

給食いばらき

第 57 号

平成 31 年 3 月
編集、発行

公益財団法人 茨城県学校給食会
〒319-0323 水戸市鯉淵町2508番の52
電 話 029-259-0011
F A X 029-259-7721
ホームページ <http://www.igk.jp>
E - M a i l ibaraki@igk.jp



平成 30 年度いばらき食育推進大会

平成 31 年 1 月 25 日、茨城県民文化センターにおいて、食育に対する県民の理解を深めるとともに、関係者の資質向上や食に関する課題意識等の共有を図ることにより、県民及び関係者が連携・協働した食育の推進を図ることを目的とし開催されました。

関係者約 1,500 名が参加され、各種表彰、食育に関する講演、パネルディスカッションが行われました。また、食育に関する展示会場も多くの方々が熱心に観ておられました。(関係記事 2P)

目 次

平成 30 年度学校給食優良校等	2
平成 30 年度米飯給食献立コンテスト表彰	3
平成 30 年度学校給食文部科学大臣表彰を受賞して	4
食育推進のための地域、学校、家庭との連携した取り組み	5
工場紹介 いばらく乳業	6
牛乳について	7
茨城県の特別支援学校における学校給食	8
地域の特色ある自慢献立 (日立市)	9
食育支援事業	10
学校栄養士協議会・学校給食会共催事業	11
事例紹介、学校給食会物資紹介、 編集後記、編集委員名簿	12

未来を担う子どもたちの
健やかな成長をサポートします



IGK … Ibarakiken Gakkou Kyusyokukai



学校給食会取扱い「味付け海苔」パッケージ



翔べ 羽ばたけ そして未来へ

いぎいき茨城ゆめ国体 2019
いぎいき茨城ゆめ大会 2019

給食会も国体・大会を応援しています

平成 30 年度 学校給食優良学校等

おめでとうございます

◆ 「第 69 回全国学校給食研究協議大会」 表彰 ◆

◎平成 30 年度学校給食文部科学大臣表彰

【学校】 結城市立結城南中学校

【個人】 小野瀬 尋子（大洗町立南中学校）



文部科学大臣表彰

写真左：小野瀬 尋子／写真右：結城市立南中学校

◆ 「平成 30 年度いばらき食育推進大会」 表彰 ◆

◎茨城県教育委員会教育長表彰

茨城県立水戸特別支援学校

行方市立麻生学校給食センター

赤田部恵美子（茨城県立下妻特別支援学校）

松本久子（神栖市立植松小学校）

佐藤悌子（常陸大宮市立山方小学校）

茨城県学校給食パン協同組合

農事組合法人奥久慈しゃも生産組合



茨城県教育庁教育長表彰

茨城県学校給食パン協同組合

◎茨城県学校給食振興期成会長表彰

茨城県立大子特別支援学校



米飯給食献立コンテスト知事賞表彰

牛久市立第二中学校

栄養教諭 飯田 晶子

◎平成 30 年度米飯給食献立コンテスト表彰

【茨城県知事賞】 飯田晶子（牛久市立牛久第二中学校）

【茨城県教育委員会教育長賞】 塚田瑞穂（日立市立櫛形小学校）

【茨城県農林水産部長賞】 潮崎純子 福井恵子（牛久市教育研究会学校健康教育研究部）

【公益財団法人茨城県学校給食会理事長賞】 加藤正子（ひたちなか市立佐野中学校）

【公益財団法人茨城県学校給食会理事長賞】 小林礼子（常総市立石下小学校）

◎つくろう料理コンテスト

【学 校 賞】 那珂市立菅谷東小学校

東洋大学附属牛久中学校

土浦日本大学高等学校



表彰式の様子



食育大会の会場の様子



平成 30 年度 米飯給食献立コンテスト表彰

茨城県地場農産物の利用促進と米の消費拡大を図ることを目的として、栄養教諭等を対象に学校給食献立の募集をしました。書類審査（一次）と調理審査（二次）を行い下記のように優秀賞が決定しました。ご協力いただきました茨城県教育委員会をはじめ多くの関係者の皆様に御礼を申し上げますとともに、受賞された皆様に心よりお祝い申し上げます。

茨城県知事賞

牛久市立牛久第二中学校
栄養教諭 飯田 晶子



麦ご飯・牛乳・鮭とれんごんの南蛮炒め・ほうれん草のごま和え・牛久野菜のみそ汁・りんご

この度、素晴らしい賞をいただき、今までお世話になった方々に感謝の気持ちでいっぱいです。牛久市は、米や野菜を多く生産している他、地場産の豚肉や鶏肉も時期により手に入ります。多くの地元産食材を使用できるとも恵まれた地域です。また、本校は小規模校のうえ単独校方式で給食をつくっています。温かい料理は温かく、冷たい料理は冷たく提供できるというありがたい環境です。さらに、その給食を作ってくれている調理員さんは、大量調理においても手間を惜しまず、食材を生かした調理方法で給食を提供しようと日々労を惜しまず取り組んでくれる頼もしい存在です。今回の結果は、恵まれた環境が私を育ててくれたおかげだととても幸せに思っています。コンテストの献立には、牛久市で生産されている食材を多く取り入れました。特に学区内にあるりんご園で収穫されるりんごやヤーコン、さらに学校の前にある味噌屋の味噌という馴染み深い食材を使うことで、生徒が自分の住んでいる地域に関心を持ち、愛情を育むことができると考えました。今後も、地場農産物を多く使用したおいしい給食を提供することに努め、たくさんの生徒を笑顔にしていきたいと思ひます。



茨城県教育委員会教育長賞

日立市立
櫛形小学校

玄米ご飯・牛乳・県産
鮭のおろしソースかけ・
さくらたこと小松菜のマ
スタード和え・茂宮白菜
の食べるみそ汁・りんご



茨城県農林水産部長賞

牛久市教育研究会
学校教育研究部

ご飯・牛乳・れんこんと
豚肉の中華炒め・さつ
ま芋のパープルサラダ・
ながねぎとしょうがの体
ぽかぽかスープ



(公財)茨城県学校給食会理事長賞

ひたちなか市立
佐野中学校

麦ご飯・牛乳・揚げたこ
と大豆の甘辛煮・磯香
和え・さつま芋汁・甘酒
豆乳かん



(公財)茨城県学校給食会理事長賞

常総市立
石下小学校

ご飯・牛乳・いわしのカ
レーあんかけ・きゅうり
と水菜のシャキシャキ和
え・千石みそ汁・梨



米飯給食献立コンテスト受賞者



審査会の様子

平成30年度 学校給食文部科学大臣表彰を受賞して



結城市立結城南中学校 校長 黒田 光浩

結城市は、茨城県西部にあり、栃木県小山市との県境に位置しています。結城紬や蔵作りの町並みなど文化遺産が多くあるとともに田畑も多く、自然豊かな土地でもあります。給食の実施方式は、市内1カ所の共同調理場方式で、栄養バランスが良く、地元の食材等を活用した魅力ある給食が配食されています。本校は望ましい食習慣の形成のため、全職員が家庭や地域と連携を図りながら、食に関する指導を進めてまいりました。その取組みの一部をご紹介します。

1. 本校の取組のご紹介

生徒が食に関する正しい知識を身に付け、自己管理能力を高める食に関する指導の在り方を究明するため、各教科や領域での食に関する指導や給食の時間の指導を工夫し、食育について家庭・地域と連携を図っている。

(1) 各教科・領域等における指導の工夫について

栄養教諭が中心となり、全教職員により、食に関する指導の年間指導計画を作成し、計画的に食に関する授業を行っている。さらに、食生活改善推進委員などの外部講師の協力をいただきながら、地域の食材や伝統料理などを学ぶ授業なども実施している。



(2) 給食に関わる指導の工夫について

年度当初に給食指導に関する研修を実施し、共通理解を図っている。

また、教室のある各階や配膳室廊下などに食育掲示板を設置し、食育だよりやその季節に合わせた食育情報を掲示している。掲示内容が変わると多くの生徒が足をとめて、読んでいる姿が見られる。



(3) 家庭や地域との連携による指導の取組みについて

平成27年度から食育講演会「スポーツをする子どもの栄養と食事」を隔年実施している。講師はオリンピック選手も指導した経験のある方で写真や図などの資料を使い、食事の大切さについて話していただき、生徒も興味を持ち、真剣にメモを取り、聴いていた。また、本校では食育通信「ランチタイム」を毎月発行、配布し、ホームページへも掲載している。内容は「元気に過ごす生活のコツ～生活リズム～」、「脳を元気にする食べ物」など中学生の食生活に役立つ資料となっている。



2. 成果と課題について

各教科・領域等における指導を工夫したことにより、授業後の学校生活において食に関する指導の内容を話題にしたり、学習したことを実践したりするなどの生徒の変容が見られた。さらに、市内の食材について興味・関心をもつ生徒も増えた。また、給食に関わる指導の工夫により、給食を完食する生徒が増え、市内の中学校で一番残量が少なくなった。このようなことから生徒は望ましい食習慣を身に付けることができたと考える。

今後も生涯を通じて心身ともに健康な生活を送れるような実践力をつけていくための指導を研究していく。同時に、食に関する指導は家庭の協力が不可欠であるため、家庭、地域との連携を十分にとっていきたい。

食育推進のための地域、学校、家庭との連携した取り組み

ひたちなか市



魚を食べよう

～魚食を取り入れた学校給食～



ひたちなか市は、那珂湊漁港、磯崎漁港の2つの漁港があり、季節ごとにさまざまな魚介類が水揚げされ、タコの加工量日本一でもあるお魚のまちです。平成28年4月1日に「魚食の普及推進に関する条例」を制定し、魚食の普及推進への関心と理解を深めるために魚食の普及推進の日が定められています。毎年8月8日は八本足にちなんで『タコの日』、毎年10月10日は魚（とと）にちなんで『とと（魚）の日』、毎月10日は『魚を食べる日』とし、魚食の普及を通して市民の健康づくりや食育を推進しています。

これらを受けて、学校給食では、毎月10日の「魚を食べる日」はもちろんのこと、できるだけ多くの魚メニューを提供しており、栄養教諭考案の「魚の香味焼」など新メニュー開発にも取り組んでいます。また、学校給食において地場産の魚を取入れるため、那珂湊漁港に水揚げされた魚を加工販売している那珂湊漁業協同組合女性部と連携し、ロック・イン・ジャパン・フェスティバルをはじめ様々なイベントで県内外の方々に大好評の「たこめし」、「サンマのつみれ汁」を献立に加えています。

昨年の「とと（魚）の日」には、那珂湊漁業協同組合女性部と社会科で水産業の学習をしている5年生との交流給食を実施したほか、市栄養士会魚食班では、漁業関係者と魚食推進検討会議を開催し、“ひたちなか市の児童生徒、地域、家庭が魚に親しみをもってもらうためにはどのようなことが必要か、地元で水揚げされたアカエイを使ったご当地グルメ「にこちゃんフライ」を学校の給食に取入れてはどうか”など魚食を普及推進していくための検討を行いました。

また、各学校の食育コーナーでは、「とと（魚）あわせ」のカルタや「とと（魚）さがし」など魚に関する資料を掲示し、子供たちが魚について楽しく学習し、魚をより身近に感じてもらえるよう食育にも力を入れています。

今後も漁協など関係機関と連携しながら、地場産の食材を使った献立の開発を進め、未来を担う子ども達の健全な食生活の実現、心身の成長が図られるよう地域の特性を生かした学校給食を実施するとともに、ひたちなか市に育つ子どもたちには、ひたちなか市だからこそ味わうことのできる「食の恵み」を体験することで郷土愛や食への感謝の気持ちを育ててほしいと願っています。



★たこめし

1人分の栄養価

エネルギー 334kcal

食物繊維 9.1g

塩分 1.6g



＜材料＞4人分＞			
ごはん	茶碗4杯分	干しいたけ（戻し汁使用）	4g
たこ	80g	さやいんげん	2～3本
しょうが	少量	砂糖	大さじ1/2
にんじん	中1/5本	しょうゆ	大さじ1/2
玉ねぎ	中1/3個	みりん	小さじ1/2
油揚げ	1/2枚	塩	小さじ1弱

＜作り方＞

- ① しょうがはみじん切り、にんじんは小さめのいちょう切り、玉ねぎはあらみじん切りにする。
- ② 油揚げは油抜きをして、短冊切りにする。
- ③ 干しいたけはゴミを取り除き、洗って戻し、干切りにする。（戻し汁使用）
- ④ たこは小さめのぶつ切りにし、流水で洗う。
- ⑤ さやいんげんは下茹でし、小口切りにする。
- ⑥ 鍋にAの調味料、干しいたけの戻し汁、①を加えて煮る。
- ⑦ ②③を加えて煮る。
- ⑧ ④を加える。※たこに火が通るまで煮る。
- ⑨ ⑤を加えて、ひと煮立ちさせ具を上げる。
- ⑩ 温かいごはんと⑨を混ぜ合わせ、蒸らしたら出来上がり♪



牛乳工場紹介

いばらく乳業(株)

水戸市笠原町に位置する乳業メーカーです。
本県での学校給食用牛乳は、いばらく乳業を含む3社で製造し、毎日学校へお届けしています。
この工場では、市販牛乳、ヨーグルトをはじめ学校給食用牛乳の製造も行っております。



「おいしく、楽しく、健康に！」

弊社は1959年に創業して以来、地域に根ざしたメーカーとして、牛乳やヨーグルトなどの生産を行っております。弊社の学校給食用牛乳は、100%茨城県産の生乳を使用しておりますので、郷土のおいしさを感じていただくことができます。

いばらく

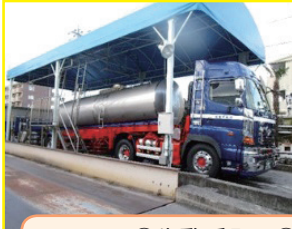
いばらく乳業株式会社 代表取締役社長 川崎 浩



工場での製造工程

①生乳受入 → ②受け入れ時の生乳検査 → ③異物除去 → ④貯乳 →
⑤均質 → ⑥殺菌 → ⑦殺菌牛乳貯乳 → ⑧異物除去 → ⑨充填 →
⑩出荷前製品検査 → ⑪出荷

安全確保



①生乳受入・②受入時の生乳検査

・官能検査(風味・色調・組織)・細菌数検査
・抗生物質検査・成分検査



③異物除去 (遠心分離機)

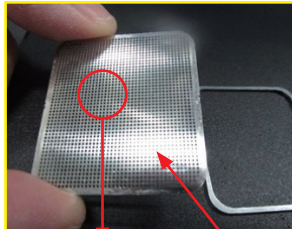


⑥殺菌 (微生物を130℃で殺菌)



⑦殺菌牛乳貯乳

異物、微生物混入防止の密閉仕様(10℃以下での冷却)



⑨充填

(紙容器に充填し、容器を密閉)



⑩出荷前の製品検査

・官能検査
(風味・色調・組織)
・微生物検査・成分検査

⑧異物除去
「充填機ノズルに設置のメッシュ」
(網目大きさ)
最小で0.1mm×0.1mm×4枚重ね

牛乳豆知識

- ・牛一頭から、20～30kg程度の生乳が搾り出されます。
- ・牛の餌、体調、季節などにより、成分や風味は変化します。



牧場での搾乳直後から、ローリー(集乳車)、クーラーステーション、工場まで10℃に保ったまま輸送される。

1 衛生管理の徹底

牛乳の衛生とおいしさを保障するため、細菌が増殖しやすい温度で製品を保管する強制劣化試験など、法令で定められた以上の厳しい検査を実施しております。

2 検査担当者の技能向上

成分検査、微生物検査、官能検査など必要な技能を維持向上するため、定期的に訓練、テストを実施しております。



牛乳について



茨城県牛乳協同組合
事務局長 津浦 照夫

◎ 茨城の酪農

乳牛の飼育頭数 (平成 28 年度)

全国 1 位	北海道	808,197	頭
2 位	栃木県	52,596	頭
	}		
8 位	茨城県	24,673	頭
	}		

生乳生産量 (平成 28 年度)

全国 1 位	北海道	3,895,509	t
2 位	栃木県	331,299	t
	}		
8 位	茨城県	161,546	t
	}		

◎ カルシウムの必要性と働き

☆カルシウムは人体に含まれるミネラル（無機質）のうち最も多く、健康な人の体内には 700 ～ 1000g 含まれています。

そのうち 98%は骨に、1%は歯に、残りの 1%は血液や細胞に含まれます。

☆『骨は生きています』骨は、たえず新陳代謝を行っています。摂取するカルシウムが不足すると血中カルシウムが少なくなり、これを補うため骨の中のカルシウムが血中に溶け出し、結果、骨の粗鬆化がおこり骨の量が減少します。

☆乳製品を摂らないと、日本人の一般的な食事で摂取できるカルシウムは 200 ～ 300mg ほど。プラス牛乳 1 本で 200mg 補給でき、他の乳製品も積極的にとることが望ましいとされています。

心臓の拍動

神経の伝達

筋肉の収縮

血液の凝固

Ca

◎ カルシウムの多い食品

牛乳 200ml = 227 mg

乳製品 (ヨーグルト)
100g = 120 mg

乳製品 (チーズ)
20g = 126 mg

小魚 (ししゃも) 1 尾
15g = 54 mg

大豆製品 (木綿豆腐)
100g = 120 mg

海藻類 (乾ひじき)
10g = 140 mg

緑黄色野菜 (小松菜)
100g = 170 mg

☆日本人のカルシウム必要量は 600 ～ 800mg/日。**牛乳、乳製品はカルシウム含有量、吸収率が最も高い食品。**(吸収率約 40%)
☆カルシウムを効率よく骨に取り込むには、運動が不可欠です。

◎ 牛乳の味覚

牛

牛の種類、飼い方や
過ごしている場所でも
味が変わるんだ。



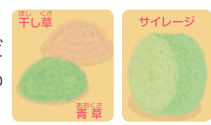
季節

牛は暑い夏が苦手なんだ。
だから季節が変わると牛乳
の成分や味も変わるんだよ。



エサ

牛の主食は草。春や夏は青草、
冬は干し草やサイレージなど
食べたものによって牛乳の味も
変わるんだ。



※ サイレージ：牧草を発酵させたもの

飲み方

牛乳を温めると香りが
強くなるよね。温度で
味の感じ方が違うんだ。



体の調子

飲む人の元気な時と疲れている時
では味が違うように感じるこ
とがあるよ。

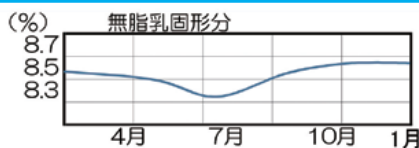


食事

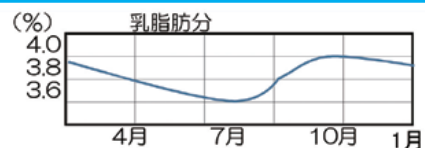
一緒に食べた料理によって、牛乳の
味が変わったように感じるこ
とがあるよ。



成分変化



※ 無脂肪固形分とは、
牛乳から乳脂肪と
水分を除いた成分



(市販品一例)

生乳の成分は乳牛の品種、固体、飼料、地域、季節、泌乳期などにより変動があり、特に冬のほうが夏より乳脂肪分や無脂乳固形分の割合が高くなる傾向がみられます。上のグラフは、季節による平均的な成分変化を表したものです

※ 挿絵の一部は、(一社)日本乳業協会パンフレットより引用。

茨城県の特別支援学校の給食

全国学校給食研究協議大会での発表内容

～別調理による形態食導入への取組み～

第69回全国学校給食研究協議大会兵庫大会に参加して

茨城県立水戸特別支援学校 関 尚子

私の参加した第3分科会「特別支援学校における学校給食」では、「児童生徒の障害に応じた学校給食の提供及び食に関する指導の在り方」を研究主題として、私を含めた3人の栄養教諭の発表がありました。各自治体によって、給食の提供の仕方も様々で、それぞれの置かれている状況は違っていました。どの先生も見児童生徒の実態に応じた給食の提供や食事指導の方法に工夫が見られ、とても勉強になった2日間でした。

私が発表させていただいた「別調理による形態食導入への取組み」は本校での取組みだけでなく、特別支援学校給食研究協議会でも研究をしてきました。その取組みと成果の一部を紹介させていただきます。

【一人一人が安全でおいしく食べるための校内連携】

食べる機能に困難がある児童生徒にとって給食は、栄養の摂取のみならず、口腔機能獲得や向上を促す等、摂食指導においても重要な生きた教材であることが求められています。食べる側の食形態が実態に合っていなかったり、食べさせる側のたくさん食べてほしいという願いが先行してしまったりすることで、むせや誤嚥、誤学習が起こることがあります。一人一人が安全で美味しく食べるためには、児童生徒の実態を把握し、食べさせる側、作る側が連携していくことが不可欠です。校長先生のリーダーシップのもと、先生方は食事介助法等の研修を実施し、家庭や外部専門家との連携を図りながら、児童生徒にあった摂食指導への取組みを行いました。また厨房では、調理工程から素材を柔らかく加工する別調理による食形態の給食を提供するための取組みを行いました。学校全体が摂食指導の知識と技能の上に向けて取組んだ結果、むせの回数が減る、食事量が増える、笑顔でおいしそうに食べる、食べこぼしが減る、食べることを楽しみにしている等児童生徒の様子に変化が見られました。また、学校全体で痩せの割合が減るなど、栄養摂取面からもよい成果が見られました。

別調理を導入した本校の4つの食形態です。



【普通食】



【後期食】



【中期食】



【初期食】

【県立特別支援学校給食研究協議会での取組み】

特別支援学校に勤務する栄養教諭等が中心となって、別調理による形態食の調理法や栄養価について研究を行いました。給食のメニューを形態食にする調理実習を行ったり、老人ホームでのソフト食導入について話を聞いたりして、形態食の理解と知識の向上に努めたことで、形態食を導入できる学校も増えてきました。

給食の時間が子供たちの笑顔で溢れているのを見るときが、この仕事をしていて心が温くなる瞬間でもあります。どの児童生徒にも、どの食形態の給食でも、食べることの大切さ、楽しさを伝えられる献立であるように、これからも努めていきたいと思っています。

地域の特色ある自慢献立

日立市

市の魚「さくらだこ」を使った献立について

茨城県の北部に位置する日立市は、市内にたくさんの工場が立ち並ぶ工業都市として知られていますが、全国に誇れるおいしい地場産物にも恵まれた地域です。日立市の学校給食では、毎月、日立市や茨城県の旬の食材をテーマにした献立を実施して、地元の食の恵みを児童・生徒に紹介しています。久慈川流域で栽培されている「茂宮白菜」や「茂宮かぼちゃ」、市内の漁港に水揚げされる「しらす」や「さくらだこ」は、給食にもたびたび登場する地元のおいしい食べ物です。

今回は、子供たちにも人気の「さくらだこ」を使った献立をご紹介します。

平成15年に「市のさかな」に選定された「さくらだこ」は、日立沖で漁獲され市内の漁港に水揚げされるミズダコやヤナギダコの総称です。鮮やかな色合いと味の良さ、ほど良い噛み応えが人気の秘密です。日立市の給食では、サラダやあえ物の素材として使用するほか「たこメンチカツ」や「たこボール」に加工して献立に取入れています。



日立市産のさくらだこを使った彩りの良いシーフードサラダです。粒マスタードを使った手作りドレッシングで、味付けしました。たこの食感と旨味が、児童・生徒に好評でした。

日立市の地場産物:さくらだこ 3月の給食レシピ紹介

給食では、地元の食材を取り入れ、地産地消を推進しています。今年度は、毎月給食に地場産物を使用した料理が出ます。

《日立市産さくらだこのサラダ》

★《材料4人分》★

さくらだこ	50g
むきえび(小)	30g
かまぼこ	20g
キャベツ	大3枚
きゅうり	1/2本
ホールコーン(缶)	20g
水菜	20g
粒マスタード	小さじ1
サラダ油	大さじ2
酢	大さじ1
うす口しょうゆ	小さじ1
塩	ひとつまみ
こしょう	少々

さくらだこは、日立沖でとれる「みすだこ」や「やなぎだこ」の総称です



さくらだこシンボルマーク

★《作り方》★

- ① 調味料を合わせてドレッシングを作る。
- ② たこは薄切りにし、えびは背わたをとり、茹でて熱いうちに①のドレッシングの一部を混ぜ、下味をつける。
- ③ かまぼこは短冊切りにする。キャベツはせん切り、水菜は3cm、きゅうりは小口切りにする。ホールコーンは、水けをきる。
- ④ ②を下味ごと③と混ぜ、残りのドレッシングであえる。

* 給食では、食中毒予防のため、野菜もすべて茹でています。

粒マスタードのドレッシングは、いかやホタテ貝などのシーフードのほか、茹でた肉やハムを使ったサラダにもおすすめです。



茨城県学校給食会が、学校給食の充実発展並びに食育を推進する目的の事業について、県内の学校給食関係団体を対象に助成を行う事業です。

「学校健康教育専門研修によせて」

茨城県栄養士会学校健康教育研究部

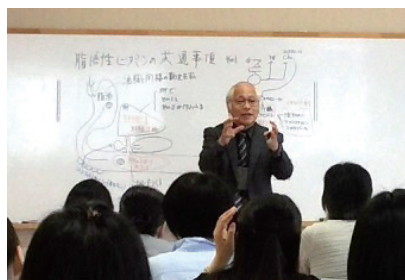
水戸市立学校給食共同調理場 木村 善枝

公益社団法人茨城県栄養士会の主な事業は、県民の健康を守るために適切な栄養・食事支援ができる資質向上を目指した研修や、食を専門とする団体や他の医療職種と連携した栄養・食支援活動です。また、栄養士は幼児から高齢者まで幅広いライフステージの多様な業務に携わっているため、職域に合わせ六つの専門研究会があり、各領域の専門的な調査や研究を通しての業務改善、食指導の研究等を行っています。その他、生涯教育研修会等キャリアアップのための研修会実施や、茨城県の委託事業等、県民の健康づくりを支援する活動を積極的に行っています。

専門研究会で、学校の栄養教諭及び学校栄養職員が所属する「学校健康教育」は、現在会員数が約180名となっており、様々な活動を行っています。毎年夏季に実施される研修会では、岡山県の川崎医療福祉大学の医療技術学部臨床栄養学科教授の小野章文先生に講師を依頼しており、今年で11年目となります。講話で先生は、栄養教諭等が子どもたちに食の指導（栄養）を教えるには臨床生化学の知識と根拠に基づいた臨床栄養を理解した上で、栄養教育を行うことが大切であることをご指導いただいています。そのため、講義内容は、体の仕組みと消化・吸収及び代謝について再度理解できるよう、糖質に始まり脂質、たんぱく質と年次的に研修を重ね、今年度はビタミン・ミネラルを学びました。

また、先生は、体の仕組みに基づくものや根拠について、生化学の面からのアプローチを具体的に説明していただき、時には様々な媒体や体験を通して、分かりやすくご教示くださいます。そうすることで、指導の際に伝え易くなること、また、写真でなく実物での効果の方がより大きい事を学びました。また、講義の中では「勉強は、楽しんでするもの」と仰っており、子どもたちが楽しんで学べるよう、私たちが日々学び、支援をしていくことが重要であると痛感しました。

最後に、小野先生との会話の中で、大人になってから将来的な生活習慣病の予防や、国の医療費を削減する為の良い言葉をご教示いただきました。それは、「予防栄養」という言葉です。まさに、茨城県民こそ生活習慣病罹患率や食塩の摂取量が多い等の課題があるなか、栄養教諭や学校栄養職員が健康づくりを担う職種として、今後も、「学校健康教育」等の各研修会で専門職種としてのスキルアップを重ね、資質向上を図っていくことが大切だと感じています。



本給食会では、安全及び品質確保のための検査・衛生管理に関する事業として、衛生管理講習会を委託加工工場代表者（従業員）に対し、4月及び8月に開催しています。工場訪問調査時の問題点などを取上げ、より信頼性を高める製品を供給することを目的とし講習会を開催しています。



充実した研修を目指した、調理技術向上研修会の開催について

茨城県学校栄養士協議会

本協議会の会員は、茨城県内の学校給食に従事する小中学校・夜間定時制学校・特別支援学校の栄養教諭・学校栄養職員や市町村教育委員会等栄養士の約270名で構成されています。

本協議会では会員の資質向上を図り、学校給食の充実・発展に資することを目的として次のような事業を行っています。

- 学校給食に関する調査及び研究
- 研修会・研究発表会等の開催
- 会報・研究集録等の発行
- 教育機関・関係諸機関との連携・推進
- その他、前条目的達成のために必要な事項

栄養教諭等の職務が「学校給食の管理」だけではなく「食に関する指導」を一体としたものへと多岐に渡ることから、今年度は、スクラップアンドビルド方式を取り入れた研修会の見直しを図りました。

具体的には、年間3回実施していた全体での研修会を2回に減らし、そのうち1回を茨城県教育委員会(保健体育課)と共催で実施しました。また、地区別校種別の7ブロックで実施していた研修会を5地区で地域情報交換の場として校種間の交流を深められる研修とし、回数を減らしつつ内容をより充実させた事業を進めております。

また、学校給食は、「安心、おいしい、バランスが良い」が当たり前とされ、「より魅力あるおいしい給食作り」を目指しながら「教育的配慮のある献立作成」が必要です。特に「おいしい給食」は児童生徒の教育活動を支える重要な食事です。しかし、近年は調理委託化によるベテラン調理員の減少や、調理実務の経験が浅く調理指導に不安を抱える若手栄養教諭が増加してきていることから、茨城県学校給食会と共催で行ってきた調理講習会を「調理技術向上研修会」と改め、より会員の調理技術を深める研修として設定しました。

この研修会は、茨城県産農産物の普及、栄養教諭・学校栄養職員等の資質向上、さらには学校給食の食事内容の充実と調理技術の向上を図ることを目的に、2つの内容を2回ずつ、計4回開催されます。今年度の第1回は、ホテル・ザ・ウエストヒルズ・水戸の古山料理長の「茨城県の食材を使用したイタリア料理」の調理実習と「イタリア料理の魅力」と題した長山副総料理長の講義、第2回は、笠間市にあるキッチン晴人の永井店主の「茨城県の食材を使用した和風料理」と「県産畜産物の魅力及び学校給食の活用について」の食のセミナーを行い、150人以上の会員が参加しました。

料理のプロから直接、茨城県の特産物の活用方法を学ぶことができるこの研修会に参加した会員の98%が「とても参考になった・参考になった」と大変好評でした。

また、普段交流する機会が少ない地域の会員と活動や話し合いを行うことで親交が深まり、給食メニューの情報交換なども積極的に行う様子も見られました。

今後も、茨城県学校給食会をはじめ、各関係組織と連携を図りながら会員の研鑽が積める研修を企画していきたいと考えています。



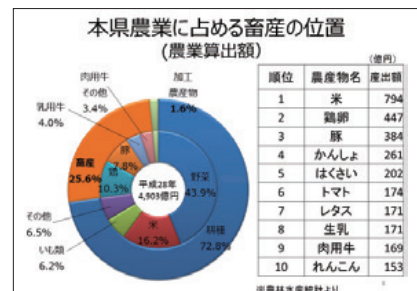
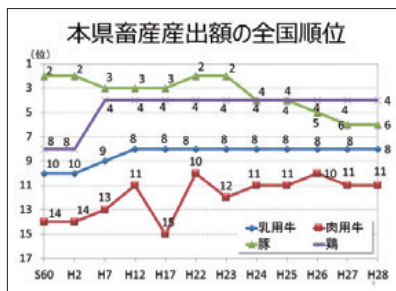
食のセミナー

「県産畜産物の魅力及び学校給食の活用について」

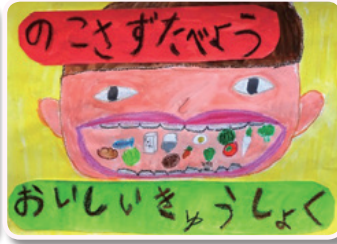
～メインディッシュは畜産物で～

茨城県農林水産部畜産課生産振興グループ

- 日本の食料事情と茨城の畜産
- 牛肉・豚肉
- 鶏肉・鶏卵
- 牛乳
- 茨城自慢の銘柄畜産物



「水戸市教育委員会において、市内児童・生徒から応募のあった絵画等が、水戸市総合教育研究所に展示されました。」



(上段目左から)
水戸市立赤塚中学校
1年 鈴木 堅
水戸市立吉沢小学校
1年 山田 諒
水戸市立寿小学校
2年 飯島 日葵



(下段目左から)
水戸市立緑岡小学校
1年 おおうち あすか
水戸市立寿小学校
4年 古山 初音
水戸市立常磐小学校
2年 大河 葉奈歌

【全国学校給食週間】

昭和25年度から、学校給食による教育効果を促進する観点から、冬季休業と重ならない1月24日から1月30日までの1週間を「学校給食週間」としています。学校給食週間においては、このような学校給食の意義や役割について、児童生徒や教職員、保護者や地域住民の理解を深め関心を高めるため、全国で様々な行事が行われています。

(「文部科学省 学校給食週間について」より抜粋)

学校給食会取扱い県産原料使用商品

茨城県産パラパラミート



メーカー JA全農いばらき 規格 1kg

県産豚肉をパラパラ状のミンチで冷凍してあります。

県産いなだ香味焼



メーカー オース 規格 40g・50g

パインジュースで臭みを消し、冷めても柔らかいです。

小松菜まんじゅう



メーカー 隆峯 規格 25g

茨城県産小松菜使用。カルシウム強化してあります。

平成30年度広報編集委員

手塚浩志・阿部美佳・田口廣巳・鈴木洋一・加藤正子・須藤志保・宮田雅巳・山口清美

編集後記

桜の開花が待ち遠しい季節となりました。この度はご寄稿いただきました皆様方に、心より感謝申し上げます。学校給食事業の充実発展のために、今後ともご指導ご協力をいただきたくお願いいたします。