

学校給食だより

おおさかの

第16号

平成20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

大阪市城東区蒲生2丁目10-28

TEL06-6933-7232

FAX06-6932-1743

ホームページ

http://www.oskz.com

みんな
大好き



たのしい
きゅうしょく

枚方市立平野小学校1年生

「今、食育を考える」



(社)全国学校栄養士協議会大阪府支部
支部長 小笠原 睦

保護者対象の試食会の最後に、必ず質問の時間をとります。給食の献立について、衛生管理について、児童の偏食についてなど、いろいろな質問があります。その中で「食育って何ですか?」という

質問がありました。その時は「難しく考えることはありません。お子さんと一緒に食事をして下さい。いろいろな話をしながら、それが基本だと思います。」と答えました。この答えは、果たして正解だったのでしょうか。

私は外食する時、「食」を生業とする職業柄、いけないことと思いつつ、どうしても周りのテーブルを観察してしまいます。先日、バイキング形式の昼食を食べる機会がありました。その時、料理を取りに行き帰ってきた中学年位の男の子に興味をもってしまいました。なぜならそのお皿の上には、コロッケとマヨネーズであえたマカロニサラダとミニケーキが4つ。私は気になって、3人家族とおぼしきその子のテーブルの様子を見てみると、別にこれといった会話もなく淡々と食べていました。その子は2回目も3回目も同様で、最後はソフトクリーム。「この子の食生活はどうなっているのか。」「保護者はどう考えているのか。」もっと気になったのは、会話と笑顔のないことでした。もちろんこの様な食生活を続けていると、メタボリックシンドロームにまっしぐら。栄養士としては、絶好の指導対象になります。しかしもっと怖いのは、この子には「家族」がないのではないか、「一家団らん」を知らないのではないか、ということです。

私の子どもの頃の食卓は丸い卓袱台(ちゃぶだい)で、家族はそれを囲んで食事をしていました。親父は晩酌

をしながら、いろいろな話をしてくれました。箸の使い方を教えてもらいました。嫌いな「めざし」を食べるように言われ、泣き泣き食べました。残さず食べるように言われました。夫婦ゲンカもありました。兄弟ゲンカもありました。笑いあり、怒りあり、泣きもしました。でも家族がありました。私は家族の中で育ったような気がします。前出の男の子はどうなるのでしょうか。

一昨年、初めてヨーロッパに行く機会がありました。その時、こんな光景を見ました。ドイツのライプチヒの繁華街を歩いていた時、幼稚園位の女の子がお父さん・お母さんと一緒に歩いていました。女の子は楽しそうにはしゃいでいました。そして女の子は、お母さんの手を引いて何か話しかけました。するとお母さんは手に持っていた小さな箱のフタを開けて、女の子の前に差し出しました。すると女の子は、中から何かを摘んで食べ始めました。それは、皮を剥いたリンゴでした。

今、児童の不登校・家庭内暴力・引きこもりなどの問題が毎日のように話題になっています。なぜこうなったのでしょうか。

『食育とは、一家団らん。いろいろな話をしながら、一緒に食事をするのが基本』という答えは、決して間違っていないと思います。

大阪府も、今年度から栄養教諭の任用が進みます。全国学校栄養士協議会大阪府支部も、学校給食に携わる栄養士・栄養教諭・学校栄養職員の資質向上に向けて活動を充実しますので、ご協力よろしく願います。また、学校給食に携わる栄養士・栄養教諭・学校栄養職員の皆さん、共にごがんばりましょう。

目次

- 給食風景・「今、食育を考える」…………… 1
- 食の教育だより…………… 2～3
- 財団だより「ニュージーランド・オーストラリア現地視察」… 4～5
- 平成20年度年間行事案内等…………… 6～7
- 献立紹介「学校給食と地産地消」…………… 8

栄養教諭実践モデル校としての取り組み

「望ましい食習慣の形成と豊かな心の育成」を目指して



(元)枚方市立牧野小学校(第二共同調理場勤務)
(現)枚方市立平野小学校

栄養教諭 安井 好美

はじめに

枚方市の学校給食は、小学校45校(約25800人分)を本年度は2箇所の共同調理場と27箇所の単独調理場で提供しています。うち、6校が調理業務の委託になっています。給食代は月額3300円で、1食分200円です。献立は市内統一献立で2ブロックに分けて実施しています。また、物資購入は一括購入をし、現在13種類の地元野菜とくらわんか米を期間限定で使用しています。

献立は、年間テーマを決め、さらに具体的なテーマを月ごとに決めて2か月分ずつ作成します。本年度のテーマは『野菜を食べよう』です。栄養教諭に任用された平成18年1月から19年3月(共同調理場隣接の小学校に勤務)と平成19年度(単独調理場併設の平野小学校)の取組をご紹介します。

望ましい食習慣を形成するために

「早寝早起き朝ごはん」を合言葉に

- ◆朝ごはんの欠食率を減らそう
- ◆野菜を好きになろう
- ◆食べ物を大切に作る心を育てよう
- ◆給食の残菜を減らそう(牧野小)

の目標を決め取組を進めてきました。

取組の概要

1. 食生活等に関する児童の実態把握をして全教職員で共有化を図りました。また、その結果を家庭にも配布し、機会があるたびに啓発して来しました。
2. 食育目標を決め、食に関する指導の全体計画年間計画を作成し、全教職員で取り組んでいます。
3. 食育を推進するために学校内、外の組織を作ってもらいました。
4. 指導については、給食を教材とした内容や体験学習を多く取り入れました。
5. 毎月、校内研で実践内容の確認などの話し合いを持っています。
6. 学校・家庭・地域との連携を図るために学校で実施した内容を発信し、食に関する情報等の提供をしています。
7. 食に関する行事は、保護者・地域の方と共に企画し協働活動を実施しています。

体験活動を取り入れた取組

全学年で行う野菜作りや収穫した野菜を、五感を働かせて食べ物に触れたり、調理体験などを通して驚きを喜びに変え、食べる楽しさを味わっています。その一部を紹介します。



1年生
大豆より豆腐作り



2年生
給食のエンドウ豆の皮むき



3年生
梅干し作り



4年生
味噌作り



5年生
収穫トマトでピザ作り



6年生
弁当作り

給食を教材とした取組

毎日「調理場からこんにちは」のお便りを発行。

献立、食材、栄養、食文化、調理場での工夫、クイズなどをお便りにして各クラスに配布。感想などを書いて調理場に返却される。また、返事を書いてクラスへ・・・。

給食のおがずに型抜き人参
“ラッキー人参”を！
給食や食材に興味を持って食べてもらうために始めました。



ランチルームでの楽しい給食

ランチルームにはオープントースターが4台あり、パンの日にはパンを焼いて食べます。また、食べ物のクイズや話をして楽しく食べています。



3年生総合的な学習（指導計画・指導案）

「さつま芋について知ろう」という学習から「毎日いうんちをしよう」につなげ、リズムある生活を送るための学習へと発展させました。

単元指導計画 全8時間	主な活動	単元の主題	評価
第一 次	1. 野菜にはどのような栄養があるのかを調べ、野菜パワーを発見する。 2. 野菜パワーを友達と共有する。 3. 栄養教諭にもつとけを頼んでみる。 4. さつま芋のパワーを知る。「食物繊維ってなに？」	・栄養定で調べさせる。 ・食から育にとれる野菜について調べさせる。 ・自分の知っている野菜を知らせる。 ・家の人に聞いたこと、インターネット、本で調べたこととお互いに発表させる。 ・栄養教諭に詳しく話してもらう。	・興味関心をもつて調べることができる。 ・自分の知っている野菜を知らせる。 ・さつま芋のパワーの正誤がわかったか。
第二 次	1. さつま芋を使った料理を調べる。 2. さつま芋を使った料理を調べる。	・動物の食と人間の食の関係を調べる。 ・いろいろな種類のさつま芋の栄養成分表を用いて、糖質とたんぱく質を調べる。 ・糖質は、復元正しい生活にも関わっていることがわかる。	・動物の食と人間の食の関係を調べる。 ・いろいろな種類のさつま芋の栄養成分表を用いて、糖質とたんぱく質を調べる。 ・糖質は、復元正しい生活にも関わっていることがわかる。
第三 次	1. さつま芋を使った料理を調べる。 2. さつま芋を使った料理を調べる。	・動物の食と人間の食の関係を調べる。 ・いろいろな種類のさつま芋の栄養成分表を用いて、糖質とたんぱく質を調べる。 ・糖質は、復元正しい生活にも関わっていることがわかる。	・動物の食と人間の食の関係を調べる。 ・いろいろな種類のさつま芋の栄養成分表を用いて、糖質とたんぱく質を調べる。 ・糖質は、復元正しい生活にも関わっていることがわかる。
第四 次	1. さつま芋を使った料理を調べる。 2. さつま芋を使った料理を調べる。	・動物の食と人間の食の関係を調べる。 ・いろいろな種類のさつま芋の栄養成分表を用いて、糖質とたんぱく質を調べる。 ・糖質は、復元正しい生活にも関わっていることがわかる。	・動物の食と人間の食の関係を調べる。 ・いろいろな種類のさつま芋の栄養成分表を用いて、糖質とたんぱく質を調べる。 ・糖質は、復元正しい生活にも関わっていることがわかる。

家庭 地域の連携

- ◆ 食育講演会
- ◆ 給食試食会
- ◆ 親子料理教室
(簡単な朝食作り、野菜たっぷり簡単料理)
- ◆ 食育体験イベント
- ◆ 生活ノートでセルフチェック「たご焼き作り」
(夏休み後の1週間実施)
- ◆ P T A行事の「ふれあい広場」で、食育ゲームを実施



食育イベント

生活ノートでセルフチェック「たご焼き作り」

食品つりゲーム

P T A行事「ふれあい広場」で魚釣りの要領で食品を三色栄養に分ける。



- ◆ 朝食レシピ集の募集、配布など



「かわせみ親子のおはようレシピ集」作成・配布
枚方市の鳥であるかわせみをキャラクターにしたレシピ集を各家庭に配布。

食育に取り組んで

1. 食に関する指導は、栄養教諭だけでなく、全教職員が連携、協力して年間計画に基づき計画的に継続して行うことが大切であると思いました。
また、栄養士のいない学校や共同調理場の学校は、食育担当者や給食担当者を中心に、担当栄養士と話し合い、連携して食育を推進していくことが大切です。
2. 体験的な学習を多く取り入れたことで児童の食に関する意識が高まりました。特に、食については子どもたちの身近な内容でどの子も積極的に取り組みました。
3. 毎日の給食を教材とし、おたよりや給食カレンダーを使用し担任が指導していくことが大切です。
4. 児童の食生活の状況や生活習慣の課題を学校、家庭が共有することで保護者にも考える機会が増え、協力的な保護者が増えました。また、保護者の励ましが、児童の好き嫌

5. 調理場に給食を取りに来る時、給食を食べる時など、どのクラスも大きな声で「いただきます」と言っています。子どもたちは「いただきます」という言葉の中に「生き物の命をいただきます。ありがとうございます。」という気持ちが込められるようになりました。この子どもたちの意識の変化が保護者にも広がり、徐々にではありますが行動にも変容が見られるようになりました。
食育は家庭の協力が不可欠です。
なかなか忙しい世の中、すべてを期待するのは無理かもしれませんが、家庭の団らんの時の話題になったり、子どもたちが大人になったときに役立てればすばらしいと思います。
これからも学校での食育を家庭、地域に発信し、望ましい食習慣の形成と豊かな心の育成を目指して取り組んでいきたいと思ひます。

ニュージーランド・オーストラリア 現地視察



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

学校給食用脱脂粉乳事業推進委員会の委員として、平成19年11月にニュージーランドとオーストラリアへ行ってきました。

今回の目的

- 1 学校給食用脱脂粉乳の供給確保
- 2 現地の生産工場と牧場を視察
- 3 世界の乳製品と相場の動向及び今後の見通し



ニュージーランド 工場説明

1 現地の生産工場と牧場を視察

○ニュージーランドの訪問工場は同国の最大手の会社で大阪府向けの脱脂粉乳はこの工場で製造されています。世界のどの国の衛生基準にも適合し、品質管理も大丈夫という会社の自信に満ちた説明がありました。ISO 9001 取得、HACCP基準。工場では約300人の人が働いています。工場の近辺に牧場がたくさんあり、毎日多数の集乳車で集乳し新鮮な牛乳を製品化しているそうです。



ニュージーランド 生後間もない子牛



オーストラリア 大容量の集乳車

5～6月のピーク時は1日あたり3000万リットルの乳を生産処理しています。大阪府内での学乳年間消費量は2000万リットルです。ニュージーランドの生産の規模のすばいことがお分かりになると思います。

○ニュージーランドの乳牛は400万頭の飼育で200億リットルの生乳生産となっています。
早魃^{かんばつ}の影響はなく安定的に生産されています。

○オーストラリアでも2工場を視察しましたが、いずれも大規模で高品質の素晴らしい工場であり、安全面も衛生面も信頼のおける工場でありました。

○ニュージーランドで見学に行った牧場は、広い面積を持ち630頭の乳牛を飼っていました。
ニュージーランドの牧場の平均飼養頭数は300頭で、最多飼養は2000頭とのことでした。

乳牛は衛星を使った管理システムとなっており、個々の乳牛の運動量と体重と乳量を管理しエサの量もコンピューターで加減しています。乳牛の足に機械が装着されています。

搾乳は回転式搾乳機により自動的に搾乳と計量がなされます。乳牛の排泄物は水と混ぜて牧草の育成に再利用されています。化学肥料不使用の循環型の酪農です。

牧場の敷地は170 ha で経営は3人でされています。



ニュージーランド 回転式自動搾乳機



ニュージーランド
足の発信機により衛星を利用して個別管理(運動量・乳量)



ニュージーランド 牧場経営者

- オーストラリアでも飼養頭数は多少の差はありますがほぼ同様とのことでした。
- ビクトリア州が主な生産地であるが、州北部の広大な牧場の牧草は茶色が目立っており州西部の牧場は緑の牧草が見渡す限り広がっていました。
- オーストラリアの乳牛は200万頭の飼育で96億リットルの生乳生産となっています。

2 世界の乳製品と相場の動向及び今後の見通し

- 近年オーストラリアで大旱魃^{かんぼつ}が2度発生しました。このため牧草が充分育たずエサ不足になり収乳量が減りました。
- EUで輸出奨励金がなくなったため生産分は域内で消費し、輸出が減少しました。
- ブラジル、ロシア、中国、原油生産国等で生活水準がよくなり乳製品の輸入消費が増えました。
- 以上の理由によりチーズ、バター、脱脂粉乳は品不足となり国際相場が高騰しています。
- 脱脂粉乳の国際相場は、過去1トン2000ドルから現在4000~5000ドルとなっています。
- 今後の見通しとして品不足の状態が早急に解消される要素も見当たらないので当分の間、高値で推移するものと考えられます。

3 学校給食用脱脂粉乳の供給確保 「今回訪問の第一目的であった」

- 今回訪問の現地のメーカーは日本の学校給食に対し好意的でした。
- しかし現在契約していないメーカーは、新規の供給には応じられないという回答でした。
- 現在契約中のメーカーは、日本の学校給食の意義を理解しており、引き続き供給量の確保については優先的に協力することであり心強い言葉をいただきました。



オーストラリア 工場前

◆ 平成20年度「年間行事予定」



月	行事名
4月	7日 パン米飯工場事務連絡会
	中旬
	下旬
5月	上旬 製粉工場巡回調査～下旬
	中旬
	下旬 第1回 情報委員会
6月	上旬
	中旬 牛乳工場巡回調査～下旬
	下旬 第1回 パン品質審査会
	小麦粉残留農薬・ブラベンダー検査
7月	上旬 牛乳成分規格検査
	第1回 物資運営委員会
	中旬
	24日 第62回 大阪府学校給食大会 (大阪市中央公会堂)
	29日 学校給食物資展示・試食会
	31日 全国栄養教諭・学校栄養職員研究大会～1日 (福岡県)
8月	上旬 パン実技講習会
	親子パン作り教室
	一般物資工場見学会
	中旬
下旬 第2回 情報委員会	
9月	上旬 パン米飯委託工場食品衛生責任者講習会
	中旬 栄養管理システム講習会
	下旬 20年産精米業者説明会
	米産地見学会

月	行事名
10月	上旬 学校給食献立コンテスト
	精米選定試食会
	中旬 パン・米飯工場巡回調査 (～12月下旬)
下旬 米飯検査 (水分・細菌)	
11月	上旬 精米工場巡回調査
	第2回 物資運営委員会
	13日～14日 全国学校給食研究協議大会 (長崎県)
	中旬 府内地区別ブロック会議 (～12月)
下旬 精米残留農薬検査・DNA検査等	
12月	第3回 情報委員会
	上旬 食育講演会・展示会
	中旬 第2回 パン品質審査会
1月	下旬
	上旬
	中旬
2月	下旬 学校給食料理講習会
	中旬
	上旬 第4回 情報委員会
3月	中旬 第3回 物資運営委員会
	下旬
	上旬

◆ 第2回学校給食用パン品質審査会

平成20年2月22日(金)「アピオ大阪」で開催しました。学校給食用パンの品質・製造技術の向上を図ることを目的とし、市町村教育委員会学校給食担当者や専門家、パン製造業者代表、行政など総勢33名の審査員により今回は実際に学校へ納入されたパンを抜き取り、府内28工場のコッペパンの審査を行いました。

<審査結果>

最優秀パン製造業者	西田製パン所
優秀パン製造業者	関西食品工業(株)
	ケイアンドケイフーズ(株)富田林工場
	ウエダパン(株)



学校給食料理講習会

平成20年2月25日(月)辻クッキング阪神校において、学校給食料理講習会を開催しました。辻学園 辻クッキング阪神校 校長代理・管理栄養士である橋本和弘先生の指導で、今回は地場産物（大阪産たけのこ、河内れんこん、田辺だいこん）と財団の開発食品である「ソテードオニオン」「とろろ寄せボール」などを使用し、学校給食の献立に応用できるレシピでの料理講習会でした。

開発食品の見本が必要なときは、財団までご連絡をお願いします。

詳細はホームページの「レシピ紹介」をご覧ください。

● ● 実習献立 ● ●



たけのこのオニオンクリーム焼き



とろろ寄せボールとれんこんの水団スープ



大根菜めし



大根と豚肉の梅風味煮

学校給食パン用小麦粉残留農薬検査結果

残留農薬等ポジティブリスト制度に基づき小麦粉における食品規格に定められた農薬等の検査を実施しました。

検査機関：(財)日本穀物検定協会 検査対象検体：11月加工(12月需要分)

検査項目	イミダクロプリド	カルバリル	クロルピリホス	クロルピリホスメチル
	クロルメコート	ジクロルボス及びナレド	ジクワット	ビオレスメトリン
	チオジカルブ及びメソミル	デルタメトリン及びトラロメトリン	メトプレレン等	計 24項目

学校給食用小麦粉及び国内麦混入小麦粉の検査の結果、すべて基準値内でした。

食育豆知識

知っていますか？
食品のいろんなマーク

JAS規格について

JAS規格制度は、JAS規格を満たしていることを確認（格付といいます。）した製品にJASマークを付けることができる制度です。JASマークが付けられている製品は、一定の品質や特色をもっていますので、消費者が買い物で商品を選んだり、事業者間で取引する際に、JASマークが付いていることを目印にすれば便利です。



JASマーク

品位、成分、性能等の品質についてのJAS規格（一般JAS規格）を満たす食品や林産物などに付されます。



生産情報公表JASマーク

生産情報公表JAS規格を満たす方法により、給餌や動物用医薬品の投与などの情報が公表されている牛肉や豚肉、原材料や製造過程などの情報が公表されている加工食品等に付されます。



有機JASマーク

有機JAS規格を満たす農産物などに付されます。有機JASマークが付されていない農産物と農産物加工食品には「有機〇〇」などと表示することができません。



特定JASマーク

特別な生産や製造方法についてのJAS規格（特定JAS規格）を満たす食品や、同種の標準的な製品に比べ品質等に特色があることを内容としたJAS規格（りんごストレートピュアジュース）を満たす食品に付されます。

新規貸出教材の紹介

手洗いチェッカー（2台）

専用ローションを手についた汚れに見たてて、特殊ライトで光らせます。

適切な手洗いができているか確認できます。給食関係者及び児童の手洗い指導にご利用ください。

貸し出しを希望される場合は、財団までご連絡ください。



6月は就職差別撤廃月間です



学校給食と地産地消



高槻市は、大阪府の北東、大阪市と京都市のほぼ中間に位置し、北は北摂連山に、南は淀川に面した自然豊かな環境にあります。

現在41小学校、約21,200食を統一献立、一括購入で学校給食を実施しています。

地産地消として、平成14年度より、学校給食に市農林振興室が取り組む高槻産「エコ農産物」の使用を開始しました。初年は、4校でじゃがいも、たまねぎを使用しただけでしたが、徐々に学校数や使用量を増やし、平成18年7月には『高槻農産物の日』を設け、全校

で高槻産の米・じゃがいも・たまねぎを使った給食を実施しました。平成19年度は、2日間に拡大し、食材は干しいたけ約11kgを追加しました。使用時期も6～7月限定でしたが、12～1月には、にんじんや大根の一部を使用し、少しずつ高槻産を拡大することができました。

米は、平成12年度より高槻産米を使用し始め、現在週2、2回の米飯給食実施で、内80%を市内産ヒノヒカリを使用しています。また、平成17年度に開始した米粉パンも、児童た

「高槻農産物の日」の献立

- ・麦ごはん
- ・鮭ふりかけ
- ・青椒肉絲
- ・四川風スープ
- ・牛乳



栄養価（中学年）

エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄
552	24.5	15.8	255	2.0
ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維
193	0.37	0.52	24	3.1

高槻産農産物使用量

	平成14年	平成15年	平成16年	平成17年	平成18年	平成19年
米	49トン	60トン	67トン	81トン	87トン	90トン
じゃがいも	556 kg	443 kg	2185 kg	1226 kg	1868 kg	2990 kg
たまねぎ	1000 kg	1509 kg	2286 kg	2716 kg	4178 kg	8839 kg
干しいたけ						11 kg
にんじん						330 kg
大根						540 kg

献立紹介

高槻市教育委員会保健給食課
栄養士 門 三代子

ちに好評で、年3回実施し、高槻産米を使用しています。

エコ農産物の生産農家に、近隣の学校の学習田でご協力いただいている関係から、生産者を学校に招いての交流給食なども実施しています。

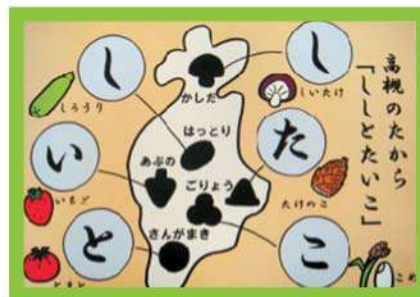
身近な田畑で生産された食材を、学校給食で食べることにより、食材や食べることに興味を持ち、望ましい食を考え、実践できる力をつけてもらいたいと考えています。

平成18年度には、地場産物について知ってもらおうと、栄養士が協力してオリジナルの紙芝居を作成しました。

物語から登場人物のキャラクター作りまで、検討を重ねて完成させました。

『高槻のたからをさがそう』と題した紙芝居は、高槻の特産品の最初の一文字を組み合わせて、物語にしています。

中学年を対象に作成しましたが、1年生から6年生まで、学習できる内容になっています。



食育講座

若ごぼうの炊き込みごはん



若ごぼう

葉ごぼう、ヤーごんぼともいう。「葉・軸・根」まで丸ごと食べられる「キク科」の野菜。八尾産は、他県産に比べて、柔らかく鮮度も高い。ハウス栽培の2月から4月初旬まで出回る。

江戸時代に大坂の上町台地で栽培されていたのが、八尾に移り大正末期に根付いたといわれている。各種ビタミン、鉄・マグネシウムなどミネラル、食物せんいなど栄養価が高い。特に葉にはルチンが多く含まれている。

<材料 4人分>

- 米……3カップ
- 若ごぼう……200g
- にんじん……50g
- 油揚げ……2枚
- だし汁……550cc
- 薄口しょう油……80cc
- 酒……大さじ1



<作り方>

1. 米は洗ってざるにあげておく。
2. 若ごぼうの根はささがき、茎は細かく切り各々あくぬきをする。
3. 炊飯器に、だし汁を入れ、茎以外の材料と調味料を入れて炊く。沸騰したら、茎を加え炊きあげる。

編集後記

平成20年度がスタートしました。

本年度も皆様のご期待に添えるよう努めて参りますのでよろしく願いいたします。そして、本号発行に際し、ご多忙中、快く寄稿いただきました方々に厚くお礼申し上げます。