

# 学校給食だより

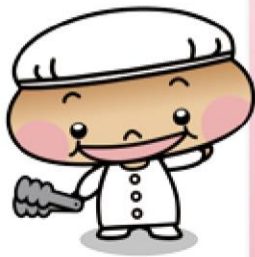
おおさかの

～広げよう 食育の輪～

第48号

平成28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>



パンタン



コマタン

阪南市立箱作小学校



## おおさかの食育を全国に

公益社団法人 全国学校栄養士協議会

大阪府学校栄養士協議会 代表 三田 佐知子

「第57回全国栄養教諭・学校栄養職員研究大会」が今年8月3・4日、大阪で開催されることになりました。主題は『栄養教諭を中核とした学校における食育の推進』サブテーマは～食育の波を全国へ 天下の台所 大阪から～です。

大阪府栄養士協議会では、教科と関連した授業づくりや給食管理等について、また児童・生徒理解への研修等、栄養教諭の資質の向上に役立つ活動を行っています。そして今、私たち栄養教諭が積み重ねてきた日々の取り組みである『おおさかの食育』を全国に発信する機会がやってきました。

『おおさかの食育』の特徴について、ひとつは「教科と関連した授業づくりへの取り組み方」についてです。平成22年度より始まった、公益財団法人大阪府学校給食会で開催している『栄養教諭支援セミナー』は今年で7年目を迎えました。私たち栄養教諭は、講師の日下先生という大変すばらしい指導者に恵まれ、『子どもの瞳が輝く授業』を目指して取り組んでいます。

その栄養教諭支援セミナーでは、今まで私たちが取り組んできた食育の授業を大きく見直す機会となり「これも、あれも教えた」と、詰め込んできた内容を最小限にそぎ落とし、教科の目標と食育の目標を擦り合わせ、「教科の目標を達成させながら、食育の授業として成り

立たせること」を学びました。担任教諭と一緒に授業を作り上げることで、一般教諭が「食育を入れることで、児童の興味関心が倍増した」と、その魅力に気づいてくれたケースもありました。毎年『栄養教諭支援セミナー』を受講した栄養教諭は、自信に満ち溢れた顔になり最終講習を終えていきます。そして、勤務校で担任教諭と共に授業に取り組む栄養教諭が増えています。食育に理解を示す教諭が増えることで、担任教諭も日々の食育を担ってくれます。栄養教諭が「教科と関連した授業に取り組むことで、担任教諭という強力な食育の担い手も育成できる」そんなことを意識しながら取り組んでいる栄養教諭も増えているように感じています。本大会では、そんな一面も発信していけたらと思います。

### 目次

■給食風景・挨拶	1
■食の教育だより「阪南市立箱作小学校」	2~4
■市町村だより・学校給食栄養教諭支援セミナー	5
■献立講習会レシピ	6~7
■給食会だより	8~9
■年間行事予定	10
■給食用物資紹介	11
■なにわの郷土料理	12

## 学校教育目標

きめ細やかなかわりを通して、  
一人ひとりに生きる力を育成する

# 食の教育 だより

阪南市立箱作小学校 校長 山本 雅之

## 学校の概要

本校は、大阪府泉南地域に位置する阪南市の南部にあります。創立34年、児童数208名を数える小学校です。眼下には大阪湾が広がり、振り返れば和泉山脈が迫るといふ豊かな自然に囲まれて、明るく素直な子どもたちは毎日楽しく学校生活を過ごしています。本校では、学校給食センターが隣接する関係もあり、これまで緊密に連携を図りながら、全校での食育に取り組んできました。平成28年度からは、統合により下荘小学校として新たなスタートを切ることになりますが、たくましく生きていくための基盤である食に関する教育は、今後も大切に継続していきたいと考えています。



箱作小学校正門付近

## 1. 各学年の取り組み

### 1年生

#### テーマ

食べ物に親しみを持つ

- 好き嫌いをなく何でも食べよう
- えんどう豆さやむき体験

### 2年生

#### テーマ

感謝して食べよう

- 空豆のさやむき
- 学校給食センター見学



### 3年生

#### テーマ

教科とつながる食育

- 植物の作りと育ち
- すがたをかえる大豆

### 4年生

#### テーマ

地産地消を広げよう

- 生き物に感謝して食べよう（ソーセージ作り）
- 郷土料理を食べ続けよう
- 阪南市産（のり）を食べよう



### 5年生

#### テーマ

健康なからだを作ろう

- 生き物に感謝して食べよう（ソーセージ作り）
- バランスの良い食事をしよう
- 郷土の産業（のりの養殖）を学ぼう

### 6年生

#### テーマ

健康なからだを作ろう

- 給食の献立を作ろう
- 成長期の食事について考えよう



6年生が考えた  
給食の献立を  
実施しました

豚肉のすき焼き丼  
海藻サラダ、ピーチゼリー

## 2. 全体の取り組み

年2回生活習慣や食生活について生活アンケートを実施しています。朝食の喫食率は98%ですが、内容は主食のみや主食＋飲み物の児童が多く、野菜や果物を食べている割合は52%にとどまっています。そこで、全学年で朝食の大切さについて学習し、簡単に作れる朝食の調理実習をしました。

授業参観での調理実習や、実習後に家族のための朝食を作る取り組みは、保護者への啓発につながっています。

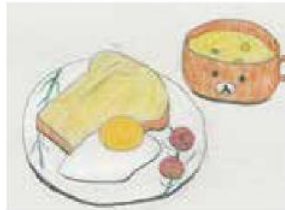




### 朝食の学習をして(4年生)・・・

- 朝ごはんを食べる時間が少ないので、かんたんですばやく、黄・赤・緑をそろえて食べる事が大事とわかりました。毎朝黄・赤・緑をそろえ、学校の勉強に集中できるようにします。私は黄・赤・緑をそろえて食べる事は、長生きすることにつながると思います。

### こんな朝ごはんを作ったよ!



- ま 納豆のまめ(まめ類)
  - ご ごま(ごま)
  - わ トッピングののり  
(わかめなど海そう類)
  - や ピーマン(やさい)
  - さ かつおぶし(さかな)
  - し しめじ  
(しいたけなどきのこ類)
  - い ハッシュドポテト  
(いも類)
- 心をこめて作りました

### 保護者より・・・

- “学校で作って来たから一緒に作って食べようよ!!”と言って一緒に作って食べました。とてもおいしかったです。
- 初めて一人で卵焼きを作ってもらいましたが、私よりも上手に作られてびっくりしました。豚汁もとってもおいしかったです。

## 3. 給食委員会の取り組み

### ●ハート型の しあわせにんじん作り



### ●児童集会での発表

- ・栄養三色を知ろう
- ・学校給食センターに感謝状

(おいしい阪南  
食べるんじゃー!が出演)



### ●大阪ウィーク・ 学校給食週間クイズ

#### 水ナスが全国で有名になった理由は?

…… ①水ナスの種を全国に配った ②漬け物を通信販売した

答え: ②水ナスは泉州以外では育ちにくく、長年地産地消の野菜でした。漬け物にして冷蔵することで広まりました。

## 4. PTA活動

(公財)大阪府学校給食会の助成を受けて「夏休み親子料理講習会」を実施しました。

学校給食センターの調理師を講師に迎え、郷土料理の「えびなす」や給食の好評メニューを作りました。



### 児童の感想

- 包丁を使うのが大変だったけど、お家でも、もっと料理を作りたい。
- おいしいし作り方も簡単だから、また作りたいです。

### 保護者の感想

- 給食試食会で栄養士さんが「「えびなす」は郷土料理なので作って」と言われていたので、今日作り方がわかって良かったです。子どもが「大好き!」と言うので家で作りたと思います。

教育目標

きめ細やかなかわりを通して、一人ひとりに生きる力を育成する

めざす子ども像

- ・学ぶ楽しさを味わえる子ども
- ・自分も人も大切にできる子ども
- ・あいさつのできる子ども
- 健康でしなやかな心と体をもった子ども

食に関する指導目標

食に関する正しい知識を身につけ、自らの健康増進に向け、自主的に実践しようとする児童の育成

各発達段階に応じた食に関する指導の到達目標

	低学年	中学年	高学年	中学校
幼稚園 保育所	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食べ物に興味・関心をもち、食品の名前がわかるようにする。</li> <li>・みんなと楽しく食べることができるようにする。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食べ物は働きによって3つのグループに分けられることがわかるようにする。</li> <li>・好ききらいなく食べるようにする。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・日常の食事に関心を持ち、バランスのとれた食事の大切さがわかるようにする。</li> <li>・食事を通して豊かな心と好ましい人間関係を育てる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自分の生活や将来の課題を見つけ、望ましい食事の仕方や生活習慣を理解し、自らの健康を保持・増進できるようにする。</li> </ul>

特別活動	給食時間	低学年	中学年	高学年
		<ul style="list-style-type: none"> <li>・給食について知ろう。</li> <li>・給食の準備や後片付けの仕方を知ろう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・献立や食品について関心をもとう。</li> <li>・よくかんで食べよう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食べ物の働きを知ろう。</li> <li>・楽しい給食時間にしよう。</li> </ul>
活動	1 学期	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食べ物に興味をもち、好き嫌いしないで食べよう。</li> <li>・感謝して食べよう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食べ物の3つの働きを知ろう。</li> <li>・好き嫌いしないで、食べる努力をしよう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食生活を直視し、好き嫌いしないで食べよう。</li> <li>・感謝して食べよう。</li> </ul>
	2 学期	献立カレンダー・ポスター・給食だよりなどを利用して指導（旬の食材・行事食・海外郷土料理）		
学級活動		よくかんで食べよう。	食べ物の働きを知ろう。	バランスよく食べよう。
児童活動		給食時間での当番活動・児童集会での発表		
教科との関連		1年 (生活)・学校探検 2年 (生活)・野菜を育てよう	3年 (社会)・地域の農業 (保健)・毎日の生活と健康 4年 (社会)・ごみのゆくえ (保健)・育ちゆく体とわたし	5年 (家庭)・料理って楽しいね (保健)・心の健康 6年 (家庭)・見直そう毎日の食事 (保健)・病気の予定
栄養教諭による指導		・給食を知ろう・そら豆のさやむき・牛乳を飲もう・好き嫌いしないで食べよう	・野菜を食べよう・郷土の食べ物を知ろう・朝食について考えよう	・バランスの良い食事を考えて作ろう・感謝して食べよう
家庭地域連携		給食だより・保健だよりの発行 給食試食会・PTAとの連携での料理教室などの開催		

■ ~当給食会の平成27年度食育推進事業助成金を受けて~

市 町 村  
だ よ り

高槻市立五百住学校  
親子クッキング教室

プロの料理人に学ぼう  
「和食の基本」

平成28年3月6日(日)に実施された当給食会助成事業の親子クッキング教室の取材に行ってきました。参加人数は親子13組29名でした。プロ(京都吉兆)の料理人5名の指導のもと、熱心に、だしのとり方・鍋でのご飯炊き・だし巻き卵に挑戦されていました。



とても優しく楽しく教えていただきました。



利尻昆布ですよ。



かつお節は2種類使います。だし汁の味見もしました。



おいしく炊けるお釜です。



お米は、こういう風にやさしく洗います。



献立名

- ♪ ごはん
- ♪ すまし汁
- ♪ サーモンの幽庵焼き
- ♪ だし巻き卵

お店では、お米は毎年20種類から選び、今年は昨年と同じ大阪府産「きぬむすめ」だそうです。



1年生も上手に巻けるようになりました。



プロの技のだし巻き卵は、フワツとしておいしかったです。



とてもおいしくいただきました。

児童・保護者達の感想

- ♪ プロの本格的でていねいな調理の仕方を学び、貴重な体験ができました。
- ♪ お釜で炊いたごはんが、甘くてとてもおいしかった。
- ♪ かつおやこんぶのだしがとてもおいしかった。家でもだしをとります。
- ♪ だし巻き卵も、ていねいに教えていただき、子どもも短時間で上達しました。これから子どもと一緒に楽しく作ることができそうです。

■ 栄養教諭支援セミナー

平成27年度栄養教諭支援セミナーは、「食に関する指導の授業作り」・「食における行動障がいについて」、そして「コミュニケーション能力向上のための研修」等、計12回実施し、110名の受講生が熱心に学ばれました。



食に関する指導の授業作り第7回参加者

食に関する指導の授業作り 受講生の感想

- ・基本からしっかり学ぶことができ、グループで指導案を考えたり、個人で考えた授業を発表し、それぞれ日下先生のご指導をいただけたことが大変良かったです。
- ・細かく愛情ある指導はとても楽しく、自分の気持ちが毎回上がっていくのを感じました。
- ・授業の内容について、今まで盛り込み過ぎていたことを反省します。
- ・教材研究・担任の先生への提案の仕方から時間配分・板書等とても勉強になりました。
- ・食に関する指導の目標6つを学校で広め、達成することの必要性を伝えていきたいです。



# 献立講習会レシピ

## 大阪府学校給食献立講習会

- 日程** 平成28年2月5日(金) 14:00～  
**会場** 大阪ガスッキングスクール淀屋橋  
**内容** 「大阪産(もん)を学校給食に活用しよう！」  
**講師** インストラクター 長山 明日香 氏

- 実習献立**
- ① 鶏と若ごぼうの玄米炊き込みごはん
  - ② ハンバーグと野菜のグラタン
  - ③ 根菜の煮物～カレー風味～
  - ④ 大豆の華団子と豆腐の煮物
  - ⑤ いかなごの釘煮 ライスピザ
  - ⑥ チョコチップパン蒸しパン
  - ⑦ おからのバナナケーキ

**作り方** 7品のうち4品の調理方法を記載します。  
ホームページには全て記載しますのでご覧ください。

※材料の赤字は大阪府学校給食用物資運営委員会開発・選定品及び取扱い物資です。  
青字は大阪産(もん)物資です。大阪府とJAグループ大阪より提供していただきました。

(大阪府農業協同組合)  
中央会 池嶋明 氏



八尾の  
若ごぼう  
です!

## 鶏と若ごぼうの玄米炊き込みごはん

### 材料(1人分)

- |             |            |
|-------------|------------|
| ・米…30g      |            |
| ・スーパー玄米…20g | (a)        |
| ・若ごぼう…15g   | ・酒…5g      |
| ・ニンジン…5g    | ・淡口しょうゆ…3g |
| ・鶏ミンチ…25g   | ・塩…0.4g    |



- 作り方**
- ① 米は洗ってスーパー玄米と共に炊飯器に入れて水加減し、約1時間浸水する。
  - ② 若ごぼうの茎は小口切りにし、水に20分ほどさらしてアクを抜く。葉の部分は熱湯で茹で、冷水で30分ほどさらしアクを抜く。
  - ③ ニンジンはせん切りにする。
  - ④ 鶏ミンチに(a)を混ぜ、①にのせる。②の若ごぼうの茎と、③のをせ炊飯器で炊く。
  - ⑤ 器に盛り、刻んだ若ごぼうの葉を散らす。

※若ごぼうをごぼうのささがきにかえてもよいでしょう。  
※油抜きした油揚げを細切りにして入れるのもおすすめです。

## 根菜の煮物 ～カレー風味～

### 材料(1人分)

- |                  |                       |
|------------------|-----------------------|
| ・さつま揚げ(平天)…1/2枚  | (a)                   |
| ・レンコン…20g        | ・出し汁…50ml             |
| ・ニンジン…20g        | ・砂糖…2.6g              |
| ・コンニャク…20g       | ・しょうゆ…4.3g            |
| ・フキ(水煮)(大阪産)…20g | ・酒…7.5g               |
| ・サラダ油…適量         | ・アレルギーフリーカレーパウダー…3.8g |
|                  | ・水溶性片栗粉…適量            |



- 作り方**
- ① さつま揚げは1枚を6等分に切る。
  - ② レンコン、ニンジンは大きめの乱切りにする。
  - ③ コンニャクは一口大に切って下茹でする。
  - ④ フキは4～5cm長さに切る。
  - ⑤ 鍋にサラダ油を入れて温め、②、③を炒める。
  - ⑥ ①を加えてサッと炒め、(a)を加えて落し蓋をして約15分煮る。
  - ⑦ 煮汁が半量になり、野菜が柔らかくなれば、④、アレルギーフリーカレーパウダーを加えてさらに煮詰め、水溶性片栗粉でトロミを付けて器に盛る。

※生のフキを使用するときは、板ずりすると色がきれいでます。  
※さつま揚げを鶏肉や豚肉に代えてもおいしく仕上がります。

## 大豆の華団子と豆腐の煮物

### 材 料 (1人分)

・大豆の華…7.5g	・ゴマ油…適量	(b)
・レンコン(すりおろし)…25g	・タマネギ…33g	・出し汁…50ml
(a)	・ニンジン…10g	・酒…3.8g
・ショウガ(すりおろし)…0.8g	・エノキ茸…12.5g	・しょうゆ…3.8g
・酒…7.5g	・焼き豆腐…25g	・みりん…8.8g
・塩…少々	・糸こんにゃく…25g	・砂糖…0.8g
・片栗粉…2.3g	・水菜…12.5g	・塩…少々



- 作り方**
- ① ボウルに大豆の華を入れてレンコンを加えて混ぜ、(a) を順に加えて混ぜる。2等分にして小判形に整える。
  - ② フライパンにゴマ油を熱し、焼き色がつくまで両面を焼く。
  - ③ タマネギは1cm幅のくし切りにし、ニンジンは7mm幅の半月切りにする。
  - ④ エノキ茸は石づきをとってほぐし、焼き豆腐は1cm厚さの食べやすい大きさに切る。
  - ⑤ 糸こんにゃくは熱湯でサッと茹で、食べやすい長さに切り、水菜は4cm長さに切る。
  - ⑥ フライパンに(b) を合わせて煮立て、③、④、⑤の糸こんにゃくを加えて味がなじむまで煮る。最後に②、水菜を加えてサッと煮て器に盛る。

※卵とじにしてどんぶりにアレンジしてもよいでしょう。  
※団子を鶏肉にしてもおいしいです。

## いかなごの釘煮、ライスピザ

### 材 料 (20cm角1枚分)

・米…1合	・シメジ…30g
・いかなごの釘煮(大阪産)…30g	・キャベツ…60g
・サラダ油…適量	・卵を使っていないマヨネーズタイプ…60g
・ウインナー(卵抜き)…2本(35g)	・刻みのり…適量



- 作り方**
- ① 米は洗って水加減し、約30分浸水させ、炊飯器で炊く。
  - ② ①にいかなごの釘煮を混ぜ、すりこぎで粗くつぶす。手にサラダ油をつけてクッキングシートを敷いたオープン皿の上で20cm角に広げる。
  - ③ ウインナーは4mmの輪切りにする。シメジは石づきを取り、小房に分ける。キャベツはせん切りにする。
  - ④ ②に③のをせ、クッキングシートをかぶせ、オープン皿をのせてオーブンで焼く。
  - ⑤ 焼き上がれば卵を使っていないマヨネーズタイプを網目状に絞り、刻みのりをのせる。

※白ごはんを広げてしょうゆを塗り、好みの食材をのせるのもおすすめです。  
※マヨネーズのコクとのりの風味でチーズがなくてもおいしいです。  
※トマトケチャップを混ぜて洋風の味にしてもよいでしょう。



献立講習会で使用した給食会物資(一部)

## 参加者の声

- ・地産地消の推進が求められているので前向きに検討したい。
- ・大豆の華と、若ごぼうなどの大阪産を使用した献立で参考になりました。
- ・大阪産の興味がわきました。
- ・大阪産の量の確保ができれば、ぜひ使ってみたいです。
- ・自分では考えない調理法や食材がありとても参考になりました。
- ・給食に応用できそうなメニューが多いので取り入れたいと思います。



## 第 2 回大阪府学校給食用物資運営委員会 品質小委員会

平成 28 年 1 月 27 日 (水) 14:30 ~ 17:00 給食会会議室



平成 28 年度に取扱予定の学校給食用物資見本審査を行うため、必須品目の果実缶詰を含むカレールウや削りぶしなど 30 品目を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、味覚審査等を行いました。また、今回は糖度計を使用し果実缶詰のシラップの糖度を計測しました。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。



## 第 3 回大阪府学校給食用物資運営委員会 開発選定小委員会

平成 28 年 2 月 3 日 (木) 14:30 ~ 17:00 給食会会議室

大阪産原材料と大豆の華を使用した新しい開発物資や、第 1 回品質小委員会で意見の出た物資について、改良を行うかの審議、また、継続審議となっていた物資や冬の展示会で展示されていた物資のアンケート結果など、今後の開発選定商品について討議を行いました。



## 第 3 回大阪府学校給食用物資運営委員会 全体会

平成 28 年 2 月 25 日 (木) 14:30 ~ 17:00 大阪赤十字会館 401 会議室

平成 28 年度第 1 学期分取扱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及び品質審査の結果報告、並びに平成 27 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、第 2 回に引き続き勉強会を「トランス脂肪酸について」のテーマで開催しました。





### 栄養教諭支援セミナー

学校給食を活用した食育を推進するため、「広げよう食育の輪」をテーマに栄養教諭や学校栄養職員の職務能力の向上を目指した種々の研修を実施します。担任の先生方も一緒にご参加お待ちしております。

今年度は「食に関する指導の授業作り」の研修や作業療法士の先生による「食における行動障害」についての研修等を予定しています。



### 出前パン作り教室

講師の先生、担当パン工場の職員、当給食会の職員が府内市町村の学校に出向き、パン作り教室を実施します。

給食のパンの生地を使用しての形作りや、工場で給食のパンが作られるまでの映像を見て、できあがったパンを試食していただきます。

年間 20 箇所程度の訪問を予定しています。



### おおさか学校給食献立コンテスト募集

#### テーマ

こんな給食食べたいなあ！  
『野菜タップリ！おいしく食べよう』



季節の野菜をたっぷり使ったおいしい献立を考えてください。（いも・きのこ類も旬の野菜 含みます）



- 春…たけのこ・春キャベツ・新たまねぎなど
- 夏…トマト・なす・とうがん・きゅうりなど
- 秋…さつまいも・ブロッコリー・しめじなど
- 冬…白菜・大根・ほうれんそうなど

### 食育教材等貸出事業

府内市町村教育委員会・学校及び学校給食関係者を対象に食育教材や検査機器、栄養管理ソフトを無償で貸出しします。

貸出品につきましては、当給食会ホームページ (<http://oskz.com>) →食育教材等貸出→貸出可能な教材一覧にてご覧いただけます。



### 食育推進助成事業

府内の食育事業を実施している団体（学校やPTA などの任意団体）が行う親子料理講習会・食に関する講演、その他、地場農作物を使用した行事などに対し、助成金を交付します。



### バケツ稲作りもみ種の配布

関係市町村・学校へバケツ稲づくりのためのもみ種の配布を行います。

バケツの中に小さな田んぼを作り、もみ種から稲を育てお米を収穫します。米作りを体験することにより、生産者の苦勞を知り、感謝の心を育てる事を目的としています。

豊作を願っています。



今年度も上記事業を実施予定です。

募集のご案内はメールもしくは、給食会ホームページの**普及充実・食育**に掲載します。

お問い合わせは食育・安全課（TEL 06-6942-3839）までお願いします。



## 平成 28 年度「年間行事予定」

月	行事名
4月	上旬 第48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
	下旬～10月末 「おおさか学校給食献立コンテスト」募集
5月	中旬～6月下旬 牛乳工場巡回調査
6月	中旬～下旬 製粉工場巡回調査（パン用小麦粉）
7月	上旬 第49号「おおさかの学校給食だより」発行
	下旬 第1回物資運営委員会
	22日 第70回大阪府学校給食大会（大阪市中央公会堂）
	26日 学校給食展示・試食会
8月	3・4日 第57回全国栄養教諭・学校栄養職員研究大会
	上旬 パン実技講習会（2日間）
	上旬 「おおさか食育フェスタ2016」出展
	中旬 学校給食管理システム講習会（2日間）

※栄養教諭支援セミナー、出前パン作り教室を年間通して実施します。

月	行事名
9月	上旬 物資運営委員会 第1回開発選定委員会
10月	上旬 第50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
	下旬 物資運営委員会 第2回開発選定委員会
11月	上旬 安全衛生講習会（工場等の関係先対象）
	中旬 パン品質審査会
	下旬 第2回物資運営委員会
12月	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51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 学校給食献立講習会
	中旬 物資運営委員会 第3回開発選定委員会
	下旬 第3回物資運営委員会
3月	

## 第57回全国栄養教諭・学校栄養職員研究大会に向けて



### 子どもの笑顔を作り出す 学校給食を目指して！

公益財団法人大阪府学校給食会  
常務理事 嵯峨 健一

本年8月3・4日に第57回全国栄養教諭・学校栄養職員研究大会が大阪で開催されます。当給食会は、大阪の子ども達のために安全で安心な学校給食用食材を提供し、楽しい給食で笑顔にすることを目的としています。

また、学校における食育の支援をするために「栄養教諭支援セミナー」を開催しております。このセミナーは、大阪府内の栄養教諭等の方々に、栄養教諭制度の概要に示された「食に関する指導」に関して、教科と関連した食の指導技術向上を目指し、充実した授業ができる能力を養うこと、そして、もうひとつは児童生徒への個別的指導に必要なコミュニケーションの能力向上についての内容となっております。

また、サブテーマの「食育の波を全国へ 天下の台所 大阪から」と言われるように、太閤秀吉の大阪城を背景に、和食・郷土料理・地場産物をキーワードに様々な講習会を開催し食育の推進を図っております。

今年の1月からはNHKで大河ドラマ「真田丸」の放映が始まり、全国から大阪に注目を集めているところでもあります。全国大会をきっかけに学校給食関係者の皆様と共に大阪府の食育に対する取り組みを全国にアピールしようではありませんか。

## 商品紹介

平成 27 年度第 3 学期より新規取扱となった 2 商品をご紹介します。  
 全て「化学調味料無添加」、「アレルギーフリー（27 品目不使用）」で、安心してご使用頂けます。

### アレルギーフリー カレーフレーク (品番 E330) アレルギー 27 品目不使用

**製品ポイント** さつまいもやトマトなどの野菜のうまみが溶け込んだ甘口タイプのカレーフレークです。

**製造メーカー** エスピー食品(株) **賞味期限等** 賞味期限…2年、保存方法…常温

**規格** 1kg **売渡価格(税込)** センター…1,038円、単独校…1,040円。

配合割合	成分	割合	成分	割合	成分	割合
	でん粉	28.02%	オニオンパウダー	4.00%	増粘剤(加工デンプン)	4.44%
	食用油脂(パーム油・なたね油)	27.80%	酵母エキス	3.60%	カラメル色素	0.56%
	砂糖	12.70%	さつまいもパウダー	2.40%	乳化剤	0.11%
	食塩	7.90%	香辛料	1.80%	酸味料	0.06%
	カレー粉	5.00%	トマトパウダー	1.60%	香料	0.01%



### アレルギーフリー シチューフレーク (品番 E332) アレルギー 27 品目不使用

**製品ポイント** 白菜や玉ねぎのおいしさが溶け込んだまろやかな味わいのシチューフレークです。

**製造メーカー** エスピー食品(株) **賞味期限等** 賞味期限…2年、保存方法…常温

**規格** 1kg **売渡価格(税込)** センター…1,038円、単独校…1,040円。

配合割合	成分	割合	成分	割合	成分	割合
	でん粉	27.84%	酵母エキス	2.90%	増粘剤(加工デンプン)	17.55%
	食用油脂(パーム油・なたね油)	26.60%	白菜エキスパウダー	2.20%	乳化剤	0.11%
	砂糖	13.20%	オニオンパウダー	2.00%	香料	0.05%
	食塩	7.40%	ガーリック	0.10%	酸味料	0.05%



## 一般物資工場視察

天狗缶詰株式会社 ……平成 28 年 2 月 15 日(月) うすら卵水煮

岡本食品株式会社 ……平成 28 年 2 月 16 日(火) みかん缶詰、国産みかんレトルト

当給食会の取扱物資である「うすら卵水煮缶詰」を製造している天狗缶詰株式会社、及び「みかん缶詰」や「黄桃缶詰」を製造している岡本食品株式会社の工場視察を行い、工場内の衛生状況、施設設備、また、生産能力等を確認しました。

●天狗缶詰株式会社では、うすら卵原料や製造状況の報告の他、養鶏農家の近況等のお話も聞くことができました。

天狗缶詰株式会社工場(うすら卵水煮)



●岡本食品株式会社では、みかん缶詰(1号缶)及び3学期から取扱いを始めた国産みかんレトルトパウチの製造の確認をしてきました。国産みかんの他、国産の黄桃やトマトの缶詰の製造も行っています。この時期はみかん缶詰を3ヶ月ほどかけて製造するとのことでした。

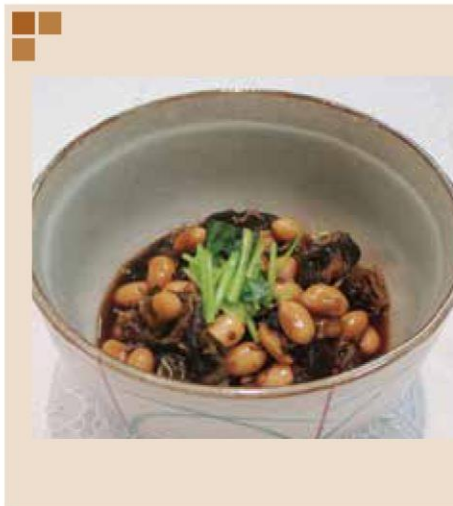
岡本缶詰株式会社工場(みかん缶詰・国産みかんレトルト)



なにわ  
の  
郷土料理

田畑が広がる稲作農業地域では、椎茸はとれず干し椎茸も高価で手に入らなかった。河内の農家では夏から秋にかけて次々と収穫されるなすを1~2cmの輪切りにし、針に糸を通して軒下に吊るして自然乾燥させた乾燥保存食品を「田舎の椎茸」と呼んだ。

なすの端境期に、洗ってさっと茹で、軟らかく煮えた大豆の中に昆布・じゃこと共に加えて調味して煮含めたもので、昔の主婦の知恵の賜物である。



材料(4人分)

- ・大豆 … 100 g
- ・田舎の椎茸(乾燥なす) … 20g
- ・昆布 … 10g ・ちりめんじゃこ … 10g
- ・砂糖 … 大さじ2 ・薄口醤油 … 大さじ3
- ・水

作り方

- ① 大豆は一晩水に浸けておき、やわらかく煮る。
- ② いなかのしいたけは水洗い後サッと茹でる。
- ③ 昆布は2cm角に切る。
- ④ やわらかく煮えた大豆の中に昆布と田舎の椎茸を入れて煮る。やわらかくなれば味をつけ、ちりめんじゃこを加える。



田舎の椎茸  
(なすを干したもの)

「若ごぼうの炒め煮」

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、生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。若ごぼうの炒め煮は香りと歯ごたえを楽しむ素朴な料理です。



材料(4人分)

- ・若ごぼう … 400g
- ・油揚げ … 1.5枚
- ・サラダ油 … 大さじ1.5
- ・出し汁 … 50cc
- ・醤油 … 大さじ1.5
- ・みりん … 大さじ1.5

作り方

- ① 若ごぼうの根はささがきに、茎は3cmに切り水にさらす。
- ② 油揚げは油抜きして短冊に切る。
- ③ 油で若ごぼうの根・油揚げ・茎の順にサッと炒めて出し汁・調味料を加えて、色よく仕上げる。

束ねたときの形が「矢」の形になっていることから、「矢一ごんぼ」とも呼ばれました。



郷土料理研究会より

編集後記

平成28年度がスタートしました。

本年度も、当給食会では「学校給食用物資の安全・安心と学校給食の普及充実」と、ますますの「広げよう 食育の輪」を目的に展開してまいります。今年度もなにとぞご協力・ご理解いただきますよう、よろしくお願い申し上げます。

本号発行に際し、ご多忙中にもかかわらず快くご寄稿いただきました皆様に厚くお礼申し上げます。

