともにやりがいを感じるようになりました。

栄養教諭には栄養管理・衛生管理や食に関する指導、個別的な相談指導など幅広い職務があります。

まだまだ分からない事が多く初任研の先生や先輩の指導教諭、栄養教諭の先生から学ぶことは、たくさんあります。

これからも子どもたちの笑顔につながる食育を実践していきたいと思しますのでどうぞよろしくお願い致します。



#### 大阪市立友洲小学校 藤本 葵

栄養教諭として友洲小学校に着任し、1学期を無事に終えることができました。友洲小学校は、1600人を超える大規模校で、業務内容の多さに驚き、またアレルギーを持つ児童の顔と名前を覚えることも大変でした。すべてが初めての経験で、初めての給食の日は特に不安でいっぱいでした。しかし、学校の先生方、先輩栄養教諭の方々、調理員の方々に支えていただき、無事に給食をスタートさせることができました。

コロナの関係で、今は給食の打ち合わせ会でしか他の栄養教諭

の先生方とは顔を会わず機会がありませんが、給食中の指導の様子、反省会での意見などを聞いてみると、先輩方の着眼点や改善策がすごいと感じると同時に、私もたくさん経験を積んで学び、その経験を現場で生かしていかなければならないと、いつも身が引き締まります。

給食時間は児童が喫食している様子を見ています。最近は児童たちと関わることも増え、「今日の給食すごくおいしい」「明日の〇〇すごく楽しみ」「初めて〇〇食べたけど、おいしかった」と伝えてくれる児童も増えました。児童たちに安全・安心でおいしい給食を提供できるように今後も成長していきたいと思ひます。



#### 大阪府立泉北高等支援学校 菅 志朋

4月から栄養教諭として採用され、4か月がたちました。はじめは、発注、献立作成など栄養教諭の仕事すべてが初めてのことで不安を感じていましたが、栄養教諭の先輩方をはじめ、調理員さん、周りの先生方などたくさんの方に助けていただき、1学期を無事終えることができました。

現在はコロナの影響で黙食をせざるをえない状況が続く、給食活動も制限されています。そのため、少しでも楽しく給食を食べてもらえるように、毎日おいしく安全な給食を心がけています。

少しずつ子どもたちと話す機会が増え、「給食おいしかった」と声をかけてもらうことや、嬉しそうに給食を食べている姿を見ることが多くなり、栄養教諭としての仕事のやりがいを感じています。また、先生方から普段野菜を食べない子どもが給食の野菜は食べているという話を聞くこともあり、おいしい給食の大切さを改めて感じました。

これからもおいしく、安全な給食を提供し、子どもたちの自立的な給食活動ができるよう、自分にできることを探し取り組んでいきたいです。まだまだ未熟なため、たくさんの方の力をお借りしていますが、精一杯頑張りますのでご指導お願いたします。



#### 茨木市立白川小学校 野口 佳蓮

「子どもたちに食の楽しさや大切さを伝えたい」という思いで栄養教諭をめざし、4月から茨木市立白川小学校に配属されました。新しい学校に配属されてわからないことばかりで、不安なこともありましたが、同僚の先生や調理員さん、他校の栄養教諭の先生など、たくさんの方々に助けていただき、1学期を無事に終えることができました。昨年からの新型コロナウイルス感染症の影響で、子どもたちと関われる時間が少なくなったり、

給食指導など今まで当たり前できていたことが制限を受けて思うようにできず、残念に思っていました。

しかし、給食の片付けの時間に給食場に立っていると、「ごちそうさまでした」「おいしかった!」「今日、いっぱい食べたよ!」という子どもたちの声を聞くことができ、とても嬉しい気持ちになりました。これに関する指導や給食の衛生管理に関しては、これから学んでいくことがたくさんありますが、「食の楽しさや大切さ」を伝えていけるよう、日々精進していく所存です。今後もご指導のほどよろしくお願いたします。





### 大阪府立佐野支援学校 義本 実咲

4月に栄養教諭として、佐野支援学校に配属されました。初めての学校現場でわからないこともたくさんあり、日々の業務に精一杯でしたが、栄養教諭の先輩方をはじめ、教職員のみなさん、調理員さんなど、たくさんの方々に支えていただき、無事に一学期の給食を終えることができました。

本校は、新型コロナウイルスの感染予防対策のため、教職員が給食の運搬、配膳を行っており、給食室に子どもたちは来ません。そのため、子どもたちと顔を合わせる機会が少なくなりましたが、子どもたちのことを理解したいという思いがあったため、給食の時間に教室の中に入って、自ら声をかけることを心掛

けました。初めて見る先生に、子どもたちも戸惑いがありましたが、根気よく声をかけ続け、顔と名前を覚えてくれるようになりました。子どもたちが、「今日の給食おいしかった。」「全部食べられたよ。」など、たくさん声をかけてくれるようになり、教室へ給食指導に行くことや日々の献立を考えることに、とてもやりがいを感じています。

給食づくりや食育に関して、分からないこと、学びたいことがまだまだたくさんあります。

これからは、子どもたちや先生方に、「給食の時間が楽しみ」と思ってもらえるような、安全でおいしい給食づくりに積極的に取り組んでいきたいです。これからもご指導のほど、よろしくお願いいたします。



### 八尾市立志紀小学校 廣岡 沙紀

臨時技師を経験し、4月から栄養教諭として配属されて3か月が経ちました。4月当初は、新しい環境に戸惑い、不安な日もありましたが、調理員さんやたくさん先生方に支えられて1学期を無事に終えることができました。

給食の時間は、昨年度より、新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、マスクを外し食べるときには会話をしない、前を向いて食べるなど、制限がたくさんある中で、「子どもたちが給食を楽しみにしてくれているのかな?」と、ドキドキしていましたが、いざ給食が始まると「今日も給食おいしかったよ」「いっぱい食べ

たよ」などの声を聞くと、明日からも頑張ろう!という気持ちがこみあげてきます。

栄養教諭になり、食に関する指導が大切な業務のひとつです。1学期は給食管理を中心に取り組んできましたが、これからは食に関する専門性を生かすことができるように、子どもたちに食べることの楽しさや感謝の心、食事の重要性をしっかり伝えていきたいです。そのためにも、食に関する研修会などにも参加し、先輩栄養教諭の方々からたくさん学んでいきたいです。志紀小学校の一員として、子どもたちの成長を支え、元気よく勤めていきますので、これからもご指導よろしくお願いいたします!



### 堺市立美原北小学校 森下 能一

これまで臨時技師として堺市で4年ほど勤務していましたが、ようやく採用試験に合格し、今年度から、栄養教諭として美原北小学校で勤務させていただくことになりました。

新型コロナの影響で、現在給食時間中は机を前に向けて静かに食べるよう指導しています。

新学期のはじめ頃、私が給食を食べている様子を見に教室へ行くと子どもたちが思わず声に出して「先生給食おいしいよ!」と伝えてくれる事が何度ありました。その度に「マスクを外して給食を食べている時は静かにしようね」という指導をしなくてはならない現状に複雑な気持ちになる日々をすごしていました。

そのことを他の栄養教諭の先生方に相談したところ、「先生が見に来た時、おいしかったら親指を立ててグーポーズしてねという指導をしているよ」と教えていただきました。実際に私も自分の学校で試してみたところ、たくさん子どもたちがグーポーズをしてくれました。ふだん話すこともない子からもグーポーズをもらいうれしかったです。

栄養教諭は学校に1人ですが、気軽に相談に乗っていただける他校の栄養教諭の先生や、頼りになる同じ学校の先生方のサポートを受けながら、「コロナだからできない」ではなく、「コロナの中でもこんな事ができる」という意識をもって、子どもたちの未来に繋がる食育を一生懸命行っていきたいと思えます。

今後ともご指導のほどよろしくお願いいたします。



### 摂津市立鳥飼北小学校 河合 莉歩

小学生のときに食べていた給食が大好きで、給食に関わり食育を進めていきたいと思い、今年念願の栄養教諭として着任しました。臨時技師として勤務していた市とは別の市での採用となり不安もありましたが、給食に対する理解と協力体制が整っており、たくさんの方々に支えていただいていた間に1学期が終わりました。

給食の時間に子どもたちがおいしそうに食べている姿や、「今日の給食おいしかった〜!」「苦手やったけど全部食べたよ!」と笑顔いっぱい伝えてくれる言葉がすごく嬉しく、日々やりがい

を感じています。

鳥飼北小学校では、給食委員会や調理員さんが、学校でたまねぎやパプリカなどたくさんの野菜を育てています。育てた野菜は給食に使用し、野菜を育てる大変さ、収穫の楽しさを知り、その食材をみんなが食べる。まさに給食が『生きた教材』だと改めて感じることができました。

まだまだ未熟で学ぶことも多くありますが、子どもたちに安心・安全な給食を提供するとともに、給食を通して給食室と子どもや教職員、家庭への架け橋になることができるよう頑張りたいと思います。これからもご指導よろしくお願いいたします。



### 松原市立河合小学校 永橋 あや

栄養教諭として着任し、1学期があっという間に終わりました。臨時技師の経験はありましたが、給食センターで勤務するのは初めてで、不安もありました。でもたくさんの方に支えていただきながら毎日過ごしています。

学校に給食の様子を見に行くこと「給食おいしかった!」と言われて、その声が嬉しく、とてもやりがいを感じる事ができました。少しずつですが、食育の授業も行いました。子どもたち

とたくさん関わることができる時間なので、私にとって授業は楽しい時間です。授業のあとの給食の時間には「野菜苦手やけど食べれた!」「残さず全部食べたで!」と言って容器を見せてくれる児童もいて、食育の授業の大切さを改めて実感することができました。これからもっと子どもたちとの関わりを増やして食べることの大切さを伝えていきたいです。そして、安心・安全でおいしい給食を届けるために日々勉強していきたいと思えます。今後ともご指導のほどよろしくお願いいたします。



### 大阪市立住吉小学校 竹原 菜央

小学生の頃からあたたかくておいしい給食が大好きで、「将来は給食にかかわる仕事につきたい」という夢から、栄養教諭を目指しました。

今年度より大阪市立住吉小学校に配属となりました。

念願の栄養教諭になれたものの、何をどうすればいいのか全くわからないことばかりで、果たしてわたしはやっていけるのか？と不安になるばかりでした。

しかし、学校の先生方や調理員さん、同じ区内の栄養教諭や指導担当の先生方など、たくさんの方々に助けをいただき、無事一学期を終えることができました。

四月初旬は、給食の時間に各学級を巡回しても「だれ？」と言わ

れることもありましたが、今では「給食の先生!」「今日の給食おいしかった!」「給食楽しみ!」と声をかけてくれる子どもも増えました。

給食室にあるホワイトボードを活用し、毎日の献立と、給食に使用する食材の産地、その日の給食に関連した話題やクイズを掲示しています。そこには私が伝えたいことだけでなく、日常の子どもたちとの関わりの中で質問されたことも答えるようにしています。給食時間の前後に子どもたちがクイズの答えを一生懸命に考えている様子や、担任の先生が話をしてくださっている様子を見ると、もっと興味・関心を引き出せるような、おもしろい食に関する指導・掲示ができるようになりたいと思います。

この栄養教諭という仕事を通して、子どもたちに食べることの大切さや楽しさを伝えていけるように、日々頑張っていきたいと思っています。



### 枚方市立枚方小学校 木田 希保

以前まで違う市の栄養士として勤務していましたが、採用を機に枚方市での勤務が始まりました。4校分約2400食の給食を作る共同調理場で調理しトラックで配送するというので、自校調理しか見てこなかった今までに比べると食材の量や大量調理ならではの調理方法など驚くことや学ぶことがたくさんあります。

調理場と学校との兼務なので、学校に毎日行って子どもたちの食べる様子を見るというわけにはいきませんが、学校へ行ったら

き、給食を食べた後の子どもたちからの「今日の給食おいしかった」「苦手やけど食べることができたよ」という言葉は、何よりも元気の源になります。食を通して子どもたちと関わるができる栄養教諭になってよかったと感じています。

今後も新型コロナウイルス感染症により、今まで通りの給食という訳にはいかないと思いますが、安心安全な給食の提供はもちろんのこと、楽しいおいしい給食になるように工夫しながら取り組んでいきたいです。そして、子どもたちに食に興味を持ってもらえるような授業をできるように努力していきます。



### 大阪市立茨田小学校 丸田 ゆき

4月から栄養教諭になり、1学期があつという間に終わりました。これまでの3年間、栄養職員として学校給食に携わることで、子どもたちの食の実態を知り、より一層食育の大切さを感じています。また、昨年からの新型コロナウイルス感染拡大により、学校生活・給食活動も今までとは異なるものになり、学校全体として安心・安全な給食が提供できるよう取り組んできました。

勤務校は敷地が広く、校内に森や学習園、果樹園があり、食物

にふれる機会がたくさんあります。6月には、地域の方が講師となり、5年生の児童が校内の田んぼに裸足で入り、田植えの体験活動をしました。子どもたちは、休み時間や授業時間に苗の成長の様子を見て、2学期の収穫を楽しみにしています。このような体験活動を通して、食に興味をもち、食にかかわる人への感謝の気持ちをもつことの指導をしていきたいです。

子どもたちに「食べること」の大切さや楽しさを伝えられるよう精進していきたいと思っています。今後もご指導のほどよろしくお願い致します。



### 池田市立渋谷中学校 磯貝 大輔

「自分、ホンマ野菜無理なんすよ。」「うちは牛乳飲みたいから飲まへんねん。」そんな生徒たちに、どうやったらおいしく楽しく、しっかり給食を食べてもらえるのか。頭を悩ませ、試行錯誤の毎日です。

新しい環境でのスタートは、何度経験しても難しいものです。先生方の顔も名前も全くわからないまま、一人職種としてしなければならないことをこなすだけで手一杯の4月。栄養教諭として赴任した私は、一体何をやる人なのだろうか？という先生方の素朴な疑問に、行動で答えを示すにはまだまだ時間が必要です。どこから何を始めればよいのだろうか。そんなことを考えているう

ちに、気がついたら一学期が終わっていました。

困っているときに声をかけてくれる先生に感謝し、分からないことがあれば積極的に聞いて、誰よりも早く行動する。その繰り返しで、いろいろなものが少しずつ見えるようになってきました。

多忙な日々で、自分を見失いそうになることもあります。困った時には、栄養教諭として、自分は何がしたいのか、何をしなければならないのかを原点に戻って考える。先生方と一緒にできることは何か。そのために自分がしなければならないことは何か。常にアンテナを張り巡らせながら、何事にも楽しそうに挑戦したいです。

みんなの想いがいっぱい詰まった、安全・安心でおいしい給食を楽しく食べて、今日も元気に頑張ります。



### 吹田市立岸部第二小学校 千葉 茜

ずっと夢だった栄養教諭として働き始めてあつという間に1学期が終わり、栄養教諭として子どもたちとの関わり方について考えるようになりました。私はまず子どもたちに顔を知ってもらいたいと思い、毎日の給食時間に全クラスを回ることにしました。そうすることで、徐々に子どもたちに認知してもらい、子どもたちの笑顔を間近に見ることができ、嬉しくなりました。

食育月間の取り組みとして給食の感想や食への思いを募集したところ、子どもたちの声というものは私の想像をこえてきました。それは、1年生はまだ字がうまくかけない中にもその子の伝えたい気持ちが込められていたり、高学年になるにつれて言葉で伝え

る力が備わっていくようになりつたりと小学校生活での成長を感じました。そして、一人一人の言葉が違うことで、その子どもによっていろんな味が出ていることがおもしろいと思いました。この取り組みは、子どもたちが食と向き合ういい機会になりましたが、集めた子どもたちの声を全て掲示板に貼ることによって調理員さんの励みにもなり、良い循環を生み出すことに繋がりました。

私は、子どもたちが生涯を通して何事にも挑戦できる体を作るために食事の面から子どもたちを支えていきたいと思っています。そのため、子どもたちとの関係を築くこと、給食を通して食の大切さや楽しさを子どもたちと一緒に考えていくことを大切にしていきたいと考えています。



### 豊中市立克明小学校 高木 智子

今年度、ご縁があり豊中市で栄養教諭として採用されることになりました。以前には、福祉施設で管理栄養士として勤務していましたが、その頃から食生活は幼少期から定着するものだと感じていました。そして今、栄養教諭として子どもたちに食の大切さを伝えられる仕事に就けることに、とてもやりがいを感じるとともに大きな責任を感じています。

私の勤務する給食センターは、小学校 22 校、食数約 13,500 食の給食を担う大きな給食センターです。日々給食センターでの業

務に追われ、4 月からの 4 か月間は本当にあつという間に過ぎてしまいました。センターでの業務があり、なかなか学校にも行けず、自分が思い描いていたような食育が進んでいないのが現状です。皆さんの食育の取り組みを見聞きするたびに焦る気持ちもありますが、日々目の前のことを着実にこなすことを今は考えています。

私は学生の頃から栄養士になることが夢でした。小学校 1 年生の時に『栄養士になりたい』と書いた手紙がタイムカプセルから出てきましたが、私が子どもの時に感じたように、一人でも多くの子どもに『食の大切さ』を感じてもらえるようはたらきかけていきたいです。これからもご指導のほどよろしくお願ひします。



### 大阪市立三津屋小学校 岩堀 和子

4 月から新任栄養教諭として採用されて、あつという間に 1 学期が終わりました。最初は右も左も分からず、戸惑いが大きかったですが、やっと、少し学校になれてきました。

最初は子どもたちとうまくかわることができたかとても不安でした。しかし、配膳の時間に子どもたちと接し

ているうち、「先生って給食の先生やんな?」「今日の給食何?」「今日給食めっちゃおいしかった!」と子どもたちの方から声をかけてくれるようになりました。おかげで、不安も解消できました。

まだまだ未熟でわからないことも多く、勉強の毎日ですが、「今日の給食おいしかった!」「全部食べれたよ!」の言葉を励みに、安心・安全でおいしい給食を提供できるよう、頑張っていきたいです。今後ともよろしくお願ひいたします。



### 大阪府立和泉支援学校 松永 彩未

4 月より念願の栄養教諭として和泉支援学校に着任し、あつという間に 1 学期が終わりました。自分にとって初めての学校で、慣れないことも多く、はじめは右も左も分からない状態でしたが、教職員の先生方や先輩栄養教諭の方々、調理員の方々に何度も助けていただき、無事に 1 学期を終えることができました。

新型コロナウイルス感染症の影響で子どもたちと関わる機会が少ないのですが、給食時の子どもたちの様子や献立の感想など子どもたちの声を先生方が届けてくださり、その度に元気をもらっ

ています。支援学校ということもあり、献立作成から食数管理、発注などすべてを栄養教諭一人で行っているの、とても大変さを感じますが、その分「給食美味しかった。」と言ってもらえると、とてもやりがいとうれしさを感じます。2 学期以降は子どもたちと給食や食育を通してもっと積極的に関わっていき、食の楽しさや大切さを伝えていくことができたらと思います。

給食管理や食育に関して、まだまだ勉強していかなければならないことも多く、栄養教諭として未熟なところばかりですが、子どもたちを笑顔にできる安全でおいしい給食の提供や食育ができるよう励んでいきたいと思ひます。今後ともご指導のほど、よろしくお願ひ致します。



### 門真市立第五中学校 米田 亜由実

門真市の栄養教諭として着任し、約 4 か月が経ちました。まだまだわからないことも多く反省のある毎日ですが、先生方や調理員の方々、他校の栄養士の方々など多くの人に支えていただきながら、忙しくも楽しい日々を過ごしています。本校の子どもたちは、活発でとても元気があり、残菜もほとんどないほど給食をよく食べてくれています。毎日、子どもたちの笑顔や「おいしかった」という一言が何よりも嬉しく励みになっています。

給食は楽しい時間のはずですが、今は私語を慎み、前を向いて食べています。そういった中でも委員会活動や部活動で「食」についての放送を子どもたちが行ったり、食育月間には毎日各クラスに 1 個ずつ星型にんじんを入れたり、給食時間が楽しいものになるよう学校全体で工夫して取り組んでいます。

今後、安心・安全な給食作りはもちろんのこと、子どもたちが「食」への興味をもつような食の指導ができるよう頑張ります。これからもご指導のほどよろしくお願ひいたします。

## 大阪府学校栄養士協議会 \*リレートーク NO.5\*



### 八尾市立美園小学校 指導栄養教諭 三田 佐知子

八尾市で学校給食の仕事に携わり 40 年になろうとしています。振り返ると、先輩方に大切に育てて頂いたと感謝の気持ちでいっぱいです。自然と私自身も後輩たちを大切に思い、共に繋がって仕事をしてきました。そんな経験から、ひとり職種の私たちに大切な事は「仲間と繋がること」と確信を持っています。やりたい事はみんな同じではないかもしれませんが、それぞれの得意なこと様々です。例えば、やりたいこと(得意なこと)を持ち寄って、ひとつの教材(授業)を仕上げる。といったことを積み重ね、形あるものをどんどん作っていけば、みんなで一緒にレベルアップする事ができます。そして、栄養教諭の存在をアピールする事も可能です。まさしく『三人寄れば文殊の知恵』で、協力によって生まれる力は想像以上に何倍もの力を発揮します。それを学ばせていただいたのが「学校給食会の食育推進支援セミナー」です。何度も苦しみ、そして喜びを感じる経験をさせて頂きました。指導していただいた日下先生に感謝です。

私たち栄養教諭がめざすのは全校配置!どの学校にもどの子にも同じように食育ができるように「みんなで繋がる食育」をめざして大阪の食育推進ができればと願ひます。

次号は学校栄養士協議会で繋がってきた、大阪市の指導栄養教諭 黒野良子さんにバトンを渡します。

## ICTを使った食育を推進するための勉強会

### 実施理由

各学校では令和元年に「学校教育の情報化の推進に関する法律」が施行され、昨年はコロナ禍の中「1人1台学習用端末」が配布されました。また今年度には「第4次食育推進基本計画」が出されたことにより、デジタル化に対応した食育の推進の必要性が増し、具体的にどのように推進していけばよいのか模索中であるという声を伺っています。当会としまして、デジタルツールを活用した食育を推進するために、どんな支援ができるのか？まず、職員が研修することが大切であると考え、夏季研修会を実施し多くのヒントを頂きましたので、今後の食育推進のために役立てたいと考えています。下記にその一例を紹介いたします。



配信の様子

### 実施日

令和3年8月2日(月) 13:30～16:00

### 内容

- パワーポイント 200 枚ご準備いただき、具体例や使用方法を丁寧に説明。
- ① ICT を活用した食育の実践例(給食センターから各校への給食時間の食育)
  - ② QR コードの作成方法・QR コードで家庭と連携・遠隔授業
  - ③ 献立表カレー提供日に QR コード(給食室カレー調理動画)でリンク
  - ④ 給食で食べているお米の田植えや成育の様子を 360° 動画で撮影し食育
  - ⑤ 撮影のポイント(構図・照明・インタビュー) など

### 講師

和食文化国民会議 普及・啓発部会  
幹事 海老原 誠治 氏(三信化工株式会社)



献立表に QR コードを掲載した例



## 食育講座 なにわの郷土料理



### 石かけだんご

見た目が石垣のように仕上がることから、この名前が付けられました。美味しい素朴なお菓子です。さつまいもの自然な甘みと、もちもちした生地が、おやつに最適なスイーツです。

#### 材料(4人分) 8個分

小麦粉…………… 200g  
さつまいも…………… 250g  
ベーキングパウダー… 8g  
塩…………… 2.5g  
水…………… 200cc



#### 【作り方】

- ① さつまいもの皮を厚くむき、8mmの角切りにする。10分ほど水に浸してアク抜く。
- ② 小麦粉200gにベーキングパウダー、塩を混ぜ、ふるいにかける。固さを見ながら、ドロリとなるまで、水1カップ弱を加える。
- ③ さつまいもを入れて、全体を混ぜる。
- ④ 沸騰した湯の入った蒸し器に、ゆるくしぼった濡れ布巾を敷き、小ぶりの玉杓子で③をすくって丸く落とす。
- ⑤ 蓋をして、中火で15分蒸す。箸を刺して、生地がつかなくなれば蒸し上がり。



郷土料理研究会より

### 編集後記

コロナ禍のため、今年度の食育推進支援セミナーの倉澤先生・畑中先生のセミナーは、オンライン配信に変更しましたが、例年受講しにくかった担任の先生方も多数受講していただくことができました。何度も繰り返し受講し学びを深めることができ、食育の輪が広まりました。

本号発行に際し、ご多忙にもかかわらず、快くご寄稿いただきました皆様に御礼申し上げます。

#### 【編集・発行】

公益財団法人大阪府学校給食会  
〒540-0008 大阪市中央区大手前2丁目1番7号 大阪赤十字会館8F  
TEL 06-6942-3840 FAX 06-6942-4777 ホームページ <http://www.oskz.com>



#### 経営ビジョン

「わたしたちは、未来を担う子供たちの健全な成長のために信頼され、求められ、愛される給食会を目指します。」