

学校給食だより

おおさかの

第12号
平成19年4月1日

【編集・発行】

(財)大阪府スポーツ・教育振興財団
学校給食部

〒536-0016

大阪府城東区蒲生2丁目10-28

TEL06-6933-7232

FAX06-6932-1743

ホームページ

<http://www.oskz.com>



【写真提供：守口市立藤田小学校】

新年度に向けて

財団法人大阪府スポーツ・教育振興財団
学校給食部 物資企画課長 嵯峨 健一

新しい年度がスタートします。学校関係の皆様には、新たな気持ちで新年度をお迎えのことと思います。

桜の花が咲き、青葉が芽吹き、また山や野はあふれる緑で覆われて、自然はすばらしい季節を我々に提供してくれます。

私ども財団も、心を新たにして、学校給食の充実発展に精一杯努力してまいります。

『学校給食は子どものために』

を念頭に置き、このことを職員の合い言葉として業務に励んでいます。

昨年6月24日の第1回食育推進全国大会に、「学校給食の今昔」をテーマに出展したところ、たいへん多数の方がお越しになりました。

年配の方はお孫さんに、「昔は大きいパンと鯨のフライと脱脂粉乳のミルクの給食で、隣の子の残した分まで食べたもんだ」とか、「脱脂粉乳が苦手な鼻をつまんで飲んだんや」とか言って自然に世代間の交流できたのではないかと感じました。「今の子はええなあ、パンも米の給食もあってうらやましいなあ」という声も聞こ

えてきました。

“知育・徳育・体育も大事だがその前に食育がある”という記事が新聞に掲載されていました。子どもたちは、食べることを通じて、お箸の持ち方、姿勢、偏食しないで残さず食べる、感謝して食べる等の食育が出来ます。そのことが、知育・徳育・体育の基礎となるのではないのでしょうか。

私どもは何よりも、安全・安心、安定供給、安価、安定価格の給食物資の供給に努め、また、給食大会、各種講習会、展示会、講演会、見学会等を通して学校給食や食育のお役に立ち、本年度も信頼される学校給食部を目指して頑張ります。

どうか、ご支援ご指導方よろしく願い申し上げます。

目次

- 新年度に向けて..... 1
- 食の教育だより「食に関する指導について」..... 2～3
- 食の教育だより「Living Growing 食ing」... 4～5
- 財団だより..... 6～7
- 献立紹介「学校給食と地産地消」..... 8

食に関する指導取り組み について



守口市立藤田小学校
学校栄養職員 河井 直子

守口市は18小学校（単独調理方式）で学校給食を実施しています。
本校は児童数約600人（18学級）の学校で、市内では比較的大きな学校です。
平成18年度の児童への日常的な取り組みについて紹介します。

- 本年度の目標
正しい食習慣を身に付け、食べ物をとおして、自分の健康を作るための知識を得る。

1 特別活動
栄養職員が養護教諭と担任とT・T形式で指導している。（栄養領域）

学年	1 学期	2 学期	3 学期
1	給食の仕方、食事のマナーについて 3 時間枠	食べ物のことを知ろう （栄養三色）	やさいのことを知ろう
2	食事のマナーについて	食べ物の名前を知ろう （栄養三色）	やさいのことを知ろう
3	食事のマナーについて	食べ物を三色にわけよう （栄養三色）	やさいの働きを知ろう
4	食事のマナーについて	食物繊維について （生活習慣病）	やさいの栄養について知ろう
5	食事のマナーについて （おはしの使い方）	脂肪について （生活習慣病）	
6	食事のマナーについて （洋食のマナーを含む）	ダイエットを考える （生活習慣病）	

2 教科との関連
栄養職員が担任とT・T形式で指導している。

学年	教科	学期	内容
1	生活	1・2 3	給食の話、おやつの話（文科省の冊子を使って） 野菜の話
2	生活 図工	2 2	さつまいもの料理を作ろう（スイートポテト） 栄養三色の工作をしよう
3	国語 総合	2 2	大豆の話 さつまいもの料理を作ろう（蒸しパン等）
4	国語 保健体育	1 2	かむことの手 規則正しい食事「すすすすそだつ私の体より」
5	家庭	1・2・3	食物分野、朝ごはんの話（文科省の冊子を使って）
6	家庭	1・2・3	食物分野

3 授業のようす

<2年 スイートポテトを作ろう>



<3年 食事のマナー（授業参観にて）>



<4年 かむことの力（国語科）>

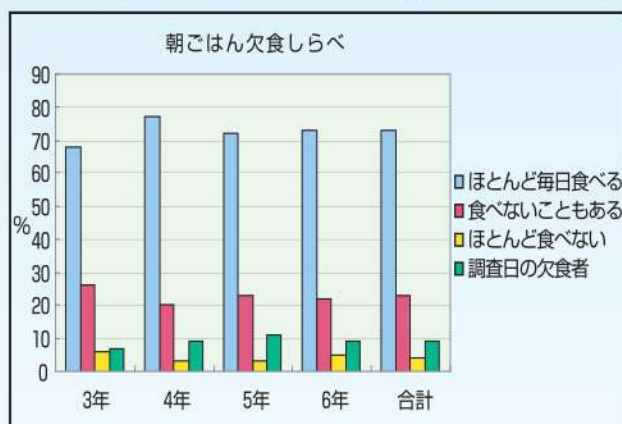


5・6年 家庭科

- 5年
料理ってたのしいね！おいしいね！の分野
お茶を楽しむ 包丁をつかってみる
ゆでたまご、ゆで野菜の実習（全9時間）
- 6年
見直そう！毎日の食事の分野
ごはんのみそしるを作る（全6時間）

《朝食の欠食しらべの結果》

3年生～6年生対象に実施した結果は、「ほとんど毎日食べる」が73%で、低い数値である。



<委員会活動>



☆食に関する指導をおこなって今考えること

食育基本法や食育基本計画が国から出され、今は食育ブームであるといっても過言ではなく、学校で食教育にたずさわる私たちにとってとてもありがたいことです。

学校栄養職員として、この機会に学校内での食教育を根付かせたいとの思いで一杯です。

しかし学校は教科や校務分掌、生徒指導などいろいろ忙しく、食教育を位置づけるには教職員全体のかかりの理解と協力がなければなりません。

大変難しいことですが、その指導体制を作り上げるためには、管理職の指導のもと、栄養職員、栄養教諭が中心になって全体計画を作り上げなければならないときにきていると思います。

Living Growing 食ing

～身体と心を育む食教育を目指して～

東大阪市立意岐部東小学校
栄養教諭 吉田 君代

本校では、食育に関しては栄養指導等、以前より取り組んでおりましたが、今年度は学校全体として食育を進める第一歩を踏み出したところです。また、文部科学省の「栄養教諭を中核とした学校・家庭・地域の連携による食育推進事業」に取り組んでいるところです。

■ アンケート調査

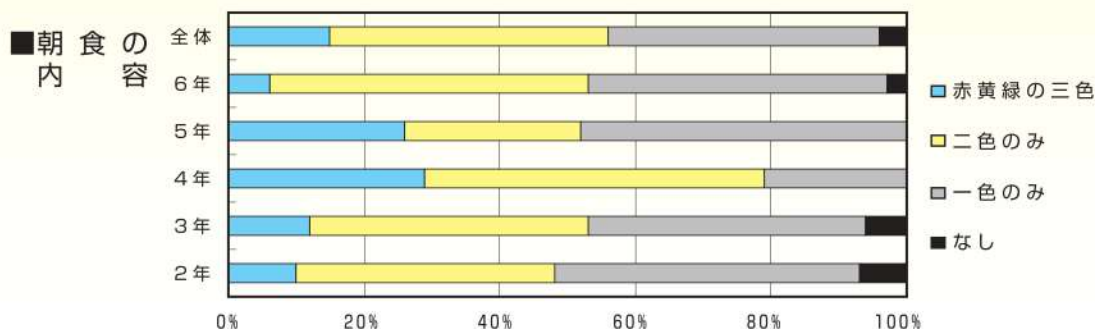
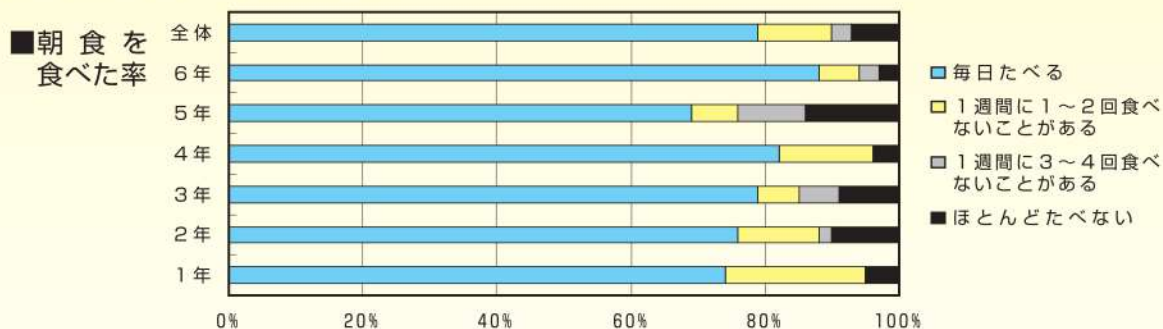
本校の子どもの食に関する実態把握のため、6月と12月に全学年を対象としたアンケート調査を実施しました。その結果、3つの課題が見えてきました。

1. 朝ごはんを食べない児童が10%いました。
2. 就寝時間が遅く、11時～12時まで・12時以降に寝る児童を合わせると、15%もいました。
3. 朝ごはんの内容が、ご飯だけ、パンだけ、飲み物だけの児童が46%いました。

つまり、本校の児童には、早寝・早起きの規則正しい生活習慣、朝ごはんの大切さを意識付けていくことが必要ということがわかりました。

6月の第1回調査以降、朝食の大切さについて指導を行いました。12月に再度調査を行い、結果を6月実施分と比較すると、朝食を食べた率は6月と同じ数値でしたが、ほとんど食べないと答えた児童は7%と減少していました。また、朝食の内容についても、赤・黄・緑三色そろった朝ごはんの児童はわずかに減少していましたが、赤と黄、あるいは黄と緑の二色の朝ごはんの児童ははるかに増加しており、朝食指導の効果が少しずつではあるが現れてきました。

〈12月のアンケート調査結果〉



■ 食に関する指導

1. 教材等での食に関する指導

5・6年の家庭科で食の領域・生活科・社会科・理科・保健・および特別活動・総合的な学習において「食に関する指導」を実施しました。

2. 給食を教材とした食に関する指導

給食だより・献立カレンダーなどを作成し、給食時間に活用。

給食時間およびランチルームで行われる交流給食での栄養指導を行いました。

■ 学校・家庭・地域との連携による食育

◇ 意岐部フィエスタ食育コーナー



東大阪保健所健康づくり課の栄養士さんと連携して「朝ごはん大きく育て心と体」というリーフレットをフィエスタ入場者全員に配りました。

食育のコーナーでは朝ごはんの大切さを呼びかけ、栄養三色のポスターやリーフレットに紹介した朝ごはんの展示をしました。

また、入場者の児童・生徒・保護者のみなさんに、簡単にできる食品キューブを作っていました。参加者は、タンパク質・無機質（赤）、脂肪・炭水化物（黄）、ビタミンC・カロチン（緑）の6つの食品群の六面を組み合わせるキューブ遊びを通じて、楽しみながら六栄養素の摂取の必要性を学びました。

◇ 給食試食会



6月13日(火)に27人の参加者を迎えて実施しました。

当日の献立は減量バターパン、牛乳、いかリングフライ、イタリアンスパゲティ、パイナップルでした。

参加者の方々から給食に関するご意見、ご感想をお伺いしたところ、「思っていたより衛生面その他で配慮されていることが話でわかりました。」などのご意見をいただきました。



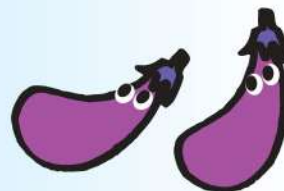
◇ 料理講習会



12月7日(木)家庭科室で料理講習会を催しました。

献立はスパイシーチキン、さつまいものシチュー、ベニエ・ド・ショコラです。

参加者は21名と昨年に比べ大幅に増加し、「定期的に講習会をお願いします」との感想をいただきました。



平成19年度「年間行事予定」



月	行事名	月	行事名
4月	上旬 パン米飯工場事務連絡会	10月	第3回 情報委員会
	中旬		精米選定試食会
	下旬		一般物資工場見学会
5月	上旬	11月	パン・米飯工場巡回調査(～12月下旬)
	中旬 第1回 情報委員会		中旬 米飯検査(水分・細菌)
	下旬 製粉工場巡回調査		第2回 物資運営委員会開発選定委員会
6月	上旬 牛乳巡回調査(～7月上旬)	12月	下旬 黄桃缶・パイン缶(一括規格)検査
	中旬		府内地区別ブロック会議(～12月上旬)
	下旬		精米工場巡回調査
7月	第1回 パン品質審査会	1月	第2回 物資運営委員会
	下旬 牛乳成分規格検査		第1回 物資運営委員会品質小委員会
	小麦粉残留農薬・ブラベンダー検査		20～21日 第58回 全国学校給食研究協議大会(愛媛県)
	上旬 第2回 情報委員会	2月	下旬 精米残留農薬検査・DNA検査等
	中旬		第3回 学校給食管理システム講習会
	下旬 第1回 物資運営委員会		上旬 ごはんを中心とした料理講習会
24日 第61回 大阪府学校給食大会	3月	中旬 食育講演会・展示会	
26日 パン米飯展示・試食会		下旬 第2回 パン品質審査会	
26～27日 第48回 全国栄養教諭 学校栄養職員研究協議大会(茨城県)		上旬	
8月	上旬 パン実技講習会	1月	中旬 第4回 情報委員会
	親子パン作り教室		下旬 第3回 物資運営委員会開発選定委員会
	中旬		第2回 物資運営委員会品質小委員会
	下旬	第1回 学校給食管理システム講習会	
	28日 食育フェスタ(仮称)	2月	中旬 学校給食料理講習会
9月	上旬 パン米飯委託工場食品衛生責任者講習会	3月	下旬
	第1回 物資運営委員会開発選定委員会		上旬 第3回 物資運営委員会
	中旬 米産地見学会		中旬
下旬 第2回 学校給食管理システム講習会	下旬		

< 学校給食パン用小麦粉残留農薬検査結果 >

検査結果 平成19年3月13日

検査項目	用途	三宅製粉	前田産業	柄木田製粉	飯坂製粉	近畿製粉	新規基準 小麦
イミダクロプリド	殺虫剤	検出せず	検出せず	検出せず	検出せず	検出せず	0.03
カルバリル	殺虫剤	検出せず	検出せず	検出せず	検出せず	検出せず	0.2
クロルピリホス	殺虫剤	検出せず	検出せず	検出せず	検出せず	検出せず	0.1
クロルピリホスメチル	殺虫剤	検出せず	検出せず	検出せず	検出せず	検出せず	2.0
クロルメコート	成長調整剤	検出せず	検出せず	検出せず	検出せず	検出せず	2.0
ジクロロボス及びナレド	殺虫剤	検出せず	検出せず	検出せず	検出せず	検出せず	1.0
ジクワット	除草剤	検出せず	検出せず	検出せず	検出せず	検出せず	0.5
チオジカルブ及びメソミル	殺虫剤	検出せず	検出せず	検出せず	検出せず	検出せず	0.03
デルタメトリン及びトラロメトリン	殺虫剤	検出せず	検出せず	検出せず	検出せず	検出せず	0.3
ピオレスメトリン	殺虫剤	検出せず	検出せず	検出せず	検出せず	検出せず	1.0
ピフェントリン	殺虫剤	検出せず	検出せず	検出せず	検出せず	検出せず	0.2
ピベロニルプトキシド	殺虫剤	検出せず	検出せず	検出せず	検出せず	検出せず	10.0
フェニロロチオン	殺虫剤	検出せず	検出せず	検出せず	検出せず	検出せず	1.0
フェンバレレート	殺虫剤	検出せず	検出せず	検出せず	検出せず	検出せず	0.2
ベルメトリン	殺虫剤	検出せず	検出せず	検出せず	検出せず	検出せず	0.5
マラチオン	殺虫剤	検出せず	検出せず	検出せず	検出せず	検出せず	1.2
メトプレ	殺虫剤	検出せず	検出せず	検出せず	検出せず	検出せず	2.0
2,4,5-T	除草剤	検出せず	検出せず	検出せず	検出せず	検出せず	不検出
アソシクロチン及びシハキサチン	ダニ駆除剤	検出せず	検出せず	検出せず	検出せず	検出せず	不検出
アミトロール	除草剤	検出せず	検出せず	検出せず	検出せず	検出せず	不検出
カブタホール	殺菌剤	検出せず	検出せず	検出せず	検出せず	検出せず	不検出
クマホス	殺虫剤	検出せず	検出せず	検出せず	検出せず	検出せず	不検出
ダミノジット	成長調整剤	検出せず	検出せず	検出せず	検出せず	検出せず	不検出
プロファミ	除草剤	検出せず	検出せず	検出せず	検出せず	検出せず	不検出

学校給食料理講習会

平成19年2月23日(金)辻クッキング心齋橋校において、学校給食料理講習会を開催しました。

今回は、辻学園栄養専門学校の管理栄養士・教授である橋本和弘先生の指導で、財団の開発食品である「豆腐ハンバーグ」、「泉州のたまねぎを使用したソテードオニオン」、「とろろ寄せボール」等を使用し、学校給食に応用できるレシピでの料理講習会でした。また、随所に調理のコツも指導していただきました。

開発食品の見本が必要なときは財団までご連絡下さい。



調理実習メニュー

たけのことちりめんじゃこの混ぜご飯



【材 料】1人分	
めし	150g
※たけこの水煮	15g
・ちりめんじゃこ	3g
・塩わかめ(戻して)	25g
・人参	2g
・ごま油	1g
・濃口醤油	3g
・みりん	3g
・出し汁	75g
・白ごま	01g

【作り方】

- ①たけこの水煮はイチヨウ切り、にんじんは2-3cmの千六本に切る。
- ②ちりめんじゃこは湯通しする。戻したわかめは1cm幅に切る。
- ③鍋にごま油を熱してたけこの、にんじんを炒め、にんじんに火が通れば、ちりめんじゃこ、わかめを加えて、サッと油をまぶし、調味料と出し汁を加えてひと蒸立ちさせる。
- ④炊きあがりのご飯に③と白ごまを混ぜ込む。

エネルギー	蛋白質	脂 質	炭水化物	食物繊維	カルシウム	鉄
281Kcal	5.6g	1.7g	58.2g	1g	28g	0.3mg
ナトリウム	カルシウム	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食塩相当量
269mg	93mg	22μg	0.04mg	0.04mg	0mg	0.6g

七福ひろうすの味噌汁



【材 料】1人分	
※七福ひろうす	20g (2ヶ)
・白菜	20g
・さつまいも	15g
・こんにゃく	15g
・出し汁	150g
・味噌	10g
・青葱	2g

【作り方】

- ①白菜は1cmのザク切りに、さつまいもは7-8mm厚さのイチヨウ切りに、こんにゃくはスプーンで小さな一口大にする。青葱は小口切りにする。
- ②鍋にだし汁と七福ひろうすを入れて解凍しながら煮る。こんにゃくも一緒に煮る。解凍できれば白菜とさつまいもを加える。
- ③白菜とさつまいもに火が通れば、青葱を加え味噌を溶き入れ仕上げます。

エネルギー	蛋白質	脂 質	炭水化物	食物繊維	カルシウム	鉄
90Kcal	4.8g	3.6g	9.8g	1.7g	43g	1.0mg
ナトリウム	カルシウム	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食塩相当量
625mg	276mg	5μg	0.06mg	0.05mg	9mg	1.6g

とろろ寄せとたけこのオイスターソース炒め



【材 料】1人分	
※とろろ寄せボール	30g (3ヶ)
※たけこの水煮	20g
・玉葱	15g
・人参	5g
・きぬさや	4g
・干しいたけ	2g
・しょうが	03g
・サラダ油	1g
・合わせ調味料	
・濃口醤油	2g
・オイスターソース	2g
・砂糖	1g
・鶏がらスープ	25g

【作り方】

- ①とろろ寄せボールは解凍しておく。
- ②たけこの水煮は薄切りに、イチヨウ切りにする。
- ③玉葱は一口大に、人参はイチヨウ切りに、干しいたけは戻して1/4に切る。
- ④しょうがは、小さな色紙切りにする。
- ⑤合わせ調味料の調味料、スープを混ぜ合わせておく。
- ⑥お湯を沸かしきぬさや、人参、干しいたけに火を通し、最後にとろろ寄せボール、玉葱、たけこのをサッと茹でる。
- ⑦鍋にサラダ油としょうがをいれて火にかけ、しょうがの香りを出す。⑥の材料を加え、合わせ調味料を回し入れ、全体に絡めて仕上げる。

中国クワイやレンコンのようなシャキシャキしたものとの組み合わせもよい

エネルギー	蛋白質	脂 質	炭水化物	食物繊維	カルシウム	鉄
88Kcal	4.3g	4.4g	9.3g	1.8g	16g	0.2mg
ナトリウム	カルシウム	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食塩相当量
366mg	136mg	27μg	0.02mg	0.05mg	2mg	0.9g

泉州オニオンの トマトソース煮込み豆腐ハンバーグ



【材 料】1人分	
※豆腐ハンバーグ	50g (1ヶ)
※泉州ソテードオニオン	20g
・トマトの水煮缶	50g
・ケチャップ	5g
・水	15g
・じゃがいも	25g
・人参	15g
・プロックリー	10g

【作り方】

- ①トマトの水煮缶はミキサーなどでつぶしておく。
- ②じゃがいも、人参は小さめの乱切りにする。プロックリーは一人分2切れの小房に切り分ける。
- ③じゃがいも、人参、プロックリーは塩茹でしておく。
- ④鍋に泉州ソテードオニオンと①、ケチャップ、水を入れて熱くし、凍ったままの豆腐ハンバーグを入れて、しばらく煮る。
- ⑤煮あがりに③を加えて温めて仕上げる。

エネルギー	蛋白質	脂 質	炭水化物	食物繊維	カルシウム	鉄
171Kcal	6.1g	7.9g	19.8g	3.2g	45g	0.8mg
ナトリウム	カルシウム	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食塩相当量
341mg	479mg	136μg	0.21mg	0.09mg	34mg	1g

※は、開発食品

PTAの声

大阪府PTA協議会 事務局次長 新田良子

給食だよりの編集に関わらせていただき、栄養教諭・栄養職員の方々のご苦労を初めて知りました。おいしい給食を作るために新しいメニューの開発や郷土料理の研究など、日々の給食づくりとは別に努力なされているのに、給食費の未納問題などが大きく取り上げられ、苦しい立場に立たされていると聞きました。保護者の皆さんに、給食の重要性や各保護者の果たすべき役割を認識していただけるよう、協力できればいいのと思います。

(財)大阪府スポーツ・教育振興財団 情報委員会 委員)

学校給食と地産地消



藤井寺市柏原市学校給食センター
学校栄養職員 主査 塩谷 加津代

献立
紹介

藤井寺市と柏原市は、大阪府の南東部に位置し、都市形態が類似した2市で、昭和45年10月から共同調理を行っています。現在の対象校は18校、給食数は約9300食を統一献立、一括購入で実施しています。

地場産物としては、藤井寺市はいちじく、柏原市ではぶどうやみかん等があり、秋の給食に登場します。

給食で使用するみかんは、ノーワックスで防除暦を調べたものを購入していますが、柏原市のみかんは特に、農薬や化学肥料を慣行栽培の5割以下に削減して栽培



された「大阪工コ農産物」の認証を受けたものを地産地消として使用しています。糖度が12度で、甘みと酸味のバランスがとれた美味しいみかんです。

小学校3年生では、社会科で自分達が住んでいる地域について学習します。柏原市内の小学校の近くには、ぶどう畑が多くみられ、ぶどう農家の方からぶどうづくりの話を聞いたり、ぶどう狩りをしたり、ぶどうを使ったデザートを作る学校もあります。



その様な中で、給食としてのぶどうはすばらしい食の教材になっています。

給食センターにぶどうが入荷する際、ケースに入ってくる生産者カードを学校に送り、生産者の名前や気持ちを伝えていきます。また、学校栄養職員が授業を行い、ぶどうの栄養や種類を紹介したり、地域でとれるいろいろな種類のぶどうの糖度を計って、甘さ比べをするなど、地域でとれる食べ物への理解を深めています。

今日の献立

バターロール・牛乳
カレースパゲティ・ゆでたまご
キャベツのレモン和え・いちじくゼリー

いちじくは生の状態で、給食につけるのが困難なため、近隣の羽曳野市や加工業者の協力を得て、今年は当給食センター独自の配合で、いちじく本来の味や風味を生かしたいちじくゼリーを作ってもらい、給食に登場させることが出来ました。



本日の栄養価

エネルギー	621 Kcal	たんぱく質	25.5g	脂質	19.7g	カルシウム	385mg
鉄	2mg	ビタミンA	261 μg	ビタミンB1	0.5mg	ビタミンB2	0.64mg
ビタミンC	113mg	食物繊維	6.9g	亜鉛	2.1mg	マグネシウム	70mg

食育講座

大阪の郷土料理 ＜船場汁＞

大阪の船場では、明治、大正時代商業の中心地としてにぎわいました。奉公人などたくさんの食料をまかなう料理の一つとして船場汁が生まれました。

新鮮な鯖を丸のまま買い、身は煮付けや味噌炊きにします。その残りのあらに塩をふり一晩おき、翌日に大根とともに船場汁や船場煮にして、寒い冬の昼や夜に食べました。

【作り方】あらは、一口に切り一度熱湯をくぐらせ水にとりさっと洗う。大根はやわらかく水で炊いておき、煮たっているところにあらを少しずつ入れる。(一度に入れると汁が濁る)あくをすくい取りながら汁に出た塩味と鯖に残っている塩味がちょうどよいところで、青ネギと生姜の絞り汁、少々酢を加えてできあがり。



編集後記

新年度が始まりました。本年は、当財団が昭和32年8月財団法人大阪府学校給食会となってから50周年を迎え、大きな節目の年となります。

これを機に、新しい事業にも取り組み、実りの多い年にしたいと計画しておりますのでよろしく願います。