

福島県学校給食研究会栄養士部会

部会だより 9月号

文責：県北方部長 山倉 郁子

「学校給食の献立充実と職務の資質向上をめざして」

【調理講習】 学校給食会物資を活用した調理講習会

【講演】 子どもを笑顔にする魅力的な給食作り

県北方部では、令和7年8月1日（金）に福島県学校給食会で県北域内研修会を開催しました。

午前の研修では、学校給食会の物資を活用した調理講習会を行いました。

午後の研修では、文京区立柳町小学校 管理栄養士・栄養教諭の松丸奨様を講師に迎え、「子どもを笑顔にする魅力的な給食作り」についてご講演いただきました。

【調理講習】～学校給食会物資を活用した調理講習会～

（１）研修内容

学校給食会の学校給食用物資供給啓発事業を活用させていただき、給食会物資の特徴や活用の仕方を学び、献立の多様化を図ることを目的に調理講習会を実施しました。学校給食会業務課副主任の川上寛恭様より、調理前には給食会物資の特徴や取り扱いについての説明と、試食の時間には新商品等のお話をいただきました。

（２）講師

福島市立福島第三小学校 主任栄養技師 佐藤佐智子

（３）内容

料理名	使用した給食会物資	料理について
ガバオライス	冷凍国産パプリカダイスカット 冷凍県産大豆	大豆を粗く刻み、ひき肉のうま味とうまく合わせておいしく食べられるガバオライスです。バジルチップが効いていて夏にぴったりのレシピです。
もちもちラザニア	県産大豆ミート ヴィーガンシュレッド パッサータハイブリックス	県産米粉ワントンと県産大豆ミートを使用した、もちもちとした食感がよいラザニアです。ヴィーガンシュレッドを用いてアレルギー対応にしました。
カリフラワーのカレーマリネ	冷凍カリフラワー 冷凍県産ブロッコリー らくらく酢	マリネ液にらくらく酢を活用し、カレー粉も合わせることでスパイシーな食欲増進効果のあるマリネです。
えびボールの中華スープ	冷凍えびボール 県産干し椎茸スライス 冷凍県産豆腐	えびの含有率が47%の食感の良いえびボールと県産冷凍豆腐を使用したスープです。えびや干し椎茸からうま味がでることと、春雨が入ることにより食べやすくなります。
りんごとさつまいもの米粉蒸しパン	県産米粉 冷凍県産さつまいもダイス 県産りんごダイス	県産米粉を3割とホットケーキミックス7割、無調整豆乳とはちみつを加えた生地にはさつまいもダイスとりんごダイスを加えた、程よいもちもち感の蒸しパンです。

まず講師より、それぞれの料理の調理ポイントについて、給食会の川上様より食材の取り扱いについての説明をいただきました。その後、各班に分かれて、調理を行いました。



松丸先生おすすめのガバオライスには粗く刻んだ大豆を入れることで、大豆の食感を残しつつおいしくいただける一品となりました。

給食会物資の商品説明をいただき、食材の特徴や取り扱いについて確認することができました。



講師のわかりやすいデモンストレーションで効率よく作業を進めることができました。



(4) 参加者の感想

- ・ 普段使わない調味料や食材もあり、今後使ってみたい。
- ・ 県産食材の使用が多く、使いやすい点がよかった。どれも給食で作ってみたい。
- ・ ワンタンをラザニアに使う発想がなかったので勉強になった。
- ・ 米粉ワンタンのもちもちした食感がよかった。
- ・ 給食会で取り扱いのある食材の形態や味を体験できる機会となりよかった。
- ・ 大豆製品をたくさん使用したレシピで、豆製品の使用を増やすためにぜひ所属校でも作ろうと思う。バジルやカレー粉を効かせることで、調味料の量を抑えられるので、取り入れやすいレシピであった。
- ・ 冷凍野菜をうまく活用していて、美味しかった。県産の使用割合などを高めるためにも、いろいろな食材を見つけ、上手に給食に活かしていきたい。

5つの班に分かれてそれぞれのメニューを完成させました。どの班もチームワークがよく、美味しく仕上がりました。



松丸先生と給食会の常務理事 鈴木様にも完成した料理を召し上がっていただきました。

【講演】

(1) テーマ「子どもたちを笑顔にする魅力的な給食作り」

講師

文京区立柳町小学校 管理栄養士・栄養教諭 松丸奨様



(2) 講演内容

- ① 子ども、教職員とのかかわり方
- ② 給食時間の指導実践について
- ③ 給食を美味しくするためのひと手間
- ④ 食べる力を育てるための言葉かけ
- ⑤ 子どもたちに伝えたいこと



(3) 質疑応答

(4) 受講しての感想

- ・松丸先生が日頃大切にしていること、調理員さん、子どもたち、先生方とのコミュニケーションのとり方等たくさんの、学びがありました。学校で働く栄養士としての存在意義、自分にできること等、じっくり考え2学期からの仕事に活かしたいです。
- ・子どもへの接し方や食育実践事例を多数紹介いただき、大変勉強になりました。少し調理工程を工夫するだけで食べやすくなること等、すぐに給食に活かせることはやってみようと思います。
- ・子どもたちへの熱い想いを知ることができました。給食時間訪問時の声掛けも2学期から教わった言葉を使ってみたいです。自分自身も仕事で悩んでいたのも、とてもよい講演ありがとうございました。
- ・仕事上での悩みの解決法やヒントをいただきました。先生がおすすめていた、旅行や食べ歩きをし、仕事のヒントを得て、よりよい学校給食を提供していきたいです。
- ・料理を美味しくするコツが参考になりました。少しの工夫で美味しさが向上するのはいいなと思いました。
- ・調理員さんとの信頼関係を築くためには日々の関わり方が大切だと改めて感じました。
- ・日本の子どもたちだけでなく、世界の子どもたちの現状を見て、聞いて、栄養士の存在の大切、役割の重要性を感じました。
- ・学校栄養職員として共感できる部分もあり、とても楽しかったです。私たち（学校栄養職員）の必要性を高めていくために、積極的な食育とおいしい給食の提供に心掛けていきたいと強く思いました。



午前の調理講習、午後の講演という一日研修でしたが、参加者の皆様から大変充実した研修会だったという言葉をいただくことができました。研修できる場があることに感謝し、今回の学びを今後の実践につなげ、児童生徒のための食育の充実を図っていききたいと思います。講師の先生方、会員の皆様には感謝申し上げます。