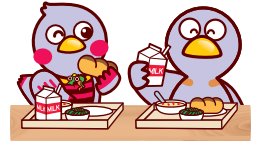


おいしいね



埼玉県マスコット
「コバトン&さいたまっち」



この花なんの花？(答えは8ページにあります)

安全・安心、そして
おいしい食材を。

〔編集・発行〕

公益財団法人埼玉県学校給食会

〒364-0011 埼玉県北本市朝日2丁目288番地

TEL / 048-592-2115 FAX / 048-592-2496 <http://www.saigaku.or.jp>

Menu

- 02 巻頭言
- 03 県保健体育課から
- 04 給食主任の眼／たのしい給食
- 05 アンテナ／味だより
- 06 栄養士の四季／食品豆知識
- 07 食卓談話／アイデアメニュー
- 08 食材紹介



荻野吟子女史の生涯・功績について

NPO法人めぬまガイドボランティア阿うんの会代表理事

増田 哲也

荻野吟子は1851年（嘉永4年）3月3日、幡羅郡俵瀬村（現熊谷市）の名主、荻野綾三郎・嘉代「隣村の弁財村の大嶋家（名主）から荻野家に嫁ぐ」の五女として生まれた。

吟子は17歳になると、北埼玉郡上川上村の名主・稲村貫一郎（石高1400という北埼玉きっての豪農）と結婚したが、2年後、不慮の病に侵されて協議離婚をした。その後、妻沼の両宜塾での恩師、松本萬年の紹介で、佐藤尚中が学長を務める東京の大学東校（現、東京大学医学部）に約2年間入院した。吟子は入院中に、男性医師たちに局部を診察され、生まれて初めての経験に羞恥と屈辱でおののいた。せめて同性の医師であったら、もっと気安くみてもらえる。世の不幸な同病の友が救われるのではないか。この時に「女医になると」決心したと、吟子の日記に書かれている。

当時、女子が医師になることは空想に近かった。女子の医師は自分の妊娠・出産の際病人をみられなくなる。女の医者になぞ見てもらえるかという女性軽視があった。いずれの医学校も女子の入学を認めていなかった。

そんなとき、松本萬年から、東京に東京女子師範学校（現・お茶の水大学）が開校するので、この学校への受験のすすめの便りが届き、吟子は第一回生として入学（明治8年・吟子24歳）、同校を卒業後、師範学校の恩師の永井先生の尽力により、宮内省侍医、高階経徳が経営している好寿院医学校（明治12年・吟子28歳）に聴講生として入学できた。

好寿院を卒業し、いよいよ医術開業試験を受験しようと、東京府に医術開業試験の願書提出（明治15年・吟子31歳）、翌年埼玉県にも提出したが、前例がないということで却下された。

しかし、幕府検校の国学者・塙保己一が寛政12年（1800年）に編集した、平安時代の法律書（養老令）の第八巻医疾令（令義解）という医事法令の中に「女医」という一文があることを見つけ出した井上頼圀が、平安時代に女医の前例があったことを医事関係者に証明してくれた。

医師開業試験の願書を提出してから、2年後の明治

17年ようやく女性への受験が許可され、翌年の9月に前期試験が行われ、女性4名が受験し、吟子ただ一人合格した。翌年行われた後期試験にも、見事合格し、ここに「日本公許登録女医第一号」が誕生した。

幾多の苦難を克服した吟子は、明治18年（吟子34歳）本郷湯島三組町で産婦人科「荻野医院」を開業した。

日本人初の女性医師の開業ということで、マスコミ等で報道されるなど、世間の脚光を浴び、医院には女性患者が数多く押し寄せたと伝えられている。翌年には下谷黒門町の二階屋の広い家に転居した。

吟子は、秩父地方にキリスト教を布教に来た、同志社英学校（現在の同志社大学）二年生の志方之善の素直で直情的な性格に心が引かれて結婚をした。志方は結婚後一年も満たないうちに、北海道にキリスト教の理想郷建設を夢見て、利別原野（現・今金町）に移住した。吟子も3年後、北海道に移住し、せたな村で開院した。吟子は、婦人会組織を創ったり、日曜学校を創ったり、女性の地位向上のためにも当地で活躍した。夫の志方は一旦、同志社に戻り復学し牧師の資格を得てきて、布教活動に専念したが、42歳という若さで吟子の献身的な看病もむなしく亡くなった。

吟子は、志方が亡くなった3年後、姉の友子の勧めにより北海道を離れ、閑静な本所小梅町（現在の墨田区向島1-8番地）に身を落ち着け、開院し、7年間の医療活動のすえ63歳で逝去している。

現在、埼玉県では毎年、男女共同参画の推進に顕著な功績のあった個人や団体、事業所の方々に「さいたま輝き荻野吟子賞」を贈っている。さらには、公益社団法人日本女医会は、荻野吟子の偉業を称え、その名を永久に伝え、女性の地位向上を図ることを目的として、「日本女医会荻野吟子賞」を制定し、毎年独自の活躍をもって女性の地位向上に著しい貢献をした女性医師に与えている。

さらには、荻野吟子の功績の偉大さが、顕彰団体「荻野吟子史跡保存会・吟子の会・NPO法人めぬまガイドボランティア阿うんの会」等により、人々に吟子の不屈の精神が引き継がれている。

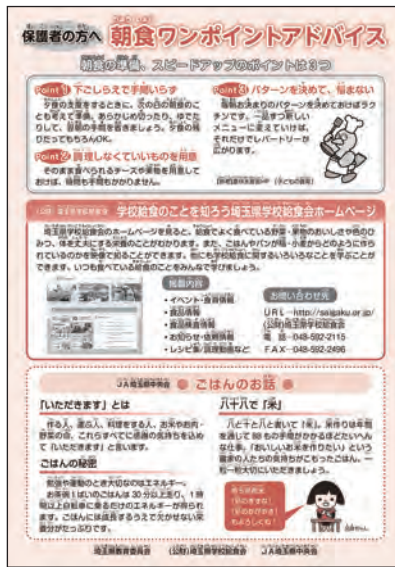
埼玉県教育委員会では、「第3期埼玉県教育振興基本計画～豊かな学びで 未来を拓く埼玉教育～」のもと、健やかな体の育成を目標に、「毎日朝食を食べている児童生徒の割合」を施策指標に掲げ、食育を通じた子供たちの健康の保持・増進に取り組んでおります。また、学校における食に関する指導の普及・充実のため、今年度も食育指導力向上授業研究協議会を開催いたします。今後も、子供たちの食に関する自己管理能力を育成するため、引き続き、食に関する指導の充実を図ってまいります。

【令和3年度版 食育推進リーフレット「朝ごはんを食べよう！」】

県では、保護者への啓発資料として、また、子供たちへの指導資料として、「食育推進リーフレット」を作成しています。令和元年度版からは、「朝ごはん」をテーマとしています。埼玉県教育委員会ホームページからダウンロードできます。また、他にも「朝ごはん」に関する資料がありますので、御活用ください。



「令和3年度版 食育推進リーフレット」



<朝ごはんに関する資料>



「誰でもつくれる朝ごはんメニュー集」

食育推進リーフレット 埼玉県



朝食摂取の推進 埼玉県



他にも

- ・早寝、早起き、朝ごはんチェックカード
 - ・朝食摂取100%のための指導資料
- があります。

【食育指導力向上授業研究協議会】

<ねらい>

授業時間における食に関する指導の充実を図るため、指導方法の工夫改善を促進し、授業を通して児童生徒の望ましい食習慣の形成に資する。

<内容>

授業公開、指導講評、講演会など

<実施期日>

- | | | |
|------------|------------|---------------|
| ◆南部教育事務所管内 | 川口市立仲町小学校 | 令和3年10月15日(金) |
| | 北本市立東中学校 | 令和3年11月17日(水) |
| ◆西部教育事務所管内 | 吉見町立東第二小学校 | 令和3年11月18日(木) |
| ◆北部教育事務所管内 | 寄居町立寄居中学校 | 令和3年11月26日(金) |
| ◆東部教育事務所管内 | 行田市立南小学校 | 令和3年11月9日(火) |

横瀬町立横瀬小学校 給食主任 山中芳美

本校は、埼玉県の秩父地域に位置し、児童数は344名です。横瀬町では小学校1校、中学校1校の給食を横瀬町学校給食調理場で調理・配送しており、栄養教諭は横瀬小学校に所属し、給食・食育主任を担当しています。毎年、給食調理場と連携を図りながら、感謝の心を深める食育に取り組んでいます。今回はその中から、2つの取り組みについてご紹介します。

1つめは、学校ファームや田んぼで収穫した農作物の給食への活用です。1、2年生のさつまいもと5年生のお米を毎年給食で活用しています。昨年度は実施できませんでしたが、例年学校ボランティアの方々に給食にご招待し、児童と会食をしたり、直接感謝の気持ちを伝えたりしています。

2つめは、全国学校給食週間の取組についてです。昨年度はこれまで実施してきた調理員さんとのふれあい給食と体育館での給食感謝の会に代わり、委員会児童の意見で「調理員さんに聞きたいこと」を全校から募集しました。集計後に多かった10の質問に答えていただき、給食の時間に放送したり、食育だよりに掲載したりしました。仕事は楽しいですか？料理のコツや工夫は何ですか？調理員さんになったきっかけは何ですか？などの質問があり、直接インタビューすることはできませんでしたが、給食や調理員さんへの感謝の心を育むことができました。また、感謝の手紙については全児童が1人で2枚書きました。1枚は調理員さん、もう1枚は給食に関わっている所長さん、栄養士さん、運転手さん、校務員さん、事務員さんへ学年ごとに分担を決めました。

今年度の取組については、未だ検討途中ですが他校の実践等を参考にして引き続き感謝の心を深める食育を推進していきたいと考えています。



調理員さんに聞きたいこと

- 何時に来ていますか？
- 何人で作っていますか？
- 何人分作っていますか？
- 仕事は楽しいですか？
- 料理のコツや工夫は何ですか？
- 調理員さんになった理由は何ですか？
- 作りながら思っていることは何ですか？
- 作るのに何時間かかりますか？
- 一番大変なメニューは何ですか？
- 調理員さんの好きなメニューや食べ物は何かですか？

たのしい給食

※制作時の学年です



飯能市立精明小学校
6年 浅見心佑



飯能市立精明小学校
6年 井関美耀子



ふじみ野市立大井小学校
5年 大欠陸



ふじみ野市立大井小学校
6年 翁川友斗

さいたま市立八王子中学校（現バンコク日本人学校） 教諭 常住祐介

タイの食生活について紹介します。タイの街を歩いていると、よく屋台を見かけます。それらの種類は豊富で、鳥の揚げ物や串物といった気軽に食べられるものから、ソムタム(パパイヤサラダ)やガパオライスといったようなお皿で出てくるような料理まで様々です。また、タイではデリバリー業も盛んなため、多くのタイ人は家で料理をしないという話を聞いたことがあります。実際に、学校で働くタイのスタッフで自分が作ったお弁当を持参している方を見かけません。安価で手早く食べることのできる屋台やデリバリー業が根付いている証拠であるのではないのでしょうか。ですが、面白いことに屋台が多いと言っても、路上やバイクに座ったり自分の店前で食べたりしていることはあっても、歩きながら食べているタイ人を見たことはありません。皆座ったり、立ち止まったりして食べています。もしかしたら、仏教の国というところがタイ人の礼儀正しさにも関係しているのかもしれない。



以前、タイ人の高校生がホームステイをした際に話を聞くと、「タイ料理は、色々香辛料やハーブなどを混ぜて作ることが手間である。」という話を聞きました。では、家庭で作る際どのようにしているのかと質問したところ、「味の素」の商品を使うことが多いとのことでした。タイに工場があり、タイで生産するため、スーパーなどで色々な種類を安く(日本円で約60円)買うことができます。また、現地の人は市場で買い物をするのが多いようで、新鮮な食材が安く手に入ります。こちらに至る所で見かけます。このように、個人ではなく社会として助け合いながら経済が回っている姿を実際に見ると、タイの方々の人に対する優しさや温かさがとても伝わってきます。

最後に余談ですが、首都バンコクから離れて観光すると、よく私たち日本人を見て、「アジノモト」と声をかけられます。これは、タイの方々から私たち日本人に感謝してくれている証で、私たちも自国とは違う国の為に貢献できているのだと嬉しい気持ちにさせてくれます。



羽生市学校給食センター 栄養教諭 清水郁美

羽生市は、埼玉県北東部に位置する人口約5万4000人の都市で、市の北部は、利根川を隔てて群馬県に隣接しています。市の中心部は、商工業の市街地となっており「衣料の町」として発展し、周囲は農業地帯で肥沃な田園に恵まれています。

羽生市学校給食センターは共同調理場方式で、小学校11校、中学校3校の約4000食の給食を提供しています。稲作を中心とした農業が盛んなため、地場産野菜の使用量の確保が難しいところではありますが、地元の実業家や農政課、生産者の方々とのやりとりを積極的に行い、新鮮な旬の食材を給食に取り入れた地産地消給食の提供を心掛けています。また、新たな取組として、食品納入業者や地元生産者と連携し、地場産野菜を使用したコロッケなどの冷凍食品の製造も順次行う予定です。



今回は、毎年9月に実施している、羽生市特産のモロヘイヤを使った「おうさまのスープ」をご紹介します。羽生市は、「王様の野菜『モロヘイヤ』をつくるまち」です。そのため、生産者は少ないものの、モロヘイヤうどんや王様のワンタンをはじめ、さまざまなモロヘイヤを使ったご当地グルメがあります。給食では、市内の高校で栽培されたモロヘイヤを購入しています。家庭ではあまり口にする機会のないモロヘイヤを給食で食べることができるのは、児童生徒たちにとって貴重な経験となります。地場産物を使用するときには、給食時間の放送などで紹介を行っているのですが、市内の高校生が栽培しているため、いつも以上に身近に感じることができているようです。

これからも地場産物を積極的に献立に取り入れ、児童生徒が郷土への愛着と理解を深められるような給食の提供に努めていきたいと思っております。

子供パン、牛乳、おうさまのスープ、ささみチーズフライ、カクテルポンチ、ソース
「おうさまのスープ」の作り方

- 1 干し椎茸は戻しておく。
- 2 ベーコンとにんじんは千切り、玉ねぎは5mm幅の薄切り、モロヘイヤは1cm幅に切り、さつと塩ゆでしておく。
- 3 油でベーコンを炒め、尖が通ったら、干し椎茸、にんじん、玉ねぎも加えてさらに炒める。
- 4 水を加え、アクを取りながら煮る。
- 5 調味料を入れ、水溶き片栗粉でとろみをつける。
- 6 割りほくした卵とモロヘイヤを加えたらできあがり。

●材料分量【小学生1人分】

油：0.5g	こしょう：0.05g
ベーコン：10g	醤油：2g
干し椎茸：0.5g	片栗粉：0.5g
にんじん：15g	卵：20g
玉ねぎ：20g	モロヘイヤ：3g
水：150g	食塩：適量(ゆで用)
コンソメ：1g	

秩父市は、埼玉県の北西部に位置し、周りを山に囲まれた緑の多い市です。多くの畑や果樹園があり、道の駅や農産物直売所には四季折々の旬の野菜類や特産物が並びます。

北部共同調理場は、秩父市の吉田地区にあり、市内にある5つの調理場のなかで一番新しいドライシステムの調理場です。調理場には、参与1名、学校栄養職員1名、委託会社調理員12名の合計14名が勤務し、毎日、小学校3校、中学校3校の合計6校分、約835食の給食を作っています。

調理場では、毎年、隣接している吉田中学校の生徒が作った「借金なし大豆味噌」や秩父地域で作られた地場産物を使用しています。それに加え、昨年度は吉田地区で作られている「えごま」、「古代米」、「借金なし大豆きな粉」を新たに使用しました。自分たちの住んでいる地域で作られた地場産物は、生産者の顔もわかり、安心、安全に食べられて、地産地消にもつながります。秩父地域には多くの畑や果樹園があるので、今後はできるだけ、種類を増やして地場産物の活用や地産地消の推進をしていきたいです。また、各学校の農園で作られた野菜類も給食に使用していきたいと考えています。

しかし、年々生産者の高齢化による数量・生産野菜類の減少や作付けをしても天候不順で発育が進まずに、数量や規格が確保できないことがあります。調理場では一日に使用する量が多いため、安定して数量や規格をそろえることが課題となっています。

ほかにも、秩父地域には郷土食も多くあります。すべての郷土食を給食に取り入れることは難しいですが、配布物等で紹介して地場産物や郷土食に関する知識も広めていきたいです。



牛乳、広島菜めし、○豚汁、白身魚の甘酢あんかけ、塩昆布和え
○吉田中学校の生徒が作った「借金なし大豆味噌」を使用



牛乳、○古代米ごはん、けんちん汁、鶏肉の香味焼き、○えごま和え、ごま塩
○吉田地区で作られた「古代米」と「えごま」を使用



牛乳、地粉うどん、おかめうどんの汁、五目きんぴら、○きな粉団子
○吉田地区で作られた「借金なし大豆きな粉」を使用



食品豆知識

HACCP衛生管理の実施上の注意点:内部点検

(公財) 埼玉県学校給食会 専門員 小島博通

令和3年6月1日から全ての食品等事業者に対しHACCPに沿った衛生管理の実施が義務化となりました。学校給食用食材の提供にあたっては、特に安全は最重要であると考えます。今回は、義務化となったHACCPによる衛生管理を実施する上での注意点についてお話したいと思います。

◆HACCPとは

アメリカで宇宙食の安全性を確保するために考え出された衛生管理手法で、その後、世界各国に広がり、食品製造における衛生管理の世界標準的な手法になりました。HACCPは設備や機器類のインフラ整備の基準ではなく、製造管理のための手法(考え方)です。

有害な微生物、化学物質や金属等の異物が、原料由来、製造過程等で汚染や混入等により発生する可能性がある**健康への悪影響(危害)**を予測し、健康を損なわない程度にまでそれらの危害要因を低減して管理するものです。

◆HACCPによる衛生管理実施上の注意点:内部点検

- 1 検証の実施は、重要であることが国際的にも認識されている
- 2 内部点検とは検証活動である内部検証の一部
- 3 内部検証には、「モニタリング作業の適正度の現場確認」というものがあり、内部点検とは、各工程で作業が作業手順に従い適正に実施されていることを現場で確認すること

◆内部点検が実施されないとどのようなことが起こるか

- 1 記録だけでは各作業が正しく、適正に行われたか確認でき

- ない
- 2 組織で検討を行うことなく、今よりもっと良い食品ができる、もっと効率よく作業ができるなどの理由で、現場が勝手に判断し作業手順(ルール)を変更している(記録には出てこない):悪気はないのです
- 3 作業手順(ルール)の改訂について、手順を経ずに変更されるということは、危害要因を健康への悪影響(危害)を及ぼさないレベルまでの低減が実現できなくなる可能性がある

◆実際に起きたこと

- 1 清掃業務を外部に委託したら、会社が考えていた作業が実施されず、製造室の清浄度が期待通りではなかった
- 2 作業内容が現場の判断で変更され、食品の安全性が担保されず、食品事故(食中毒)が発生してしまった 等

*内部点検についてのDVDを埼玉県学校給食会ホームページに掲載中ですので是非参考にしてください。



ふるさとの味伝承士（嵐山町） 安藤たつ子



9月21日は十五夜です。十五夜は、一年で最も美しい月と称される「中秋の名月」と言われ、その名月を鑑賞しながら秋の収穫を感謝する行事です。

お供え物の代表に、だんご（月見だんご）があげられますが、嵐山町では昔から小麦作りが盛んであったため、月見だんごの代わりに、月見まんじゅうを供える家が多かったようです。そのまんじゅうは、重曹を使用したいわゆる「炭酸まんじゅう」です。

炭酸まんじゅうは、北関東中心に多く作られていたとされ、地元では馴染み深いもので、炭酸（重曹）を生地に練り込むことで生地を膨らませ、表面をうす黄色に彩る効果があります。祭行事など、十五夜

だけでなく色々な場面で作り、地域の方々にも味わっていただくこともありました。

この炭酸まんじゅうは、40年前に発足した嵐山町「味の会」で郷土料理を主とした数々の健康料理をまとめて発刊した冊子から紹介するものです。

また、学校の食育活動で炭酸まんじゅう作りの指導をしたときには、「おいしいおまんじゅうが作れた」「家でも作ってあげたい」等と、生徒から非常に喜ばれました。

皆様には、郷土料理に目を向け、その良さに気づいていただき、この炭酸まんじゅうにも是非、挑戦していただければと思います。

●材料(35個分)

小麦粉 1kg、重曹 25g、牛乳 250ml、水 200ml、卵 1個
砂糖 300g、小豆あん 1kgくらい

作り方

- 1 牛乳、水、卵に重曹と砂糖を良く溶かし合わせ、小麦粉の中に少しずつ流し入れ、しっかりこね合わせる。
- 2 1の生地を35gくらいにちぎり、丸める。
- 3 小豆あんは、1個30gに丸めておく。
- 4 丸めておいた生地を薄く広げ、あんを入れて、しっかり包む。
- 5 蒸気の上があった蒸し器で8～10分くらい蒸す。(蒸しすぎると、生地が茶色っぽくなってしまうので気をつける)



月見まんじゅう

アイデアメニュー

「骨丸ごと味付けおかか」を使って～新おかか和え～

埼玉県立上尾特別支援学校 主任 山本あゆみ

「骨丸ごと味付けおかか」という商品をご存知でしょうか。前回の本会報で紹介された、今年度から使用できる新規食材の一つです。鯉節に加え、鯉の骨を粉砕した天然カルシウムを使用している点に惹かれ、早速献立に取り入れました。

提供した献立は、副菜の定番「おかか和え」。砂糖と醤油で煮てある製品なので、これまで提供してきたおかか和えと比べると、甘みが変わりました。また、カルシウムの栄養価が強化されているので、一人分のカルシウム量が2倍になり、この日の献立のカルシウム量は基準値を満たすことができました。

甘みとカルシウムが加わった「新おかか和え」。子どもたちもよく食べ、私たち学校栄養士の悩みの一つであるカルシウム量の確保にも一役を担ってくれます。鯉節を使用した献立を「骨丸ごと味付けおかか」に変えて、醤油の量を調節すれば、おかか和え以外にも活躍してくれるでしょう！

作り方

- 1 小松菜を3cm幅、キャベツを短冊切りにする。
- 2 野菜をボイルし、冷却する。
- 3 水分を絞った野菜と未開封のしょうゆと骨丸ごと味付けおかかを均一に和えて出来上がり。

●材料一人分量(中学生の量)

こまつな	20g	骨まるごと味付けおかか	2.2g
キャベツ	25g	しょうゆ	1g
もやし	20g		



食 材 紹 介

令和3年度第1回食材委員会選定

新規取扱食材

令和3年度第1回食材委員会で
一般食材3品が選定されました。
令和3年度2学期からの新製品です。
どうぞご利用ください。

埼玉県産にんじんしゅうまい



18g (20個トレー)

国産のすけそうだらと国産玉ねぎ、埼玉県産にんじんペーストを使用し、調味料に彩花しょうゆを使用した焼売です。オレンジ色の鮮やかなにんじんペーストを使用しています。

五色揚げ(米粉)Fe・Ca



40g/50g (画像は、40g)

米粉と国産野菜を5品使用し、Fe・Caを強化した28品目アレルギー不使用のかき揚げです。さつまいもやとうもろこしを使用することでほんのりとした甘さがあります。

Ca・Feデリカえびカツ



40g/50g (画像は、40g)

えびとすけそうだらのすり身を合わせ、Ca・Feを強化したえびカツです。えびの身を丸ごと荒くだきしているのので、えびの食感と旨味を味わえます。

埼玉県は、今年で誕生150周年を迎えることになりました。

本会として、埼玉県の誕生をお祝いするために、3つの食材を期間限定で販売させていただきます。

- ①「埼玉県産小麦」と「埼玉県産人参ピューレ」を使用した「にんじんパン(仮)」
- ②「彩の国なっとう」のカップに記念ロゴをプリントします。

2021年11月限定販売

包装デザイン案



2021年8月末から2021年12月頃まで限定販売



- ③「イラストコロッケ」に記念ロゴと「コバトン&さいたまっち」をプリントします。

規格 50g

2021年11月限定販売

締切日：10月6日(水)となります。

左側：調理前 右側：調理後



※新規取扱食材を利用した参考メニューおよび製品価格につきましては、お問い合わせください。

表紙 この花なんの花？ 答え

きゅうりの花です。

きゅうりはインドのヒマラヤ山麓が原産地とされていて、日本には平安時代に渡来しました。旬の時期は夏ですが、ハウス栽培によって年間を通して食べることができます。開花後1週間程度で収穫できます。

栄養価としては、カリウムが多く、他にもビタミンA・ビタミンCやカルシウム・マグネシウムなどのミネラルをバランスよく含んでいます。きゅうりを食べることにより身体の熱を冷ましたり、高血圧の予防やむくみの解消などの効果が期待できます。また、「最もカロリーの低い果実」としてギネス世界記録に登録されています。

埼玉県はきゅうりの収穫量が約46,000tで全国第3位(令和2年)です。主な産地は、深谷市、本庄市、加須市、羽生市、上里町となっています。

