

いわての 学校給食

第56号

平成31年3月

もくじ

- 平成30年度学校給食調理コンクールを終えて 1
- 平成30年度学校給食調理コンクール入選作品 2~3
- 平成30年度学校給食優良校表彰の紹介 4
- 平成30年度学校給食功劳者表彰の紹介 5~6
- 平成30年度新規採用栄養教諭の紹介 6
- 平成30年度親子料理教室 7
- 平成31年度 行事予定 7



学校給食調理コンクール

【趣旨】学校給食の充実向上及び学校における食育の推進を図るため、栄養教諭・学校栄養職員及び調理員による調理コンクールを行い、関係者の調理技術の研鑽と多様な献立作成意欲の高揚に資する。

【主催】公益財団法人 岩手県学校給食会

【共催】岩手県教育委員会・岩手県学校栄養士協議会
岩手県学校給食研究会・岩手県学校給食センター協議会
岩手県市町村教育委員会協議会

【期日】書類審査 平成30年11月26日(月)

実技審査 平成31年1月8日(火)

表彰式 平成31年1月8日(火)

【審査員】

岩手県教育委員会事務局保健体育課指導主事 村山 枝利

岩手県学校栄養士協議会会長 大石 祥子(盛岡市立本宮小学校 栄養教諭)

岩手県学校給食研究会会長 山口 道明(盛岡市立山岸小学校 校長)

岩手県学校給食センター協議会会長 根田 美和(盛岡市都南学校給食センター 所長)

二戸市立御地小学校 栄養教諭 倉石 綾美

雫石町立雫石小学校 栄養教諭 戸田 美幸

花巻市立湯口小学校 栄養教諭 阿部 聖子

学校給食調理コンクール審査を終えて

岩手県学校栄養士協議会 会長 大石 祥子

学校給食調理コンクールは、学校給食の充実向上及び学校における食育の推進を図るため、栄養教諭等及び調理員による調理コンクールを行い、関係者の調理技術の研さんと多様な献立作成意欲の高揚に資することを趣旨として開催しています。

今年度の献立は、食に関する指導を効果的に進めるための「生きた教材」として活用できる献立であること、岩手県産の地場産物を取り入れた献立であること、県において健康課題(肥満予防)に対する取組として「カミカミ運動」を推奨していることから、「献立のねらい」または「応募献立を教材として活用した食に関する指導の目標」または「調理の工夫」に「よく噛むこと」の視点が盛り込まれていること、この3点の趣旨をもとに審査しました。

第一次は、栄養基準量や価格は適切か、献立のねらいが明確か、献立のバランス(主菜と副菜の組み合わせ、料理形態や食材の組み合わせ)はよいか、献立を教材として活用していたか等を書類にて確認しました。

最近の傾向として、学校の現状や課題を数値で捉え、それを解決するために食に関する指導を実施し、給食はその事前指導、事後指導に活用するという傾向があります。

献立のねらいに子どもの実態を記入されていない、応募献立

の主旨がねらいに明確に位置づいていない、同じ食材や似た食材が複数入っている、主菜と副菜が不明確である等は減点になりますので気をつけましょう。

第二次では、献立の普及性はあるか、献立の獨創性・アイデアはどうか、味付けや材料の切り方はどうか、分量は摂取量として適切か、書類に示されている分量と変わらないかなど調理実技を通して審査しました。「カミカミ運動」を意識した食材の切り方、加熱の仕方等様々な工夫が見られました。調理員の皆さんも、栄養教諭が考えた「ねらい」を理解して調理していました。近年の岩手県の課題である「減塩」についても味付け等工夫している施設が増えていきます。どの施設も素晴らしい出来栄でしたが、同じ味つけにならないよう味のバランスにも配慮してほしいと思います。

参加者は、審査を待つ時間に各チームが出品した料理を試食し、意見交流会しています。参加者からは、他施設の給食を食べる時がなかったので良い機会となった、切り方や茹で方等調理技術や味つけが勉強になったという意見が多く聞かれました。それぞれの立場で有意義な時間となりました。

過去の調理コンクールでは、コンクール用の華やかな料理や料理名で判断がつかない料理も登場していましたが、最近は普及性のある献立が多くなりました。このコンクールに出た献立を参考に、各施設においても献立の充実を図っていただければと思います。

このコンクールは献立作成や調理技術の向上を図る絶好の機会です。今後とも積極的な参加をお願いします。来年度はさらに素晴らしい献立が登場することを期待しています。

学校給食調理コンクールに参加して

岩手町立学校給食センター 栄養教諭 小原 由美子

岩手町はスポーツが盛んな町で、児童生徒もスポーツを身近に感じながら、機会をとらえて熱心に行っています。

岩手町の食に関する指導は、小学校から中学校まで学年ごとにテーマを決め実施しています。特に小学校4年生では、スポーツをするための体づくりを意識させ、よりよい体づくりができるよう、理科の学習内容と関連させて「丈夫な骨をつくる」という授業を行っています。授業後は、授業でとりあげたカルシウムを多く含む食品を活用した給食を提供しています。児童は、どの食品にカルシウムが多く含まれているか再確認しながら、苦手な食品でも体のために食べようと努力していました。給食を「生きた教材」として活用したことで、授業の定着が図

られ、自身の体づくりに生かそうとしていると実感しました。

今回の献立内容や提出資料の作成に関しては、岩手紫波地区の栄養教諭のみなさんに協力していただきとても心強かったです。

また、一緒に出場した調理員は「出場するなら最高を目指そう。」と献立のねらいをしっかりと理解し、高い意識をもって取り組んでいました。当日は緊張しつつも、計画通り着実に進めることができ、願っていたとおりの給食を作り上げることができました。この経験は、お互いの信頼を深めると共に、給食を作る上での大きな自信となりました。

今回、調理コンクールに参加したことは、自分の献立を見直し、「生きた教材」として活用するための献立検討をするよい機会となりました。

今回の取り組みで学んだこと、ご協力いただいた皆さまへの感謝の気持ちを忘れずに、「生きた教材」となる給食作りに励んでいきたいと思っています。

調理コンクールに参加して

岩手県立盛岡聴覚支援学校 栄養教諭 小笠原 美波

調理コンクールへの参加は、献立作成について改めて考えるきっかけとなり、多くのことを学ぶ貴重な経験になりました。

応募献立を作成するにあたり、本校の実態に沿った「生きた教材」として活用できる献立を作成したいと考えました。先生方にもご協力いただき、幼児児童生徒の実態把握に努め、食事と運動に関わる献立を作成しました。この献立を給食で提供するにあたり、食育指導に入らせていただきました。食事と運動の関わりを説明することで、子ども達はしっかりと意識し、給食を食べてくれました。給食が教育活動の一部として意味を持つ

ことを実感したと共に、改めて「生きた教材」としての献立作成の大切さを実感しました。

調理コンクールには盛岡視覚支援学校の佐藤浩子先生、盛岡みたく支援学校の佐々木未希先生と共に参加させていただき、限られた時間の中で練習や打ち合わせを行いました。当日はコミュニケーションを取り合いながら、食事と運動の関わりを盛り込んだ、給食の味をだすことができました。意見交流会では、各施設の料理の試食をしました。食材の組み合わせや調理法など新たな発見があり、本校でも参考にし、献立に取り入れていきたいと思っています。

調理コンクールに参加するにあたり、多くの方々にご支援いただきました。学んだ事を今後にも生かしていけるよう、先生方や調理員さんと協力し合い、安全で心も満たされるおいしい給食を提供できるように努めていきたいと思っています。

👑 食に関する指導を効果的に進めるための『生きた教材』として活用できる献立

👑 岩手県産の地場産物を取り入れた献立 👑 “よく噛むこと”の視点が盛り込まれていること

👑 岩手県教育委員会教育長賞

岩手町立学校給食センター



【献立名】

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・揚げ出し豆腐のカルちゃんあんかけ
- ・ごま酢和え
- ・やまとん汁
- ・りんご

岩手町はスポーツが盛んな町で、児童生徒もスポーツに触れる機会がとて多く、熱心に練習を重ねている。しかし、練習で骨折する児童生徒が散見され、体づくりの意識が低いと感じられる。そこで、「人の体のつくりと運動」を理科で学習する小学4年生を対象とし、「丈夫な骨をつくらう」という題材で食育の授業を行っている。

児童はカルシウムという言葉は知っているが、牛乳・乳製品以外でカルシウムを多く含む食品についてはあまり理解していない。そこで、授業では、カルシウムを多く含む食品（牛乳・小魚・海藻・大豆製品・野菜）を取り上げ、児童の意識の向上を図った。

また、授業終了後、学習したカルシウムを多く含む食品を給食に盛り込み、いろいろな種類の食品にカルシウムが含まれていることを実感させることで、進んでカルシウムを摂取しようとする意欲を持たせることをねらいとした。

👑 岩手県学校給食会会長賞

岩手県立盛岡聴覚支援学校



【献立名】

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・パワーアップハンバーグ
アマサンサスソースかけ
- ・鉄分サラダ
- ・かみかみごま汁
- ・りんご

本校は聴覚に障害のある幼児児童生徒が学んでいる。出身地は県内全域であり、敷地内にある寄宿舎やスクールバスなどを利用し通学している。登下校で歩く距離が短く、また、同級生とも家が離れているため、公園で遊ぶなど外で体を動かすことも少ない。

このことから、今年度の小学部では学部目標の一つに、「体力を高め、健康な生活を心がける子どもを育てる」を掲げ、体を動かすことの楽しさを知り興味をもってもらうため様々な取り組みを行っている。執行部が考えたレク活動や、総合学習の時間にはオリンピック種目に触れるなど、興味をもち体を動かすことのきっかけ作りに取り組んでいる。

運動会の前日に「豚肉のスタミナ焼き」を出した際には、「これを食べてスタミナをつけるぞ!」という声も聞かれ、食事と運動の関わりについて興味を持っている児童も見られた。

そこで、9月に行われる都南東小学校との交流マラソン大会に関連づけ、食事と運動の関係を伝える献立を提供することにより、体を動かすことや食事の大切さについて、さらに興味を持ってくれると考え献立を作成した。

また、陸上競技の聾学校東北大会や全国大会へ中・高等部が出場するため、スポーツ栄養の指導に生かせる献立を作成した。

👑 岩手県学校給食研究会会長賞

岩泉町立学校給食共同調理場



【献立名】

- ・麦ごはん
- ・牛乳
- ・豆とごぼうのドライカレー
- ・岩泉りんご、岩泉ヨーグルトの
さつま芋サラダ
- ・小松菜と豆腐のコンソメスープ

岩泉町は児童生徒の肥満の割合が多く、よくかんで食べる「カミカミ給食」を月2回実施している。そこで、「カミカミ給食」当日は、かむことを意識させる献立を提供するだけでなく、「よくかんで食べることの活用」についての給食メッセージを各学級に配布し、指導資料として活用してもらった。さらに、家庭にたいして、「給食だより」や「よくかんで食べる給食メニューレシピ」を紹介し、よくかんで食べる習慣を身につけさせ、肥満予防を意識するように働きかけた。

また、副菜についても、よくかんで食べることを意識させることと、旬の地場産物に興味関心や愛着をもたせることをねらいとした。



👑 岩手県学校給食センター協議会会長賞

盛岡市立桜城小学校



【献立名】

- ・岩手かみかみちらし
- ・牛乳
- ・切干大根と茎わかめの煮物
- ・ひつまみ
- ・盛岡りんご

日本全国の郷土料理にはどのようなものがあるのか、子供たちに興味を持ってもらいたいと考え、本校の献立作成においては、日常的に日本各地の郷土料理や特産品を取り入れた給食を実施している。今回は自分たちの暮らす岩手県の郷土料理や特産品について、理解を深めてもらいたいと考えた。

また、毎月4のつく日は6月4日の虫歯予防デーにちなんで「かみかみデー」とし、かむことを意識して食べる日としている。和食には、かみごたえのある食材が多く使われていること、岩手県の特産品の中にもかみごたえのある食材がたくさんあることなどを知り、身近な食材に関心をもたせながら、普段からよくかむことを意識して食べるようになってほしいと考え、今回の献立を作成した。



花巻市南城学校給食センター



- 【献立名】
- ・ごはん
 - ・牛乳
 - ・豚肉の花巻りんごソース
 - ・カミカミ和え
 - ・もちもち雑穀団子汁
 - ・みかん

食べることは栄養を摂取するという目的だけでなく、「おいしく味わって食べる」という心の豊かさの育成にも関わる。食べ物を幅広く豊かに食べるためには、健康な歯や口であることが大切である。本センターの受配校では、歯科指導に力を入れており、学校歯科医による歯磨き指導や講演会、歯磨き標語の募集を行っている。

また、食育と関連させた授業「よく噛むことの大切さ」を毎年小学4年生と中学2年生を対象に行っている。小学4年生では、現代と昔の人の食事内容を比較し咀嚼回数が減ってきていることや、よくかむことの効果に加えて30回よくかむことを学習している。さらに中学2年生では、かみ応えのある食べ物や切り方によっても咀嚼回数が異なることを学習している。学習したことの定着化を図るため、6月をカミカミ月間、毎月8日前後をカミカミ給食として、かみ応えのある給食を提供している。

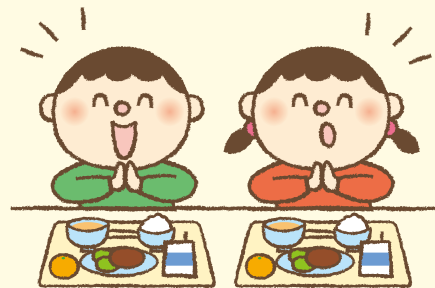
よくかむ習慣が定着し、さらには生活習慣病の予防につなげたいと考え、カミカミ給食の日併せてこの献立を実施した。

奥州市立真城学校給食センター



- 【献立名】
- ・金芽米ごはん
 - ・牛乳
 - ・鶏肉のじゅうね揚げ
 - ・ちりめんサラダ
 - ・豆乳味噌汁
 - ・りんご

子どもたちの喫食状況を見ると、カレーやハンバーグ等のメニューはほとんどの子どもたちが時間内に食べ終わることが出来ている。その反面、大きな肉やよくかまなければならないメニューの時は残したりすることから、よくかんでいない様子が見られる。そこで、低学年の頃からよくかんで食べる習慣を身に付ける必要があると考え、小学2年生で食育の授業を行うことにした。よくかんで食べることの大切さを知らせ、身近である地場産物を活用しながら、かむことをより意識して給食を食べられるように献立を作成した。



一関市西部第二学校給食センター



- 【献立名】
- ・麦ごはん
 - ・牛乳
 - ・豚肉とくろべいなすのカラフル炒め
 - ・ひじきと大豆もやしの和え物
 - ・油ふとかぶのみそ汁
 - ・りんご

当給食センターは、一関の3つの小中学校と平泉町の中学校へ給食を提供している。いずれも農業生産が盛んな地域であり、一関市内の4つの産直が給食センター食材供給産直連絡協議会を結成し、季節の野菜を納品していただいている。

農作物を育てている家庭も多い環境ではあるが、野菜を苦手とする児童生徒の割合は高く、肥満傾向の児童生徒への対応も課題となっており学校と連携して指導を行うよう工夫しているところである。

そこで、地元の五大野菜のうち「なす、トマト、ピーマン」を取り入れ、苦手な野菜を食べやすいように味付けを工夫し、また切り方の工夫や食感のよい野菜を加えたりすることで、噛む回数を増やし、ゆっくり食べることにつながるように考えた。

給食時の放送資料には、一関の五大野菜についてや噛むことのよさについて掲載し、給食を食べながら地元野菜への興味関心が高まること、よくかんで食べることを意識してもらえるように配慮した。

大船渡市立北部学校給食センター



- 【献立名】
- ・麦ごはん
 - ・牛乳
 - ・さんまさっぱり漬け
 - ・豆苗入りごま和え
 - ・さつま汁
 - ・みかん

当センターは、大船渡市内の6小学校、5中学校へ給食を提供している。震災から7年が経過し全体的に復興が進んでいる中、漁業では全国的にさんまの漁獲量が多い。給食センターの近くにある社会福祉法人では農作物を生産しており、給食で一時的にキャベツや大根、年間を通じて干し椎茸を納品していただいている。

大船渡市を含めた沿岸南部地区は肥満傾向の児童生徒への対応が課題となっており学校と連携して指導を行うよう工夫しているところである。そこで、食材やゆで方を工夫することで噛む回数を増やし、ゆっくり食べることにつながるよう工夫した。併せて、噛むことの効用や良さをお便り等に掲載し、食指導で取り上げることで食への興味関心が高まるよう配慮している。



平成30年度 学校給食優良校表彰章

この賞は、学校給食の普及と充実を図るため、学校給食実施上優れた成果をあげてきた学校及び共同調理場を表彰しています。

学校給食優良校表彰を受けて

一関市大東学校給食センター

一関市大東学校給食センターでは、小学校5校・中学校4校・幼稚園1園の10施設に給食（約1500食）を提供しております。日々の給食で大事にしていることは、給食が、子供たちにとって生きた教材となるようにすることです。たとえば、行事食を通じて日本や世界の文化について伝えたり、岩手や一関地域の郷土料理を通して地元への理解を深めたり、地元で生産した食材を積極的に取り入れることにより、感謝する心や地元への関心を高めるきっかけにするなど、目の前にある給食を通して、心も体も成長できる給食づくりを目指しています。

そのような中で一関市大東学校給食センターの強みは、「生産者さんとのつながりが深いこと」だと感じています。これは、歴代の栄養教諭の方々が地域とのつながりを大切に、築き上げてくださったものです。

地元の生産者さんやお豆腐屋さんが作った食材を使いながら、生産者さんとの交流会を継続して行っております。また、地元の食材や生産者さんの苦労や思いなどを子供たちに紹介する「デリシャス」を発行して



受験期に大切な「朝食」について考えよう

おります。地元一関市には、魅力ある食材がたくさんあり、学校給食でそれを伝えることは、非常に大きな役割だと思います。いま給食を食べている子ども達が大人になったとき、「一関市にはこんな素敵な食材がある。」「一関市にはこんないいところがあるよね。」と思い出してもらえるような給食を提供することが今後の目標です。

日本の未来、そして一関市の未来を担う子供たちのためにも、給食を通していろんなことを学んで、経験して、心も体も健康でたくましく成長できるように、給食センター職員一同、これからも努力していきたいと思っております。



生徒の1日の生活・食事を振り返り、改善点を探そう



野菜の生産者の方々と交流給食

広げよう食育の輪 ～家庭・地域との連携を通して～

平泉町立平泉小学校 栄養教諭 菅原 亜希子

1、はじめに

本校の校区には、平安末期に建立された中尊寺・毛越寺など藤原三代の遺跡・文化が多く残っており、歴史的建造物に囲まれています。本校の教育目標は、「進んで勉強する子ども(知)」「明るく素直な子ども(徳)」「丈夫でたくましい子ども(体)」であり、健やかな体をつくるために、「進んで体を動かす子」「健康や安全に気をつける子」「めあてに向かって根気強くがんばる子」を目指す姿としています。平成29年度には「望ましい食習慣形成事業」の県指定を受け、家庭・地域と連携しながら食育を進めました。

2、家庭との連携

県が作成した家庭配布用望ましい食習慣啓発資料を活用し全体指導・個別指導を実施しました。全体指導では、資料をもとに啓発指導を行い、「親子でよく噛むことを心がけるようになった。」という保護者の割合が8割以上に上りました。また、個別指導においては、日々の指導に加えて、長期休暇中に「生活とからだの記録表」への記録に親子で取り組むことで、肥満度の出現率が減少しました。

3、地域との連携

全国学校給食週間を中心に、「道の駅平泉」において、学校で行っている食育の取り組みを中心にパネル展示を行いました。また、家庭や地域において「よく噛むこと」が実践されるよう給食で人気の「噛むカムレシピ」も配布し、啓発を図りました。

また、地域の生産者と連携した食育にも力を入れています。平泉町の特産である『黄金メロン』の栽培・収穫体験（5年生）や、

枝豆の枝もぎ体験（2年生）、パン屋さんの協力のもと平泉町産小麦を使った『きんいろまるパン』作りを行いました（3年生）。地域の味に触れ、作り手の想いを知る良い機会となっています。



枝豆の枝もぎ体験



きんいろまるパンづくり

4、専門家との連携

平泉町内の4年児童と保護者を対象に、家庭教育学級として岩手医科大学より講師を招いて食育講演会を実施しました。学童期における望ましい食習慣について、親子で共通理解を図ることで、家庭での行動変容につながりました。

5、終わりに

子どもたちがよりよい食習慣を身につけるためには、家庭・地域との連携が不可欠です。今後も自校給食を核とした連携の輪をつなぎながら、子どもたちの健康づくりを支えてまいります。



焼き上がったきんいろまるパンを食べて



黄金メロンの収穫
大盛り上がり子どもたち

平成30年度 学校給食功労者表彰

この賞は、学校給食の普及と充実を図るため、学校給食実施に関し、特に功績のあった学校給食関係者を表彰しています。

学校給食功労者表彰を受けて

一関市立荻荘小学校 栄養教諭 小野寺 江梨子

この度は、平成30年度学校給食功労者表彰の栄を授かり、大変恐縮しております。関係者の皆様のご配慮によるものと心より感謝申し上げます。

笑顔で給食を食べる子供たちの様子を見たり、「給食の時間が一番好き」と話してくれる声を聞いたりすると、学校給食に関わってよかったですと感じます。また、職場を離れた地域や会合などの場で、いきいきと子供の頃の給食の思い出を語る姿に出会うと「給食っていいなあ」としみじみ思います。しかし食べることは誰にとっても楽しみな反面、個人の好みやこだわりもあることから、「味が薄い」「量が多い」「この組合せは合わない」などさまざまなご意見をお聞きする仕事でもあります。意見を言ってもらえるのも大切なことと前向きに捉え、子供たちのためにおいしく楽しい給食をめざしています。

関わる人たちの着実な仕事があり、安全な給食を毎日提供できるのですが、トラブル発生にあわてた経験も少なくありません。重油を燃料にした平釜の給食室では、強い風が吹くとバーナーの火が消えて調理できなくなることがありました。そんな

とき校舎の外に出て、かまどの隙間に風が吹き込まないように図工用粘土を詰めた思い出があります。水道が未整備で、隣の家の敷地を流れる沢水をいただき、塩素を添加して給食に利用していた施設では、一時的に強い雨が降ったり長雨が続いたりすると、水が濁り給水車の出番となりました。給水施設の定期点検に学校の隣山を登って行く用務員さんの後ろからついて行くと、小さな小屋の中に一連の装置が納まり、その横には満々と水を湛えた浴槽が。その浴槽から長く伸びた管がふもとの学校まで続き、よく見ると浴槽内の管には、玉ねぎを入れるネットのようなものがくくりつけてありました。「点検に行ったら、木の葉に混じっていた」と用務員さんからネットに入ったかえるやとかげを見せられ、驚いた記憶があります。

これまでの勤務経験の中で、何度か地域を越えて異動しましたが、なぜかどこでも、しばらくの間は一番年下でした。何もわからない中でも温かい地区の先輩たちに支えられ、仕事のこと、地域のことなど教えていただきました。先輩たちを見て、こんな風になりたい、あんな風に経験を積み重ねていきたいとあこがれるとともに、年齢を経てさらに学ぶ姿勢にいつも刺激を受けました。いつのまにかその年齢となってしまうましたが、職場に恵まれ、仲間にも恵まれ、これまで勤務してこられたのだと感謝の気持ちでいっぱいです。



5年生 特別活動 <おやつのおきてを知っておやつ名人になろう>



4年生 特別活動 <毎日元気にすごすために大切なことを知ろう>

つなぐ・つながる食育指導を

一戸町立奥中山小学校 養護教諭 嵯峨 真知子

このたびは平成30年度学校給食功労者表彰という名誉ある賞をいただきまして大変恐縮しております。これまで支えてくださいました多くの皆様方に深く感謝申し上げます。

学校では、「先生、今日の給食は何?」「おなか空いた。給食まだかな?」と、挨拶のように声をかける子供たち。また、保健室では「お腹が痛いです。」「気持ちが悪いです。」と訴える子供たち。その背景は実に多種多様です。便秘だったり、精神的なものだったり、病的なものだったり。その都度、食についての指導は欠かせないものです。このように、日々児童生徒と接

する中で健康問題の背景として食が大きく関係し、食についての指導が必要と思われることが少なくありません。医食同源と言われるように健康=食といっても過言ではないでしょう。

採用当時は、週6日制で土曜日は牛乳給食でした。給食をとっても楽しみにしている子供たちが多く、残食もほとんどない状況で、食物アレルギーもほぼみられなかったように思います。また、当時は栄養教諭がいなかったため、給食や食に関する指導は給食担当者に委ねられることが多く、専門性を活かした食育指導には至らなかったような気がします。今や飽食の時代といわれ、給食の献立も時代とともに、地場産品を使用し、行事食や食育指導によるリクエスト給食を提供したりと、児童生徒が興味関心を持てるように考えられたものとなっています。

給食指導は「生きた教材」として、食べるという体験を通し

て日常的・継続的に指導できる場であり、健全な食生活の実践力を培うことができる基盤です。また、身体の健康はもちろんのこと、望ましい人間関係の形成、生命の尊重、思いやりや感謝の気持ちを育む等生きる基礎を形作る取組でもあります。さらに食生活の乱れ、肥満、むし歯等々、健康に関する問題が山積する中、成長期にある子供たちにとり、正しい食習慣を培うことは心身ともに健康な児童生徒を育む上でとても重要です。

そこで、食に関する指導は、給食の時間をはじめ、関連教科等教育活動全般で推進していくことが大切であり、今後、益々重要視されてくるのではないかと考えられます。

食べることは生きることであり、健康生活の基本である食の大切さについて、児童生徒自身が考え、自らの力で健康な人生を歩んでいけるよう、養護教諭は、健康教育のコーディネーターとして、学校・家庭・地域・関係機関と連携を図り、共通理解のもと「チーム学校」として、PDCAサイクルを進めつつ、多方面でのつながりのある食育を推進する必要性を感じています。

今回の受賞を受けて、食育の重要性を改めて痛感しております。今後とも、健康教育の一環としての食育を効果的に展開できるように精一杯努めてまいります。



一日にとる野菜の量はどれくらいかな？
レタスで考えてみよう



縦割り班によるなかよしランチタイム



1年生はじめての給食



学年PTA行事での親子DEクッキング

平成 30 年度新規採用栄養教諭の紹介

「栄養教諭になって」

宮古市立山口小学校
栄養教諭 南野 穂乃香

栄養教諭になりこの一年を振り返ると、周りの方々に支えられながら、たくさんのお話を学ぶことができた一年でした。特にこの一年で大きく変わったことは「給食」に対する考え方です。それまで私にとっての給食は、「美味しい」「楽しい」でしたが、それに加えて「生きた教材である」という考えが深まりました。

この言葉を強く意識したのは、初めて献立を考えた時です。指導担当の先生に「この献立のねらいは何ですか？」と聞かれました。その時ふと、学生時代に学んだ“給食は生きた教材である。”という言葉が思い出されました。年中行事と食の関わり、食文化など給食から学べることは多くあります。しかし、私はこの言葉の意味をよく理解できていませんでした。それから、給食を活かした指導ができる献立づくりを目指すようになりました。

私は、給食を生きた教材とするための実践として、「宮古市の地場産物と郷土料理を



宮古の地場産物と郷土料理をよく知ろう

よく知ろう」という課題で研究授業を行いました。子ども達の身近な場所で様々な食材が採れることや、いつも食べている給食にはたくさんの地場産物が使われていることを伝えました。「宮古の地場産物をたくさん知ることができて良かった」「郷土料理をもっと知りたい」という授業後の子ども達の感想から、地元の食文化への興味関心が高まったことが分かり、とても嬉しかったです。

あっという間の一年でしたが、栄養教諭として様々なことを学ぶことができた反面、勉強不足を感じることも多くありました。私は将来子ども達が、地元を誇りに思う郷土愛を持ち、「食べること」を大切にできるようになってほしいと思っています。この思いが届くよう、これからも努力し続けたいです。そして、支えて下さる周りの方々への感謝を忘れず、この職に力を尽くしていきたいです。



4年生のみんなとパチリ

平成30年度親子料理教室

冬のおもてなしメニューにチャレンジ!!

11月11日(日)

参加者:親子40名

●講師●
料理研究家

千葉 星子 先生



完成品
★千支のそばろずし
★いちごのスコップケーキ



調理実習



平成19年度から本会の事業として、小中学生及び保護者を対象に、学校給食の意義や本会の役割等についてより一層の理解を得るため、料理教室を開催しています。昨年同様、広く公募によりご参加いただき、開催しました。

講師には、じゃじゃじゃTVやCM出演、モデル活動を行う他、料理教室を開くなど料理研究家としても活動されている千葉星子先生をお迎えし、「千支のそばろずし・いちごのスコップケーキ」を作りました。

アンケートでは「簡単に作ることが出来たので、家でも作ってみたい」「楽しくて、とてもじょうずにできてよかった」「親子で参加できて、とても楽しい時間を過ごせた」等々大変好評でした。



記念撮影



先生のデモンストレーション

平成31年度 行事予定

行事名	会場	期日	参加対象者
栄養教諭・学校栄養職員研修会	サンセール盛岡	2019年6月21日(金)	栄養教諭・学校栄養職員
東北学校保健大会	盛岡市	2019年7月30日(火) 7月31日(水)	学校保健・学校安全・学校給食関係者
学校給食用物資展示会	学校給食会	2019年8月1日(木)	学校給食関係者
学校給食夏季研修会	学校給食会	2019年8月1日(木)	栄養教諭・学校栄養職員
学校給食調理員研修会	サンセール盛岡	2019年8月5日(月)	学校給食調理員
親子料理教室	学校給食会	未定	県内小・中学生及び保護者
学校給食調理コンクール(書類審査)	学校給食会	2019年11月27日(水)	栄養教諭・学校栄養職員
栄養教諭・学校栄養職員研究大会	サンセール盛岡	2019年12月6日(金)	栄養教諭・学校栄養職員
学校給食調理コンクール(実技審査)	学校給食会	2020年1月8日(水)	栄養教諭・学校栄養職員・学校給食調理員

(注) 日程等については予定であり、開催案内により確認して下さい。