

学校給食 埼玉



ハッピーランチ 春日部市立内牧小学校

編集・発行

〒364-0011 北本市朝日 2 丁目288番地

(公財)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

アイディアメニュー	10
食材紹介	10
Q & A	9
食卓談話	9
食品豆知識	8
栄養士の四季	8
味だより	7
アンテナ	7
たのしい給食	6
給食主任の眼	6
平成二十六年度市町村学校給食費	5
学校給食実施状況調査	4
給食会行事	3
県保健体育課から	3
巻頭言	2

目次

思い出と願い



埼玉大学教育学部
教授 大澤 利彦

現在の私の昼食内容を考えますと栄養のバランスの上からもメニューの豊富さからも、私にとって給食以上にありがたい昼食はなかったとなくつかしく思い出されます。そしてそれは、公立中学校に教諭・校長として勤務させていただいた時に、毎日おいしい給食との出会いがあったからだと感謝の気持ちでいっぱいになります。

今回、「給食について」と伺って、すぐに頭に浮かんだのは、中学校在職中にいただいた二つのことば（発言）でした。（以下、記憶をたどっています。少し違っていた場合はご容赦ください。）

一つは『食缶からっぽ記録』をつくらう』です。このことばは、一年生を担任させていただいた時のある

生徒の発言です。入学から間もなくして給食が開始されました。最初の三日間、生徒はよく食べ、おかわりもし、どの食缶もからっぽでした。

給食が大好きだった私もたくさんいただきました。そして、私が「給食をみんなが残さず食べているので、一生懸命作ってくださいっている給食室の皆さんも喜んでいらつしやると思うよ。」という趣旨の話をした直後の発言でした。あつという間に「そうしよう。」「そうだ。」という声が教室中に広まりました。「食缶からっぽ記録」への挑戦が始まった瞬間でした。これからも残さず食べようという話を続けるつもりでいた私にとつて予想外の展開でした。翌日には黒板の脇に『食缶からっぽ記録』を示す目めくりが生徒の手で準備されました。食缶は一年間からっぽだったと記憶しています。

給食室の皆様から「先生のクラスはよく食べてくれるので本当にうれしい。」というお話を度々いただきました。その都度生徒にも伝えました。実は後になって、ある保護者の方から「娘はグリーンピースなどが出るのを我慢して食べていたようです。」とお聞きし、配慮が足りず申し訳なかったと思いましたが、「でも好き嫌いかなり減りました。」ということばもいただき、少しほっとしたことを覚えて

えています。

このクラスは実に元気なクラスでした。給食と『食缶からっぽ記録』への挑戦が元気の源だったのかもかもしれません。

もう一つは「校長先生からは給食費を二倍もらいますよ。」というある職員の方からのことばです。校長在職中も給食をたくさんいただきました。給食の時間は副担任の先生方と一緒にでしたが、私が一番多くいただいていたかもしれません。食缶に残ったままもどすのはどうも……という思いもあり、時には残ることがないよう配膳を一緒にしましたが、今から思えば、先生方には迷惑だったかもしれません。こんな様子を知っている職員の方からの、にこにこ笑いながらのことばでした。

給食の時間に各教室を回りますと、担任の先生が明るく元気におかわりをするという雰囲気は、生徒がその先生以上に明るく元気なように感じました。「食育」の重要性が指摘されていますが、給食と給食指導には、栄養面はもちろんのこと、学級経営全体の面からも大切な何かがあるように思えてなりません。

給食と給食指導を通して、子どもたち一人ひとりが明るく元気に、そして健やかに成長することを心から願っています。

表紙写真解説

学校・家庭・地域との連携

春日部市立内牧小学校

栄養教諭 横川 一美

本校では、食に関する指導（文部科学省の六つの目標を盛り込んだ食育の三つの柱を立てて、学校・家庭・地域との連携を深めた食育を推進しています。三つの柱とは、柱1（魅力ある学校給食）柱2（多様な交流給食）柱3（食に関する指導の実施）です。

この写真は、食育の柱2の多様な交流給食の中の一つ「ハッピーランチ」の様子です。ハッピーランチとは、異学年の縦割りの交流給食です。

同じ誕生月の児童と先生が、ランチルームに集まり、お祝いの食事をいただきます。毎月実施され、該当児童には事前に招待状が届き、当日は誕生日祝いのカードがもらえます。

お祝いの食事は、通常の給食献立とは異なり、「晴れ」の食事です。

平成二十六年年度の献立は、お赤飯・発酵乳・赤魚の塩焼き・藤つとん春日部の名物品のすまし汁・彩りおひたし・チョコレートケーキです。一年に一度の献立を、児童はとても楽しみにしています。

この日は、各委員会の児童が活躍をします。

給食委員会は、司会進行と献立説明と席への誘導、音楽委員会は、ハッピーパースデーのお祝いの演奏、放送委員会は、ハッピーランチのお知らせと該当児童の名前の発表をします。

ハッピーランチは、本校の特色ある食育活動の一つで、学校・家庭・地域も期待している取り組みです。

【表Ⅰ 平成26年4月1日現在】※さいたま市含む

	小学校	中学校	特別支援学校	合計
単独校調理場	100(3)	22	4	126(3)
共同調理場	45(2)	32(2)	0	77(4)
その他				2
合計	145(5)	54(2)	4	205(7)

※()内の数字は、平成26年度新規採用栄養教諭の人数です。
※その他は、行政機関の指導主事です。

【表Ⅱ 栄養教諭配置校における朝食欠食率：平成19年度より調査開始】

年度	19年度	21年度	22年度	23年度	24年度	25年度
埼玉県全体	1.5%	1.3%	1.1%	1.0%	1.0%	1.1%
栄養教諭配置校(小)	0.4%	0.6%	0.6%	0.5%	0.4%	0.5%
埼玉県全体	3.9%	3.2%	2.9%	2.6%	2.6%	2.7%
栄養教諭配置校(中)	0.3%	2.5%	2.4%	1.7%	1.8%	2.0%

【表Ⅲ 各校の食育・学校給食に関する取組：平成25年度の実績】

取組内容	小学校	中学校	高等学校(定)	特別支援学校
行事給食	はい 534校 75.3%	239校 65.8%	23校 82.1%	32校 80.0%
	いいえ 175校 24.7%	124校 34.2%	4校 14.3%	2校 5.0%
交流給食	はい 572校 80.7%	43校 11.8%	1校 3.6%	16校 40.0%
	いいえ 137校 19.3%	320校 88.2%	26校 92.9%	18校 45.0%
バイキング給食	はい 479校 67.6%	163校 44.9%	10校 35.7%	24校 60.0%
	いいえ 230校 32.4%	200校 55.1%	17校 60.7%	10校 25.0%
農業体験	はい 564校 79.5%	125校 34.4%	1校 3.6%	16校 40.0%
	いいえ 145校 20.5%	238校 65.6%	26校 92.9%	18校 45.0%

※調査対象校：小学校 709校 中学校 363校 高校(定) 27校 特支 34校

県保健体育課から

食育の推進

●本県では、平成十八年度から栄養教諭が採用され、現在までに二百五名が配置されています。(表Ⅰ)栄養教諭が配置されて以来、各勤務場

所において「食に関する指導」が充実し、日々の指導をとおして、児童生徒の朝食欠食率の減少等に効果を発揮しています。

●本県では、毎年各校の食育・学校給食等の調査を実施しています。表Ⅱはその取組の結果を示しています。

給食会行事

学校給食調理コンクールを開催

本年度で、三十七回目を迎える「学校給食調理コンクール」には、課題献立三十一点、自由献立十四点、合計三十五点の応募をいただきました。

課題献立部門は昨年に引き続き、「①県内の地場産農畜産物を取り入れた献立、②ごはんを中心とした主食、主菜、副菜の献立」としました。

日本の季節行事を「食」を通して知らせたいという願いから、冬至にちなんだ食べ物や先人の智慧を盛り込んだ献立、地場産品を多く利用し郷土の理解に繋がるような献立。

また、自由献立部門では、特産の梨を使用したオリジナル「なしカレー」で食文化や感謝の心を育む献立。給食で出た残さを焼却せず専門の業者に委託して、再利用したエコフイードで育った豚肉を使った【エコ豚のごぼう揚げオーロラソース】など食べ物大切さを伝える献立が寄せられました。

審査は、七月九日の第一次審査会(書類審査)を経て、七月二十五日、学校給食会の調理実習室で第二次審査会(調理実技審査)が行われ、各

賞は各審査員の採点の合計で決まりますが、各審査員からは出品されたいずれの作品も素晴らしい内容で、甲乙付けがたいとの好評をいただきました。



平成26年度学校給食調理コンクール受賞チーム一覧表

(課題献立部門) 平成26年7月25日

賞	チーム名
埼玉県教育委員会教育長賞	越谷市立第三学校給食センターチーム
埼玉県学校給食会理事長賞	日高市立清進小学校チーム
埼玉県米消費拡大推進連絡協議会会長賞	幸手市栄養士部会チーム
埼玉県学校給食センター研究協議会会長賞	北本市立北小学校チーム
協賛団体賞	さいたま市立さくら草特別支援学校チーム
	埼玉県立毛呂山特別支援学校チーム

(自由献立部門)

賞	チーム名
埼玉県教育委員会教育長賞	春日部市学校栄養士研究会Bチーム
埼玉県学校給食研究会会長賞	所沢市立清進小学校チーム
埼玉県学校栄養士研究会会長賞	宮代町教育委員会チーム
埼玉県学校給食牛乳協議会会長賞	春日部市学校栄養士研究会Cチーム
協賛団体賞	久喜市教育委員会久喜地区栄養士チーム
	埼玉県立日高特別支援学校チーム

*表彰は、11月25日(火)彩の国学校給食研究大会において行われました。

学校給食実施状況調査

Ⅱ 県保健体育課からⅡ

平成二十六年五月一日現在における、
本県の学校給食の実施概要は次のとおり
です。

1. 完全給食実施状況

(1) 公立小・中学校

区 分	学 校 数	児 童・生 徒 数	実 施 率
小 学 校	811校	375,943人	100%
中 学 校	420校	186,211人	99.5%
合 計	1,231校	562,154人	99.9%

※小学校数は、休校3校を除く。中学校数は、伊奈学園中学校と休校1校を除く。

※実施率は、完全給食を実施している学校の割合とする。

(2) 県立夜間定時制高等学校・県立特別支援学校

区 分	学 校 数	児 童・生 徒 数	実 施 率
夜間定時制高等学校	24校	2,194人	100%
特別支援学校	36校	6,114人	100%
合 計	60校	8,308人	100%

※夜間定時制高等学校の生徒数は、給食受給を申し出ている人数です。

2. 米飯給食実施状況（公立学校）

区分（給食回数）	学 校 数	比 率	児 童・生 徒 数	比 率
週 1 回	0校	0%	0人	0%
週 2 回	58校	4.7%	27,446人	4.9%
週 2.5 回	40校	3.2%	15,773人	2.8%
週 3 回	667校	54.1%	287,183人	51.2%
週 3.5 回	332校	26.9%	169,130人	30.1%
週 4 回	130校	10.5%	57,775人	10.3%
週 4.5 回	7校	0.6%	3,796人	0.7%
週 5 回 以上	0校	0%	0人	0%
そ の 他	0校	0%	0人	0%
合 計	1,234校	100%	561,103人	100%

※平均実施回数 週3.2回（児童・生徒数の加重平均）

3. 調理方式別完全給食実施状況（公立小・中学校）

		小学校(比率)	中学校(比率)	合 計(比率)
単 独 校 調 理	学 校 数	374校 (46.1%)	138校 (33.0%)	512校 (41.6%)
	児 童・生 徒 数	199,179人 (53.0%)	68,586人 (37.0%)	267,765人 (47.8%)
共 同 調 理	学 校 数	410校 (50.6%)	263校 (62.9%)	673校 (54.8%)
	児 童・生 徒 数	165,223人 (44.0%)	109,202人 (59.0%)	274,425人 (48.9%)
そ の 他	学 校 数	27校 (3.3%)	17校 (4.1%)	44校 (3.6%)
	児 童・生 徒 数	11,086人 (3.0%)	7,416人 (4.0%)	18,502人 (3.3%)
合 計	学 校 数	811校 (100%)	418校 (100%)	1,229校 (100%)
	児 童・生 徒 数	375,488人 (100%)	185,204人 (100%)	560,692人 (100%)



平成二十六年十一月二十日（木）に、山口県山口市で行われた、「第六十五回全国学校給食研究協議大会」にて、春日部市立武里西小学校が、全国学校給食表彰「文部科学大臣」表彰という名誉ある賞を受賞しました。受賞された春日部市立武里西小学校は、単独校調理場を保有し、学校給食を生かした食育の取組が盛んです。昨年度は、文部科学省委託事業による「栄養教諭を中核とした食育推進事業」の中心校として取り組んでいました。このように、これまでの学校としての実践が評価され、この度の受賞となりました。

全国学校給食表彰
「文部科学大臣表彰」受賞
（春日部市立武里西小学校）

平成26年度市町村学校給食費 (保護者負担額のみ)

平成26年8月調査

地区	市町村	改定時期		改定額			
				小学校		中学校	
		年	月	改定前の額	改定後の額	改定前の額	改定後の額
南部地区	1 さいたま市	26	4	4,000	4,100	4,700	4,800
	2 川口市	26	4	3,800	3,895	4,450	4,565
	3 鴻巣市	0	0	4,100	4,100	4,600	4,600
	4 上尾市	26	4	3,900	4,300	4,500	5,200
	5 草加市	0	0	4,000	4,000	4,800	4,800
	6 蕨市	26	4	3,675	3,780	4,410	4,536
	7 戸田市	0	0	3,700	3,700	4,300	4,300
	8 朝霞市	0	0	3,800	3,800	4,300	4,300
	9 志木市	26	4	3,800	4,100	4,400	4,700
	10 和光市	26	4	3,800	4,000	4,400	4,600
	11 新座市	0	0	4,000	4,000	4,700	4,700
	12 桶川市	0	0	4,000	4,000	4,550	4,550
	13 北本市	0	0	3,900	3,900	4,500	4,500
	14 伊奈町	0	0	3,600	3,600	4,300	4,300
西部地区	15 川越市	0	0	4,000	4,000	4,900	4,900
	16 所沢市	26	4	4,100	4,210	4,800	4,930
	17 飯能市	0	0	3,831	4,015	4,781	4,894
	18 東松山市	0	0	3,700	3,700	4,400	4,400
	19 狭山市	0	0	3,800	3,800	4,500	4,500
	20 入間市	0	0	4,200	4,200	4,900	4,900
	21 富士見市	26	4	4,000	4,100	4,700	4,800
	22 坂戸市	27	4	3,800	3,800	4,800	4,800
	23 鶴ヶ島市	26	4	4,000	4,150	4,650	4,800
	24 日高市	0	0	3,800	3,800	4,700	4,700
	25 ふじみ野市	26	4	3,850	4,000	4,500	4,700
	26 三芳町	0	0	4,000	4,000	4,700	4,700
	27 毛呂山町	26	4	3,950	4,060	4,750	4,880
	28 越生町	0	0	4,145	4,145	4,909	4,909
	29 滑川町	0	0	3,800	3,800	4,400	4,400
	30 嵐山町	0	0	3,800	3,800	4,500	4,500
	31 小川町	0	0	3,800	3,800	4,500	4,500
	32 川島町	0	0	4,000	4,000	4,900	4,900
	33 吉見町	26	4	3,900	4,000	4,800	4,900
	34 鳩山町	26	4	3,800	3,910	4,600	4,730
	35 ときがわ町	26	9	3,800	3,900	4,500	4,600
	36 東秩父村	26	4	3,700	3,800	4,400	4,500

地区	市町村	改定時期		改定額			
				小学校		中学校	
		年	月	改定前の額	改定後の額	改定前の額	改定後の額
北部地区	熊谷市						
	旧熊谷市			3,550	3,800	4,400	4,600
	37 旧江南町	26	4	3,500	3,800	4,600	4,600
	旧大里町			4,000	4,000	4,800	4,800
	旧妻沼町			3,500	3,600	4,000	4,150
	38 秩父市	0	0	3,818	3,818	4,582	4,582
	39 本庄市						
	旧本庄地域	26	4	3,800	3,900	4,700	4,830
	旧児玉地域			4,000	4,100	4,700	4,830
	40 深谷市	0	0	3,800	3,800	4,500	4,500
	41 横瀬町	0	0	3,818	3,818	4,473	4,473
	42 皆野町	0	0	3,600	3,600	4,200	4,200
	43 長瀨町	26	4	3,600	4,100	4,300	4,800
44 小鹿野町	0	0	4,036	4,036	4,800	4,800	
45 美里町	26	4	3,800	4,000	4,500	4,700	
46 神川町	26	4	3,600	3,870	4,300	4,620	
47 上里町	26	4	3,800	3,900	4,700	4,830	
48 寄居町	26	4	3,700	4,000	4,600	5,000	
49 行田市	0	0	3,650	3,650	4,400	4,400	
50 加須市							
騎西地域	25	4	3,650	3,800	4,250	4,400	
大利根地域		9	3,600	3,800	4,300	4,400	
51 春日部	0	0	4,175	4,175	4,719	4,719	
52 羽生市	0	0	4,100	4,100	4,900	4,900	
53 越谷市	0	0	3,600	3,600	4,350	4,350	
54 久喜市	0	0	3,880	3,880	4,600	4,600	
55 八潮市	26	4	3,700	3,800	4,350	4,470	
56 三郷市	0	0	3,650	3,650	4,400	4,400	
57 蓮田市	26	4	3,800	3,910	4,400	4,530	
58 幸手市	26	4	4,000	4,300	4,600	4,900	
59 吉川市	0	0	3,700	3,700	4,400	4,400	
60 宮代町	0	0	4,100	4,100	4,800	4,800	
61 白岡市	0	0	3,900	3,900	4,500	4,500	
62 杉戸町	0	0	4,000	4,000	4,700	4,700	
63 松伏町	0	0	3,800	3,800	4,300	4,300	
合計	平均			3,839	3,920	4,553	4,638

給食主任の眼

「心をつなぐ食育の取組み」

羽生市立井泉小学校

給食主任 小林 亜実

本校は、明治六年に開校し、今年で創立百四十周年を迎える伝統ある学校です。

児童の祖父母には、本校の卒業生が多く、地域の温かい目に見守られながら、生活しています。教育活動に対しても協力的です。そんな本校では、家庭・地域社会との連携を大切に取組みを行っています。

その一つが保護者向けの給食試食会です。子どもたちが普段食べている給食を口にする機会はなかなかなく、「おいしいね」「けっこうボリュームあるね」と、会話を交わしながら楽しんで食べていただいています。

二つ目は、地域の方との地区懇談会です。

給食センターに協力を仰ぎ、栄養教諭の方による学校給食についての講話や、実際に給食の試食を通して、学校給食への理解を深める場としています。

また、本校には学校農園があります。生活科や総合的な学習の時間に、一人一人が好き



な野菜を育てています。ミニトマト、きゅうり、とうもろこし、なす、オクラ…。一生懸命水をやり、草を抜いています。暑い日には、野菜も喉が渇いていないか心配そうにしています。そうして愛情を込めて育てた野菜を収穫するときの児童の目の輝きは、言い表しようがありません。

「おうちでおいしく食べました。」
「家族みんなが喜んでくれました。」
思い思いに報告をしてくれます。中には枯らしてしまう児童もいます。

その経験で、食べ物を育てる難しさを知り、来年は絶対に収穫すると熱い思いを抱いています。

子どもたちは、自分の手で作物を育てることで、その難しさや命をいただく喜びを学ぶことができます。

教室の中では学習できない大切なことだと考えています。今後も、本校の特色を生かし、家庭・地域社会との連携を図りながら、食の教育の充実に努めたいと思います。



東松山市立桜山小学校 1年 すずき 鈴木 まお 舞桜



東松山市立高坂小学校 4年 いぐさ 井草 ひより 日和



東松山市立桜山小学校 1年 よしだ 吉田 みずも 瑞萌



東松山市立高坂小学校 4年 ほしぎき 星崎 かんた 幹太

たのしい給食

ア ン テ ナ

「はちみつで笑顔を」

株式会社武州養蜂園

代表取締役 栗原 正典

株式会社武州養蜂園は、県北部の熊谷市で養蜂を通じてはちみつやジャムや飲料等のはちみつ加工食品、ローヤルゼリーやプロポリス等の健康食品を製造販売している企業です。

昭和四十二年に創業し、今では店舗販売や通信販売で全国約七万人の会員様へはちみつ製品を提供するとともに、創業以来全国の学校給食で個食のはちみつやはちみつジャム等を長年ご愛用いただいております。

はちみつは昔から健康に良いとされてきましたが、砂糖等のシヨ糖と違い働きバチが糖類をブドウ糖と果糖の単糖類に分解することにより、体に入るとそのまますぐに吸収されてエネルギーになる天然栄養源です。さらにはちみつに混ざる花粉には多くのビタミンやミネラルが含まれており、砂糖と同等の甘さがあるのにカロリーは少なく、育ち盛りのお子様には最適のエネルギー源と言えるでしょう。

はちみつの結晶について聞かれることがあります、花の種類によ

てブドウ糖と果糖の比率が微妙に違い、ブドウ糖の比率が高いはちみつほど結晶しやすく、五十〜六十度でゆっくり湯煎すれば元に戻ります。結晶しても品質は変化しません。はちみつは短期間で品質が変化する食品ではありません。

また、はちみつは国産が良いと言われる方がおりますが、花が同じであれば国産と外国産の間に鮮度や風味の差はありません。品質管理や安全面も同じです。諸外国に比べ自然の少ない日本国内ではちみつの自給率はわずか5%程度。90%以上が海外からの輸入に頼っているのが現状です。

当社においても国内で採れるわずかなはちみつ以外は中国、ニュージーランド、アルゼンチン等の海外養蜂場で採蜜しています。

安全なはちみつをお客様にご提供するために、社内の安全検査はもちろんのこと第三者機関で随時検査を行い、良質なはちみつを地元の熊谷工場で充填、販売しています。

創業以来武州養蜂園は品質重視に努めてまいりました。

これからも当社はおお客様の安心と笑顔を追いかけてまいります。特に学校給食でご愛用くださる子供たちのためにも、安全・安心で栄養価の高いはちみつを提供できるよう努力してまいります。

味 だ よ り

「麻婆大根」

和光市立新倉小学校

栄養士 船山 久美子

和光市では、「地場産野菜を学校給食に」の声のもと、直売組合の協力により、平成二年から給食での地場産野菜の使用が開始されました。当初は人参・じゃがいも・玉ねぎのみでしたが現在では年間二十一種類もの農産物を使用しています。安全で新鮮、また安定した価格の地場産野菜は給食の大きな味方です。

市内の小中学校は統一献立となっているため、旬のおいしい野菜を児童生徒が平等に食べることができま

す。地場産野菜をどんな料理で食べてもらうかは栄養士の腕の見せ所です。大根を味噌汁に入れるだけでは何か面白みに欠けます。そこで考え出されたのが「麻婆大根」です。

麻婆といえば豆腐ですが、その代わり大根を湯がいて入れます。豆腐と大根ではまるで食感が違います。少し辛めの肉味噌と大根がみごとにマッチして、給食でも人気のメニューとなりました。

これからも生産者の方に感謝し、地場産野菜を生かした給食作りに励んでいきます。

作り方

- ①大根を厚いちよう切りにして、下ゆでする。
- ②人参・戻した椎茸は粗いみじん、長ねぎ・しょうが・にんにくはみじん切り、にらは、2cmの長さに切る。
- ③酒・砂糖・しょうゆ・テンメンジャン・赤みそをあわせておく。
- ④フライパンを熱し、油をひき、トウバンジャン・しょうが・にんにく・長ねぎを香りが出るまで炒める。
- ⑤ぶた肉を加え、色が変わったら人参・椎茸を入れて炒め、③の調味料・水を加えて煮る。
- ⑥⑤が煮立ったら、下ゆでた①の大根を加えて煮る。
- ⑦味が調ったら、にらを加え、水溶きでんぷんを入れる。
- ⑧ごま油を回し入れて出来上がり。

献立例

- 発芽玄米ご飯
- ワンタンスープ
- 麻婆大根 • 牛乳

材料

大根	80g	酒	1.2g
豚肉(挽)	30g	三温糖	2g
人参	10g	しょうゆ	3g
干し椎茸	0.8g	テンメンジャン	4.5g
長ねぎ	10g	赤みそ	2.5g
生姜	0.4g	水	20g
にんにく	0.4g	にら	8g
米油	1.2g	でんぷん	1.5g
トウバンジャン	0.2g	ごま油	0.7g



栄養士の四季

食形態の充実を目指して

埼玉県立所沢おおぞら特別支援学校
主任 千葉 晃史

本校は知的障害教育部門と肢体不自由教育部門併置の特別支援学校です。

在籍児童生徒の割合は、知的部門が九割程度、肢体部門が一割程度で、給食で提供している食形態は、大部分が普通食となっています。

しかし知的部門に在籍する児童生徒においても、咀嚼の弱い子、嚥下が苦手な子がいるため、調理ばさみを使用して細かく刻んだり、給食室から片栗粉で作ったとろみを提供したりと、個別の対応を必要とする子が多数います。

肢体部門においては、「普通食」「きざみ食（大）」「きざみ食（小）」「ペースト食」の四形態を提供しています。主食は、米・パン・麺をそれぞれ



調理ばさみを使用し、一口大～粗みじんに刻む等、対応します。



ペースト食と混ぜ合わせて食べる等、個別の対応をします。



さらにミキサーにかけたり、裏ごししたりします。

粥にして提供しますが、出来上がり状態から、白飯とお粥を混ぜ合わせたり、お粥をミキサーにかけたりと、個別の対応を必要とします。麺粥についても、当日の麺の種類により茹で時間が変わったり、味付けが変わったりします。

主菜は、肉なのか魚なのか、炒め物なのか揚げ物なのかなど、食材や調理法に合わせて対応します。

本校での形態食調理は、普通食をフードプロセッサにかけて作る「再調理」という方法が主となっていますが、より食べやすさを追求した「別調理」を導入していくことで、より充実した食形態となっていくと感じています。

また、形態食調理において重要なことは、教員との連絡・確認や調理員との打合せ、連携を高めることであるということです。児童生徒が食べやすく、おいしく、楽しみな給食であるために、これからも研究していきたいと思えます。

食品豆知識

「だいこん」

埼玉県農林部 生産振興課
野菜担当 加藤 由実

■原産地と日本への渡来

だいこんの原産地は地中海沿岸から中央アジアと言われています。日本へは奈良時代に中国から伝わったとされ、「古事記」に記述があります。春の七草のひとつ、すずしろ、とも呼ばれ親しまれています。

■埼玉県のだいこん生産

埼玉県の平成二十四年のだいこんの産出額は二十一億円で全国第十一位となっています。所沢市、川越市といった入間地域、深谷市をはじめとする大里地域を中心に生産されています。

■野菜としての特徴

だいこんは、九〇%以上が水分ですが、ビタミンC、葉酸、カリウム、食物繊維などが含まれています。煮物、おでん等で食べることが多いので食物繊維を多くとるのに適した野菜です。

また、整腸作用や消化促進に効果があるジアスターゼが含まれています。

■だいこんの種類と食べ方

だいこんにはいろいろな種類があ



りますが、現在では青首だいこんと呼ばれる首の青いだいこんが青果用として広く流通しています。だいこんは用途が広く、おろしや煮物、漬物、たくあんなど幅広い料理法で食べられています。

古くから全国各地でいろいろな品種が作られており、重さが十五〜三十kgになる「桜島だいこん」や根の直径は二〜三cm、長さは一m前後と細長い「守口だいこん」など変わった品種もあります。

■選び方のポイントと保存方法

根が太くて重くまっすぐで、表面が白くてツヤとハリがあるものが良品です。

保存する場合は、寒い季節には新聞紙に包んで風が直接当たらないところに置いたり、冷蔵庫ではラップに包み乾燥を防ぎ保存できますが、大部分が水分ですので鮮度が重要です。お近くの直売所などで新鮮な埼玉県産だいこんを手にとり、味わってみてください。



食卓談話

北埼玉の伝承料理を 伝えます！



ふるさとの味伝承士
(味の会)
町田 恒子さん (左)
遠藤千代子さん (右)

北埼玉地域に伝わる「ふるさとの味」を地域住民に普及することを目的に、平成二十一年六月、行田市・加須市・羽生市のふるさとの味伝承士で「味の会」を結成しました。(会員二十二名)
会では年二回の伝承料理技術向上



材料(12個分)

もち米	700g	塩	12~15g
小豆	300g	片栗粉	100g

作り方

- ① 柔らかく煮た小豆に塩を加え、よく練って煮詰め12個(約60g)にわけて丸めます。
 - ② もち米は、よく洗い多めの水に一晩つけておき、ざるにあげ水を切り蒸して、餅をつきます。
 - ③ お盆に片栗粉を振り、つきあがった餅を置き、90gに切り分けます。
 - ④ 餅であんこをくるみ込み、形を整えます。
- ※ちぎって砂糖をまぶして食べると美味しいです。また、堅くなったものは、オープン等で焼いてたべると香ばしい味になります。

研修会を行い、会員個々では小学校や公民館で伝承料理講習を行っています。

北埼玉地域の代表的な伝承料理の「いがまんじゅう」「手打ちうどん」「ゼリーフライ」は好評で、食農教育活動につながるかと教育機関から喜ばれています。

今回は、全国でも珍しい「塩あんびん餅」を紹介します。

「塩あんびん餅」は、塩味のあんこを餅で包んだ、甘くない大福です。昔は、「塩あんびん餅」を重箱に詰めて、地域の農家に古くから伝わる年二回の「お日まち(春まつり・秋まつり)」や「仏事」の時に近所や親せきに贈る習慣がありました。

砂糖が貴重な時代でしたので、食べるときに少々の砂糖をまぶして食べたそうです。家族で食べる御馳走でした。

Q & A

Q 埼玉県産大豆の状況について教えてください。

A 本会では、県産農産物の利用を推進する考えのもと、平成十一年度から県産大豆を利用した食材開発を行い、「彩の国なつとう」、「彩花みそ(白・赤)」、「彩花しょうゆ」、「冷凍ゆで大豆」、「冷凍豆腐」、「乾燥大豆」、「彩の国スティックなつとう」、「冷凍揚げ」の八品目を取扱っています。

これらの製品に使用する大豆は年間約百五十トンが必要になりますが、平成二十二年産(直近の平成二十五年産で確保できた数量が百十〜百二十トン程で、全アイテムを製造するには不足している状況です。

特に平成二十二年産の大作を受け、平成二十三年度以降、「冷凍ゆで大豆」と「冷凍揚げ」については国産大豆に切り替え供給をさせて頂いております。

また、現在使用している県産大豆は「タチナガハ」という品種で、この「タチナガハ」は、平成五年に県の奨励品種になり、すでに二十年以上が経過したことや、近年の異常気象等の影響もあり、品質低下や収獲量の減少が著しく、生産者数、栽培

面積の減少にも歯止めがかからない状況になっており、学校給食用原料としての安定確保に支障が出始めています。

これらの課題を改善するため、県では平成二十五年産から、現在の「タチナガハ」に替わる後継品種として「里のほほえみ」、「サチユタカ」、「関東百十八号」、「四国十一号」の四品種を候補に試験栽培が開始されました。

このような状況を受け、本会でも、後継品種候補の「里のほほえみ」と「サチユタカ」の2品種を使用し、代表的な製品である「彩の国なつとう」、「彩花みそ」、「冷凍豆腐」について製品への加工適正や品質評価を行いました。

その結果、「彩花みそ」と「冷凍豆腐」については、製品加工適正や味の評価は概ね良好でしたが、「彩の国なつとう」の原料としては、やや粒が大きく豆の食感も少し柔らかい、との評価でした。

今後、三年先の平成二十九年産には「タチナガハ」からの全面切替えが予定されています。このため本会では、後継品種を利用した製品テストを重ね、食味や品質の安定した大豆製品を提供させていただくために準備を進めてまいります。

3学期キャンペーン 製品のお知らせ

【岡本食品株式会社】

国内産みかん缶



厳選した国内産原料を使用。フルーツポンチやゼリーにお勧め。


国内ホールトマト缶



完熟トマト使用。一つひとつ芯取り、皮むきをしています。パスタやトマト煮込みに最適。

【カセイ食品株式会社】

川越芋ペースト 1kg



埼玉県産さつま芋(紅赤)を使用。スイートポテト・きんとん等にお勧め。

【株式会社カネショウ】

厚焼き卵 500g(1/10カット)
スティック卵 600g(15g×40)



1本1本丁寧に焼きあげ、手焼きのようなふんわりとした食感が味わえる厚焼き卵です。スティック卵は手巻きの具材としてお勧め。

【キッコーマンソイフーズ株式会社】

すこやかなると巻 160g



汁物の具材としてお勧め。

チーズはんぺんフライ



※価格につきましてはお問い合わせください。

食材紹介

桃の節句の行事食として例年ご好評をいただいております「ひなあられ」と「ひな菓子」に加え、「ひし餅」、「桜餅」、「祝大福」、「三色団子」をご用意しました。

ひな菓子 【ヨコイ・ピーナッツ株式会社】



うち米に砂糖をからめた昔ながらのボン菓子です。

【主原料】
うるち米、砂糖

ひなあられ 【越後製菓株式会社】



マヨネーズ、えび、青のりなどをミックスしたあられです。

ひなあられは化学調味料不使用です。
※ひなあられつどいは添加物・表示対象アレルギーフリーです。

【主原料】国内産もち米及び米、醤油、砂糖、マヨネーズ



【カセイ食品株式会社】 ※自然解凍でお召し上がりください。

ひし餅 35g

練り餅ではなく、つき餅です。もち粉・よもぎは国産を使用しています。

桜餅 45g

道明寺タイプの桜餅です。もち米・小豆・桜葉は国産を使用しています。

祝大福 40g

1個20gの紅白の大福です。もち粉・小豆は国産を使用しています。

三色団子 30g

もち粉・よもぎは国産を使用しています。

紹介の商品のご注文締切日は、**2月6日(金)**を予定しております。

新年あけましておめでとうございます。昨年は、台風や火山の噴火など多くの災害が発生しました。被災された方々には、心よりお見舞い申し上げますとともに、今年こそ穏やかな年となりますよう

編集後記

願っております。本給食会では、本年も引き続き、関係者の皆様方のご理解とご協力をいただきながら、食材の安全・安心の確保と安定供給に努めるとともに、食育の推進に寄与してまいりますので、よろしくお願い申し上げます。

材料

大豆の華(繊維)	1.5g
ちりめんじゃこ	3g
いりごま(白)	1.5g
刻み昆布	0.3g
なたね油	0.5g
三温糖	0.5g
しょうゆ	1.5g
本みりん	1g

作り方

- ①油を熱し、ごまとちりめんじゃこを炒る。
- ②大豆の華、刻み昆布を加え、炒る。
- ③三温糖を加え、しょうゆ、みりんを鍋肌から加え、パラツとするまで炒る。



『大豆の華(繊維)』を使って
手作りふりかけ

さいたま市立原山中学校
栄養教諭 深石歩美

育ち盛りの生徒達に、もっとたくさんお米を食べてほしいという思いから、以前より、ふりかけや佃煮を手作りしています。大豆の華(繊維)は、その形状から、ふりかけに向いていると思い、使いはじめました。

調味料の水分が程よく入るので、ふわっとした仕上がりになります。くせのない味なので、生徒は大豆が原料であることに気づきません。麦ご飯でも、もりもりと食べてくれる一品です。

アイディアメニュー