

食育を学校給食に

食べる力＝生きる力を育む

東温市では食育推進計画の理念である『自然の恵みと地域のつながりを考え「食」と「食に関わる人々」への感謝と思いやりの心を深め、食べることの大切さを理解することにより、安全・安心

な食べ物を選択する力や健全な食生活を身に付ける』ことを目指して、「適切な栄養・美味しさ・安全で安心」を実現しながら、衛生管理の徹底や地域・家庭とのつながりを考えた学校給食を推進しています。



学校給食の歴史

日本の学校給食は、明治22年山形県鶴岡市（現在）の忠愛小学校で、貧困児童を救うために提供されたことが始まりです。第二次世界大戦のために一時中断されていた学校給食ですが、昭和29年に学校給食法が制定さ

れ、単なる栄養補給から、学校生活を豊かにし明るい社交性を養う、食料の生産、流通および消費について正しい理解に導くなど、“教育”としての役割を担うことも定められました。

地産地消って？

地域で生産されたものを地域で消費するだけでなく、その活動を通じて農業者と消費者を結び付ける取り組みです。生産者と『顔が見え、話ができる』関係は、消費者の「地場農産物」への愛着心や安心感を深めるととも

に、地域の農産物・食品を購入する機会を増やすことに繋がります。地産地消は、教育や文化の面も含んだ多様な側面を有しており、柔軟性・多様性をもった地域の創意工夫を活かしたものが求められています。

給食費
◇幼稚園 230円/食
◇小学校 245円/食
◇中学校 285円/食



Q.地産地消という言葉を知っていますか？

中学生		平成23年		平成29年
	言葉や意味も知っている	69.5%	⇒	80.8%
小学生	言葉だけは知っている	16.7%	⇒	10.1%
中学生		平成23年		平成29年
	言葉や意味も知っている	37.4%	⇒	40.8%
小学生	言葉だけは知っている	26.3%	⇒	19.6%

認知が広がっています！

出典：食育推進計画市民アンケート

特集

みんなで食べると楽しいね！



子どもたちの笑顔あふれる安全でおいしい学校給食を目指して
私たちの食生活をめぐる環境は大きく変化しています。また核家族化やライフスタイルの変化に伴い、家族と食卓を囲む機会の減少、朝食欠食などの食習慣の乱れ、偏った栄養摂取、肥満や痩身傾向など、子どもたちの健康を取り巻く問題が深刻化しています。この現状を受けて、国では平成17年度から食育基本法の制定や食育推進基本計画の策定がなされ、子どもたちが食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身に付けることができるよう、学校においても積極的に食育に取り組んでいくことが重要となっています。
東温市学校給食センター（以下「センター」）では、給食を通して食に関する正しい知識の普及や地域の食文化の継承、自然の恵みや勤労の大切さなどを理解するための取り組みを進めています。今月は、東温市の子どもたちを育てる学校給食を特集します。

給食センターでは…

1日約3,400食

が作られています。





私たちが食材を作っています

センターのこだわりの一つ、地産地消。市内産地産地消率は44.6%、県内産は、なんと99.2%を誇ります。使用する食材を見比べ、価格はもちろん、色、形、甘さや鮮度を吟味するためには、生産者さんとの連携が欠かせません。



生産者 大福 浩剛さん

給食に出すブロッコリーを栽培する大福さんは、「雑草を生やさないよう細かく世話をしています。機械でうねを作った後、ブロッコリーの株元に手作業で土をかぶせることで、栄養分をより吸収できるようにしてあげています」と、身がしっかりとつまって美味しいブロッコリー栽培には、手間がかかせません。

「栄養教諭の皆さんと会話すると、自分でも知らない栄養素やより美味しくなる栽培方法を知ることができる。子どもたちに美味しいブロッコリーを届けられるよう、頑張りたいです」と話してくれました。

看板作りと生産者への取材！



▲この看板が目印です。

野菜や地域への関心を深めようと、児童生徒が描いたイラストの看板を生産者の畑に設置しています。ベテランの生産者の皆さんは「給食の食材を作っているのね。孫がおいしいと言ってるよ」との声が届くことになることも。また、食材の産地にこだわることで、地域の一次産業への新規参入者増加も狙いの一つです。



／ 生長の過程を聞き取り、
お便りで伝えます



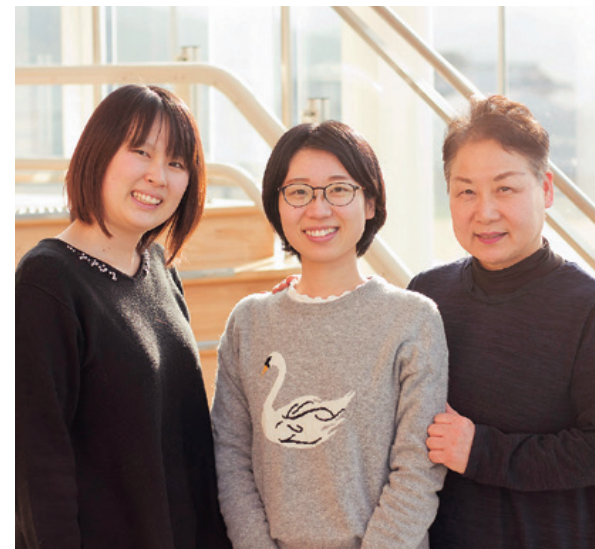
やわらかいブロッコリーの葉は
スープに入れても美味しい？
食品ロス削減につながるかも！

／ 大きなブロッコリー！



私たちが献立を考えています

給食の献立作成や、学校での食に関する知識の普及を行う栄養教諭の皆さん。子どもたちの栄養バランスを考え、地元食材への関心が深まるよう毎日の献立を作っています。そんな皆さんに、給食に対する思いを聞きました。



渡邊 麻里さん 林 亜理沙さん 坂田 香代子さん

「子どもたちにとって給食の時間は、健康に良い食事のとり方を体験的に学ぶと共に、先生や友だちと一緒に食べることで心を育み、人と人とのつながりを豊かにします。私たち栄養教諭は、食文化の伝承と東温市の良さを生かした給食づくりを地域の皆さんと共に進めていきたいと考えています」と話すのは、坂田栄養教諭。栄養教諭の皆さんが目指すのは、『子どもを真ん中に据えた安全でおいしい給食』です。センターでは、子どもたちに給食を楽しんでもらい、食への興味をもってもらうために様々な取り組みが行われています。



給食センター
坂田 香代子 栄養教諭

子どもたちが献立作りに挑戦！

地域に根ざした学校給食を目指して、昨年は「ふれあいスクールランチコンテスト」を開催。子どもと保護者から東温市産の食材（もち麦・はだか麦・古代米）を使ったレシピを募集して、実際に調理・審査を行いました。考案されたレシピは、2学期以降の学校給食に登場しています。



／ 皆さん、今年も応募してね！



💡 ほかにも…



PTA役員の皆さんと給食で使う食材を選定しています。

2月1日の献立は、食文化を伝える「行事食」でした。



のぞいてみよう！ 給食のナカミ

沢山のこだわりが詰まっている東温市の給食。2月1日の給食献立を例に、内容を見てみましょう。

主要材料

血や肉や骨になる…牛乳／豚肉／油揚げ／
だいず／いわし
体の調子を整える…たけのこ／ごぼう／え
のき茸／もやし／にんじん／キャベツ／ほ
うれんそう／ねぎ／ケール
働く力や熱になる…米／油／ごま／砂糖／
ごま油

12年間のごちそうさま

幼稚園入園から中学校卒業まで東温市の学校給食で育った2人が、感謝の言葉を伝えてくれました。中学生は3月14日が人生最後の学校給食です。

和田 凌治さん
(川内中3年2組)



卒業して、もう給食を食べることが無くなると考えると寂しくなります。小さいときは野菜が嫌いだった私ですが、給食で出される野菜は不思議と食べていました。それで家庭で出る野菜も食べられるようになり、給食があったおかげで野菜を克服できました。本当に感謝しています。

給食センターの皆さん、いつまでも美味しい給食を作ってください！生産者の皆さん、いつも美味しい食材を作ってくれてありがとうございます！ごちそうさま！

渡部 千香さん
(川内中3年1組)



地元の食材で作る郷土料理の「とうおん汁」という、学校給食でしか食べられないメニューが大好きでした。東温市で採れた食材は、どんな高級な食材より愛情が伝わってきます。セレクト給食（2種類の中から好きなメニューを選んで食べることができる給食）などを取り入れて、給食を楽しくしてくれたり、私たちの栄養をしっかりと考えて献立を作ってくれた給食センターの皆さん、本当にありがとうございました。



温か笑顔は給食から

東温市学校給食センターは、子どもたちの健やかな成長のために、笑顔あふれる安全でおいしい学校給食づくり

に励んでいます。これからも、地域全体が“食”で繋がり、豊かさが広がっていくことを願っています。

(特集おわり)

渡邊 麻里 栄養教諭

私たちが給食を作っています

調理員の皆さんは、葉物野菜も傷みや虫がついていないか、一枚ずつ確認して、ていねいに洗います。また、安全に加えて、“美味しさ”にこだわっています。調理員のお二人に話を伺いました。



「美味しさへのこだわりとして、和え物に使用する野菜は、茹でるのではなく蒸しています。蒸すことで、野菜の旨みが凝縮され、栄養も逃げずに美味しく仕上がります。また手作りをモットーに、ハンバーグやシュウマイは全て手作りを心がけています。作っている時はきつい仕事ですが、子どもたちの「美味しい」という言葉がなによりの喜びです。生産者さんが大切に育てた野菜を心を込めて美味しい給食に変身させるのが、私たちのこだわりです」
美味しい給食を作るので、残さずに食べてね！



給食センター 調理員
池本 陽一さん 宇和川 恵さん

給食作りと 地域・学校の連携！

調理員の皆さんは、決められた作業工程を行います。その根底には衛生管理や食材の豊富な知識と共通理解があります。
また、時には生産者さんと学校・センターが連携して、給食で使う食材を使って、生徒の皆さんへ栽培や収穫の体験を通じた食育活動を実践しています。



スチームでふくら
焼きあがります