

兵庫の学校給食だより

2018.12
No.121



公益財団法人 兵庫県体育協会 兵庫県学校給食・食育支援センター

〒673-1421 兵庫県加東市山国2007

<http://hyogo-kyushoku.jp/>

検索



神戸市立中央小学校の食育取組



本校の児童数は521人。新神戸駅から生田川沿いに600m南に位置しています。震災後に4校が統合したため、校区の広い学校です。

本校では朝食を食べない児童も多く見受けられるため、全学年で朝食についての指導を実施しています。また、給食時には箸の持ち方の指導として、三点支持箸を貸し出し、それを使って給食を食べる期間を設けています。各学年で行う食育では教科と関連付けた指導を心がけ、教科学習の流れの中で取り組みやすい内容を考えています。1年生「給食番長(道徳)」,4年生「兵庫の特産品を知ろう(社会科)」,5年生「フード・アクション・中央(社会科)」などがあり、栄養教諭が担任教諭と連携し授業を行っています。今後も子どもたちが大人になってから、「あ、これ小学校で勉強したな・・・」と思い出してもらえるような印象に残る題材を考え、担任教諭と共に楽しい授業作りに取り組んでいきたいと思ひます。



1年生
「朝ごはんを
選ぶ」



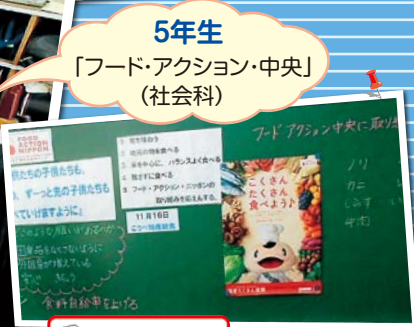
3年生
「食べ物の動きを知ろう」



なかよし
「パン作り教室」
(出前授業)



兵庫県のおいしい物
って何かなあ?



5年生
「フード・アクション・中央」
(社会科)

もくじ

- 神戸市立中央小学校の食育取組..... ①
- 第69回全国学校給食研究協議大会..... ②③
- 平成30年度 新任栄養教諭紹介..... ④⑤
- わくわく楽しいクッキング..... ⑥
- 食育関連事業レポート①..... ⑦
- 食育関連事業レポート②..... ⑧

関係者にご覧ください

「いかの天ぷら」
五年 山崎和喜

黄金色の海に いか が ジャンプ。
黄金色の海に 火花が上がって
パチパチ パチパチ パチパチ
パチパチ パチパチ パチパチ
小さい 小さい 小さい つぶつぶの
火花が 花弁のように まつ。
そして いかに 着物が 合わさって
おけしようにして 美人のいかの天ぷら。
お皿に 乗って まいを おどる。

第69回 全国学校給食研究協議大会



平成30年11月29日（木）、30日（金）に神戸市において、第69回全国学校給食研究協議大会が開催されました。両日を通して、全国各地から1,100名を超える学校給食関係者の皆様にご参加いただきました。1日目は、神戸芸術センターにおいて、開会式、文部科学大臣表彰式、文部科学省説明、シンポジウム、特別講演が行われました。表彰されたのは、学校10校、共同調理場6場、個人19名で、本県からは、神戸市立なぎさ小学校、稲美町立稲美中学校、大西徳子氏（元稲美町立稲美中学校栄養教諭）が受賞されました。

文部科学省からは、「学校における食育及び学校給食の推進」と題し、文部科学省初等中等教育局健康教育・食育課長 三谷卓也氏による「第3次食育推進基本計画」「学習指導要領の改訂」「食に関する指導の充実」等についての説明がありました。また、シンポジウムでは、『社会的課題に対応するための学校給食の活用 ～「地産地消の推進」と「伝統的食文化の継承」の取組を通して～』をテーマとし、地産地消を推進することの教育的効果や児童生徒へ伝統的食文化を継承することの重要性について討論しました。さらに、特別講演では、作家 玉岡かおる氏より、「生きる力・生き抜く力を食育で」と題し、歴史的な視点から日本の食についてのお話をいただき、「瑞穂の国の食文化を子どもたちに伝えるのが食育の大きな役割である」と熱く語っていただきました。

会場には、県政150周年記念展示「五国の魅力と学校給食」や学校給食関係の企業出展ブース、学校給食展示パネルなどが設置され、たくさんの方で賑わいました。

2日目は、会場を神戸商工会議所、神戸国際会議場に移し、8分科会に別れ、それぞれの研究主題をもとに研究発表の後、活発な意見交換が行われました。

なお、来年度は11月7日（木）、8日（金）に岡山県にて開催される予定です。



(大会を盛り上げたフラワープリンセス・はばタン・スフラ)



(特別講演)



(シンポジウム)



(分科会)

大変好評!!

第69回全国学校給食研究協議大会の2日目では『はばたけ! はばたんひょうご五国のうまいもん弁当』と称して兵庫県栄養士協議会が考案し、兵庫県自慢の特産物を詰め込んだお弁当で、もてなしました。



第69回 全国学校給食研究協議大会（兵庫大会）

はばたけ! はばたんひょうご五国のうまいもん弁当

三つの道(山陽道、山陰道、南海道)、四つの海(日本海、播磨海、大阪湾、紀伊水道)をもち、五つの国(摂津、播磨、但馬、丹波、淡路)が一つになった地...それが兵庫県



HYOGO 150th Anniversary エネルギー 671kcal たんぱく質 24.3g 脂質 13.8g

小松菜のおひたし

小松菜(摂津)

神戸市で育つ「こうべ旬菜」の小松菜は、県内一の生産量をほこり、根張りが良く、葉が生きて生きているのが特徴です。年間を通じて生産されています。

金ごま(播磨)

東経135度北緯35度が交差する「日本のへそ」西脇市の金ごまは、農薬を使用せずに栽培されている、数少ない国産ごまです。

淡路玉ねぎのマリネ

玉ねぎ(淡路)

淡路は、日本古代より御食国(みけつくに)とされた島です。潮風と太陽がふりそそぐ温暖な土地でじっくり育てられた淡路島玉ねぎは、甘みがあって柔らかいのが特徴です。

さつまいもごはん

兵庫県産のキヌヒカリ、ヒノヒカリをブレンドした米を使用しています。

たまご焼き

鶏肉のジエ/パーセソース焼き

パプリカ(播磨)

揖保川の豊かな水で育った香り高いパプリカをソースに使っています。

姫路おでん

姫路では、おでんを生姜醤油で食べます。姫路市からたつの市にかけての「日本のへそ」西脇市の金ごまは、農薬を使用せずに栽培されている、数少ない国産ごまです。昭和初期に、生姜の産地だった姫路の浜手地域で食べられたのが始まりとされています。

もち麦ごはん・粕漬け

酒粕(摂津)

灘五郷は、上質の酒米(山田錦)が運ばれ、ミネラル豊富な地下水(宮水)、寒造りに最適といわれる六甲おろし、水上輸送に便利な港があったことで江戸時代以降、日本酒の名産地として栄えました。

もち麦(播磨)

播州平野は、麦作の好適地です。もち麦は、穀類の中でも栄養価が高く、食物繊維・鉄分・カルシウムが豊富で、特にβグルカンが多く含まれます。

オレンジ

黒豆煮

黒豆(丹波)

丹波篠山は、京都に隣接しており、平安時代より「千年の都」の食を舞台裏から支えてきました。幕府や宮中へ献上されたほか、年貢を黒豆で納めた記録が残っています。寒暖の差がはげしい、丹波地方の黒豆は、ふくらとつやがあります。

ハタハタのから揚げ

ハタハタ(但馬)

荒波の日本海沿岸で水揚げされるハタハタは、瀬戸内とは違った味わいがあります。「ハタハタ」という名は「鳴りとどろく雷」を意味します。兵庫県でとれるハタハタは、抱卵前なので、脂のりがよく、強いうま味が特徴です。

たこめし

たこ(淡路)

明石海峡周辺でとれる真だこは、その身に弾力があり、かむほどにうまみが出てくるのが特徴です。地元では保存食として干したこにされます。

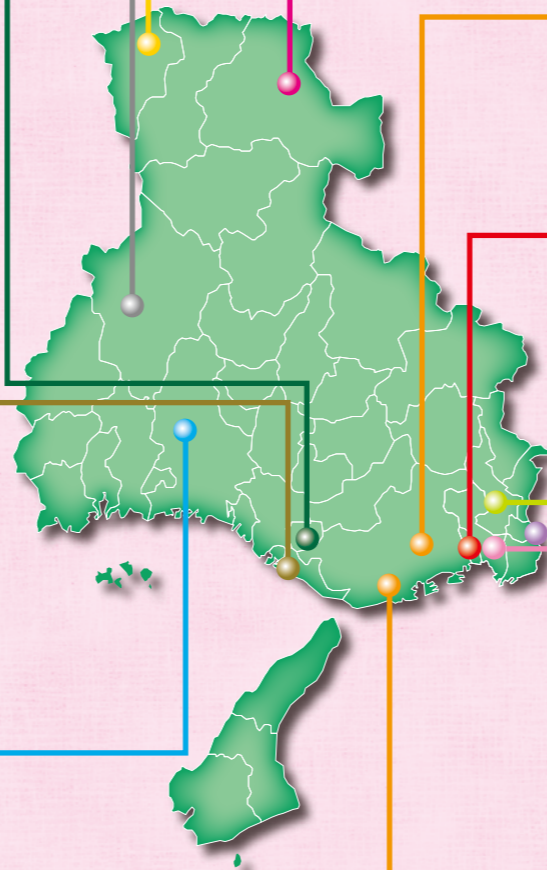
兵庫県学校給食・食育支援センターは、主催者として、協賛企業との連携や、神戸芸術センター・スタジオ A にて、年代別献立レプリカ・旧五国の地域の特色を生かした献立レプリカなど、学校給食展示ブースを担当し、兵庫県の取組を紹介しました。



(株)ドシノの江崎氏が、パンで再現した神戸ポートタワーと市電。

平成30年度 新任栄養教諭紹介

- ①なぜ栄養教諭になろうと思ったか
- ②頑張っている事
- ③嬉しかった事
- ④いちおしメニュー
- ⑤こんな栄養教諭になりたい



新温泉町立浜坂中学校 西澤 麻美

- ①子どもたちに食の大切さや、楽しさを伝えたいという思いからです。
- ②心に残るおいしくて、食生活の見本になるような給食づくりです。
- ③保護者からセンターに「レシピを教えてください。」と電話がかかってきた時です。
- ④浜坂竹輪のマヨネーズ焼き。三尾産わかめのみそ汁。
- ⑤子どもたちが、食に興味をもつきっかけをたくさん与えたいです。給食とともに思い出してもらえ栄養教諭になりたいです。



宍粟市立城下小学校 橋本 樹

- ①子どもたちに食べることの大切さや楽しさを伝えていきたいと思ったからです。
- ②地元の野菜を知ること。献立に取り入れ、地元のよさを伝えていきたいです。
- ③授業や給食時間に話したことを子どもたちが実践したり、頑張ったりしている姿を見せたこと。
- ④いちから手づくりするコロケや春巻き
- ⑤食の面から子どもたち・先生・家庭・地域をつなぐことができる栄養教諭になりたいです。



稲美町立稲美中学校 徳梅 咲里

- ①自分の好きな「食」を通じて子どもたちに関わりたかったからです。
- ②生徒たち、先生方や調理員さんと積極的にコミュニケーションをとって関わりを深めることです。
- ③給食時間を楽しんでくれたり、生徒たちが話しかけてくれることです。
- ④どれもとても美味しくていちおしです。
- ⑤子どもたちにとって身近な存在で、多くの方に頼ってもらえる栄養教諭になりたいです。



明石市立花園小学校 森 菜月

- ①夢に向かってがんばっている子どもたちの健やかな成長を、給食を通して支えていきたいと思ったからです。
- ②安全安心でおいしい給食づくり、いろいろな子どもたちと関わること。
- ③「おいしかった!」「苦手なものもがんばって食べたよ」と声をかけてくれたこと。
- ④たこのからあげ、海と畑のサラダ
- ⑤食について興味・関心を持つきっかけを与えられる栄養教諭になりたいです。



明石市立藤江小学校 吉田 佳世子

- ①給食を通して、食の楽しさや大切さ、正しい食習慣を伝えたいと思ったからです。
- ②多くの方に支えていただき、給食づくりや給食指導など日々勉強中です。
- ③「今日の給食楽しみ」、「美味しかったよ」と子どもたちが笑顔で話してくれることです。
- ④手づくりルウを使ったクリームシチューやビーフシチュー
- ⑤子どもたち、先生方が話しかけやすく、頼りになり、安心感のある栄養教諭を目指したいです。



姫路市立東中学校 加藤 晶恵

- ①「食育」で、子どもの心を豊かに育てたいと思ったから。
- ②給食指導等を通して、栄養教諭の存在を覚えてもらうこと!
- ③給食時間に「葉付きにんじん」の実物を見せて指導したことがきっかけで、「栄養に興味が出た」と生徒が言ってくれたこと。
- ④もずく丼。もずくを甘辛く煮ていて、ごはんと相性抜群ですよ。
- ⑤充実した献立作成ができ、子どもの将来につながる食育もできる栄養教諭。



兵庫県立視覚特別支援学校 櫛木 あかね

- ①栄養教諭になって、食の知識や楽しさを伝えることで、生涯にわたって健康でいられる子どもが増えたらいいなと思ったからです。
- ②毎日「ひとことメモ」を作成し、給食献立や食に関する豆知識を伝えていること。
- ③「おいしかった」と言ってもらったとき。
- ④きなこパン
- ⑤給食を通して、みんなを健康に、そして笑顔にすることができる栄養教諭になりたいです。



兵庫県立豊岡聴覚特別支援学校 小池 未菜

- ①将来の進路に悩んでいるときに会った栄養教諭さんに憧れて「私も栄養教諭になる!」と思ったのがきっかけです。
- ②聴覚特別支援学校勤務ということもあり、手話を勉強中です。
- ③「家で作ってもらおうので給食レシピを教えてください」と子どもが言いに来た時です。
- ④私の地元・播磨名物の「穴子ごはん」です。豊岡でも好評でした。
- ⑤子どもたちの心に残る栄養教諭になりたいです。



神戸市立西須磨小学校 千葉 伸子

- ①生活習慣病予防のためには、食習慣がつけられる子どものころの食育が大切だと思ったから。
- ②最後に「わかった」「これからこうしよう」と思えるような授業づくり。
- ③給食が苦手な子ながら食べていた子が少しずつ食べられようになり、「このおかずが好きなだよ」と教えてくれたこと。
- ④牛肉のウエスタン風
- ⑤子どもを通して、食事の大切さや楽しさが家庭にも伝わるように食育を実践していきたい。



芦屋市立浜風小学校 福永 紗千

- ①教育実習で出会った子どもたちに元気づけられ、周りの先生方もとても親切だったから。
- ②おいしい給食を毎日子どもたちに届けること。
- ③空っぽのお皿を持ってきて、おいしかったと言ってもらえた時。
- ④鶏のバーベキュー
- ⑤「食べることが大好き!食育ってとっても楽しい!」と子どもたちに思ってもらえるような栄養教諭になりたいです。



宝塚市立中山五月台中学校 森部 麻菜美

- ①子どもたちの今と未来の健康を守るため、食の大切さを伝えたいと思ったからです。
- ②子どもたちの名前を覚えて、関わる機会をもつことです。
- ③将来、私も栄養教諭になりたいと子どもが言ってくれたことです。
- ④地場産物を使用した夏野菜カレー
- ⑤子どもたちが食について考え、興味を持てるような食育ができる栄養教諭になりたいです。



伊丹市立南中学校 立岩 ゆり

- ①未来ある子どもたちに、食事の大切さを伝えたいと思ったからです。
- ②おいしく、栄養価を満たす給食の献立を考えることです。
- ③「おいしかったよ~」や「今度はこれが食べたいな」と、子ども達や先生に声をかけてもらえたこと。
- ④鶏肉のレモン酢風味
- ⑤給食を通して子どもたちが食べることに興味を持ち、大人になった時にも思い出してもらえるような給食を考える栄養教諭になりたいです。



西宮市立広田小学校 北條 真菜

- ①管理栄養士として、一次予防の観点から未来を担う子どもたちに対し食や栄養の大切さを伝えていきたいと思ったからです。
- ②些細なことでも積極的に会話をし、子どもたちと関わる時間を一秒でも長くするようにしています。
- ③給食を返しに来た時に「残さなくて全部食べられたよ!」などと子どもたちからの反応を受け取ることです。
- ④フォーガー
- ⑤自分の食に興味を持ち、自己管理能力のある子どもを育成できる栄養教諭になりたいです。



西宮市立塩瀬中学校 兼田 彩加

- ①小学校の時の栄養士さんに憧れて、栄養教諭を目指すようになりました。
- ②衛生的な給食づくりと生徒との積極的な関わり
- ③生徒が「兼田先生ー!」と来てくれること。生徒の笑顔を見ると、嬉しくなります。
- ④炊きこみごはん
- ⑤食を通して人との関わりを大切に、自分や大切な人の健康や食生活の充実のために、食べるものを選択できるよう、生徒や先生方と関わっていけるような栄養教諭になりたいです。



食で季節を感じる!! -大豆から豆腐作り-

芦屋市立山手中学校 主幹教諭 奥瑞恵

子どもたちと豆腐作りをすると、固まらず失敗することもある、なかなか難しいと悩んでいました。そんな時、播磨町で豆腐屋を営む松井さんの「ラクにしぼれて、うまく固まる**ぶりぶり豆腐**」(食農教育2006年9号)に出会い、安定して豆腐作りを行えるようになりました。松井さんは、三田市立松が丘小学校の取組みの紹介の中で「栄養士さんから『学校で指導してほしい』と頼まれたことがきっかけで試行錯誤を重ねながらこの方法にたどりついた」と話しています。今年度から始まった「手作り豆腐講習会」の講師は、松井さんだそうです。兵庫県の食育は、子どもたちのためという思いをもつ人と人がつながった継続的な取組みであることに感激しました。

大豆を洗い 3倍の水に 半日浸ける!

材料

- ・大豆 100g
- ・天然にがり 5ml
- ・水 300ml (浸水用)
+300ml (ミキサー用)
+300ml (すすぎ用)

呉汁を作る

- ・大豆は浸けていた水ごとミキサーに入れ、水300mlを加えてミキサーにかけ呉汁をつくる。できた呉汁は鍋に移す。
- ・ミキサーにすすぎ用の水300mlを入れミキサーをかけ鍋に入れる。**Point 1** 水の量が多いと成分をしぼりやすい。

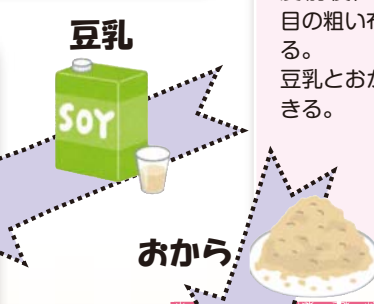


豆乳を作る

Point 2
呉汁を人肌(40度前後)に温め、目の粗い布でしぼる。豆乳とおからができる。

豆乳を煮詰める (15~20分)

湯葉を楽しむ!



にがりを打つ

にがりを入れ、木じゃくしをたてて八の字をかくように、波を起こす感じで、ゆっくり3往復して攪拌。蓋をし、20分ぐらい熟成させて、**豆腐**の出来上がり!

袋に残ったおからは、給食室で全校生が食べる給食に!

今日の給食のテーマは「大豆・大豆製品」

- おから
- 豆腐入り千種焼き
- 大豆ご飯
- 豆腐汁

食育関連事業レポート ①



『手作り豆腐講習会』

今年度、初めて実施する『手作り豆腐講習会』、播磨町にある有限会社松井食品の松井昭雄氏を講師に迎え、県産大豆を使用して大豆から豆腐になる工程を自らの力で体験し、大豆の生産流通や大豆製品について学びます。



学校給食用コッペパン実技講習会

● 平成30年8月21日(火) (株) 増田製粉所にて開催

兵庫県産小麦に関する知識や理解を深め、学校給食での活用を図ることを目的として、県産小麦粉を使用した製パン技術や学校給食用コッペパンの品質審査方法を習得するために、実技講習会を実施しました。



✓ 受講者アンケートより

- ・ 製パン方法は何種類もあり、手間ひまかけて、とても丁寧な愛情をこめて作られている事が分かりました。材料をきっちり量る、時間、温度の3つをきちんと守る大切さを知る事が出来て得をした気持ちでした。
- ・ この講習会を受けて、とても勉強になりましたし、楽しかったです。専門分野に優れている方から話を聞くことで、いろいろな人に伝えることが出来ると思いました。
- ・ コッペパンは見た目も味もシンプルというイメージでしたが、そのシンプルさを作ることがとても難しく奥が深いということが分かりました。コッペパンをつくる体験は初めてでしたが、とても良い経験になりました。…etc



学校給食用コッペパン品質審査会

● 平成30年10月12日(金) 兵庫県学校給食・食育支援センターにて開催

学校給食用コッペパンについて、その品質向上を図るため品質審査会を実施しました。県下40の製パン委託加工工場より審査用コッペパンを一同に集め、兵庫県教育委員会、学校給食推進委員会、兵庫県学校給食パン・米飯協同組合、製粉会社、コッペパン実技講習会の受講者等の各代表者により審査を行いました。

コッペパン品質審査項目として外観は、焼き色・皮質・形均整・体積、内相は、すだち・色相・触感・香り・食味・食感をみています。



審査の結果、優秀であった工場は下記のとおりです。



平成30年度 コッペパン品質審査結果

- 1位 有限会社ラッキーベーカリー(姫路市)
- 2位 飾磨パン有限会社(姫路市)
- 3位 株式会社松山製パン(三木市)
- 4位 株式会社山本ベーカリー(相生市)
- 5位 株式会社原田パン(神戸市)

第1位
有限会社ラッキーベーカリーのコッペパン



今後も安全安心で良質な学校給食用コッペパンの供給ができるよう努めていきます。

食育関連事業レポート ②

学校給食関係者衛生管理等・調理講習会

学校給食における安全性の確保についての見識を深めるとともに、調理に関する技量の向上を図りました。

平成30年7月24日(火)・7月25日(水)
(2日間で52名参加)

調理実習

『県産品を使用した
身近な地産地消』

講師

学校法人みかしほ学園
日本調理製菓専門学校
施設長 水野 博氏



～献立～

- ・ごはん
- ・牛肉としめじのオイスターソース
- ・やわらかミートボール
- ・鶏肉の狩人風
- ・椎紗蒸し
- ・アーモンドラスク



講演

『異物混入防止と
食中毒予防対策について』

講師

兵庫県学校給食・食育支援センター
検査・衛生管理担当主任指導員 池田 正彦



肢体不自由教育関係者調理・摂取支援講習会

障がいのある児童・生徒の給食について、嚥下障害等の摂食障害知識の習得、摂食指導等の研究・情報交換を行いました。

平成30年7月31日(火)実施
(38名参加)

調理実習

『神戸市立いぶき明生支援
学校の給食』



～献立～

- ・ごはん
- ・たらのみぞれかけ
- ・バジルポテト
- ・旬菜スープ
- ・フルーツカクテル

講演

『障がい児の
栄養評価について』

講師

兵庫県立こども病院
栄養管理部栄養管理課
主査 鳥井 隆志



「県政150周年記念」

米作り農業体験

～田植え・稲刈りから収穫・かまど炊飯まで～

田植え体験

平成30年5月19日(土)
篠山市アグリヘルシーファーム
(16組32名)



稲刈り体験

平成30年9月15日(土)
篠山市アグリヘルシーファーム
(15組30名)



かまど炊飯体験

平成30年10月20日(土)

兵庫県学校給食・食育支援センター(14組28名)



「県政150周年記念」

地引き網漁業体験

平成30年10月6日(土)
(21組42名参加)



平成30年度「兵庫の学校給食だより」編集委員

兵庫県教育委員会 体育保健課 指導主事
芦屋市立山手中学校 主幹教諭(栄養担当)
相生市立中央小学校 栄養教諭
兵庫県学校給食・食育支援センター 食育支援課長
兵庫県学校給食・食育支援センター 囑託員

松尾 吉晃
奥 瑞恵
芹野 淑恵
林 勇二
興梠 綾



(公財)兵庫県体育協会

兵庫県学校給食・食育支援センター

兵庫県加東市山国2007
TEL.0795-42-3791 FAX.0795-42-3795
編集発行人 山添 浩二