

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 5ヶ年事業計画 策定
- 03 県保健体育課から/給食会行事
- 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/アイディアメニュー
- 08 食材紹介

埼玉県学校給食会5か年事業計画を策定しました

埼玉県学校給食会では、このたび「5か年事業計画」を策定いたしました。本会にとって、初めての5か年計画となります。今後は、この計画に基づき、関係する皆様とより連携を図りながら、施策を進めてまいります。

なお、計画の概要は次のとおりです。詳細は学校給食会ホームページに掲載しておりますのでご覧いただければと思います。(HPアドレス:http://www.saigaku.or.jp/profile/aboutus)

1. 計画策定の趣旨

令和8年3月に創立70周年を迎えるに当たり、様々な課題を整理しつつ、定款に定める事業を安定的により一層強力に推進していくため策定。

2. 計画期間

令和5年度(2023年度)から 令和9年度(2027年度)までの5年間

3. 基本目標と施策の展開

4つの基本目標を定め、施策を展開。

基本目標1:学校給食用食材の安全確保

施策展開

- ① 食品安全の着実な推進
- ② 食品検査室及び外部委託検査の科学的データに基づく安全確保
- ③ 委託加工工場等への衛生管理指導の強化 外部専門家を含めた巡回指導

基本目標2:学校給食用食材の安定供給とおいしさを

① 基本食材の製造・供給体制の確保 製品規格の整理、めん製造方法の見直し、全県供給体制の維持

施策展閏

- ② ニーズを捉えた県産農産物を利用した食材開発の拡大 県産・国産麦使用のパンの開発、特別栽培米の段階的導入
- ③ 保管・管理・物流体制等の再整備
- ④ 危機管理体制の再整備事業継続体制の見直しと計画の策定

基本目標3:学校給食の普及充実と学校における食育推進の支援

施策展盟

① 各種講習会、支援事業の実施 デジタル化に対応した食育等支援事業の検討

- ② 積極的な広報・広聴の展開 県民への情報発信、食育フェアの開催検討
- ③ 市町村等における衛生管理への支援

基本目標4:事業基盤の再整備

施策展開

- ① 外部経験者の登用、適正人員の確保及び職員の資質向上
- ② 効率的な運営・健全経営の確保
- ③ 本館及び倉庫棟施設設備の適切な管理及び大規模改修・修繕
- ④ デジタル化による事務効率化の推進

食物アレルギー対応に関する調査結果

県では、学校給食における食物アレルギー対応の現状を明らかにし、今後の対応の推進のための基礎資料とすることを目的 として、「学校給食における食物アレルギー対応実施状況調査」を実施しました。結果は次のとおりです。

1. 調査時期 令和 4 年 5 月 1 日現在

2.調查対象

- (1) 埼玉県内で完全給食及びミルク給食を実施する公立学校(小学校、中学校、義務教育学校、中等教育学校、夜間定時制高等 学校及び特別支援学校)
- (2) 埼玉県内の市町村教育委員会

3. 結果

食物アレルギーのある児童生徒は、ほぼ全ての学校に在籍しています。

また、食物アレルギーのある児童生徒数、アドレナリン自己注射薬(エピペン®)を学校に持参している児童生徒数は、増加 の傾向にあります。

学校給食で食物アレルギー対応を行っている児童生徒の95.7%が、「学校生活管理指導表(アレルギー疾患用)」を提出してい ます。

県では、引き続き、教職員を対象とした食物アレルギー・アナフィラキシー対応研修を開催するほか、食物アレルギー対応に 関する調査、食物アレルギー発症事例の把握等、食物アレルギーのある児童生徒に対して、適切な対応が図れるよう取り組んで いきます。

【表1 食物アレルギーのある児童生徒数・学校数】

	調査対象		食物アレルギーのある児童生徒数			
	学校数(校)	児童生徒数(人)	学校数(校)	割合 (%)	児童生徒数(人)	割合(%)
小 学 校	798	354,265	790	99.0	21,076	5.9
中学校	413	177,027	409	99.0	11,814	6.7
高等学校(夜間定時制)	22	2,332	20	90.9	165	7.1
特別支援学校	38	7,551	37	97.4	428	5.7
合 計	1,271	541,175	1,256	98.8	33,483	6.2

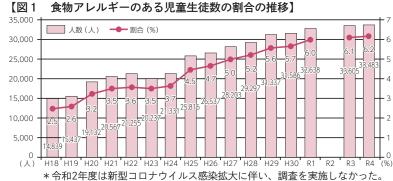
^{*}小学校は、義務教育学校の1学年から6学年を含みます。 *中学校は、義務教育学校の7学年から9学年、中等教育学校の1学年を含みます。

【表 2 アドレナリン自己注射薬 (エピペン®)を 学校に持参している児童生徒数・学校数】

	学校数 (校)	割合 (%)	児童生徒 数(人)	割合 (%)
小 学 校	615	77.8	2,031	9.6
中学校	295	72.1	741	6.3
高等学校 (夜間定時制)	4	20.0	8	4.8
特別支援学校	27	73.0	52	12.1
合 計	941	74.9	2,832	8.5

^{*}割合は、食物アレルギーのある児童生徒が在籍する学校数、 児童生徒数を母数とした。

図 1 食物アレルギーのある児童生徒数の割合の推移】



【表3 学校給食で食物アレルギー対応を行っている児童生徒数と学校生活管理指導表(アレルギー疾患用)の提出状況】

	学校給食で対応している学校数	学校給食で対応している児童生徒数(人)	指導表を提出した児童生徒数(人)	指導表の提出者の割合(%)
小 学 校	778	8,977	8,679	96.7
中学校	396	3,106	2,895	93.2
高等学校(夜間定時制)	12	37	22	59.5
特別支援学校	36	269	261	97.0
合 計	1,222	12,389	11,857	95.7

^{*}表中では、「学校生活管理指導表(アレルギー疾患用)」を「指導表」と表記した。

給食会行事

学校給食用めん品質審査会

令和4年11月15日(火)に学校給食用めん品質審査会を開催しました。埼玉県教育委員会 及びさいたま市教育委員会の指導を得て、指定工場の製造しためんの品質向上を図るため 審査を行っています。外観や香り、食感、食味などの審査項目があり指定工場の製造責任 者や製粉会社の方等に審査をお願いしています。

学校給食用食品検査技術講習会

令和4年11月22日(火)に学校給食用食品検査技術講習会を開催し34名の方に参加いた だきました。学校給食用食材の品質、衛生検査等に関する知識と技術の習得を図るため、 栄養教諭等を対象に行っています。今年度は講師にキッコーマンバイオケミファ株式会社 の大野友美子先生をお迎えし、「ATPふき取り検査(A3法)の活用について」講義をお願 いしました。講義の後には検査キットを使った実習も行いました。





地域の特色を活かした給食

さいたま市立指扇北小学校 学校給食・食育主任 益原 千明

本校は、さいたま市の北西部、自然とスポーツ、文化に恵まれた環境豊かな地域に位置しています。児童数は881名の大規模校で、近年地域開発が進み、児童数の急増が見込まれています。さいたま市の学校給食は、全小中学校自校調理方式で実施しています。給食の時間が近づくと、給食室からいい匂いがしてくるので、児童は毎日、給食の時間をとても楽しみにしています。本校では、給食委員会の活動や食育の授業、地元の食材に関する体験学習、家庭・地域との連携等、以下のように食育の推進に取り組んでいます。

1給食委員会の取り組み

栄養士が書いた「今日の献立」を昼の放送で紹介したり、ポスターなどの掲示物を作成したりしています。また、1月の給食週間に合わせ、調理員さんへのインタビュー、食に関わるクイズやビンゴに取り組みました。給食への関心を高め、給食に携わる人への感謝の気持ちをもてるようにしています。

②食育指導について

学年毎に、食に関連する授業に取り組んでいます。例えば、第2学年の授業では、栄養士から三大栄養素の特徴をもつ「赤・黄・緑レンジャー」についての話を聞き、バランスの良い食事の大切さについて楽しく学びました。また、第4学年の授業では、成長期に欠かせない、カルシウムを多く含む食品や、カルシウムの働きについて理解を深めました。

③地場産物を取り入れた献立

本校の給食では、さいたま市西区の農家が作った新鮮な野菜や果物を多く取り入れています。その一つとして、60年以上前から指扇の土地で栽培されている梨を給食で提供しています。児童も秋の味覚を堪能できることを楽しみにしています。また、校内に設けられた食育コーナーには、梨農園の仕事の様子も紹介しており、児童が生産の過程に興味をもっている様子を見かけることもできました。



第4学年の食育の授業の様子



食育コーナー「梨園の仕事の紹介」

たのしい給食

※制作時の学年です。



2年 一場莉桜上里町立賀美小学校





小学部3年 浅見珠莉県立特別支援学校大宮ろう学園



を 全年 川西ひかり

「味噌に見える国と国のつながり」

秩父市立吉田中学校 栄養主任 大久保 知香

秩父地方には、かつて「借金なし大豆」と呼ばれる秩父在来の大豆栽培が盛んに行われていました。「借金なし」の名前の由来は「実りがよく借金が返せるから」だと言われ、大正時代には既にこう呼ばれていたとのことです。しかし、この借金なし大豆には、株全体にびっしり莢を着けることなどの理由で機械収穫に向かず、作付けが激減した歴史があります。その後、大豆の質を改めて調べたところ、甘みの成分であるショ糖が多く含まれていることが分かり、再評価されるようになりました。(国産大豆約60品種の中で5番目に甘い、ほっくり美味しい大豆です。) 平成21年に地元農家の方々が再び吉田地区での栽培を始めたとのことです。現在、本校では地元農家の方々にご指導をいただき、大豆栽培やその大豆を使った味噌づくりを行う農業体験学習を行っています。樽に仕込んだ味噌は10か月後に美味しい味噌となり、その「借金なし大豆味噌」は地元中学校の給食の「味噌汁」として提供されています。また、「きな粉」にも加工され、給食メニューの「きな粉あげパン」や「きな粉団子」にも使用されています。

本校には中国出身のALT (英語指導助手) がいますが、いつも給食の味噌汁を美味しそうに食べています。聞いたところ、中国には味噌汁のようなものはないとのことです。一説によると味噌の発祥は中国であるとも言われています。中国で農耕生活が始まった頃、大豆や小麦を煮て、常温にもどして塩づけにする「穀醤 (こくひしお)」が味噌の元となったとも言われています。そして、中国からの遣唐使が味噌の原型である「醤」を日本に伝えたとのことです。その後、日本では独自の深化をとげ、今の味噌や醤油が生み出されていったようです。食の文化も歴史を紐解くと国と国を繋いでいると感じます。



「借金なし大豆味噌」を使用した、味噌汁の調理の様子



「借金なし大豆きな粉」を使用した、きな粉揚げパンの調理の様子



牛乳、地粉うどん、肉うどんの汁、切干大根のサラダ ○きな粉団子 吉田地区で作られた「借金なし大豆きな粉」使用

010101010101010101010101010101010101

味だより 飯能市の特産品"まこもたけ"を学校給食に

飯能市立飯能第一中学校 栄養教諭 渕名 唯

飯能市は市内小中学校19校のうち、9つの単独調理場と5つの共同調理場で約5,200食の給食を提供しています。平成17年に「森林文化都市」を宣言し、市内の約75%を森林が占めている、自然に囲まれた地域です。「飯能すいーとん」や「味噌付けまんじゅう」などのB級グルメも有名です。

同じ頃、市の特産品にしていこうと、「まこもたけ」を作るようになりました。水田で栽培されるお米と同じイネ科の野菜です。成長すると丈は2メートルほどにもなりますが、食べられる部分は下から約30センチメートルの白い部分のみです。たけのこのような食感があるので「まこもたけ」と呼ばれるようになったと言われています。クセのないあっさりとした味が特徴の食材です。

給食では、まこもたけを使用した「まこもの混ぜご飯」「まこも入りしょうゆ焼きそば」「まこも入りわかめスープ」などが登場します。まこもたけを使用できる期間は、例年10月上旬のみと限られているため、この時期は、まこもたけを使った献立を多く取り入れています。まこもたけを使用する日には、農家さんが食育用に葉つきの長いまこもたけを届けてくださり、展示すると生徒たちは見上げるようにして眺めています。

今回は、「まこもの混ぜご飯」について紹介します。まこもたけをたくさん使用した混ぜご飯には、彩りをよくするために枝豆や人参、秋の味覚ならではの舞茸も入っているのが特徴です。だし汁と調味料でしっかりと煮込み、味をしみ込ませます。調味はしょうゆの他にみりんや砂糖も入るので、甘じょっぱい味付けが生徒たちにも人気です。

これからも、自分たちの住んでいる地域の特産物や食文化について触れられるような献立作成に努めていきたいと思います。

作订方

まこもの混ぜご飯

- 1 サラダ油で鶏こま肉を炒める。
- 2 にんじん、まこもたけ、しめじ、まいたけを入れて炒める。
- 3 油揚げ、だし汁、調味料を加えて煮る。
- 4 枝豆を入れる。
- 5 4 とごはんを混ぜ合わせる。

【写真の献立名】

- まこもの混ぜごはん
- ・鮭の竜田揚げ
- 豚汁 ・牛乳

まこもの混ぜご飯







栄養士の四季 学校給食で国内・世界旅行へ

新型コロナウイルス感染症が流行し、国内・世界旅行へ行 く機会が減って久しくありません。

私たち、栄養教諭・栄養士は、給食を通して様々な国の料 理に触れて、「食への関心」を引き出すことができる専門職です。

私自身は調理師養成課程の高校、栄養士の短大・大学を 出て、調理師専門学校で教鞭を執っていたことから、様々な料 理を作ることや食べることに自然と親しみがあり、郷土料理や 世界の料理を登場させています。

献立表、ホームページ、学校配布のお手紙にその日の献立 の紹介を書き、給食開始前に当番児童がその内容を話してい ます。感想ポストの利用や直接感想を話してくれる児童が多く、 児童の反応がよいと思っています。

全国学校給食週間では、フィリピン出身のALTに感謝を込 めて「アドボー」を作り、授業で取り上げ、児童と教職員、家庭 での会話に出てくるような工夫もしています。

世界を見ても日本ほど世界各地の料理が食べられる国はそ う多くありません。繁華街を少し歩けば多種多様の文化を持 つ料理と巡り会えます。「和食」という文化が根付き、外国の 料理とも共存できる環境が日本の食文化の素晴らしいところだ さいたま市立春岡小学校 栄養技師

と思います。

今の時代、情報は探せばいくらでも見つかります。食育推 進講習会で全国の栄養教諭・栄養士と協働して、献立の情 報交換や各地の給食事情など聞いてみるのも一つの手段です。

農林水産省が紹介する「農村漁村の郷土料理百選」などの 情報を活用し、それを献立に役立てるのもいいと思います。

機会を見つけに動き、「気付き」を得ることも自身への研修・ 財産となります。

食で国内・世界旅行を体験してもらえるようにと、献立を立 てていくことも、学校給食の一つの正解だと思い、日々栄養士

業務を楽しんでいます。



フィリピン料理「アドボー」



ントレアトレアトアトアトアアアアアアアアア

食品豆知識 ヒスタミン食中毒を起こさないために

(公財) 埼玉県学校給食会 食品検査室長付主任 渋川

本会検査室では、安全安心な食材提供のため、取扱い食材 の細菌検査 (自主検査) や、各市町村様よりご依頼いただい た学校給食用食材等について依頼検査を実施しています。

また、令和3年から細菌検査以外にヒスタミン検査を学期に 一度(年3回)外部検査機関で実施しています。 今回はヒスタ ミン検査について掲載します。

●ヒスタミンとは?

マグロ、カツオ、イワシ、サバ等の赤身魚等に多く含まれるア ミノ酸の一種ヒスチジンが、ヒスタミン産生菌の酵素の働きに よって生成された物質です。

●どのように起こるのか

赤身魚やその加工品を常温で放置したり、解凍・冷凍を繰 リ返すなど、不適切な処理・取扱いを行う事により、食品に付 着していたヒスタミン産生菌が増殖し、ヒスチジンがヒスタミン へと変化します。それらを一定量摂取することによりアレルギー 様食中毒を発症します。

●どんな症状

摂取後すぐから1時間以内に顔面紅潮、蕁麻疹、頭痛、発 熱などが起こります。

●注意点

ヒスタミンは熱に影響されず、加熱しても分解されないため、 原料段階から喫食までの温度管理が非常に重要です。下味に 漬けるなどの加工工程中でも常温に置く時間を短くし、品温を 5℃以下で保つようにしましょう。

喫食時、舌がピリピリしたり、痺れる場合は直ちに使用を中止 します。

●なぜヒスタミン検査を実施しているのか?

ヒスタミンを原因とする食中毒は全国で毎年発生し、学校給 食などの大量調理施設でも起こっています。施設の特性上、1 件当たりの患者数が多くなるため特に注意が必要です。

大量調理施設では、ほぼ同じ大きさの切り身に加工した食材 を使用することから、加工時の解凍・冷凍を繰り返すなど温度

管理においてリスクが増えるのでは ないかと考えられています。そのた め、本会取扱いの魚加工品が適切 な管理下にあった食材か確認するた め、定期的に検査を実施しています。

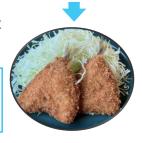


この段階の温度管理が重要

●検査対象食材

上記赤身魚等を使用していて、取 扱量等を考慮した加工食材。

検査結果については本会ホーム ページに掲載しています。ご活用 いただけると幸いです。



食卓談話 お祝い事に欠かせない お赤飯

明美 ふるさとの味伝承士(久喜市)

久喜市は埼玉県東部に位置する人口15万人、2010年に旧久喜 作り方 市・菖蒲町・栗橋町・鷲宮町が合併して発足した市です。

お赤飯の歴史は古く、枕草子には小豆粥として原型が登場していま す。室町時代に祝儀用となり、江戸時代後期には、一般庶民の「ハレ の日」の食卓に上がるようになりました。

昔は、赤という色には呪力があって災いを避ける力があると信じられ ており、魔除けの意味を込めて祝いの席でふるまわれていました。現在 では、身近な祝い事においても広く食べられるようになっています。

義母には、お重箱に詰めた折には、上に南天の葉を載せるようにと 言われましたが、なぜという思いがありました。それは、「難を転じる」と いう語呂合わせから南天は縁起の良い木、葉は防腐作用があるといわ れ、縁起・厄除けの意味と食の安心・安全に対して先人の経験・知 恵によって習慣化されたと思われます。

そして、義母に教わりながら親戚のお祝い事には三升も作って木桶に詰めて届 けたり、子供たちのお祝い事などでよく作ってきました。

嫁いで間もなくの頃でしたので、一所懸命に作ったお赤飯を喜んで食べてもらえ、 差し上げた時のみんなの笑顔や「ふっくらとして美味しくできたね」と言う言葉に励 まされ作り続けるようになりました。

最近は、炊飯器で簡単に作れるようになりましたが、私は義母に教わった伝統的 な作り方を講習会などで伝えて行きたいと思っています。

11 ささげを多めの水で茹ですぎに注 意しながら茹で、茹で汁を分けて おきます。

- 2 もち米を研いで水を切って大きめの器 に入れ、ささげの茹で汁に水を加えた 汁に一日漬けておきます。(もち米が吸水して水面から出 ないように多めの汁に漬けてください)。
- 3 翌日もち米をざるにあげて水分をきります。
- 4 大きめの器でもち米とささげをよく混ぜて、蒸し器に入れ



●材料【10人分】

もち米…… 5合 ささげ ……… 0.5合

て蒸します。しゃもじが柔かく 刺さるようになったら、硬さを 確かめながら水を回し入れる ことを繰り返し、好みの硬さに なったら出来上がりです。



アイディアメニュー 米粉のおほしさまを使って~七夕スープ~

本庄上里学校給食センター 栄養教諭 向井 未来実

本庄上里学校給食センターでは、七夕の行事食として、七夕スープを毎年提供しています。昨年、「米粉のおほしさま」を知り、初 めて使用してみました。児童生徒からは「星の形がかわいい。」と好評でした。「何からできているの?」と聞いてきた児童がいて、お 米を粉にして作られていることを伝えると、驚いていました。お米について知るきっかけになり、関連教科の学習にもつなげられます。

小麦粉価格の上昇を受けて米粉への注目の高まりや、国内の米の消費量 の減少傾向などがある中、米粉製品の活用が見直されているので、給食でも このような製品を取り入れ、食育活動を深めていけたらと考えます。

溶けにくく、形状が崩れたり、製品同士がくっついたりする心配も少ない です。今回はコンソメスープでしたが、色が白いので、トマトスープやみそ汁 などに入れるとより目立つと思います。今後も七夕やクリスマスの献立等で

使用してみたいです。





■ 人参は3mm幅のいちょう切り、玉ねぎは、3mm幅 スライス、キャベツは12mm幅の短冊切りにする。

2 湯を沸かし、野菜を煮る。火が通ったら米粉のおほ しさまを加える。

3 調味して仕上げる。

●材料/分量【小学生1人分】 人参······ 10g 玉ねぎ………20g ショルダーベーコン(短冊切り) ……… 10g キャベツ 15g 米粉のおほしさま ······ 22g コンソメスープの素 ………1.5g 食塩······· 0.85g

こしょう 0.02g









令和5年度第1学期からの新製品です。どうぞご利用ください。

令和4年度食材委員会選定 新規取扱食材

さる令和4年度食材委員会が書面開催され、基本食材1品、一般食材4品が選定されました。

基本食材 もち麦ごはん(県産もち麦使用)



●飯缶規格: 0.5kgから5.2kg

「国産もち麦」を精米100gに対して、10g使用したもち 麦ごはんです。精米100g当たり食物繊維は1.8g摂取で きます。

一般食材 国産もち麦(県産)



もち麦ミネストローネ(行田市立学校給食センター様)

埼玉県内の生産者が丹精込めて作った「もち麦」です。栄 養価可食部100g当たり食物繊維が12.6g摂取できます。 ぷちぷちモチモチとした食感が特徴です。

(一般食材)

埼玉県産八頭コロッケ (Fe・Ca)



●50g【数量限定品】

埼玉県産の貴重な丸系八つ頭を使用したコ ロッケです。炭酸カルシウムとピロリン酸 第二鉄を配合することで栄養価可食部100 g 当たり、カルシウム304mg、鉄分8.2mg 摂取することができます。

一般食材

彩の国シュウマイ(Fe·Ca)(県産黒豚使用)

●18g/30g (トレー)

埼玉県産黒豚42.1%と国産玉ねぎを配合 したシンプルなシュウマイです。炭酸カル シウムとピロリン酸第二鉄を配合すること で栄養価可食部100g当たり、カルシウム 163mg、鉄分4.8mg摂取できます。規格は、 18gと30gの2種類あります。



一般食材

埼玉県産ゴールデンかぼすソース





●500g 冷凍品

秩父地区で収穫された黄金かぼす (ゴール デンかぼす)を使用したソースになります。 食材の特徴を活かすため、皮と種を丸ごと クラッシュしました。様々な献立にご活用

※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

いちごの花です。

現在栽培されているいちごは18世紀のオランダで北アメ リカの品種と南アメリカの品種をかけあわせて誕生しました。 日本には江戸時代後期に伝わりました。開花してから1ヶ月 経つと収穫できます。

いちごには、ビタミンCが多く含まれており抗酸化作用や 風邪の予防に期待できます。また、貧血の予防に期待でき る葉酸、血糖値の急な上昇を防ぐ水溶性食物繊維のペクチ ン、虫歯を予防するキシリトールなどが手軽に摂れます。

埼玉県はいちごの収穫量が3,000 t で全国第13位(令和

3年)です。主な産 地は、吉見町、川島町、 久喜市、加須市となっ ています。

2023年2月に野菜

ソムリエがもっともおいしいいちごを決定する「第1回全国 いちご選手権」が開催されました。全国から63の出品があ り、その中から埼玉県が育成した品種「あまりん」が最高金 賞を受賞しました。