

学校給食だより

おおさかの

第36号

平成25年4月1日

【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1-7
大阪赤十字会館8F
TEL 06-6942-3839
FAX 06-6942-4777
ホームページ
<http://www.oskz.com>



八尾市立上之島小学校



「学校給食のパンの役割」と「出前パン作り教室」について

公益財団法人 大阪府学校給食会

製パン技術コンサルタント 藤井 憲一

学校給食のパンは、給食の主食として児童の健康と体格向上に大きく貢献してきました。

戦後の食糧難の時代、児童数も多く、安定した給食を供給するのに主食としてのパンは大きな役割を果たしました。大量生産ができ、高い温度で焼成することによって衛生的にも安心して供給することができました。副食にも合いやすく、カロリーが高く、また水分含量が少ないため牛乳とも合い、さらにパンを食べる時にはよく噛まないといけないので、唾液の分泌を促し消化を助ける利点もあります。価格も安価で供給できるので、戦後の児童の成長に大きく貢献したと思います。

時代が戦後から高度経済成長を経て安定の時代となり、家庭での食習慣が大きく変わって、欧米風の肉食中心の高カロリーの食事となりました。市販パンもそれにつられて世界中の様々なパンが販売されるようになりました。

それに伴って生じてきたのが、給食でのパンの残食です。給食の多様化にともなって米飯が導入され、パンよりも米飯の回数が多くなり、大阪府内のパン製造工場は多い時の3分の1以下になっています。

大阪ではパンの残食対策として①朝焼きパンの導入、②油脂：さとう：脱脂粉乳の基本配合の割合を小麦粉に対する%で4：4：4から6：6：4への提案、③30種類に近いバラエティに富んだ特別パンの提供などに取り組んできました。それでもなかなか減らない現状がつづいていると聞

いています。

そこで、食育の一環として、3年前より「学校給食出前パン作り教室」を始めました。目的のひとつは、残食を減らせるように児童たちにパン作りの楽しさを経験してもらい、長い時間をかけて多くの人がパン製造に関わっていることを知ってもらうためです。

出前パン作り教室の反応は予想以上に良く、学校給食と同じ材料、同じ配合でパン作りが体験出来、生地成形時には、本当に楽しそうにいろいろと工夫をしていました。自分たちの作ったパンを食べている時の笑顔、特に支援学校で実施した時の児童の輝く笑顔は印象的でやってよかったと思いました。

パン作りを体験しながら食の重要性を理解してもらうためにも、まだまだ訪問学校は少ないので、パン製造工場と協力しながらより多くの学校を訪問して、まだ体験していない児童たちにパンの良さを宣伝したいと思っています。

目次

■ 稲刈り体験	1
■ 食の教育だより「八尾市立上之島小学校」	2~4
■ 市町村だより「寝屋川市立楠根小学校」/ 栄養教諭支援セミナー	5
■ 大阪府学校給食献立講習会レシピ	6~7
■ 給食会だより	8~10
■ 給食用物資紹介	11
■ Q & A / なにわの郷土料理	12

食の教育 だより

八尾市立上之島小学校
栄養教諭 三田 佐知子

『自然と人の思いに感謝の気持ち を持てる子ども』を育てる食育

本校は、東に生駒、信貴の峰を仰ぎ、玉串川と恩智川の流れを聞く八尾市の北部に位置します。学校周辺は、農地と住宅地、商店が混在するのどかな環境にあります。

学校の北門前には地域に住む方の田んぼがあります。児童のためにと創立30年より、米作りの体験をさせていただいています。また、夏には種から育てたゴーヤの苗を学校中に植え、児童の活動として行っています(5年前にグリーンカーテン事業として開始)。収穫したゴーヤは、給食の特別メニュー「ゴーヤ収穫祭」として全校児童で食べます。その他にゴーヤは家庭・地域の連携に活躍しています。

■ 各学年の取り組み

1年生【生活科】

校長先生が栽培したじゃがいもの収穫をしました。(6月) その次の日、じゃがいもの皮を手でむく体験をしました。そのじゃがいもを給食室の調理員さんにお願ひし、カレーライス の材料として調理してもらいました。調理の様子を見学体験 することで、給食を身近に感じる事ができたようです。

また、1学期の終わりにはさつまいもの栽培を始め、秋には収穫も体験しました。



2年生【生活科】

1学期に「きゅうり」と「落花生」の栽培に取り組みました。ひと株の苗からたくさんのきゅうりを収穫 することができたことや落花生が土の中にできることなど多くの発見がありました。今年は感染症の流行 もあり、出来たきゅうりをクラスみんなで味わうことはできませんでしたが、持ち帰りおうちの人と一緒に 食べることになりました。「落花生」は炒って節分行事に使用しました。

3年生【国語科】【社会科】

国語科の「すがたを変える大豆」を学習する前に、実物の大豆製品を観 察して「どうしたら大豆からそれぞれの製品にすがたを変えるのか」を考え させました。このことで、その後の学習を深めることができました。また、 学習のまとめとして地域の豆腐屋さんに来ていただき、豆腐作りを体験し ました。大豆から豆乳、豆乳から豆腐にすがたを変えていく過程を確認し ながら、出来たての豆腐のおいしさを味わうことができました。

社会科の「ものを育てたり、作っている人たちの思い」では八尾市の農 業について学習し、地域で作られている野菜のこと、学校給食の小松菜 を栽培している生産者の思いを八尾市の学校栄養士が作ったデジタル教 材を見ながら学習しました。



4年生【保健体育科】

「育ちゆく体とわたし」の授業の前に、「朝食について考える」学習をしています。導入に「3匹のこぶた とおおかみのペープサート」を使った劇を担任との掛け合いで行います。その時間のめあては、「朝食の大切さと食事の望ましい内容」についてです。その後、よりよい成長のために必要な『栄養』『運動』『休養』 について学習していきます。

5年生【社会科】【家庭科】【総合】

本校の特色ある教育活動のひとつでもある「米作り」を中心とした取り組みを教科横断型で実施しています。5年生の米作りは、本校にとっては地域との関わりの面でも重要な取り組みです。八十八もの手間暇かけて作られる米ですが、児童が体験するのは、「田植え」「稲刈り」「脱穀」だけです。土地を貸して下さる地域の方がその間の手入れをして下さることもあり、「感謝の思い」を日々感じさせながらの体験学習です。

家庭科では、「玄米」と「白米」について学習をし、収穫した新米を使用して調理実習を行います。総合学習（国際教育の一環）と家庭科のコラボレーションで「ピビンパ」の調理実習も行っていきます。



6年生【家庭科】

八尾市学校給食献立コンテストに、毎年チャレンジしています。

「一食分の献立を工夫しよう」を学習した後、「こんな給食べたいな」をテーマに、一食分の給食の献立を考えます。栄養のことはもちろん季節や金額・衛生面なども考慮しながら立てていきます。本校は3年連続入賞・入選しており、そのお祝いとして「全校のみんなでご賞献立を食べよう」と本校だけの特別給食を実施しています。

さらに今年は大阪府学校給食会の学校給食献立コンテスト6年生の部で最優秀賞をいただきました。3月に地元産の若ごぼうを取り入れたお祝いの特別給食を実施します。



サポート学級（支援学級）

毎年、秋に1年生～6年生の在籍児童に食育の一斉指導を行っています。めあては「栄養三色を知ってバランスよく食べる」です。紙上バイキングや朝食のとり方など、毎年切り口を変えながら指導しています。1年に1回ですが、積み重ねることで理解が深まっている事に気づかされます。

また、夏休みには親子行事を行い、職員と在籍児童の親子でクッキング交流をしています。その際に、学校で収穫したゴーヤを使った料理を提案し家庭との連携を図っています。



その他 ー地域行事と学校の畑ー

ゴーヤの栽培は、園芸委員会の児童が中心ですが、夏休み中の活動が本番なので、全職員が協力して取り組んでいます。収穫したゴーヤの一部は、地域のJAさんと連携し朝市で販売（レシピ集を付けて）しています。その収益金で学校独自の特別献立を実施しています。夏休みに地域で行われる校庭キャンプでは、ゴーヤ料理で交流したりと「ゴーヤの学校」として知られるほどです。

また、校長先生が学校の畑で給食に使用できる野菜を無農薬栽培しており、その野菜が給食に登場することもあります。



平成 24 年度 食に関する指導の全体計画

八尾市立上之島小学校

平成 24 年度

学校教育目標
 自他の生命を尊び 生きる喜びを感得する児童の育成
めざす子ども像
 ・思いやりのある子
 ・よく考える子 ・明るくたくましい子



食に関する指導の目標

生涯にわたり健康で生き生きとした生活を送ることを目指し、児童一人ひとりが望ましい食生活の習慣を身につけ、食事を通じて自らの健康管理ができるようにする。また、楽しい食事や給食活動を通じて、豊かな心を養う。

(1) 食べ物の栄養や働きについての理解を深める。(からだの健康)
 (2) 楽しい食事を通じて、豊かな心を育成し、社会性を養う。(心の育成)
 (3) 準備、食事、後片付けなどを通じて、協調性や社会性を養う。(社会性の涵養)
 (4) 児童が自らの健康の大切さを知り、望ましい食事の習慣を身につける。(自己管理能力の育成)



		各学年の食に関する指導の目標				
		低 学 年	中 学 年	高 学 年		
幼稚園・保育園との連携 ・情報交換 (アレルギー児)	⇒	・食べ物に興味関心を持たせ、何でも食べようとする気持ちを育てる。 ・楽しく食べることができるようになる。	・食べものの働きを知り、栄養のバランスが大切であることを知らせる。 ・好き嫌いなく食べることができるようになる。	・栄養バランスのよい食事内容を理解する。 ・食事を通して豊かな心と好ましい人間関係を育てる。	⇒	中学校との連携 ・情報交換 (アレルギー児)

特別活動	1 学 期			2 学 期			3 学 期		
	給食時間	低	・準備、後片付けについて知る。 ・一口は食べる。	低	・食べ物の名前を知る。 ・食べ物を大切に作る。	低	・食べ物に関心を持つ。 ・食べ物に働きがあることを知る。		
		中	・協力して準備・片づけを行う。 ・好き嫌いなく食べる。	中	・よくかんで食べる。 ・食べ物の働きについて知る。	中	・バランスのよい食事について知る。 ・食生活を見直す。		
		高	・衛生的効率的に準備片づけを行う。 ・好き嫌いなく食べる。	高	・食べ物の働きを知って自分の健康について関心を持つ。	高	・自分の食生活を振り返る。 ・感謝の気持ちで食べる。		
学校行事	・ 献立カレンダー ・「上っ子 English day」で食材についての紹介。 ・ 日本の食文化について (食器の置き方、箸の持ち方、郷土料理、行事食)			入学式 健康診断 校外学習 運動会 校外学習 創立記念日 日曜参観 プール学習 交流給食 給食試食会 交流給食 特別給食			給食週間 卒業式 交流給食		
児童活動	給食時間の当番活動 残菜調べ エプロンマスク・ナフキン調べ ゴーヤ栽培			給食時間の当番活動 残菜調べ ゴーヤ栽培			給食時間の当番活動 児童集会での発表(給食週間)		

教科との関連		1 年	2 年	3 年	4 年	5 年	6 年	
	国語			ふきのとう	すがたを変える大豆	ウナギのなぞを追って		
	社会				八尾市の農業	ゴミの処理と活用	米作り	ともに生きる地球
	理科				植物の一生		植物の発芽と成長	ヒトや動物の体のつくりとはたらき
	生活	さあ探検だ!	ぐんぐんのびる					
	家庭						おいしいね 毎日の食事	見直そう 食事と生活のリズム
	保健体育				健康な生活	育ちゆく体とわたし	心と体の関わり	
道徳	勤労・感謝	感謝の気持ち	感謝の気持ち	勤労・感謝	感謝の気持ち	勤労の大切さ		
総合的な学習の時間					アジアの料理			
家庭・地域との連携	給食だよりの発行 JA でのゴーヤの販売 校庭キャンプでゴーヤ交流			給食試食会の開催 米作り(5年生)		地域の食材を使用した特別給食を実施 親子クッキング(支援学級)		

～当給食会の平成24年度食育推進事業助成金を受けて～

寝屋川市立楠根小学校の『収穫祭』

平成24年11月23日(金) 9:00～12:00
寝屋川市立楠根小学校 芝生広場

市 町 村
だ よ り

テーマ 秋の実りに感謝して、みんなで秋祭りをたのしもう
～くすねっ子の元気を地域にとどけよう～



6月に、さつまいもの苗を学校農園などに400本植え、世話をしながら育てました。大きく育ったさつまいもを収穫し、給食のさつまいも汁用、にこにこカーニバルでの販売用、そして焼きいもパーティ用にと分けました。

当日は、あいにくの雨のため、オープニングセレモニーは体育館で行われ、各学年の収穫祭に向けての思い、ダンスクラブの発表や和太鼓の披露、そして給食委員会からは「さつまいも」について、歴史・栄養・おいしい食べ方や天災・戦争などによる食糧不足の時にさつまいもは人々を救ってくれたことなどを発表しました。

その後、運良く雨もあがり、手作りのおみこしをかついで校区を練り歩きました。

そして、いよいよみんなが楽しみにしている焼きいもパーティです。いろいろな方のご協力で焼き上げられた“焼きいも”をおいしくいただきました。

収穫祭で食べたさつまいもはほくほくとあたたかくて甘くてすごくおいしかったです。それに、にこにこカーニバルの前の日に自分たちで計ったり、洗ったりしたから、よりおいしくなったかなと思います。それから私はお店番をしていて、全部売れてすごくうれしかったです。(4年)

さつまいもの味は、ホクホクしておいしかったです。おみこしは、重かったけど最後までいけてうれしかったです。発表するときは、大きな声も出せたと思う。今年の収穫祭はとても楽しかった。来年も楽しみです。(4年)

子ども達にとって、「農耕体験から、収穫(収穫祭)、販売(PTA祭)、消費(さつまいも汁・焼き芋)…」までを経験し、食に対する感謝、地域とのつながりの大切さを学ぶ良い機会となりました。



▲ さつまいもの世話



▲ 133kgの収穫



▲ オープニングセレモニー

栄養教諭支援セミナー

平成24年度栄養教諭支援セミナーは、5～2月の全7回にわたって開催しました。国語・理科の教科と関連する授業や、道徳、そして食育単発授業など40名の受講生は熱心に受講しました。受講生の感想を掲載します。

- 勇気を出して応募して本当によかったと思います。今まできちんと習ったことがなかったし、今さら聞くこともできなかったのだから、こんなに具体的に教えて頂けて嬉しかったです。これからも頑張ろう！というやる気にもつながりました。
- 今回の支援セミナーで一番得た大きなものは、授業に対して前向きな気持ちを持つことです。日下先生から教えていただいたこと、自分と同じ立場の先生方の発表や、数々の話し合いの時間は私にとって大きな刺激になりました。このような機会に恵まれたことに感謝しています。



大阪府学校給食献立講習会レシピ

大阪府学校給食献立講習会

- 日 程** 平成25年2月7日(木) 14:00～
- 会 場** 大阪ガスッキングスクール淀屋橋
- 内 容** 「大阪の地場産物及びアレルギー対応献立について」
- 講 師** リーダー インストラクター 内田 真由美 氏



◆ セルフ かやくビビンバ

- 材 料 (4人分)**
- ・米…135g
 - ・スーパー玄米(大阪産)…15g
- (a)**
- ・かやくご飯の素煮汁…大さじ1/2
 - ・ゴマ油…小さじ1
 - ・かやくご飯の素の具…40g
 - ・豚モモ肉(スライス)…50g
 - ・たけのこ水煮スライス(大阪産)…40g
 - ・モヤシ…60g
 - ・ニンジン…30g
 - ・ホウレン草…80g
 - ・うずら卵水煮…4コ
- (b)**
- ・濃口しょうゆ…小さじ2
 - ・砂糖…小さじ1
 - ・玉ねぎドレッシング(大阪産)…大さじ2
 - ・白すりゴマ…小さじ1
 - ・ゴマ油…小さじ2
 - ・塩…適量
- ※かやくごはんの素の材料…たけのこ(大阪産)・こんにゃく・ごぼう・にんじん・しいたけ(大阪産)・油あげ
(赤字は大阪府学校給食会取り扱い商品)



〈作り方〉

- ① 洗米した米はザルに上げ、約30分おく。
- ② ①を炊飯釜に入れ、スーパー玄米、(a)を加えて水加減し、かやくご飯の素の具を散らして炊く。
- ③ 豚肉は5mm幅の細切り、タケノコは3cm長さの薄切り、ニンジンは3cm長さ、5mm幅の短冊切りにする。
- ④ ③、モヤシ、ホウレン草は塩を加えた熱湯で茹でる。ホウレン草は冷水にとって水気をきり、3cm長さに切る。
- ⑤ ④に(b)の一部をかけておく。
- ⑥ 器に②、⑤、うずら卵を盛り、セルフで残りの(b)を好みでかける。

◆ イカと焼きたけのこの和え物 焙煎昆布梅風味

- 材 料 (4人分)**
- ・イカ…80g
 - ・たけのこ水煮スライス(大阪産)…120g
 - ・キュウリ…70g
 - ・ニンジン…20g
 - ・乾燥ワカメ…4g
- (a)**
- ・梅肉ピューレ…15g
 - ・淡口しょうゆ…小さじ1
 - ・みりん…小さじ1
 - ・焙煎昆布…小さじ1
 - ・砂糖…小さじ1
 - ・塩…少々
 - ・米油…大さじ1
- (赤字は大阪府学校給食会取り扱い商品)



〈作り方〉

- ① イカは3cm長さの短冊切りにし、茹でて冷水にとって水気をきる。
- ② たけのこの水煮は3cm長さ、5mm幅の短冊切りにし、フライパンに米油を熱してカリッとさせるまで焼き、軽く塩をふる。
- ③ キュウリとニンジンは3cm長さ、5mm幅の短冊切りにする。乾燥ワカメは水で戻し、食べやすい大きさに切る。ニンジン、ワカメは熱湯で茹でて水気をきる。
- ④ ①～③を(a)で和え器に盛る。

◆ ポテトサラダ

- 材 料 (4人分)**
- ・ジャガイモ…160g
 - ・キュウリ…20g
 - ・パプリカ(赤)…10g
 - ・みかん缶詰(大阪産)…40g
 - ・ホールコーン…10g
 - ・ソテードオニオン(大阪産)…10g
- (a)**
- ・クリームコーン…40g
 - ・みかんだレッシング(大阪産)…大さじ2
 - ・砂糖…小さじ1
 - ・塩 コショウ…各少々
- (赤字は大阪府学校給食会取り扱い商品)



〈作り方〉

- ① ジャガイモは皮付きのまま茹で、柔らかくなれば皮をむいて、フォークまたは麺棒で粗くつぶす。
 - ② キュウリは薄い輪切りにし、薄い塩水につけ水気をきる。
 - ③ パプリカは種を取り、3cm長さの薄切りにする。パプリカとホールコーンはサツと茹で、水気をきる。みかんは小切りにする。
 - ④ (a)を合わせて①～③を和え、器に盛る。
- * 甘酸っぱいマヨネーズ風ソースで定番のポテトサラダを作りましたが、卵の入ったマヨネーズの代わりにクリームコーン、ドレッシングなどの調味料を加えたサラダです。
- * 市販されている卵を使用しないマヨネーズ風調味料を利用しても良いでしょう。
- * ソテードオニオンを加えることにより、コクと甘みが増します。

◆ 里芋コロッケ

材 料 (4人分)

・冷凍里芋(大阪産)…300g
 ・ソテードオニオン(大阪産)…80g
 ・リカロミンチ(おからこんにゃく)…50g

(a)

・塩 コショウ…各少々
 ・ナツメグ…少々
 ・ブリーツレタス…40g ・米油(炒め用)…適量 ・米粉…適量

(b)

・クリームコーン…80g
 ・水…約大さじ1
 ・あられ(米菓)…50g ・米油(オープン焼き用)…大さじ1

(c)

・トマトケチャップ…大さじ2
 ・ウスターソース…大さじ1

(赤字は大阪府学校給食会取り扱い商品)



〈作り方〉

- ① 里芋は柔らかくなるまで蒸し(約15分)、熱いうちにフォークまたは麺棒で粗くつぶす。
- ② フライパンに米油を熱し、ソテードオニオン、リカロミンチを加えて炒めて(a)を加え、粗熱を取る。
- ③ ①に②を混ぜ合わせ、8コの丸または小判型にする。
- ④ ③に米粉、(b)、砕いたあられを順につける。
- ⑤ オープンシートを敷いたオープン皿に並べて米油をかけ、温めたオープンで230℃ 10～12分焼く。
- ⑥ 器にブリーツレタスを敷き、⑤を盛り、合わせた(c)をかける。

*衣には、卵の代わりにクリームコーン、小麦粉の代わりに米粉、パン粉の代わりに米あられを使っています。
 *あられはフードプロセッサーにかけて細かく砕いておきます。

◆ 森のクリーミーコーン&豆乳スープ

材 料 (4人分)

・エリンギ…100g
 ・シメジ…100g
 ・マッシュルーム…4コ
 ・ニンジン…20g
 ・ソテードオニオン(大阪産)…40g
 ・米油…小さじ2
 ・白ワイン…大さじ1

(a)

・フイヨン(固形)…1/2コ
 ・水…1カップ
 ・クリームコーン…250g
 ・豆乳(成分無調整)…カップ1/2
 ・塩 コショウ…各少々

(赤字は大阪府学校給食会取り扱い商品)



〈作り方〉

- ① エリンギは4cm長さの短冊切りにし、シメジは石づきを取り、小房に分ける。マッシュルームは薄切りにし、ニンジンはイチョウ切りにする。
- ② 鍋に米油を熱し、①を加えてしんなりするまで炒める。ソテードオニオン、白ワインを加えてアルコール分を飛ばし(a)を加えて柔らかくなるまで弱火で煮る。
- ③ 仕上げに豆乳を加えて煮、塩、コショウで味を調え器に盛る。

*牛乳の代わりに豆乳を使っています。
 *材料が柔らかくなれば、豆乳を加えて仕上げます。豆乳を加えた後、長く煮込むと分離しやすくなり、口当たりが悪くなります。

◆ フルーツグラタン

材 料 (4人分)

・リンゴ…1/4コ
 ・塩…少々
 ・バナナ…1/2本
 ・パイナップル缶詰(カット)…8切

(a)

・ココナッツミルク…100g
 ・豆乳(成分無調整)…50g
 ・ハチミツ…大さじ1
 ・米粉…約大さじ1
 ・グラニュー糖…少々

(赤字は大阪府学校給食会取り扱い商品)



〈作り方〉

- ① リンゴは皮付きのまま5mm厚さのイチョウ切りにし、薄い塩水につけ水気をきる。
- ② バナナは5mm厚さの輪切りにする。
- ③ ①、②、パイナップルを耐熱容器に入れる。
- ④ 鍋に(a)を合わせて火にかけて沸騰させ、水で溶いた米粉を加えてトロミをつけ、1～2分煮る。
- ⑤ ③に④を流し入れ、グラニュー糖を振ってグリルで5分(強火)焼く。

*牛乳の代わりにココナッツミルクと豆乳、小麦粉の代わりに米粉を使っています。
 *ココナッツの粉末を振りかけて焼いても香ばしく仕上がります。
 *グラニュー糖の代わりに黒砂糖をかけても良いでしょう。

◆ 里芋もち

材 料 (4人分)

・冷凍里芋(大阪産)…200g ・塩…少々 ・黒砂糖(粉末)…12g
 ・片栗粉…40g ・片栗粉(とり粉)…適量 ・塩…少々 ・米油…小さじ1

<カラメルソース>

・砂糖…20g
 ・水…大さじ2

(赤字は大阪府学校給食会取り扱い商品)



〈作り方〉

- ① 里芋は柔らかくなるまで蒸し(約15分)、熱いうちにフォークまたは麺棒で粗くつぶす。
- ② ①に塩、黒砂糖、片栗粉を順に加えて混ぜる。8等分にし、手にとり粉をつけて、丸く平らな形にする。
- ③ フライパンに米油を敷き、②を並べて火にかけて焼く。
- ④ 器に③を盛り、カラメルソースに塩を加えてかける。

*しょうゆダレの代わりにカラメルソースにしています。
 *カラメルソース：砂糖を火にかけて、カラメル色になれば水を加えて溶かします。

■ 平成 25 年度学校給食普及充実及び食育支援事業（前期案内分）



今年度も、下記事業の募集等を行います。詳しくは、給食会ホームページの掲載をご覧ください。各担当にお問合せをお願いします。

栄養教諭支援セミナー（バージョンアップしました）

学校給食を活用した食育を推進するため、栄養教諭制度の概要に示された職務能力の向上を目指し、学校現場において一層の活躍するためのスキルの習得を目的とする総合的な研修を予定しています。

また、栄養教諭・学校栄養職員を支援するため、日下豊子先生による「食育授業個別指導」も新設しました。



食育推進助成事業

大阪の食育を支援するため、親子料理講習会・食に関する講演、その他 地場農作物を使用した行事などを実施する学校、並びに PTA 等の団体に対し助成金を交付します。

出前パン作り教室

食に関する体験活動と食育推進活動の実践事業として府内市町村の学校に出向き、本給食会が供給するパン用の原材料を使用して、学校給食パンを作り、試食をします。併せて、パン工場における学校給食のパンができるまでの映像などを放映し、食に対する関心と意識を高め、食に関する理解を深めることを目的に年間 20 学校程度の訪問を予定しています。



食育教材等貸出事業

①食育・衛生管理教材 ②検査器具類 ③栄養管理ソフト

市町村教育委員会・学校及び栄養教諭等学校給食関係者に対し、「食育」や「学校給食の普及充実」に関係する書籍・DVD・紙芝居・フードモデルなどの各種教材、また「衛生管理の推進」に役立つ DVD 教材や簡易検査器具、並びに「栄養価計算や献立作成等」を行える学校給食管理システム（栄養管理ソフト）を無償で貸与します。

なお、貸出品については、**当給食会ホームページ** (<http://oskz.com>) で案内しています。



バケツ稲作りの種もみ配布

昨年度に引き続き、バケツ稲用の「種もみ」（平成 24 年産米）を配布します。銘柄及び申込み方法は、別途ご案内をいたします。



DVD制作「パン・ごはんができるまで」

おいしい

「学校給食のパン・ごはんができるまで」 DVDが完成しました。

学校給食の普及充実及び大阪府内の児童・生徒の食育推進の支援を目的に、パン・ごはんの製造工程が理解し易く、食育教材としても使用できるDVDを制作しました。

大阪府学校給食会のオリジナルキャラクター「パンタン・コメタン」が学校給食用のパンやごはんが子ども達の給食に届くまでを楽しく、分かり易く紹介します。パン製造工場や給食調理室にカメラが入り給食ができるまでの工程を詳しく映像で紹介しています。

府内申し込みのあった小学校、中学校、支援学校へ配布しましたので、是非ご活用いただきますようお知らせします。

DVD収録内容

- 1 学校給食のパンができるまで 14分20秒
・パンの原材料 ・工場で作るまで ・パンが学校に届くまで
- 2 学校給食のごはんができるまで 14分25秒
・お米ができるまで ・炊飯工場でお米からごはんになるまで
・給食調理室でお米からごはんになるまで



▲ タイトル画面



大阪府学校給食用物資運営委員会 品質小委員会

平成 25 年 1 月 31 日 (木) 10:00 ~ 17:00 大阪市立いきいきエイジングセンター

平成 25 年度に取り扱い予定の一括供給物資見本審査を行うため、小委員会を開催しました。この小委員会は、定められた大阪府学校給食用物資の見本審査内規に基づき、味覚審査等を行うことを目的としており、委員 13 名で審査にあたりました。審査結果は物資運営委員会に報告され、給食会のホームページにも掲載しています。



▲ トマトケチャップの審査風景



▲ カレールーの審査風景

第 3 回大阪府学校給食用物資運営委員会

平成 25 年 3 月 1 日 (金) 14:30 ~ 17:00 給食会会議室

平成 25 年度第 1 学期分取り扱い予定の大阪府学校給食用一般物資売渡価格等に関する協議および見本審査の結果報告、並びに平成 24 年度商品開発選定の検討結果等の報告を行いました。また、後半には「快腸生活で子供を守ろう」というテーマで近畿中央ヤクルト販売(株)担当者による講演が行われ、給食会取扱商品「ジョア」に含まれる乳酸菌シロタ株を児童が摂取することによる効果等の話がありました。



▲ 第 3 回物資運営委員会の審議風景



▲ ヤクルト担当者講演

役員名簿

(平成 25 年 3 月 31 日現在)

役職名	選出区分	氏名	所属
理事長	大阪府町村教育長会会長	小川 照夫	豊能町教育委員会教育長
常務理事	公益財団法人 大阪府学校給食会	嵯峨 健一	公益財団法人大阪府学校給食会
理事	大阪府都市教育長 協議会代表	浦上 弘明	八尾市教育委員会教育長
理事	大阪府教育委員会代表	真野 正道	大阪府教育委員会事務局教育振興室保健 体育課長
理事	学識経験者 (学校給食・教育分野)	堀井美紀子	大手前栄養学院専門学校非常勤講師
監事	公認会計士・税理士	宮井 秀明	BTJ 税理士法人代表社員
監事	学識経験者 (学校給食・教育分野)	安井 好美	大阪国際大学短期大学部非常勤講師

評議員名簿

(平成 25 年 3 月 31 日現在)

	選出区分	氏名
学校教育現場	元大阪府内小学校長	井上 修身
学校教育現場	学校給食行政経験者	植田 政栄
学校教育現場	学校給食行政経験者	吉田 智子
児童・生徒の保護者	大阪府 PTA 協議会の推薦者	菅波 賢二
児童・生徒の保護者	大阪市 PTA 協議会の推薦者	坂井 幹
他府県の学校給食会	奈良県学校給食会の幹部職員	浦辻 利宏
他府県の学校給食会	兵庫県学校給食・食育支援センターの幹部職員	益田 敦弘

平成 25 年度「年間行事予定」

公益財団法人 大阪府学校給食会

月	行事名
4月	上旬 第36号「おおさかの学校給食だより」発行
	上旬 パン・炊飯指定工場事務連絡会
5月	上旬～下旬 製粉工場巡回調査
7月	上旬 第37号「おおさかの学校給食だより」発行
	中旬 「おおさか学校給食献立コンテスト」募集
	中旬 第1回物資運営委員会
8月	26日 「第67回大阪府学校給食大会」(大阪市中央公会堂)
	上旬 パン実技講習会(2日間)
	上旬 「おおさか食育フェスタ」出展
	下旬 学校給食物資展示・試食会
9月	下旬 学校給食管理システム講習会(2日間)
	上旬～下旬 牛乳供給事業者工場巡回調査
	上旬 物資運営委員会 第1回開発選定小委員会

月	行事名
10月	上旬 第38号「おおさかの学校給食だより」発行
	中旬 精米(新米)試食会
	中旬～翌年2月 パン・炊飯指定工場巡回調査
11月	下旬 物資運営委員会 第2回開発選定小委員会
	上旬 パン品質審査会
	中旬 安全衛生講習会(工場等関係先対象)
	中旬～下旬 府内ブロック会議(3～4回)
12月	下旬 第2回物資運営委員会
	下旬 献立コンテスト表彰式・食育講演会・一般物資展示会
1月	上旬 第39号「おおさかの学校給食だより」発行
	下旬 物資運営委員会 品質小委員会
2月	上旬 献立講習会
	中旬 物資運営委員会 第3回開発選定小委員会
	下旬 第2回近畿ブロック学校給食連絡協議会
3月	上旬 第3回物資運営委員会

*栄養教諭支援セミナー

*出前パン作り教室(年20回程度実施)

食の豆知識シリーズ

【マヨネーズ】編

「マヨラー」と呼ばれる人がいるほど大人気のソース、マヨネーズ。“mayonnaise”はフランス語の女性名詞ですが、地中海はミノルカ島のマオンという町で作られていたソースの「マオンソース」が語源という説が有力です。18世紀半ば、ミノルカ島に侵攻したフランス軍の総司令官はマオンの町で食べた料理にかかっていた、油・卵・酢を混ぜたソースを気に入り、そのレシピを母国に伝えました。これが「マオンソース」であり、後に訛って「マヨネーズ」と呼ばれるようになったといわれています。

日本でマヨネーズといえば薄黄色のクリーム状のものが一般的ですが、欧米で販売されているマヨネーズは液体状で酸味が控えめで、薄味といわれています。日本製マヨネーズは海外でも評価が高く、「マヨラー」人口は世界で着々と増えているようです。



大阪みかんノンオイルドレッシング

サンプルをご希望される場合はご連絡ください。



- メーカー：エスエスケー
- 配 送：(株) SN 食品研究所
- 規 格：200 ml
- キャンペーン価格(税込)：185 円 (センター)
195 円 (学校)

特徴

- 開発委員会で2年かけて製品化しました。
- アレルゲン 25 品目不使用!
- みかんの甘味と酸味が程よいドレッシングです。

原材料

原材料名	配合割合
大阪産みかん果汁	30.06
砂糖	20.00
醸造酢	14.00
食塩	5.00
濃縮レモン果汁	1.00
ぶどう発酵調味料	1.00
増粘剤	0.20
酵母エキス	0.10
香辛料	0.03
水	28.61
合 計	100.00

大阪みかんノンオイルドレッシング 活用レシピ

鮭のちらし寿司

- みかんだレッシングがすし酢の代わりになります。



■材料 (1 人分)

- ・精白米 (70g) ☆大阪みかんノンオイルドレッシング (5g) ・鮭フレーク (10g)
- ・さやいんげん (5g) ・錦糸卵 (冷凍) ・ごま (1g) ・のり (0.5g)

作り方

- ① 米は炊飯する。
- ② 錦糸卵は袋ごとボイルして熱を通し、開封してよくほぐしておく。
- ③ さやいんげんは小口切りにし、さっとゆでる。
- ④ 炊き上がったご飯にみかんだレッシングをまわしかけ、よく混ぜる。
- ⑤ ④に③、鮭フレーク、ごまを入れて混ぜ、錦糸卵とのりをちらす。

ささみのみかんソースかけ

- みかんだレッシングをソースに加えることでさっぱりとさわやかな味に!



■材料 (1 人分)

- ・鶏ささみ 1 切れ (約 50g) ・塩 (0.1g) ・酒 (2g) ・片栗粉 (5g) ・揚げ油 (適宜)
- A {
 - ・うすくちしょうゆ (3g)
 - ・三温糖 (3g)
 - ☆大阪みかんノンオイルドレッシング (2.5g)

作り方

- ① 鶏ささみを一口大にカットし、塩・酒で下味をつける。
- ② ①にかたくり粉をつけて、180℃の油でカリッと揚げる。
- ③ ②と混ぜ合わせたAを絡める。

カミカミサラダ

- 歯ごたえが良いサラダに甘味と酸味がきいたみかんだレッシングをあわせました。



■材料 (1 人分)

- ・ほうれん草 (15g) ・切干大根 (3g) ・人参 (3g) ・コーン (冷凍) (5g)
- ☆大阪みかんノンオイルドレッシング (5 g)

作り方

- ① 切り干し大根は水で戻し、さっとゆでる。
- ② ほうれん草はゆでて、4cm カットする。
- ③ 人参は千切りにし、さっとゆでる。
- ④ コーンはさっとゆでる。
- ⑤ ①、②、③、④を和え、ドレッシングで味付ける。

トマト缶詰に関するQ&A

Q. トマト缶（ダイス）を開けたところ、入っているトマトに赤味がなく、変色しているように見受けられましたが、使用しても大丈夫でしょうか？

A. トマト不作年では、日照不足により熟度が早い状態や、急激な気温の上昇により日焼けした状態のトマトを収穫する場合があります。そうしたトマトは出荷規格・基準に適合していますが豊作年のものに比べ赤味が少なく、使用したトマト缶の中身が黄色やオレンジが混じった色をしていることがあります。メーカーに対しては、原料搬入時の選別に細心の注意を払うよう指導していますが、もしこのようなトマトが発見された場合でも食べて頂いて問題はありません。



▲黄色・オレンジ色の状態で収穫されたトマト



▲黄色・オレンジ色のトマトが入った缶の中身

食育講座

「若ごぼうの八幡巻き」

なにわの郷土料理

若ごぼう（「葉ごぼう」または「矢一ごんぼ」ともいう）は、春を運ぶキク科の野菜で、大阪府八尾市の特産野菜です。秋に種をまき、成長した葉が霜で枯れ、暖かくなった春に新しくのびた柔らかい葉柄を主に食べますが、葉も茎も根も全部食べることができるふるさと野菜です。

ごぼうの一種なので、水につけてあく抜きをしてから調理します。食物せんい、ルチン、鉄分などのミネラルを多く含んでいます。



材料(4人分)

- ・若ごぼう …… 300g
- ・豚肉 …… 250g
- ・さとう …… 小さじ1
- ・しょうゆ …… 大さじ2
- ・みりん …… 大さじ2
- ・酒 …… 大さじ1
- ・練りからし …… 少々
- ・木綿糸

作り方

- 1 若ごぼうは、茎、根を切り分けて、根は髭・皮をこそげて掃除し、10cm位の長さにそろえ、水に浸してあくをぬいてから塩ゆでする。
- 2 豚肉を広げて、茎と根を芯にして、3cm位の太さに巻く。木綿糸で縛っておく。
- 3 調味料と水大さじ2を煮立て、ゆっくりと味をつける。
- 4 2～3cmに切り、練りからしをそえる。

郷土料理研究会より

編集後記

平成25年度がスタートしました。

本年度も、当給食会では「学校給食物資の安全・安心と学校給食の普及充実と食育の推進」を目的に事業を幅広く展開してまいります。これからもどうぞよろしくお願いいたします。

本号発行に際し、ご多忙中にもかかわらず快くご寄稿をいただき有り難うございました。