

# 給食いばらき

第 53 号

平成 29 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-Mail [ibaraki@igk.jp](mailto:ibaraki@igk.jp)



給食週間の招待給食（センター長・調理員・給食会職員等を招いて）ひたちなか市立那珂湊第一小学校

## 目次

平成 28 年度学校給食優良学校等 .....	2
平成 28 年度米飯給食献立コンテスト .....	3
平成 28 年度学校給食文部科学大臣表彰を受賞して ..	4
下妻市立下妻小学校 校長 鳩貝 雄	
茨城県食育推進計画（第三次）がスタートしました ..	5
茨城県食育支援連絡会委員 雨海祐彦	
地域の特色ある自慢献立（潮来市） .....	6
招待給食 水戸市立新荘小学校 .....	7
学校給食会事業 親子料理教室 .....	8
第 1 回学校給食用パン抜き取り品質審査会 .....	8
学校給食会事業 調理講習会 .....	9
学校給食用製品開発選定委員会開発品 「レディーファーストジャム」 .....	9

**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

学校給食用製品開発選定委員会 .....	10
本会取扱い物資のご案内 .....	11
平成 28 年度学校給食用製品開発選定委員会委員	12
平成 28 年度広報編集委員会委員 .....	12

## 平成 28 年度学校給食優良学校等

# おめでとうございます

### ◆ 第 67 回全国学校給食研究協議大会表彰 ◆

#### ◎平成 28 年度学校給食文部科学大臣表彰

【学 校】 下妻市立下妻小学校  
【個 人】 磯山 仁子（水戸市立石川小学校）



### ◆平成 28 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

【優良学校】 日立市立宮田小学校  
大洗町立南中学校  
【功 労 者】 小野瀬 幸子（太子町立だいが小学校）  
小石川百合子（小美玉市立小川南中学校）



#### ◎平成 28 年度米飯給食献立コンテスト表彰

受 賞 名	応募学校名	栄養士名
茨城県知事賞	下妻市立下妻中学校	島田亜紀美
茨城県教育委員会教育長賞	大洗町栄養士会	小野瀬尋子 谷田部万代
茨城県農林水産部長賞	阿見町立学校給食センター	鶴田美智子 潮崎 純子
公益財団法人 茨城県学校給食会理事長賞	行方市立麻生学校給食センター	高野加代子
	常総市豊岡学校給食センター	内田ゆかり

#### ◎つくろう料理コンテスト

【学 校 賞】 小学校の部 常総市立五箇小学校  
中学校の部 東洋大学附属牛久中学校  
高 校の部 土浦日本大学高等学校



## 平成28年度 米飯給食献立コンテスト

茨城県と茨城県教育委員会のご協力により、茨城県農畜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・学校栄養職員を対象に、地場農産物を取り入れた米飯給食献立を募集しました。11月25日(金)の調理審査(2次審査)の結果、以下の優秀賞が決定しました。

### 茨城県知事賞

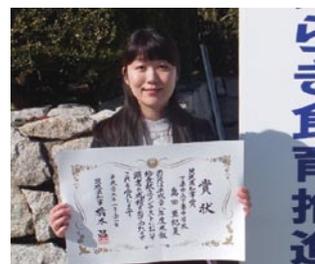
#### 下妻市立下妻中学校

赤米ごはん・牛乳・ローズポークの彩りソースかけ・水菜とおからのシャキシャキ炒め・チンゲン菜のとりー卵とじ汁・下妻産ぶどう



この度、このような素晴らしい賞をいただき、本当にありがとうございました。

下妻市は比較的小さい市ですが、豊かな水と土地に恵まれており、米や水菜、チンゲン菜、梨、きゅうりなど様々な農産物を栽培しています。今回の献立は本県の食育・健康づくりのテーマでもある「適塩生活」を意識し、薄味でも視覚と食感で楽しみ、味付けのメリハリで満足できる内容にしました。また、茨城県の農林水産物を知ってもらう「いばらきを食べよう運動」の推進のため、児童生徒が茨城県の産業に興味をもてるように、地場産物を多数取り入れた彩り豊かな献立になっています。今後も豊富な地場産物を取り入れた五感で楽しむ給食を提供していきたいと思ひます。



### 茨城県教育委員会教育長賞

#### 大洗町栄養士会

ごはん・牛乳・鮭の根菜味噌だれかけ・白菜のゆず和え・しらすのかきたま汁・ブルーベリー寒天



### 茨城県農林水産部長賞

#### 阿見町立 学校給食センター

麦ごはん・牛乳・鶏肉のピーナッツがらめ・ぴりっとコンちゃんサラダ・地場産野菜のみそけんちん汁・みかん



### (公財)茨城県学校給食会理事長賞

#### 行方市立 麻生学校給食センター

麦ごはん・牛乳・豚肉のごまみそ煮・ほうれん草とみつばの和風サラダ・行方野菜のけんちん汁・みかん



### (公財)茨城県学校給食会理事長賞

#### 常総市 豊岡学校給食センター

ごはん・牛乳・さんまのきのこあん・小松菜の胡麻酢あえ・秋野菜のみそ汁・なし



米飯給食献立コンテスト受賞者



調理審査

## 平成28年度 学校給食文部科学大臣表彰を受賞して



下妻市立下妻小学校 校長 鳩貝 雄

本校は下妻市の中心部にあり、700食の単独調理方式で行っている小学校です。平成20年から栄養教諭が配置されており、これまでさまざまな指導の場面で食育の機会と捉え、積極的に推進してきました。このことが評価され、『平成28年度学校給食文部科学大臣表彰』を受賞することができました。この機会に、本校の食育に関する取り組みについて、一部紹介させていただきます。

### 【給食の時間における指導】

給食の時間に栄養教諭が計画的に指導しています。給食時の放送では、残食量が少ないクラスを発表しています。完食が多かったクラスには、給食委員会から賞状を送っています。このようなことで、学校全体で給食を残さず食べようとする雰囲気が盛り上がり、徐々に残量が減ってきています。また、全クラスで統一した指導ができるように、毎月の給食目標や給食で使用する旬の食材、食文化、栄養価、産地等の掲示資料を日々の献立に応じた資料を全クラスに配付しています。



クラスで完食をした時の様子

### 【地場産物を活用した体験活動】

毎年「とうもろこし」の皮むき体験を行っています。生産者にも来校していただき、どのような思いでとうもろこしを育ててきたかを教えていただきました。畑でどのように育てているか、根っこつきの実物も持参していただきました。



とうもろこしの皮むき体験



生産者からのお話

また、生産者を招いた招待給食を行っています。自分たちが朝に皮むきをしたとうもろこしが給食に出たこと、生産した方と一緒に食事を共にしたことで、地場産物への理解がより深まりました。

### 【給食委員会の活動】

給食委員会では、毎朝給食コーナーで栄養分類表、盛り付け表、おすすめコメントを作成し、掲示しています。また、月に一回バースデー給食（放送）を行い、誕生日を迎えた児童を祝うことで、好ましい人間関係の育成を図っています。全校集会では、給食委員会の活動紹介をしました。学校給食週間には、先生方へのインタビューや食育クイズ、給食の話などの放送を行っています。



集会で給食委員会の活動紹介

### 【家庭・地域との連携・啓発】

保護者向けに『給食試食会・意見交換会』を開催し、普段児童が食べている給食について理解を促しています。今年度は、「おやつについて考えよう」のテーマで栄養教諭からの講話と、保護者同士の意見交換を行いました。保護者はグループに分かれて、普段のおやつについて振り返り、どのようなおやつが望ましいか発表しました。



給食試食会の様子

# 茨城県食育推進計画(第三次)がスタートしました

茨城県食育支援連絡会委員 雨海 祐彦

(水戸市立飯富中学校長)



県では、食育基本法に基づき、食育に関する様々な施策を展開してきました。しかしながら、肥満や生活習慣病、高齢者の低栄養、また、野菜摂取量の減少や20歳代を中心とした若い世代の食事の偏りなど課題もあります。そこで、これまでの成果や社会情勢の変化等を踏まえ、茨城県食育推進計画(第三次)を策定しました。昨年度まで計画策定委員会に出席していた関係で概略を報告します。詳細は、茨城県食育推進計画—第三次—(平成28年3月)を参照してください。

## 茨城県のめざす食育

〈基本理念〉 「食育を通じて生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育む」

〈3つの柱〉 1 食育を通じた望ましい食習慣の形成と健康づくり

2 魅力あふれる茨城の食づくり

3 食育を広げる環境づくり

〈6つの重点項目〉

ライフステージに応じて、切れ目なく食育を推進するため、第三次計画において、県民一人ひとりを始め、食育に関わる全ての関係者が一丸となって取り組む6つの重点項目を定めます。

- 1 学校、保育所等における食育の充実
- 2 高校生から20歳代を中心とした若い世代への食育の推進
- 3 生活習慣病の予防及び改善につながる食育の推進
- 4 食育等を通じた高齢者の健康づくり
- 5 地域の農林水産物を活用した食生活の推進
- 6 食育を支援する食環境整備の推進



〈保育・教育関係者の取組〉

- ・ 保育所、幼稚園、認定こども園、小・中・義務教育学校、高等学校、特別支援学校での計画的な取り組みの推進や食育に関する時間の確保
- ・ 学校内に食育を推進する校内推進委員会(学校保健委員会等を含む)の設置
- ・ 児童生徒の食生活の実態調査の実施と結果に基づいた食育の推進
- ・ 各教科等の授業を通じた食育に関する学習の推進
- ・ 食に関する専門家等と連携した食育教室等の実施
- ・ 栄養教諭等による、児童生徒を対象とした講話、料理教室等の実施
- ・ 「早寝早起き朝ごはん」国民運動の推進などによる食生活の基礎づくりの推進

○特に保育所、幼稚園、認定こども園の関係団体は、職員への研修会等を通じた食育に関する内容充実の促進と各施設の食育計画の推進を通じた、保護者との食育の重要性の共有を図りたい。

食育スローガン「おいしいな」は、本県独自の合言葉です。食育とは難しいものではなく、普段の生活の中で実践できるものです。

毎月19日の食育(しょくいく)の日は、食育スローガンをチェックしてみましょう。

### 食育スローガン

合言葉は



**お** おはよう、ごはんを食べましょう

**い** いただきます、ごちそうさまをいましょう

**し** しっかり野菜を食べましょう

**い** いばらきの食べ物を味わいましょう

**な** なかよくみんなで食事を楽しみましょう

地域の特色ある自慢献立 潮来市

# 潮来市特産「まこもたけ」献立

潮来市の学校給食では、毎年9月から11月にかけて市内まこも園という湿田で生産される「まこもたけ」を取り入れ、子どもたちに提供しています。水郷潮来を代表する水辺の植物には、あやめとまこもがあります。まこもは水郷の景観を飾るだけでなく、民芸品制作の材料としても使われてきました。同時に食用のまこもたけ栽培の研究もすすみ、現在は潮来市の特産野菜となっています。



今年度の給食では、10月と11月に4回ほど提供しました。まこもたけ入りの沢煮椀・ビビンバ・きんぴら・サラダなど、クセがなく火の通りが早く、和洋中いろいろな料理に使用できる利用度の高い野菜です。自分の住んでいる地域で生産された食材を使った給食を、仲間と共に食べることで、地域への愛着を持つことが期待できます。また、交流給食を実施し生産者の声を直接聞くことで、感謝し残さないで食べようとする意識が芽生え、偏食をなくすことにもつながっています。

## ーまこもたけー

食物繊維・カリウムを豊富に含む健康野菜



黒穂菌によって肥大化した茎を食べます。

## 11/11の給食



### まこも入りビビンバ丼 (あやめちゃん)

牛乳・蒸しシューマイ・豆腐の中華スープ

### ビビンバ丼の具

材料 小学生 (1人分)

- 豚もも細切り肉… 40g
- しょうが… 0.5g
- にんにく… 1g
- サラダ油… 0.5g
- にんじん… 10g
- ◎まこもたけ… 20g
- ピーマン… 8g
- 砂糖… 1.5g
- しょうゆ… 1.5g
- 豆板醤… 0.02g
- 赤みそ… 5g
- みりん… 4g
- 酒… 2g
- 甜麺醬… 2g
- ごま油… 0.5g

## 生産者シルバー人材センター山根さんの講話・会食の様子 (潮来小学校)



地場産物を食材にした学校給食は、家庭や地域の食習慣の形成に大きく影響する「生きた教材」です。今後も地域との連携をすすめ、潮来市全体の食への意識のレベルアップにつなげていきたいと考えています。

## 招待給食

## 地域との架け橋～ふれあいランチの会～

水戸市立新荘小学校

新荘小学校は、208名の児童が在籍する、創立113年の歴史と伝統のある学校です。本校がある新荘地区は水戸市街にあり、65歳以上の割合が33.5%（平成29年1月現在）を占める、水戸市の中でも高齢化率の高い地域です。

『ふれあいランチの会』は、年に一度、新荘学区に居住している独居高齢者（65歳以上）を学校に招待するもので、今年度で22回目を迎えました。社会福祉協議会新荘支部と連携を図り、民生委員や女性の会の方に協力をいただいて、実施しています。参加者の方には子どもたちと一緒に昔遊びやクイズなどのゲームをしたり、給食を食べたりして楽しんでいただきます。子どもたちも楽しみにしている行事で、おもてなしの心を持って当日を迎えます。例えば、給食委員会の児童が用意する『給食のお品書き』や全校児童の歌のプレゼントは毎年好評をいただいているところです。

給食を食べ終わると、「おいしかったよ。来年も楽しみにしています。」と喜んでいただいています。普段、一人で食べる食事は味気ないものになりがちですが、子どもたちとコミュニケーションをとりながら食べる給食の時間は楽しく、おいしく感じるのでしょうか。

ふれあいランチの会を通して、独居高齢者の方に生きる活力を持っていただくと共に、子どもたちの高齢者を敬愛する心を育てていきたいと考えています。そして、学校と地域をつなぐ架け橋に『給食』があることを誇りに思います。

## 招待給食を行う給食現場からのつぶやき（調理員）

子どもたちや地域の方と直接ふれ合う機会のない私たちにとっては“おいしい給食”を提供することが最大の役目だと感じています。調理の際には食べやすいように食材の切り方を工夫し、薄味で仕上げるように心がけています。おかわりをしたり作り方を聞いたりする方もいると聞きました。おいしいと喜んでいただけることは嬉しく、何よりもやりがいを感じます。給食を食べた時の子どもたちや地域の方々の笑顔を思い浮かべながら、これからもおいしい給食を作っていきたいと思っています。



みんなで楽しくトランプ



おいしい給食に大満足です。(招待者コメント)



一緒に食べるとおいしいね！



心がほかほか 全校合唱

## 学校給食会事業

### ◆平成 28 年度親子料理教室（パンを作ろう！）



親子で「学校給食用コッペパン」などを作ることにより、給食用パンについて学び、パン作りの楽しさや「食」への関心を深め食育の推進を図ることを目的として、親子料理教室を開催いたしました。当日（8月7日）は、親子9組（22名）が参加されました。

講師には、県内の学校給食用パンを製造している工場の代表者を迎え、給食用コッペパン、バーガー用パンそしてオリジナルの成形パンの3種類をつくりました。

講師による生地づくりのデモンストレーションから始まり、成形作業を各親子で行いました。思い思いの形のオリジナルパンを作り、チョコチップなどでトッピングをしたオンリーワンのパンを焼き上げました。その後いろいろな県産品等の試食会を行い、本会取扱い商品「ローズポークと常陸牛のハンバーガー」を自分で作ったバーガーパンに挟みハンバーガーとして試食しました。

参加された方々からは、「粉から作る貴重な体験ができた」「子どもも楽しめた」「焼き上がりのパンのおいしさを満喫できた」「またこの企画をしてもらいたい」などご好評いただきました。

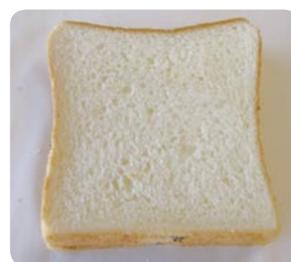


親子料理教室は、例年8月に開催しております。参加者募集については、6～7月に本会ホームページにて行っておりますので、是非ご応募ください。  
（原則先着順。また、事情により開催しない年もあります。）URL:<http://www.igk.jp>

### ◆平成 28 年度第 1 回学校給食用パン抜き取り品質審査会

平成 28 年 12 月 2 日（金）、本会会議室においてパンの品質審査会を行いました。

関東農政局担当者、本県栄養教諭、昭和産業（株）品質管理室主任、（株）日油食品研究所主任研究員及び本会担当職員が県内全委託加工工場で製造されたコッペパン、食パンについて品質審査を実施したところ、年々全体的にパンの品質のレベルが向上しているとの評価をいただきました。



## 学校給食会事業

### ◆平成 28 年度学校給食調理講習会（平成 28 年 10 月 4・5 日，10 月 18・19 日）

学校給食の食事内容の充実と調理技術の向上を図るとともに，地産地消の推進と栄養教諭・学校栄養職員の資質向上を資する目的で茨城県学校栄養士協議会と共催により，学校給食会調理室において開催されました。



二木真人氏



県産品を使用した西洋料理



盛り付け



山本邦彦氏



調理実習



陳麻婆豆腐

### ◆学校給食用製品開発選定委員会開発品「レディーファーストジャム」



#### 学校給食用製品開発選定委員会委員

（龍ヶ崎市学校給食センター所長）大和田英嗣

このたび，茨城県学校給食会の学校給食用製品開発事業に携わらせていただきました。龍ヶ崎トマト（ふるさと龍ヶ崎ブランド農産物・茨城県青果物銘柄産地指定）を使用した「レディーファーストジャム」が完成し，龍ヶ崎トマト生産者，JA 龍ヶ崎，龍ヶ崎市農業政策課，学校給食関係者共々喜びでいっぱいです。龍ヶ崎トマトは，甘さと旨味と酸味のバランスが良く濃厚な味が特徴ですが，収穫時期が限定されます。そこで，一年中給食でおいしさを味わってほしいと考え開発しました。何度も試作を繰り返して，トマトが苦手な子どもたちにも食べやすくしました。皆様，龍ヶ崎市の「レディーファーストジャム」をどうぞご賞味ください。



## 学校給食会事業

### ◆学校給食用製品開発選定委員会

本会事業のひとつである物資検討会（年2回7ブロック開催）に出品展示される学校給食用製品は、この委員会で開発、選定されたものです。

この委員会は、学校給食への地産地消を推進するため、県内農畜水産物を使用した製品開発を行うとともに良質で安全・安心な学校給食への利用促進を図るために設置されました。

委員は県教育委員会、県農林水産部、共同調理場連絡協議会、県学校栄養士協議会、県PTA連絡協議会の職員及び本会職員で構成され、より学校給食に適した製品を提案するために、主に以下のことについて活動しております。（委員構成は最終項に記載）

- ①開発…学校給食用の食材として、県内農畜水産物の原材料を用い、加工・栄養価・安全性そして食育に向けた楽しい給食の教材となりうる製品を目指し開発しています。
- ②選定…学校給食用製品取扱いメーカーより提案された商品から一つひとつを吟味し、味付け・栄養価・安全性を主眼とし、また、バラエティーに富んだ製品を選定しています。



会議風景



選定風景



#### 学校給食用製品選定委員の委嘱を受けて

水戸市立千波小学校  
大内 靖子

学校給食製品選定委員の仕事は、ブロック別物資検討会に出品する物資の選定と新製品の開発です。物資検討会の出品物資は、事務局で事前に選定し、選定委員会で試食、採点、検討し約50品に選定したものです。新商品は、龍ヶ崎市とコラボした「トマトジャム」を商品化しました。児童生徒に、おいしく、楽しく、栄養価に優れ、安全安心な商品を学校給食に提供するために大勢の人が関わっていることを、選定委員の委嘱を受けて初めて分かりました。今後も検討会に参加して、知識を得て、活用してほしいと思います。



#### 学校給食用製品選定委員の委嘱を受けて

茨城県PTA連絡協議会副会長  
黒田さえ子

この度、給食製品の選定や県産品開発に立ち合わせていただき、栄養教諭や調理担当の方々のご苦労がよく分かった気がします。限られた予算の中、安全性と栄養に留意しながらバランスよい食事のお手本を見せてくださる工夫。食育が大事と言われる昨今、これこそが身近で大切な教材になっていると感じました。学校生活の楽しみでもあり子どもたちの心と体両方の栄養である給食に、親として感謝しつつ皆様方のますますのご活躍をご祈念致します。

### 委員会の主な開発製品



さば味噌煮（県産味噌使用）



県産冷凍ヤーコン(千切り・いちょう切り)



県産梅肉チキンロールカツ

## 本会取扱い物資のご案内

県産原料使用商品、平成 29 年度上半期分物資検討会選定商品の一部です。

【サンプル、物資内訳表等ご希望の方は、お申し付けください。】

### 県産原料使用商品

茨城県産豚ロース生姜漬け



メーカー 全農いばらき 規格 50g・60g・70g・80g

茨城県産ヤーコン入り  
揚げボール



メーカー スズヒロシーフーズ 規格 1kg

茨城県産蒸し大豆ドライパック



メーカー 天狗缶詰 規格 1kg

### 平成29年度上半期分物資検討会出品商品

茨城県産厚焼玉子



メーカー イセ食品 規格 50g・60g

めばる澱粉 (塩・胡椒)



メーカー 清水冷凍 規格 40g・50g

イナダのバジルオイルパン粉焼き



メーカー 茨城冷凍 規格 40g・50g・60g

岩手県産素干あみえび



メーカー にしかわ 規格 500g

スパニッシュグリル野菜ミックス



メーカー 春雪さぶる 規格 500g

国産皮付きカリカリスティックポテト



メーカー 日本食品開発促進 規格 1kg

アサイージャム (Fe5mg)



メーカー カセイ食品 規格 15g

食物繊維たっぷりハーフスパゲッティ



メーカー 奥本製粉 規格 1kg

国産マッシュルームみじん切り



メーカー 天狗缶詰 規格 1kg

## 平成 28 年度 学校給食用製品開発選定委員会委員

氏 名	所 属	職 名
水内 雄二	茨城県農林水産部販売流通課	主査
會澤千恵子	茨城県教育庁学校教育部保健体育課 健康教育推進室学校給食担当	副主査
大和田英嗣	龍ヶ崎市学校給食センター	所長
大内 靖子	水戸市立千波小学校	栄養教諭
安島 暢子	北茨城市立学校給食センター	主任栄養係長
井坂 暁子	鹿嶋市立三笠小学校	栄養教諭
米田 佳美	鉾田市立鉾田小学校	栄養教諭
堀越小百合	つくばみらい市立谷原小学校	栄養教諭
柏村亜莉沙	坂東市立神大実小学校	栄養教諭
鈴木 結香	茨城県立勝田特別支援学校	栄養教諭
黒田さえ子	茨城県 PTA 連絡協議会	県西地区女性ネットワーク委員会 委員長
萩原佐江子	〃	中央地区女性ネットワーク委員会 委員長
重藤恵利子	(公財) 茨城県学校給食会	アドバイザー

## 平成 28 年度 広報編集委員会委員

氏 名	所 属 ・ 職 名	氏 名	所 属 ・ 職 名
寺田 明彦	茨城県教育庁学校教育部保健体育課健康教育推進室 学校給食担当係長	小野瀬幸子	太子町立だいが小学校 栄養教諭
雨海 祐彦	水戸市立飯富中学校 校長	黒田さえ子	茨城県 PTA 連絡協議会県西地区女性ネットワーク委員会 委員長
加藤 浩文	城里町立学校給食センター 所長	宮田 雅巳	公益財団法人茨城県学校給食会 事務局長
石川 雪枝	水戸市立五軒小学校 教諭	重藤恵利子	公益財団法人茨城県学校給食会 アドバイザー

### 編集後記

53号の発行に際し、執筆者の皆様にはご多用中にもかかわらず快くご寄稿していただきましてありがとうございました。

表紙の写真は、全国学校給食週間中に実施されたひたちなか市立那珂湊第一小学校の招待給食の様子です。当日はインフルエンザの流行の兆しがみられたため、正面を向いての給食となりましたが、元気な子どもたちと楽しい給食の時間を過ごさせていただきありがとうございました。

「給食いばらき」をご覧になってのご感想やご意見をお待ちしております。

## 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