

おおさかの



第81号
令和6年10月1日

学校給食だより

和泉市の食育 ～石尾中学校の給食育～



和泉市立石尾中学校の給食委員会活動のキャッチコピー

Sーパー **D**デリシャス **G**ゴールデン **S**スクールランチコミッティ

今号のなにわの郷土料理「お好み焼き」

自ら考え活動する

「Happy Felice Heureux」給食委員会

※ Happy (英語) Felice (イタリア語) Heureux (フランス語)で全て幸せの意味

食の教育 だより

和泉市の概要

和泉市立石尾中学校 栄養教諭 伊藤 由華

和泉市は、大阪府の泉北地域に位置し、「和泉みかん」の愛称で親しまれる、大阪府内最大のみかんの産地です。中学校9校、小学校20校、義務教育学校1校で、自校調理方式で統一献立を実施しています。大阪府内では珍しく、中学校給食は60年以上の歴史があります。

石尾中学校の給食は自校方式で、栄養教諭1名、外部委託による調理員9名で平均731食を提供しています。

石尾中学校スペシャル給食

和泉市の給食は小中統一献立で、主食や副菜の量で調整していますが、各校で工夫をこらした特別献立も登場します。

石尾中学校では、スチームコンベクションオーブンが設置されているので、多様な献立を提供することができます。特に、グラタンときつねうどんのお揚げは、自他ともに認める自慢の一品！！

また、みんなが食べて美味しいものを、食物アレルギーを持つ子どもたちでも安心して食べられるようにするために多種多様なアレルギーに配慮しています。その中でも、バリエーション豊かな米粉ケーキは大人気です。

卒業前には、給食委員会の3年生が考えたケーキが登場することもあります。



美味しそうな焦げ目！
3年生の卒業祝い特別給食として登場するグラタンです。豆乳バージョンと牛乳バージョンがあります。



和風米粉ケーキ

「幸食の極み」ポスター



1枚1枚、調理員さんがひっくり返して、味を煮含ませてください。おかげで、のびのびとした四角いお揚げが出来上がります。



ふっくらジューシーなお揚げです。



3年生が考えたケーキです。マーブルケーキの底に、いちごジャムがかくれんぼ。「幸食の極み」ケーキです。

石尾中学校の給食育

本校では、「食を楽しむ、食を大切に思う心を育む」をテーマに、食を通して、自分の体や健康に向き合うきっかけになるのが「給食」であり、自分で食生活を見直し、自分が何をすべきか考えるきっかけになるのが「食育」の取り組みであると位置づけ、「給食育」と命名しました。



少ない時間でも、おかわりが出来るように、担任の先生が食缶を持って、配ってくれます。



季節に合わせて、調理員さんが給食の見本や紹介のコメントを工夫してくれます。

クラスの生徒数が多い学年では、揚げ物などのソースがかかりにくいことがあります。そこで、ある先生のアイデアで、ソースを別配缶することになりました。調理員さんもソースをたっぷり作ってくれ、先生自らコロッケにソースをつけて配膳してくれています。



① SDGs を考える取り組み

環境問題や食糧の問題、国際問題など、このままでは地球がもたない、それを防ぐための世界共通の持続可能な 17 個の開発目標が「SDGs」。

2030 年に目標の達成をめざしている、まさに今の中学生が大人になり、社会の中心になっているからこそ、自分たちの未来をよりよくするために、今から関わっていくことが大切です。自分の事として感じてもらうために、地域の「木岡養蜂園 (和泉市若樫町所在)」と、大阪で一番歴史のある喫茶店「平岡珈琲店 (大阪市中央区所在)」を訪問し、様々なお話を伺いました。

木岡養蜂園



木岡養蜂園では、巣箱から巣枠を取り出す体験をさせていただき、その後、蜜ろうをこそげとり、遠心分離機にかけて蜂蜜を取り出し、出来立ての蜂蜜の味見をさせていただいた後にお話を伺いました。

- ・ ミツバチが一生涯かけて作る蜂蜜は、ティースプーン 1 杯ほど
- ・ 私たちが食べている食糧のうち 70 種以上の受粉をミツバチが媒介している
- ・ ミツバチが絶滅したら、人間も滅びる



これが巣枠

これが巣箱



蜂蜜の味比べ中



お話を忘れないために、懸命にメモをとります。

ミツバチが蜂蜜を集めることで植物が受粉され、花や実ができる。その植物が成長すると、二酸化炭素を吸収して酸素を作り出してくれるという素晴らしい循環がおこっていることを知り、ミツバチについて学ぶことが、環境のことや食に関することを考えるきっかけになりました。

平岡珈琲店



平岡珈琲店では、実際にコーヒーを入れるところを見せていただき、初めてのコーヒー (苦そうなので、みんなカフェオレにしてもらいました) を飲みながら、『コーヒーから見える世界』のお話をさせていただきました。

環境破壊の影響で「キリマンジャロの雪が解けている」お話、気象異常や戦争の影響でコーヒー豆の産地が変化しているお話や、コーヒー生産者の貧困問題など、本当に様々な問題がコーヒー 1 杯に含まれています。

そのコーヒーがあと 10 年後や 20 年後には飲めなくなる。そうならないために、どうすればいいのか、どんなことが大事かを考えるきっかけになりました。



はじめてのコーヒーにドキドキです。



焙煎前



焙煎後

両方のお話に共通していたことは、以下の点でした。

- ・ すでに食糧難の時代になっている
- ・ 今の食生活は、10 年後にはできない
- ・ 全ての物事が繋がっている

中学生である自分たちが、大人になった時のために、今、何が出来るのか。何から始めればいいのか、そして、何を同級生たちに伝えていけばいいのか、大きな宿題を出されたようでした。

自分たちが感じた思いを、少しでも多くの人たちに届けるために、9月25日のSDGsの日に、蜂蜜と珈琲を使った特別給食 (ごはん、牛乳、ハニーレモンチキン、具沢山おみそ汁、珈琲ケーキ) を提供し、学校全体を盛り上げます。

その後、校区の小学校を訪問し、給食と一緒に食べながら、SDGsのお話を小学生にする予定です。

②パンプロジェクト

どちらかというと、本校は給食の残量が多い傾向にあります。そこで、食べることに興味をもたせるために、生徒自身が食べたいものを考えたり、実際に作っている方々と交流したりすることで、食べ物大切さや作る大変さ、苦労ややりがいを教えてもらい、自分のこととして考えていけるようになって欲しいと思います。そこで、給食委員会の先輩でもある校区の人気パン屋さん「パン工房フルニエ（和泉市のぞみ野所在）」にお願いして、自分たちが食べたいパンを一緒に考えさせてもらい、販売してもらえることになりました。ポスターやPOPも自分たちで作成しました。

春・夏・秋・冬と季節ごとに一緒にパンを考えます。

保護者の方もたくさん買いに行ってください、お店の方に声をかけてくれているようです。



春(春のタルティーヌ～アヒージョ風～)

じゃがいもを練りこんだパンに、あさりと菜の花、きのこのガーリックオイル和えをのせ、チーズをのせて出来上がりました。

夏(ヘルシーSUMMERベジタブルブレッド)

5種類の夏野菜をトッピングし、生地にはトマトジュースを練りこみました。

③ヘアカタログ

本校では、給食当番は、三角巾又は帽子、エプロン、マスクの三点セットの着用を指導していますが、三角巾や帽子を外したがる生徒が見かけられます。そこで、ヘアカタログの動画を作成し、繰り返し、楽しく啓発しています。一方的に指導されるより、楽しく提案する方が生徒には届きやすいようです。



良い見本



悪い見本
「どうして三角巾を外すのですか？」
と理由を聞いています。



調理員さんに衛生的な
服装についてインタビュー

食育の授業

2年 社会科 「昆布ロードと北前船」

鎖国の時代でも、国内や国外で色々なものを交易していたことを知るために、昆布を例に取り上げました。

生産地と消費地が遠く離れていることや、各地での昆布の料理法の違いを学びました。大阪では、出汁をとった後の昆布を佃煮にしたり、富山県ではおぼろ昆布を削り取って残った芯の部分が、バッテリーや鯖寿司の上ののっている白板昆布として利用したりしているなど、最後まで工夫しながら使い切っている話をする、熱心にメモをとっている生徒もいました。



白板昆布の説明をしている様子

最後に

学校での食育の基本は「食を楽しむ、興味を持つこと」であり、その基礎になるのは毎日食べる給食です。多くの先生方や調理員さんが、毎日の給食指導や委員会の取り組み、新献立の試食の感想やアドバイスなど、楽しみながら協力してくれるおかげで、石尾中学校の給食育の様々な取り組みが実践できています。

子どもたちには、ぜひ色々な経験を積み重ね、自分たちの未来を自分たちで考えることができるような力を身につけて欲しいと願っています。

第78回 大阪府学校給食大会

開催日 令和6年7月24日(水)

会場 大阪市中央公会堂 **参加者** 366名

学校給食において功績のあった優良学校・団体・個人・功労者の表彰式を行いました。永年にわたり学校給食の発展と充実にご尽力いただきましたことに感謝申し上げます。

表彰式



謝辞

能勢町立能勢ささゆり学園 校長 辻 新造 氏

第78回大阪府学校給食大会の表彰に当たり、功労者を代表して、一言お礼の言葉を申し上げます。

大阪府学校給食会におかれましては、大阪府内1454校、対象人数62万人の児童生徒及び教職員が、年間を通じて、パンなどの基幹物資、調味料などの一般物資につきまして、安定した供給、品質、価格で、各市町村に供給していただいておりますこと、また時々起こるピンチのときにも、臨機応変に対応いただき心からお礼申し上げます。

子どもたちや、我々教職員にとっても、毎日の学校給食がとっても楽しみで、お昼が近づくとウキウキするとともに校長にとっては責任も重大です。

学校給食は、すべての学校に通う子どもたちや教職員みんなが、毎日同時に体験できる最も優れた教材でもあり、もっとも優れたコミュニケーションのツールになります。

この表彰を機会に、自分の勤める職場に、いただいた表彰状を持ち帰り、学校給食関係者で、この喜びを分かち合いたいと思います。

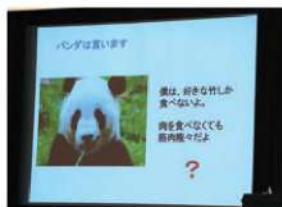
そして、今後も、子どもたちの食環境がより豊かになるよう、給食にもっと感謝できる子どもたちを育成していきたいと思います。



講演

「ジャパン・ニュートリションと学校給食」

講師 公益社団法人日本栄養士会 代表理事会長
公立大学法人 神奈川県立保健福祉大学
名誉学長 中村 丁次 氏



令和6年度 大阪府学校給食 表彰者名

優良学校 (8校)

(敬称略)

地区名	学校名	学校長名
大阪市	大阪市立加島小学校	城 塚 雅一
	大阪市立味原小学校	井 上 克己
	大阪市立茨田東小学校	弓 削 壽志
豊 能	能勢町立能勢ささゆり学園	辻 新 造
北河内	枚方市立平野小学校	山 中 昌生
中河内	東大阪市立長堂小学校	乾 野 智也
泉 北	忠岡町立忠岡小学校	小 山 昌二
泉 南	岸和田市立常盤小学校	和 泉 全史

功 労 者

(1) 学校教職員・教育委員会事務局の部 (8名)

地区名	所属名	氏 名
大阪市	大阪市立木川小学校	石原 千香子
	大阪市立磯路小学校	加藤 達也
	大阪市立新東三国小学校	岩井 尚子
	大阪市立中浜小学校	青木 久仁子
堺 市	堺市立三宝小学校	江里口 幸子
三 島	高槻市立第四中学校	栲原 真樹子
南河内	藤井寺市柏原市学校給食組合	花 田 淳
泉 北	泉大津市立楠小学校	加賀澤 菜生

(2) 学校給食調理員の部 (8名)

地区名	所属名	氏 名
大阪市	大阪市立中野小学校	笠井 洋子
	大阪市立西島小学校	芝 嗣 恵以子
	大阪市立開平小学校	近 田 和代
	大阪市立北中島小学校	小 林 ひとみ
	大阪市立茨田南小学校	川 島 博子
豊 能	箕面市立西南小学校(ナフス株式会社)	岸上 万紀子
中河内	藤井寺市柏原市学校給食組合	前 田 由嘉
泉 南	貝塚市立葛城小学校	瀬 戸 真一

関係団体等

(1) PTAの部 (1団体)

推薦者	団体名
大阪市PTA協議会	大阪市立中本小学校PTA

(2) 団体の部 (1団体)

推薦者	団体名
公益財団法人 大阪府学校給食会	幸南食糧株式会社

(3) 個人の部 (1名)

推薦者	氏 名
公益財団法人 大阪府学校給食会	一般社団法人大阪府牛乳協会 前常務理事 久下 憲一

■ お米の教室



実施日 令和6年6月17日(月)

実施校 大阪府立中央聴覚支援学校

お米の産地であるJAレーク滋賀と、精米業者である幸南食糧株式会社、大阪府学校給食会の共催で実施しました。生産者から直接話を聞くことで、米作りの工夫や苦勞を知り、日頃の学校給食への感謝の気持ちを深めました。

講義

- ・産地での米作りの様子
(田植えから収穫・脱穀まで)
- ・精米工場での作業や機械の説明
(玄米から白米への精米・検査まで)
- ・学校で給食のご飯になるまで
(炊飯調理の様子をビデオ視聴)

体験学習

- ・舂すり体験
(すり鉢とボールを使用)
- ・洗米体験
(研ぎ方、浸漬時間や水の分量について)

炊き立てのご飯はとってもおいしかったよ！



産地での米作りについて



精米工場での様子



手作業での舂すり



炊き立てご飯の試食

★参加した児童・生徒からの感想★

- ・鍋で炊いたご飯がおいしかったです。家で炊くときにお手伝いをしたいと思いました。
- ・お米を作る大変さを知ることができました。これからはたくさん食べるようにしようと思います。
- ・お米になる過程を学ぶことができました。玄米と白米の色の違いにおどろきました。

■ 大阪府学校給食用パン実技講習会

開催日 令和6年7月29日(月)・30日(火)

会場 大阪パン会館

講師 藤井 憲一 氏 (大阪府学校給食会 製パン技術コンサルタント)

対象者 学校給食実施校教諭等・学校給食関係者 **受講者数** 20名

大阪学校給食パン・米飯協同組合と大阪府学校給食会の共催で、パンに関する基礎知識の講義と、製パン技術等の実技講習を実施しました。

2日間の講習は、盛りだくさんな内容で参加者からは楽しんで学ぶことができたと好評でした。



講習内容

- ・製パン法の講義
- ・手ごねでの生地作り
- ・パンの品質審査方法の講義・実技
- ・米粉パンや菓子パン、調理パンなど
変わりパン実習

♪参加者からの感想♪

- ・パンの配合や製法の違いで、パンの特徴が変わるところがわかりやすかったです。
- ・パンの中に入っている材料には1つずつ大切な役割があって、少量と書いていても大事で、必要なものだということが改めて分かりました。
- ・パンの評価について、具体的にどんなパンがいいのかが分かりました。
- ・学校給食用パンの原材料や、工場での機械の様子、調理の流れなどについて詳しく学ぶことができました。



講師の藤井憲一先生



製パン実習



講義



パンの品質審査実習

■ 第1回 大阪府学校給食用物資運営委員会全体会

開催日 令和6年7月10日(水)

会場 大阪赤十字会館301会議室

物資運営委員会全体会では、令和6年度物資運営委員会委員長及び副委員長、各小委員会委員が選出されました。令和6年度第2学期分の一般物資の購入先・売り渡し予定価格等及び今後の委員会開催日程について審議の上、すべてご承認いただきました。

その後、大醤株式会社より「大阪の醤油の歴史と醤油の魅力について」講義を受け、醤油の種類別味比べも実施していただきました。

また、令和5年度3学期以降に採用された細切り昆布やアレルギーフリー物資などを含め、新規取り扱い物資を中心に、試食会を実施しました。

▼全体会の様子



【講義の様子】



【試食・商品説明】

■ 大阪府学校給食展示・試食会

開催日 令和6年7月26日(金)

会場 ホテルアウリーナ大阪4F「金剛」

参加者 312名 参加業者:36業者 展示商品数:223品目

★参加者の声★

- ・実際に試食して見た目や味を知ることができて良かったです。
- ・普段使っている商品も、実際に説明を聞きながら確かめることができて良かったです。
- ・使ってみたい物資もあり、早速検討してみます。
- ・新しいパンを探していたので、とても参考になりました。

▼展示・試食会の様子



令和6年度 食育推進支援セミナー(Web研修)

当給食会ホームページのセミナー受講者専用ページにおいて下記2つの研修を開催しております。

全2回のうち、第1回目は夏季休業期間を含む6月28日～9月6日で配信を行いました。(なお、第2回目は10月11日～1月10日の配信を予定しております。)第1回目受講後におけるアンケートを一部紹介いたします。

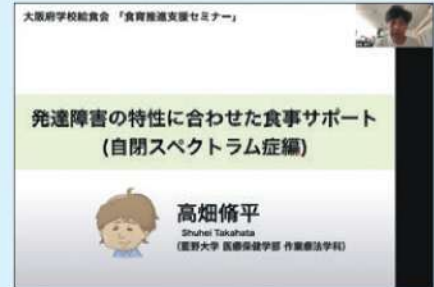
(A) 児童・生徒の食に関する課題の対処方法について

講師 高畑 脩平 氏 (藍野大学 医療保健学部 作業療法学科 講師) 受講者数 66校 126名

①発達障害の特性に合わせた食事サポート (自閉スペクトラム症編)

受講者アンケートより

- 自閉症で極端な偏食児童へのアプローチについてどのようにすればよいか困っていたところだったので、今後の本人への声掛けや、保護者の方へのお話の際に生かしていきたいと思いました。
- 発達障害の特性を知ることによって、偏食へのサポート基本方針が理解できました。無理強いしない・安心感を与える・ホッとできる環境で、スモールステップで進める。解決のキーワードをたくさんいただきました。
- 自閉症を抱える子どもの偏食だけでなく、生活環境の工夫なども具体的にわかりやすかったです。実際に感覚過敏の状態を体験できる動画などもあり、子どもたちに少しでも寄り添えるきっかけになったと思います。



講師 塩津 裕康 氏 (中部大学 生命健康科学部 作業療法学科 講師)

②食行動に対する行動変容テクニック

受講者アンケートより

- 今回の講義で、行動がなぜ多様なのか論理的、科学的に考えることができました。また、お話の中のSOSのアプローチについてですが、食べるまでのステップのスモールステップに驚きました。今まで少しでも食べてほしいとばかり思っていたので、焦らずに本当に少しずつ少しずつなのだとわかりました。
- 食行動だけでなく、学習行動にも使えるテクニックを知ることができてとても勉強になりました。また、対応の根拠となる応用行動分析学を少しでも知ることができたので、積極的に使っていきたいと思いました。
- つい問題行動に目がいき、分析を忘れて弱体化に走ってしまいがちであることを感じました。さらに良い行動を設定せず、禁止してばかりで解決に至らないことが多く、考えさせられる話でした。環境調整についても聞きたいと思いました。



(B) 学校現場でいかす臨床心理学 2024

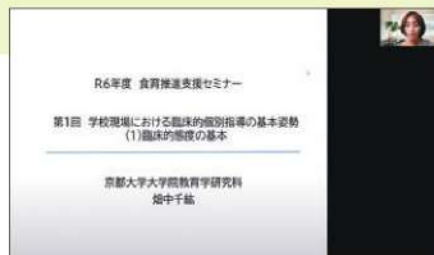
講師 畑中 千紘 氏 (京都大学大学院 教育学研究科 准教授) 受講者数 60校 101名

①学校現場における臨床的個別指導の基本姿勢 (1)臨床的態度の基本

②学校現場における臨床的個別指導の基本姿勢 (2)具体例をもとに

受講者アンケートより

- 話を聴くということの難しさを感じました。自分に焦点が当たりすぎていて相手に関心を向けられていないという指摘はとてもよくあてはまっていたと感じました。また、価値付けをしている、ポジティブに持っていこうとするなどやっているなと思いました。少しでも良い聴き手へとになれるように勉強をしていきたいです。
- 良い聴き手としてのポイントはしっかり押さえておきたいと思いました。どうしても沈黙が不安に思う場面があるので、聴き手としても少し心の余裕を持っておきたいなと思いました。
- 具体例がたくさんあったのでとても聞きやすく、わかりやすい講義でした。一言変えるだけで印象が変わるということを知っていれば、教師としてはそれをうまく活用できるとコミュニケーションがとりやすくなるのだろうと思いました。
- 自分にない視点を知るところで、自分にも思考の偏りがあるのだと改めて気づきました。特定のところにばかり目が行くことで何かを見落とす危険性があることを常に気に留めておこうと思います。



■ 第1回 全国学校給食・栄養教諭等研究協議大会（長野県開催）

主題 より一層の学校給食の充実と栄養教諭を中核とした学校における食育の推進 ～信州から「新」発信！未来へつなげる食育の力！～

今年度より、例年夏に開催されていた「全国栄養教諭・学校栄養職員研究大会」と、秋に開催されていた「全国学校給食研究協議大会」が統合され、「全国学校給食・栄養教諭等研究協議大会」として第1回目が令和6年8月1日（木）・2日（金）の両日に長野県で開催され、給食会の職員2名が参加しました。

大会趣旨

学校における食育を推進する上で重要な役割を担う学校給食の在り方について研究協議を行い、学校給食関係者の資質の向上を図る。併せて、学校における食育の推進に向けて、児童生徒に対する食に関する指導のあり方や学校給食の充実方策について研究協議し、栄養教諭・学校栄養職員の資質の向上を図る。



開会のご挨拶



文部科学大臣表彰式



展示：郷土料理を取り入れた給食

■ 1日目(全体会)

- ・開会式
- ・表彰式
- ・文部科学省説明
「学校給食の充実と食育の推進」 文部科学省初等中等教育健康教育・食育課長
- ・文化庁説明
「食文化継承に向けた取組」 文化庁参事官(生活文化連携担当)参事官補佐
- ・記念講演
演題：「食事を愉しむ」
講師：ノルディック複合選手 渡部 暁斗 氏 [2014年ソチオリンピック・2018年平昌オリンピック個人銀メダリスト
2022年北京オリンピック個人・団体銅メダリスト]

出身の長野県白馬村には2校の小学校があり、どちらにも校庭にスキージャンプ台があり、ジャンプの授業がある。子どもたちはスキーが身近にあり楽しみのひとつである。

ノルディック複合という競技は、スキージャンプとクロスカントリーを組み合わせた競技で、この2つの競技のバランスを考え取り組むのが面白い競技である。取り組む中で学んだことは、心の健康も考えると、食事に関してもストイックになりすぎず、リフレッシュできる好きなものもたまに食べて「食事を愉しむ」ということが、競技の成績にも繋がる。「愉しむ」ということは、例えば自分が食べ物を育てたり、料理をしたりするなど能動的であることであり、子どもたちにも是非経験して欲しいことである。

- ・シンポジウム
主題：組織で取り組む学校における食育推進の在り方
～全教職員が食育の必要性を理解し、子どもに必要な食育を行うために～

■ 2日目(分科会)

第1～8の分科会で、実践発表や研究討議、指導助言が行われました。

(指導助言より一部抜粋)

第4部会（組織的に取り組む個別的な相談指導の在り方）

個別的な相談指導とは、ある課題が児童生徒の将来にわたる健康課題となる可能性があるときに、課題を改善・解決することで、生涯を通して健康を維持できるようにすることである。

第7部会（学校給食の栄養管理と生きた教材となる献立作成の在り方）

児童生徒の実態に応じた栄養管理と献立作成には、実態（健康状態、生活活動の実態）に合わせて、給与栄養目標を設定する必要がある。



大会弁当「信濃の国弁当～信州を食べつくそう～」

令和6年度は、大阪府で22名（大阪府12名・大阪市9名・堺市1名）の栄養教諭が採用されました。今号では11名のみなさんに、給食の思い出や今後の抱負などを、自由に書いていただきました。（他の方々は次号第82号に掲載させていただきます。）

①給食の思い出

②今後の抱負



枚方市立開成小学校 立石 萌恵

①給食の思い出はたくさんありますが、特に印象に残っていることは2つあります。1つ目は「チャニーズステーキ」です。とても人気でチキンを焼いておいしいソースをからめている献立です。今でもしっかり覚えており、たまに家でも作ります。2つ目は、バイキング給食です。給食の献立がたくさんあり、バイキング形式で食べる給食が年に1回ありました。人気メニューがたくさん食べられて、その日を楽しみに毎日学校に行っていたことを覚えています。

②まだまだ1年目で学ぶ事がたくさんありますが、給食の味を覚える事、調理作業を理解する事、栄養教諭の業務内容を1つずつこなす事、子どもたちとたくさんコミュニケーションをとる事を重点的にやりたいです。そして、自身で考えた行動ができるように日々の業務での疑問点は積極的に質問をして、学びを深めていきます。また、タブレットを活用した動画作成や掲示物の作成、食に関する指導も学年1回に限らず、できるだけ頻度を増やして取り組みたいです。



寝屋川市立桜小学校 山中 浩美

①私は、小学校入学当初食べ物の好き嫌いが多く、給食の時間が苦手な子どもでした。ほぼ毎日食べ終わるのも遅く、下膳時間外に食器を返却していました。その時の担任の先生や調理員の方が遅くなくても「頑張ったね。」「美味しかった？」等と話しかけてくれ、その関わりから、少しずつ「野菜って美味しい！」と日に日に食べられるものが増えました。些細な言葉がけからでも大きな変化に結びつくと感じることができた良い経験でした。

②寝屋川市立桜小学校は、同じ中学校区である寝屋川市立第二中学校の給食も作る親子方式を実施しています。デリバリー方式と比べ、温かいご飯やおかずを保温食缶に入れて配送するので、温かいまま提供できます。残食調査をすることで子どもたちが食べやすい味付けや、調理法の工夫ができます。子どもたちが学校給食を好き嫌いせず、何でも食べられるようになるために、少しでも食べられれば褒めて食べたい環境づくりを行っていきたくと思います。また、児童生徒の一人ひとりが1食分を食べられるようにするため、自らの身体と心の成長に食べ物が大きく関わっていることを指導していきたくと思います。



東大阪市立加納小学校 押川 あき

①小学校の給食には、いい思い出も苦い思い出もあります。給食を全部食べることができず、毎日完食することができない子どもでした。フルーツヨーグルトや冷凍みかんなどのデザートが出た日は、とてもうれしかったです。おかわりをするために、その日は必死で食べていました。また、ごはん給食が増えてうれしかった記憶があります。

②ようやく栄養教諭となることができました。立場が変わっても今までと変わらず子どもたちが「おいしい」と言って食べてくれるよう給食を提供すること、給食時間は教室へ行き、子どもたちとコミュニケーションをとることを大切に続けていきたいと思っています。食育の学習でも、子どもたちのこれから食生活につながるような授業づくりをめざしていきたいです。自分にできることは何でもやる、今までの経験も生かしながら、新しいことにもチャレンジしていきたいと思っています。



茨木市立沢池小学校 上遠野 葉月

①小学生の頃、給食が大好きでした。特に「さばのみそ煮」や「ビビンバ」、「白玉入りかきたま汁」が好きでした。また、ナンや手巻きずし、ちまきが給食に出たことも印象的です。ランチルーム給食や、栄養教諭の先生の食育のお話が楽しかったのも思い出です。今では、自分が栄養教諭として同じ仕事ができることが嬉しく、これから頑張っていきたいです。

②茨木市立沢池小学校の栄養教諭として着任し、約4か月が経ちました。毎日子どもたちのたくさんの笑顔に元気をもらっています。給食時には、給食委員会の児童と一緒に活動したり、教室に入り込み、給食の感想を聞いています。魚の献立の日には、骨を取るのに苦戦している児童も多く、上手にとるコツを教えています。これからも積極的に子どもと関わり、今の子どもたちにはどんな食育が必要なんだろうと考え、食育に取り組んでいきたいです。また、衛生管理について研修等で学びを深め、安全安心で美味しい給食の提供に努めたいです。



島本町立第四小学校 塚 祐貴

①“みんながいるから美味しい”が私の給食の思い出です。授業中に良い匂いがして給食の時間が待ち遠しかったこと、給食を取りに行くといつも栄養教諭の先生が迎えてくれたこと、クラスみんなで挨拶をして、楽しく食事をしたこと。すべて、一人ではなく周りに友だちや先生がいたからこそ楽しく美味しい思い出として残っているのだと思います。様々な「こ食」が増加する中で、変わらず

みんなと食事ができる給食時間をこれからも大切にしていきたいです。

②児童との関わりを楽しみながら毎日を過ごしています。私は給食時間に可能な限り教室を見回るようにしています。美味しそうに食べる顔、これなに？と初めての食材に出会う不思議そうな顔、苦手な献立に挑戦する顔、児童が食に向き合っているからみえる顔だと感じています。生きていくうえで欠かせない食の大切さ、楽しさを伝えられるよう頑張っていきたいと思っています。



守口市立さくら小学校 六車 春奈

①私自身が小学生の時、偏食で食べられないものが多かったのですが、セレクト給食や行事食、世界の料理、バイキング給食などがあり、食べられなくても楽しかった記憶があります。その後偏食も徐々になくなり、少しずつ克服できているので、食事を楽しい記憶にしてください。当時の学校の先生方にはとても感謝しています。

②4月にさくら小学校に着任してから1学期終了まで毎日

が充実しており、あっという間に夏休みになりました。初めての単独調理場の学校での勤務でしたので、悩んだり迷ったりすることが多かったのですが、周りの先生方や調理員さんたちに助けられながら給食管理や食育などを行うことができました。

2学期からも子どもたちとたくさん会話することと、やるべきことを1つずつ丁寧にこなしていくことを目標に、精一杯頑張りますので、これからもご指導ご鞭撻のほどよろしくお願い致します。



堺市立南八下中学校 川端 紗永

①毎朝、必ず献立をチェックしてから登校するほど、学校生活の中で給食の時間が好きでした。中でも麻婆春雨はお気に入りのメニューで、家庭でもよく作ってもらっていました。郷土料理や世界の料理など、家庭の食事だけでは食べることのない料理に出会えるのが給食のよさだと思います。子どもたちにとって給食が学校に行く楽しみのひとつとなるよう、安全安心な給食を提供していきたいです。

②子どもたちには、生涯を通して何事にも挑戦し、豊かな人生を送ってほしいと思っています。その土台となる体を作るために、食への正しい知識を身につけさせるだけでなく、食べることの楽しさを実感させたり、得た知識を実際の生活で活かすことのできる実践力を身につけさせたいと考えています。また食生活や置かれている環境は子どもたちによって異なるため、痩身、肥満、偏食などの問題について、一人ひとりの声を聞き、気持ちや背景に寄り添いながら食に関する指導を実践していきたいです。



高石市立東羽衣小学校 峯山 佳子

①私が栄養教諭をめざしたきっかけは、教育実習で出会った4年1組2組の子どもたちとした「食育の先生になって大阪に戻ってくる」という約束を果たしたかったからです。教育実習ですごした給食の時間、食べた給食、給食と一緒に食べた子どもたちの顔や話してくれたお話。この思い出のおかげで今の私があると感じています。「大阪の給食」ってすごい。

②今の私の抱負は、高石市の学校給食に携わる方々が作りあげてきた「高石市の給食と給食に込められてきた思い」をきちんと引き継ぎ、目の前の子どもたちへ安全安心な給食を提供していくこと、それらの給食を生きた教材として活用し、高石市の子どもたちに食について興味関心をもってもらい、食べるのが好きになってもらえるような食育を行うことです。

そのために、できる目の前のことひとつひとつに、丁寧に取り組み、次へつないでいきたいと思っています。



大阪府立生野聴覚支援学校 石川 梓紗

栄養教諭として生野聴覚支援学校に着任し、約4ヶ月が経ちました。初めは大学を卒業したばかりで、一人職に勤める不安でいっぱいでした。ですが、優しくて頼りになる管理職や同僚、心強い先輩栄養教諭や調理員のおかげで、栄養教諭は一人職ですが、一人で抱えこまないようにして下さる、この温かい環境に恵まれながら1学期を終えることができました。

①日々の慣れない業務に追われる中で、給食巡回や返却時

に「今日も給食おいしかった!」「また作って!」と手話が分からない私に笑顔で頑張って伝えてくれる子どもたちから元気やこの仕事のやりがい・楽しさをたくさん教えてもらう毎日でした。

②2学期からはこの仕事の楽しさを教えてくれた子どもたちに、「食べることの楽しさ、大切さ」をもっと伝えられるよう、学校全体で楽しくおいしい安全な給食を作っていくとともに、子どもたちがわくわくするような食育に積極的に取り組んでいきたいと思っています。一生懸命頑張りますので、今後ともご指導のほどよろしくお願いいたします。



大阪府立吹田支援学校 越智 才佳

①栄養教諭として4月より大阪府立吹田支援学校に着任し、あっという間に半年が過ぎました。これまで4年間勤務してきた市町村とは業務内容が大きく異なっていたため、わからないことがとても多く、日々奮闘しています。調理員さんをはじめ、学校の先生方や他校の栄養教諭の先生方など、たくさんの方に支えていただいています。この半年であらためて感じたのは、安全・安心でおいしい給食を作っていくためにはチームプレーが欠かせないとい

うことです。献立をたてる栄養教諭、調理する調理員、新鮮で安全な食材を届ける業者、安全に給食を提供できるか確認する管理職、子どもたちを見守る先生、感想を伝えてくれる子どもたち…。みんなで作りあげた給食が「おいしい!」と感じてもらえることがとても嬉しいです。

②給食をとおして、子どもたちともっと関わる機会を増やしたいというのが今の目標です。食に興味をもってもらえるよう全力で頑張っていきますので、ご指導のほどよろしくお願いいたします。



大阪府立藤井寺支援学校 西井 陽子

①栄養教諭として、藤井寺支援学校に着任してから4ヶ月が経ちました。着任直後はわからないことが多く、先輩の栄養教諭の先生や、調理員の方々、先生方に助言をいただき、無事1学期を終えることができました。

本校は小学部から高等部までであり、各学部によって給食の時間の雰囲気や全然違います。毎日給食の時間に教室をまわって子どもたちの食べている様子を見るのがとても

楽しみで「今日の給食めっちゃおいしい」という声を聞くと、とても嬉しく、今後の活力になります。また、好き嫌いのある児童、生徒もいるのですが、どうすれば一口でも食べてくれるのかなと試行錯誤して声掛けをしています。

②今後は、「生きた教材」である給食をたくさん知ってもらうために、給食の食材について掲示をしたり、授業で活用していけたらと思っています。授業に関してもまだまだ未熟者ですが、自ら学ぶ姿勢を忘れず、先輩の先生方の授業などからたくさん学んでいきたいと思っています。



堺市の中学校（43校）では現在、選択制給食が実施されており、7校に栄養教諭が配置されています。また、令和7年度開始予定の全員喫食制給食の準備が進められています。話し合って考え、決めなければならないことがたくさんあり、大変だなと感じることもあります。でも「自分たちが考えた献立の給食を、今度は全生徒が食べることになる」「全員喫食制が始まれば、どのように食育を進めていけるだろう」という期待と楽しみに思う気持ちを忘れず、それを日々の仕事の糧につなげています。

私は、大阪府学校栄養士協議会の研修や、役員の仕事に参加させていただいております。そこで他市町村の栄養教諭等の方々へ相談できたり、情報交換できたりしたことは、自分の仕事に生かすことができます。非常に貴重な場と感じ、大変感謝しています。

みなさまも、日々たくさんの仕事の中でご多忙だと思いますが、大阪府学校栄養士協議会等の研修をうまく利用すれば、栄養士としての自己研鑽も進めていけると思います。大阪府学校栄養士協議会へ入会し、横のつながりを作りながら、一緒に学んでいけたら嬉しいです。

次は、大阪市立住吉中学校の奥田実里さんにバトンをお渡しします。お願いします！

食育講座 なにわの郷土料理



お好み焼き

お好み焼きは、安土桃山時代に千利休が催した“利休百会記”という茶会の席で供されたという“麩の焼”がルーツといわれている。麩の焼は、水に溶いた小麦粉を煎り鍋に伸ばして、最中の皮のように薄く焼き、山椒入りの味噌をはさんだクレープのようなお菓子である。これが起源となり、江戸時代末期には、溶いた小麦粉を鉄板や鋳物鍋に流し込んで、焼いて食べるという習慣が庶民の間にも広まった。

材料（分量4人分）

鶏卵……………（3個）
水……………200cc
やまいも……………100g
小麦粉（薄力）……………160g
食塩……………2g
かつお節（粉末）……………10g
青のり……………4g
キャベツ……………400g
葉ねぎ……………60g
サラダ油……………10g
お好み焼きソース……………50g

【作り方】

- ①鶏卵は別割にし、ときほぐす。やまいもはすりおろす。
- ②卵に水を混ぜ合わせ、更にはやまいも、小麦粉、食塩を混ぜ、キャベツ、葉ねぎを加えて混ぜる。
- ③サラダ油を熱して②を焼く。
- ④お好み焼きソースをぬり、上からかつお節、青のりをふる。



郷土料理研究会より

編集後記

第1回全国学校給食・栄養教諭等研究協議大会では、綺麗な景色と美味しい料理を堪能したのは勿論のこと、研究協議会では、栄養教諭の皆様の学ぶ姿勢に刺激を受けました。これからも子どもたちの食育推進に尽力して参ります。また、本号発行に際し、ご多忙中にもかかわらず快く寄稿いただきました方々に厚く御礼申し上げます。

【編集・発行】 公益財団法人大阪府学校給食会
〒540-0008 大阪市中央区大手前2丁目1番7号 大阪赤十字会館8F
TEL 06-6942-3840 FAX 06-6942-4777 ホームページ <https://www.oskz.com>



経営ビジョン

「わたしたちは、未来を担う子どもたちの健全な成長のために信頼され、求められ、愛される給食会をめざします。」