

# 学校給食埼玉



北本市石戸宿 天然記念物 かばぎくら 蒲桜

編集・発行  
 〒364-0011 北本市朝日2丁目288番地  
 (財)埼玉県学校給食会  
 TEL 048-592-2115  
 FAX 048-592-2496  
<http://www.saigaku.or.jp>



関係者に御回覧ください

編集後記	10
アイデアメニュー	10
食材紹介	10
Q & A	9
アンテナ	9
食品豆知識	8
栄養士の四季	8
味だより	7
食卓談話	7
たのしい給食	6
給食主任の眼	6
給食会行事	5
県保健体育課から	5
「未来につながる食育」(下)	4
給食会事業計画等	3
基本方針	3
将来構想検討委員会	2
報告概要	

## 目次

## 財団法人埼玉県学校給食会

## 将来構想検討委員会報告書まとめ

給食会では、設立五十周年を節目の年とし、新しい五十年に向けて一歩を踏み出すに当たり、本会理事会内に「将来構想検討委員会」を設置して、今後の運営や事業等について幅広く検討しておりますが、この度その報告書がまとまりましたので、その概要を紹介いたします。

## 1 給食会の現状と課題

## (1) 児童・生徒の急減等に伴う食材取扱量の減少への対応

児童・生徒数の減少傾向などから現在の事業規模を確保し、安定的な財政基盤を確保するため、新たな事業展開を行うなどの方策が必要である。

## (2) 県給食会の業務処理基準の廃止と対応

国で定めた県給食会業務処理基準（以下「業務処理基準」という。）の廃止に伴い、県独自の業務処理基準を定めるとともに、県教育委員会等との新たな指導・協力関係の構築が必要となっている。

## (3) 公益法人制度改革の動向と対応

現在、国においては、公益法人制度改革が進められているが、給食会は、これまでの実績や信頼の上になら「公益財団法人」を目指すべきと考えられ、このための対応が必要である。

## (4) 食育基本法の施行などに伴う学校における食育活動の支援

今後、学校における食育の推進を支援することや、「生きた教材」として重要な役割を担う学校給食用食材について、地場産物を積極的に活用するなど一層の充実が求められる。

## (5) 配送業務の見直し

食材配送は、衛生管理（保管・流通温度等）への対応が強く求められており、今後、配送拠点の複数化など効率的な配送体制について検討する必要がある。

## 2 学校栄養士等に対するアンケート調査を実施

本検討委員会では、県内約600名の学校栄養士等に、給食会の事業に関するアンケート調査を実施し、その結果を念頭に置きつつ給食会の将来構想を検討することとした。

## 3 新たな五十年に向けて

## (1) 公益法人制度改革への対応について

公益財団法人への移行を目指して、平成二十年の秋とされる認定申請までに、新たな公益財団にふさわしい事業内容や財務内容、組織等となるよう条件整備が必要である。特に地産地消運動や食育を始めとする普及事業の一層の充実に努めることが大事である。また、自主的・自律的な運営に努めるとともに、外部に対し

て、透明性や説明責任を十分に意識した運営をしていく必要がある。

今後、給食会の社会貢献活動についても検討の価値がある。

## (2) 給食会業務運営の基本方針の策定について

業務処理基準の廃止等に伴い、給食会の自律的な運営を目指しつつ、普及事業の共催実施などを通じて、引き続き県教育委員会等と、連携・協力を進めていく必要があると考えられる。また前記(1)に述べたように、外部に対する透明性や説明責任の一環として、給食会の運営の基本方針を明らかにするため、本検討委員会では、別記のとおり「埼玉県学校給食会業務運営の基本方針」を策定した。

## (3) 今後の給食会の事業の方向について

今後の給食会の事業の方向を考える上で重要なことは、学校や学校給食共同調理場から寄せていただいた信頼と期待を十分自覚し、まずは現在の事業の一層の充実を図っていくことが重要である。更に、給食会の現状と課題に照らし、今後の事業の方向について、次のような取り組みを示すこととした。

## (ア) 食材供給事業の一層の安定化

良質な食材の積極的な開発と選定、食材供給対象拡大の検討など

## (イ) 食品検査の充実

食品検査体制の充実、検査技術講習会等の充実など

## (ウ) 地産地消活動の推進

県産農畜産物を使用した食材の開発・供給の促進、学校の地場産物使用の支援など

## (エ) 普及事業の充実

食育に関する情報の提供、研修会の開催、教材・教具の整備・充実など

## (オ) 情報発信機能の強化

ホームページの充実、受注業務のインターネット化の検討など

## (4) 事務局の組織・定数等について

現在の組織・定数を維持することが適当であるが、今後の業務の拡大や課題及び職務の複雑・多様化等に対応するために食品検査室の設置や業務の委託化などについて検討する必要がある。

## (5) 寄附行為等の改正について

国が学校給食用食材の一切の関与を廃止したことに伴い、「業務処理基準」が廃止されたことから、寄附行為や関係規程の見直しが必要となっている。

## 寄附行為の改正の方向

寄附行為は、言うまでもなく給食会運営の基盤となるものであるから、給食会設立の趣旨を尊重しつつも、時代の変化に対応した内容とする必要がある。

特に、説明責任が求められる今日、運営の根幹となる事項については、できるだけ寄附行為に規定する必要がある。また、公益法人の新しい制

## 財団法人埼玉県学校給食会業務運営の基本方針

平成19年2月20日

財団法人埼玉県学校給食会(以下「学校給食会」という。)は、昭和31年3月29日に、民法第34条の公益法人として設立を許可され、以後、埼玉県教育委員会(以下「県教育委員会」という。)の指導・監督の下、学校給食用食材の適正円滑な供給及び学校給食の普及充実事業を行い、学校給食の健全な充実発展と歩みを共にしながら様々な事業を推進してまいりました。

学校給食会は、県教育委員会及び市町村教育委員会と密接な連携を図りながら、学校教育の一環として実施されている学校給食を通じ、児童及び生徒の心身の健全な育成と、豊かな人間性の涵養に努めてまいります。

私たちは、以上のような業務運営の基本方針に基づき、次のように積極的に事業を推進してまいります。

- 1 学校給食の重要性を認識し、安全で安心できるおいしい学校給食用食材を「低廉な価格」でかつ「安定供給」に努めてまいります。
- 2 県内産農畜産物を利用した食材の開発と提供に努め、学校給食における食育の「生きた教材」として活用いただけるよう図ってまいります。
- 3 食の安全・安心を確保するため、食品の検査機能の充実や検査技術指導及び拭取り検査等を実施し、衛生管理の普及・啓発を行ってまいります。
- 4 学校給食の一層の充実のため、指導用教材を整備するとともに、「食育」や「調理技術向上」に関する研修会・講習会などを実施してまいります。
- 5 学校給食に関する情報を収集し、広報誌やホームページ等の一層の充実を図り、広く学校給食関係者並びに保護者の方々へ提供してまいります。
- 6 学校給食会は、「公益法人の設立許可及び指導監督基準」(平成8年9月20日閣議決定)に準拠し、原則として学校給食会に関する情報を開示いたします。

度の下では、「定款」として改めて寄附行為の全面的な見直しが必要となるが、今後の制度改正の動向を見守りつつ、現段階での新制度下の公益法人にふさわしい要素も加えていくこととする。

### おわりに

検討委員会は、給食会50年の実績や成果を踏まえ、直面する課題への対応を検討してきたが、今後、更に検討の上、実現に向けて積極的に取り組んでいきたい。

益法人制度改革など、今後給食会の一層の自律的な運営が求められることになるが、引き続き、県教育委員会や市町村教育委員会に緊密な連携・協力をお願いしながら事業を進める必要がある。また、各学校給食研究団体とも連携し、学校や学校給食共同調理場の各取り組みを一層、支援していくことが期待される。今後とも、給食会は時代の変化に対応しながら、着実かつ果敢に事業の充実に努め、本県学校給食の発展に貢献することとしたい。

## 平成十九年度新規事業

今年度、給食会では、普及充実事業に関する事業や、衛生に関する事業を中心に、新たに八本の新規事業を計画しています。それらの事業について御案内します。

### 学校給食施設設備等衛生管理支援事業

学校給食調理場及び委託加工工場に職員が出向き、モデル事業として施設設備の拭取り検査等を実施し、衛生管理の充実に寄与する。

### 学校給食衛生管理モデル校等支援事業

学校等での衛生管理の強化を図るため、衛生検査の調査研究などの事業に対し、検査機材及び消耗品の一部を給付し、職員を派遣するなどして検査を支援する。

### 学校給食親子移動教室

(一)親子産地見学会  
七月二十四日(火)  
牛乳の生産、加工、流通等について理解を深めるため、親子による牧場等の産地見学会を行う。

### (二)親子体験教室

十月二十一日(日)  
学校給食の主食委託加工工場の見学を行うとともに、主食について理解を深めるため、親子による製造体験と視察研修を行う。

### 学校における食育推進教材活用研究会

六月十九日(火)  
学校における食育を推進するため栄養教諭等を対象に、食に関する指導用教材の効果的な取扱い及び実践方法の研修会を行う。

### 学校給食用食材啓発ビデオテープの作成事業

学校給食用食材の原料の栽培から製造や流通等を紹介したビデオテープを、食育推進用教材として作成し、貸出しを行う。

### 食育推進現地視察助成事業

学校給食研究団体等の行う、学校給食用食材製造工場等への視察研修に対し、費用の一部を助成する。

### 食料栄養成分表の発行

県内産農畜産物を利用した学校給食用食材取扱いの拡大及び五訂日本食品標準成分表の増補に伴い、取扱食料栄養成分表を改定し、発行する。

### 職場体験学習支援事業

中学校職場体験学習の一環として生徒を受け入れ、職場体験学習の支援をする。

新規事業につきましては、県教育委員会をはじめとする各関係団体と連携をとりながら、充実した内容にしていきたいと思っております。皆様の御参加をお待ちしております。

## 未来につながる食育(下)

この小さな手に握らせたいもの



小浜市食のまちづくり課 政策専門員(食育)

主査 中田 典子

### 「料理の持つ力」

ところで、私は、「キッズ・キッチン」を通して、最近よく言われている「料理が脳の活性化に役立つ」ということ以外にも、「料理の持つ力」というのを日々感じている。

最近の子どもたちは、日常生活のなかで「モノを作る体験」が乏しくなっており、それによって得られる「達成感」を感じる機会が極めて少ない。料理は一番身近な「モノ作り」であり、唯一、五感全てをつかう体験なのである。しかも魚を捌く体験などから「かけがえない命」に触れることもできる。

また、米、野菜、果物、魚など身近な食材にも、詳しく学んでみると子どもたちを「ええっ!」と驚かせる魅力や不思議が一杯詰まっていることも感じている。

例えば、冬野菜が寒くなると、凍結を防ぐためにデンプン等の養分を、甘いシヨ糖やブドウ糖に変化させ、果物のように甘くなる話などを実物と共に紹介するのだが、生物が大自然の中で自分の身を守り、確実に種を保存していくための様々な面白い仕組みは、い

つ子どもたちを魅了させ、食への興味に繋がっていく。

「食材に勝る教材はない!」と確信している。

さらに、料理というものは、最後に必ず「食べる時間」という「お楽しみ」が付いている。人と人が出来上がった料理を間において、語りながら食べることで、人間関係を円滑にさせるといふ力も、兼ね備えているように思う。

### 小さな手に

「食」という方向から、又は「料理」という手段で、子どもたちに対して、人として生きていく上での大切なことの殆んどを、教えることが出来るのではないかと思っている。しかも、それらは本来家庭における日常生活の、キッチンや食卓から発信されるべきもので、かつてはそれが可能であった。

けれども、それが期待できない家庭が増えてきているという現状を知ったとき、やはり学校や行政は何とかしなければならぬ。

私の尊敬し、あこがれる辰巳芳子さん(1)がこんなことを言ってくれました。

【「食」というのは小さな窓。あたり

前の窓。日常の窓。しかし開いてみると全ての問題がそこから始まっているという深いものよ。】

決して食育は子どもだけのものではないけれど、でもやはり子どもたちには、大切なことだと強く思う。「食」を通して季節を感じ、愛情を感じ、自分から積極的に「食」に向き合う子どもでいてほしい。「食べること」を大切にすれば子どもは、命そのものを大切に思える人に育つのだから。そして、大人になったときに「食」というものが空腹を満たすためだけのものではなく、豪華とか質素とかとは関係なく、「大切な人と食を囲むこと」の幸せ感を理解できる人になってくれるに違いない。そのことさえ、クリア出来ていたら、何があるかと、そんなに大きく間違っていることはないと思うのだ。その為の機会作りを、私は仕事の域を超えて、精一杯させていたきたいと思っている。

今日もその「小さな手」に決して怪



我をさせることなく、しっかりと自信や満足感を握らせてあげたいと強く思いながら「キッズ・キッチン」を始めるのである。

1 辰巳芳子 著述家・料理研究家、大正13年、東京生まれ。聖心女学院卒

著書に「手しおにかけた私の料理」「あなたのために いのちを支えるスープ」「味覚口業」など。

また、スープだけの料理教室を鎌倉でひらいており、カリスマ・スープ先生のもとへ、全国から生徒が集まる。

### 表紙写真解説

北本市石戸宿の東光寺には、国指定天然記念物の蒲ザクラが境内にそびえている。鎌倉時代、源頼朝の弟である範頼の杖が根付いたという伝説をもち、その名は範頼が「蒲冠者」と称されたことに由来する。

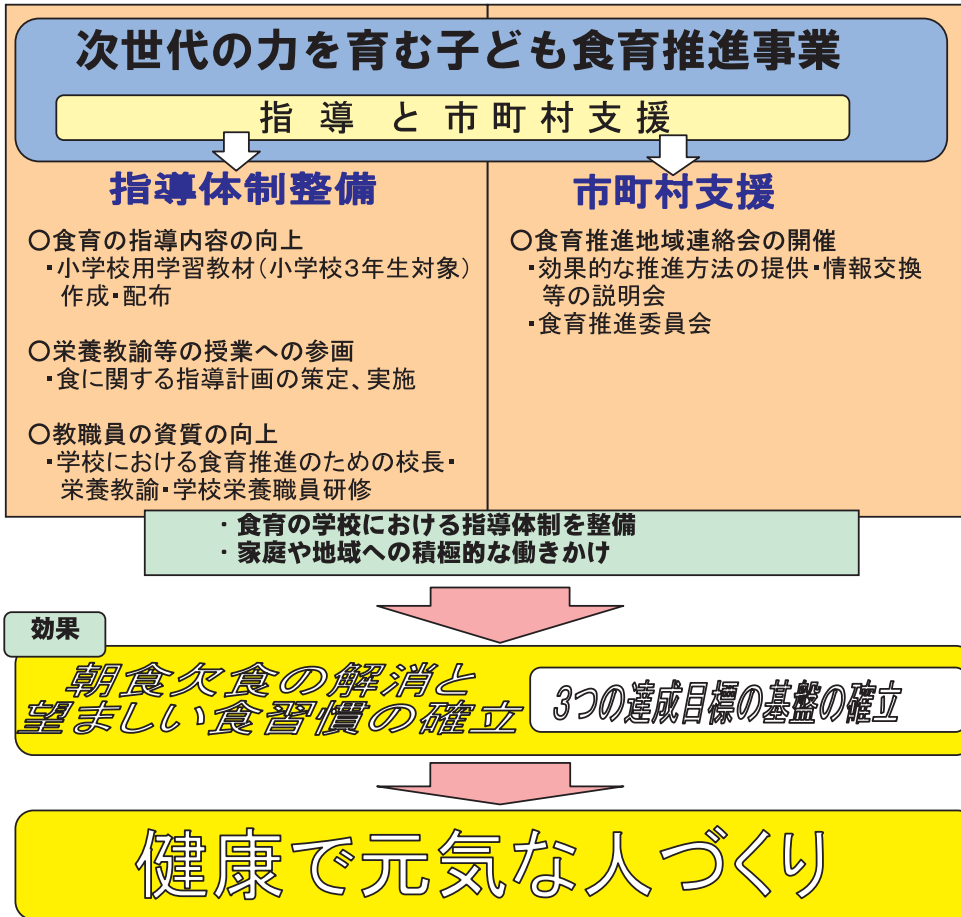
ソメイヨシノが盛りを過ぎると、蒲ザクラが満開の時期を迎える。かつて「日本五大桜」に数えられた大正の頃には、咲き誇る白い花弁で、境内がひときわ明るくなったという。

現在の蒲ザクラは、かつての圧倒的な大きさを失ったが、桜を彩る歴史性は今も色あせることはない。

ぜひ爛漫の樹下で、遠い中世の時代に思いを馳せてみてほしい。北本市教育委員会生涯学習課

# 県保健体育課から

次世代の力を育む食育推進事業  
本課では、平成十九年度に「次世代の力を育む食育推進事業」を行います。



この事業は、朝食欠食の解消と望ましい食習慣の確立を目指し、指導体制の整備と市町村支援の両面から事業を行い、次世代を担う健康な人づくりを進めようとするものです。  
なお、事業の内容は、左記のとおりです。

# 給食会行事

## 平成十八年度第二回 定例理事会・評議員会を開催

去る二月二十日、平成十八年度第二回 定例理事会・評議員会が開催され、平成十九年度の事業計画及び予算等が承認されました。  
年度当初の人事異動等により、新たに理事二名と、評議員二名が選任されました。

また、朝倉理事長の退任に伴い、新理事長を選出いたしました。  
平成十九年四月一日付就任



理事長 羽鳥 利明

## 平成十九年度 学校給食調理コンクール 献立募集について

学校給食会では、毎年、学校給食の食に関する指導の充実及び食事内容の充実に向上と多様化、高度化を図るために、栄養教諭、学校栄養職員及び調理員による調理コンクールを行っています。

詳しい内容については、別途、御案内させていただきますが、今年も多数の御応募をお待ちしております。

(1) 参加資格  
原則として、国・公立義務教育諸

学校、学校給食共同調理場、市町村教育委員会の栄養教諭又は学校栄養職員一人と調理員2人で編成されたチーム(以下「チーム」という)とする。ただし、調理員の参加が困難な場合は、市町村教育委員会又は地区単位の栄養教諭及び学校栄養職員だけの編成チームでもよい。

例： 教育委員会チーム・市栄養士会チーム・ 地区栄養士研究会チーム

(2) 審査方法  
第一次審査(書類審査)  
七月十一日(水)  
第二次審査(実技審査)  
八月十七日(金)

(3) 応募献立  
応募献立は、課題献立部門及び自由献立部門とし、学校における食育のための生きた教材として、活用できる献立とする。

課題献立部門  
課題献立部門は、下記ア・イの何れか(重複してもよい)を取り入れた献立とする。

ア. 埼玉県内の地場産農畜産物を取り入れた献立  
イ. 白いごはんを中心とした主食、主菜、副菜の献立

自由献立部門  
自由献立部門は、の課題献立部門以外とする。

(4) 応募〆切  
平成十九年六月二十日(水)

# 給食主任の眼

県内唯一の村の給食

東秩父村立西小学校

教諭 吉田 いつ江

本校は県下で唯一の村にあり、県内唯一の分校のある学校です。職員を含めて三五〇食ほどをセンター方式で作り、三つの学校で食べています。また分校では、校務員が作りラUNCHルームのように一年から三年までの児童全員と職員と一緒に食べています。

東秩父村はみかんとりんごの両方が取れるところです。ですから、みかんのシーズンは大内沢みかんが給食の献立によく使われています。やや皮が固く、酸味があるのが特徴で黙って出しても

「今日のは大内沢のみかんだ。」と子どもたちの方から声が出てきます。また、給食に野菜や煮物が出ますが、よく食べる方だと思います。小さい子は茄子やピーマンなどの野菜が苦手だったり、いろいろなものと一緒に煮てあると避けたりする場合がありますが、残量は少ないと思います。しかしパンは苦手という子もいて、どちらかというとご飯を好んで食べます。

給食に対する理解を深めるために

一年生の二期には親子給食を実施し、毎年好評を得ています。

三学期の給食週間には「給食感謝集会」と「交流給食会」を開きます。給食感謝集会では、栄養士さんと調理員さんと校務員さんに感謝を込めてお手紙を渡します。そして、栄養士さんから栄養に関することを教えていただきます。給食交流会では違う学年と一緒に給食を食べます。いろいろな話をしながら食べるのでとてもおいしくいただけます。なかなか新しい取り組みはできませんが、今年度は校庭で給食を食べた学年もありました。小さい学校だからこそできることを、これからもしていきたいと考えています。



さいたま市立河合小学校3年 金子 聡志



さいたま市立柏崎小学校2年 関根 風沙



さいたま市立河合小学校3年 大川 伽羅



さいたま市立柏崎小学校2年 鹿 琴音

# たのしい給食

## 食卓談話

ふるさとの味を子どもたちに！



杉戸町ふるさとの味  
伝承士  
会長  
泉夕市会  
森田 はつ

私は、杉戸町の東部江戸川沿いにある豊岡地域に住み、直売用野菜生産や泉夕市会の仲間と一緒に「まんじゅう、赤飯の加工や販売」に励んでいます。

三年前には、新たに紫いもを栽培し、まんじゅうの皮とあんこに入れた「紫いもまんじゅう」を開発し、道の駅アグリパークゆめすぎと農産物直売所で販売し、お客さんから好評で朝直売所の棚に並べると午前中で売り切れるほどです。

うす紫色に蒸しあがった「まんじゅう」は皮もやわらかく、いもの香りがほのかにします。

「紫いもまんじゅう」「泉まんじゅう」「赤飯」は、町奨励品にも選ばれており、町民の皆さんも、おみやげ品等に利用しています。

まんじゅう作りを地元の小学生に！  
平成十八年十月には、杉戸町立西小学校に泉夕市会のメンバーが、三



年生四十人にまんじゅう作りを教えました。子どもたちは手を粉でいっぱいにし、皮をのばし、あんこをくるむ作業に一所懸命挑戦していました。蒸しあがったまんじゅうに歓声をあげていました。「自分で作ったまんじゅうはおいしかったです。」「まんじゅうを作るのが楽しかったです。今度は家で作ってみたいと思います。」等子どもたちからの感想が届きました。

地域の伝統料理を子どもたちに伝えるためには実際に作ってもらうのが大切だと感じました。手作りの食事は心豊かで健康な体作りにもつながると思います、これからも伝承士活動を地道に続けたいと思います。

## 味だより

ひじき豆ごはん

鴻巣市立鴻巣中央小学校

主任 千葉 久美子

鴻巣市では、「地産地消」事業の一つとして、「キヌヒカリ」という鴻巣産の米を使用し、週二回から三回米飯給食を行っています。

小学校では、白飯は中学校給食センターで炊飯したものを使用しますが、いろいろな具材を加えた炊き込みごはんは自校炊飯で行っています。



材料	1人当たり	分量(g)
精白米	.....	60
鶏もも肉	.....	10
にんじん(せん切り)	.....	10
乾しいたけ(もどし、せん切り)	.....	0.5
油揚げ(油抜き、せん切り)	.....	8
ほしひじき(もどす)	.....	1.5
だいず(ゆで)	.....	8
えだまめ(むき)	.....	5
上白糖	.....	2
食塩	.....	0.4
こいくちしょうゆ	.....	3
油	.....	2
水	.....	72

### 【献立例】

- ・ひじき豆ごはん
- ・牛乳
- ・イカフライ
- ・あさり汁

### 【作り方】

油で、鶏肉、にんじんを炒め、油揚げ、乾しいたけ、ひじき、だいずを加え、食塩を除く調味料を入れ、煮ておく  
煮汁、食塩、水を入れ、ごはんを炊く。  
の具をのせ蒸らす。  
枝豆を加え混ぜ合わせる。

その一つに「ひじき豆ごはん」があります。埼玉県産の大豆とひじきを入れた炊き込みごはんです。子どもたちの苦手な海藻や豆類を入れることにより、残さず食べられるようになりました。地域でとれた食材を取り入れることは、郷土への関心、愛着が高められ、さらに、何よりも残滓が少なくなります。

このほかに、地産産のじゃがいも、梨、米粉パンを取り入れていきます。これからも、できるだけ多くの地産産物を取り入れ、魅力ある給食作りをめざしていきたいと思えます。

## 栄養士の四季

原点に戻って

「振り返り思うこと」

深谷市立幡羅中学校

主任 高橋 亜紀子

「どうして学校栄養職員になりましたか?」と面接試験で聞かれてから十七年...

スタートは、センター勤務でした。何もわからない私は、毎日が緊張と新しいことの連続で、念願の栄養士として仕事ができることの喜びを感じることなど、とてもできませんでした。発注ミスがよくあり、そのたびに落ち込んでいました。しかし二人の先輩に支えていただいたおかげで毎日仕事をこなすことができました。うな気がします。ここで、人生の大きな節目も迎えました。一歳の幼い子どもを保育園に預けて育てながら仕事をすることは、過ぎ去ってみると我ながらよくやっていたなあと思います。もちろん家族の協力があってできたことであり、それは今も同じです。

センターから自校式給食の小学校に異動になり、毎日元気な子どもたちが給食室の窓をのぞきこんで、「今日の



給食なに?」と聞いてくれるのがとても嬉しかったです。このふれあい私が私にとって「この仕事を選んでよかったなあ」と実感させてくれました。しかし、学校において先生たちとはちよつと違う立場になんとなく違和感があり、思い描いていたことと現実の差にがっかりしたこともありました。

再びセンター勤務になり、(ここでは七年という期間でした)寂しさ、物足りなさを感じながらも栄養士としての仕事に打ち込めたぶん大変勉強になり、自信も付いてきました。辛いこともたくさんありましたがやっといくらか栄養士らしくなれたかな?と初めて思いました。

そして現任校に異動してきて二年が過ぎました。食育基本法もでき、栄養教諭も誕生、食育の重要性が叫ばれています。

「私にはこの仕事、むいていない...」と思うことも時々ありますが、十七年前のあの面接の時に私が言った言葉「食を通じてた教育に従事したかったからです。」を思い出し、初心を忘れず、学校栄養士として食の大切さを子どもたちに伝えていきたいと思えます。

## 食品豆知識



「きゅうり」

埼玉県農林部生産振興課

主査 小畑 幹

歴史は

きゅうりは、インドのヒマラヤ山麓が原産地とされています。現地では三千年前から栽培されていたことで、日本には中国を経て平安時代(六世紀後半)に渡来しました。埼玉県は古くからきゅうりの供給地として有名で、明治時代から全国の産地に優良種苗を供給してきたほか、第一次世界大戦以降には、温室を使った促成栽培が行田市、加須市、羽生市を中心に北埼玉地域で盛んに行われ始めました。

埼玉県は現在でも、約五万七千トン(十七年産)を生産する全国三位の主産県です。

品種は

きゅうりの品種は、大きく分けるのと表面のトゲが白い白い品種、トゲの黒い黒い品種があります。

かつては、黒い品種が主流でしたが、昭和四十年代に埼玉県農業試験場が味や見栄えが良い白い系統の品種を育種。これが全国に広がるのと同時に、埼玉県はきゅうりの大産地に成長しました。

また、もともときゅうりは、表面

を保護するブルームと呼ばれる白いろう物質の粉で覆われています。これが、新鮮さの一つの目安でしたが、消費者から農薬と間違われるなどしたため、二十年ほど前から、表面に粉が無く光沢のあるブルームレスきゅうりが主流となっています。

栄養は

きゅうりは、約九十五パーセントが水分で低エネルギーの野菜です。また、カリウムを比較的多く含んでいることから、血圧の上昇を抑え筋肉の動きを滑らかにするほか、利尿作用があるので、二日酔いや手足のむくみ解消効果が期待できます。

調理は

きゅうりは、ぬか漬けにするとぬかのビタミンB<sub>1</sub>がしみ込み、ビタミンB<sub>1</sub>含有量が増えます。二十四時間漬けたらぬか含有量が十倍になるといわれています。

また、きゅうりにはビタミンCを分解する酵素が含まれていますが、酢や加熱によって作用しなくなるので、サラダに用いる場合は直前に混ぜ合わせるか酢を加えたドレッシングにすると他の野菜のビタミンCを守るができます。



# アンテナ

「生きる力をはぐくむ食に関する指導モデル校等の委嘱をつけて、食生活を豊かにする学校給食」

越谷市立越ヶ谷小学校

給食主任 西田 裕子

「一年組、残菜ゼロ!はい、頑張ります。」「やったー!」

給食委員会から頑張りを手渡され、大喜びでクラスに戻る子どもたち。毎日の給食ホールで繰り返される光景です。

本校では、平成十七年度より、「越谷市学校を中心とした食育推進事業中心校」として、食に関する研究を進めてきました。総合的な学習の時間や学級活動・道徳などの授業実践の他、給食でもよりよい食生活について考えていくことができるように取り組みを行ってきました。

まず、各クラスに給食コーナーを設置しました。ここには、月毎の給食目標の他、箸の使い方・食器の置き方や食べ物に含まれる栄養など、指導する際の資料も掲示し活用するようにしました。

屋外での給食、「ハッピーランチ」も実施しました。この名称は、全校の子どもたちから公募し決定したものです。子どもたちが大好きな給食ですが、場所を変えることにより、さらに楽しい時間となります。爽やかな青空の下、手作りの丸テーブルを囲ん



で、楽しそうに会食する子どもたちの笑顔がとても印象的でした。

そして、「残菜調べ」では、給食委員が中心となり、毎日、クラス毎に残菜を調べてきました。昨年度の一学期に、本校で一番多かったのが魚の残菜です。

そこで、魚の残菜ゼロのクラスに頑張りを配布するほか、魚の栄養価に関する掲示物も作成しました。二学期以降は、その成果が表れ、魚の残菜量をぐっと減らすことができました。残菜を目にした子どもたちから自然に出てくるようになった言葉が「もったいない」。子どもたちの食への意識は、一つのことを継続的に働きかけることによつて変容していくことを実感しました。

さらに、年度末には、越谷市給食課のご協力を得て、六年生が家庭科の授業で考えた献立を市内の小中学校に、実際に給食メニューとして取り上げていただくことができました。また、学習で学んだことを地域の方々に発信する「食育フェスタ」も実施しました。

これらの活動を通して、子どもたちの、食生活を豊かにしていくこととする意欲をより高めることができました。「食」は、心と体をつくる大切なもの。学校生活の中での唯一の食、「給食」の時間を大切にしながら、これからは子どもたちのよりよい食生活を指していききたいと思えます。

# Q & A

Q 新年度からパン用油脂類の規格が変更になると聞きましたが、その詳しい内容について教えてください。

A 御質問のとおり基本食材のパン類に使用している全てのショートニング、マーガリンを低トランス型脂肪酸の油脂へ規格変更いたします。昨年十二月に新聞等で報道されましたので、まだ記憶に新しいところですが、欧米ではトランス型脂肪酸の摂取が多いため、脳や心臓病へのリスクが高まると言われています。このことにより、使用を規制する動きや、基準値を設けたり、商品にその含有量の表示を義務付けるなどの規制がとられています。

なお、日本人のトランス型脂肪酸の平均摂取量は欧米に比べてきわめて少なく、日本人の食生活では、健康への影響は小さいとされています。しかし、本会といたしましては、児童・生徒への安全・良質な食材供給という視点から、新規格のショートニング、マーガリンへ切り替えたパンを供給させていただくことといたしました。

また、この他にも二つの基本内容の変更を行います。その一つは、輸入脱脂粉乳から北海道産への変更です。

この度の変更により、学校給食における国産牛乳の消費拡大につながり、国内酪農業の振興と、広く地産地消(自給率向上)に貢献できるものと考えています。

なお、輸入脱脂粉乳と国産脱脂粉乳との価格差も僅少になってきております。

二つ目は、パン用主原料である小麦粉への県産小麦のブレンド割合を三〇%から五〇%に変更することです。

その対象となるパンは従来からの食パン、コッペパン、ツイストパン、バターロールなどで、めんはソフトめんが対象になります。「さきたまロール」、「さきたまライスボール」をはじめ、「さきたまシリーズ」のパンや「地粉うどん」、「ホット中華めん」に使用する小麦粉は従来どおりで変更はありません。

埼玉県は全国有数の小麦産地(平成十七年全国統計五位)であります。食育を推進する上で地場産食材は生きた教材の具体例とされています。

本会では今までの実績と各工場での製造技術の蓄積を基に、県産小麦のブレンド割合を一部変更して供給してまいりますので、よろしく御理解の程お願いいたします。

さる2月22日に平成18年度第2回物資委員会が開催され、基本食材のパン3品、一般食材1品が選定されました。

平成18年度第2回物資委員会選定  
新規取扱食材

平成19年度第1学期からの新商品です。どうぞご利用ください。

バタークーペ



県産小麦(農林61号)を50%使用の学校給食用小麦粉に北海道産のフレッシュバターをたっぷり加え風味豊かなコッペ形パンに仕上げました。  
スライス加工も可能です。

全粒粉入りパン



学校給食用小麦粉に国内産小麦(農林61号)の全粒粉を15%加え、食物繊維豊富なパンに仕上げました。  
沖縄産黒糖で風味を出し、トッピングにクルミを使用しました。

さきたま米粉ツイストパン



「彩のかがやき」の米粉50%、県産小麦50%を使用しています。  
黒胡麻に加え、表面に「彩花しょうゆ」を使った砂糖醤油を塗り、香ばしく焼き上げた和風パンです。

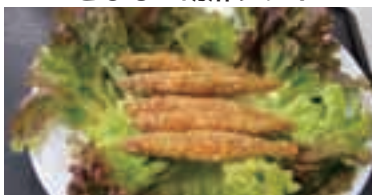
彩の国冷凍焼おにぎり

埼玉県産の「彩のかがやき」の特徴をいかし、全体に「彩花しょうゆ」を塗り香ばしく焼き上げました。  
セレクト給食等でご利用ください。



全農食品  
70g 65円

きびなご胡麻フライ



1学期特売商品  
カセイ食品 約9.5g/1尾 15円  
春先から初夏が旬の九州産の新鮮な「きびなご」を使用し衣に胡麻をまぶし、風味豊かなフライに仕上げました。  
美味しく丸ごと食べてカルシウム摂取に役立ちます。ぜひご利用ください。

荒くだきポテト



ピアット 1kg 410円  
北海道美瑛の契約農家で栽培されたジャガイモ(トヨシロ)を荒くだきにしました。  
サラダやグラタンなどジャガイモの献立に広くご利用いただけます。

調理法

たけのこは、5mm角のサイコ口切りにする。  
さやいんげんは茹でて、5mmの小口切りにする。  
しょうがはみじん切りにする。  
中華鍋に油をひき、しょうがと豚ひき肉を炒める。次にのたけのこを加え、さっと炒めてから調味料を全部加えて、水分が少なくなるまで炒りつける。  
炊いたごはんにとを加え、混ぜ合わせる。

材料1人当たり	分量(g)
ごはん	140
たけのこレトルトフレッシュパック	
豚ひき肉	40
さやいんげん(又はグリーンピース)	20
しょうが	10
しょうが	3
オイスターソース	5
こいくちしょうゆ	10
みりん	6
清酒	5
食塩	0.5
炒め油	適量

中華たけのこごはん  
埼玉県立所沢養護学校  
主任 高橋 弘子



『たけのこレトルトフレッシュパック』  
を使って  
アイディアメニュー

編集後記

十八年度の事業もすべて順調に終了し、新しい年度をむかえました。昨年度の広報作成につきましてはお忙しい中お集まりいただいた広報委員の皆様や、原稿をお書きいただいた方々に感謝申し上げます。  
また、十九年度から、会報を学期の始めに発行することになりました。気持ち新たに、より一層充実した内容の会報にしていきたいと思っておりますので、どうぞよろしくお願いたします。

旬のたけのこは、美味しい物ですが、生の物をその都度茹でて使うのは手間もかかり、献立によっては時間的に無理があります。その点「たけのこレトルトフレッシュパック」は、柔らかく臭みもなくて使いやすく、とても重宝しています。  
和風のたけのこごはんはもちろんですが、この中華たけのこごはんも、子どもたちから喜ばれている人気のメニューです。生姜の風味がきいているのがポイントですが、好みで調節してください。